



國立勤益科技大學

112學年度第1學期

# 導師會議

\* 112/11/1 (三)

\* 13:00 ~ 15:10

\* 圖書資訊館 6F

國際會議廳

學務處

諮商輔導組

# 國立勤益科技大學 112 學年度第 1 學期 期中導師會議

## 手冊目錄

一、導師會議實施計畫	1
二、校長致詞	2
三、專題演講「而我聽見你心裡的聲音 ——傾聽與同理的會談技巧」	3
四、附錄	
(一) 112-1 諮商輔導組活動一覽海報	22
(二) 111-2 班級職涯測驗 (UCAN) 分析報告	23
(三) 心理調適假宣傳海報	30

# 國立勤益科技大學 112 學年度第 1 學期 期中導師會議實施計畫

壹、目的：藉由講師闡述專注傾聽及情感反映內涵，提升導師與學生的會談技巧，達成良性互動與溝通，進而協助澄清學生問題並予以適時轉介，以增進導師第一線輔導之初級預防功能。

貳、主辦單位：學生事務處諮商輔導組

參、協辦單位：進修部

肆、活動日期：112 年 11 月 1 日（星期三）13:00~15:10

伍、活動地點：圖書資訊館六樓國際會議廳

陸、參加對象：全體導師及學生事務相關人員，合計約 260 人。

柒、講師：張榮斌心理師(彰濱秀傳紀念醫院精神科臨床心理師)

捌、日程表：

時間	內容	主持人/主講人
13：00-13：20	設備測試及報到	宋文沛學務長（學生事務處） 張蓺英主任（進修部） 蘇智偉組長（諮商輔導組）
13：20-13：30	校長致詞	陳文淵校長
13：30-15：00	專題演講	張榮斌心理師 (彰濱秀傳紀念醫院精神科)
15：00-15：10	各單位行政報告	各單位代表

# 校長致詞

## 專題演講

「而我聽見你心裡的聲音  
—傾聽與同理的會談技巧」

# 張榮斌臨床心理師

## 【現任】

彰濱秀傳紀念醫院精神科

## 【學歷】

天主教輔仁大學臨床心理學碩士

天主教輔仁大學體育學系暨心理學系雙學位

## 【經歷】

彰濱秀傳紀念醫院精神科臨床心理師

彰化縣臨床心理師公會理事

彰化縣衛生局社區諮商約僱心理師

家暴加害人審前鑑定委員

一級毒品緩起訴團體帶領心理師

秀傳樂活紓壓俱樂部團體健身教練

樂齡健身運動指導員

## 【專長】

精神分析取向心理治療、成人青少年及兒童心理治療、父母教養諮

詢、戒癮團體、團體健身、健身瘦身諮詢工作

# 而我聽見你心裡的聲音

## —傾聽與同理的會談技巧

張榮斌 臨床心理師



# 會談技巧

# 如何學習會談技巧

- 建立目標
- 學習概念
- 觀摩學習
- 練習
- 實踐



# 會談技巧

- 專注
- 開放式引導
- 澄清：釋義
- 反映情感
- 總結
- 技巧整合：基本傾聽程序及五階段





# 專注

## 專注的基本技巧

- 眼神接觸
- 專注的肢體語言
- 語調
- 言語跟隨



# 選擇性專注

- 你可以選擇你要專注的部份
- 注意你避開的部份
- 例句



# 開放式引導

# 開放式引導

- 區辨開放式與封閉式的問題



## 適當的開放式引導可以...

- 運用在晤談的開始
- 幫助個案探討想法或感覺
- 引導個案陳述，有助瞭解個案
- 幫助個案注意到自己的感覺
- 幫助找出隱含的思考或行為模式。



## 適當的運用開放式/封閉式問句

- 追隨個案的步調，建立信任感
- 接受一些未組織的回答或訊息
- 尋找具體細節與內容
- 尋找簡短具體的回答
- 協助幼童時可多運用媒介物



## 引導的目標

- 發生什麼事？
- 詳細的情形
- 情緒
- 可以的話，釐清原因



# 澄清

# 澄清

- 可以加深談話的深度
- 主要技巧分別是細微鼓勵和釋義



# 細微鼓勵

- 非語言式的鼓勵
- 語言式的鼓勵
- 沈默
- 重述關鍵字詞



# 釋義

- 代表有把話聽進去
- 一個有效的釋義要有：被助者、關鍵字詞與將被助者的要義表達出來。
- 確認示意是否準確
- 釋義可以幫助深入談話或是轉移話題



# 釋義與解釋

- 『解釋』常常是助人者自己的觀點
- 盡可能讓個案自己解釋自己的狀態。



# 反映情感

# 反映情感

- 傾聽是同理心的基礎
- 反映情感則是建立同理心的重要技巧



# 識別情緒與感覺

- 情緒感覺字彙
- 混雜的情緒
- 用隱喻表達情感
- 非語言的表達





# 反映情感

- 命名這些感覺
- 將被助者與情緒結合
- 加入情境，幫助個案釐清立場
- 與個案確認情感，讓其回應、補充或修正



# 總結技巧

# 總結技巧

- 在一段時間內專注傾聽個案的談話，再把問題連結起來，然後在正確的重述給個案聽。
- 幫助被助者與助人者重組訊息與理解問題
- 目的在整合被助者的行為、想法與感覺；也可用來檢視助人者的理解是否有扭曲



# 總結技巧

- 總結時可以運用前面提的技巧
- 注意會談中的主要行為、思考與感覺
- 注意核心主題
- 掌握提出總結的時間
- 反覆確認與修正總結



# 技巧整合

## 基本傾聽程序

- 馬陸效應
- 可能會依程序進行但不一定都會如此。



# 晤談五階段

- 建立和諧關係
- 蒐集資料、確認問題與尋找優點
- 設立目標
- 探尋各種方式，找出解決方案
- 實踐與學習上的轉變



認清自己的角色

# 辨識轉介需求

- 監督者
- 轉介者
- 支持者



必須轉介專業處理的情況！

# 辨識轉介需求

- 嚴重憂鬱
- 自傷傷人危險因子
- 精神症狀影響
- 長期持續的性格問題



『夠好就好』



 張榮斌心理師的運動處方箋

謝謝聆聽

## 附錄(一)112-1 諮商輔導組活動一覽海報

# 談Too間，完成自己

### 主題輔導系列活動

9/26(週二)中午12:00-14:00  
9/27(週三)下午17:00-18:30  
闖關換禮  
地點:勤益大道  
追蹤IG不錯過

### 成長團體

人際關係探索團體:11/14-12/19  
每週二18:00-20:30  
分手失落療癒團體:11/15-12/20  
每週三18:00-20:30  
家庭關係探索團體:11/16-12/21  
每週四18:00-20:30

報名QRcode

### 團體心理測驗與活動

- ★ 賴氏人格 10/17 (週二)
- ★ 大學生學習與讀書策略量表 10/19 (四)
- ★ 生涯興趣量表 10/25 (週三)

以上時間皆為18:00-20:00  
青水館6樓 團體研討室

- ★ 愛情轉運站: 愛情牌卡體驗  
10/30(週一) 19:30-21:30  
進修部會議室(國秀樓三樓317室)

報名QRcode

### 電影欣賞

我的媽媽開GAY BAR  
10/03(週二) 15:30-18:30  
一路玩到掛  
10/12(週四) 17:30-20:30  
幸福綠皮書  
10/18(週三) 15:30-18:30

報名QRcode

### 2023臺灣國際女性影展 校園巡迴

《大夜》、《春水奇譚》  
12/04(週一) 19:50-21:20  
國秀樓B1國際會議廳  
《海都是海》、《嘿! 吉米》  
12/20(週三) 13:10-15:00  
青水館6樓采風堂

### 線上預約 個別諮商

<諮商輔導E化系統>   
使用學生/教師帳號密碼登入

### 身心科諮詢駐點服務

掃描QRcode預約

112-1學期 學務處 諮商輔導組



## 附錄(二) 111-2 班級職涯測驗 (UCAN) 分析報告

### 壹、前言

本校諮商輔導組為引導學生了解生涯與職涯探索與規劃的重要性，藉由認識自己、了解職業環境及自己的專業能力，良好適應工作環境，讓自己的專業能力有所發揮。推動全校四技日間部二年級學生（不含特殊專班）進行職涯班級輔導測驗，促進學生建構認識自我與生涯規劃的動機；透過教育部 UCAN 平台的功能引導學生進行興趣探索診斷、發覺共通職能的強弱程度，期許學生在校期間透過主題式班級輔導的外在刺激，充實自我生涯的發展動能。

### 貳、施測概況

本中心於 112 年 03 月 08 日至 112 年 05 月 03 日期間已完成 36 場的班級輔導，本年度整體施測率達 77.14%。

實際上線完成職業興趣診斷項目共 1,247 人次、共通職能評估項目為 1,229 人次，共計有 2,476 學生人次至 UCAN 平台完成職涯診斷；整體學生參加班級輔導之滿意度達 98.2%。

### 參、施測結果

#### 一、各學院「職業興趣」診斷結果：

依據本校日間部學生經過平台測驗診斷結果得知，本校各學院二年級學生前五順位之興趣診斷如表 1，興趣探索高分之類型與就讀院系之相關性尚屬一致，其中，本屆二年級學生前三項最高的職業興趣類型分別是：「建築營造」(2.30)、「教育與訓練」(2.25)、「休閒與觀光旅遊」(2.24)。

但整體二年級學生職業興趣類型診斷分數平均未超過 2.5，顯示大部分二年級同學仍屬職涯探索階段，職涯探索將隨修課內涵、打工經驗、社團經驗、實習工作等生活經驗增加時，職業興趣類型愛好強弱也將會有更多認識與變化。而診斷分數項次相較偏低之學院系所，也可能顯示該系學生目前對於外在多元事物或

活動之經驗、工作世界之認識、系所與就業相關性途徑之認識與接觸較少，因此對於職涯相關資訊、知識與自我了解有所侷限，故作答分數結果偏低。

有鑑於此，增加職業興趣定向之建議如下：

1. 鼓勵本校學生多接觸不同跨科系、跨領域之資訊與課餘活動，透過參與不同屬性課程、體驗式學習累積生活體驗，發覺自身興趣。
2. 師長主動提供學生認識院系和興趣職業分數較高之類型相關聯的職業介紹、就業與專業能力培養之課程或途徑。
3. 適時於課程中融入引導學生思考生涯與就業相關議題，提供資料讓學生蒐集工作世界、產業資訊等內容，刺激生涯規畫之深度與廣度。

表 1：各學院職業興趣類型探索結果一覽表

前五順位 院別	第一順位	第二順位	第三順位	第四順位	第五順位
工程學院 (330 人)	建築營造 (2.30)	教育與訓練 (2.16)	醫療保健 (2.06)	司法、法律 與公共安全 (1.99)	休閒與觀光 旅遊(1.98)
電資學院 (371 人)	建築營造 (2.43)	資訊科技 (2.31)	科技、技 術、工程、 數學(2.26)	教育與訓練 (2.18)	醫療保健 (2.10)
管理學院 (444 人)	休閒與觀光 旅遊(2.44)	個人及社會 服務(2.26)	教育與訓練 (2.24)	司法、法律 與公共安全 (2.17)	建築營造 (2.13)
文創學院 (102 人)	休閒與觀光 旅遊(2.46)	建築營造 (2.44)	個人及社會 服務(2.43)	教育與訓練 (2.41)	司法、法律 與公共安全 (2.27)

## 二、各學院「共通職能」自我評量診斷結果：

本屆共有 1214 人次完成八項共通職能自我評估診斷，對於職場共通能力的自我評量彙整結果得知，二年級學生自陳職能最弱的四種項次依序為：1. 創新(3.54)2. 持續學習(3.54)3. 溝通表達(3.61) 4. 問題解決(3.69)。各學院的自我評量結果如表 2，但因平均數落於 3~4 分之間，表示二年級學生自陳跨領域的共通職能已有基礎水準，但尚需累積實務經驗與就業實力而進步，加強深化與自信心應可以勝任職場對共通能力之要求。因此，除了鼓勵學生參與不同體驗活動、打工之外，針對有興趣的產業進行短期實習或長期實習，均可落實職能與職場之間的銜接、加強就業準備度；此外課程教師可針對較弱項的職場共通能力，透過多元課程教學方法引導學生學以增加成效。例如：個案討論法、合作教學法、實驗操作、腦力激盪與角色扮演教學、參與校內外專業競賽等。

表 2：各學院共通職能探索結果-弱項能力自我評量一覽表

院別 \ 弱項職能	第一順位	第二順位	第三順位	第四順位	第五順位
工程學院 (324 人)	創新 (3.50)	溝通表達 (3.52)	持續學習 (3.55)	問題解決 (3.67)	資訊科技應用(3.67)
電資學院 (366 人)	創新 (3.45)	持續學習 (3.49)	溝通表達 (3.50)	問題解決 (3.69)	人際互動 (3.74)
管理學院 (438 人)	持續學習 (3.52)	創新 (3.56)	溝通表達 (3.63)	問題解決 (3.67)	資訊科技應用(3.78)
文創學院 (101 人)	創新 (3.61)	持續學習 (3.63)	問題解決 (3.75)	溝通表達 (3.76)	資訊科技應用(3.77)

### 三、工程學院各系診斷結果

以下表格陳列各學院不同系所職業興趣較高分之前五項，以及職場共通能力較弱項次之排序，依序為：工程學院、電資學院、管理學院以及文創學院。

(一)工程學院各系「職業興趣」前五順位一覽表：三個系共同興趣的職業類型

項次分別是「建築營造」、「教育與訓練」

職業興趣 系別	第一順位	第二順位	第三順位	第四順位	第五順位
機械系 (160 人)	建築營造 (2.21)	教育與訓練 (2.08)	休閒與觀光 旅遊(2.02)	個人及社會 服務(1.98)	司法、法律 與公共安全 (1.97)
化材系 (103 人)	醫療保健 (2.31)	教育與訓練 (2.30)	建築營造 (2.28)	休閒與光觀 旅遊(2.17)	個人及社會 服務(2.16)
冷凍系 (67 人)	建築營造 (2.41)	教育與訓練 (2.09)	科學、技 術、工程、 數學(2.05)	製造(2.01)	醫療保健 (1.96)

(二)工程學院各系「共通職能」-弱項能力自我評量一覽表：

弱項職能 系別	第一順位	第二順位	第三順位	第四順位	第五順位
機械系 (159 人)	創新 (3.53)	持續學習 (3.53)	溝通表達 (3.60)	資訊科技應 用(3.66)	問題解決 (3.67)
化材系 (100 人)	創新 (3.44)	溝通表達 (3.51)	持續學習 (3.53)	人際互動 (3.68)	問題解決 (3.69)
冷凍系 (65 人)	溝通表達 (3.56)	創新 (3.51)	持續學習 (3.60)	資訊科技應 用(3.64)	問題解決 (3.64)

#### 四、電資學院各系診斷結果

(一)電資學院各系「職業興趣」前五順位一覽表：三個系共同興趣的職業類型

分別為「建築營造」、「資訊科技」、「教育與訓練」、「科學、技術、工程、數學」。

前五順位 系別	第一順位	第二順位	第三順位	第四順位	第五順位
電機系 (147 人)	建築營造 (2.53)	科學、技 術、工程、 數學(2.36)	教育與訓練 (2.31)	資訊科技 (2.23)	醫療保健 (2.16)
電子系 (111 人)	建築營造 (2.28)	資訊科技 (2.12)	科學、技 術、工程、 數學(2.04)	醫療保健 (1.98)	教育與訓練 (1.91)
資工系 (113 人)	資訊科技 (2.59)	建築營造 (2.49)	科學、技 術、工程、 數學(2.38)	教育與訓練 (2.32)	企業經營管 理(2.22)

(二)學院各系「共通職能」-弱項能力自我評量一覽表：

弱項職能 系別	第一順位	第二順位	第三順位	第四順位	第五順位
電機系 (145 人)	溝通表達 (3.51)	創新 (3.54)	持續學習 (3.59)	問題解決 (3.65)	資訊科技應 用(3.79)
電子系 (110 人)	創新 (3.26)	持續學習 (3.34)	溝通表達 (3.38)	問題解決 (3.61)	人際互動 (3.61)
資工系 (111 人)	創新 (3.55)	持續學習 (3.55)	溝通表達 (3.61)	問題解決 (3.80)	人際互動 (3.82)

## 五、管理學院各系診斷結果

(一) 管理學院各系「職業興趣」前五順位一覽表：五個系共同興趣的職業類型是「休閒與觀光旅遊」、「教育與訓練」。

前五順位 系別	第一順位	第二順位	第三順位	第四順位	第五順位
工管系 (141人)	建築營造 (2.04)	休閒與觀光 旅遊(2.00)	教育與訓練 (1.95)	個人及社會 服務(1.89)	司法、法律 與公共安全 (1.88)
資管系 (94人)	建築營造 (2.39)	休閒與觀光 旅遊(2.24)	企業經營管 理(2.21)	教育與訓練 (2.20)	司法、法律 與公共安全 (2.18)
企管系 (99人)	休閒與觀光 旅遊(2.73)	個人及社會 服務(2.52)	教育與訓練 (2.52)	司法、法律 與公共安全 (2.29)	金融財務 (2.19)
流管系 (77人)	休閒與觀光 旅遊(2.61)	個人及社會 服務(2.42)	司法、法律 與公共安全 (2.31)	教育與訓練 (2.24)	企業經營管 理(2.14)
休閒系 (33人)	休閒與觀光 旅遊(2.63)	個人及社會 服務(2.32)	教育與訓練 (2.28)	司法、法律 與公共安全 (2.20)	醫療保健 (2.09)

(二) 管理學院各系「共通職能」-弱項能力自我評量一覽表：

弱項職能 系別	第一順位	第二順位	第三順位	第四順位	第五順位
工管系 (137人)	持續學習 (3.40)	創新 (3.50)	溝通表達 (3.64)	問題解決 (3.65)	人際互動 (3.70)
資管系 (94人)	持續學習 (3.47)	創新 (3.53)	溝通表達 (3.59)	問題解決 (3.73)	人際互動 (3.76)
企管系 (98人)	創新 (3.57)	持續學習 (3.62)	溝通表達 (3.67)	問題解決 (3.68)	資訊科技應 用(3.73)
流管系 (77人)	持續學習 (3.44)	創新 (3.50)	問題解決 (3.60)	溝通表達 (3.68)	資訊科技應 用(3.74)
休閒系 (32人)	溝通表達 (3.59)	持續學習 (3.66)	問題解決 (3.67)	創新 (3.72)	資訊科技應 用(3.76)

## 六、文創學院各系診斷結果

(一)各系「職業興趣」前五順位一覽表：三個系共同興趣的職業類型是「休閒與觀光旅遊」、「教育與訓練」。

前五順位 系別	第一順位	第二順位	第三順位	第四順位	第五順位
文創系 (44 人)	藝文與影音 傳播(2.72)	休閒與觀光 旅遊(2.71)	個人及社會 服務(2.60)	教育與訓練 (2.59)	建築營造 (2.57)
英文系 (23 人)	個人及社會 服務(2.61)	休閒與觀光 旅遊(2.53)	教育與訓練 (2.42)	司法、法律 與公共安全 (2.29)	企業經營管 理(2.29)
景觀系 (35 人)	建築營造 (2.52)	教育與訓練 (2.23)	藝文與影音 傳播(2.19)	休閒與觀光 旅遊(2.15)	司法、法律 與公共安全 (2.15)

(二)文創學院各系「共通職能」-弱項能力自我評量一覽表：

弱項職能 系別	第一順位	第二順位	第三順位	第四順位	第五順位
文創系 (43 人)	持續學習 (3.74)	創新 (3.76)	問題解決 (3.79)	溝通表達 (3.82)	資訊科技應 用(3.85)
英文系 (23 人)	創新 (3.57)	持續學習 (3.60)	人際互動 (3.82)	溝通表達 (3.89)	資訊科技應 用(3.89)
景觀系 (35 人)	創新 (3.51)	問題解決 (3.52)	持續學習 (3.54)	資訊科技應 用(3.56)	溝通表達 (3.57)

### 附錄(三) 心理調適假宣傳海報



## 有時候...

學生需要的不是道理  
而是感同身受的距離~



這一次的嘗試...  
諮商輔導系且誠摯邀請師長  
與我們同行  
共同強化學生輔導支持系網絡

心理調適假

每學期**5**日

累計2日導師優先關懷  
累計3日轉介諮輔組心理師  
連續3日須檢具醫療院所或  
相關輔導機構證明

#### 為什麼需要心理調適假?

- ★給予導師合理關心學生的切入機會
- ★或許, 學生需要的只是沈澱與休息
- ★多一個管道知道有誰需要幫助
- ★告訴有心理困擾的學生, 我們在乎你