

# 輔導股長

# 幹部訓練



# 諮輔組老師



兼任心理師  
李佳蓉



兼任心理師  
鄭佩玉



行政老師  
吳靜慈



組長  
陳福川老師



諮商心理師  
王舒慧



兼任輔導老師  
陳麗光



兼任心理師  
程思耘



兼任心理師  
黃啟明



兼任心理師  
謝文欽



諮商心理師  
鄭珮瑩



諮商心理師  
黃潔



兼任心理師  
林懿秀



兼任心理師  
盧鴻文



兼任心理師  
廖祈幃



特教資源中心  
輔導員 許耀云



實習諮商心理師  
駱珮芸

# 諮輔組空間介紹-大廳



# 諮輔組空間介紹-個別諮商室



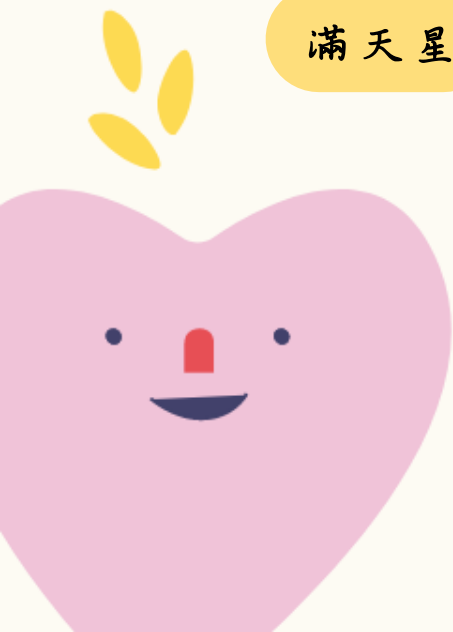
滿天星



風信子



粉百合



# 諮輔組空間介紹-團體空間



資源教室暨團體諮商室

團體測驗室





## 輔導股長的任務

介紹諮商輔導資源及活動給班上同學

主動發現需要諮商資源的同學，  
鼓勵同學前來諮輔組





# 諮輔組服務項目

## 1. 導師業務

(1) 導生餐飲聯誼 (2) 導師輔導增能研習、導師會議

## 2. 學習歷程檔案平台 (EP)

## 3. 資源教室-特殊教育學生服務

## 4. 學生申訴

## 5. 性別議題/懷孕學生權益諮詢

## 6. 心理諮商輔導服務

(1) 個別諮商 (2) 團體諮商、成長團體、工作坊 (3) 心理衛生教育推廣



# 導師業務與EP宣導





NATIONAL KAOHSIUNG UNIVERSITY  
OF HOSPITALITY AND TOURISM  
國立高雄餐旅大學

109-2學期

# 導師業務宣導

# 壹、導生聯誼作業



- 一、109-1學期導生聯誼紀錄尚未繳交班級組別如附錄1 (手冊)。
  - 二、導生餐飲聯誼作業及餐券樣張如附錄2(手冊)，說明：
    - (一)組數及人數：大學部4-8人、研究所3-4人，每班12組為上限。
    - (二)消費地點：師生餐廳、雲天咖啡。
    - (三)聯誼及填寫紀錄期限：第15週(6/5)截止。
    - (四)補充：餐卷印出，導師簽章及日期填寫，再送至諮商輔導組蓋章後才能使用。
- 服務時間：08:00-16:30，分機13301。

# 貳、班級「導評量回饋表填答」



一、填答日期：

每學期第16至17週(6/6-6/19) ，

文宣通知(放置班櫃) 、簡訊通知。

二、已有英文內容，請協助外籍生填答。

# 參、學生學習歷程檔案系統推廣說明



- 一、有關E-Portfolio學生學習歷程檔案系統-  
未建置109-1學期新生班級名單如附錄2(手冊)。
  - 二、請轉知名單上同學至諮輔組，本組將協助同學個別  
操作系統教導。
- 服務時間：08:00-16:30，分機13301。

# 肆、誠徵服務學習志工 擔任EP程子講師14名



## 一、工作內容：

推廣E-Portfolio學生學習歷程檔案平台，新生班級教育訓練等活動等。

## 二、服務時間：

(一) 110年6月6日(四) 15:20-18:20種子講師培訓。

(二) 110年9月29日(三)12:00-13:20行前說明會事宜。

(三) 110年10月14日-11月12日(每週四) 15:20-18:20  
新生班級教育訓練。

## 三、其他：

(一)宣導後記嘉獎2支。

(二)報名至110年5月14日截止。

(三)應徵方式：請親自行政大樓 2 樓諮輔組報名。

# 伍、學生學習歷程檔案E-Portfolio平台

## - 系統簡要操作步驟



說明：

- 一. 導生聯誼分組維護 ( 輔導股長 )
- 二. 導生聯誼記錄填寫 ( 各班組長 )
- 三. 導師評量回饋表填答 ( 所有學生 )
- 四. 防疫日誌 ( 所有學生 )

# 行政單位→學生事務處→諮商輔導組



NATIONAL KAOHSIUNG UNIVERSITY  
OF HOSPITALITY AND TOURISM  
國立高雄餐旅大學



繁體

EN

MyNKUHT(入口網)

關鍵字

搜尋

未來學生 | International student | 訪客-家長 | 校友  
| 網站導覽

最新消息

認識高餐大

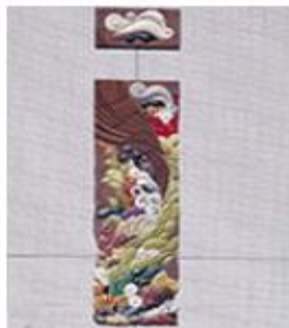
行政單位

學術單位

招生資訊

新生入學資訊

## 學生事務處 Student Affairs Office



生活輔導組

2 課外活動指導組

諮商輔導組

住宿輔導組

原住民族學生資源中心

特殊教育學生資源中心

## pishahasaman 布農語 諮輔組

組織成員

學務規章

Q&A

表單下載

諮商輔導服務e化系統

學生學習歷程檔案平台

# 本校網頁首頁右上方

點選「MyNKUHT (入口網)」按登入



NATIONAL KAOSHIUNG UNIVERSITY  
OF HOSPITALITY AND TOURISM  
國立高雄餐旅大學

## MY NKUHT 校園入口網

限本校教職員工、學生使用

Only for faculty members and students of this school.

帳號  
Account 請輸入帳號

密碼  
Password 請輸入密碼

驗證碼  
Code 不分大小寫



登入 Login

帳號：輸入您的『學號』  
密碼：原設定為「身份證字號」  
(英文字為大寫)

※應用系統→

## E-Portfolio學生學習歷程檔案系統



應用系統



通訊錄



英文能力檢定線上登錄系統



E-Portfolio學生學習歷程檔案系統



郵件查詢系統



圖書薦購



資源探索服務



教務資訊系統(選課主機1)  
Student Information Portal(1)-En



Academic Student Information Portal(1)-En



# 學生學習歷程檔案平台首頁：

登入帳號、密碼、證驗碼及身份別，即可進入個人網頁



NATIONAL KAOHSIUNG UNIVERSITY  
OF HOSPITALITY AND TOURISM

國立高雄餐旅大學

學生學習歷程檔案平台

E-Portfolio



## Login

帳號  
Account

密碼  
Password

驗證碼 不分大小寫  
Captcha

D788

身份別  
Status

學生  導師  教職員

登入 Login

帳號	輸入您的『學號』
密碼	原設定為「身份證字號」（英文字為大寫）
證驗碼	輸入如左4個英數字。
身份別	點『學生』
登入	點選『登入』即進入系統。

## 的日曆 | My calendar

August 2019

Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa	
9	30	31	1	2	3	
5	6	7	8	9	10	
2	13	14	15	16	17	
9	20	21	22	23	24	
26	27	28	29	30	31	
1	2	3	4	5	6	7

● 2019/05/27 ~提醒您~ 導生聯誼餐券期限至108/6/8截止囉！

● 2019/04/16 ◎ 誠徵~~畢業典禮-親友觀禮區服務學習同學18名◎

網站連結 Link

# 一、導生聯誼分組維護 ( 輔導股長 )

( 一 ) 點選「學生聯誼分組維護」→按「新增」滑鼠往下移動。

2018年9月

日	一	二	三	四	五	六
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	1	2	3	4	5	6

後台管理

- 後台首頁  
Home page
- 登入資訊  
Login Record
- 活力指標  
Energy
- 競賽管理(報名、投票)  
Contest(Sign up/Vote)
- 導生聯誼紀錄填寫  
Write Meetup Record
- 導生聯誼分組維護  
Meetup Grouping

訊息：

導生聯誼分組維護 Meetup Grouping

學年 School Year :  學期 Semester : 全部

查詢 Query   新增 New   儲存 Save   匯出 Export

- ◎事先規劃：謹請各班事先規劃當學期的分組進行人數、人員及聯誼地點，並線上填具『導生聯誼申請及消費表』，以利確認餐費使用人數。
- ◎組數及人數：每班組數之上限為12組，每組應含導師及安排紀錄同學1人，大學部每組請安排4至8人、研究所每組3-4人，以利聯誼進行。
- ◎全班消費人次：每學期學生每位以申請乙次為限，導師使用次數以當學期規劃之組別數為申請次數。
- ◎申請：由各班輔導股長負責至學生學習歷程檔案平台 (<http://efolio.nkuht.edu.tw>) 導生聯誼分組，填妥後列印紙本填寫「導生聯誼申請表」存。

輔導股長先請班上同學分組，確定後再填報分組名單。

# 一、導生聯誼分組維護 ( 輔導股長 )

(二) 勾選「記錄同學」及「組員名單」後，按「儲存」。  
各組以此操作方式，建立組別。

學年度 School Year	106																																																																																
學期 Semester	2																																																																																
班級 Class	772 班																																																																																
組別名稱 Group	(系統自動代入Auto Enter)																																																																																
記錄同學 Recorder	705 (選擇記錄同學後，下方的組員名單仍要勾選！) (After choose a recoder, you still check that in the list below.)																																																																																
*組員名單 Student List	<table border="1"><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>淨</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70517002</td><td>鄧卓吟</td><td><input type="checkbox"/></td><td>7051</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>琪</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>玟</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>萱</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>勝</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>玲</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>亭</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>廷</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>穎</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>呈</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>萱</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>傑</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>祥</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>穎</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>嵐</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>妤</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>鵬</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr><tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>儒</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr></table>	<input type="checkbox"/>	70	淨	<input type="checkbox"/>	70517002	鄧卓吟	<input type="checkbox"/>	7051	<input type="checkbox"/>	70	琪	<input type="checkbox"/>	70	玟	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	萱	<input type="checkbox"/>	70	勝	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	玲	<input type="checkbox"/>	70	亭	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	廷	<input type="checkbox"/>	70	穎	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	呈	<input type="checkbox"/>	70	萱	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	傑	<input type="checkbox"/>	70	祥	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	穎	<input type="checkbox"/>	70	嵐	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	妤	<input type="checkbox"/>	70	鵬	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70		<input type="checkbox"/>	70	儒	<input type="checkbox"/>	70
<input type="checkbox"/>	70	淨	<input type="checkbox"/>	70517002	鄧卓吟	<input type="checkbox"/>	7051																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	琪	<input type="checkbox"/>	70	玟	<input type="checkbox"/>	70																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	萱	<input type="checkbox"/>	70	勝	<input type="checkbox"/>	70																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	玲	<input type="checkbox"/>	70	亭	<input type="checkbox"/>	70																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	廷	<input type="checkbox"/>	70	穎	<input type="checkbox"/>	70																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	呈	<input type="checkbox"/>	70	萱	<input type="checkbox"/>	70																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	傑	<input type="checkbox"/>	70	祥	<input type="checkbox"/>	70																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	穎	<input type="checkbox"/>	70	嵐	<input type="checkbox"/>	70																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	妤	<input type="checkbox"/>	70	鵬	<input type="checkbox"/>	70																																																																										
<input type="checkbox"/>	70		<input type="checkbox"/>	70	儒	<input type="checkbox"/>	70																																																																										

TY  
SM  
學

# 一、導生聯誼分組維護 ( 輔導股長 )

(三) 勾選「記錄同學」及「組員名單」後，按「儲存」，最後按「匯出」，顯示「餐券」。

2018年9月

日	一	二	三	四	五	六
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	1	2	3	4	5	6

後台管理

- 後台首頁  
Home page
- 登入資訊  
Login Record
- 活力指標  
Energy
- 競賽管理(報名、投票)  
Contest(Sign up/Vote)
- 導生聯誼紀錄填寫  
Write Meetup Record
- 導生聯誼分組維護  
Meetup Grouping

訊息：

導生聯誼分組維護 Meetup Grouping

學年 School Year :  學期 Semester : 全部

查詢  
Query

新增  
New

儲存  
Save

匯出  
Export

- ◎事先規劃：謹請各班事先規劃當學期的分組進行人數、人員及聯誼地點，並線上填具『導生聯誼申請及消費表』，以利確認餐費使用人數。
- ◎組數及人數：每班組數之上限為12組，每組應含導師及安排紀錄同學1人，大學部每組請安排4至8人、研究所每組3-4人，以利聯誼進行。
- ◎全班消費人次：每學期學生每位以申請乙次為限，導師使用次數以當學期規劃之組別數為申請次數。
- ◎申請：由各班輔導股長負責至學生學習歷程檔案平台 (<http://efolio.nkuht.edu.tw>) 導生聯誼分組，填妥後列印紙本填寫「導生聯誼申請表」存。

匯出

# 導生聯誼申請單暨餐卷

107-1 學期導生聯誼申請及消費表 組別:1

班級	餐旅研究所一年級		用餐日期	11月21日
1. (導師簽章)	2. (記錄同學)			
3. 黃 [ ] 06	4. 李 [ ] 10			
5. 藍 [ ] 13	6.			
7.	8.			
9.	10.			
11.	12.			
用餐地點	<input type="checkbox"/> 雲天生活館 (圖資館一樓) <input checked="" type="checkbox"/> 師生餐廳			
學務處語輔組戳章	人數: 人	每人額度	廠商簽章	人數: 人
	5	60元	請確認人數與姓名數符合	
說明	1. 本表至 EP 平台填妥列印紙本(可至學務處語輔組列印), 由導師簽章後, 請 <b>A4 全頁</b> 先送至學務處語輔組簽章後, 逕持本表於期限內至用餐地點消費。 2. 本表使用期限至第 15 週止, 紀錄同學需於第 16 週前至學生學習歷程檔案平台填寫紀錄。 3. 本表未蓋語輔組「導生聯誼專用戳章」者無法消費。 4. 每學期學生每位以申請乙次為限, 導師使用次數以當學期規劃之組別數為申請次數。			

107-1 學期導生聯誼申請及消費表 組別:2

班級	餐旅研究所一年級		用餐日期	11月28日
1. (導師簽章)	2. (記錄同學)			
3. 吳 [ ] 14	4. 許 [ ] 1			
5. 王 [ ] 3	6.			
7.	8.			
9.	10.			
11.	12.			
用餐地點	<input type="checkbox"/> 雲天生活館 (圖資館一樓) <input checked="" type="checkbox"/> 師生餐廳			
學務處語輔組戳章	人數: 人	每人額度	廠商簽章	人數: 人
	5	60元	請確認人數與姓名數符合	
注意事項	1. 本表至 EP 平台填妥列印紙本(可至學務處語輔組列印), 由導師簽章後, 請 <b>A4 全頁</b> 先送至學務處語輔組簽章後, 逕持本表於期限內至用餐地點消費。 2. 本表使用期限至第 15 週止, 紀錄同學需於第 16 週前至學生學習歷程檔案平台填寫紀錄。 3. 本表未蓋語輔組「導生聯誼專用戳章」者無法消費。 4. 每學期學生每位以申請乙次為限, 導師使用次數以當學期規劃之組別數為申請次數。			

107-1 學期導生聯誼申請及消費表 組別:3

班級	餐旅研究所一年級		用餐日期	11月22日
1. (導師簽章)	2. (記錄同學)			
3. 張 [ ] 5	4. 李 [ ] 2			
5. 陳 [ ] 0	6.			
7.	8.			
9.	10.			
11.	12.			
用餐地點	<input type="checkbox"/> 雲天生活館 (圖資館一樓) <input checked="" type="checkbox"/> 師生餐廳			
學務處語輔組戳章	人數: 人	每人額度	廠商簽章	人數: 人
	5	60元	請確認人數與姓名數符合	
說明	1. 本表至 EP 平台填妥列印紙本(可至學務處語輔組列印), 由導師簽章後, 請 <b>A4 全頁</b> 先送至學務處語輔組簽章後, 逕持本表於期限內至用餐地點消費。 2. 本表使用期限至第 15 週止, 紀錄同學需於第 16 週前至學生學習歷程檔案平台填寫紀錄。 3. 本表未蓋語輔組「導生聯誼專用戳章」者無法消費。 4. 每學期學生每位以申請乙次為限, 導師使用次數以當學期規劃之組別數為申請次數。			

107-1 學期導生聯誼申請及消費表 組別:4

班級	餐旅研究所一年級		用餐日期	11月29日
1. (導師簽章)	2. (記錄同學)			
3. 黃 [ ] 09	4. 洪 [ ] 11			
5. 羅 [ ] 19	6.			
7.	8.			
9.	10.			
11.	12.			
用餐地點	<input type="checkbox"/> 雲天生活館 (圖資館一樓) <input checked="" type="checkbox"/> 師生餐廳			
學務處語輔組戳章	人數: 人	每人額度	廠商簽章	人數: 人
	5	60元	請確認人數與姓名數符合	
說明	1. 本表至 EP 平台填妥列印紙本(可至學務處語輔組列印), 由導師簽章後, 請 <b>A4 全頁</b> 先送至學務處語輔組簽章後, 逕持本表於期限內至用餐地點消費。 2. 本表使用期限至第 15 週止, 紀錄同學需於第 16 週前至學生學習歷程檔案平台填寫紀錄。 3. 本表未蓋語輔組「導生聯誼專用戳章」者無法消費。 4. 每學期學生每位以申請乙次為限, 導師使用次數以當學期規劃之組別數為申請次數。			



NATIONAL KAOHSIUNG UNIVERSITY OF HOSPITALITY AND TOURISM  
國立高雄餐旅大學



## 107-1 學期導生聯誼申請及消費表 組別:1

班級	進	服	用餐日	月	日
1	(導師簽章)	2.	(記錄同學)		
3.	宋	4	謝		8
5.	宋	3	吳		2
7.	呂	3	陳		6
9					
11					
用餐地		點			
		<input checked="" type="checkbox"/> 師生餐廳			
學務處	人數: 人	每人	廠商簽章	人數: 人	
諮輔組	9	額	請確認人數與		
戳章		60元	姓名數符合		
說明	<p>1. 本表至 EP 平台填妥列印紙本(可至學務處諮輔組列印), 由導師簽章後, 請 <b>A4 全頁</b> 先送至學務處諮輔組簽章後, 逕持本表於期限內至用餐地點消費。</p> <p>2. 本表使用期限至 <b>第 15 週止</b>, 紀錄同學需於 <b>第 16 週前</b> 至學生學習歷程檔案平台填寫紀錄。</p> <p>3. 本表未蓋諮輔組「導生聯誼專用戳章」者無法消費。</p> <p>4. 每學期學生每位以申請乙次為限, 導師使用次數以當學期規劃之組別數為申請次數。</p>				

1. 導師簽名

3. 地點

6. 送至諮商  
輔導組蓋章  
後才能使用

2. 日期填寫

4. 外籍生請自行填寫, 但是記錄記得輸入名字喔!

5. 填寫人數  
含導師NATIONAL KAOHSIUNG UNIVERSITY  
OF HOSPITALITY AND TOURISM  
國立高雄餐旅大學

## 二、導生聯誼紀錄填寫（各班組長）

由各組組長上網填報點選「導生聯誼紀錄填寫」→按「新增」

訊息：

導生聯誼紀錄填寫 Write Meetup Record

學年 School Syear :  學期 Semester : 全部  聯誼日期(起/迄) Meetup Date :  ~

查詢歷史資料 Query History Data    查詢 Query    **新增 New**

2018年9月

日	一	二	三	四	五	六
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	1	2	3	4	5	6

後台管理

- 後台首頁 Home page
- 登入資訊 Login Record
- 活力指標 Energy
- 競賽管理(報名、投票) Contest(Sign up/Vote)
- 導生聯誼紀錄填寫 Write Meetup Record**
- 導生聯誼分組維護 Meetup Grouping

聯誼及填寫紀錄期限：

第15週(110/6/5)截止。

## 二、導生聯誼紀錄填寫 (各班組長)

由各組組長上網填報點選「導生聯誼紀錄填寫」

導生聯誼新增

* 學年 School Year	107																																
* 學期 Semester	上																																
學號 Studnet ID	70517037																																
記錄同學姓名 Record students Name	*																																
科系/班級 Class	航空暨運輸服務管理系 / 進四技航空暨運輸服務管理系三年級A班																																
導師 Tutor	(系統自動帶入)																																
* 分組別 Group	▽ (※若無分組，請先至「導生聯誼分組維護」分組之後，再填寫聯誼紀錄。) (※If can't see any group,you should turn to 「Meetup Grouping」 and use, finally come back to continue.)																																
* 人數 Total	<input type="text"/> (請輸入「包含申請人」的參與導生聯誼之人數) (lease enter the number of applicants)																																
* 餐敘聯誼學生名單 Join Meetup Student List	<table border="1"><tr><td>同一班級學生名單 Student of the same class</td><td><input type="checkbox"/></td><td>7</td></tr><tr><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td>7</td></tr><tr><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td>7</td></tr><tr><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td>7</td></tr><tr><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td>7</td></tr><tr><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td>7</td></tr><tr><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td>7</td></tr><tr><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td>7</td></tr><tr><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td>7</td></tr><tr><td></td><td><input type="checkbox"/></td><td>7051</td></tr></table> <table border="1"><tr><td>輸入 同一科系交換生學號 Enter Exchange students ID of the same department</td><td><input type="text"/></td></tr></table> <p>(※學號間請以半形「,」隔開,如:學號A,學號B。) (※every student id to half-width comma "," to distinguish.Like:id1,id2 ) (※請在勾選及輸入學號之後按下「確定輸入」之按鈕。) (※ After you choose or enter this student ids,please click 「Sure」.)</p>	同一班級學生名單 Student of the same class	<input type="checkbox"/>	7		<input type="checkbox"/>	7		<input type="checkbox"/>	7		<input type="checkbox"/>	7		<input type="checkbox"/>	7		<input type="checkbox"/>	7		<input type="checkbox"/>	7		<input type="checkbox"/>	7		<input type="checkbox"/>	7		<input type="checkbox"/>	7051	輸入 同一科系交換生學號 Enter Exchange students ID of the same department	<input type="text"/>
同一班級學生名單 Student of the same class	<input type="checkbox"/>	7																															
	<input type="checkbox"/>	7																															
	<input type="checkbox"/>	7																															
	<input type="checkbox"/>	7																															
	<input type="checkbox"/>	7																															
	<input type="checkbox"/>	7																															
	<input type="checkbox"/>	7																															
	<input type="checkbox"/>	7																															
	<input type="checkbox"/>	7																															
	<input type="checkbox"/>	7051																															
輸入 同一科系交換生學號 Enter Exchange students ID of the same department	<input type="text"/>																																

**要按確定輸入，會自動把組員名單或輸入交換生名單帶進下面空白欄位，這樣最後送出審核才會存檔。**

**確定輸入**    清除



## 二、導生聯誼紀錄填寫 ( 各班組長 )

由各組組長上網填報點選「導生聯誼紀錄填寫」→按「送出審核」

輸入 同一科系交換生學號 Enter Exchange students ID of the same department 總計小組名單 Total Group List	<input type="text"/> <small>(* 學號間請以半形「,」隔開, 如: 學號A,學號B。) (* every student id to half-width comma "," to distinguish.Like:id1,id2 ) (* 請在勾選及輸入學號之後按下「確定輸入」之按鈕。) (* After you choose or enter this student ids,please click 「Sure」.)</small>	<input type="button" value="確定輸入"/> <input type="button" value="清除"/>
* 聯誼地點 Meetup Location	<input type="radio"/> 師生餐廳 <input type="radio"/> 雲天咖啡(一館) <input type="radio"/> 雲天三館 <input type="radio"/> 貝尼特創意輕食村 <input type="radio"/> 其它 <input type="text"/> <small>(勾選「其它」請說明) (When you choose other,please enter other classification.)</small>	
* 聯誼日期 Meetup Date	<input type="text"/> <input type="button" value="📅"/>	
* 談話內容摘要 Talk Summary	<p style="text-align: center;"><b>與導師餐聚，討論內容記錄。</b></p>	
* 談話內容簡要分類 Talk Classification(可複選)	<input type="checkbox"/> 課業 <input type="checkbox"/> 社團、校慶 <input type="checkbox"/> 證照 <input type="checkbox"/> 服儀 <input type="checkbox"/> 住宿 <input type="checkbox"/> 校外安全 <input type="checkbox"/> 校外實習 <input type="checkbox"/> 校園徵才 <input type="checkbox"/> 海外參訪 <input type="checkbox"/> 人際溝通 <input type="checkbox"/> 時間管理 <input type="checkbox"/> 未來規劃 <input type="checkbox"/> 生活提醒 <input type="checkbox"/> 畢業門檻 <input type="checkbox"/> 其它 <input type="text"/> <small>(勾選「其它」請說明) (When you choose other,please enter other classification.)</small>	
<p><b>小提醒!!確認送出後即送往導師審核!</b></p>		
<input type="button" value="取消Cancel"/> <input type="button" value="送出審核Send"/>		

提醒要按確定輸入

# 三、導師評量回饋表填答（所有學生）

2018年9月						
日	一	二	三	四	五	六
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	1	2	3	4	5	6

- 獎勵紀錄維護  
Rewards/Punishments Record
- 班級紀錄維護  
Class Cadres Record
- 履歷資料管理
- 個人履歷列印  
E-portfolio Print
- 檔案顯示設定
- 功能群組顯示設定  
Function Group Display
- 課程資料顯示設定  
Subject Information Display
- 歷程資料顯示設定  
Course Information Display
- Q&A
- 班級留言板
- 班級留言板  
Class Guestbook
- 導師評量回饋表
- 導師評量回饋表填答  
Evaluation Form for Class Adviser

訊息：

- 『導師評量回饋表填答』  
協助導師獲得學生的評價與回饋，  
導師在績優導師遴選佔50%。
- 填答期間：  
每學期**第16至17週**  
( **110/6/6-110/6/19** )
- 請每位同學實際的情況或感受來填答。

# 學生操作：導師評量回饋表填答

## 學生學習歷程檔案E-Portfolio平台

國立高雄餐旅大學 National Kaohsiung University of Hospitality and Tourism  
107學年度第1學期導師評量回饋表 Evaluation Form for Class Adviser, Fall Semester 2018

訊息：

說明：

1. 此份評量在於協助導師獲得班級學生的回饋，並供績優導師遴選之用。
2. 每學期填答導師評量回饋期間為每學期第16-17週。
3. 請依據實際情況與感受填答。
4. 非常同意、同意、沒意見、不同意、非常不同意 僅能擇一。

Instructions:

1. This evaluation form is to be used as a reference for selecting the best adviser at NKUHT.
2. The time period for completion of the evaluation form is from 16 th week to 17 th week.
3. Please evaluate your class adviser based upon true statements.
4. Among the five categories, namely, "Strongly Agree", "Agree", "Neutral", "Disagree", "Strongly Disagree", you can only choose one.

1、我們有多元的管道（含使用line、facebook、e-mail、MSN、電話、面談）可以和班導師互動。

1. The adviser provides students with many ways to get in touch with him/her, including Line, Facebook, E-mail, MSN, Telephone, and face-to-face talk.

非常同意 Strongly Agree  同意 Strongly Agree  沒意見 Neutral  不同意 Disagree  非常不同意 Strongly Disagree

2、班導師會關心導生的課業學習與校外實習的適應等相關情形。

2. The adviser cares much about my academic performance and the off-campus internship.

非常同意 Strongly Agree  同意 Strongly Agree  沒意見 Neutral  不同意 Disagree  非常不同意 Strongly Disagree

3、班導師會主動關心導生的日常生活情形（如工讀、工作、交友及住宿安全等）。

3. The adviser actively inquires about my daily life, such as part-time job, friends, and dorm facilities.

非常同意 Strongly Agree  同意 Strongly Agree  沒意見 Neutral  不同意 Disagree  非常不同意 Strongly Disagree

4、當我們遇到困難時，我會尋求班導師的協助。（說明：此指導師之可親近性）

4. When I meet with difficulties, I will turn to my adviser for help.

非常同意 Strongly Agree  同意 Strongly Agree  沒意見 Neutral  不同意 Disagree  非常不同意 Strongly Disagree

5、當我們遇到困難時，班導師會協助我（含為我尋找適當的資源）。（說明：此指導師之洞察力及熱忱）

5. When I meet with difficulties, my adviser will come to my aid.

非常同意 Strongly Agree  同意 Strongly Agree  沒意見 Neutral  不同意 Disagree  非常不同意 Strongly Disagree

6、學校推動各項活動及業務時，班導師常會協助宣導（含配合執行），如學生申請助貸、減免、急難救助、獎學金，或註冊、學生學習歷程檔案等。

6. As regards important student affairs like student loan, tuition and miscellaneous fees exemption, emergency allowances, scholarship, and student portfolio, the adviser always keeps me well-informed.

非常同意 Strongly Agree  同意 Strongly Agree  沒意見 Neutral  不同意 Disagree  非常不同意 Strongly Disagree

7、學生參加學校、科系或班級重要活動時，班導師均會參加。

7. The adviser always participates in students' activities.

<	2018年12月						>
日	一	二	三	四	五	六	
25	26	27	28	29	30	1	
2	3	4	5	6	7	8	
9	10	11	12	13	14	15	
16	17	18	19	20	21	22	
23	24	25	26	27	28	29	
30	31	1	2	3	4	5	

Rewards/Punishments Record

班級紀錄維護  
Class Cadres Record

履歷資料管理

個人履歷列印  
E-portfolio Print

檔案顯示設定

功能群組顯示設定  
Function Group Display

課程資料顯示設定  
Subject Information Display

歷程資料顯示設定  
Course Information Display

Q&A

Q&A

班級留言板

班級留言板  
Class Guestbook

導師評量回饋表

導師評量回饋表填答  
Evaluation Form for  
Class Adviser

## 四、防疫日誌（所有學生）

親愛的同學，您好：

因應「嚴重特殊傳染性肺炎」全球疫情快速蔓延，若學生需要居家隔離、居家檢疫管理等管制措施時，敬請同學務必留下個人記錄日記（登入E-Portfolio學生學習歷程案系統），操作說明如下圖。

若有任何相關疑問，

請來電洽詢學務處諮商輔導組

吳靜慈07-8060505 分機13301

網址 <https://efolio.nkuht.edu.tw/DF/>



NATIONAL KAOHSIUNG UNIVERSITY  
OF HOSPITALITY AND TOURISM  
國立高雄餐旅大學

## 四、防疫日誌（所有學生）

### 第一天填寫：實習與遠距教學紀錄維護

歷程資料維護

活動紀錄維護

Activity Record

服務學習紀錄維護

Service Learning Record

實習與遠距教學紀錄維護

Practice/Distance learning-study Record

得獎紀錄維護

Awards Record

志工紀錄維護

Volunteers Record

社團紀錄維護

Club Record

實習與遠距教學紀錄清單 Practice/Distance learning-study Record List :

<input type="checkbox"/> 刪除 Delete	明細 Detail	實習與遠距教學類 型 Practice/Distance learning-study Category	實習與遠距教學單位 Practice/Distance learning-study Unit	實習與遠距教學內容 Practice/Distance learning-study Content	實習與遠距教學日期 Practice/Distance learning-study Date	實習與遠距教學時數 Practice/Distance learning-study Hours	審核狀態 Status	資料來源 Source
<input type="checkbox"/>	<a href="#">編輯</a> Edit	實習	港龍航空公司		2020/07/01 ~ 2021/06/30		審核通過	系統轉入

2

儲存  
Save

新增  
New

刪除  
Delete

實習與工讀遠距教學紀錄維護 Practice/Work/Distance learning-study Record :

學號 Student ID	7
系級 Department	衛 三級A班
姓名 Name	
*實習與工讀遠距教學類型 Practice/Work/Distance learning-study Category	<input type="radio"/> 實習Practice <input checked="" type="radio"/> 遠距教學Distance learning <input type="radio"/> 工讀Work-study
*實習與工讀遠距教學單位 Practice/Work/Distance learning-study Unit	教務處
*實習與工讀遠距教學內容 Practice/Work/Distance learning-study Content	遠距教學
實習與工讀遠距教學日期 Practice/Work/Distance learning-study Date	2020/05/04 ~ 2020/05/08
*實習與工讀遠距教學地點 Practice/Work/Distance learning-study Location	家裡或租屋處
實習與工讀遠距教學總時數 Practice/Work/Distance learning-study Hours	
實習與工讀遠距教學單位主管 Practice/Work/Distance learning-study Unit Heads	
實習報告上傳 Upload Report	<input type="button" value="瀏覽..."/> (單次檔案上傳大小限制為20MB)
心得與說明 Reviews	5/4一) 一、體溫測量：(一天2次) 二、清潔消毒： 三、時間、課程、教師： 四、問題反應：

1

填寫注意事項：

實習遠距教學類型：遠距教學

實習遠距教學單位：教務處

實習遠距教學內容：遠距教學

實習遠距教學日期：一週

實習遠距教學地點：家裡或租屋處

★心得與說明：

連續記錄7天，內容如下：

5/4(一)

- 一、體溫測量：(一天2次)
- 二、清潔消毒：
- 三、時間、課程、教師：
- 四、問題反應：

儲存  
Save

+ 新增  
New

✖ 刪除  
Delete

2

# 四、防疫日誌（所有學生）

## 第二天填寫：實習與遠距教學紀錄維護

實習遠距教學紀錄清單 Practice/Distance learning-study Record List:

<input type="checkbox"/> 刪除 Delete	明細 Detail	實習遠距教學類 型 Practice/Distance learning-study Category	實習遠距教學單位 Practice/Distance learning-study Unit	實習遠距教學內容 Practice/Distance learning-study Content	實習遠距教學日期 Practice/Distance learning-study Date	實習遠距教學時數 Practice/Distance learning-study Hours	審核狀態 Status	資料來源 Source
<input type="checkbox"/>	<a href="#">編輯</a> <a href="#">Edit</a>	遠距教學	教務處	遠距教學	2020/05/04 ~ 2020/05/08		待審核	自建資料
<input type="checkbox"/>	<a href="#">編輯</a> <a href="#">Edit</a>	實習	港龍航空公司		2020/07/01 ~ 2021/06/30		審核通過	系統轉入

點選「編輯」登入

學號 Student ID	701
系級 Department	航： 級A班
姓名 Name	
*實習與工讀遠距教學類型 Practice/Work/Distance learning-study Category	<input type="radio"/> 實習Practice <input checked="" type="radio"/> 遠距教學Distance learning <input type="radio"/> 工讀Work-study
*實習與工讀遠距教學單位 Practice/Work/Distance learning-study Unit	教務處
*實習與工讀遠距教學內容 Practice/Work/Distance learning-study Content	遠距教學
實習與工讀遠距教學日期 Practice/Work/Distance learning-study Date	2020/09/21 ~ 2020/09/27
*實習與工讀遠距教學地點 Practice/Work/Distance learning-study Location	家裡
實習與工讀遠距教學總時數 Practice/Work/Distance learning-study Hours	
實習與工讀遠距教學單位主管 Practice/Work/Distance learning-study Unit Heads	
實習報告上傳 Upload Report	<input type="button" value="瀏覽..."/> (單次檔案上傳大小限制為20MB)
心得與說明 Reviews	9/21 (一) 體溫 36.5 問題詢問: 測試
審核意見	測試1~~~

1

2

儲存  
Save

新增  
New

刪除  
Delete

導師回覆訊息。

## 第二天填寫

★心得與說明：下拉記錄

5/4 (一)

- 一、體溫測量：(一天2次)
- 二、清潔消毒：
- 三、時間、課程、教師：
- 四、問題反應：

5/5 (二)

- 一、體溫測量：(一天2次)
- 二、清潔消毒：
- 三、時間、課程、教師：
- 四、問題反應：

★每次填寫完，要記得儲存，  
以此類推連續記錄7天。

★第二週開始：「新增」檔案



Dear 同學：

因新冠肺炎的疫情，可能讓我們的生活與心理有些變化，若因此而感到心情不舒適，心理師都很願意跟你聊聊😊

預約請至：[諮商輔導服務E化系統](#)（收到您的預約申請後，會再與您聯絡後續輔導安排事宜）

讓我們一起度過這個挑戰～

學務處諮商輔導組

07-8060505 分機13302-13304



NATIONAL KAOHSIUNG UNIVERSITY  
OF HOSPITALITY AND TOURISM  
國立高雄餐旅大學

# 導師業務重點提醒：



## 壹、導生餐飲聯誼作業：（輔導股長）

- 一、109-1學期末填寫導生餐飲聯誼記錄-請各組補填寫。
- 二、未建置EP系統，請提醒同學至諮輔組完成建置。

## 貳、E-Portfolio平台-系統簡要操作步驟：

### 一、導生聯誼分組維護：（輔導股長）

先分組，再至系統選填、印出、導師簽章、送室諮輔組。

### 二、導生聯誼記錄填寫：（各班組長）

上網填寫至第15週，110/6/5截止。

### 三、導師評量回饋表填答：（全校同學）

上網填寫16-17週，110/6/6-6/19截止。

### 四、防疫日誌：若同學需居家檢疫、居家隔離時，上網填寫。

★若有任何問題，歡迎來電洽諮輔組吳靜慈小姐07-8060505#13301。

特教學生資源中心

# 特教學生資源中心



於民國106年開辦，是為特殊教育學生所設立的，目的在維護身心障礙學生接受適性教育的權利，使其充分發展身心潛能，進而自立並服務社會。



# 特殊教育學生



若有發現其他同學有身障手冊及特教需求時，可以跟特教學生資源中心老師說，也可以邀請同學來行政二樓諮輔組找特教學生資源中心老師唷~





有愛無礙一起來~



# 學生申訴



# 學生申訴

✎ 當您覺得學校對您的懲處或決議(如：記過，退學等處分)，有違法或不當，經與相關單位或師長溝通後，問題仍未獲得合理解決，導致您權益受損時，可至「學生申訴窗口 (諮商輔導組)」提出申訴。

✎ 「學生申訴評議委員會」會依據「學生申訴辦法」保障您的權益。

✎ 如何申請學生申訴？

1. 接收到相關懲處、措施或決議之次日起三十日內，將已完備之書面申訴書資料向諮商輔導組提起申訴。

2. 建議先至諮商輔導組諮詢案件是否屬學生申訴範疇，並確認已了解相關申請流程。

✎ 連絡電話：07-8060505轉13303

# 性別平等教育宣傳

# 我的生活 不是你的A片

復仇式色情如何摧毀受害者人生



中央社製圖

## 網路興起帶來了便利， 卻助長數位性暴力

滑鼠輕點連結，所有人都可以輕易地觀看色情片，  
但這些影片中的主角，  
很可能是你我的同學、同事、家人甚至伴侶，  
每一個人，都可能活生生存在著...  
我們都可能無意間助長了「復仇式色情」



中央社製圖

1

## 復仇式色情是什麼



廣義來說是「未經過當事人同意，而故意散佈性私密影像」，多數發生在情侶間，但也有部分是不認識的人所為

中央社製圖

2

## 誰是受害者？誰又是加害人？

96%受害者是女性

53%的加害人是被害人的前/現任伴侶

67%的加害人完全沒有告知



資料來源：婦援會

中央社製圖

3

## 她/他們的人生從此改變

「走在路上我都覺得他們看過我的身體」

「事件後我吃藥看心理醫生，對方卻活得好好的」

「再也無法與人發展正常的親密關係」

「那些刪不掉的影片就像烙印將跟著我一輩子」

中央社製圖

4

## 如果我的影像被散布該怎麼辦？



蒐證



報警



尋求親友  
或專業協助

最重要的是記得「這不是你的錯」

中央社製圖

5

那些「求上車」的留言，  
都會成為二度傷害



中央社製圖

6

沒有人是局外人，  
我們能夠做什麼？



不點閱



不轉傳



不評論



提出檢舉

中央社製圖

7

偷拍有罪 轉傳也有罪！  
不拍！不傳！不檢討受害者！



**偷拍他人私密照 違法**

**散布他人私密照 違法**

**販賣他人私密照 違法**

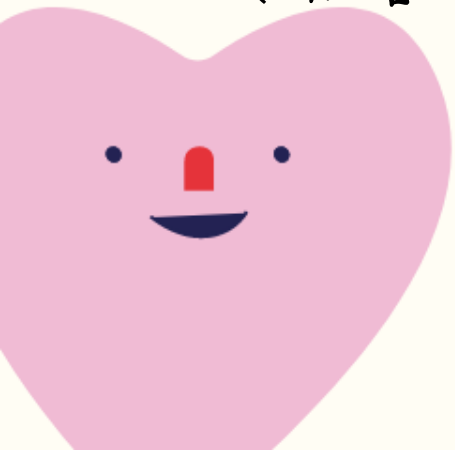
**持有兒少私密照 違法**





私密照不是愛的表現  
被偷拍也不是你的錯  
請勇敢（或協助他人）求助。

（報警、諮商輔導組、教官、台灣展翅協會）



# 如果師長同學的言行 讓我覺得被性騷擾了？

- \* 性騷擾可能發生在任何性別的排列組合，只要是與性或性別相關的言辭或行為，讓對方覺得不舒服或被羞辱，就可能構成性騷擾。
- \* 若遭遇性平事件要勇敢且及時向性平會提出申訴，性平會將會在完全保密且尊重當事人意願的狀況下進行中立、詳實且嚴謹的調查。
- \* 蓄意誣告須負相關法律責任，請同學切勿以身試法。



# 請務必提醒班上同學 進行活動要留意性別意識及人格權

2014	海洋科大	闖關遊戲內容包含 脫下褲子用臀部夾緊紙片。
2015	虎尾科大自動化工程系 中台科大護理系	兩校系聯合迎新， 以「護相自慰、淫蕩兩夜」為題， 隊呼含有幹爆屁眼、抽差到腿軟、 無套中出你行等鹹濕字句。
2016	景文科大四系所	要求學弟妹脫掉內衣褲、 脫光男生身上放食物要求女生用嘴咬， 後續7名學長姊依強制罪嫌起訴。
	世新大學財務金融學系	遊戲內含脫內衣褲、吸別人腳趾外， 甚至還要舔菊花。
	龍華科大	活動不但有男生全裸， 要求「女生含一口水吐在男生嘴裡」、 「舔異性的耳朵」等， 若是不照作就只能吃吐司。
2017	屏科大資訊系、餐旅系	活動關卡的隊呼牌上使用小屌、 甲汶、「妳們這些老處女，奶小無腦又沒料， 女生垂奶搖搖搖」等不雅字眼。
	中原大學	活動要求男隊員脫光衣褲闖關。
2018	亞洲大學	男隊輔脫光照片在網路瘋傳。
	長榮大學運動競技系	遭爆料「學長把麵包放在下體叫學妹 吃」、「叫女生吃含過的喉糖」等。
	高醫大牙醫系	宣示內容要求要 「陪睡陪上、廁所樣樣包」。



檢察官

**校方性平會**

1. 新生拒絕 改舔額頭. 耳朵
2. 出來玩 就是要玩開一點
3. 沒收手機限制活動範圍



幹部群



起訴

# 高餐大校園戶外緊急按鈕位置分布圖 共 6 處

行政大樓旁貴賓停車場(天橋下)



第二實習大樓後方停車場



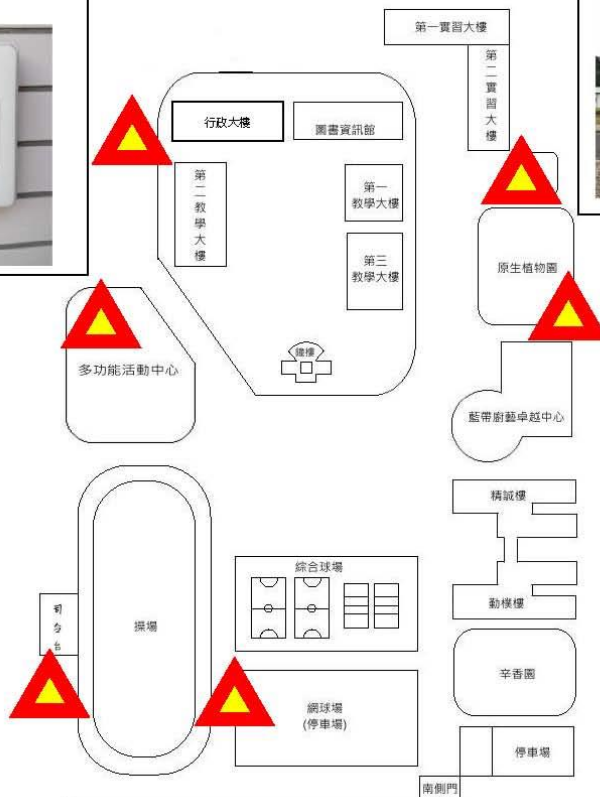
多功能活動中心輔樓後側



司令台旁



網球練習場旁(靠操場側)



原生植物園(涼亭處)





# 師生戀可不可以被允許？

若兩方存有著教學、指導、訓練、評鑑、管理、輔導或提供工作機會的關係時，**師生戀是被禁止的，應主動迴避。**



# 校園性騷擾/性霸凌/性侵害



## 保密申訴窗口

☞ 性平會

秘書室 陳惠元專員 分機10122

行政大樓七樓

☞ 24小時校安專線

軍訓室 07-8034727

行政大樓二樓

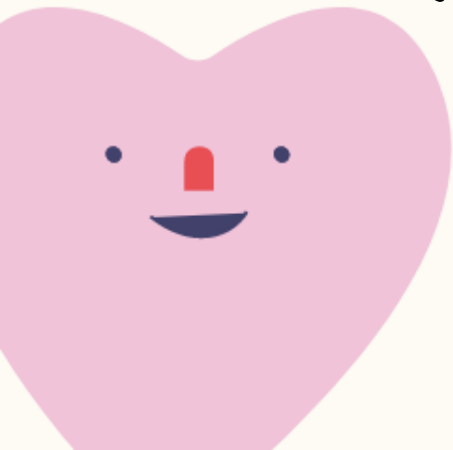


# 心理諮商輔導服務

# 服務項目

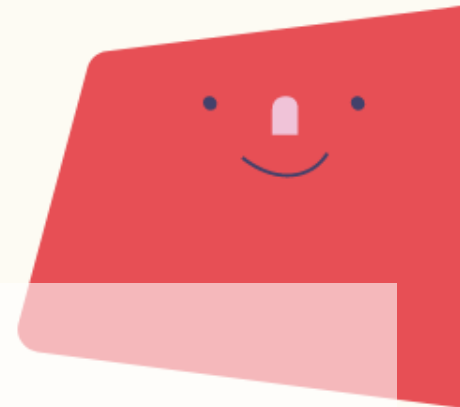
1. 個別諮商
2. 團體諮商、成長團體、工作坊
3. 心理衛生教育推廣

(班級輔導/測驗、講座、校慶闖關攤位、新生測驗等)





# 個別諮商說明



## Q 個別諮商如何進行？

諮商會在個別諮商室，一個安靜與隱蔽的空間來進行，時間則以**一週一次50分鐘**為原則，也會視個人需求與目標做調整。談話將會是**保密**的。



## Q 要怎麼預約個別諮商呢？

- 需**事先預約**，請至「**諮商輔導服務e化系統**」進行線上預約。



# 國立高雄餐旅大學 諮商輔導組

## 「新型冠狀病毒肺炎」防疫措施說明



因近期「新型冠狀病毒肺炎」疫情，為關心全校師生健康，以下有幾點防疫措施說明，敬請大家一同配合。

01

平時記得用肥皂勤洗手，減少出入人多的場所。

02

進入諮輔組時，請先以用酒精噴手消毒，並配戴口罩，心理師也會一同配戴口罩進行晤談；諮輔組內也會使用異丙醇進行空間消毒。

03

若你最近有出現發燒或嚴重的感冒症狀，請先行就醫，並來電或mail方式向心理師請假，好好休養身體；若此期間有晤談需求，可以電話或mail與心理師聯繫。

04

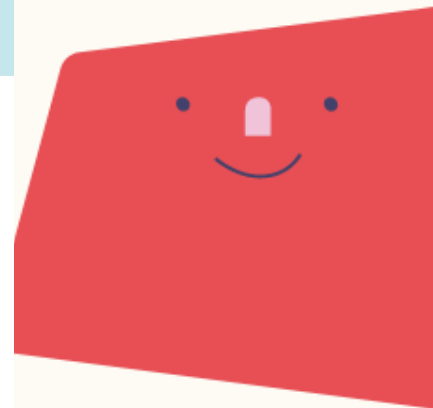
關於學校更多因應疫情相關措施的公告，可上學校網站首頁「新型冠狀病毒肺炎防疫專區」或掃描QRcode查詢。



若因為疾病疫情或新聞資訊，讓你感到焦慮或心理不適，請至諮輔組網站申請晤談。

諮輔組會陪伴大家一同度過這段時期😊

諮商輔導組電話：07-8060505 #13301-13305





學年度第2學期

國立高雄餐旅大學

109

學務處 諮商輔導組  
個別晤談時間

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:20   12:10	黃潔老師 駱珮芸老師 王珍妮老師	謝文欽老師 駱珮芸老師	謝文欽老師 王舒慧老師 駱珮芸老師	王舒慧老師 鄭珮瑩老師 駱珮芸老師	黃潔老師 王舒慧老師
13:20   17:20	駱珮芸老師 鄭佩玉老師 (*英語諮商) 王珍妮老師	黃啟明老師 陳麗光老師 (*導師心理諮詢)	鄭珮瑩老師 程思耘老師 (*英語諮商)	董潔如老師 陳麗光老師	黃潔老師 鄭珮瑩老師
18:00   21:00	林懿秀老師	廖祈幃老師	盧鴻文老師	李佳蓉老師	

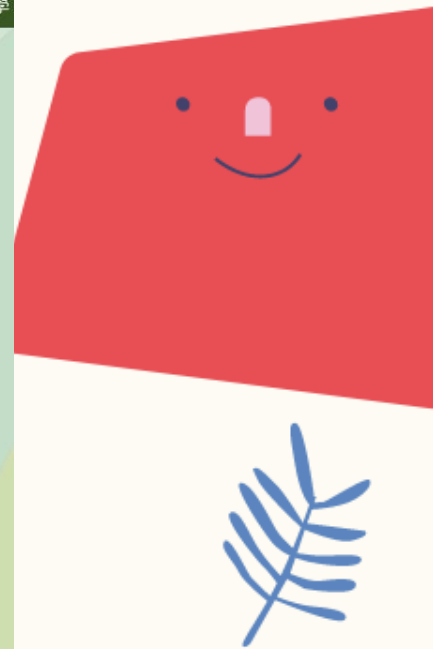
- 如何申請個別諮商呢？  
採預約制，請登入「諮商輔導服務e化系統」填寫「個別諮商申請表」，將會盡快為你安排合適的晤談時間，讓你不必出門就可以輕鬆預約晤談喔！
- 諮商的地點在行政大樓2樓諮輔組諮商室，每次諮商時間為50分鐘，每週以晤談一次為原則。另外，勤樸樓也有諮商室，若你有特別需求也可申請在勤樸樓諮商室進行晤談。
- 邀請身心科醫師提供心理健康諮詢服務，採預約制，歡迎有需要的師生至諮輔組預約。
- 鄭佩玉諮商心理師（每週一下午），以及程思耘諮商心理師（每週三下午）提供英語諮商服務，歡迎國際學生多加利用。  
Counseling service in English is available. (Monday 14:20-17:20, and Wednesday 13:20-16:20)
- 感謝應日系王珍妮老師熱心擔任本校義務輔導教師，輔導時間為每周一，歡迎師生預約諮詢。

每個人在生活的過程中都可能會遇到一些困擾，也會有跟別人談談的需要，因此，來諮商輔導組晤談並非代表你很奇怪，而是展現了讓自己過得更好的勇氣♥

服務時間與聯絡資訊

服務地點：行政大樓2樓 (A216)  
服務時間：週一至週五 8:20-17:20  
夜間諮商時間：週一至週四 18:00-21:00  
服務電話：(07) 8060505 分機13300-13304

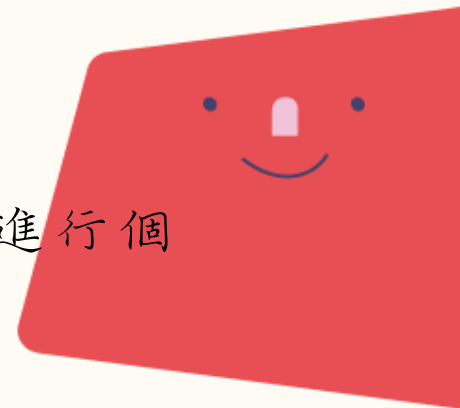
請逕行線上預約！



# 沙遊

沙盤遊戲治療可以於適合於有限空間中同時進行個人與多人活動，

幫助你運用不同感官知覺(如觸覺、視覺等)來表達你無法說出口的情緒。



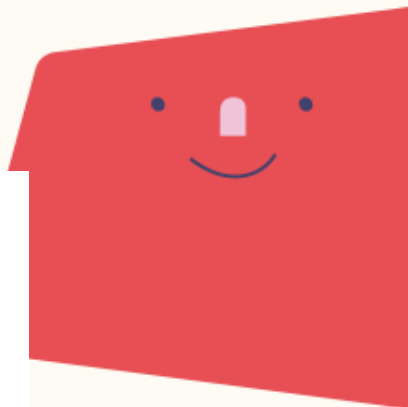
# 牌卡 & 心理測驗



**還有多項有趣又實用的工具，  
幫助你更瞭解自己或有效抒解壓力！**

## • 多種牌卡與心理測驗

擔心跟老師晤談不知道說些什麼嗎？請放心！老師可以透過牌卡或心理測驗，過程輕鬆又有趣！幫助你更瞭解自己，快來提出申請吧！



# 紓壓器具

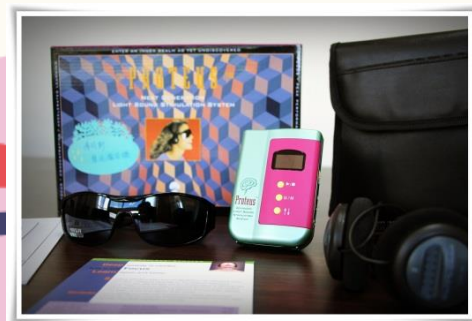


- **希望之星-潛能開發機**

透過光波與共振聲波引導大腦放鬆，快速減壓。

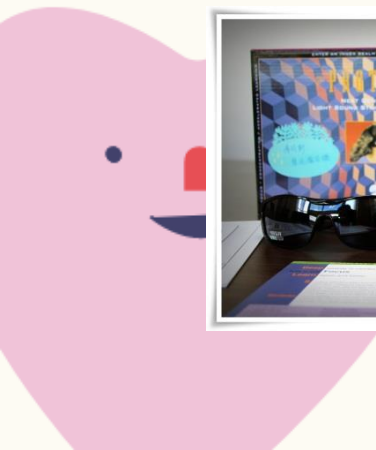
- **EQ-10光波紓壓回饋儀**

透過 $\alpha$ 波誘導裝置協助將腦部之 $\beta$ 波導成 $\alpha$ 波，達到放鬆紓壓效果。



- **Proteus聲光腦波機**

運用「腦波視覺效應」與「生物窗頻音」原理轉化腦波型式，紓解壓力，提升潛能。

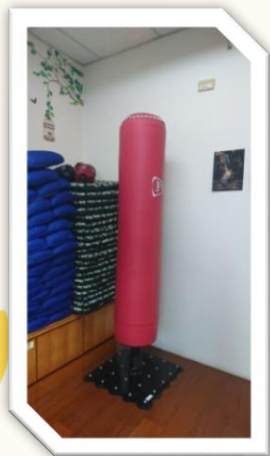


# 紓壓器具

- XBox One 電子遊戲機  
個人或團體從益智遊戲中釋放壓力，並學習團隊合作。



- 舒壓拳擊沙包  
藉由拳擊運動來宣洩情緒。



- Tokuyo 舒壓沙發椅  
藉由按摩椅來協助同學進行身體上的放鬆與舒壓。



# 常見諮商主題

## ◎人際關係

與同學、室友相處不和或生活作息不同、被誤會、被霸凌經驗、沒有歸屬的人際團體...等

## ◎其他

各種壓力、時間管理、性別議題、精神疾病...等

## ◎自我探索

缺乏自信、生活無目標、想多了解自己...等

## ◎家庭關係

發生變故、長期壓力、和家人吵架、不知道該如何溝通...等

## ◎課業學習、生涯探索

很努力卻不見成績好轉、和同學分組合作有困難、被當、興趣不在這、畢業後規劃...等

## ◎感情議題

找不到適合的交往對象、告白被拒、(被)過度追求、跟伴侶溝通不良、關係暴力、分手失落...等



# 成長團體 & 工作坊



玩樂高學愛情—  
關係工作坊



手作療心課程



桌遊列國心趣味



禪繞畫療心課程

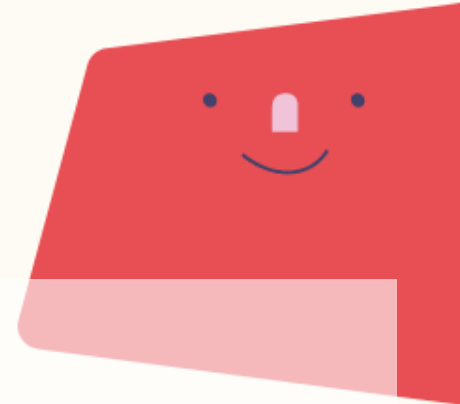


家庭探索團體



溫心助人團體

# 心理衛生教育推廣



## 【班級輔導、班級測驗】

請於活動時間前四週提出申請

於「諮商輔導服務E化系統」—「表單下載」，下載申請表

### 班級輔導主題

- 人際關係、壓力調適、生命教育、自我探索、生涯規劃、家庭關係、情緒管理、性別議題、感情關係、時間管理

### 班級測驗主題

- 生涯探索、人際探索、自我探索、情緒探索

# 心理衛生教育推廣

## 【心衛講座】



溫心大使初階課程

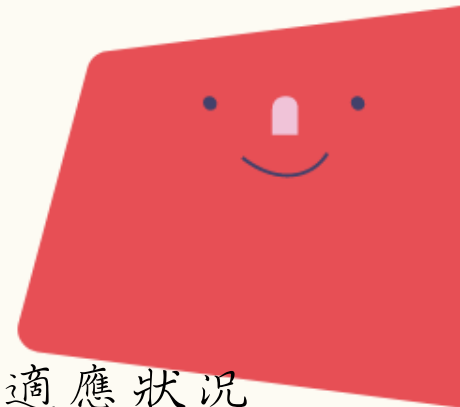


愛情翹翹板講座



精神科醫師帶你認識彩虹裡的  
真實人生講座

# 心理衛生教育推廣



## 【新生測驗】

藉心理測驗幫新生了解自己的心情指數與生活適應狀況





# 安心 · 放心

warm your heart

親愛的師長同學們：

面對最近的疫情變化，許多人可能會發現自己或身邊朋友的情緒受到了影響，由於情緒與身體免疫力息息相關，**除了勤洗手常消毒，保持好心情也非常重要！**

若你身邊有朋友最近因為疫情出現需要關心的情緒或行為，或者，你本身有容易焦慮、擔心或情緒易受影響而起伏的體質，我們想提醒大家以下做法，做好自我照顧：



「信」= 信仰

如有特定信仰，可用自己習慣的方式安定自己，或是在心中祝福世界恢復平安



「運」= 運動

維持穩定運動，跑步、爬山等，讓自己喘氣流汗，不要熬夜或從事太過勞累的活動



「同」= 同伴

運用社群媒體或通訊軟體與朋友、同學家人互相傾訴陪伴，彼此支持



「轉」= 轉移

有控制地避免過度頻繁關注疫情相關新聞與資訊，讓自己有事情做，並多做能有掌握感的事情，如：保持正常作息、運動、看書、做手工藝等



「改」= 改變觀點

在逆境中獲得價值：「人生無常，更要把握當下，及時行動」「要惜福，並珍惜身邊的家人朋友」



對疫情的緊張、擔心感受可說是人之常情，你也可以幫親友「正常化」：「難怪你會覺得（這樣）或（那樣）.....但不只是你，別人多少也會」「我也一樣，他也一樣，大家都多少和你一樣。」

請讓我們互相關懷，運用以上方式自助助人，  
共同度過逆境！

有任何心情想分享討論，學務處諮商輔導組歡迎你！  
(行政大樓二樓，分機13302-13304)



安心  
文宣



## Warm Your Heart - Mental Health Resources

Due to the COVID-19 pandemic, maybe you are struggling with fear, confusion, and some are fighting a feeling of helplessness.

Below is the Mental Health Resource information arranged by Counselling Section & Resource Room of Student Affairs Office.

### ★Physical Health

- Maintain good hygiene habits, including handwashing, and always covering coughs and sneezes.
- Measure your temperature frequently. If you have a fever of 37.5 degrees Celsius or more, we suggest you see a doctor right away.
- Get plenty of sleep, exercise and get your body moving. Stay hydrated with plenty of water daily.

### ★Mental Health

- Connect with friends and family via social media, phone calls, and messages. Staying in contact with others can help calm anxieties of feeling alone and isolated.
- Reach out to friends and family to talk about your fears; telling someone how you feel is instrumental in releasing emotions.
- When feeling overwhelming anxiety, practice slow breathing.
- Practice meditation prayer, relaxation, or mindfulness techniques.
- Journal and write down your fears and worries.
- Accept that you can't control everything, but control what you can.

### ★Get Connected to Supports

- If you need some help, you can connect with Counselling Section & Resource Room of Student Affairs Office.
- Connect with Counselling Section & Resource Room of Student Affairs Office via phone calls (07-8060505#13302-13304), come to Administration Building 2F.
- For English counseling service, please email us directly. The times you are available to come should be included in the mail, e.g. Monday 3pm-5pm. We will be in contact with you shortly.
  - English counseling hours: Monday: 14:20-17:20/ Friday: 13:20-16:20
  - Email: [wish@live.nkuht.edu.tw](mailto:wish@live.nkuht.edu.tw)

1925  
依 舊 愛 我  
安心專線



難過時需要的不是道理，  
而是感同身受的陪伴。



©MaoMaoChong. Licensed by Indot Image

## Warm Your Heart & On Your Side

每個人都會有難過或情緒低落的時刻，也可能壓力大到有些喘不過氣，甚至出現想要傷害自己的念頭。不論是自己或身邊的朋友，若有需要，我們都會在這裡～

\*校安中心24小時專線：07-8034727

\*學務處諮商輔導組：07-8060505

#13302-13304

\*校外資源：

•衛福部24小時安心專線：1925

•生命線：1995

•張老師：1980



人人都能成為



# 自殺防治 守門人

你也可以做得到

## 守門人定義



當發現有人需要關心的時候，我可以：

### HOW

主動積極關心，詢問對方狀況

工作/課業忙嗎？

你最近還好嗎？

我都好容易失眠喔，你會嗎？

會不會睡不好？

### WHERE

選擇安靜隱密的地方談

### DON'T

對方傾訴時，不一直打斷

不丟出當事人也沒有答案的問題

不要發誓會幫他保守秘密



當有人向我傾訴時，千萬不要：

1. 太急著提供提供解決問題的辦法

這有什麼，你就這樣解決就好啦！

你不要跟我說你想自殺喔！

2. 用開玩笑、輕浮的態度回應他人

3. 爭辯事情的對錯

你這樣一開始就錯了好嗎？

我聽你講這些，已經很幫忙了

4. 擺出恩賜的態度



如果他的問題超出你的解決範圍，你可以：

請他撥打專線



安心專線 1925

推薦他去心理諮詢



可至各縣市衛中心醫療機構進行心理諮詢、心理健康管理

校安中心24小時專線 07-8034727

學務處諮商輔導組 07-8060505

分機13302-13304

校外資源：生命線 1995、張老師 1980

## 緊急情況時

立即求助

若是當場發現有人有危及性命的行為，你可以撥打緊急協助電話 110、119

後續關懷訪視

對於曾嘗試過自殺的人，警消人員、醫院、老師請一定要通報當地衛生局，後續會有關懷訪視員進行電訪或面訪等相關處理



衛生福利部  
Ministry of Health and Welfare



學務處諮商輔導組



# 109-2精彩活動





學年度第2學期

學務處 諮商輔導組

## 活動預告一覽表

109

日期/時間	活動名稱	主講人/主持人	地點
2月18日(四)	導師會議暨輔導增能研習(電子會議)	諮輔組老師/諮輔組組長	
2月25日(四) 16:30-18:10	輔導股長幹部訓練	諮輔組老師/諮輔組組長	行政大樓五樓簡報室
3月22日(一) 17:30-19:00	「親愛的資教」特教期初座談會	諮輔組老師/諮輔組組長	行政大樓二樓諮商輔導組團體諮商室
3-4月	「愛·與你有約」特教生支持化服務計畫(ISP)會議	諮輔組老師/諮輔組組長	行政大樓二樓團測室
4月22日(四) 15:20-18:00	導師輔導增能研習-班級經營講座	講師邀請中/諮輔組組長	行政大樓二樓會議室
4月27日(二) 17:30-19:00	「幸福學分-愛情的經營與溝通」講座	陳麗光老師/諮輔組老師	行政大樓五樓簡報室
4月28日-6月2日 每周三 18:00-20:00	完美並不美? 完美主義者自我探索暨紓壓團體	駱珮芸實習諮商心理師/ 諮輔組組長	行政大樓二樓諮商輔導組團體諮商室
5月1日(六) 09:00-16:00	感同身受-擁抱你的共感能力工作坊	朱庭儀諮商心理師/ 諮輔組組長	行政大樓二樓諮輔組團體諮商室
5月13日(四) 15:30-18:00	互動·從認識自己開始- 人際行為量表團體測驗活動	駱珮芸實習諮商心理師/ 諮輔組組長	行政大樓學務處二樓會議室
5月15日(六) 09:00-16:00	學習關鍵工作坊	陳麗光老師/諮輔組老師	行政大樓學務處二樓會議室
5月20日(四) 16:30-18:00	「蜜糖中的毒藥-談關係中的情緒勒索」 講座	高宜君諮商心理師/ 諮輔組組長	行政大樓五樓簡報室
5月27日(四) 15:30-18:00	生命教育電影講座	講師邀請中/諮輔組組長	第二實習一樓綜合會議室
6月16日(三) 17:30-19:00	「緣聚資教」特教期末座談會	諮輔組老師/諮輔組組長	諮輔組資源教室

報名方式：請上諮商輔導服務e化系統-最新消息  
 網址：<https://counseling.nkuht.edu.tw/CS/index.aspx>  
 報名熱線：(07)8060505 轉 13300-13305





幸福  
學分

愛情的  
經營與  
溝通

陳麗光老師

110.04.27

17:30-19:00

行政大樓五樓簡報室



報名請掃我



國立高雄餐旅大學  
學務處諮商輔導組

\* 聯絡電話：07-8060505轉13302-13304

\* 全程參與者之研習時數將登記於學生檔案平台

常常覺得達不到期待

犯錯後常常後悔

覺得自己可以做得更好

要做就要做到好，  
不然乾脆不要做

不想讓他人失望

# 完美並不美？

## 完美主義者 自我探索暨紓壓團體

活動時間／4月28日至6月2日，  
每周三18:00-20:00，共6次

活動地點／行政大樓2F 諮輔組 團體諮商室

參與對象／本校學生，自認自己有完美主義傾向，且為此感到困擾者，共6-8位

活動帶領者／駱珮芸 實習諮商心理師

\* 其餘詳情須知請見活動報名表單  
\* 連絡電話：07-8060505轉13302-13304



國立高雄餐旅大學學務處諮商輔導組



報名請掃我

國立高雄餐旅大學 學務處諮商輔導組

109-2 學期



# 感同身受 擁抱你的共感能力 工作坊

活動時間：110/5/1 (六) 09:00-16:00

活動地點：行政大樓2F 諮輔組 團體諮商室

參與對象：全校師生，共12人

- ※ 場次皆附餐點
- ※ 聯絡電話：07-8060505轉13302-13304
- ※ 全程參與者之研習時數將登記於學生檔案平台

人際行為量表

團體測驗

互動，

從認識自己開始



活動時間：5/13（四）15:30-18:00

活動地點：行政大樓二樓會議室

報名對象：對探索人際有興趣者，8-10人

※其餘詳情請見活動報名表單

※連絡電話：07-8060505轉13303





高雄餐旅大學學務處諮商輔導組

# 學習關鍵工作坊

KEY TO LEARNING

活動時間 / **110.5.15** (六)

活動地點 / 行政大樓二樓會議室

參與對象 / 全校師生，共**20**人

\* 場次皆附餐點

\* 聯絡電話：07-8060505轉13302-13304

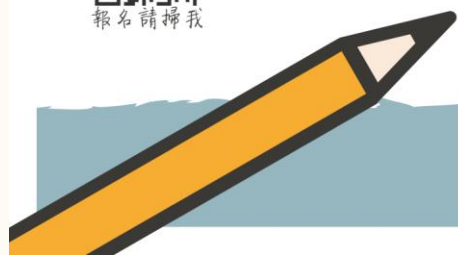
\* 全程參與者之研習時數將登記於學生檔案平台



報名請掃我

講師

陳麗光老師





國立高雄餐旅大學  
學務處諮商輔導組



蜜糖裡的毒藥  
談關係中的  
情緒勒索



高宜君諮商心理師

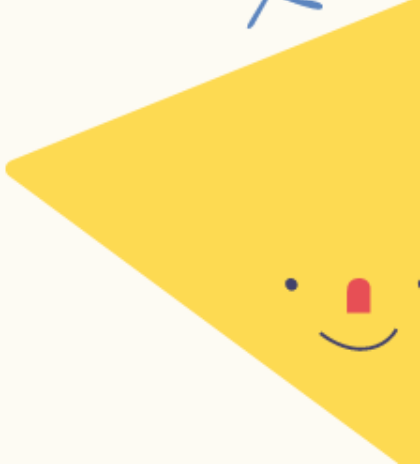
活動時間：110.05.20（四）  
16:30-18:00

活動地點：行政大樓五樓簡報室  
參與對象：全校師生，共80人



\* 聯絡電話：07-8060505轉13302-13304  
\* 全程參與者之研習時數將登記於學生檔案平台

報名請點我





國立高雄餐旅大學學務處諮商輔導組

# 爆米花電影院

110.05.27

15:30-18:00

敬請期待  
COMING SOON



**第二實習一樓綜合會議室**

\* 聯絡電話：07-8060505轉13302-13304

\* 全程參與者之研習時數將登記於學生檔案平台

# 好想參加～該如何報名？

① 學校線上系統預約

「諮商輔導服務 E 化系統」- 「最新消息」

② 主動前來諮商輔導組，我們在行政大樓二樓～





### 校長室 President Office



### 副校長室 vice president Office



### 秘書室 Secretariat Office



校務研究發展中心

議事研考組

公共關係組

### 教務處 Academic Affairs Office



註冊課務組

進修教務組

綜合業務組

教學發展中心

高教深耕辦公室

### 學生事務處 Student Affairs Office



生活輔導組 課外活動指導組

諮商輔導組 住宿輔導組

資源教室 原住民族學生資源中心

### 總務處 General Affairs Office



文書組

事務組

出納組

營繕組

經營管理組

環境安全衛生

物流組



報名  
路徑  
學校  
首頁



2020  
世界母語日  
hiesi no iachi h'oe'ea ta aucunu hpxhpxngx

一起留住族語的好



pishahasaman 諮輔組  
布農語

首頁 / 諮商輔導組

主要業務

個別諮商、團體諮商、心理測驗、新生測驗、學生申訴、身心障礙學生的協助、特殊教育學生輔導、導師業務、導師輔導增能研習、E-Portfolio系統建置、生命教育與性別平等教育推廣及辦理各項心靈成長的活動。

辦公位置

行政大樓A216室

組織成員

學務規章

Q&A

表單下載

諮商輔導服務e化系統

學生學習歷程檔案平台



諮商輔導 / 線上預約

帳號:

密碼:

驗證:  6B38

登入



最新消息

學年度全職實習諮商心理師徵選公告	2019/12/18
108-1筆跡分析已額滿囉~	2019/12/02
108-1個別晤談時間表(更新版)	2019/10/29
English Counseling Service	2019/09/12
108-1預約用諮商心理師代理人(延長收件)	2019/09/11
高餐新生看過來★「新生心理健康量表評估測驗」時程表	2019/09/10
108-1(勤報名專區)108-1心理衛生推廣系列活動	2019/09/09
108-1(108-1)"筆跡分析"下周一(9/9)開始開放申請~	2019/09/06
108-1活動一覽表	2019/09/06
★輔導股長幹部訓練108/9/12(四)12:20~13:10-行政五樓簡報室★	2019/08/23
高餐大學務處諮輔組約用諮商心理師招募公告	2019/07/18
誠徵~~畢業典禮-親友觀禮區服務學習同學18名	2019/04/16
「看自己, Eye自己」自我探索成長團體活動延期公告	2019/03/28
107-2筆跡分析已額滿囉~!	2019/03/15

填入

- 1.帳號：學號
- 2.密碼：身分證字號
- 3.驗證碼

即可登入

線上申請諮商

活動成果

相關網站

諮輔組粉絲團



散播你的光，溫暖彼此



感謝聆聽

