

# 111-2 學期

## 諮商輔導組宣導資料

### 內容

1. 導生餐飲聯誼及 EP 學習歷程檔案平台 (P. 1-P. 17)
2. 性別平等教育宣導 (P. 18-25)
3. 特教學生資源中心 (P. 26)
4. 你的關心·改變他的世界、防疫安心文宣 (P. 27-P. 33)
5. 諮商輔導個別晤談時間表 (P. 34)
6. 心理諮商輔導服務及講座精彩預告 (P. 35-P. 42)

## 目錄

壹、導生餐飲聯誼作業.....	2
一、導生餐飲聯誼作業及餐券樣張說明.....	2
二、導生聯誼餐券申請暨紀錄填寫-系統操作-參閱附錄 4.....	2
貳、E-Portfolio 學生學習歷程檔案系統推廣.....	2
參、班級「導師評量回饋表填答」.....	2
肆、學生學習歷程檔案 E-Portfolio 平台系統-簡要操作步驟.....	3
一、導生聯誼分組維護( 輔導股長 ).....	11
二、導生聯誼記錄填寫( 各班組長 ).....	15
三、導師評量回饋表填答( 所有學生 ).....	16
<b>附錄</b>	
【附錄 1】導生聯誼作業程序說明及餐券樣張.....	4
【附錄 2】尚未完成初步學習歷程檔案建置之同學一覽表.....	7
【附錄 3】誠徵 EP 種子學生講師 16 名.....	9
【附錄 4】學生學習歷程檔案 E-Portfolio 平台系統-簡略操作.....	10



## 壹、導生餐飲聯誼作業：

一、本學期詳細導生餐飲聯誼作業及餐券樣張如附錄 1，特提醒說明如下：

- (一) 餐券由二家供餐廠商供應餐食：師生餐廳、雲天咖啡，**開始施實日期將另行公告**，使用至 112 年 6 月 3 日止。
- (二) 用餐地點：師生餐廳位於藍帶地下一樓；雲天咖啡請同學需於用餐日期前三天訂餐，因空間有限，餐點多採外帶並請另覓用餐場所。
- (三) 導生聯誼之申請，比照往例，請至「學生學習歷程檔案 (EP) 平台」點選組別後，印出紙本「導生聯誼申請單暨餐券」給導師簽名及日期填寫、人數後，送學務處諮商輔導組(行政大樓二樓)蓋章後，即可使用。
- (四) 請輔導股長最遲於第 15 週於特別至 EP 平台查閱各組填交紀錄情形，告知未填寫記錄組長填寫，並提醒導師必需導師系統審核各組之聯誼紀錄。
- (五) 全校導生聯誼申請，統一至學務處諮輔組 (行政大樓二樓) 辦理，服務時間為上午 8:00 至下午 16:30，校內連絡分機號碼 13301。

二、導生聯誼餐券申請暨紀錄填寫-系統操作，請參閱如附錄 4。

## 貳、有關 E-Portfolio 學生學習歷程檔案系統推廣

- 一、教育部每年針對學生 E-Portfolio 學習歷程檔案系統之建置率需達 100%，目前本校尚未完成基本建置之同學名單如附錄 2，請協助轉達名單上之同學個別至本組，本組將協助同學個別教導操作系統。
- 二、誠徵 EP 種子學生講師 16 名協助下學期各新生班級之教育訓練，提供校內服務學習者可抵扣時間或獎勵，請有意願之同學至本組報名，詳如附錄 3。

### 參、班級「導師評量回饋表填答」

- 一、每學期第 16 至 17 週(112/6/4-112/6/17)由各班 (含校外實習班級) 學生於「E-Portfolio 學習歷程檔案系統」線上實施「導師評量回饋表填答」。此評量結果除協助導師獲得學生的評價與回饋外，亦作為績優導師遴選標準佔 50%配分之比重。本組將於第 16 週簡訊給各位輔導股長(亦有紙本宣導說明置於班櫃)，請各位股長務必轉貼至各班班網。
- 二、「導師評量回饋表填答」協助班上填答率達 80%，記嘉獎乙支。
- 三、「導師評量回饋表填答」內容有中英對照。若班上有外籍同學，惠請協助說明。

### 肆、學生學習歷程檔案 E-Portfolio 平台系統-簡要操作步驟如附錄 4。

- 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)



♥E-Portfolio 學生學習歷程檔案系統，簡稱(EP)

## 【附錄 1】

### 111 學年度導生聯誼作業程序說明

為增進導生互動，並鼓勵導師主動關心學生學習及生活適應等情形，以凝聚導生對校園文化之核心價值，本校於校園內提供導生多元化之餐飲，由各班分組進行導生聯誼活動，以提升導生情誼與氛圍。詳細作業說明如下：

- 一、 **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『導生聯誼申請單暨餐券』，以利確認餐費使用人數。
- 二、 **組數及人數**：每組應含導師及安排紀錄同學 1 人，**大學部每組請安排 7-12 人、研究所每組 7-12 人，每班組數以 5 組為上限**，以利聯誼進行。
- 三、 **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。(每人餐券額度 65 元)**
- 四、 **申請**：由各班輔導股長負責填寫「導生聯誼申請單暨餐券」
  - (一) 請至學生學習歷程檔案平台( <http://efolio.nkuht.edu.tw> )→『導生聯誼分組維護』按『新增』→分別將全班名單分組→列印紙本(可至學務處諮輔組列印)
  - (二) 於紙本「導生聯誼申請單暨餐券」填入各組預訂之使用日期後→請導師簽章後→將全班各組( **A4 全頁** )全部一起送至行政大樓二樓學務處諮商輔導組檢視後另製影本留存及蓋印聯誼專用戳章後→學生領取蓋印**戳章**『正本』之『導生聯誼申請單暨餐券』即可至消費地點消費。
  - (三) 核閱之檢視事項如下：
    1. 必填內容：班級人數、姓名、學號、各組總用餐人數、師長簽核。
    2. 上學期紀錄全班未繳齊者，經費保留至繳齊後核予該學期消費表。
    3. 諮輔組保留導師簽核之正本，另製影本蓋印聯誼專用戳章，有戳章正本之『導生聯誼申請單暨餐券』交由學生分別進行聯誼。
    4. 提醒聯誼紀錄：務必請各組負責紀錄同學上線登載。

5. 叮嚀：蓋有戳章正本之『導生聯誼申請單暨餐券』，即視為有價證券(每人餐券額度 65 元)，遺失恕不補發，請務必妥善保管。

五、消費地點：各組分別持各組之『導生聯誼申請單暨餐券』於期限內至校內用餐地點師生餐廳、雲天咖啡消費。

說明：『師生餐廳』實際日期將另行公告；『雲天咖啡』自開學後即可開放訂餐。

六、聯誼期限：每學期自開學日起至第 15 週星期五截止。

七、填寫紀錄及期限：各班各組進行聯誼應指派一位紀錄同學於第 16 週前將談話內容簡要紀錄。

(一) 請至學生學習歷程檔案平台→『導生聯誼紀錄填寫』按『新增』填入相關內容後→按『送出審核』

(二) 請導師於該學期第 17 週前至該平台→『導生聯誼紀錄審核』→按『查詢』→於明細處按『查看』→審查可後將『審核狀態』→改為『審核通過』後『儲存』即可。

(三) 為利於本校校務資料庫等分析資訊查閱及確實紀錄各班聯誼情形，該學期若有未完成紀錄填寫之『組別』，次學期將『全班』不予補助聯誼經費，但聯誼及紀錄之過程應照常進行。

八、補充事項：

(一) 『導生聯誼申請單暨餐券』不得兌換現金。謹請各班務必落實聯誼活動，確實執行實質輔導事項，不可逕將『導生聯誼申請單暨餐券』給學生自行用餐。

(二) 『導生聯誼申請單暨餐券』未蓋「導生聯誼專用戳章」者無法消費。

(三) 各組人數用印後原則上不再異動，以利廠商之人數確認。

(四) 全校導生聯誼申請統一至學務處諮輔組(行政大樓二樓)辦理，服務時間為上午 8:00 至下午 16:30，校內連絡分機號碼 13301。

### 國立高雄餐旅大學導生聯誼申請單暨餐券

學期 導生聯誼申請單暨餐券				組別:	
班級			用餐日期	年	月
1	(導師簽章)		2	(紀錄同學)	
3			4		
5			6		
7			8		
用餐地點 <input type="checkbox"/> 雲天咖啡 <input type="checkbox"/> 師生餐廳					
學務處諮輔組戳章	人數:	每人次元	廠商簽章: 請確認 人數與姓名 數符合	人數:	
注意事項	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。 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。 3.本表未蓋諮輔組「導生聯誼專用戳章」者無法消費。蓋章後視為有價證券,遺失恕不補發。				

學期 導生聯誼申請單暨餐券				組別:	
班級			用餐日期	年	月
1	(導師簽章)		2	(紀錄同學)	
3			4		
5			6		
7			8		
用餐地點 <input type="checkbox"/> 雲天咖啡 <input type="checkbox"/> 師生餐廳					
學務處諮輔組戳章	人數:	每人次元	廠商簽章: 請確認 人數與姓名 數符合	人數:	
注意事項	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。 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。 3.本表未蓋諮輔組「導生聯誼專用戳章」者無法消費。蓋章後視為有價證券,遺失恕不補發。				

學期 導生聯誼申請單暨餐券				組別:	
班級			用餐日期	年	月
1	(導師簽章)		2	(紀錄同學)	
3			4		
5			6		
7			8		
用餐地點 <input type="checkbox"/> 雲天咖啡 <input type="checkbox"/> 師生餐廳					
學務處諮輔組戳章	人數:	每人次元	廠商簽章: 請確認 人數與姓名 數符合	人數:	
注意事項	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。 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。 3.本表未蓋諮輔組「導生聯誼專用戳章」者無法消費。蓋章後視為有價證券,遺失恕不補發。				

學期 導生聯誼申請單暨餐券				組別:	
班級			用餐日期	年	月
1	(導師簽章)		2	(紀錄同學)	
3			4		
5			6		
7			8		
用餐地點 <input type="checkbox"/> 雲天咖啡 <input type="checkbox"/> 師生餐廳					
學務處諮輔組戳章	人數:	每人次元	廠商簽章: 請確認 人數與姓名 數符合	人數:	
注意事項	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。 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。 3.本表未蓋諮輔組「導生聯誼專用戳章」者無法消費。蓋章後視為有價證券,遺失恕不補發。				

## 【附錄 2】尚未完成初步學習歷程檔案建置之班同學一覽表

## 111-1 學期新生班級尚未建置 E-Portfolio 學生學習歷程檔案系統名單：

日間部 78 名		進修推廣部 23 名	
班級	姓名	班級	姓名
四技餐飲管理系一年 A 班	童○霖	碩專觀光所碩一	王○瑾
四技餐飲管理系一年 B 班	楊○絜	碩專餐旅管理研究所一年級	羅○浩
	張○熏	碩專餐旅管理研究所一年級	陳○汝
	廖○揚	進四技旅館管理系一年級 A 班	胡○伶
	林○頤		沈○華
	游○齊		溫○函
	鄭○翰		賴○伊
	陳○蒨	進四技餐飲管理系一年級 A 班	劉○誠
	丁○鈞		湯○諺
	黃○樟	進四技餐飲管理系一年級 B 班	余○陵
	曾○鈞		紀○婷
	林○綦		吳○傑
	魏○雨		朱○丞
	徐○惠		廖○帆
	陳○靖		進二技航空暨運輸服務管理系一年級 A 班
	仇○恩	鄒○晴	
謝○蕙	黃○婷		
蔡○宸	陳○一		
鍾○綦	郭○庭		
張○捷	陳○竣		
四技西餐廚藝系一年 A 班	蔡○毅	陳○輔	
	楊○儒	張○瑄	
	李○恩	陳○	
	林○棋		
	黃○恩		
	何○安		
	莊○登		
陳○財			
四技西餐廚藝系一年 B 班	柳○芯		
四技休閒暨遊憩管理系一年 A 班	王○倫		
	施○瑜		
	楊○勛		
	徐○臻		
	林○綸		
	陳○竣		
	侯○芝		
溫○絃			
四技休閒暨遊憩管理系一年 B 班	陳○綦		
	李○榆		
四技應用英語系一年 A 班	黃○樂		

	陳○均		
四技應用日語系一年 A 班	李○禎		
觀光研究所一年級	陳○晴		
	呂○棋		
	李○朱		
	楊○萱		
	戴○維		
	廖○妃		
	甯○倫		
	蕭○云		
	陳○彥		
飲食文化暨餐飲創新研究所一年級	谷○築		
	吳○岱		
	林○宏		
國際觀光餐旅全英文碩士學位學程一年級	陳○成		
	鄭○方		
	黃○榕		
	雷○荷		
	姓名		
	阮○俊英		
五專餐飲廚藝科一年級 A 班	劉○睿		
	蔡○恩		
	陳○恩		
	周○宇		
	郭○玲		
	蔡○宸		
	黃○筠		
	張○洋		
	陳○泠		
	陳○翎		
	盧○琄		
	易○儀		
	簡○葶		
	張○芩		
	簡○瑄		
	黃○傑		
	陳○慈		
林○榆			

### 【附錄 3】誠徵 EP 種子學生講師 16 名

服務他人證明自己有「給」的能力，創造並分享自己的快樂，歡迎願意擔任志工者報名參與！

#### 一、 工作內容：

推廣 E-Portfolio 學生學習歷程檔案平台，支援本校 EP 新生班級教育訓練等活動等。

#### 二、 服務時間：

- (一) 112 年 5 月 31 日(三) 15:20-18:20 種子講師培訓。
- (二) 112 年 9 月 27 日(三)12:10-13:00 行前說明會。
- (三) 112 年 10 月 25 日(週四) 15:10-18:10 新生班級教育訓練。

#### 三、 活動地點：

本校電腦教室或會議室。

#### 備註：

1. 每次活動後提供餐點，依協助作業期間實際情形，核予服務時數、視服務表現情況勳獎，並登入 EP 平台協助活動之參與時數。
2. 請至行政大樓 2F「學務處諮商輔導組」填表報名！
3. 聯絡人：吳靜慈小姐 ( 07-8060505 分機 13301 )。

【附錄 4】學生學習歷程檔案 E-Portfolio 平台系統操作-簡要操作步驟

**一、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

原住民學生資源中心  
特殊教育學生資源中心

pishahasaman 諮輔組  
布農語

組織成員  
學務規章  
Q&A  
表單下載  
**3** 諮商輔導服務e化系統  
學生學習歷程檔案平台

**二、本校網頁首頁右上方，點選「MyNKUHT (入口網)」按登入**

NATIONAL KAOHSIUNG 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 YS PW

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

## 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

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
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	31		
1	2	3	4	5	6

網站連結 Link

- 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◎

## 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

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：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。
- ◎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	111																																																																																																
學期 Semester	1																																																																																																
班級 Class	723A 進四技餐飲管理系三年級A班																																																																																																
組別名稱 Group	(系統自動代入Auto Enter)																																																																																																
記錄同學 Recorder	70 [ 琳 ] (選擇記錄同學後，下方的組員名單仍要勾選！) (After choose a recorder, you still check that in the list below.)																																																																																																
*組員名單 Studnet List	<table border="1"> <tr><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td>70</td><td>琳</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>瑩</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>晴</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>懷</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>飛</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>翔</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>志</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>宸</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>閱</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>儒</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>丞</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>瑜</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>懿</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>語</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>茹</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>源</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>歲</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>涵</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>筑</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>軒</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr> <tr><td><input type="checkbox"/></td><td>70912059-陳文</td><td>琇</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td><td>好</td><td><input type="checkbox"/></td><td>70</td></tr> </table>	<input checked="" type="checkbox"/>	70	琳	<input type="checkbox"/>	70	瑩	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	晴	<input type="checkbox"/>	70	懷	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	飛	<input type="checkbox"/>	70	翔	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	志	<input type="checkbox"/>	70	宸	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	閱	<input type="checkbox"/>	70	儒	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	廷	<input type="checkbox"/>	70	丞	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	瑜	<input type="checkbox"/>	70	懿	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	語	<input type="checkbox"/>	70	茹	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	源	<input type="checkbox"/>	70	歲	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	涵	<input type="checkbox"/>	70	穎	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70	筑	<input type="checkbox"/>	70	軒	<input type="checkbox"/>	70	<input type="checkbox"/>	70912059-陳文	琇	<input type="checkbox"/>	70	好	<input type="checkbox"/>	70
<input checked="" type="checkbox"/>	70	琳	<input type="checkbox"/>	70	瑩	<input type="checkbox"/>	70																																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	晴	<input type="checkbox"/>	70	懷	<input type="checkbox"/>	70																																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	飛	<input type="checkbox"/>	70	翔	<input type="checkbox"/>	70																																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	志	<input type="checkbox"/>	70	宸	<input type="checkbox"/>	70																																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	閱	<input type="checkbox"/>	70	儒	<input type="checkbox"/>	70																																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	廷	<input type="checkbox"/>	70	丞	<input type="checkbox"/>	70																																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	瑜	<input type="checkbox"/>	70	懿	<input type="checkbox"/>	70																																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	語	<input type="checkbox"/>	70	茹	<input type="checkbox"/>	70																																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	源	<input type="checkbox"/>	70	歲	<input type="checkbox"/>	70																																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	涵	<input type="checkbox"/>	70	穎	<input type="checkbox"/>	70																																																																																										
<input type="checkbox"/>	70	筑	<input type="checkbox"/>	70	軒	<input type="checkbox"/>	70																																																																																										
<input type="checkbox"/>	70912059-陳文	琇	<input type="checkbox"/>	70	好	<input type="checkbox"/>	70																																																																																										

學生學習歷程檔案E-Portfolio平台

## 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 ]

3 4

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』，以利確認餐券使用人數。

◎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。

**※按儲存後，為第 1 組，若分1-5組再按新增重新建立，完成分組後按匯出。**

學生學習歷程檔案E-Portfolio平台

匯出

# 導生聯誼申請單暨餐券

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	張 [ ] 06		4		李 [ ] 10						
5	陳 [ ] 13		6								
7			8								
9			10								
11			12								
用餐地點			<input type="checkbox"/> 雲天生活館 (圖書館一樓) <input checked="" type="checkbox"/> 師生餐廳								
學務處諮輔組戳章			人數: 人		每人 60元		廠商簽章 請確認人數與姓名數符合		人數: 人		
說明 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。 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. 本表未蓋諮輔組「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 [ ] 20						
5	王 [ ] 3		6								
7			8								
9			10								
11			12								
用餐地點			<input type="checkbox"/> 雲天生活館 (圖書館一樓) <input checked="" type="checkbox"/> 師生餐廳								
學務處諮輔組戳章			人數: 人		每人 60元		廠商簽章 請確認人數與姓名數符合		人數: 人		
說明 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。 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. 本表未蓋諮輔組「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 (圖書館一樓) <input checked="" type="checkbox"/> 師生餐廳								
學務處諮輔組戳章			人數: 人		每人 60元		廠商簽章 請確認人數與姓名數符合		人數: 人		
說明 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。 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. 本表未蓋諮輔組「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	陳 [ ] 9		6								
7			8								
9			10								
11			12								
用餐地點			<input type="checkbox"/> 雲天生活館 (圖書館一樓) <input checked="" type="checkbox"/> 師生餐廳								
學務處諮輔組戳章			人數: 人		每人 60元		廠商簽章 請確認人數與姓名數符合		人數: 人		
說明 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。 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. 本表未蓋諮輔組「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 KAHSIUNG UNIVERSITY OF HOSPITALITY AND TOURISM  
國立高雄餐旅大學

1. 導師簽名

2. 日期填寫

3. 地點

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

6. 送至諮商輔導組蓋章後才能使用

107-1 學期導生聯誼申請及消費表 組別:1											
班級	進 務		服 務		用 餐 日 期		月		日		
1	(導師簽章)		2		(記錄同學)						
3	宋 [ ] 4		4		吳 [ ] 8						
5	宋 [ ] 3		6		陳 [ ] 6						
7	呂 [ ] 3		8								
9			10								
11			12								
用餐地點			<input type="checkbox"/> 雲天生活館 (圖書館一樓) <input checked="" type="checkbox"/> 師生餐廳								
學務處諮輔組戳章			人數: 人		每人 60元		廠商簽章 請確認人數與姓名數符合		人數: 人		
說明 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。 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. 本表未蓋諮輔組「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 KAHSIUNG 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」

聯誼及填寫紀錄期限：

第15週(6/3)截止。

學生學習歷程檔案E-Portfolio平台

## 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」

學生學習歷程檔案E-Portfolio平台

## 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  
(\* 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」.)

總計小組名單  
Total Group List

\* 聯誼地點  
Meetup Location  
○ 師生餐廳 ○ 雲天咖啡(一館) ○ 雲天三館 ○ 貝尼特創意輕食村 ○ 其它  
(勾選「其它」請說明)  
(When you choose other,please enter other classification.)

\* 聯誼日期  
Meetup Date

提醒：點選系統日期

確定輸入務必點選，若系統沒帶入小組名單，將無法存儲及送出審核

\* 談話內容摘要  
Talk Summary

與導師餐聚，討論內容記錄。

\* 談話內容摘要分類  
Talk Classification(可複選)  
 課業  社團、校慶  證照  服儀  住宿  校外安全  校外實習  校園徵才  海外參訪  人際溝通  
 時間管理  未來規劃  生活提醒  畢業門檻  其它  
(勾選「其它」請說明)  
(When you choose other,please enter other classification.)

小提示!! 確認送出後即送往導師審核!

取消 Cancel 送出審核 Send

學生學習歷程檔案E-Portfolio平台

## 導生聯誼分組維護 ( 輔導股長 )

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

1

訊息:

導生聯誼分組維護 Meetup Grouping

學年 School Year:  學期 Semester: 全部

2

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。

◎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。

※輔導股長確定各組完成「導生聯誼紀錄填寫」後，按「查詢」查看各組是否完成填寫情形。

學生學習歷程檔案E-Portfolio平台

### 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

- 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 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15至16週**  
( **112/6/4-112/6/17** )

♥請每位同學實際的情況或感受來填答。

學生學習歷程檔案E-Portfolio平台

### 學生操作：導師評量回饋表填答

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
- 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：

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

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、班導師會關心學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、班導師會主動關心學生的日常生活情形 (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.

# 重點提醒：



## 壹、導生餐飲聯誼作業-

每組學生7-12人，最多5組，使用日期至112/6/3日止。

## 貳、學生學習歷程檔案E-Portfolio平台推廣-

一、未建置EP系統名單，請提醒同學至諮輔組操作。

二、誠徵EP種子學生講師16名。

## 肆、E-Portfolio平台- 系統簡要操作步驟

一.導生聯誼分組維護 ( 先分組，再至系統選填 )

二.導生聯誼記錄填寫 ( 15週 6 / 3 截止 )

三.導師評量回饋表填答 ( 16-17週 112/6/4-112/6/17 )

## △ 性別平等教育宣導 △

### 何謂「校園性侵害、性騷擾或性霸凌」？

意指同一學校或不同學校間所發生的性侵害或性騷擾事件，**其一方為學校校長、教師、職員、工友或學生，他方為學生**（在學或接受進修推廣教育者均屬之）。

本校「校園性侵害、性騷擾或性霸凌事件」**通報窗口為校安中心，07-8034727**，接獲通報後將移送本校性別平等教育委員會決定是否受理，再由「性別平等教育委員會」組成調查小組進行調查工作。

### 如果師長同學的言行讓我覺得被性騷擾？

性騷擾的樣貌其實相當多元，可能發生在任何性別的排列組合，廣義的性騷擾也包含性別歧視，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，因此在人際間的互動請秉持互相尊重原則。

- **若遭遇性平事件要勇敢且及時向性平會提出申訴，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**
- **切勿自行調查、調解、或私下散布相關訊息，以免觸法。**
- **蓄意誣告須負相關法律責任，請同學切勿以身試法。**

### 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。**

# 跟蹤騷擾防制法

## 於111年6月1日施行

The Stalking and Harassment Prevention Act is set to take effect on June 1, 2022.



什麼是跟蹤騷擾：針對特定人反覆或持續、與性或性別有關、違反意願、使人心生畏怖。

### 8種行為樣態



監視觀察



尾隨接近



寄送物品



冒用個資



不當追求



妨害名譽



通訊騷擾



歧視貶抑

不管你在哪裡，我們都會找到你。



遇到跟騷行為，請報警！

- 跟蹤騷擾行為：可處1年以下有期徒刑，併科新臺幣10萬元以下罰金，須告訴乃論。
- 攜帶兇器犯之：可處5年以下有期徒刑，併科新臺幣50萬元以下罰金，非告訴乃論。
- 違反保護令罪者：可處3年以下有期徒刑，併科新臺幣30萬元以下罰金，非告訴乃論。



內政部警政署關心您

廣告

跟蹤騷擾防制法懶人包

## 什麼是「數位性別暴力」



意指「透過網路或數位方式，基於性別之暴力行為。即針對性別而施加他人之暴力或不成比例地影響他人，包括身體、心理或性之傷害、痛苦、施加威脅、壓制和剝奪其他行動自由等」。數位性別暴力類型及其內涵：

1. **網路跟蹤**：( 1 )對於他人反覆實施跟蹤騷擾行為，致令他人感到不安或畏懼；( 2 )跟蹤或監視他人活動；( 3 )監視或蒐集他人網路活動或資訊，進而違反他人意願與之接觸。
2. **惡意或未經同意散布與性 / 性別有關個人私密資料**。
3. **網路性騷擾**：( 1 )未經同意逕將猥褻文字、聲音、圖畫、照片或影像等資料傳送他人；( 2 )對於他人實施性別工作平等法、性別平等教育法或性騷擾防治法所定性騷擾行為。
4. **基於性別貶抑或仇恨之言論或行為**：( 1 )對他人之性別、性傾向或性別認同等，發表貶抑、侮辱、攻擊或威脅等仇恨言論。( 2 )基於性別，對於他人之行為或遭遇，進行貶抑或訕笑；( 3 )鼓吹性別暴力。
5. **性勒索**：以揭露他人性私密資料(文字、聲音、圖畫、照片或影像等)為手段，勒索、恐嚇或脅迫他人。
6. **人肉搜索**：透過網路搜索取得與散布未經他人同意揭露之文字、聲音、圖畫、照片或影像等私密資料。
7. **基於性別偏見所為之強暴與死亡威脅**：基於性別偏見，以強制性交或加害生命之事恐嚇他人，使他人心生畏懼者。
8. **招募引誘**：係指運用網路或數位方式遂行人口販運；抑或從事人口販運者，利用網路聊天室等傳遞人口販運訊息或進行廣告等。
9. **非法侵入或竊取他人資料**：非法侵入他人電腦或相關設備，以觀覽、取得、刪除或變更他人個人資料等，如：侵入網路攝影機取得他人影像資料等。
10. **偽造或冒用身分**：偽造或冒用身分，以取得他人個人資料、侮辱或接觸他人、損害他人名譽或信用、遂行恐嚇或威脅，或據以製作身分證件供詐欺之用等。

# 5不

- 不違反意願**  
不可強迫他人拍攝或傳送影像
- 不聽從自拍**  
不要聽從引誘拍攝自己的影像
- 不倉促傳訊**  
傳送訊息及影像前應再三確認
- 不轉寄私照**  
收到他人私密照，轉傳即違法
- 不取笑被害**  
取笑或檢討被害人是更大傷害

就是5件不要做的事



# 4要

- 要告訴師長**  
比起獨自面對師長可提供更多協助
- 要截圖存證**  
有明確的證據有效將歹徒繩之以法
- 要記得報警**  
110  
不只為了自己避免更多無辜者受害
- 要檢舉對方**  
就算是假帳號讓管理者依規定處理

若真的不小心在網路上遇到騷擾或威脅，你可以透過「4要」來尋求協助



( 本頁圖片引用自：【懶人包】防治數位/網路性別暴力 | 全民資安素養網 (moe.edu.tw) )

# 懷孕學生權益

## 安心就學，有我挺你！

懷孕、引流產、分娩或  
育有三歲以下子女

可申請懷孕學生特殊服儀  
及相關彈性修業規定

配偶及伴侶也可  
申請相關彈性修  
業及輔導服務！

### 校內懷孕諮詢服務

#### 心理諮詢

學務處諮商輔導組  
分機13304 wish@live.nkuht.edu.tw

#### 孕產諮詢

健康中心 分機 19102及19103

### 懷孕受教權維護

性別平等教育委員會  
分機 10122 gender@live.nkuht.edu.tw

### 校外資源

未成年懷孕諮詢專線 0800-257-085

未成年懷孕求助站



勵馨基金會



高雄餐旅大學性別平等教育委員會 學生事務處諮商輔導組陪伴你

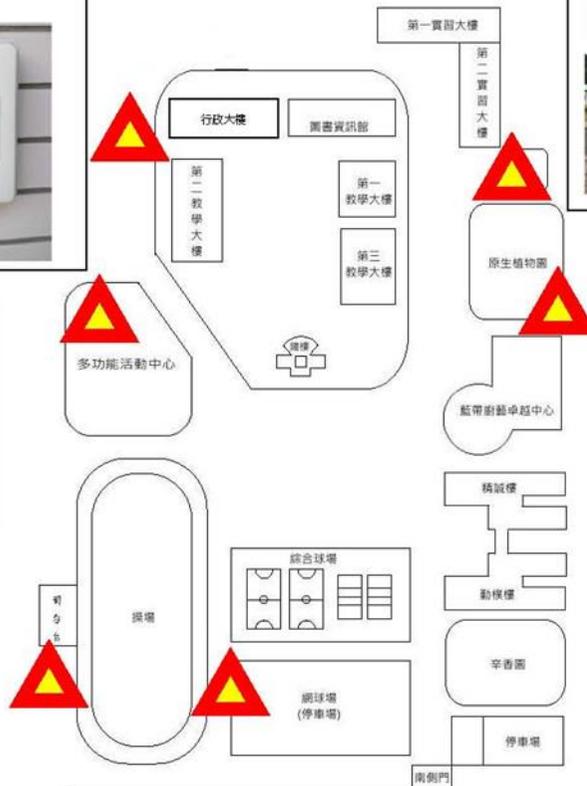
## 懷孕學生權益及相關資源

校內資源			
心理諮詢、學校及社會各項福利資源整合	孕產諮詢	<p><b>懷孕受教權維護</b></p> <p>含修業年限延長、請假規定、入學資格保留、休學之年限不受限 2 年等規定。</p> 	懷孕學生特殊服儀申請
諮商輔導組	健康中心	性平會	生活輔導組
<a href="mailto:wish@live.nkuht.edu.tw">wish@live.nkuht.edu.tw</a> 07-8060505 轉 13304	ns940021@mail.nkuht.edu.tw 07-8060505 轉 19102-19103	gender@live.nkuht.edu.tw 07-8060505 轉 10122	07-8060505 轉 13203
行政大樓 2 樓	第一實習大樓 1 樓	行政大樓 7 樓 秘書室議事研考組	行政大樓 2 樓

## 校外資源

未成年懷孕諮詢	勵馨基金會	未成年懷孕 服務資源手冊
<p><a href="https://257085.sfaa.gov.tw/">https://257085.sfaa.gov.tw/</a> 0800-257085</p>	<p><a href="https://www.goh.org.tw/">https://www.goh.org.tw/</a> (07)740-8595 周小姐 週一至週五及雙週六 10:00-17:00</p>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>• 中止懷孕、出養或自行扶養相關訊息</li> <li>• 各項補助、托育服務</li> <li>• 衛生醫療資源</li> </ul>
<h3>其他補助與資源 ( 詳見 各縣市社會局網站 )</h3>		
<p><u>婦女福利</u> <u>托育福利</u> <u>單親及特殊境遇家庭福利</u> <u>育有未滿二歲兒童育兒津貼</u> <u>單親培力計畫</u> 學生爸媽就學補助 ( 最高補助至大學畢業 ) ...等</p>		

# 高餐大校園戶外緊急按鈕位置分布圖 共 6 處



## ▲ 特教學生資源中心-特教業務 ▲

本校於民國 106 年開辦資源教室，是為特殊教育學生所設立的，並聘有專職輔導老師專責協助特教生業務。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。

### \*服務對象：

以領有「教育部特殊教育學生鑑定及就學輔導會」(以下簡稱鑑輔會)相關證明者為實施對象。(新生、轉復學生或新領身心障礙證明之學生，在未經提報鑑輔會進行重新鑑定前，應予適用。)

若您或班上同學領有身心障礙證明(手冊)或確實因某些生心理限制致使在學習上有特殊需求之學生，諮輔組特教學生資源中心亦於每學期初協助向教育部提出鑑定申請以取得特殊教育身分。

### \*服務項目簡介：

具有特教身分之學生可依需求申請以下特教資源

- 學生助理人員協助服務：學校將提供工讀金給在生活及學習上協助特教生適應校園生活與學習的同學，相關申請表請至網站下載「學生助理人員協助服務申請表」。
- 課業輔導：將視同學的需求，利用課餘時間安排專業的科任老師或碩博士生提供特教生課業加強服務，相關申請表請至網站下載「課業輔導申請表」。
- 其他資源：特教獎助學金申請、轉銜服務、個別化支持服務計畫、生活或學習輔具申請、心理諮商、生活與社會適應及行政支援等。
- 跨單位資源：學雜費減免、適應體育申請、無障礙環境改善、延長修業年限等。

### \*服務資訊：

服務地點：行政大樓二樓(A216)

服務時間：週一至週五 8 時 40 分 ~ 17 時 40 分。(其他時間彈性預約)

服務網址：<http://bit.ly/高餐特教>

分機電話：07-8060505 轉 13305

e-mail：[askycat@mail.nkuht.edu.tw](mailto:askycat@mail.nkuht.edu.tw)

# 你的關心·改變他的世界

回想一下...身為新生的你，第一天到高餐時心情如何呢？

## ✓ 哪些同學需要特別多一些的關心？

- ☆大一和五專部的學弟學妹
- ☆經常獨來獨往的獨行俠
- ☆經常面露憂愁或憤怒
- ☆經常對學校的規定有很多抱怨
- ☆經常違反宿舍規定
- ☆經常有不合乎常理的行為

## ⊙ 發現以上同學該怎麼辦呢？

### ☆【一問】

- 找機會私下關心，藉由一些問句做簡單的評估，您可以詢問同學：「來學校生活適應嗎？」、「住宿舍習慣嗎？」、「你還好嗎？有沒有什麼是我可以幫上忙的？」

### ☆【二應】

- 談話過程中，一個提問後，即讓對方述說，並試著關心感受(心情)，聽完對方的述說，可簡短的同理回應，再問進一步的問句。不急著一下子就將所有疑問拋出來，這樣反而會讓對方感到壓力，而不敢繼續說下去。
- 在您第一次關心同學時，對方可能不會有太多談話，這是正常的，因為對方對您還不熟悉，此時，可以讓對方知道您對他的關心，並且表達若他需要協助時可以找您；過幾天後，您可以再次主動關心對方。

### ☆【三轉介】

- 若您無法協助同學，則告知宿舍輔導老師，讓師長知道同學的狀況，並且鼓勵同學或經同學的同意，陪他到諮商輔導組找心理師聊一聊。
- 請教諮輔組的心理師。

## ⊙ 哪些同學可能需要轉介諮商輔導組？

- 無法從失落事件中(親友死亡、分手劈腿)恢復，自理生活事務的能力明顯降低。
- 發現同學情緒低落或起伏很大，且開始對於生活課業造成影響。
- 沒來由的退縮、恐懼、焦慮，或程度多過於其他人。
- 出現覺得自己沒有價值的想法，且內心充滿罪惡感或愧疚感時；持續兩週以上感到莫名的情緒低落、焦慮、煩躁、食慾不振等。
- 從原本的低落狀態，轉為無故交代身邊事情、分送心愛的東西、道別或道歉等等。
- 透露傷害自己或傷害別人的想法、購買危險物品(如刀、繩、炭、藥品)；或出現具體的傷害行為。

★ **【功課好重，宿舍要處理的事情又多，很多事情都擠在一起，時間不夠用了，壓力好大，該怎麼辦？】**

- 主動尋求協助 - 向宿舍幹部、同儕或宿輔老師反應，請他們協助
- 檢視自己的時間安排，維持照顧自己、課業、工作、親友間的平衡
- 把要完成的事情拆解、列成細項清單，一次只做一件事
- 養成每天檢視自己內心狀態的習慣，寫、畫日記或週記有助於紓解壓力
- 可以自我要求，但不要批評自己。接納自己的優點及不完美
- 心情不好時，先接納自己正常的負面情緒，再練習正面思考方式
- 休息也是您的工作之一，記得停下腳步，撥空給自己放鬆
- 維持規律的生活作息，好好的吃，好好的睡
- 培養運動習慣及腹式呼吸
- 找諮輔組的老師聊一聊

★ **校內可以找…**

- 宿輔老師
- 諮商輔導組 ( 行政大樓二樓，分機 13300-13306 )
- 軍訓室 ( 行政大樓二樓，分機 13600-13604 )
- 校安中心 ( 24hr 緊急聯繫電話 07-8034727 )

★ **校外可以找…**

- 張老師 1980 當面晤談、電話輔導、信件輔導
- 生命線 24 小時專線 1995
- 衛福部 24hr 安心專線：1925

**您一句溫暖入心的關懷  
如同黑暗中的一束微光  
讓低潮的人願意相信困境另有出口**

# 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：

- 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！
- 用開玩笑、輕浮的態度回應他人 ✗
- 爭辯事情的對錯 ✗  
你這樣一開始就錯了好嗎？
- 擺出恩賜的態度 ✗  
我聽你講這些，已經很幫忙了

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



可至各縣市心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13302-13306  
校外資源：生命線 1995、張老師 1980  
衛福部24 hr安心專線1925

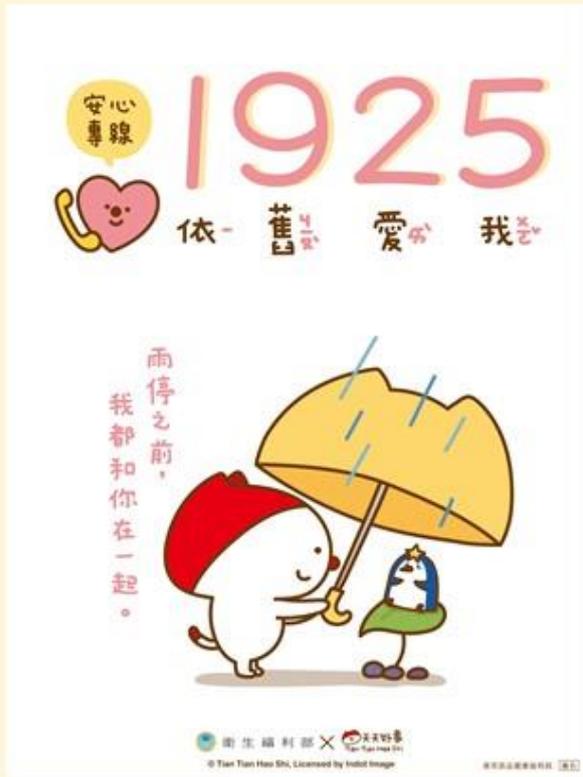
## 緊急情況時

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



心情難免會下起難過與低落的雨

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

我們都會在這裡為你撐傘～

●校內資源

◇校安中心24小時專線：07-8034727

◇學務處諮商輔導組：07-8060505 #13302-13306

●校外資源：

◇衛福部24小時安心專線：1925

◇教育部學特司-學生自我傷害防治專區



◇生命線：1995

◇張老師：1980

◇心快活心理健康學習平台

◇全台心理健康服務據點



# 國立高雄餐旅大學 諮商輔導組 COVID-19 防疫措施說明



因應COVID-19 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

若您於預約晤談的**前7天**曾有接觸新冠肺炎確診者，或有出現身體不適者，請務必事先來電告知諮輔組。

02

進入諮輔組時，請**先以酒精噴手消毒**，**並配戴口罩**；諮輔組內也會定期進行空間消毒。

03

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 #13300-13306



# 安心 · 放心

## warm your heart

親愛的師長同學們：

面對疫情變化，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13302-13306)

參考資料：[1]黃龍杰(2008)。搶救心理創傷-從危機現場到心靈重建。

[2]Lee Y.T., Tsai S.J.(2010).The mirror neuron system may play a role in the pathogenesis of mass hysteria. Med Hypotheses. 74, 244-245.

## 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#13302-13306), 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: Wed. 13:20-16:20**

• **Email: [wish@live.nkuht.edu.tw](mailto:wish@live.nkuht.edu.tw)**

**References :** COVID-19 Mental Health Resources of Polk County Health Department (USA). <https://bit.ly/2x6zqQ1>



# 111 學年度第2學期 學務處諮商輔導組 個別諮商輔導時間表

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:10   12:10	鄭珮瑩諮商師 王舒慧諮商師	林怡君諮商師 蕭凱元實習諮商師	王舒慧諮商師  09:10-11:10 謝文欽諮商師	黃禎慧諮商師 蕭凱元實習諮商師	黃禎慧諮商師 鄭媛玲諮商師
13:20   17:20	黃禎慧諮商師 鄭媛玲諮商師  16:30-19:30 董潔如諮商師	黃潔諮商師 陳麗光筆跡分析師	王冠晞諮商師 (*英語諮商) 鄭珮瑩諮商師  13:20-14:10 謝文欽諮商師	王舒慧諮商師 陳麗光筆跡分析師	鄭珮瑩諮商師 鄭媛玲諮商師
18:00   21:00	林懿秀諮商師	陳語禮諮商師	廖祈韓諮商師	李佳蓉諮商師	

◎諮商地點以行政大樓2樓諮輔組諮商室為主；另外，勤樸樓也有諮商室，若您有特別需求也可提出在勤樸樓諮商室進行晤談之申請。

◎諮商輔導服務皆採**預約制**，每次晤談時間為50分鐘，每週以一次為原則，若有特殊情況可加以調整。

◎每週二、四下午由陳麗光老師提供教職員生（含導師）個別心理健康諮詢-筆跡分析服務。

◎小港醫院精神科林貝芸醫師3/21(二)、4/18(二) 13:20~16:20到校提供心理諮詢服務，歡迎預約。

◎為提供國際學生服務，王冠晞諮商師可提供英語諮商。

◎服務資訊

- 服務地點：行政大樓二樓(A216)
- 服務時間：週一至週五上午8點10分~下午5點20分
- 夜間諮商時間：週一至週四晚間6點到9點
- 服務電話：(07)806-0505分機13300~13306



學生學習歷程  
檔案系統



諮商輔導組  
粉絲專頁



預約請掃描  
諮商輔導服務e化系統



每個人在生活的過程中都可能遇到一些困擾，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特別，而是展現了讓自己過得更好的勇氣。





國立高雄餐旅大學

111

學年度第二學期學務處諮商輔導組

活動預告一覽表

日期/時間	活動名稱	主講人	地點
2/14(二) 8:50~12:10	導師會議暨輔導增能研習	陳校長敦基	行政大樓六樓國際會議廳
2/22(三) 16:30-18:10	輔導股長暨學生助理人員訓練	諮輔組同仁	行政大樓五樓簡報室
3/20(暫訂) (一) 12:00-13:20	「友你就是家」特教期初座談會	許耀云 輔導員	資源教室
3/21~5/2(二) 18:00~20:00	「走出與家更剛好的距離」－給離家者的成長團體	蕭凱元 實習諮商心理師	諮輔組團體諮商室
3~4月 12:00~13:00	「愛，與你有約」－特教生支持化服務計畫(ISP)會議	許耀云 輔導員	資源教室
4/19(三) 15:20~18:00	導師輔導增能研習	講師邀請中	行政大樓二樓會議室
4/26(三) 15:30~17:30	「整裝出發，探索你的職涯宇宙」－YES就業力量表團體測驗活動	蕭凱元 實習諮商心理師	行政大樓二樓會議室
4/29 (六) 10:00~17:00	「流動自我-舒心藝術創作」－職人手做生涯系列工作坊	王琪 諮商心理師	行政大樓二樓會議室
4/30(日) 9:00~16:00	「擁抱生命的美好 ~談生命教育與自殺(傷)防治」 -溫心大使基礎助人技巧講座	黃龍杰 臨床心理師	勤樸樓自修室
5/3~5/31(三) 18:00~20:00	「聽心事、說心事」-溫心大使進階助人團體	李喻婷 諮商心理師	諮輔組團體諮商室
5/3 (三) 16:30~18:10	「愛情練習曲」性平教育講座	高宜君老師	行政大樓五樓簡報室
5/6 (六) 9:00~16:00	「走進親密關係-遇見兩個真我」工作坊	陳麗光 筆跡分析師	諮輔組團體諮商室
5/31 (三) 18:00~20:00	「點亮自我-土耳其馬賽克燈DIY」 職人手做生涯系列工作坊	馬賽克世界講師	行政大樓二樓會議室
6/2 (五) 12:00~13:20	「青春不散場」特教期末座談會	許耀云 輔導員	資源教室

報名方式：請上諮商輔導服務e化系統-最新消息  
報名熱線：(07)8060505 轉 13300-13306





國立高雄餐旅大學學務處諮商輔導組 111-2學期

## 走出與家更剛好的距離 - 給離家者的成長團體



離家



回家

專業成長?  
自由?  
孤單?  
掛念家人?  
⋮



被管很不自由?  
把握相處時間?  
有人照顧我?  
被家人弄亂心情?  
⋮



在反覆離家又回家的過程中感到矛盾與掙扎嗎?  
一起來建立內心的羅盤，找到家中更自在的位置吧!



 蕭凱元 實習諮商心理師

 3/21~5/2 每周二 18:00~20:00，共六次 (4/4春假放假)

 諮商輔導組團體諮商室

 離家求學，想探索與家人相處之學生6-8名。

 名額有限，請於3/10(五)前報名

 備有美味餐點，請全程參與

報名表單



連絡電話：07-8060505 轉13300-13306  
全程參與者之研習時數將登錄於學生檔案平台



國立高雄餐旅大學 學務處諮商輔導組

# 整裝出發，探索你的職涯宇宙 - Yes就業力量表團體測驗活動

四大主題一次探索

1

我適合到什麼類型的職業星球生活呢？

2

面對職業星球上的挑戰，我是怎麼面對的呢？

3

前往職業星球的冒險旅程中，我想獲得的是什麼呢？

4

要前往喜歡的職業星球，我目前做了多少準備呢？

報名表單



蕭凱元 實習諮商心理師



4/26(三) 15:30~17:30



行政大樓二樓會議室



對生涯探索有興趣之學生25人

連絡電話：07-8060505 轉13300-13306

全程參與者之研習時數將登錄於學生檔案平台



國立高雄餐旅大學學務處諮商輔導組 111-2學期

# 「流動自我-舒心藝術創作」 職人手做生涯系列工作坊

-  王琪 諮商心理師
-  4/29(六) 10:00~17:00
-  行政大樓二樓會議室
-  特教生與有興趣之同學20人
-  備有美味餐點，請全程參與

報名表單

連絡電話：07-8060505 轉13300-13306  
全程參與者之研習時數將登錄於學生檔案平台





# 溫心大使



國立高雄餐旅大學 學務處諮商輔導組

「擁抱生命的美好 ~  
談生命教育與自殺(傷)防治」  
-溫心大使基礎助人技巧講座

🕒 112年4月30日 (日) 9:00~16:00

📍 勤樸樓自修室

👤 黃龍杰 臨床心理師

👥 參與對象：學生70人

🍴🕒 備有美味餐點

報名表單



學習陪伴與回應他人的必修課



「聽心事、說心事」-  
溫心大使進階助人團體

🕒 112年5月3日~5月31日 (每週三)

18:00~20:00 (共五次團體)

📍 諮商輔導組團體諮商室

👤 李喻婷 諮商心理師

👥 參與對象：學生8-10人

🍴🕒 備有美味餐點

報名表單



桌遊+實際演練，助人技巧再提升

聯絡電話：07-8060505 轉13300-13306  
全程參與者之研習時數將登錄於學生檔案平台



國立高雄餐旅大學學務處諮商輔導組 111-2學期

# 「愛情練習曲」

- 性別平等教育講座

-  高宜君老師
-  5/3 (三) 16:30~18:10
-  行政大樓五樓簡報室
-  參與對象：70名學生

報名表單



連絡電話：07-8060505 轉13300-13306  
全程參與者之研習時數將登錄於學生檔案平台



國立高雄餐旅大學學務處諮商輔導組 111-2學期

## 「走進親密關係—遇見兩個真我」工作坊



歡迎走進親密關係的世界！  
一起來探索自己在關係中想要的是什麼，找到更自在又幸福的相處方式吧～



陳麗光老師



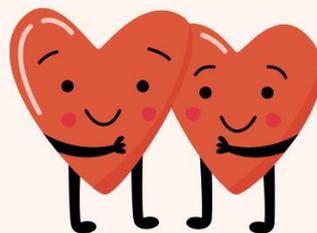
5/6(六)9:00~16:00



諮輔組團體諮商室



參與對象：學生15人



報名表單



\*本次活動提供餐點，請全程參與

\*全程參與者之研習時數將登錄於學習歷程檔案平台

\*連絡電話：07-8060505轉13301~13306



國立高雄餐旅大學學務處諮商輔導組 111-2學期

# 點亮自我 - 土耳其馬賽克燈DIY

## 職人手作生涯系列工作坊



馬賽克世界講師



5/31 (三) 15:30~18:30



行政大樓二樓會議室



特教生與有興趣之同學20人



備有美味餐點，請全程參與

報名表單



連絡電話：07-8060505 轉13300-13306

全程參與者之研習時數將登錄於學生檔案平台

