

聖約翰科技大學
105 學年度第 1 學期【期末導師會議】工作計畫

一、會議內容：

1. 工作報告
2. 分組活動：內容為舒壓資源認識，一為校內舒壓資源認識，透過校內舒壓環境導覽，體驗並學習舒壓技巧，二為校外資源的認識，透過興福寮綜合花繪農園的花卉與昆蟲導覽，接觸自然放鬆身心。導師可以選擇有興趣與符合需求之主題參與，期待透過不同方式的舒壓體驗，增強導師的自我強度，提升輔導的效能。

二、參加對象：各系主任、導師及學校一級主管

三、預估人數：約170人

四、會議日期：106年1月23日(一)，09：10-12：00。

五、會議地點：圖資8樓沈祖海國際會議廳

六、會議程序：

時間	實施內容	主持人/講師	備註
09:00-09:20	報到		
09:20-09:30	主席致詞	艾和昌 校長	
09:30-10:00	各單位工作報告		
10:00-10:10	休息		
10:10-12:00	舒壓放鬆-提升自我		1. 校內舒壓體驗活動 2. 參訪興福寮綜合花卉農園
12:00	賦歸		

七、參加導師會議為導師工作重點之一，敬請登錄出席之導師暨一級主管準時出席。

八、完成報名後若因故無法出席，請於會議前7天以電話或e-mail通知承辦單位，以便辦理請假手續。

九、為響應環保政策，請與會者自行攜帶環保杯。

十、聯絡人：諮輔組高安立小姐，分機6881，e-mail：f34311@mail.sju.edu.tw。