



目 錄

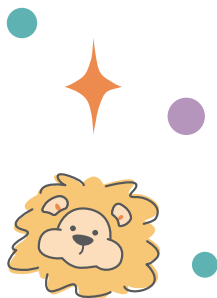
執行長序言	01
臺師大孕育生命力的起點 -- 專責導師	03
過渡生活日常 接住情緒風暴	13
懂你想要與需要的 恰恰好的全力以赴	27
看見自己 在過去與未來之間	35
大家一起來練武功 淬鍊生命的底蘊	39
原住民文化的瑰麗與慧韻	43
寶貴的資源 總在精準的點上輸出	55
日以繼夜 念茲在茲 都是為你	61
用愛與智慧布局 悠遊自在 樂在學習	69
看見專責導師 閃亮亮的願景	77
專導小故事	83

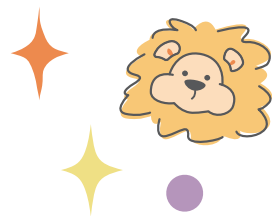


執行長序言

2014年，臺師大做了一個勇敢的決定：成立了專責導師辦公室，首創大專院校前所未有的專責導師(Student Adviser)制度。十年前，部份師長對此決定表示不解，抱有疑慮；十年之後，很多大專院校對此制度大加讚揚，試圖效仿。我們要如何記憶這十年呢？十年，不只是專責導師陪伴無數學生成長，也是全體師生完善此制度的歷程。這十年，大家一起點滴寫下屬於臺師大師生獨有的故事。

回首過去，現實並不美好。專責導師制度在開展之初，陌生的制度、模糊的定位，我們有過掙扎、有過徬徨，但仍然相信生命的美好與可貴。我們肩負著接住每一個學生的信念與使命，在困境中相互扶持，成長茁壯；回首過去，現實其實很美好。在專導辦公室，晤談讓生命走出荒蕪，陪伴讓歲月充滿意義。信任在師生互動中萌芽，理解在師生對話中滋長。在這十年，專責導師們以專業與真誠，支持每一位學生，用生命影響生命，為師大校園提供無限的溫暖與關懷。





本次，專責導師室十週年論壇活動，是對過去的回顧，更是對未來的展望。

十年來，專責導師制度能在跌跌撞撞中，走至現在，我們很感謝臺師大當初的勇敢決定，也謝謝臺師大校方的支持、全體教職員的支援，以及學生對我們的鼓勵與肯定。未來，我們會繼續秉持初衷，懷抱熱忱，堅守崗位，成為臺師大全體師生的後盾，成為維護校園安定最堅強的力量。

專責導師室 執行長

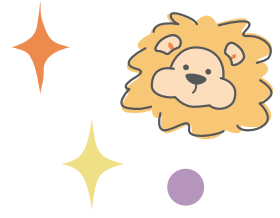
黃志祥



許一個天長地久的約定與承諾 臺師大孕育生命力的起點 -- 專責導師

這是一個美好的約定，專責導師們共同努力了十載，
時而晴空萬里，有時也會歷經風霜，
雖然積累了一定的經驗，仍戰戰兢兢，夙夜匪懈



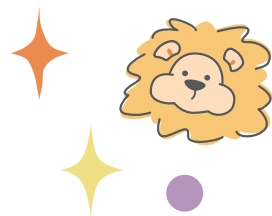


導師制度的重大變革

自2010年起，各大專院校的輔導與諮商單位(組織)部分併入學生事務工作體制內，由學生事務處統籌全校輔導學生的工作，朝向跨單位的整合，以因應學生日益多元的需求。

國立臺灣師範大學(以下簡稱臺師大)為營造多元發展與多元文化的校園環境，致力於學習力的提升與職涯發展的規畫，並廣納國際學生、接軌國際。在高等教育國際化的同時，國際學生的學習問題逐漸浮顯、成為一項普遍的教育議題。導師面臨前所未有的挑戰，如何能即時充分地獲得資訊與資源，提供學生立即的服務。舊制導師如何在教學、研究與服務之間取得平衡與動力，是學術社群、學習社群，甚至是校園中的行政社群都需要被關注的問題。





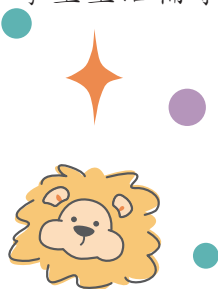
面臨校園內生態結構的急劇變遷與多元特性，期許學校的支持系統及相關資源要能周遍，然而如此務實的理念，衝擊著舊有的輔導體制。於是由專人專責的構想油然而生。承蒙臺師大師長的鼎力支持，悉心擘畫，方能迎來學生歡喜、校務暢運的嶄新輔導體制。挹注新血，延聘具專業知能且有助人潛質的團隊投入學務工作，學士班分設學術與生涯導師、專責導師、原住民導師等三類。專責導師，是最小也是最關鍵的螺絲釘，串連千絲萬縷的校務與學務運作，協助學生生活適應與多元發展。對於學生的身心發展與穩定向學，位居樞紐。



專責導師制度緣起

隨著社會多元化和學生問題的複雜化，學生輔導工作必須落實輔導三級制，其中導師的初級輔導預防工作更具關鍵。由於傳統大專校院班級導師制的實施遭遇瓶頸，包含：導師遴選不易、學生輔導時間難以安排、教學與研究壓力、學生問題多元繁雜或缺乏輔導經驗……等有關，加以原協助導師生活輔導工作的軍訓教官淡出校園等因素，更影響專任教師擔任導師之意願。

臺師大為積極推動學生事務的專業發展，落實導師輔導工作，藉以促進學生學習及全人發展，培養學生之健全品格，除了參考教育部頒「大專院校強化導師制度運作功能參考原則」之外，更依據本校的特色與實際需要，規劃實施「專責導師制度」。除由各學系專任教師兼任學術與生涯導師外，另聘具學生事務、諮商輔導或教育專業之專任人員擔任專責導師，負責學生生活輔導與特殊事件之處理，並在心輔、健康、特教中心……等相關專業單位全方位的支持與配合，落實三級輔導機制。





專責導師制度大事紀

- ✱ 臺師大自102學年起開始規劃推動專責導師制度，歷經一年的規劃，辦理多場說明會，並經過學務會議、校務會議等討論後，最後通過臺師大導師制度實施辦法。
- ✱ 自103學年度(103. 8. 1)起任務編組成立專責導師辦公室，增聘22位具諮商、社工、學生事務或教育相關領域專長之碩士級輔導員擔任各系學士班專責導師。另為合理人力運用，原軍訓室之13位軍訓教官暨校安人員亦同時兼任專責導師，共同負責學生第一線輔導工作，軍訓教官和校安人員離退後其遺缺即改聘專責導師。
- ✱ 104. 12. 30日經臺師大校務會議通過，專責導師辦公室與軍訓室合併，正式成立專責導師室並納入組織規程中。



專責導師職責

依據臺師大導師制度實施辦法第3條第3款專責導師職責包含：

- 依本校相關法規暨學務長與系主任之指導，推展學生事務工作。
- 出席學生事務與輔導相關會議並參加各項在職進修訓練。
- 密切與學系及學生家長連繫，瞭解及掌握學生家庭及其個人狀況，並熟悉各項學習資源及助學措施，適時提供必要之協助或轉介。
- 加強高關懷學生初級預防工作，有效運用校內外資源共同協助輔導。
- 落實學生生活考評，適時建議學生獎懲，並執行學生獎懲委員會之決議。





- 督導學生完成「輔導資訊系統」及「數位學習檔案系統」之建置。
- 協助實施各類關於學生身心發展之測驗及評量。
- 實施大學入門及生活常規教育，協助推動學生全人教育，鼓勵並輔導學生參與各項課外活動。
- 學生請假及緊急事件之處理。
- 輪值夜間住校輔導並執行校外賃居學生之訪視。
- 配合學系需要協助相關事項並參加系務相關會議。
- 其他與學生事務及學生輔導相關事項。



專責導師輔導工作重點

- 以生活常規教育、日常生活適應、偏差行為導正、緊急事件處理與高關懷學生之初級預防。
- 遇學生重大或特殊問題時，得商請或轉介校內、外各有關單位共同協助處理及輔導。



課外活動



賃居





外籍生導生聚



班會



外籍生賃居



課外活動

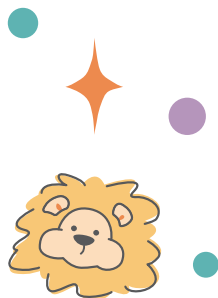


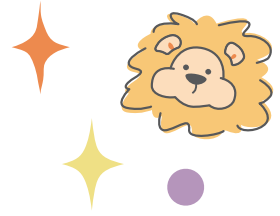
團體輔導



成長似花開 無法控制 仍須步步為營 過渡生活日常 接住情緒風暴

人的一生，不會每件事都經歷，
專責導師因工作對象的獨特，經歷了迥然不同的人生議題，
期許自己千錘百鍊、百鍊成鋼，
直到成為學生的金靠山

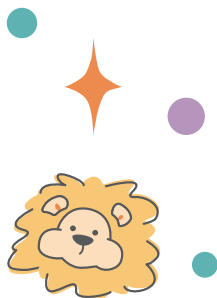




用生命影響生命

大學是人生珍貴且重要的階段，每當有新生的到來，校園內便充滿著強大的生命力。這是專責導師們，最興奮莫名的時刻，因為又有新生誕生了！新生定向輔導（新生營—伯樂大學堂）是感動的初始，因為師生的情緣已定，用生命影響生命的歷程，自此開展出動人的扉頁。

影響要從認識與信任開始，啟動美好的聯結，每週三的第一、二節為學務及導師時間，可透過班會、導生聚、座談、參觀、運動、休閒、交誼等多元有趣的活動，創造與學生自然而然的接觸機會。並進行個別深度的新生晤談，認識學生的成長背景、性格與特質、專長和興趣，建立流暢的求助網絡及互信的關係網絡。進而能產生共鳴、一起思考與分享，迎向每一個未知的挑戰。





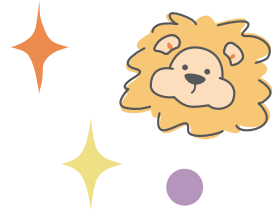
人有身、心、靈及社會環境的諸多面向，各個面向緊密相連，卻又各自發展，交織出錯綜複雜、跌宕起伏的各式難題。尤以大學新鮮人的生活與學習適應，更是至關重要。「新生入學時和專導晤談之後，便會覺得對新校園環境的緊張感緩和許多」、「剛開學確實蠻無助的，是專導很積極的認識我們，給我們一些建議和指點，才能比較適應大學的各種活動、制度」專責導師用心陪伴，以觸動人心的指引，穩定學生的情緒、提升學生的自信、減少焦慮不安與內耗，期許學生在大學時期，能遇見更好的自己。



生活日常全攻略

- * 關心學習的規律性：缺課請假及曠課，可能因事或因病，在日常中，給予最立即的關懷與協助，排除肇因、找回學習的自律性。疾病、受傷的適切照料，如送醫、送餐、借輪椅、申請傷患寢室等措施。
- * 事務性的協處：打工、住宿適應、租屋、申請調閱影像、遺失物認領與協尋、地震疏散演練。失竊、詐騙、車禍、消費糾紛、分手等事件的諮詢與建議。急難慰助、學生平安保險之申請輔導，各類獎助學金、生活助學金之推薦與申請。適時建議學生獎懲、輔導資訊系統的建置、協助實施各類有關學生身心發展之測驗及評量。
- * 安全宣導，確保安康無虞：性別平等教育相關議題、預防疑似校園性侵害、性騷擾、霸凌事件。反詐騙、交通安全、居住安全、防火防災、看屋租屋、人身安全。防制藥物濫用、疾病防治、愛滋防治。寒暑假安全須知、智慧財產、資訊安全與資訊倫理等。

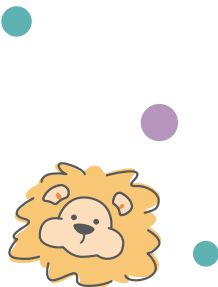
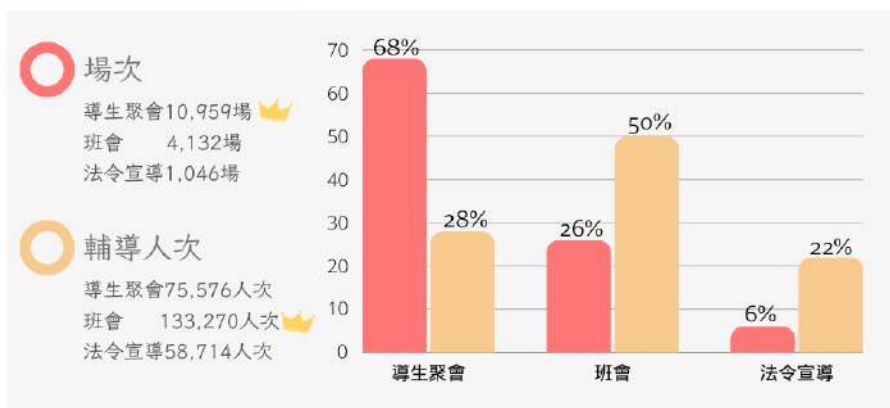




✱防疫總動員：自2020年疫情爆發後，因應防疫特殊需求，專責導師在各項防疫公告的第一時間，善用網路及社群媒體向學生傳達學校管制與因應措施等相關訊息。在疫情期間，學生難免會有不安不適與焦慮，需細心即時地掌握學生身心狀況，並維持聯繫與安撫情緒。在疫情影響期間，專責導師實施疾病關懷、防疫宣導、返國隔離關心等，共計輔導個案數超過5,000人次。

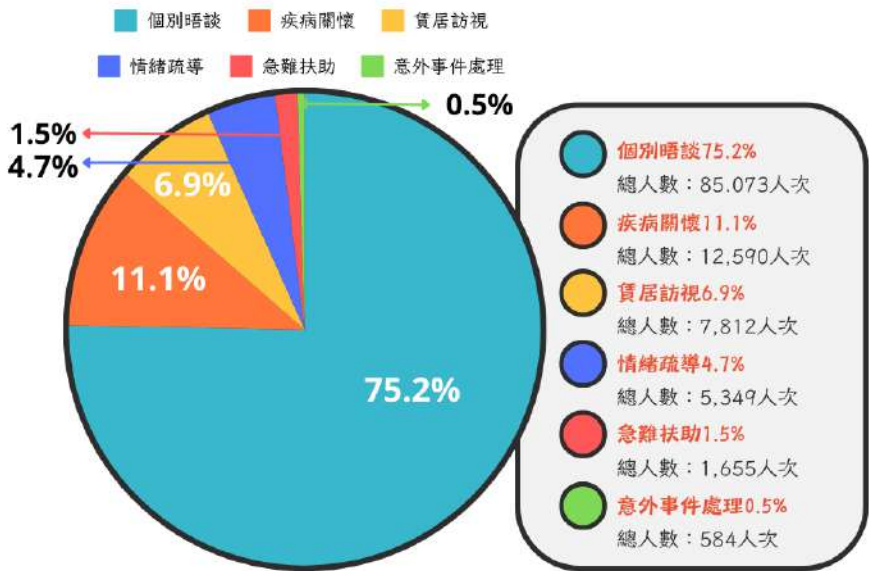


綜合性團體輔導





綜合性個人輔導



陪你越過人生的高牆

經常看見學生在專責導師室外的小方桌，與導師論人生、說事件、談未來、問問題、吐煩憂。像極了直銷場景，銷售：處順境、遇逆境都怡然自得的門票，上面有著智慧與勇氣的章戳，有效期限是一輩子。導生認真專注的神情、一起努力的姿態，真的讓人領略到，明天真的會更好！

- 害怕上臺，心慌慌。
- 沒有朋友，覺得孤單。
- 親友離世，哀傷何時好。
- 人生很迷茫，沒有目標。
- 不敢定義自己，缺乏自信。
- 尋尋覓覓自己的生涯與職涯。





- 愛情來了、愛情走了，滿是傷。
- 時間管理很糟糕、對於網路很眷念。
- 大學畢業，先就業，還是唸研究所。
- 室友作息、生活習慣差很大，想出走。
- 緊張、徬徨、失眠，負面思考停不下來。
- 飲食、睡眠無法規律，沒有運動的習慣。
- 帶著原生家庭的傷，糾結不安，無法專注課業。
- 不知道該不該轉系、轉學、輔雙，對未來沒有方向。
- 這個月生活費不夠了，要去打工？很焦慮，無法專心上課。

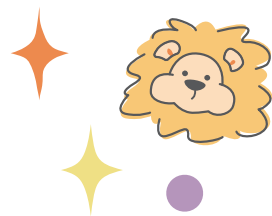


珍愛生命，可以這麼做

專責導師從認識學生與信賴的關係中，識別學生可能會有的議題與挑戰，憑藉著專業的敏感度，考量學生的最大利益，結合校內外資源，提供關懷與協助。臺師大全方位學生輔導辦法，學生輔導雖然分三級。專責導師，以熱忱、同理與陪伴、穩定學生情緒、協處緊急事件與預防學生問題等，貫穿整個輔導歷程，卯足全力、合作分工、堅持不懈，直到抵達終點。

★發展性輔導：會談的經典話題有三，有足夠的休息、睡眠、營養與運動？有好好愛自己？當情緒來時，要如何觀照、管理與消融？情緒，是最需要處理的課題，也是最具話題性的議題。有時常與自己連結？跟自己熟？人生的意義？自己是誰？很多學生問題，是源自於沒能與自己的內在連結所致。此課題，總在生活第一現場現形、然後百轉千迴、進入哲學的思辨。專責導師點出了問題、接住了情緒、找回了平靜，使學生能活在當下、銘記初心、不憂不懼！



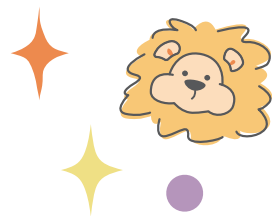


✱介入性輔導：對於有特殊需求、適應不良、重複發生問題行為、或遭受重大創傷的學生，專責導師竭盡所能，提供經濟上的協助、認知上的矯正、學習上的補救、醫療上的諮詢與個別心理諮商的轉介。專責導師在陪伴的路上，持續穩定學生的情緒，提升學習力，使得學校資源與支持系統，能精準到位。尤其對於身心障礙生、僑外生、訪問生、交換生、經濟弱勢生、轉學生、轉系生、人際關係不良或生心狀況不佳的學生，給予更多的關注，使得個別化輔導的每個角落，處處有陽光、時時有希望。



✪處遇性輔導：經介入性輔導仍無法有效協助，或嚴重的適應困難、行為偏差或重大違規行為，以致無法穩定就學或有危險之虞的學生，專責導師在這困難的時刻，要有洞察力，適時伸出援手，其中自殺防治與危機個案的處遇工作，更是重中之重。需尋求專業團隊的合作，與本校特教中心、學生輔導中心或校外專業機構合作，更要運用當事人的社會支持網絡，與家長建立信賴關係，共同交織成全面的關心防護網。評量危機的嚴重性、協助控制情緒、找出可行的解決方案，然後採取行動，這過程不會是單一的直線發展，結果也可能不如預期。但，專責導師仍勇往直前，一本初衷，絕不輕言放棄，學生的困難處，就是專責導師工作的所在。使學生能活在當下、銘記初心、不憂不懼！





大學入門



新生營



迎新活動



防疫宣導

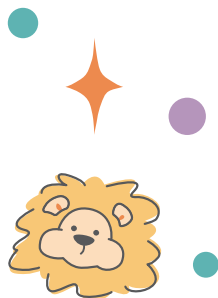


政令宣導



懂你想要與需要的 恰恰好的全力以赴

著重個人的潛能與天賦發展，
差異化教學弭平個人差異，
全方位視角與全面性的同理與理解，
打造人性化學習精密的架構藍圖，
不求第一只要唯一



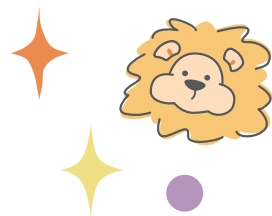


校內資源遍地花開

隨著三校聯盟、教院不分系、各領域學士學分學程及多元探索學習計畫的推陳出新，多元學習方案在臺師大蓬勃發展，學生對於出國交換的意願增加，臺師大的學習管道日漸多元豐富，使得大學生活更加精彩可期，可以盡情的探索，體驗大學生活之美，學生們躍躍欲試。

對於學習有困難的多元背景、特殊教育學生，專責導師配合生活輔導組、特教中心、教學發展中心的資源，透過「晨光計畫」、「課業輔導學習社群計畫」等提供弱勢學生學習困難輔導機制、特教輔導及延畢生課業輔導等機制。





專責導師的角色對於推動「晨光計畫」、「課業輔導學習社群」有很大的助益，使更多對課程融入有問題的學生，能夠加入課輔社群，另一方面，透過不同年級、國籍學生社群間的交流，常有意想不到的收穫。專責導師定期與校內單位合作，運用學校資源，提升學生學習技巧，不遺餘力。

職涯發展中心，為了協助學生多元職涯發展，專責導師每學期均與職涯發展中心合作，辦理職涯系列活動，共同推動校外產業實習及連結產業與政府資源，提升臺師大學生就業競爭力，以達產官學共創未來的願景。



合作的運作方式

- ✱ 特殊教育中心：專責導師每學年出席資源教室新生評估暨始業輔導說明會座談，共同提供學生了解學校資源，協助新生的生活適應；定期參與資源教室ISP會議，對特殊學生依其個別需求提供諮詢、學習協助及生涯規劃的服務。
- ✱ 教學發展中心：為協助經濟弱勢、處境不利或是學習成果不佳的學生提升課業學習技巧，每學期均進行二分之一學分不及格學生的追蹤輔導，每學期平均追蹤250人次；另積極推廣「晨光學習輔導計畫」、「學生課業輔導員」、「教學研討暨課業輔導社群計畫」等學習扶助，提供弱勢或課業輔導需求學生學習支援及協助，截至112學年度為止，協助申請學生課業輔導員134案，教學研討暨課業輔導社群35案。



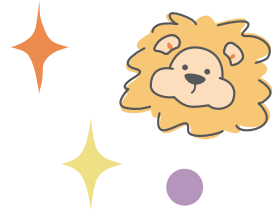


✱ 專責導師就像是多元轉接的HUB，連結校內現有的學習軌道及新鋪設的路線，協助想要探索並尋求定位的同學。當同學在學習規劃上有疑問的時候，專責導師藉由對話方式，一起用心討論，陪伴同學看見自己，選擇適合的管道，提供引導等服務。

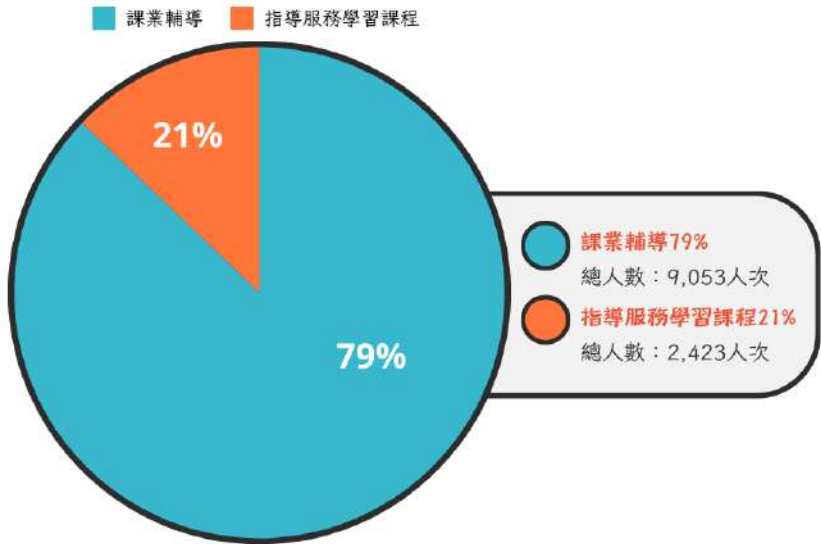


課輔職涯團體輔導



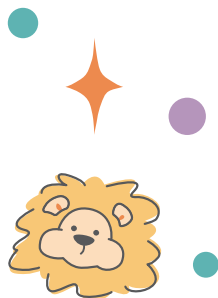


課輔職涯個人輔導



看見自己 在過去與未來之間

探索未來，請回頭看，看自己那片心海，
潮汐的流向與推力，每個過往都隱藏著生命的密碼。
當千里馬遇見伯樂，一切終將明明朗朗，大步向前吧



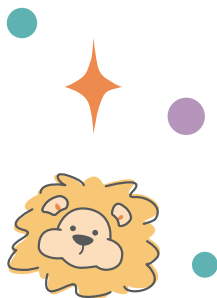


學生的真心話，專責導師懂

「我覺得很疑惑，不知道讀這個科系未來要做什麼？」「是不是應該努力一下試試轉系，或是撐一下，等日後直接考研究所呢？」「來上學很無聊，主修課程不是我自己喜歡的，但是我其實也不知道自己喜歡些什麼？」「乾脆休學，投履歷找工作比較實在？」

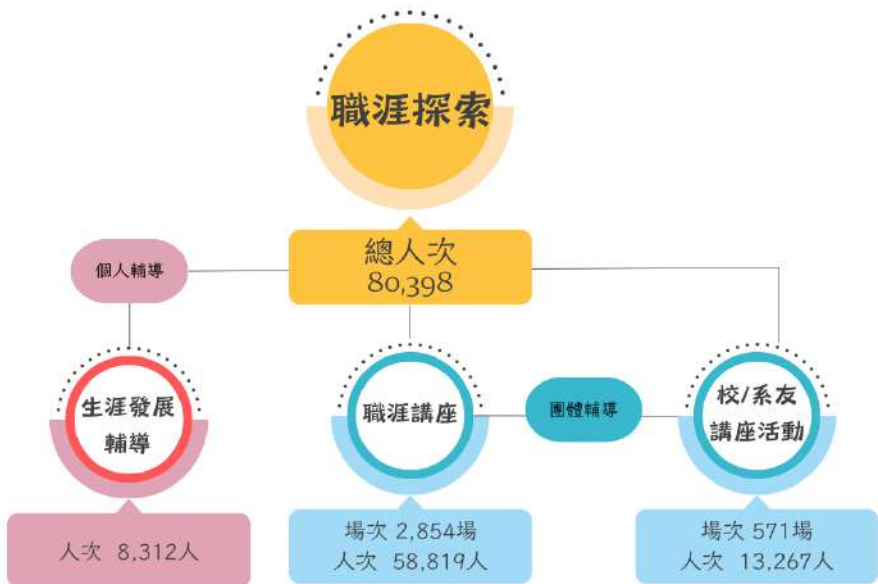
各系專責導師也許每天都能聽到其中的一句，透過細細傾聽可以體會到每句問話皆真實地傳達出大學生們在面對生涯決定時，因猶豫而感焦慮、因抉擇而感艱難、因困惑而感茫然。

在生涯發展歷程中，大學時期很是重要的發展與培養基本能力階段，此階段的生涯發展重要任務是為生涯做準備與生涯轉折的大冒險，不論是選擇大學的主修領域、從學生角色嘗試轉換投入職場、抉擇繼續升學與否、考慮是否更換主修方向等等，都在挑戰大學生面對未知卻仍要做出選擇並承擔結果的勇氣，而歷程中所引發的各項議題與喚起的焦慮情緒，更是與生活品質息息相關。



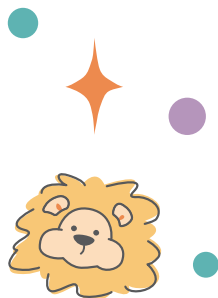


專責導師透過多元輔導活動，像是辦理系友與校友講座、職涯講座等，連結重要生涯規劃資源同時提供心情支持，陪伴學生勇敢為自己做決定。



大家一起來練武功 淬鍊生命的底蘊

專業的助人工作，註定要走向學習之路，
持續的職場增能、多元專業進修。
不斷加足馬力，增強續航的力量與勇氣，
讓陪伴出現最神奇的火花





持續增能，鍛鍊助人的體質

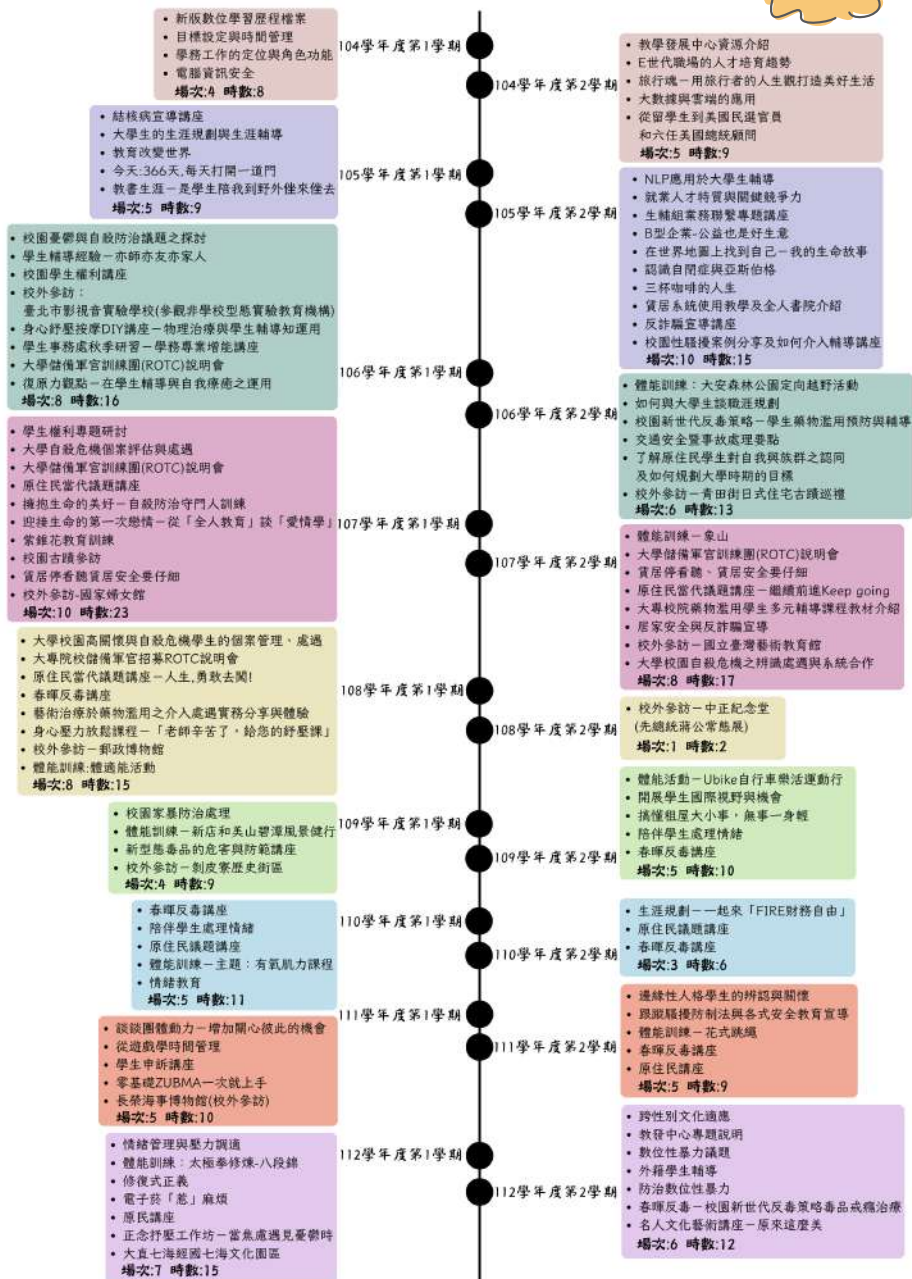
專責導師室定期於每週四辦理教育訓練與專業研討，藉各項活動溝通觀念，健全專責導師同仁專業職能與培養其組織管理、學生生活、學生生涯輔導與職涯輔導諸多學能，其中包含校級與院級導師會議、法律議題研習、校園安全知能、自殺守門員防治等，同時藉由參訪活動及體能訓練等以增進同仁見聞及培養團隊合作精神。

此外，鼓勵同仁持續自我充實，發揮專業行政能力、累積多元觀點協助同學；同仁除可升學進修及配合學校線上教育訓練要求外，亦可主動參加校內外業務相關研討會。每月月底會統計每位同仁校內外研習場次與時數，做為年度學習成長關鍵績效指標之人才培育參考依據。

自2021年起落實雙語大學目標，為加強英文提升外語溝通能力，專責導師室每年辦理2梯次(24小時)的英語增能課程。

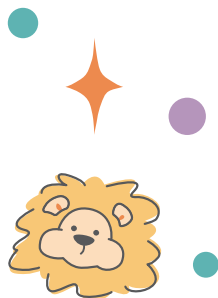


專導室歷年增能教育訓練



原住民文化的瑰麗與慧韻

原住民族的在地深耕，承傳美麗的智慧與傳說，
淵遠流長的文化脈絡，美兮燦兮。
那得天獨厚的子民啊，
是最具生命力的勇士，更是天地間的至寶

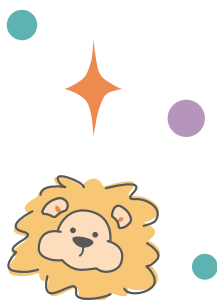




原住民學生資源中心

103年本校為積極推動學生事務的專業發展，落實導師輔導工作，特成立專責導師室，並聘用具備碩士級專任人員擔任學士班專責導師，負責學生生活輔導與特殊事件之處理，並在學術與生涯導師及學輔、健康、特教中心等相關專業單位全方位的支持與協助之下，落實三級輔導機制。另為了加強原住民籍學生輔導，於校本部及公館校區各設置原住民族學生專責導師1人。

103年11月11日召開原住民族學生資源中心第一次的諮詢委員會議。透過諮詢委員每學期至少召開一次會議，針對中心營運、年度計畫等提出建議與方向，俾利中心事務之推動。





104年10月21日揭牌成立原住民學生資源中心為整合校內外資源，落實原住民族學生輔導與一站式服務，且強化原住民族學生民族教育之意識，協助個人和集體恢復族群文化知能，同步與時俱進認清當代原住民族現況之困難和問題，同時，廣結善用地(大台北地區)資源，跨域牽手部落文化，給予本校原住民族學生於都會求學之際，不離母體文化的孕育，並以部落文化為基石，實地走進原鄉踏查，落實原住民族文化傳承及民族教育工作。

109年起，增聘原住民族籍專任助理1員。

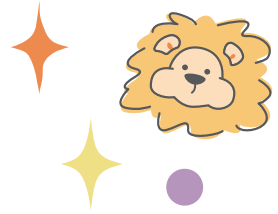


人員、空間配置

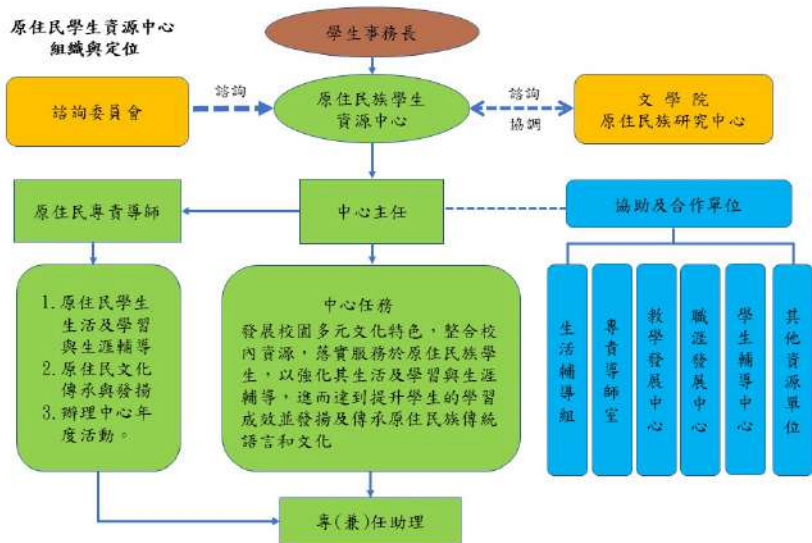
本校有中心辦公室及活動中心，分別位於校本部專責導師室及公館校區誠樓B1學生活動中心內之專屬獨立空間，供辦理多元活動、教育訓練、相關會議及學生聯誼之用。

目前由學務長指派副學務長兼任原資中心主任，負責推動業務及整合校內資源，另遴聘2名具碩士學位及原住民身分之原住民學生專責導師，分別派駐校本部及公館校區，負責原住民族學生之學習、生活等多元輔導，並協助辦理原資中心多元文化活動及推動例行業務。1名原住民族籍專任助理負責中心行政業務並依專職專用原則，明確律定專任助理與專責導師之業務劃分，並強調相互協調合作，共同落實原資中心之學生輔導及年度計畫工作，並藉強化教育訓練，以提升其核心能力。

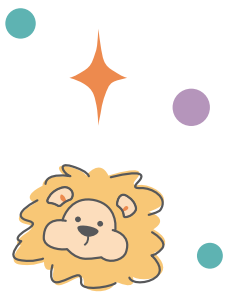
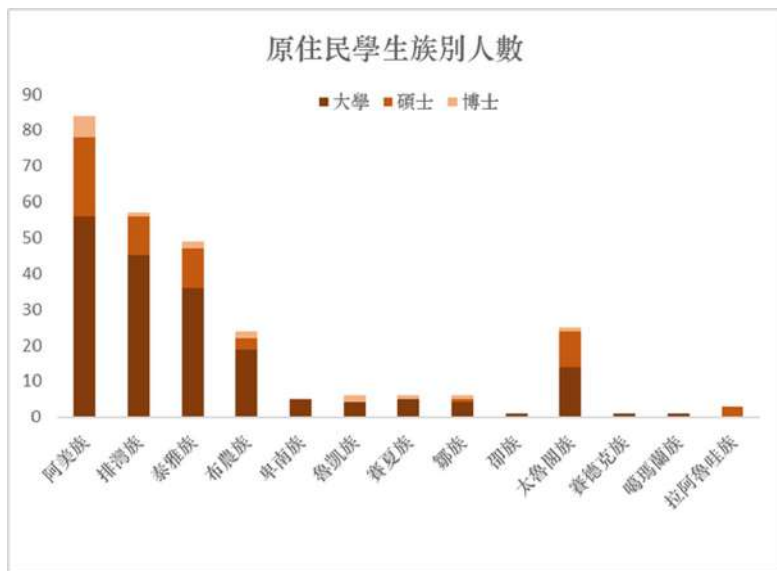




原住民學生資源中心
組織與定位



原住民學生分佈





原住民學生的輔導成果

原住民學生專責導師依照學生需要實施個別輔導，從中了解學生學習實際狀況與困難之處，進一步與該生之學系專責導師、學術導師連繫溝通，共同討論協助方案，落實本校課業追蹤機制，並適時提供教學發展中心及生輔組之課業輔導及獎、助學機制等豐富資源。團體輔導層面皆配合年度辦理之活動，藉由多次活動籌備會議、各組別工作內容的討論，使師生彼此的熟悉度大幅上升。更從中融合情感關係、自我探索、人際關係、學習策略及生涯規劃等主題的團體，在專責導師的帶領之下，成員互相分享、支持，並對自我有更多的認識，學習更佳的生活技巧。



輔導執行情形

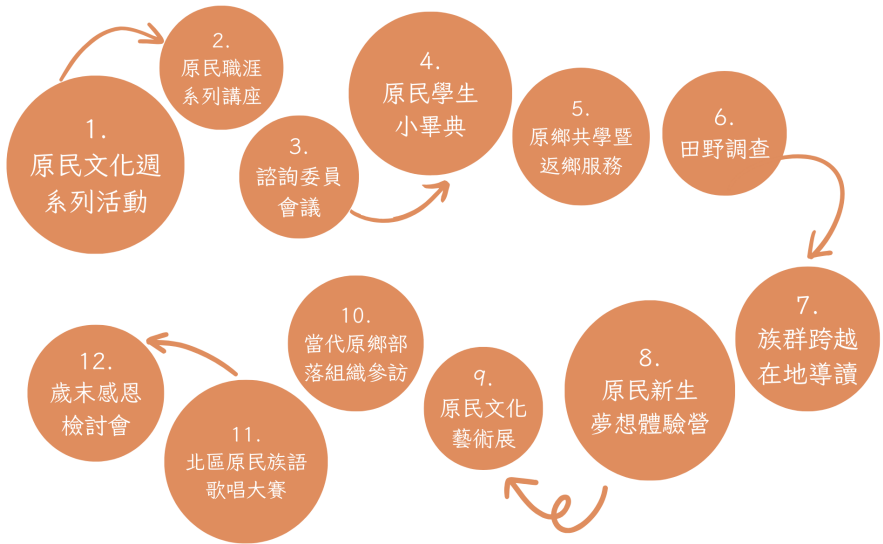
專責導師亦同時擔任學生社團(原住民研究社)指導老師，結合籌組學生工作團隊，遴選活動總籌、副總籌，帶領原住民學生從做中學，共同完成了年度內重要活動，學生在活動辦理中均能發揮創意並融彙原住民文化於活動之中。



返鄉服務-大興國小送愛心早餐

文化藝術策展





全民原教

近來發生多起原住民歧視案件，引發外界關切，原民會及教育部決議透過全民原教推廣，引導學校教職員師生認識與尊重原住民族，降低校園內部原住民族歧視發生。

- 原資中心透過族群文化知識系列座談會、講座及主動跟部落在地組織合作、交流、對話、學習，重新理解原住民生活慣習、部落律法、人際連結網絡。
- 人事室教職員工教育訓練線上課程「認識臺灣族群文化」等課程，藉以促進一般教職員工生對原住民族文化之理解、尊重與共融。
- 另本中心於112年12月19日已簽奉校長核定，為了推動全民原教，促請教務處、人事室、學務處、原住民研究中心等單位，應規劃提供全體的教職員工生認識原住民文化之正式課程、增能研習或基層人員訓練，以提升文化敏感度，落實全民原教，營造族群友善校園環境。中心各項活動、課程皆開放全校教職員工參加。





- 本校設有立「原住民族教育文化學分學程」培育原住民族教育師資，增進原住民族中等教育師資教學專業之系列課程。另原住民族通識課程計有：原住民族教育概論、原住民族社區保育、原住民族部落學習與體驗、原住民族政策與法規等正式課程。
- 本校設有台北族語學習中心，提供學生完整之族語教育，輔導取得族語認證及培育未來族語師資。

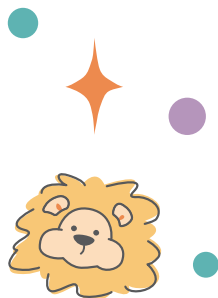


族語歌唱大賽-落地聲根



寶貴的資源 總在精準的點上輸出

校園是充滿著各式養分的地方，
需要審慎估量與縝密思維。
使得所有的資源都能對號入座，
極大化出美美的心緒與順當的學習，
預約下一站的幸福







順當的資源運用

專責導師設立初期（2014年8月）規劃一個月的密集課程，瞭解學校資源及學生事件處遇程序，在逐步瞭解學生需求後，更能評估輔導工作與行政資源的實際運用；過往行政單位雖積極為學生規劃、爭取獎補助計畫，然導師或學生不甚熟悉行政作業，偶有資源未使用的情況。

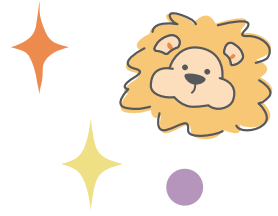
專責導師熟悉學生輔導業務、瞭解需求後搭配學校制度與就學資源更能使各項資源有效運用、提升辦學績效，也以學生為中心的理念，給予跨單位個別化的支持系統協助，像是核心主機（學校）透過HUB（專責導師）將訊息傳遞、轉介，在環境中賦予希望、促進成長、信任互助元素，形成新世代高效率支持系統。



專責導師室的合作夥伴

- 學生輔導中心：定期推廣心靈成長團體工作坊、班級講座、自殺防治守門人講座、大一新生生涯興趣量表施測等，每學年均完成學士班新生評估與生涯量表施測。此外專責導師亦透過與系所個管心理師合作，形成學生的安全防護網，承擔自殺防治守門人重要任務。
- 生活輔導組：協助宣導校內各類獎助學金，以利學生依需求申請平安保險、急難救助與教育部疫情紓困等助學金。另每年參與伯樂大學堂認識新生，並實施防災演練、性別平等教育及反詐騙等宣導活動。
- 健康中心：參與急救人員課程訓練、定期提供急救訓練班代名單；協助健康中心進行法定傳染病、水痘、A流、麻疹、肺結核、愛滋等疾病衛教資訊宣導。疫情期間協助健康中心進行COVID-19肺炎衛教資訊宣導，個別給予相關之個案、疑似個案及其接觸者、自主管理者及健康監測者必要之協助與關懷；每日對於居家檢疫期間手機定位異常之告警簡訊追蹤及確認學生未離開居家檢疫地點並回報CDC追蹤結果，均確認並未離開檢疫地點。

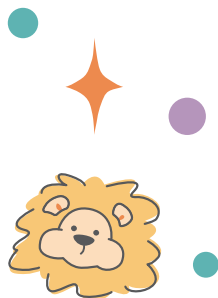


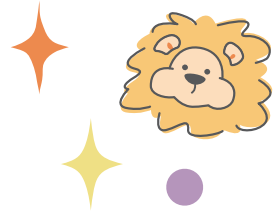


- 課外活動組：協助寒暑假期間學生戶外活動登管及安全連繫（截至112學年度協助1,558場次），在學生正規課程之餘，同步守護學生課外活動安全，並給予必要的支持與協助。
- 全人教育中心：早期共同推廣學生使用「E-portfolio」系統，以建構學生完整數位學習歷程檔案；另持續推動服務學習實作於不同系所落實、推廣校級重要活動之進行。
- 雲端測驗中心：105學年度至111學年度協助學士班各系進行大學生基本素養測驗，每學年完成施測人數均達新生70%以上。
- 國際事務處：僑生、外籍生、交換生及訪問生之輔導與生活協助，處理緊急及意外事件，並辦理交流活動。疫情期間協助國際處調查及聯繫境外生返台日期，並與國際事務處、僑生先修部共同處理境外生入境返校接機事宜；同步與國際事務處、僑生先修部共同處理境外生接機入境、返校就讀相關事宜，並進行居家檢疫期間告警簡訊異常之追蹤確認。

日以繼夜 念茲在茲 都是為你

3123是24小時的愛心服務鈴，
安全的維護、消除有害的因子，
提高警覺與正確的認知，是不二法門。
廣為宣說安全的真諦，莘莘學子安康永續

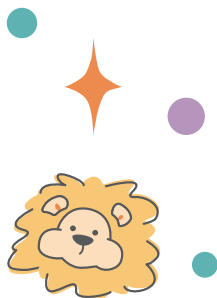




校安事件知多少

學校是學生學習的主要區塊，如何建立一個安全的環境，對學生學習影響甚鉅。校園安全關乎教職員的工作環境以及學生的學習環境，當校園安全受到干擾與侵害時，將導致學校建築物、設備以及人員的損傷，而校園安全維護則涉及學校如何因應及處置該些事件。

教育部基於能適時掌握校園內影響學生學習狀況，建立「校園安全及災害事件通報作業要點」，將校安事件區分為意外事件、安全維護事件、暴力與偏差行為事件、管教衝突事件、兒童及少年保護事件、天然災害事件、疫病事件與其他事件八大類別。



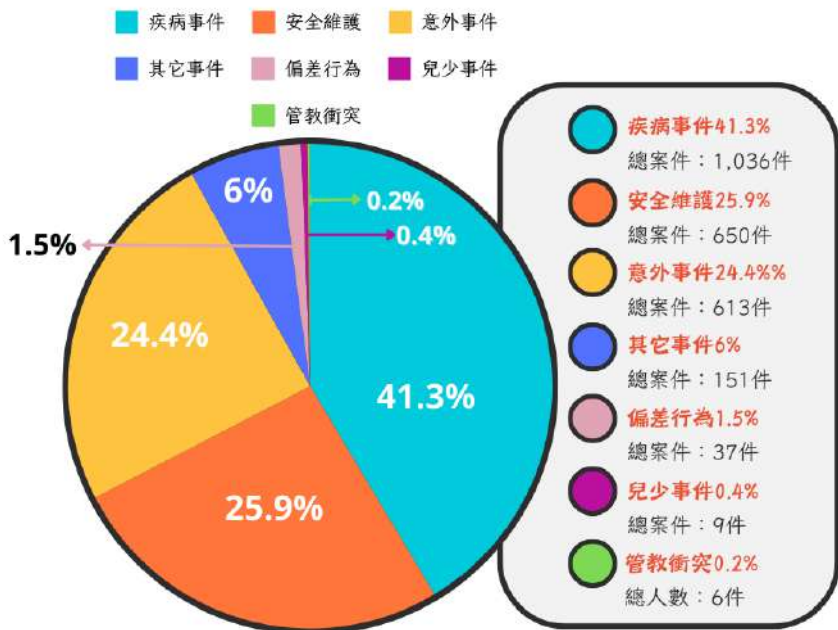


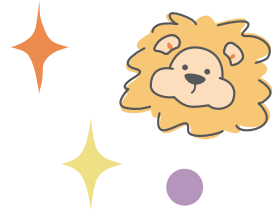
住校輔導

專責導師透過輪值住校輔導(甲類值勤)，負責本校所屬教職員工生發生校安事件之緊急處理並進行校安通報；通報及作業方式如下：(一)依法規通報。應於知悉校安事依至遲不得逾二十四小時完成通報作業。(二)一般校安事件：應於知悉校安事依至遲不得逾七十二小時完成通報作業。另遇緊急事件，於獲知事件二小時內透過校園事件通報系統實施通報。



校安通報案件





校安人員專業證照

專責導師室為能符合教育部政策，本校現有19位專責導師已通過校園安全人員專業訓練且領有校安證照，未來仍將持續派員受訓。



執行校安工作的特殊作法

- 開發校園安全APP及建置緊急事件安全回報系統，學生可一鍵撥接緊急校安專線02-77493123，值勤專責導師24小時接聽處理。
- 重大天災或事故時，值勤人員可於安全回報系統發布訊息，推播全校學生實施即時安全回報，以掌握學生安全狀況，學校必要時可線上查看回報人所在位置即時應變處理。此系統於每年國家防災日實施訊息推播實際演練。
- 定期邀請警政、消防單位入校宣導反詐騙、消防安全，每學期辦理賃居生座談會乙次，並邀請崔媽媽基金會等來校做相關賃居安全和法律之宣教。
- 學務處開設服務學習正式課程，有系統性的推動反毒相關之多元活動。



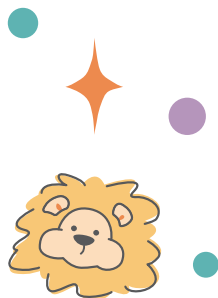


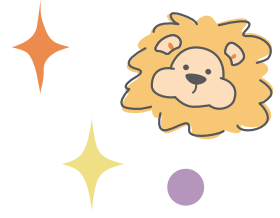
- 為鼓勵專責導師以現職參加校安人員培訓，凡結訓取得合格證書者，另每月核給專業加給500元。
- 與轄區警政單位成立LINE工作小組，適時協調相關校園安全事宜。



用愛與智慧布局 悠遊自在 樂在學習

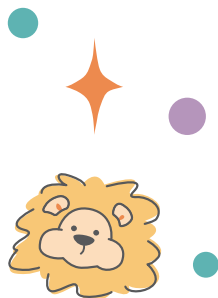
有情有善、健康又快活的校園，
免遭痛苦與威脅或疾病的侵擾，是友善校園的正字標記。
對個體的內在感受，體貼與尊重，
有著高度的重視與行動

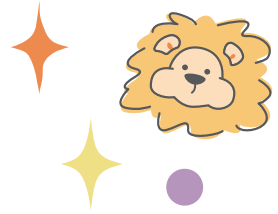




友善校園是標配

為推動安全、溫馨、健康、平等與尊重之友善校園，建立友善的制度與規範，營造尊重與關懷的校園文化與環境，教職員工生都能有平等的觀念，以包容的態度，維護彼此的權利，理性溝通及程序民主，並能關懷弱勢群體，展現自尊尊人的品德。內涵包含生命教育、性別平等教育、人權法治教育、品德教育、全民原教、族群教育、多元文化教育、融合教育、學生輔導、社團服務學習及正向管教等。





春暉專案與推動服務學習

- 專責導師室105至112年之辦理各年度「春暉校園新世代反毒策略」與「友善校園」業務，每年度彙整目標項目並進行學生意見調查、分析。每學期舉辦「春暉」宣導活動，依教育部訂定「防制學生藥物濫用實施計劃」，配合政令宣導以及舉辦各項活動，透過各種宣導管道及辦理相關動靜態才藝競賽，讓學生藉由活動更加了解新世代反毒之意義，每年固定辦理活動約20場以上，每年學生參加人數約2500人，教職員數約120人，8年共計參與人數達21,000人次。
- 本校學生若違反毒品危害防制條例，立即由承辦人、導師、學輔中心之輔導老師持續處理後續狀況，並依本校「春暉小組」召開會議。本校學生輔導機制完善，對於特定學生，由專責導師、學輔中心、系辦共同進行關懷輔導。學輔中心每月針對特定學生定期召開個案輔導會議。針對特定人員除上列輔導機制，並依「各級學校特定人員尿液篩檢及輔導作業要點」，另由健康中心協同實施尿液篩檢，建立特定人員名冊。

- 協助推動服務學習、協助學生社區/遠距服務，協助本校學務處於105至112學年度開設16門初階服務學習課程（含原服務學習(二)課程），培養服務學習反思引導員、落實服務實作於台灣社會，配合教育部「友善校園週」活動計畫，與鄰近中小學合作宣導「強化校園安全防護措施」、「防制校園霸凌」、「強化學生身心健康與輔導」、「強化校園自殺防治工作」、「防制學生藥物濫用」、「瞭解與尊重身心障礙者」、「防治數位/網路性別暴力」、「性別平等教育日」等議題，以營造友善校園環境，落實大學社會責任。
- 積極防制學生藥物濫用，推動學習社群，執行「大專校院辦理學生事務工作計畫」，106年至113年已經連續八年(持續中)。





防制校園霸凌

校園霸凌情事，往往影響著相關學生的身心健康、學習成績以及社會適應能力與人際關係上的信任基礎。校園內不可避免的因著人際關係密切、緊張的社會影響，連帶牽動著校園內的人際互動，進而可能的產生校園霸凌情事發生。本校專責導師扮演著關鍵的角色，不僅負責處理校園霸凌事件，還需要積極預防校園霸凌的發生。

校園霸凌現況分析

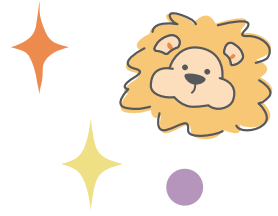
根據調查，霸凌行為不僅存在於小學和中學，在大學校園中也時有所聞，雖然形式可能不盡相同，本質上均是人際互動上的負面影響，嚴重性不容忽視。統計本校111學年度與112學年度輔導消弭疑似校園霸凌件數統計：111學年度：生對生6件次；師對生4件次。112學年度：生對生6件次；師對生5件次。本校校園霸凌防制工作現況成效佳，有效維護了校園友善，營造師生良好的教學與學習環境，確保師生在校園中的教學與學習權益。



專責導師的挑戰與機遇

- 網路社交媒體的影響：隨著網路社交媒體的普及，校園霸凌的形式變得更加多樣化和隱蔽化，專責導師更需要適應這一變化，加強對網路霸凌的防制和處理，因此專責導師必須熟悉臉書、line、IG、Treads等等新興網路社交軟體的運用與操作，網路社交軟體群組內成員的互動方式、網路用語、表情符號、圖檔等等於網路社交軟體上的代表意義，以理解學生的網路社交環境和互動方式，若有校園霸凌情事得以及時介入，或全然明白相關的互動關係，以便採取有效的教育輔導措施。
- 文化差異的挑戰：在國際化的大學校園中，尤其是本校高度的國際化，外籍學生即有1,626人(2022年)，來自不同國家、不同文化背景的學生可能對校園霸凌行為有不同的認知和反應，專責導師們必需要充分考慮到每位師生間各方面的文化差異、不同認知，在執行工作和處理程序時保持開放和包容的態度，理解與認同不同文化背景的師生，以避免產生文化認知上的不同與糾紛。





- 行政資源的補充：由於校園霸凌防制工作的複雜性和持續性，專責導師可能面臨資源不足的挑戰，包括人力、財力和時間等方面的限制。校園霸凌防制工作，有事前的預防輔導、發生後的行政調查與採取措施，事後雙方的教育輔導，修復式正義的運用與實務等等，均須要大量的行政資源予以補充與支援，專責導師室現有的行政能量對這些龐大、細瑣的工作可能力有未逮，尚須學校其他行政單位的支援與補充。
- 專責導師的自我期許：校園霸凌是一個複雜且嚴肅的教育議題，專責導師室在校園霸凌防制工作上扮演著不可或缺的角色，專責導師們仍需不斷努力，持續探索創新的解決方案，以應對校園霸凌這一重要議題，建立長久持續的友善校園。



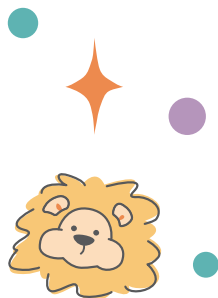
十年樹木 百年樹人 看見專責導師 閃亮亮的願景

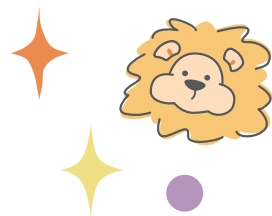
這個制度，已十年，學生叫好。

希望叫座，又十年。

默默耕耘，成功不必在我，是一種修鍊。

學生安心、家長放心、校園內和煦的陽光將永遠普照

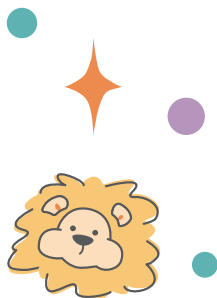


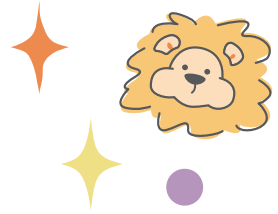


系統性的合作

專責導師自成立以來與臺師大行政單位、系所師長有許多積極合作，專責導師作為輔導專責人力，許多活動資源來自於系所與學校其他單位，但也因此特性，不管是獎助學金、急難慰問與救助、選課資訊，或是其他學校特色計畫活動、講座，均能透過專責導師有效轉知學生，提升學生運用校內資源的機會。

專責導師透過與學生共同投入活動，除能給予主辦單位相互交流提供實際建議讓校園共同進步外，亦促進資源的有效運用與品質，提升學生對系所與學校的滿意度。





學生滿意度

為瞭解學生對於專責導師的實際感受，本年均有進行意見調查，以112學年度為例（n=2384），滿意度（滿分5分）最高項目為「對於專責導師在參與其他團體活動的感受（如：班級與學生活動、導生聚會、體育或其他校際…等）」4.61分、其次為「對於專責導師在學校行政方面給予我的協助（如：急難慰問、獎助學金、賃居訪視、防疫衛教、課程資訊…等）」4.57分。整體滿意度（滿分5分）近三年分別為4.63、4.5、4.6分，顯示學生對於專責導師所提供的初級輔導服務為正向認同，也肯定新制度在校園的發展，另在本年度質性回饋有多位學生表示感謝與支持，

像是：

「非常感謝師大願意創辦專責導師制度，讓同學們在徬徨無助時除了學輔中心以外，多了一個管道能夠諮詢。也非常感謝專責導師的用心付出與鼓勵！讓同學們即使身處在外也能夠感受到像在家一樣的溫暖」



「希望這個制度能繼續延用，因為剛開學確實蠻無助的，是專導很積極的認識我們，給我們一些建議和指點才能比較適應大學的各種活動、制度」

「我覺得這個制度非常好，不僅可以給學生們在大學期間的心靈支持，也可以回應我們很多在大學會遇到的問題」

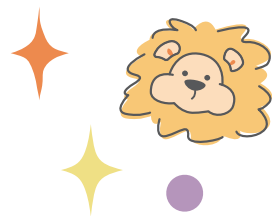
「專導制度是個很人性化的制度，是師大的驕傲」

「非常好的制度！就像有一個大學姐陪伴的感覺，能夠談心又不用擔心會過度涉入自己的生活」

「我覺得很棒！可以持續延續！而且剛升大一的時候都一定會有一次的個別晤談，我覺得這個很棒，可以透過專導更了解自己在師大可以使用的資源或是如果規劃自己的學習！」

「這個制度可以給學生許多的幫助、輔導且關心，我認為在大學中這種專責導師制度對於學生來說是非常重要且有益的！」





有願就有力

專責導師在校園中的多元角色，期許未來能透過落實輔導轉介、精進推展校園事務、加強生涯澄清指引等面相持續為學生服務。

進入大學，對學生而言，是大躍進。對學校來說，是個大挑戰。學習成長，從來都不是單向而容易的事。由於學習與生活型態的不變，引來徬徨無助，及沒來由的緊張焦慮。而專責導師的陪伴與支持、服務與轉介，就是一種以人為本的基礎建設。千里之行，必始於足下，適應是適性發展的開端，生涯的指引則是學習藍圖的經緯。


在這花團錦簇、校務蓬勃發展的師大校園內，教學與行政的豐富資源，廣被學子，創造出一個共榮共好、有向心力的高效學習環境。在邁向教育之巔的過程中，專責導師期許自己能成為重要的小螺絲釘。每位師大人，都能在學習生涯中，有著與專責導師共同打拼的美麗回憶，也因著在師大的學習，而戴上生命中最美的桂冠。







專責導師小故事

 生活安定，成為更好的人

 惆悵滿懷有人支持

 走過的路都有意義，伴你尋找人生

 多元校園，學習無礙



生活安定，成為更好的人-小故事 1

那是一個普通的午後，宿舍來了一通很普通的通知。

「貴系學生因在宿舍內私自調換床位，且環境不潔，將被扣點。」像這樣的生活常規，專責導師要如何處理？要如何才能春風化雨？使其「微惡」不起，循規蹈矩……

兩位男同學依約走進專導室的門廊，一高一矮，連影子都繃緊了神經，有一種像是要來告解的悲情。

「你們來了唷！先吃！先吃！」我準備兩個香噴噴的大便當，與學生邊吃邊聊。希望在懲處前，能了解他們想法，是無心？蓄意？還是另有苦衷？兩個大男孩，想都沒想過，這樣的「小事」竟要被攤在陽光下。

「你們今天來，所做的功課，將來會有巨大的影響唷！」最後，他倆信誓旦旦：「我們以後不會再犯了！」

期末，收到同學的來信，寫道：「我們的寢室，現在是績優寢了，謝謝老師！」寥寥幾個字，著實帶著自豪、帶著光。我的眼裡，泛著閃閃淚光，那是對學生成長感到的驕傲。



生活安定，成為更好的人-小故事 2



小築(化名)每年都會請專導協助寫「清寒獎助學金」的推薦函。由於媽媽的學經歷有限，工作薪資不高，家庭經濟一向拮据。然而這並不能阻擋小築與妹妹的學習腳步，從小，小築與妹妹就努力在課業上精進，探索自己的興趣，開拓自我的各種可能性。在其成長過程，媽媽以正向鼓勵的教養態度，讓孩子養成不卑不亢的態度，以熱情自信去面對人生種種的困難。

在師大就讀期間，小築成績一直是系上第一。她善用師大教學資源，選修自己喜愛的表演藝術課程，同時積極參與服務性社團，籌辦偏鄉兒童營隊活動，透過舞蹈教學與課業輔導，實踐社會公益服務。大二的時候，專導鼓勵小築申請校外企業獎學金，小築以優異的成績及亮眼的社團表現，成功獲頒十萬元的獎學金，小築及家人都很開心，準備小禮物來謝謝專導。

除了課業與社團，小築也精進自己的語言能力，用心學習日文。同時，小築亦努力學習影片剪輯，其後甚至因其優異的剪輯技能，不只獲得實習機會，還能夠接案賺錢。

小築也經常與專導分享她在日本上課、外出旅遊的照片。回臺灣時，小築帶回日本的御守送給專導，兩個人分別兩處，卻有同一份為對方祝福的心意。



生活安定，成為更好的人-小故事 3

「老師我有事相求！前幾天補習時，我的車子在北車被撞了。需要6000元修車，但我不敢跟爸媽要這筆錢，能不能向老師借？我會分期每個月還1000元給老師。我知道這樣開口很不好，可是這筆數目，我無法跟同學朋友借，如果老師不放心的話，我可以簽借據。」那天，學生淚眼汪汪跑來找我。

剛接觸學生時，他已經是大五的延畢生，個性善良卻找不到人生的目標，拖延著父母希望他考公務員的期待，只想把握當下，及時行樂。在校外租屋的他，需要打工賺錢，加上他又花了許多時間參加社團活動，因此時常因為缺席課程，被記曠課，每學期的二一名單總有他。在認識他的一年半裡，我不斷地提醒他有曠課，要補請假。學生表示自己寧可去補習，也不想去上課。我鼓勵他，至少要找件事情做。透過每學期的賃居訪視，我到他的租屋處，不只確認學生租屋處的安全狀況，更是瞭解學生身心狀態是否安好。

當時，我盡可能的陪伴學生，給予其關懷與協助。然而，學生還是因修業年限屆滿，被校方退學。

三年後的某個寒冷冬天，學生忽然捎來一則暖心的訊息：

「嗨！老師，打擾了，想要跟您說，謝謝您在師大對我的照顧。我今年考上公務人員，而且是榜首喔！」



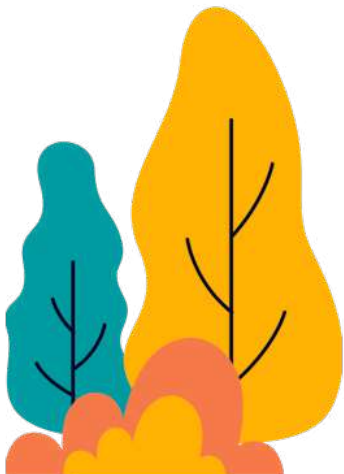


「天啊！我一定要找你回來分享！」我忍不住為他開心。

「好哇，有空的話我願意回去分享，之後我會在市政府服務。」學生一口就答應回母校分享這份榮耀。「你的父母應該很開心吧！」我想起那時他的父母對他的期望。

「沒錯！一種終於盼到這天的感覺。我身邊知道我心路歷程的人都說感動到哭，但其實我自己覺得這應該是我必須做到的事情。」學生也一直知道父母對自己的期許。

學生的故事讓我想與同為教育工作者分享一段話：「每個孩子都是種子，只不過每個人的花期不同。有的花，一開始就燦爛綻放；有的花，需要漫長的等待。相信孩子，靜等花開。也許你的種子永遠不會開花，因為他是一棵參天大樹。」



生活安定，成為更好的人-小故事 4

為了不讓學生在與專責導師晤談時，覺得有負擔或是壓力大。因此，我將與系上學生晤談定位為「與豹哥有約」。

每學期我透過與學生晤談，瞭解學生的課業學習進度、生活近況，以及其身心狀況是否平穩。本系學生的家庭社經背景相對不錯，沒太多問題。只是，課業壓力相對沉重。有些同學因為父母期望的「錢途」，選擇就讀本系。入學後因為志趣不合，或跟不上課業而苦惱，卻又不敢向家人訴苦，便找豹哥說說心裡話，希望得到豹哥的建議。有意另求他路的同學也會一起討論，尋求解決問題的方法。

學生不敢在家裡說的話，來跟豹哥聊聊吧！不確定未來要如何發展，來跟豹哥討論吧！學生的課業壓力重，我希望在學校建立一個可以讓他們暢所欲言，說出心中想法的好地方。

學生與我的兒子年紀相仿，但他們仍會喊我「豹哥」，這個稱呼不只是一種親切感，更代表學生願意把我當成他們在學校中可以稱兄道弟、說貼心話的好哥兒們。





生活安定，成為更好的人-小故事 5

認識 A 生開啟了我對傳統教育的反思。他一直是勇敢的孩子，在面對家人、陌生人的異樣眼光時，他仍然不卑不亢地表達自己內心深處的想法與實際需要的協助。其實，我對 A 生的幫助有限，但他卻願意信任我，與我分享每天心情的起伏。即使後來 A 生已經離開學校，但只要他經過學校，總會來與我聊聊。

教學相長，每一次與 A 生的晤談，都讓我對生命的本質與意義有更多省思。在 A 生身上，我總能看到一種生命力，總能感受到生命自然能找到出口。我更能確認「與其擔心，不如祝福」的吸引力法則。更多的祝福，吸引更大的正能量，生命影響生命。正如同蘇打綠的歌曲〈當我們一起走過〉的歌詞：

我們都曾有過風雨過後的沉重
形同陌路的口
但心卻還流通
當我們一起走過這些傷痛的時候
包著碎裂的心
繼續下一個夢

我們的未來充滿無限可能性，我時常想起與 A 生相處的日子，那個過程都化成持續成長的養分，感謝 A 生用他的生命經驗讓我具備更多元的輔導視野。



生活安定，成為更好的人-小故事 6

那天，他愁眉苦臉走進專導室，全世界的憂愁彷彿都集中在他身上了。他想表達自己想法，卻不知從何說起。於是，我先關心他的近況，讓他慢慢整理思緒。沉澱下來後，他才娓娓道來自己最近在學習規劃與生涯方向的煩惱。

本系有兩大主軸：一為教程生、二為學程生。曾經的他，兩者都想要兼具。可惜，經過兩年的努力，在學習過程中遭受多次挫折，他發現這些都不是自己真正想要。此刻的他，這兩個資格都放棄了。

「現在我什麼都沒有了，我還能做什麼？」學生的身上只剩下沮喪。

從他的話語中，我聽到的不只是沮喪，還有很多的無能為力。我告訴學生：「每個人都有無限的可能，這些可能性不會被任何事情限制。」我們打開各種求職與升學管道，慢慢去找出各類職業特色。同時，也讓學生一一去確認這些是否符合自己的個人特質。

這個過程中，我看見學生的眼底漸漸有了光采，他態度也變得更積極。這是一個浩大的工程，我陪著他一起找出人生的夢想，也規劃好近中遠程目標，讓他重新啟動自我的執行力。



「老師！謝謝妳讓我相信我自己。」聽到學生這麼說，我相信那個覺得自己無路可走的孩子，已經找到了自己的生命方向。

生活安定，成為更好的人-小故事 7



小雅(化名)是單親低收入戶家庭子女。她的父親因口腔癌治療，以打零工維生。儘管生活條件艱苦，小雅卻從不曾放棄自己的夢想和初心。喜歡動畫和設計的她，進入本系就讀。

專導經由大一新生晤談瞭解小雅家庭狀況後，時常鼓勵她堅持不懈，多元學習，提供學生心理上的支持。小雅平時除了到餐廳打工賺取生活費外，專導也協助她申請到生活助學金和獎學金，減輕她的經濟壓力。課餘時間除了打工外，小雅也透過線上學習課程，加強自我能力，累積自身實力。之後小雅憑藉優異表現在眾多申請者中脫穎而出，成功申請到台灣知名動畫公司實習。

畢業後，小雅積極投遞履歷，尋找工作，儘管一開始面臨許多困難和挑戰，但她並沒有氣餒，而是堅持不懈。遇到挫折時，她也會找專導討論欠缺之處。在專導的建議和鼓勵下，她努力讓自己好還要更好。終於在一次面試中，她展現的才華和潛力，成功贏得了一家知名公司的青睞，成為在職場上發光的人才。



生活安定，成為更好的人-小故事 8

背負著家庭期待與自我要求，學生遠渡重洋來台求學。語言、生活和文化上的變化，對學生的影響遠大於他所能承受，再加上課業學習困難，學生的負荷超載。他開始表現退縮、時常曠課、和室友吵架，同時創造出其理想中的人設……急性精神疾病發生了。

學生的防衛心很高，不願意多談自己的狀況，我先透過生活助學金方案，協助學生減緩經濟壓力。再藉由一次次與學生的散步談話，表達我的關心。慢慢的，學生也願意透露自己的適應困難與不知所措，並且受我的建議，前往學輔中心晤談。藉由穩定諮商，學生反覆練習壓力調適，他逐漸找到適合自己的步調。

後來，學生決定休學兩個學期，返回母國休養。再一次見到學生，他的中文說得流暢，露出自信的微笑。他向我分享自己是如何透過歌唱讓自己對說中文信心大增，以及與同學的溝通、課程學習是如何漸入佳境。最後，他順利完成大學學業，也有合適的工作。看著學生一路的成長，我想「有幸同行，溫柔相待」是我與每位來到師大企管系的學生，一份因相遇的美好心情。



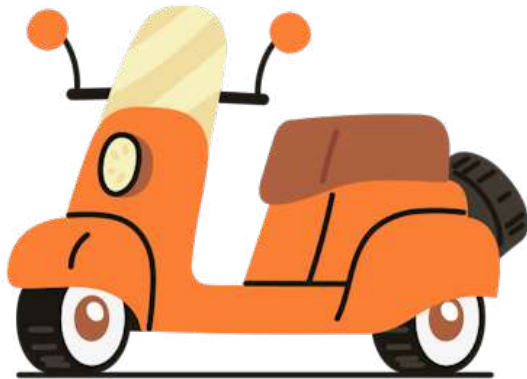
惆悵滿懷有人支持-小故事 1



初春午後，暖陽斜斜地照在男一舍機車停車棚，我卻感受不到任何溫暖。當我發現車上安全帽不見的瞬間，頓時只剩下慌張。我與身旁的朋友討論過後，決定調閱監視器。

在專責導師的協助下，我們順利在監控室調閱到了竊犯拿走安全帽畫面，剛好也有出入停車場的刷卡紀錄。但是，我們想到如果向警方報警，竊犯同學可能會在往後的人生有污點，正當我們不知如何是好時，想起可以請專責導師協助。於是，我們立即聯繫老師，請老師幫忙處理後續問題，十分感謝老師協助，讓我們最後達成和解，也避免讓對方留下不好紀錄。

從這件事中，我學到寬恕他人，還有處理突發狀況的SOP。同時我也反思自己對於日常生活應該更謹慎。我不能因為其他人把安全帽隨意放在車上，就覺得我這麼做也沒有差別，防人之心不可無啊！最後，想跟Nice的專導說：「謝謝你的幫忙，辛苦了！」



惆悵滿懷有人支持-小故事 2

人間四月天的某日中午，一位同學來到專導室對我說：「謝謝你的生日禮物！」隨後，她在簽收單簽名後，遞給我一封短箋！當我還丈二金剛摸不著頭腦時，她就匆匆離開了。稍後我回神打開信箋，才知信箋內容是幾天前我與她晤談後，她的一些回應及想法。

她是我第一個在系上送生日禮物的同學。在與她晤談間，我明顯感覺到她是個聰明、有主見但防衛心極強的人。她對於自己未來充滿不確定感，常常思索著「我是誰？」、「我要做什麼？」等人生大哉問。然而，家人只盼望她按部就班完成學業，無法與家人討論這些議題的她，只能獨自尋找自己人生當走的道路。

我想到自己年少時也曾經歷過如此熬煉人心的光景，因此我在晤談中提到自己成長的經歷，並給予她一些建議。雖然是看似再正常不過的提醒，但她說她已全然領受，並且很高興能夠遇見我，成為生命裡這段時期的實質提點。

感謝主！她願意回應我的分享，也使我心中的熱情再次燃燒起來。雖然她現在所經歷的問題，我無法給予答案，因這是

● 每個人成長蛻變必經的過程，也唯有自己才知道
◆ 當如何面對自己未來，但我更深信生命的主必然
● 看顧、保守她的人生每一階段，因為無論高山或
● 低谷，祂一直都在。





信箋末了，她對我說：「現在與將來見面的次數與機會並不算多，在此以信向您寄託感謝之情。」

然而，我卻更想對她說：「謝謝妳！讓我更明白自己的價值。」



惆悵滿懷有人支持-小故事 3

某日下午，一位女學生突然進來辦公室找我。她一進門，話還未說，淚先流，在我面前哭了將近兩個小時。那兩個小時裡，我試圖帶她起來走走或是吃點東西，轉換心情，但她全都拒絕，只想坐在專導辦公室哭，那真是我人生少數感到無能為力的時候。

這段時間，我只能不停安慰學生，試圖瞭解究竟發生什麼事。等到學生情緒穩定時，她才緩緩說出原因——那的確是一個很大的打擊，兩個小時的哭泣也無法讓她就此平復心情，甩開陰霾。看著學生難過，我也覺得不捨。很多時候，專導不只與學生分享開心快樂，也分擔煩惱苦悶。

後來，我陪同學到生輔組申請急難慰問、生活補助及助學金等，先在經濟上讓學生無後顧之憂。申請過程中，學生依然止不住眼淚。再回到專導辦公室後，學生也說出她的擔憂，對於其內心的不安，我給予安撫，使其高昂的情緒沉澱。後續，我聯絡她信任的同學、朋友們，於課業與日常生活上協助。

同時，我也與主任、系所的師長說明該生情況，讓大家共同合作，協助學生。人生很困難，但沒有過不去的事情。當學生遇到困難時，我希望自己是那股穩定的力量，陪著學生走出

難關。同時，也讓學生知道自己不是一個人，這世上還有很多人，會鼓勵自己、幫助自己，希望自己一切安好。



惆悵滿懷有人支持-小故事 4



「王生一進大學就是書卷獎得主，不過到了二年級，課業難度提高。每遇考試，她必定出現焦慮，不斷向室友表達對考試的擔憂，也常深夜打電話給家長宣洩情緒。情況每況愈下，即使家長南北奔波在校園陪伴王生，她仍然被焦慮網綁。到大四，王生拿起美工刀，用自我傷害對抗焦慮。」

專責導師主要負責與系上教授協調、與家長的溝通，追蹤與評估學生狀況。此外，我聯繫系上同學協助關懷王生，同時聯絡學輔中心，讓學校諮商老師介入，一起接住這個堅強卻也脆弱的生命。一路走來，家長發揮極大功能，特別是校外住宿安全看護的部分。專責導師適時給予的建議，讓家長能信任學校，雙方共同協助王生順利完成大學學業。雖然王生因考試焦慮疾患，未能繼續升學，但看著她在畢業典禮中上台領獎，真是可喜可賀，祝福她。



惆悵滿懷有人支持-小故事 5

「老師，你能幫我什麼？」那個盛夏午後，找了很久的孩子終於現身辦公室，劈頭便是這麼一句話。

從小到大表現優秀的孩子，進到大學後，遇到一樣優秀的同儕，入學時的滿身光華逐漸黯淡。課業遇到的挫折、人際發展的不順利，他漸漸封閉自己，用尖銳來掩飾自己的脆弱。

那個下午，我沒有回答孩子的問題，只是靜靜地聽他說，說自己的一無所有，說種種不被理解的孤單，說那些陷入憂鬱症的絕望。



後來，孩子常常會來專導辦公室。從原來的防備，慢慢變得能夠暢所欲言。

只是，他的狀況時好時壞，常常覺得這個世界沒有自己會更好。面對如此傷痕累累的靈魂，很多時候，即使輕輕說聲加油，都會刺傷他。

於是，就只有陪伴，讓孩子知道老師會陪著你。





一年、兩年，我陪著他到松德醫院就醫，治療憂鬱症；陪著他從每一件生活小事中獲得力量，建立自信；陪著他在每次情緒不穩時，珍惜生命；陪著他明白能為自己幸福負責的，終究只有自己。

今年夏天，孩子即將畢業。那一天，他帶著畢業後的計畫來找我。興高采烈、眉飛色舞的敘述未來、規劃將來。

離開辦公室前，他轉頭說了一句：「老師，謝謝你一路陪著我。」

那句話很輕，卻價值連城。

明月初升的暮色中，這個曾經說自己沒有未來的孩子，走向了他的明天。



惆悵滿懷有人支持-小故事 6

疫情期間，輪值住校輔導比平常更戰戰兢兢、更加謹慎。期間防疫指揮中心、教育部與學校，持續更新各項防疫指與措施，值班老師在接班前就必須將各項規定了然於心，才能熟稔運用於工作之中，挑戰極大，不容出錯。例如，宿舍回報同學確診，如何配合宿舍管理中心安排確診學生隔離措施、同住室友的自主管理、上課安排、回報有關單位、通知家長等，每個環節都馬虎不得。

某日，輪值夜間住校輔導。我慣例開著網路的新聞直播，即時掌握相關校安情況。早年網路新聞直播尚未普遍時代，我就已經使用「第四台」（有線電視）的新聞直播，掌握即時校安狀況，這是多年來養成的習慣。此時，我的耳朵聽著新聞，眼睛看著另一個視窗，手中不停輸入學生的輔導紀錄，一心多用，享受夜間住校輔導的寧靜夜，也充分利用時間工作。突然間，一陣急促的電話鈴聲劃破夜晚校園的寂靜，我的呼吸頓時急促起來。

「這裡是校警室，我們在校園巡邏時發現有學生在接近圖書館的草皮上哭泣，初步詢問，其未理會，請值班老師前往查看。」

「好的，我馬上過去。」深吸一口氣，穩定情緒，我即刻趕前往。

一到現場，我就看到學生在跪地啜泣，還朝著南方叩頭跪拜。





「我爺爺去世了，我無法回國奔喪，只能在這裡想他、紀念他。」她抬起頭，淚眼朦朧地看著我，聲音顫抖。

「人生盡頭的離別是避免不了的，我們思念爺爺，他在天之靈會感受到妳的心意。」我輕聲安慰學生。

同學聽了我的話，用手抹去眼角的淚水，情緒緩和許多。後來，在陪著她走回宿舍的路上，我與她細聊。她傾訴著自己的心聲和思念，也聽進去我的開導和鼓勵。

夜深，月光灑在空曠的草皮，疫情肆虐時期，校園顯得異常冷清，只有偶來的風打破寧靜。我們並肩走在校園的路上，我希望我的陪伴和開導，能讓學生感到溫暖，從而生出面對離別的力量與勇氣。到宿舍門口，她轉身充滿謝意和我道晚安。

返回辦公室後，我在值勤簿裡記錄下這則懷念爺爺的感人故事。今晚又是一個充實助人的值班夜晚。



惆悵滿懷有人支持-小故事 7

九月之際，酷暑未了，蟬鳴聲聲，新生晤談的序幕也在此時揭開。

「爸媽和妳的關係好嗎？」

父母親的教養方式或民主或權威，往往是決定孩子們如何做決定的關鍵，為了更好的協助學生釐清未來志向及生涯規劃

「老師想知道『很好』指的是無話不談、不管開心難過都能和爸媽分享的好，還是屬於報喜不報憂，不喜歡讓爸媽擔心的好呢？」

午後的陽光斜照入走廊，曼蒂臉上鋪著暖黃鮮明的光，時不時有窗櫺的暗影交錯著，錯愕的眼神逐漸擴散至她的眉頭，彷彿她見到我親手撬開她長年鎖住的抽屜，並從抽屜最深處撈出她無法與人分享的物品。

短暫思索後，曼蒂說：「好像是……報喜不報憂的那種，不想讓爸爸媽媽擔心。」語畢，淚水悄然在曼蒂的眼眶打轉。

曼蒂的眼淚承載著長年累積的情緒：那是深怕辜負父母期許的擔憂；那是害怕一時失常導致滿盤輸的焦慮；那是用盡全身力氣努力卻無法得到父母肯定的委屈。我的問題讓她的情緒堤岸崩塌，那麼多年的脆弱在此刻潰堤而出。

曼蒂告訴我，她在成長過程中學會觀察父母的情緒波動，為了獲得肯定與關愛，為了避免被數落或責罵，她總是會告訴自己：





要達成父母的要求才能成為一個好女兒。曾經她和朋友吵架後向媽媽訴苦，得到的回應是：「朋友不重要，顧好成績，以後自然會有別的朋友。」考試失利，父母給予的評語是：「妳就是不用心，把心思放錯地方。」參加熱音社，爸爸說她「叛逆期」、「被帶壞」。

我發現，無論學生是來自父母高社經地位的家庭，還是來自家境普通的家庭，孩子為了獲得安定的親子關係，會減少不符合爸媽期望的話語及行動，此行為模式普遍存在於每個孩子身上。剛進入大專校院的孩子已經是法律認證的「成年人」，他們通過書本瞭解「成人」的義務和權益，從高中開始知曉自己該「像個大人一樣」行動。然而，成長的路途上，沒有人引導他們走過情緒覺察的歷程，沒有人引導他們如何接納自我、療癒心中的傷。

我請曼蒂閉上眼睛，賦予此刻自己的情緒一個意象，隨著對話，曼蒂逐漸將內心那個「沒穿鞋、瘦弱，但喜歡饒舌樂」的小女孩勾勒出來。

「如果妳是小女孩最親近的人，妳想為她做點什麼嗎？」我問。

「我想幫她穿上鞋襪，牽起她的手，摸摸她的頭，讓她知道這個世界並不可怕。」曼蒂的回答依舊帶著試探，但我知道，她已經給了自己一個大大的擁抱。



惆悵滿懷有人支持-小故事 8

「先生，你是他的親人嗎？」

「我是他的老師，因他的家人在國外，無法到醫院，由我來陪學生。」

「喔！請你幫他填寫相關資料吧！」

以上對話，是帶國際學生的專責導師常經歷的情境。國際學生背景離鄉，需適應文化生活的差異，身心的壓力也隨之增加。因為國際學生的家人不在臺灣，專責導師往往是站在關懷最前線的學校人員，也常承擔起現場安撫及事後關懷的擔子。

對學生的關懷沒有固定的公式，只能在不同情境中摸索經驗。每個學生個案，不同的成長背景；每個事件發展，不同的成因脈絡。因此，需要不同背景的教職員甚至校外人士共同協助。

有一次，學生發生狀況，除了相關業務的學校同仁，我還協調學生常接觸的校外人員、校外社政單位以及學生的朋友，一起為學生建立周全的關懷網。關懷工作不只依靠晤談，更重要的是透過不同角色的協助者，在不同的情境中提供學生關懷與支援，讓每盞生命燭火得以繼續燃亮。世事變化萬千，學生狀況也各有不同，透過每一位成員的相互關心與支援、守護好每一位學生，是關懷工作的最大體會。



走過的路都有意義，伴你尋找人生-小故事 1



學生一開始因為課業問題，尋求專導的協助。我原以為是健康因素，導致學生念書無法專注，也影響學生的出席狀況。但後來多次與學生談話後，學生慢慢透露他的家庭狀況，同樣影響其情緒與健康。於是，我聯繫家長，請家長至學校與主任及助教共同討論學生狀況，並具體規劃輔導計畫，再和學生溝通確實執行之可行性。此後，我定期與學生討論進度與遇到的困難。這期間，學生雖因身體狀況休學，但目前已順利畢業。學生畢業後，我仍然會接到家長的來電，表示學生現在適應良好，過得很開心。



走過的路都有意義，伴你尋找人生-小故事 2

那一次的新生導生聚，男孩在幾個同學當中顯得相當的沉默。他面無表情，也不主動開口，只有在我問他問題時，他簡短地回答。那份勉強，我看得出來，他沒有太多聊天的興致，只是應付性地出席這場聚餐。

在與他簡單的對話中得知，來到師大，並不在男孩規劃的人生目標裡。雖然他沒有說出口，但我感覺得出來，待在這個校園裡，他並不開心。也許是因為這樣，大一上的他，有二分之一以上的學分數不及格。

再一次與他碰面，與他討論大一上學期的學習狀況，並且瞭解他的想法，同時與他討論不同的方向和可能性。男孩離開專導室時，依然蹙著眉頭，表情淡淡的，看不出來對於討論內容有什麼想法。

轉眼一個學期過去，在暑假的某個休假的日子，同事傳來簡訊告訴我有個男孩帶著小點心來找我；同時，手機跳出一則訊息，那是男孩傳來的，謝謝我在他面臨學業挫敗時給予的鼓勵，並且耐心地陪他找到未來的方向。現在，他成功申請到交換學生，即將前往自己最喜歡的國家。在這個期待開啟新生活的時刻，他想要與我分享這份喜悅，並且向我說聲謝謝。





幾年後，男孩在精彩的大學生活中順利畢業，同時考取研究所，那曾經是他生命中的遺憾錯過的學校。

他的人生，繼續精彩。而那聲謝謝，也如同一顆飽含力量的種子，持續在我的心中發芽茁壯。



走過的路都有意義，伴你尋找人生-小故事 3

「老師，我想要放棄教程，但是我不知道這是不是對的選擇？」

「什麼原因讓你想放棄呢？」

「我念了才發現，這不是我以後想要的工作與生活……」

小雯（化名）是一個成績優秀的孩子，雙主修加上教育學程，每學期總是紮實地超修學分，且成績名列前茅。

當她來找我的時候，教程的學分已經修了二分之一，她卻感到苦惱與焦躁不安。她表示當初申請修習教育學程，是因為背負著父母的期待，而當時的自己對未來並沒有太多想法與把握，於是也就默默接受教程這個看似工作安穩的選擇。多采多姿的大學生活帶她見識到更多的生涯選擇，透過學業與社團開展的人際關係，也開啟她對生活的更多規劃與想像。

「我不想畢業即就業，工作一輩子。我想去國外念書，嘗試不同的可能性！但，我不知道要怎麼跟爸媽解釋，我不當老師這個決定，他們一定覺得失望又生氣，不只會阻止我放棄、也會阻止我去國外冒險……」

我和小雯談了許久，從她口中了解父母的生活背景與對她的期許，也試著理解小雯跟父母之間溝通的難處。我請小雯整理好想放棄教程的原因，





並蒐集相關資料，思索未來想進修的專業方向，我陪著小雯，協助將她腦中的理想藍圖，逐步化為現實的步伐。在整理資料的過程中，小雯越來越知道自己想要的是什麼、確定不要的又是什麼，對自己前進的每一步感到踏實，談起自己的未來也越來越有自信！

某天下午，我看著小雯開心地向我展示她考取的語言檢定證書，我知道，她是真的準備好了！於是我帶她回顧自己這段時間以來努力前進的成果（語言檢定、學校申請文件、留學費用的估算表等資料），陪著她沙盤演練如何跟父母說明溝通，把父母可能有的反應演示過一次，也讓她寫下幾種適合的回應方式，讓她更有勇氣向父母表達自己的想法與心聲。最後，父母雖仍對小雯要出國念書的事情感到緊張不安，但是看著小雯對夢想充滿自信、侃侃而談的樣子，他們真正意識到孩子已經長大，於是同意並支持小雯勇敢追夢。



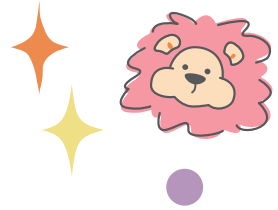
走過的路都有意義，伴你尋找人生-小故事 4

喜歡你們談到自己興趣(物種)時的眉飛色舞
喜歡你們的「家」都是以臺灣特有種命名
喜歡你們總是可以帶給我(文組人)不同的視角
喜歡你們可以既理性又能同理的去理解問題
喜歡你們談到自己研究時那發光的眼神
以及那為自己長期研究驕傲的模樣

系胞們的煩惱某些跟一般大學生沒有兩樣
有可能是大學必修的三學分
學業、社團、戀愛

但是系胞們可能更會認真思考自己的未來
有人說一日生科，終生科科
也有人說生命科學才是未來
有時候二一也可以做為契機
省思自己的選擇
師培？研究？轉職？





但我覺得
大部分你們選擇來這裡的人
才知道「真愛」是什麼
有時候課業的挫折
對未來的徬徨
都是過程

有的人擁有一些可能被人誤解的特殊氣質
求學期間也許碰壁、也許受挫、也許面對停損點的猶豫
但是要相信：有人願意理解你們，願意傾聽你們
你們需要做的事
找到適合自己的星球
持續耕耘
等待一片繁花盛開



走過的路都有意義，伴你尋找人生-小故事 5

某日接近黃昏的下午，我帶著嚴肅的心情，與系主任坐在專責導師室外，仔細地討論系上同學的狀況。突然，一個身影從我和主任身旁經過，停下了腳步。

「HI！主任、老師。」原來是已經畢業的小書(化名)回到了學校，探訪師長。主任與小書寒暄幾句後便離開了。

「怎麼有空回來學校呢？」我的關心並不因為學生畢業而打折。

「我剛從南部回來，本來我想要創業，但後來沒下文，就回來台北，最近要開始找工作。」小書分享著近況。

一直以來，小書在系上比較特立獨行，沒什麼朋友。畢業製作也是個人組別，期間也因為其身心狀況，休學一個學期。他與家庭的關係，也不算親近，甚至不太願意住在家裡，覺得家裡是他壓力的主要來源。

那道孤獨的身影，透露著想要被人接納的渴望。小書在學期間，我一直與他保持聯繫，關心他的狀況，慢慢建立與他的關係，陪他一起解決生命中遇到的挫折與難題。我希望讓他相信，遇到問題時，他不用再形單影隻，一個人去面對，而是有個人願意傾聽他、協助他。





「老師！」小書帶著笑意叫了我一聲。

「嗯？」

「我想謝謝你，大學這些年換了三個專導，很慶幸我畢業前遇到的專導是你，不然我應該還在迷茫。」

一直以來，我將學生當作自己的弟妹一般，陪伴他們、支持他們，引導他們，讓他們找到自己的方向。

「我也很開心能夠帶著你們成長。」我微笑回道。



走過的路都有意義，伴你尋找人生-小故事 6

大二的他開始消失在校園的課堂裡，也不與父母聯繫，著急的父母告訴我這件事，深怕品學兼優的孩子出了事。

「老師，我要休學去工作。」他簡短有力地表達。

「我念了才發現，這不是我以後想要的工作與生活……」

「為什麼這麼突然？」我問。

「我一直太專注在學業上，該學的我都會了，我不想浪費時間在學校。現在我想做自己想做的事情，我想賺錢，我想給自己兩年的時間，如果沒有成就，我會回來念書。」他眼神中透露執著。

眼前的他，思緒清晰，對於未來與金錢充滿企圖，一如那年我認識他時。

「家人怎麼說？」我問。

「家人知道，但我已經成年了，休學不需要家長同意。」從他的語句中，我嗅出他與家人分歧的爭執。

我來來回回與學生討論將近一個月的時間，協助學生與家長溝通，與系上師長交流意見。





「只要是經過深思熟慮，且願意為自己負責，師長都尊重你的決定。」

「老師相信你，既然決定休學去工作，就要充分使用這段時間，要過得充實。」系上老師支持學生的選擇。

休學後，約莫過了一年半，再與他相約，聽他談起這些日子的曲折故事，他談著工作上接到的大案子、面對的挑戰，還有向老闆學習到的寶貴經驗。侃侃而談的他，眼神有光。我知道他工作做得很好，很受重用。

「老師！我需要再充實自己。」透過工作，他也看到自己的不足之處。從專業技能、財務專業及管理能力等都需要再學習的地方，因此他想再回學校進修。因為學業與正起步的工作於時間上衝突，他先選擇了在事業上衝刺，但他也將「學業」轉化為「在職進修」，選擇到其他能配合工作時間的單位繼續進修。一直到現在，每當看見他精彩的工作表現，我都會想起我曾對他說：「休學難免有種不確定感，但每年總有學生休學，師長們都希望，休學期間是充實而不浪費，而你，真是休學界的典範。」



走過的路都有意義，伴你尋找人生-小故事 7

「一盞盞，一串串，多少燦爛的金吊燈。」（余光中）

黃金雨盛開的日子，述說大學生活同窗契友的點點滴滴；
述說我與專導心中的美麗回憶。

黃色風鈴在風中搖曳著，
甜美樂章在心中迴盪著。

突然傳來一聲「老師，我要畢業了，這張卡片送給你！」
學生雙手遞上一張卡片，滿滿的內容如同黃色花瓣隨微風輕輕
灑落在我的心中。

「謝謝老師在我大學的學習過程中無時無刻、不厭其煩的
給我許多溫暖與關心，今天的我才有機會參加大學時光中最重
要的時刻，若沒有你的支持，真不知道自己是否能站在校園，
參與這人生最美好的一刻！」

校園中盛開的黃金雨，象徵著大學生活的點點滴滴美好回
憶，也象徵著畢業生無限寬廣的未來。收到卡片的感動絕非三
言兩語可以描述，只想告訴學生「專屬的祝福如同黃金雨常伴
左右，常存你我的心中，輕輕迴盪著。」

一陣陣的黃金雨，我們的故事持續著……





走過的路都有意義，伴你尋找人生-小故事 8

學校教發中心每學期會請專責導師協助輔導二分之一學分不及格的學生。好幾個學期，他都在二一的追蹤名單上。學生對於課業無法掌握，又因個性比較內向，不敢向他人請教，所以課業成績一直無法提升。我瞭解他的狀況之後，協助他申請教發中心的課輔員獎勵方案。原本他基於不想麻煩別人以及不太能與人互動，想要拒絕。不過，在我與他密切討論過後，最終，他願意踏出第一步。我協助他與課輔員認識、互動，我希望透過課輔員方案協助他提升課業成績，更希望透過課輔讓學生學習人際互動的方法。

學習需要自助與他助，當自助的能量少一點時，就需要透過他助的動力來協助，唯有自助與他助同時啟動，學習才能夠有效與持恆。透過課輔員方案，一來可以培養與帶動學生自主學習的精神與態度，更重要的可以建立學習的良好循環，專業知識與學長姐情誼的傳遞與延續。

走過的路都有意義，伴你尋找人生-小故事 9

在夢想旅途中，累積革命情感。

每年度原資中心都會辦理許多活動，每場活動都會讓學生組成籌備團隊。我們不只希望透過活動更認識學生，更重要的是讓學生在活動中學習與成長。


擔任幹部是一件困難的事情。學生在籌辦期間，扛下各種壓力，同時要學業、訓練、生活多方兼顧，實屬不易。所以，對於願意扛下責任的學生，我總是特別感謝，謝謝學生願意在艱鉅與困難中接下任務，並且從零開始學習。

「老師，我們不怕困難，因為我知道你總會陪著我們。」挑戰，有時很棘手。但因為大家一起努力，我們總是反轉低潮與挫敗，讓它們變成彼此生命中創新的記憶點。

感謝科技時代，讓我們可以隨時交流想法，討論對活動有幫助的任何建議、靈感。老師想陪伴你們的心大過於眼前的難題，這是長時間所累積出來的革命情感，也是緊緊繫住彼此的核心。

四年了，對你們最後的問候仍是：「謝謝你們願意走到最後，一定要繼續學習，加油！」





走過的路都有意義，伴你尋找人生-小故事 10

大一的妳，意氣風發地走進專導室。妳充滿笑容，神采奕奕地說著對未來的展望，新鮮人的喜悅，在妳身上一覽無遺。

大二的妳，因為擔任學生幹部，有更多機會來專導室了，忙碌的生活讓妳講話速度越來越快，雖然被時間追著跑，但妳還是很開心。


大三的妳，不再開朗，沉重的顧慮爬進妳疲倦的眼神，取代妳臉上的笑容，嘆氣變成妳的語助詞。

「我想出國念書！」妳說出自己的期望。

「很好啊！」

「但我想去紐約百老匯！這跟我的主修完全不一樣，我很煩惱。而且，出國念書也需要很大一筆經費……」圓滾滾的雙眼搭配著深鎖的眉頭，妳的煩惱清晰可見。「不著急！我們可以一起想辦法。」我拍拍妳的肩膀，試圖給妳鼓勵。

到了大四，我陪著妳討論如何與家裡溝通、如何申請國外學校獎學金，甚至是臺灣留學貸款……如此努力之下，妳成功申請上學校，一畢業就飛往紐約，開啟全新的生活。



多年過去，每當我在社群上面看到妳在紐約百老匯的演出照片，都讓我覺得驕傲。舞台上的妳閃亮耀眼，掌聲與榮耀都是妳努力得來的。妳值得這一切！祝福妳繼續在舞台上發光，做自己夢想的工作，是多麼棒的事情呀！

走過的路都有意義，伴你尋找人生-小故事 11

paney，在阿美族語中，意為「在微風吹拂中的稻穗」。那是那年九月，我在師大遇見的一個學生，她有著美麗的阿美族名字。

蟲鳴鳥叫的夏天，師大的開學日，一個個新生帶著青澀，自我介紹。

「我叫yuki！」

「我叫akaw！」

「老師！我……我沒有自己的名字。」突然，一個學生怯「暑假回花蓮問阿公阿嬤，一定有啦！」我鼓勵著學生。

隔年的九月，學生臉上堆滿了笑容，用小跑步的跑來說：「老師！我的名字叫paney。」

「哇！好美的名字，很適合妳！」我這麼回她。

三年後，原民小畢業典上，paney代表畢業生致詞。她說：「在大學期間，能找到自己的母體文化是我最大的收穫。在師大有可以一起學習的同學、可以一起面對原住民困境老師，大家一起學習失去的文化、母語，是一件幸運的事情。」

我們從山的那一邊翻山越嶺，一起在臺北這座陌生的城市相遇、相熟。





每年的族語歌唱大賽，在夜裡，校園一點一點漸強的族語聲線，用我們一點一點的信任，建築在師大的每一個角落。

山羌在嘉明湖邊低頭喝水、濁水溪上游的族人正辛勤的工作，等待小米結穗。師大的我們正跟這個世界學習。

不管是paney、還是yuki、akaw，在日光大道上相遇的輕聲招呼，躺在社團辦公室臭臭的地墊上，說著未來。

我們知道自己從哪裡來，更知道自己該前進的未來。



走過的路都有意義，伴你尋找人生-小故事 12

本系學生比較不擅長表達自己的情緒與分享自身的事情，但只要多花一點時間與他們相處，他們會非常樂意敞開心房，分享生命中的喜怒哀樂。

那天晚上，學生急著聯絡我，並不是特別緊急的事情，而是要約定晤談時間。

「老師！這很重要，我想跟你討論我的未來。」她表達出對於未來生涯發展的焦慮。

與她見面後，她看起來非常慌張無助，談話間，忍不住落下眼淚，但又不想讓別人看到她哭泣的樣子。學生很清楚自己未來想成為空服員，每天打扮得體。她也瞭解自己的個性，不適合成為整天在電腦桌前寫程式的工程師。為了達到成為空服員的夢想，學生甚至有轉系的念頭，但她不敢跟家人討論，因為不知道家人是否會支持自己。

那次晤談，我先釐清學生的想法，並安撫其焦慮的情緒。後續，在她沉澱情緒之後，我跟她討論自己的目標管理與實際執行。在幾次的晤談後，她將壓力轉換成追逐夢想的動力，把焦慮變成讓自己完成目標的執行力。

「老師！謝謝妳陪我一步步釐清心中想法，也謝謝妳一直鼓勵我。」那天晤談結束後，她向我道謝。簡單的話語，讓我的心充滿暖意。對我而言，能幫助到學生是一件開心又幸福的事。





多元校園，學習無礙-小故事 1

學生因為對教育的熱情與理想，在大二時轉到本系就讀。他是特教生，平常需要依靠輪椅的輔助，在了解學生狀況後，我也與本校特教中心保持密切聯繫。透過與學生晤談後，我發現學生在經濟、家庭與人際互動都有很多問題。家庭有經濟與家庭暴力的議題；人際互動則有親密暴力、關係霸凌等議題，前述狀況導致學生情緒狀況不穩，因此我與校外社工單位、校內特教中心合作，給予學生心靈支持，為他安排個別諮商，並定期與其聯繫，確保其身心狀況穩定。

有次該生的校外友人持攻擊性武器到校，以暴力的方式與學生溝通，學生嚇得躲在角落的教室，聯繫我尋求協助。經過我與特教中心資源教室師長以及校警的協助，順利幫助學生脫困，並建立安全網路，防止危險人士入校。

透過校內外獎助學金，我協助學生減輕經濟的壓力。同時也陪伴他在生活中穩定情緒，慢慢調適家庭與人際的關係。此外，我也與學生建立緊急連絡網路，確保其人身安全。學生目前尚能安心於學校學習，並於近期順利畢業，進入公務體系，從事計畫助理工作。



多元校園，學習無礙-小故事 2

他一直是個認真、負責的孩子。大一初見他時，青澀臉龐上充滿對自我的期許。然而，這份對完美的渴盼，卻慢慢變成一把刀，在他身上畫出深深的傷口。

他不再神采飛揚、臨風顧盼。對所有事物都提不起興趣，彷彿走在一個闕黑的山洞，望不見盡頭的光，踉蹌獨行，無人懂他的痛苦，他也不願讓人了解。他無法停止責怪自己，深深厭惡如此狼狽的自己。情況最糟的時候，他跑到自家樓上，覺得跳下去，就能擺脫所有的絕望。

「老師！我好痛苦！我真的做不到！」「老師！為什麼快樂這麼難？」醫生要求他住院，母親陪著他到校辦休學時，他的面容憔悴，彷彿扛著全世界的重量。

每個受傷靈魂，都有自我療癒的力量。

我決定陪他一起找到這股力量。

他在住院期間，我不放棄與他對談。一開始，我們的內容只有鋪天蓋地的黑暗，像一個漩渦，將所有幸福捲進去。面對這樣強大的黑暗，我不免擔心自己的力量是否足夠？

但，每個生命都能擁有戰勝困境的韌性。

於是，從他住院到出院到復學。我透過談話，陪著他走出山洞，慢慢地，一點一滴讓他看到陽光。





「老師！我好像覺得沒有那麼難過了！」「老師！今天我覺得開心！」漸漸的，在我們聊天過程中，他的兩眼又開始出現光彩。

只是，他仍然非常責怪自己生病，無法接受自己的憂鬱。

「他就是你的憂鬱症，請你好好陪伴他！」我把手邊的玩偶託付給同學，讓他隨時照顧玩偶，就像觀照自己的憂鬱。我們談天時，孩子會與我分享，每天與玩偶的相處與心情。

在這過程中，我看見他一點一滴的改變：漸漸地，他開始原諒生病的自己；漸漸地，他開始跟自己的不完美和解；漸漸地，他懂得擁抱生命中的各種不確定。最後，他選擇跟自己和好。

今年，孩子剛從日本旅行回來，他對生命又重拾熱情，開始參與各種活動。也許，他的人生不再那麼精準完美。但，他的生命卻多了許多可能性以及從容。看著他眉飛色舞與我分享出國旅行的一切，我知道，他不再懼怕未知，而是充滿期待帶著所有可能性，走向未來。



多元校園，學習無礙-小故事 3

他是馬來西亞的僑生，喜歡歷史，懷抱著夢想，來到這片土地。剛到新的國度，他帶著緊張，但更多的是對新生活的興奮。他對任何事情都很主動，對人也很熱情。

然而一段時間過後，他卻覺得自己似乎與周遭的一切格格不入。在跟他的晤談中，我常常感受到他對臺灣的氣候、生活方式、文化難以適應的痛苦。對家鄉強烈的思念，也讓他的言談中顯露出一種孤獨感。

他還是非常的努力：想在課業上有所表現，卻因為過往所學，讓他施展不開；想讓關心自己的師長們不要擔憂，實際上身體的各種皮膚過敏、腸躁症都述說著他的不好。

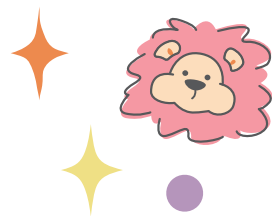
他奮力想在這片土地上生長，卻迅速枯萎。

我們常常聊天。我陪著他一起解決學習的困境、與朋友相處的困擾以及那許多的不習慣。從大一到大四，慢慢的，他的課業上穩定進步，也交到許多好朋友，而臺灣則變成他第二個家。

後來，他考上他校的研究所。但，每當他經過師大，仍然會來找我聊天，彷彿過去四年的延續。今年夏天，他從碩士班

畢業，送來一本他的論文。在謝誌中，他感謝了很多人，也感謝了我。





他離開臺灣前一天，特地回師大探訪師長。他回想起大學生活，十分感謝師大的專導制度。專責導師就像家人一般陪著他，是一個溫暖的存在，讓他走出初來乍到的不適應期。他慶幸地說：「幸好當時選擇師大，如果沒有遇到專責導師，可能我連大學學業都無法完成。」



多元校園，學習無礙-小故事 4

「老師，我早上又缺課了，今天可以去專導室找你嗎？」小穎（化名）帶著愧疚的語氣傳來訊息，深怕因為自己的身心狀況為我帶來困擾。

「當然沒問題，我們一起來想辦法吧！」

那天冬陽被烏雲遮蔽，天空飄著綿密細雨，小穎帶著一片陰鬱佇足在我的位置前。

她因重度憂鬱，平時需要倚靠安眠藥物才能入睡，情況嚴重時甚至整天都在昏睡中渡過。修業與休學年限即將期滿，再加上身心狀況的每況愈下，讓她幾乎被壓力壓垮。每天，她都努力爬出低潮的泥淖，卻又被憂鬱抓回深淵。在這種進退不得又無能為力的痛苦中，深深的自我責備讓她只能傷害自己。

「今天一樣很不舒服嗎？」

「老師，早上我試著用各種方式讓自己起床，可是看著窗外陰暗的天空，我覺得連坐起身的力氣都沒了。」

「沒關係，至少你現在坐在我面前了，代表你很努力地幫助自己，我們一起想想有什麼方式可以讓自己起床。」

就這樣，我們討論了各種可以協助自己減少課程缺席的方式：設定多個鬧鐘、請同學協助提醒，甚至使





用外送訂一份自己喜歡的早餐，激勵自己。漸漸地，她從一週缺席數堂課程減少至兩、三週缺席一堂課程。

每週我與小穎晤談，陪著她在憂鬱症的鋼索上緩步前行，慢慢長出自己的力量，最終她順利完成大學學業最後一哩路。

