

學務處期末導師知能研習～陽明大學張傳琳主任分享生涯輔導技巧



技巧。

學務處學輔中心於 12 月 16 日中午舉辦期末導師知能研習，邀請陽明大學諮商中心主任張傳琳教授蒞臨演講，與導師們分享「如何與醫學大學學生談生涯議題」，藉此增進導師生涯輔導概念與技巧。

張主任分析醫學大學學生的生涯大致有 3 類：

1.被擠壓的大學生涯：學生尚未準備好面對醫學科系的忙碌，在有限時間內，卻想完成課業、證照考試、社團、人際、愛情等諸多事務。因此大學生活對學生而言不但是一種壓力，還可能陷入混亂，不知道該從哪件事情開始著手處理，需要老師、學輔中心協助處理。

2.被期待的大學生涯：學生可能基於父母的期待或自己的期待而進入系所，但是這種期待只著眼對於未來工作的報酬與回饋，未考慮到要從事此份工作的需求與代價。當實際的付出與當初的期待有所落差時，學生可能會產生疑惑與反彈。

3.正確抉擇的大學生涯：學生對於學科有所了解，確定這是自己想要的科系，對於本科系所要付出的努力及應培養的能力都有所了解，也願意付出。就這樣的學生而言，大學生涯就是築夢踏實，為自身選擇負責的過程。【右圖：施純明學務長開場致辭】



張主任表示，導師協助學生探索生涯可由以下兩部分著手：

張主任表示，導師協助學生探索生涯可由以下兩部分著手：

1.協助學生探索自我：和學生聊聊他們是如何看自己的，自己「要什麼、能做些什麼」，探索自身的興趣、能力、價值觀，也幫助學生看見自己做了哪些努力、有哪些潛力。

2.幫助學生瞭解外在世界的要求：依據學生對於大學生涯、未來工作的規劃，告訴學生未來職業需要哪些人才、工作的要求有哪些，讓學生看見自己有哪些可以再培養、再加強，然後談談目前在大學裡可以做哪些努力。【左圖：張傳琳教授】

張主任表示，導師協助學生探索生涯可由以下兩部分著手：

藉由認識自己與工作，導師可以幫助學生看見自己的目標，以及「為了達成目標，我現在有哪些事情可以開始做」。當然專業系所的導師也可以從工作面，幫助同學了解未來職業的種類與性質。如果學生的生涯困擾已經干擾到日常生活及情緒，導師作為第一線的輔導者，可以轉介學生輔導中心，讓學輔中心的心理師來協助學生探索自己的生涯，並教導同學如何有效管理時間。（文/學生事務處學生輔導中心）



【右圖：透過張傳琳教授的分享，第一

線的導師更能掌握協助學生的要領】