

你聽，我說 — 探討及學習與家庭間的關係

輔導室以「家人關係」為主軸，由導師透過影片、宣導投影片，在班會課和學生討論家庭間的溝通樣貌，更藉由同儕相互分享各自與家人相處的撇步，相互學習。期待學生都能更自在地與家人溝通。

輔導室 王禹智老師



一、 本次觀賞YT影片

影片1



公益微电影【你聽，我說】
YT頻道：科林助聽器

影片2



跟爸媽溝通總是讓你心很累嗎？
來試試溝通練習吧！
YT頻道：青春發言人

二、 宣導投影片截圖



- (3) 不不斷對方說話。
 - (4) 家長可以和孩子站同一邊，不要直接否定或替他人說話。
- (三) 如果再遇到相似的不順暢的經驗，你會怎麼跟家人說呢？

「這個決定我想了很久，老師也說過有興趣最重要，沒有興趣很難支撐你好好學習，而不是一直上不喜歡的課。希望你支持我。」.....21613 謝奇辰

以我和他的角度去做分析，並提出利害關係，在兩人的意見及角度之中，尋找出最適合雙方意見溝通的方法。.....11220 張宇彤

我會找到對的時機把我想說的趁機說出來，表達我的想法，當彼此情緒很濃烈的時候，通常都會聽不進去對方想傳達的，所以我會等家人冷靜，再說出我的想法。.....00313 李浥寧

(四) 分享一個自己與家人的溝通順暢、成功的小秘訣！

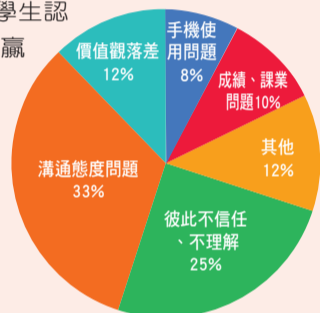
態度很重要，不能沒禮貌。且要懂得換位思考，不要都只用自己的立場去判斷事情。.....20525 陳可琴

在溝通前先說「我可以和你說一件事嗎？」才不會太突然的就被指責或糾正。.....21727 陳珮璇

我之前有一次利用設立一個目標讓自己達到來跟家人溝通，家人非常開心我成功達成目標，那次的聊天跟溝通也非常的順暢。.....01009 陳毅愷

三、 針對全校學生回覆，了解學生面對家人關係的看法。

(一) 學生觀察到自己與家人溝通的雷點，發現其中三成學生認為雙方溝通態度常常阻礙親子間的溝通，包括想講贏對方、對彼此沒有耐心、習慣帶情緒對話及言語中否定貶低對方；其次為對彼此不信任、不理解，多數學生反映家長根本不願聽想法、解釋，而學生認為隨著時代不同，觀點也要有所調整。



(二) 學生期待與家人溝通中，在意以下幾點：

- (1) 家長可以嘗試尊重與理解自己、接納不同意見。
- (2) 避免堅持自己的觀點，可以好好的分析討論。

輔導活動點滴

活動類別	活動名稱	對象	活動方式	實施日期
家長成長 / 家庭教育	學校日暨親師座談會	全校親師	綜合座談、分科座談、分班座談	112.9.9
	家長成長研習：越愛越痛？親密關係如何影響我的親子關係？	全校親師	講座	112.10.25
	家庭教育課程班會宣導	全校學生	分班辦理	112.12.15
教師輔導知能研習	家暴性侵及兒少保護防治研習	全校教職員工	講座、測驗	112.8.23
	教師BSRS-5簡式健康量表篩檢及知能研習	全校教職員工	量表篩檢、研習(線上)	112.10.18-112.10.25
	認輔會議暨認輔知能研習(主題:輔導中的療癒因子)	全校教師	會議、講座	112.10.26
	焦點解決取向團體督導個案研討	輔導教師	個案研討	112.12.8
心理測驗	藝術治療研習:安靜登出一藝術療癒超展開	全校教師	講座、創作體驗	112.12.15
	大考中心興趣量表施測、解測	高一學生	線上測驗	112.10-12月
生涯 / 升學輔導	校友經驗傳承	高三學生	分科辦理	112.8.25-112.9.7
	高一定向輔導(校長主任場)	高一學生	座談	112.10.27、112.11.10、112.11.17
	高一定向輔導(分科場)	高一學生	分科座談	112.10.1-112.11.20
	高三「學習歷程檔案」專題講座	高三學生	講座	112.10.20
	國立雲林科技大學一日新鮮人參訪活動	有意願同學	參訪	112.11.25
性別平等教育	大學暨技專校院升學博覽會	全校學生	博覽會	112.12.20
	性別平等教育宣導:一網情深一網路交友與自我保護	高一、高二學生	講座	112.11.17
生命教育	性平小論文「科技生活中的性別平等教育」	高一、高二學生	小論文競賽	112.12.18
	學生BSRS-5簡式健康量表篩檢	全校學生	量表篩檢	112.10.6
	生命教育宣導(主題: 1.我在-因為你的愛-器官捐贈與移植 2.那場交通意外之後-腦死與植物人)	高一廣設、室設科學生	講座	112.11.17
新住民/ 多元文化	自我探索藝術手作課程研習「流體熊創作DIY-開啟內在自我的對話」	穩定就學方案學生	講座、創作體驗	113.1.5
	多元文化週: 世界各地文化的成年禮	全校學生	宣導	112.10.23-112.10.27
刊物編輯	升學輔導手冊25輯	全校學生	刊物	113.1.12
	松商輔訊89期	全校學生	刊物	113.1.12





發行單位：臺北市立松山高級商業家事職業學校
 發行人：張瑞賓
 總策畫：張藝馨
 主編：許曉玲
 執行編輯：李思賢、林佳蓉、王禹智、賴珮瑄
 編輯單位：輔導室
 聯絡電話：(02)2726-1118轉700、711
 地址：110035臺北市信義區松山路655號
 傳真：(02)2346-1592
 設計印刷：葉林印刷設計有限公司

校長的話



這學期師生表現都很亮眼，像是全國技藝競賽部分室內設計職種以及商業簡報職種都獲得全國第1名的殊榮，還有臺北市行動研究獲得高職組團體第2名，另外，在臺北市優質學校評選也一舉榮獲2座單項優質獎：「學校領導」及「校園營造」。更難能可貴的是睽違了7年，繼105年之後，本校優質的教學團隊於今(112)年再次榮獲教育部教學卓越獎最高榮譽「金質獎」。

能夠再次獲得教育部教學卓越獎，正是印證松商教學團隊的卓越與優質，也給予所有松商師生無比的榮譽。本次獲獎團隊是由技高前導學校計畫挹注之校訂必修課程「閱思歷」

「閱思歷」的精心開發與推動，該課程提供了一套完整的研究方法、思考分析及邏輯表達技巧，可應用於學生的自主學習計畫，並被譽為「專題實作」的最佳前導課程。

「閱思歷」課程的發想其實是一群老師們擔憂目前學生的學習狀況和態度，若要改變現狀，唯有透過長期的課程才能讓學生深入的學習。松商的孩子個性活潑有想法，但不清楚自己的定位和認同。因此，我們應該給予學生思維的訓練，帶領學生透

過閱讀的累積，訓練深度的思考及多面向的感知與體悟。松商的孩子最需要的是如何透過閱讀、思考、明辨及表達建立負責與當責的習慣。

所以在構思本課程時，團隊是從「學生永遠是教學的主體」出發，秉持著「做中學」、「學中做」的概念，承繼「閱讀松商」、「專業松商」到「文創松商」的進路，希望達到下列三個目標：

- 一、自我覺察與溝通協調—從「我」到「我們」：看見自己的特質與優點，耕耘閱讀挹注生命能量，透過表達與溝通享受合作學習的快樂。
- 二、環境永續與生活美學—從「我們」到「我們的環境」：融入環境以創造優勢，聚焦人文觸動美感體驗，透過觀察現象品味探索與創意的趣味。
- 三、議題導入與資料蒐集—從「我與他人」到「我與環境的對話」：拓展視野以盱衡國際，看見議題激發同理關懷，透過資料蒐集展開自己與環境的對話。

整個「閱思歷」課程緊扣上述三大目標，並配合108課綱三面九項的核心素養，作課程設計，以九宮格的曼陀羅思考法與Xmind的線上實作，引導學生探索自己過去、認識現在及規劃未來；並以學校地景一行詩串聯學生與校園的連結，並透過實地踏查永春陂濕地公園，瞭解在地人文，進而以SDGs永續目標探討地球人類迫切需要的議題，引導學生理解公民責任的意義與付諸行動的重要性。期冀松商學子能夠成為愛閱讀、重思考、有創意、樂合作、恆關懷的技高專業人才。

最後，要感謝所有松商的老師，為了學生無私的奉獻，更要感謝團隊成員為了孵出「閱思歷」課程所付出的心血，我一直深信「一個人雖然走得快，但是一群人才能走得久」，松商團隊的這一群人正是有相同的目標，所以我們才能走得長長久久。

松商榮譽榜 112.06
112.12

賀 本校閱思歷學團隊榮獲112學年度教育部教學卓越獎最高榮譽金質獎!
賀 本校榮獲技術暨綜合型高中數學領域適性教學教材研發實驗計畫112年度績優學校!

【教師專業發展】

更多獎項請參閱本校網頁〈松商榮譽〉www.ssvs.tp.edu.tw
 〈臉書〉松商好事多-ssvs news

參賽項目	參賽成果	參賽作品	得獎教師
臺北市112年度交通安全創意教學教材徵選	第二名	線在開車號誌要知意	田立德、黃曦惟
臺北市第24屆行動研究高職組	優選	樂『池』步『陂』：永春陂濕地公園生態觀光地圖創作—高職優質化素養導向教案之實踐與反思	高麗真、邱麗滿、黃昱輝
		「2023台灣燈會在台北」信義展區延伸設計案專業創新設計及服務學習	張文諤、李銘龍
	佳作	「丟丟蛋仔」—緩衝包材設計	李育萱
		環保的數學課_數位學習	楊曉靜、張琇雅、王韋能
		「會計接力賽，伙伙一起FUN。」	林亭妤
	入選	和諧的人地關係：大洋洲生態旅行	陳惠芬
探討金融產品課程對提升職場實習成效之研究		楊淑杏、李婉儀、陳姿燕、周佳瑩	
高職二年級數學科學藝競賽試題與結果探析		吳家豪、胡書銘	
偶心防護國防凝聚學生向心力		田立德、黃曦惟	
		臺灣人幫贊人校園學生門相共	田立德、黃曦惟

【全國技藝競賽】

參賽項目	職種	競賽成果	得獎學生	指導教師
112學年度全國高級中等學校學生家事類技藝競賽	室內設計	金手獎第一名	317班江忠鴻	張文諤
		金手獎第三名	316班吳泓諤	
		團體組第一名	316班吳泓諤 317班江忠鴻	
112學年度全國高級中等學校學生商業類技藝競賽	商業簡報	金手獎第一名	310班李宥蝶	朱志娟、游世文
	職場英文	優勝第八名	306班尹彥婷	劉翰瑜
	電腦繪圖	優勝第十四名	312班苗維芸	溫婉伶

【小論文競賽】

類別	得獎學生	指導教師	作品標題	名次
臺北市112年度「科技生活中的性別平等教育」議題探究小論文競賽	208班黃珮潔、黃柏嶠、張博智	劉俞伶、賴珮瑄	「他笑了，她呢？」—網路迷因背後的性別刻板印象	佳作
中學生網站商業類小論文競賽	301班周佩儒、解子嫻、許芳瑄	朱志娟	茶韻春風-翰林茶館vs春水堂之行銷策略滿意度IPA分析	特優
	302班張珊珊、江宇婕、蕭亦陞	陳玉玟	人間實「藏」美食，「壽」人喜愛及「司」念的日式料理-探究「藏壽司」之行銷策略與顧客滿意度	優等

【中學生網站讀書心得競賽】

作品標題	競賽成果	得獎學生	指導教師
青少年犯罪的界線	特優	206班張庭綺	龔妍如
出租大叔	優等	203班高巍寧	龔妍如
面對死亡的勇氣		301班李珮華	王秋文

【社團表現】

參賽項目	競賽成果	得獎學生/社團	指導教師
臺北市112學年度學生音樂比賽團體組	優等	管樂隊	張銀盛
臺北市112學年度學生音樂銅管五重奏	東區第一名	311班林哲毅、213班陳曼伊、張庭綺、216班蔡侑臻、208班林巧蕙	

【學術類競賽】

參賽項目	競賽成果	得獎學生	指導教師
112年度全國國語文競賽	撒奇萊雅族語優等	113班林以	無
	太魯閣族語甲等	216班巫方濟	吳秀蘭(校外)
臺北市112學年度技術性高中英語簡報比賽	第一名	305班楊勝遠、205班吳宜芯、柯又恩 206班楊子萱、黃以雯	蔡澄怡

【技藝類競賽】

參賽項目	競賽成果	得獎學生	指導教師	
112學年度全國學生美術比賽	漫畫類-佳作	313班王彥智	邱逸民	
臺北市112學年度學生美術比賽	平面設計類	東區第一名	313班蔡秉臻	溫婉伶
		東區第二名	216班林品銓	無
	漫畫類	東區第一名	311班楊采霖	溫婉伶
		東區第二名	211班王妍妍	施依惠
		東區第三名(普通班)	313班陳彥芷	邱逸民
	亞洲傑出精英藝術節大賽2023繪畫類	亞軍	216班林品銓	無
第八屆copic台灣ACG原創插畫大賽高中職組	金獎	313班陳彥芷	邱逸民	
	優選	312班陳姿妤		
2023資訊月海報比賽	第二名	313班張家語	何笏綺	
2023 Hi Cafe「台灣就。很。美」光泉文教基金會咖啡杯設計比賽 學生組	佳作	316班吳泓諤、316班王品驊 317班江忠鴻	張文諤	
臺北市教育局「校園食品我懂選！」四格漫畫繪畫比賽	優勝	216班王郁婷、216班王郁婷 216班李秉洋、216班陳子萱		
2023全國高中職投資競賽	全國第一名	314班陳建達	游麗卿	
112學年度致理科大第三屆全國國貿暨跨境電商知識大賽	第三名	203班金芸安、張采瑛、劉珊宇	游麗卿	
112資訊月資訊應用技能競賽—會計資訊與財務分析(北區)個人組	優勝	321班阮昱倫	郭佩怡	

【體育競賽】

競賽項目	得獎學生	名次	指導教師
桌球	2023北馬其頓青少年公開賽明星站(混合U19)張佑安、鄭樺瑜	1	江鈞維、許展銘、謝人傑、加山兵伍
	2023澳洲達爾文青少年公開賽(男子U17單打)洪敬愷		
游泳	臺北市112學年度教育盃中等學校桌球錦標賽(高男團體)張佑安、張秉丞、林晉頤、陳奕騰、劉士銘、周秉澄、何勝恩、施佳宏、洪敬愷、楊皓任、陳宜樂、蔡曉安	1	羅仕果
	112年全國北區B游泳錦標賽(15-17歲女子組400混接)王禹心、蔡心瑜、曾鈺婷、邱子恩		
鐵人三項	112年全國北區B游泳錦標賽(15-17歲女子組400自接)曾鈺婷、許凱熾、王禹心、邱子恩	1	羅仕果
	2023福隆LVAV鐵人三項錦標賽(女子15-18全程賽515)許凱熾		
跆拳道	(混合接力全程賽515)林芮誼、高碩亨、姜尚宜	1	李後坤、張瀚文
	2023年亞洲跆拳道品勢錦標賽(青少年男子公認品勢團體)王敘名、鄧文智		
	112年全國青少年跆拳道錦標賽(品勢個人)蔡和軒		
田徑	112年全國總統盃跆拳道錦標賽(品勢團體)蔡和軒、王敘帆、王敘名	1	高嘉慶
	112年桃園盃全國分齡田徑賽(U20女生組800公尺)劉禮媽		



越挫越勇，追尋無侷限的人生！

教務處 柳景沅主任



追尋內心的聲音，勇敢尋找人生方向，是每位學子在蔚藍大海上航行的旅程。這條航道並非平坦的大道，而是需要我們不斷開創、探索的未知。

然而，在追尋的過程中，我們可能會因為遭遇挑戰、挫折而迷茫，但正是這些經歷，讓我們更加堅韌，更加成熟。有個芬蘭的遊戲叫Angry Bird，曾經風靡一時，好多人為了破關，下載了它不斷地練習，用僅有的幾隻鳥兒當砲彈，歷經一次次失敗，然後一次次再來，不斷累積經驗，終能到更高更高的關卡。在這遊戲裡，每次失敗都是寶貴的經驗，是下個成功的基石。

而人生是一個更大、更重要的賽場，挑戰也更多元。因為這個賽場關乎生計維持，更影響人生成就，除了要有專業能力，表達能力、人際關係、情緒管理、健康管理...也都不可或缺，每個面向都有好多東西需要學習。因此，常保好奇心隨時學習就很重要。不要害怕嘗試新的事物，因為嘗試，我們才能發現自己的潛力。更不要害怕失敗，每一次失敗都能積累寶貴的經驗，這些經驗，將內化成你闖天下的本領。做越困難的事，帶來的成長就越大，越是挑戰自己的極限，你才能走出無侷限的人生。

我們常聽到同學說「年輕只有一次」、「青春不要留白」等等的話，總希望做出一些驚天動地的事，證明自己、肯定自己，為自己的高中烙下不滅的印記。於是有人參加了歌唱比賽；有人在接力賽跑時大秀「兔步」；也有人花了非常多的時間練球、練技術、練跳舞、練證照...，每一種努力都是青春的印記，每一個腳印也都是成長的證明。在一次次嘗試中，生命會自然找到出口，找到屬於自己的人生方向，發現那片屬於自己的蔚藍海洋。

上個月我到歐洲參訪，幸運地參觀了瑞士琉森Schulhaus Staffeln小學。我發現這所小學非常厲害，從幼稚園到國小，各種課程都在為學生提供試探、體驗而存在。

如下圖，幼稚園的園藝體驗工具及真正在使用髒兮兮的工作褲：

這個部分讓我很是驚訝，有別於臺灣父母將孩子保護得過於周到，怕髒、怕苦、怕難。但瑞士的體制倒是很鼓勵孩子要勇於嘗試，連幼稚園也不例外。嘗試練習的結果固然會挫折、會弄髒，但這也是人生經驗寶貴的一環。



然後是國小學生，他們正在上木工課，孩子們正在親手做桌球拍：

這種很務實的體驗課程，提供孩子多元的試探，即使木工工具有危險性，老師仍要在注意安全的前提下讓同學勇敢去練習，去為他們未來的人生方向做各種可能性的嘗試。

同學們，為了你的未來，勇敢嘗試吧！只要不傷天害理，多嘗試新事物、多練習、多試探、多與人相處、多累積經驗，都是好的。想要人生活得精采，這些根基就得建得又硬又紮實。等到有一天，到了要選擇人生方向的時候，你就不會因為對未來了解得太少而選擇障礙。



112學年度全國高級中等學校學生技藝競賽成績優異

商業簡報職種



金手獎第一名選手：310班李育蝶技藝競賽培訓心得

從校內比拚到最後全國比賽，一路走來坎坷且艱辛，回想當初頂著各種壓力義無反顧只為成為選手，煎熬的訓練之路，有無數時刻想過放棄，在學科無法達到理想成績；在術科做不出來時，想到指導老師的栽培、身旁人的支持使我堅持走到最後一刻。

培訓結束後獨自走在回家路上，心中冒出努力拼搏成為選手究竟為了什麼？比賽結束鈴聲響起那刻，我得到了答案，「努力是為了更好的自己」，讓自己在完成時獲得意想不到的喜悅及有更多選擇的機會。總有人說選手是孤獨的，曾經不聽信，後來漸漸體會到，和別人走不一樣的道路，寂寞是家常便飯，或許過程中失去很多，卻學到不一樣的技能。人生道路千萬條，很感謝松商給予各種資源及機會讓我能去探索，多元發展自我，不拘束於一條道路。

室內設計職種



金手獎第一名選手：317班江忠鴻技藝競賽培訓心得

在這段當選手的時間內，學習到了很多不同的知識，做了很多以前沒做過的事情，在這段時間內也付出了很多的努力。

從暑假開始跟著一群有著夢想的人一起努力爭取這個機會，學習了更加專業的製圖知識，也認識了台灣不同地方的選手，跟著設計圈很有實力的老師學習技法，是個很棒的體驗。

在當選手的這段時間，也付出了很多的努力，不是在畫圖就在背學科，一天一張圖、變三天四張，再變一天四張、半天四張，製圖越來越細緻，當然在過程中也遇到了很多的問題：輕重線怎麼分、裝飾線怎麼讓畫面豐富、格局配置、彩透角度、上色方式...不斷的發現問題、解決問題、刻意練習。從一張線條粗糙很不討喜的圖面，變成了有手感的線條，專業的配置空間。當了選手後才發現，以前選手們風光的背後是多麼的努力，不是能用想像的辛勞，而是必須去實踐的過程，和不確定結果的那種焦慮。

我們付出了這麼多的努力，從早上到晚上九點不斷的練習，偶爾我們還會不小心暈一下。不過十分鐘就會醒來、繼續練習；因為這麼的努力，會更期待自己能得獎的那一刻。自己有好結果，為自己感到欣慰、也看到自己的成長，這是很棒的過程、很棒的體驗。



金手獎第三名選手：316班吳泓諳技藝競賽培訓心得

成功需要嘗試，實現理想需要嘗試，個人的成長和進步，更離不開嘗試。在老師的建議下，嘗試了參加室內設計技藝競賽選手的選拔，不斷的累積經驗、對這項專業有了更深入的了解，最終過關斬將，經過不斷地篩選，成功當上了正選手代表學校參加比賽。當上正選手後緊鑼密鼓的加緊訓練、向指導老師學習準備未來的比賽，過程真的很辛苦，但相信這一切都是值得的。「要想完美，必須傷痕累累」這是我的座右銘，儘管過程中會遭遇到很多挫敗，但我堅信這些經驗都能化為我成功的養分，在失敗中爬起勇於面對及改正，保持著謙卑及感恩的心，時時刻刻的提醒自己不斷努力進步。所謂山外有山，人外有人，藉技藝競賽這個機會拓展自己的視野，在高手雲集的競賽中相互成長。謝謝松山家商室內設計科各個老師們，因為有你們的

教導及付出，我才能學到那麼多東西，也非常感謝一路走來，陪我們一起打拼的指導老師：張文諳老師，謝謝你每天都陪我們到很晚，一起共同度過許多艱難的關卡。



團體獎第一名指導老師：張文諳培訓心得

全國技藝競賽為各校菁英選手之盛事，室內設計職種的學生，以技術型高級中等學校設計群科課程綱要之五個科目為主的競賽範圍，必須在四個小時內完成25坪以下之住宅空間型態設計規劃，是相當專業且極具挑戰的競賽。

在108課綱施行後，本校室內設計課程內容依循室內設計與製圖實作內容綱要及單元主題參照，學生已經具備完整的室內設計實務、設計製圖等能力。因此在選手甄選時難分軒輊，展現本校學生優異的專業成果。近年來的技藝競賽題型相當靈活，在後疫時代後更顯空間設計的機能與多元題型的重要應用，今年培訓期間特別針對時事性多元空間進行實務分析與設計應用的練習規劃，更在開學前藉由業界設計師資源與室內乙級證照課程培訓作為基底，提高賽事的專業度與實務著實著應用。

除了專業實務培養外，我們更重視選手的心理素養與特質。再學習謙卑心態、時間自主規劃外，更學習對於材料的珍惜尊重，讓選手更具備的設計者宏觀的責任，能在競賽時要穩定沉著，冷靜分析每一道題目，金手展才完美呈現。感謝室內設計科所有老師在培訓期間的支持與打氣，實習處扮演最大後勤支援作為參賽師生的後盾。



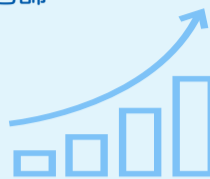
如何開始製作學習歷程檔案備審資料

輔導室 李思賢老師



一、如何開始製作學習歷程檔案備審資料？

- 1.蒐集申請學校的相關資訊及審查資料準備指引。
- 2.找出自己的亮點，例如：個人特質、核心能力、與申請科系的連結性等。
- 3.組織個人亮點(透過那些評審項目，以何種方式呈現出自己的亮點，並用作品即獲各項資料佐證)。
- 4.備審資料的呈現，是否涵蓋封面/目錄、內容格式與排版的一致性、協調性。
- 5.再次檢查是否有錯字、是否有上傳成功。



二、課程學習成果/多元表現的準備方向

常見狀況

- 1.原封不動將專題作品上傳。
- 2.僅上傳課程學習單、作業。

建議方向

- 先以1-2頁摘要以下內容：
- 1.說明製作專題的動機/目的，以及對產業、領域或社會...等貢獻。
 - 2.製作專題時遇到那些困難?如何克服?
 - 3.製作專題的收穫與啟發。該專題取得那些成就(校內/區域/全國性)做區分。並輔以資料佐證，以及你在此專題的貢獻。
 - 4.最後附上該專題作品。

三、學習歷程自述的準備方向

可從招策會「四技二專各入學管道審查資料準備指引查詢平台」中了解各校系甄選入學招生選才的內涵。

(一)家庭背景

常見狀況

平鋪直述的進行家庭成員介紹，如：家中五位成員...

建議方向

簡要說明家庭因素如何形塑個人特質，以及影響、啟發、學習、興趣專長和科系的選擇等。

(二)學習經歷

常見狀況

單純描述求學經歷。

建議方向

- 1.描述求學過程中的特殊經歷、個人或團體表現。
- 2.在過程中如何克服、獲得哪些成長、收穫和啟發，並從中凸顯出個人特質、具備哪些核心能力等個人特色。

(三)就讀動機

常見狀況

不同校系都用同一份資料，如：A校資料投到B校。

建議方向

- 1.說明申請校系的特色(校園風氣、課程規劃、師資設備、課外活動豐富性、國際交流機會等)。
- 2.如何與前述的學習歷程進行連結(例如:已具備哪些符合申請校系所需的知識和技能;申請的校系如何幫助自己實現未來的展望?)。

(四)未來學習計畫與生涯規劃

常見狀況

空洞不夠具體，沒有明確方法。

建議方向

- 1.可從時間軸(近程：入學前的準備、中程：大學四年期間、遠程：畢業後的生涯規劃)，具體描述透過那些管道或工具，來幫助自己補足先備知識及技能，運用哪些學習方式幫助自己達到什麼具體的目標和能力。
- 2.略述未來的生涯展望。

生命教育週會宣導講座

生命教育週會宣導講座

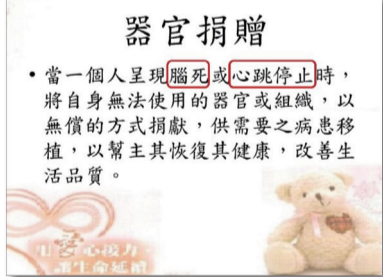
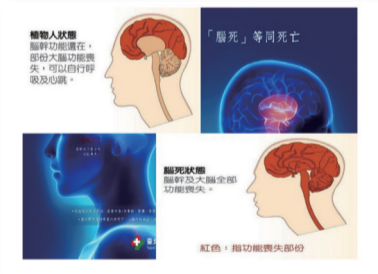


時間：112年11月17日

地點：視聽中心

主題：1.我在~因為妳的愛-器官捐贈與移植
2.那場交通意外之後~腦死與植物人

主講人：臺北市立萬芳醫院 賴惠鈴護理師
(器官移植中心/器官捐贈移植協調員)



同學回饋及心得分享~

聽完今天的講座宣導，其中令你印象最深刻的內容、片段和學習是...?為什麼?

- ♥ 台大女醫師曾御慈腦死拔管器官捐贈，這是我今天覺得印象最深刻，最痛心也最有愛的一則訊息，腦死後還把器官捐出真的是非常善良。(11711陳柏宏)
- ♥ 聽到今天講師說到發生交通事故的第3名是在我們這個世紀，明明我們只能騎腳踏車而已，死亡率卻這麼高，真的非常意外。(21318林昕瑩)
- ♥ 蕭智謙同學父母的大愛令我最為印象深刻。為了大愛而放下了自己對兒子的小愛，家屬那難過的神情，使我情感波動。認為這對家人來說非常悲傷。(21107謝其恩)
- ♥ 聽見講師說「我的每個病人得醫治時都意味著有一人死亡」，瞬間感受到器官捐贈的偉大，也感受到生與死的距離，貌似就在一夕之間。(21115洪采聯)

聽完今天的講座，你的心得與感想是.....?

- ♥ 我覺得每一位器官捐贈者或移植者都很偉大!他們就跟天使一樣挽救許多的生命。(21729黃杏榕)
- ♥ 我覺得人生無常，生死離別是真實存在的，而且是必定發生的，要珍惜當下，過好每分每秒。(11607向文鈺)
- ♥ 我覺得那些願意捐出器官的人和家人都非常勇敢，忍著心裡的痛把心愛的家人的身體一部分給有需要的人。(21229劉進升)

關於生命和意外，或是「器官捐贈」我有些話或心情想說(心中的困擾、自己或他人的故事經驗都可分享)

- ♥ 曾經有個親戚因車禍成了植物人，他的家人最後決定要做器官捐贈，當時的我並不理解，為什麼親戚他們不能繼續讓他活著，但到了現在我稍微理解器官捐贈的意義了，也希望車禍這些意外可以下降，讓每個家庭都不會有缺陷。(21318林昕瑩)
- ♥ 之前有個親戚抽菸抽太多，導致肺部受損，所以他的肺是別人捐給他的，因此他也格外感謝那些願意為他人而捐贈自己器官的人。(21229劉進升)
- ♥ 正因為如今人體器官的緊缺，才造成了各國家人口販子對於人口交易的積極與猖獗。讓那些非富即貴的權貴不需排隊就能做器官的移植手術。(21210余莉潔)