

國立勤益科技大學 113 學年度第 1 學期 導師知能研習會會議紀錄

壹、會議時間：113 年 9 月 4 日(星期三)下午 13 時 00 分

貳、會議地點：圖書資訊館 6F 國際會議廳

參、主席：陳文淵校長

肆、出席人員：全體導師及學生事務相關人員，詳如簽到名冊

伍、紀錄人員：組員何美霈、實習諮商心理師魯雅倫

一、 各單位報告

- (一) 宋孟遠學務長報告：法規進步得相當快速，除了導師之外，還有師生同仁都須留意相關法規的建置，宣導性平法規的重要性，提醒導師留意講話口語、肢體的接觸；學務處、諮商輔導組及校安中心都會提供導師相關協助，導師若在輔導學生期間有遇到憂鬱等問題，都可以與諮商輔導組進一步討論；另外，關於校安問題，包括同學發生交通意外等車禍案件，校安中心、軍訓室亦會在第一線提供協助。相關的政令例如，吸食毒品、校園禁菸等皆有賴導師協助宣導。
- (二) 進修部張蓺英主任報告：針對四技、二專大一新生，每年十月份以前較容易出現車禍事件，請導師協助宣導交通安全；導師群組已更新，相關工作將會在群組內公告，並加入班級群組；另外，二專二技之導師，9/7(六)上午將舉行新生開學典禮，鼓勵新生導師出席參與。

二、 頒獎及校長致詞

- (一) 校長頒發 112 學年度「教學傑出教師獎-教學優良獎」、「教學傑出教師獎-競賽優良獎」、「輔導服務傑出教師-輔導優良獎」及「輔導服務傑出教師-服務優良獎」。
- (二) 校長致詞:各位老師午安，導師是學生的第二個父母，開學後有賴導師的協助，首先關於交通安全的加強宣導，降低車禍數，其次是，有鑒於現代科技發展進步太快，造成同學的心理壓力，近幾年同學的心理壓力、憂鬱增加，校內設有抗壓課程、美學課程、自主學習課程，能夠使學生有效降低舒緩壓力，請導師多鼓勵同學多加參與。

另外，國際生逐年增加，今年入學新生約 428 位，國際移動率是學生必要的能力，希望同學提升自己的國際移動率，學校設有相關的獎勵機制，鼓勵學生多利用。最後，教育部對於性平規範越來越嚴格，老師也要保護自己，師長宜再注意相關言行，學務處每學期舉辦 1-2 場相關知能研習會，邀請講師提供相關知識，期望導師們可以針對一年級新生多加關照、照顧，當導師發現自己無法承擔時，可聯繫學務處，借用學校的力量一起幫助學生，期望我們今日都有所學習與收穫，再次感謝所有導師的參與。

三、講師介紹

除了性平，現在很常見的憂鬱症及心理影響生理情形，身心都很重要，尤其自殺案件的增加，因此如何協助孩子面對壓力的問題是我們需學習的。很榮幸邀請到黃之盈 諮商心理師蒞臨演講，演講主題為「孩子的叛逆，都是想求助」，謝謝各位導師。

四、專題演講

- (一) 講題：孩子的叛逆，都是想求助
- (二) 演講者：黃之盈 諮商心理師
- (三) 講題摘述：

1. I 世代大學生面對情感、挫折因應

- (1) 疫情後的改變：改寫孩子人際、家人互動模式，包括情緒情感的因應方式，由於少了真實的體驗缺乏、人與人之間失聯等，孩子沒有學習到正確的人際互動方式；在 I 世代中更大的考驗是惡意評論，人際的衝突模式已與過去世代相距甚遠。
- (2) 神經傳導物質無法代謝的垃圾：充足的睡眠能夠代謝神經傳導物質無法代謝的垃圾，但疫情大大影響睡眠、作息、人際活動，由於孩子頻繁的使用手機，影響血清素、褪黑激素的分泌，無法感受到平靜、愉悅、滿足等情緒，進而影響學習情形、情緒控制不佳。
- (3) 台灣青少年使用網路使憂鬱比例增高，研究顯示，使用時間越長，越不滿意，與多巴胺的分泌有關，產生不安、空虛、煩躁的感覺。

2. 數位性暴力

- (1) 戀愛型態的改變:現今戀愛型態、順序的改變，在關係中除了會出現不信任感、挫折感外，報復式色情、ghoasting 戀情開始出現，因此當面對新興的戀情型態出現時，我們若仍用過去的觀點去協助、勸導時，容易與孩子產生隔閡。
- (2) 邊界感:孩子對於師長容易有邊界感，但是對於陌生人的邊界感很模糊、沒有設防的，而親密關係是少數允許成年人行為幼稚的方式之一，是一個新的經驗讓孩子能夠輕易地置放一切。
- (3) 網路詐騙的手法: 用話術誘騙孩子交換私密照(如:減肥產品前後照)，當孩子的人設包袱越多，被誘騙的機率越高，孩子認為網戀比奔現更安全，但用視訊裸聊、交換私密照以確保感情是穩固的；另一個手法是打工誘騙，在大學時期很常見，不斷更新的手法，當孩子猶豫疑惑向我們求助時，可以提供資訊給他們。
- (4) 跟蹤騷擾:孩子在生活中習慣拍照打卡、IG 人際圈，都是容易被犯罪集團攻略的，讓孩子誤以為跟自己的生活圈有重疊、有共同的話題或是很有緣份。
- (5) 詐騙話術養套殺:對於自己沒有自信的孩子，在這些充滿寵溺的語言、情境中更容易迷失自己

3. 如何預防數位性暴力:

- (1) 即使是有高度安全性，還是會被竊取。
- (2) 任何上傳到網路上的內容都可能無法完全刪除
- (3) 凡走過必留下線上痕跡，網路上所做的事影響自身名譽。
- (4) 沒有網站或應用程式是絕對安全的。
- (5) 網路上任何人都可以任意偽裝。
- (6) 在網路上任意攻擊、騷擾、勒索、霸凌他人，都會觸法。

4. **回歸現實人際快速應變清單:**讓孩子知道信任感及心理安全感重要性，可以幫助我們在社會上、關係中產生更好的互動回應模式，但不應該淪為犯案手法。
5. **求助管道:**
 - (1) 警-警察局:了解案情、移除影像
 - (2) 檢-IWIN:要求網站、刪除下架
 - (3) 救-婦女救援基金會:(02)25558595*31
 - (4) 我-家防中心:113 家庭暴力防治
6. **當孩子求助時該如何回應:**從「掙扎」、「衝突」、「矛盾」、「難為」的情緒給予孩子同理；情緒沒有對錯，每個心情的背後都有重要的訊息須被理解，當情緒被認可時，會減緩當下的情緒反應，因此減少個人經驗的回應或建議，也可避免讓孩子感覺到隱私被侵犯。

五、結語：

請導師填寫回饋表，感謝今天老師們的出席，今天的會議到此結束。

六、散會：15 時 13 分。