

進修學制通訊 第 112-1-15 週

(視同正式文件，請副班長務必逐條宣達)

LINE@「**睽德霖**」為本學期新建立之校園資訊系統，老師和學生都可以快速連結取得所需資訊，亦可透過「學生服務」項目之關鍵字搜尋，例如選課、請假、成績、證照、畢業條件、就學貸款、獎助學金、學雜費減免…等。



※請掃描加入

【生輔組】

- 一、請同學依課表時間按時上課、勿遲到，每週主動上網查詢自己出缺勤情況，**如遭誤記曠課應於乙週內**自行列印「BC420學生缺曠明細表」，圈選誤記節數並請任課老師註明「誤記」及「簽全名」後送生輔組辦理更正，逾期依規定無法處理。【缺曠明細表列印：首頁→資訊服務→校園資訊系統→帳號為學號→身分證字號為密碼→進入頁面左側BC4學生查詢列印→點選BC420學生缺曠查詢→缺曠明細表】
- 二、**學生請假規定及流程：**
 - (一)各類請假於未到課當日起14天內應完成請假手續，逾期未經請假之時數以曠課論，且系統有限制，每日只能請一次假，若當日有缺課者，應一次合併填寫假單。
 - (二)請假相關證明交付導師審閱即可或需附於請假系統由導師律定，另為配合生輔組線上審查，請假務必明確填寫事由，**事假寫明何事(勿只寫家裡有事)**，**病假寫明病因或病痛(勿只寫身體不適)**，**喪假應註明與過世親屬關係(非三等親請事假)**，未依規定將退回重填。
 - (三)**公假：**
 1. 兵役體檢或法院出庭：填寫線上公假單並於請假系統附相關證明或通知書。
 2. **參加學校核准之校內外活動或比賽：統由導師或活動指導老師填寫線上團體公假單**，各欄位應清楚完整並附相關文件，且在**活動結束後乙週內**送出線上公假單，逾期無法受理。
★**導師填寫：**首頁→資訊服務→校園資訊系統→帳號為教職員編號→身分證字號為密碼→進入頁面左側下拉式選單"導師作業入口"→點選BB4導師假單作業→團體公假申請→新增班級公假單。
★**活動指導老師填寫：**首頁→資訊服務→校園資訊系統→帳號為教職員編號→身分證字號為密碼→進入頁面左側下拉式選單"教職員作業入口"→點選團體公假申請→新增單位公假單或社團公假單。
 3. 如時間為例假日則無需請假。
- (四)**線上請假流程：**校首頁→資訊服務→校園資訊系統→帳號為學號→(舊生密碼為身分證字號)、(新生與轉學生密碼為身分證字號前三碼【含第一碼英文字母大寫】+生日【民國年月日】)→進入頁面左側BC2學生請假作業→點選BC210個人請假申請→點選新增並點選節次及假別(病假或事假證明是否需附於請假系統由導師律定，公假及喪假須附證明文件)→按下送出即可送審假單；送出假單後應主動查看是否審核通過，若導師尚未審核可提醒導師，若審核未通過，應於期限內(缺課當日起14天內)重新申請。
- (五)**學生請假系統操作說明：**校首頁→資訊服務→校園資訊系統(系統操作手冊)→學生(學生請假操作手冊)。

~ 接下頁 ~

- 三、**嚴禁騎車上人行道**:學校已於各路口處架設監視器，進行錄影存證，如違反規定，將取消機車上山資格(舍住宿生)，請務必遵守規定，以維護行人安全。
- 四、**學務通訊電子檔**每週會發至導師Line群組，再由導師轉發班級群組，同學務必留意，以免影響自身權益。如需查閱各週學務通訊內容，可至本校【學務處網頁→學務服務專區→日間部學務通訊或進修學制學務通訊】下載。
- 五、**校規宣導**:
 - (一)毀損學校之佈告、海報或塗改點名單者，記小過1至2次。
 - (二)未依規定擅自騎車闖入教學「徒步區」，記小過1至2次。
 - (三)未按規定停放車輛或有吸菸、嚼檳榔、酗酒或賭博之行為，記小過1至2次。
 - (四)唆使他人毆打同學及毆人或互毆情節嚴重者，記大過1至2次。
 - (五)援引外力脅迫、恐嚇或毆打教職員工生，應予退學處分。
 - (六)對他人性騷擾或性霸凌，情節輕微者，記申誡 1 至 2 次。
 - (七)對他人性騷擾或性霸凌，情節較重者，記小過1至2次。
 - (八)對他人性騷擾、性霸凌，情節嚴重或性侵害情節輕微者，記大過1至2次。
 - (九)對他人性侵害，情節較重者，應予定期察看或退學處分。

【軍訓室校安中心】

- 一、依據交通部公路局臺北區監理所來函通知，交通部公路局臺北區監理所補助參加機車駕訓取得駕照民眾每名1,300元，名額共計4萬名；112年4月11日起，辦理機車道路安駕訓練補助，補助取得駕照民眾至駕訓班參加3小時道路安駕訓練者，每名1,200元，名額共計2,000名。**※為提高同學安全駕駛之觀念及取得考照之機率，歡迎同學踴躍參與。**相關訊息資訊中心已公告在學校網頁及全校師生個人信箱。
- 二、學校周邊易肇事位置計有：1.浮洲橋旁2.金城路三段口3.清水路口4.明德路口。請同學們行經該危險路段，特別提醒同學遵守交通秩序、交通規則、不可搶快，注意防禦駕駛，確保交通安全。
- 三、本校位於山區常有虎頭蜂出現，請同學勿對樹上蜂巢丟石頭以免虎頭蜂受驚嚇出巢咬人，另如碰到單隻虎頭蜂出現教室勿拍打及追逐以免被咬，同學如有發現蜂巢請通報校安中心(02)2265-3756知悉，值勤人員將通報動保處迅速處置，以維安全。
- 四、本校校區與教室均為開放式空間，日夜共用教室，日間部置於教室或抽屜內之物品、書籍請保持原狀，抽屜內請勿放置垃圾及雜物，個人物品應隨身攜行，尤其外堂應派人看守，避免失竊。
- 五、請同學上、下課時多注意安全，騎乘機車減速慢行避免意外事故，停放後山停車場請減少噪音，進出學校路口請配合交通號誌及義交指揮；另校園周邊社區內請勿隨意進入停放機車，以免影響社區民眾安寧。
同學若有緊急事件，可撥打本校校安中心(24小時專線)請求協助。直撥電話：(02)2265-3756或(02)2273-3567轉分機541或542或親自向校安中心反應。
- 六、本校校區依「菸害防制法」規定，規範為禁菸場所，除於特定吸菸區外不得在校區吸菸及嚼食檳榔(尤其嚴禁於教室內、走廊、樓梯間、廁所等地區吸菸(包括電子菸)，新北市衛生局將不定期到校實施查核。

【課指組】

- 一、 校內獎助學金相關訊息已放置課指組-「校內獎學金專區」，如欲申請同學請踴躍提出。
網址：https://studentaffairs.hdut.edu.tw/p/406-1001-9155_r304.php?Lang=zh-tw
- 二、 校外獎助學金相關訊息已放置課指組-「獎助學金資訊網」，如欲申請同學請踴躍提出。
網址：https://studentaffairs.hdut.edu.tw/p/406-1001-4940_r304.php?Lang=zh-tw

【諮商中心】

一、 心衛宣導：

【心理諮商好像沒什麼效果?】

有時候接觸了多年諮商，嘗試過各式各樣的專業助人工作者，仍感覺議題沒有起色，因此放棄對外，甚至逐漸放棄自己，此時或許來釐清諮商成效不彰會讓整個歷程更加順遂哦。

成效去哪了?

不熟悉議題

- 1.基本訓練包括廣泛性、一般性的處理能力，然部分特殊、複雜的議題，則須額外進修相關知能。
- 2.如醫師基礎科別皆修習過，逐漸走向專精科別，則會各有所長。

適應性

- 1.相處的感受，對於信任與坦誠有著顯著的影響。
- 2.專業助人工作者並非死黨、麻吉，不需期待如朋友的关系，可至少需要有相當的信任感，才有合作的基礎。

有所隱瞞

- 1.刻意不讓專業助人工作者知悉全貌，以致難以獲得適當的協助。如對藥物過敏，未告知醫師。
- 2.可詢問自己「是什麼讓我不想告知」，釐清原因後，便可溝通相關信任問題。

投入與期待

- 1.每個人都是有獨立思考與決策權的個體，可與專業助人工作者討論期待、需求與反對。
- 2.動輒缺席、承諾作業練習卻未實踐，並不會有奇蹟發生。改變是為不再重複痛苦，而非錯誤或迎合他人。

聚焦外在他人

- 1.支持與情緒宣洩是重要的，我們能花很多時間陳述遭遇的傷痛，可若訴苦永無止盡，它就不是過程，而是我們將自己限制了。
- 2.將焦點從外在、事件、他人轉為內在、感受、自己。才有機會由受害轉為自助模式。

抗拒出舒適圈

切牛排時，刀鈍了。你會換刀或磨刀嗎?
改變不容易，改變慣有模式更是相當大的挑戰。
要面對的是未知的恐懼與不信任感，讓我們不敢嘗試。

存在生理關卡

並非所有狀況都能透過談話方式獲得有效治療。
部分生理的關卡影響其認知功能的話，則會需要專業醫療、藥物的方式，來讓功能更具協調與組織性，才能讓談話療法發揮效用。

~ 接下頁 ~

※校外資源

校外諮詢 資源網絡

當我們有需要協助
或找人聊聊時，這些
也都是我們可以使用
的資源呦 (๑>๓<๑)

一、鄰近衛生所

1. 土城衛生所 ☎ (02)2260-3181
2. 樹林衛生所 ☎ (02)2681-2134
3. 中和衛生所 ☎ (02)2249-1936
4. 板橋衛生所 ☎ (02)2258-6606



※各區衛生所「免費」心理師駐點服務時段↑↑

二、鄰近諮商/治療所 (\$\$\$/h)

1. 知芯心理治療所 ☎ (02)2952-8180
2. 同在心理諮商所 ☎ 0905-168-815
3. 蛹之生心理諮商所 ☎ 0908-620-620
4. 小宅心理諮商所 ☎ 0906-843-319
5. 悅現心理治療所 ☎ (02)2255-6580
6. 理馨心理諮商所 ☎ 0968-989-195
7. 米露谷心理治療所 ☎ (02)2271-0754

校外諮詢 資源網絡

當我們有需要協助
或找人聊聊時，這些
也都是我們可以使用
的資源呦 (๑>๓<๑)

三、鄰近醫療院所

1. 新北市立土城醫院 ☎ (02)2263-0588
2. 亞東紀念醫院 ☎ (02)8966-7000
3. 衛生福利部雙和醫院 ☎ (02)2249-0088
4. 悠活精神科診所 ☎ (02)2274-8877
5. 永康身心診所 ☎ (02)2273-0199
6. 合康身心診所 ☎ (02)2264-3905

四、全國諮詢服務專線

1. 安心專線 ☎ 1925 (免費)
2. 生命線 ☎ 1995 (免費)
3. 張老師 ☎ 1980 (僅中華電信免費/09-17)
4. 婦幼保護或緊急醫療 ☎ 113、119、110 (免費)
5. 社福諮詢專線 ☎ 1957 (免費/08-22)
6. 男性關懷專線 ☎ 0800-013-999(免費/09-23)
7. 亞東自殺防治專線 ☎ 0917-567-995 (市話)

※以上未標明時段則為24h

※我們會接住你，再沉重也沒關係

只要你想找個人聊聊，無論是心裡話、感情困擾、生涯議題等，都歡迎來諮商中心找心理師們說說話哦，預約諮商的方式：

1. 直接前往諮商中心進行預約
2. 電洽諮商中心 (02-2273-3567 分機616或618)
3. 學校網站預約(步驟如下)



~ 接下頁 ~

【衛保組】

- 一、 11月28日(二)補體檢報告可於12月28日(四)線上查詢。
- 二、 進入校園自主配戴口罩，但是搭乘接駁公車與進入健康中心仍須配戴口罩。
- 三、 考量學校教學需求，各級學校經與學校師生充分溝通並取得共識後，可於具特殊性場域或授課有相關需求時，學校得自行決定採取佩戴口罩措施。
- 四、 流感疫情升溫，建議旅遊外出應做好防疫措施，如有疑似症狀如發燒、頭痛、肌肉痛等，請同學儘速就醫。
- 五、 落實「生病不上課、不上班」原則：對於有呼吸道症狀之師生，適當休息即適當補充水分，並請立即就醫，釐清確切不適原因，接受治療，待症狀解除後方可到校。
- 六、 學生平安保險由富邦人壽承辦請參閱衛保組網頁訊息，資料填妥後隨附證明請於每週一、週三晚上20：00止交至衛保組護理師。



2023.12.18