

激發學習潛能 從「心」開始

大學論壇

文/學生事務處

生命是一連串的學習過程，若能適時獲得指引或鼓勵，學習的成效必然會大為提升。教學卓越計畫「激發學習潛能暨補救教學」方案整合各項心理諮商輔導資源，提供全校學生學習相關的心理諮商服務。本方案重點分述如下：

- 一、協助本校學生探索學習優勢，強化弱勢學生轉介輔導與追蹤處理機制：
開設個別心理諮商時段，透過學生自行約談或經由學校各單位轉介，提供個別諮商服務。此外，亦建立心理適應網路諮詢系統，即時為學生提供個別化的網路諮詢服務。
- 二、提升學生學習效能與壓力管理能力：許多學生在生活中累積不少負面的情緒壓力，因此，如何加強自己對周遭環境的調適能力是相當重要的。本方案除了藉由編制學習歷程手冊、時間管理手冊以及學習寶典等文宣品以推廣學習知識、經驗與技巧，並透過心理性向測驗與生涯探索團體工作坊，協助學生對於內在心理取向有更深入的認識。
- 三、針對學習效能不佳學生，提供認知性與社會性支持系統，強化補救教學內涵：學習效能不佳的主要原因來自於學習心理困擾無法有效排除。若學生無法立即自我調適，或尋求外在協助，學習動機將會快速地滑落。因此，本方案一方面辦理校內同儕輔導志工訓練與服務，以強化社會性同儕支持；亦定期辦理學習心理適應相關之主題講座、工作坊等項目，以落實認知性學習心理宣導工作。