

學生事務處 101 年 3 月 大事紀

承辦人：張冠海

- ◆活動時間：101 年 2 月 20 日
- ◆活動名稱：風紀股長暨品德種子學生研習
- ◆活動地點：學生活動中心 2 樓演講廳
- ◆承辦單位：學務處生輔組
- ◆活動對象：全校風紀股長
- ◆參與人次：180 人
- ◆經費來源：學生事務與輔導工作計劃經費
第 3-1-2-51 項

活動成效說明

為讓新任之風紀股長更快進入狀況，並兼任班上之品德種子，在班上樹立良善的行為與態度，引發典範學習，於 2 月 20 日風紀股長研習加入「正向肯定自我，塑造自我品牌」專題講座。邀請高雄張老師心理學苑講師，王中砥老師蒞校分享如何培育正向態度，進而建立自我「品牌」。

老師首先勉勵同學，學習下列這 5 個方法，以獲得正向的態度 1. 懂得聆聽，會擁有生命的深度、2. 懂得欣賞，會擁有生命的寬度、3. 懂得讚美，會嶄露你的亮度、4. 懂得微笑，會發出你的溫度、5. 懂得謙虛，會擁有生命的高度。再來以哈佛大學著名的「幸福」課程中 10 個法則，說明幸福的人生必須由建立正向態度與習慣開始。最後以重新定義 LOVE(Listen 聆聽他人的意見、Open 放開胸接納差異、Vitality 做事充滿活力、Encourage 善於鼓勵自我或他人)來勉勵同學懂得愛別人或自己的人，並定是正向態度的人。

最後老師勉勵同學，正向面對每一件事，從做中學學習日積月累，正向看待今日的付出(當任幹部)，以正向態度建立個人「品牌」。過去的職場重視你的「專業能力」，但為因應瞬息萬變的工作與市場環境，現在職場重視你的「態度」，如何在職場中脫穎而出，考驗你的「品牌」魅力，只有累積足夠的品牌價值，才能自由選擇工作，生活才会有保障(做人有品德，做事有品質，生活有品味)。演講過程互動良好，活動圓滿結束。

地點	日期	時間	內容	主講人
學生活動中心 2 樓演講廳	101 年 2 月 20 日	10:00~10:20	-入場-	主持人： 生活輔導組
		10:20~11:50	-主題- 正向肯定自我，塑造自我品牌	主講人： 高雄張老師心理學苑講師 王中砥老師
		11:50~12:20	-主題- 風紀股長業務講習	主講人： 生活輔導組
		12:20~13:00	-午餐時間-	主持人： 生活輔導組
		13:00	-賦歸-	主持人： 生活輔導組



首先老師先指出有正向能量的人有 5 個特色



建立正向人生首先要拿掉人生的兩張面具



老師指出渴望(正向情緒)與恐懼(負面情緒)是相互拉扯



具L、O、V、E等四項元素才具有"愛自己及愛別人的能力"



同學專心聽講並寫下寶貴的心得與體驗



生輔組長勉勵同學要培育正向態度



劉阿姨講解風紀股長的工作重點



黃阿姨與風紀股長 Q&A 時間



何中文先生解說賃居生普查的重要性



張冠海先生向風紀股長預告本學習的活動