

心靈捕手-導師電子報 第 83 期
有話想跟導師說?

發行人:蔡一鳴學務長

總編輯:黃宏宇主任

執行編輯:學輔中心

發行日期:109/06/10

本期簡介

六月，是個生氣勃勃的月份，有些同學與大學生涯就此離別，準備邁向新的人生旅途；有些同學帶著熱切期待的心迎接暑假，將往下個年級的壓力先放在一旁；同時還有一批大學新鮮人正懷抱著對未來的美好想像，期待卻又躊躇地踏入校園大門。大學生涯像是顆糖果，在不同時期咀嚼著不同的滋味，有些酸甜，有時也會苦澀，在同學品嚐著大學生活甘苦時，導師們是重要的調味者，讓可能遇到的酸苦不那麼難入口。為了瞭解同學們正在經歷的滋味為何，也希望能聽聽同學們對於「導師」這個角色的想法以及期待得到的幫助，學輔中心在第 83 期導師電子報舉辦了問卷調查，回收博愛校區 71 份問卷，和導師們聊聊大學生們現在的想法，期待可以搭建起溝通的橋梁。

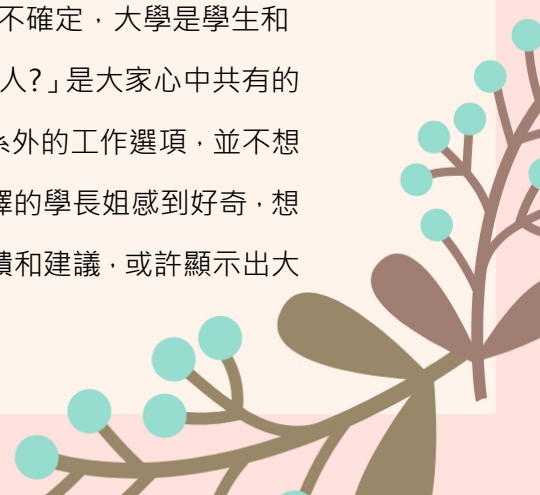
大學生的酸苦：

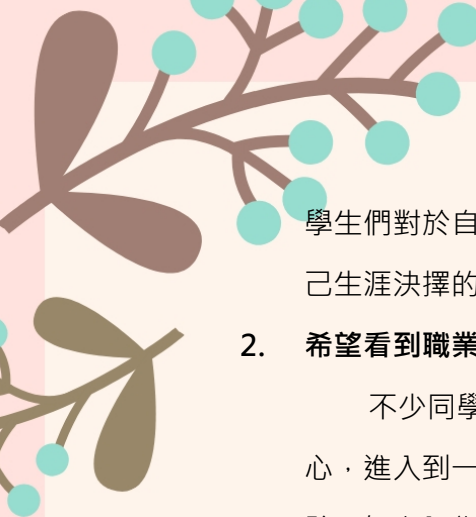
回收的 71 份問卷中，只有一位同學表示並不知道班上的導師是誰，也從未和導師有所接觸，而其他同學皆表示在目前為止的大學生涯中，或多或少都與導師有過互動，其中最常的互動的時機為課堂上、班會課，其次是走廊遇到的寒暄關心，另外導生聚也是一個常接觸到導師的時機。

大學生們在學校生活中會遭遇多種困擾和挑戰，但並非所有的困擾都希望導師能夠介入幫忙，從回收的問卷中發現同學們最希望導師協助有關生涯上的困難(80.3%)，而課業問題(67.6%)以及人際困擾(19.7%)則分別為第二和第三，顯示了大學生們或許不需要全面性的照顧關心，而是期待導師可以在未來發展、學校課業上給予建議回饋。

1. 對於未來的不確定：

在調查問卷中有超過一半的學生提到對於生涯上感到不確定，大學是學生和社會新鮮人兩種身分的過渡地帶，「未來會成為怎麼樣的大人？」是大家心中共有的困惑，在問卷中也發現，部份學生希望可以瞭解到除本科系外的工作選項，並不想被科系所學窄化束縛，另外也有學生對於過去經歷生涯抉擇的學長姐感到好奇，想要知道學長姐畢業後的工作出入。這些對於生涯困擾的回饋和建議，或許顯示出大





學生們對於自己的未來並沒有太多信心，希望可以透過一個典範或是引導來當做自己生涯決擇的依據。

2. 希望看到職業上的楷模：

不少同學提到自己雖然已經確認未來的方向，但對於職場還是有不少的擔心，進入到一個未知的環境難免會感到焦慮不安，同學們希望聽到些工作上的經驗，在踏入職場後能有更安心的感受。同學們建議若能邀請業界講師來班上分享在行業中闖蕩的心路歷程，或是導師能用自身經驗去引導示範，教導學生們自己在專業上的知識，如某個自己擅長的治療學派、繪畫的方式等，都能使學生們受益良多。

3. 在人際上的不適應：

大學生活和高中總是和同學被迫綁在一起的人際型態截然不同，大學生們的課程選擇多元，課外也有不同的活動可以嘗試，但相對來說人際的連結便較為薄弱，部份同學在人際上的適應感到困難，不論是因為人際上面感到的孤獨或是衝突，這些人際上的渾沌都是青春必經的成長經驗，學生也期待著導師適時的伸出援手化解尷尬困境，如幫忙落單時分組、調停嚴重衝突等。

大學生的期待：

大學生對於以上的困難，有他們期待被幫助的方式，導師們可以參考學生們的想法，並評估自己可以給予的協助，這些協助都將是一盞燈火，引領學生們更能適得其所。

1. 舉辦分享講座：


根據問卷中，透過班會課和導生有接觸的比率約 78.6%，也就是將近八成左右的學生會透過班會課與導師互動，同學們對於生涯、未來職業的不確定，希望可以有些學長姐或業界講師的分享，班會課或許是一個很好運用的時間，導師可以根據學生的需求，邀請相關講者辦理演講，學輔中心也有提供生涯相關的講座、測驗，歡迎導師們提出申請。

2. 協助安排時間規劃：

市立大學為一所綜合型大學，部份學生會選擇修習教程或是雙主修、輔系，時間的安排對於他們格外重要，若是沒有安排好，容易會有衝堂、無法趕上考試檢定等狀況出現，同學們希望導師可以根據過往輔導學生安排的經驗，協助自己規劃時間進度，讓自己能在有限的時間裡，達到最有效率的學習規劃。

3. 日常關心：





部分學生認為在走廊上遇到或是下課時，導師的簡單關心變讓自己感到窩心，日常關心也有助於篩選出需要幫助的同學們，進一步的接受各種資源的協助。導師們隨口一問的關懷，雖然看似微小，卻也溫暖同學們的內心。

大學生的感謝：

在這次的問卷中，也看到除了同學們的期待，也有很多對於導師的暖心感謝，因篇幅有限，以下整理出幾個在互動中感謝導師的部分，傳達學生們的心意。

在過去和導師的互動中，想謝謝導師的部份....

謝謝老師關心學生，學生遇到難題都會幫忙處理。很關心我們，假日遇到還會幫我們開教室讓我們讀書。

感謝導師聽我說未來的生涯規劃，且給我許多實質的建議。

有次私下和老師說自己未來生涯徬徨的事，老師與我小聊一下，雖然僅是一句：你真的都想好了嗎？我感到被關懷的溫暖，或許也是因為自己是轉學生，比較沒有在學校與人互動的緣故，老師給予的關心我都很感動。

前陣子因為同時有很多事情，壓力蠻大的。沒想到老師竟然看得出來還私底下關心，覺得老師好厲害也好讓人安心，很感謝她這麼默默關心我們。

平常申請獎學金都需要老師幫忙簽名或寫推薦函，老師都很熱情用心，平常也會關心我的學習與心情狀態，並提醒大家規劃畢業後的發展方向、及早準備。

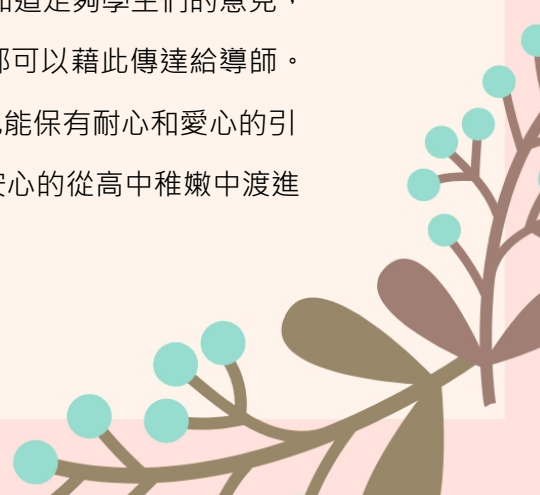
老師跟我們的媽媽一樣，很疼我們也給我們很多的自主空間！遇到困難時也會詢問我們是否需要協助，給了我們很多愛與溫暖，最喜歡老師！

感謝老師和我們說明未來修課的規劃 修讀輔系與加註專長的問題，而且還替班上同學辦慶生會、同樂會聯絡大家的情感。

老師總是很關心我們，就算沒有他的課有遇到時都會關心一下。

老師要求很高，學到不少東西。

這次的問卷雖然只收集到 71 份，在取樣上或許沒有辦法知道足夠學生們的意見，但相信這些對於導師的感謝以及期望自己可以被協助的部分，都可以藉此傳達給導師。辛苦各位導師們了!!即使面對一群在青春中迷茫闖蕩的心靈，也能保有耐心和愛心的引導，學校是人生中重要的過渡站，而導師好比引路人，讓學生安心的從高中稚嫩中渡進來，四年後也帶著豐富的收穫渡到下個人生階段。





班級座談

學輔中心針對同學普遍共有的好奇與需求，設計特定主題與方式進入班級中輔導。歡迎導師觀察同學的需求，與學輔中心共同以不同的途徑幫助學生們。請有需要的導師至學輔中心網站下載申請表。

博愛校區學生輔導中心

班級座談申請表 (含申請須知) :

<https://advisory.utapei.edu.tw/files/15-1026-68287,c7-1.php?Lang=zh-tw>

聯繫窗口：褚家鳳 心理師 (校內分機：4332)

小叮嚀：除了以上中心舉辦的例行性活動，也歡迎各位導師們分享意見與想法，讓學輔中心與導師保有暢通互動的聯繫唷！

