

111 學年度校優良導師心得

姓名：林慧貞

帶班系所：休閒事業管理學系

獲選班級：4A

感謝學校厚愛，讓我有機會獲得校優良導師獎，這份榮譽讓我感到無比的榮幸和感恩，同時也給了我更大的動力和責任感，期許自己莫忘初心。曾經參加福智教師生命成長營，相信每位走過面前的孩子，都是有緣人。師生~美好的緣分，期許自己持續做一位能傾聽、點燈陪伴的導師，溫暖每位來到面前的學生。

學校動雙導師制度，希望能更完善照顧好學生。休閒系 4A 這個班從 108-111 學年度，張誠信主任與我兩位導師一起從大一帶到大四，兩位導師都可以照顧學生，學生隨時都可以找任何一位導師。感謝張主任支持與信任，我們兩位導師相互合作搭配、彼此時間專長領域互補、協商班會與團體/小組會談/餐敘方式時間，四年的時光，與班上同學相處的每個日子，回想起來都是滿滿的幸福與感動，以下是我們的一些努力與心得。

一、擔任導師信念及帶班理念

導師是學生輔導工作的第一線，擔任導師，我秉持的信念是真心「陪伴」，點燈同行、在旁陪伴、背後支持。導師生互動，走入學生的心與生活，關懷、陪伴與愛，可以建立有溫度的、信任的「學生-導師」關係。

我相信每位學生都有發展潛力，教育的目的就是幫助學生發展潛能，展現各自的美好。我的帶班理念有二，其一「全人教育」，鼓勵學生發展潛能，成為人本主義心理學家 Carl Rogers 所說「功能充分發揮的人」(a fully functioning person)。其二「終身學習」，以 UNESCO 終身學習五大支柱，鼓勵學生「學會追求知識」(Learning to know)、「學會做事」(Learning to do)、「學會與人相處」(Learning to live together)、「學會發展」(Learning to be)、「學會改變」(Learning to change)，期望學生善用這五大支柱所產生的力量，創造美好人生。

二、班級經營技巧及策略

(一)努力建立良好的師生關係：

1.親切和藹、真誠同理，讓學生感到放心與信任。

在校園見到面，一定打招呼，多說幾句，讓學生知道 we care，如有事情，學生就會願意來找導師。

2.開放的溝通渠道，善用班級 Line 群公告聯繫及個別關懷互動。
提供導師手機號碼、Line、電子郵件等，便利學生能找的到導師。

3.主動參與導生活動，拉近距離。

如學生參加新生盃籃球賽、排球賽等，主動準備點心飲料，前往加油。主動陪伴與協助合唱比賽、啦啦隊進場等活動之練習與競賽。也響應參與導生主導辦理之活動，如系週購買導生製作販賣餐點、參與健康瘦腹有氧運動，拉近與學生距離。

(二)利用多元關懷輔導策略：

1.團體輔導：定期召開班會，也辦理班級活動。

建議導師最好要有班上課程，尤其大一新生年，以利協助新生適應大學生活。班級活動可結合課程辦理，也可嘗試申請校內外相關補助，如賈桃樂參訪(適合大一)、節慶活動、企業參訪、企業媒合說明會(適合大四)等。

2.小組會談或個別晤談：重視與把握和學生晤談的每個機會。

每位學生來自不同的背景環境，每位學生有各自的不同，每次的導師會談，都是一個很好的關心與鼓勵學生的機會。第一次會談會邀請小組學生填寫導師輔導關懷系統中的學生資料及生活適應調查表，做初步了解，之後視各組或個別狀況再談進一步了解學生，小組會談同時也可觀察同學人際互動狀況。

3.個別關懷輔導：重視每個學生的獨特性，了解學生生活適應、學習狀況、興趣和需求，以提供更個別化的輔導服務。

個別關懷輔導可善用 Line 進行，讓同學對老師有可接近性，能轉達訊息，也能協助處理問題，縮短同學與導師間的距離感，增加熟悉感。另外，原住民生輔導，如有需要，可配合學校強化原住民族學生輔導計畫，協助班上原民生執行經濟及文化不利學生自主學習方案，強化學習也可領取學習勵學金，同時留意與轉發原住民生相關獎學金與活動等訊息給原民導生，持續鼓勵關懷。外籍生輔導上，除一般課業關懷輔導，生活上亦須留意，如新冠疫苗施打、實習輔導等，也叮嚀外籍生同學定期跟遠在國外父母報平安，讓父母知道他們在台灣有認真學習。

三、生活及生涯輔導

(一)穩扎生活輔導：

配合學校三級輔導預防作為，導師主要進行初級發展輔導，如有需求，轉介諮商中心進行二級介入性輔導。小組會談時，請導生填寫基本資料及生活適應紀錄表，大一至大四，四年皆可填寫，以利了解掌握學生個別狀況。學校導師輔導關懷系統連通會心微笑系統，可轉介導生至諮商輔導中心，請中心提供學生個別諮商輔導，並與諮輔中心保持連繫，協助處理相關事宜。

(二)強化生涯輔導：

配合諮商暨就業輔導中心，協助班級導生進行 UCAN 諮詢診斷測驗。另因本身有 CPAS 人才測評校園諮詢師證照，也協助全班導生進行 CPAS 職能測評，產出每位同學報告，跟同學解析說明 12 項性格密碼、五大適性工作、領導潛能及六大核心競爭職能之關係。也轉知提供職涯就業相關資訊，升上大四起，更積極配合學校就業輔導，持續轉發職涯就業資訊，鼓勵學生參與善用，為就業做準備，同時申請學校企業說明會場次，邀請休閒業界相關廠商進行企業說明與職缺媒合，期望學生順利就業。

透過上述多種管道的了解與關懷，努力做到陪伴與支持，我相信學生潛能，相信學生就像一顆種子，到了合適的時候，它會發芽、成長、茁壯。導師輔導工作，不是單打獨鬥，而是應善用資源協助，結合校內外資源，會發揮 1+1 大於 2 的成效。感謝系上讓我可以成為孩子們的導師，也感謝諮商暨就業輔導中心專業支援。未來在擔任導師這條路上，我會秉持用心認真的態度，不忘初心，繼續努力。