



## 109 學年度學生事務研討會實記

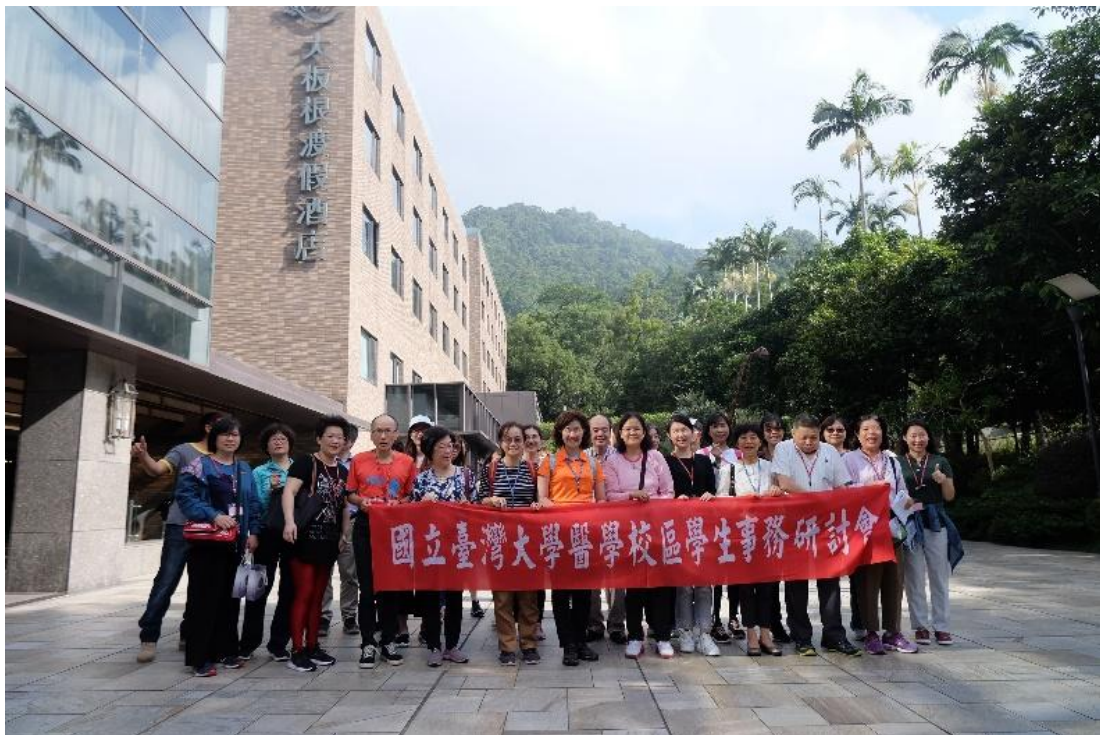
生理學研究所博士班二年級 游佳穎

十一月的第一週，在連續一週以上陰雨綿綿的天氣之後，太陽終於在十一月六日這天探出了頭。在這風和日麗的天氣裡，大伙帶著雀躍的心情在醫學院門口集合報到，坐上遊覽車等待出發前往大板根森林溫泉渡假村。前往目的地的路途中，和煦的陽光灑進車窗內，除了一掃平時我為實驗所苦惱的壓力與陰鬱，同時也為這趟旅程揭開了序幕。

遊覽車上，在學務分處陳敏慧主任帶領下，師長及同仁們自我簡單介紹，即使很多師長或學生是初次參加，也隨著笑聲拉近了彼此的距離，互相交流讓夥伴們更認識彼此，也有參加許多次仍然熱情支持這項活動的，同時師長們也提及以往學生事務研討會多半是在溪頭和社等隸屬於臺灣大學的遊憩場所，這樣的活動籌辦流程相對方便快捷，此次將活動場地安排在距離台北市區較近，雖然較不易安排，但卻讓師生們車程較短的大板根森林溫泉渡假村，除了減少舟車勞頓的辛苦也降低了長時間交通所造成的心理壓力。自我介紹的麥克風輪到我手上時，原先害羞的我本不想做自我介紹，感謝身旁熱情老師們的鼓勵，讓我鼓起勇氣向大家介紹自己，也讓我更加期待這兩天愉快的旅程。

抵達大板根森林溫泉渡假村，映入眼簾的是明澈的天空以及翠綠的山與樹，這都是平時整日關在實驗室中做實驗的我鮮少接觸到的風景，讓人

耳目一新、心曠神怡。與室友相見歡後一起回到房間稍作休息。打開房門，我便如同剛進到遊樂園的孩童一般，興奮的探索著房間內完善且精緻的設施，讓人雀躍不已。在接下來的自由活動時間中，與學妹們聊天，了解了現在大學生們多采多姿的校園生活、不同的價值觀與想法，這些都給我這個平日整天在實驗室中的研究生帶來新鮮的體驗，感謝風趣熱情的室友讓我這兩天的旅程十分輕鬆愉快。



接下來的晚餐時間首先由醫學校區張上淳副校長給予致詞勉勵感謝導師、同仁及學生代表們一同參加與會，今年新冠疫情嚴峻，當學生出現突發案件及感情、家庭等問題，導師們皆能以無私的精神主動積極的輔導與協助，並即時妥為照顧。用膳中與院學生會會長醫學六蕭賢維同學的談話，讓我更加了解身為醫學系學生的生態、文化、想法、價值觀等等，使我增廣見聞外同時並獲益良多，是一個非常輕鬆愉快的晚餐時光。

接著就是這兩天的重頭戲—學生事務研討會。首先由倪衍玄院長致詞，



院長很高興有機會在大板根和大家一起參加學生事務研討會，過去的幾年大概都是在隸屬於本校遊憩場所，像是在和社、溪頭等地方比較遠處，這次在比較近的地方，參加的人比往年還要多，學生事務研討會最主要是讓大家分享對於擔任導師和學生之間互動的一些經驗，院長強調最重要的就是告訴大家：「在做學生輔導的時候，各位老師不是孤獨的」。如果學生有狀況，請老師務必反應給學務分處和心輔中心。感謝學務分處陳副院長也介紹學務分處的業務及同仁。並邀請優良導師來分享他們的經驗。



接著是優良導師護理系高碧霞老師以及公衛學院張書森老師的分享，看到高碧霞老師在教學之餘仍然不忘跟上年輕學生的腳步，和學生們做最好的朋友，給予學生最溫暖的支持。而張書森老師在學生發出求救信號時，積極的聯絡校方及所有可運用的資源，幫助學生脫離險境，熱心輔導學生並且做學生們強而有力的後盾，令我內心十分激動與感恩。心輔中心廖士程主任的分享當中也提到，現在的年輕人其實屬於心理壓力極大的一個族群，許多時候只需要多一句的關心與問候，就能將在面臨情緒崩潰邊緣的

人們拉回來。在台下導師們的提問中也不乏許多熱心教學的師長們提出有關對於輔導學生的問題，足見師長們不僅關心學生的課業在生活與情緒面也十分的關心，這群老師的熱心令我十分動容。接下來由物理治療學系柴惠敏老師帶領大家進行肩頸的肌肉放鬆運動，一步一步的將自己平時不良姿勢所導致的疼痛得到緩解，彷彿重獲新生一般舒暢。

第二天一早享用過美味的早餐後，大家分成輕鬆及挑戰兩組，一起跟著園區導覽員的腳步前往大板根森林園區踏青，一路上享受著陽光灑在森林間溫暖的氛圍以及豐富的芬多精。導覽員帶著一行人看到許多亞熱帶特有的植物，除了有矗立在樹叢當中的森林裡的酋長，也看到獨特的巨藤，最重要的是看到兩處雄偉的大板根，粗壯的板根結構除了幫助樹木在斜坡上有良好的抓地力，也增加吸水的效率利於樹木的生長。這一趟與大自然的親密接觸，彷彿讓身體裡的壓力都釋放了，令人心曠神怡。



感謝讓我有這個榮幸可以一同參與這樣寓教於樂的活動，除了讓我紓解壓力之外也在和師長同學的互動過程中獲益良多，感謝學務分處舉辦如此有意義的學生事務研討會，也感謝同行老師同學們帶給我這樣愉快的旅程！