

前言

親愛的高一新鮮人，你們好！

歡迎加入復興大家庭。國中畢業的你（妳），選擇復興商工，想必是對本校情有獨鍾並擁有獨特的才能與興趣。成長是一種喜悅，也是一種責任，高中職是重要的轉捩點，興趣專長的培養、抉擇升學或就業，規劃生涯發展方向，都是件不容易的事，面對未來，期望發展潛能，適才適所，找到屬於自己的一片天空。

成長的道路上，師長與家人的陪伴與關心是重要的，具有獨特才能與特質的你（妳），面臨抉擇時，可多說說你（妳）的想法，多聽聽師長與家人提供的經驗，了解升學或就業相關資料，相互討論，共同進行生涯探索與規劃…。

進入新的求學階段，無論生活習慣、學習方式、心態感受，肯定與國中有很大差別，輔導處編印「高一定向輔導手冊」，希望讓新生的你（妳）及家長能初步了解並熟悉校園生活，其內容分為：

一、定向輔導篇：

包含學校校史、特色、校園環境及處室介紹，了解各科學習內容及未來出路等，讓同學對身處環境及學習科別有更進一步了解。

二、學習輔導篇：

針對各科課程，分析學習要領及應有的學習態度，提供升學與職涯發展說明。

三、生涯輔導篇：

介紹國內升學相關資訊、了解入學方式與管道，學長姐經驗分享，提供就業與職業訓練訊息，讓新生得以先行規劃高職學習生涯。

四、生活輔導篇：

提供生活小品相關議題文章，加強日常生活人際關係、親子關係、壓力管理、生命、性平及品格教育。

除此之外，亦提供台北市、新北市心理衛生諮詢機構以及與藝術相關資訊及網站，期望本手冊能引導你（妳）很快認識新環境、適應新生活，提早規劃自己未來要走的路。

誠摯祝福大家～學習愉快，生活多采多姿！

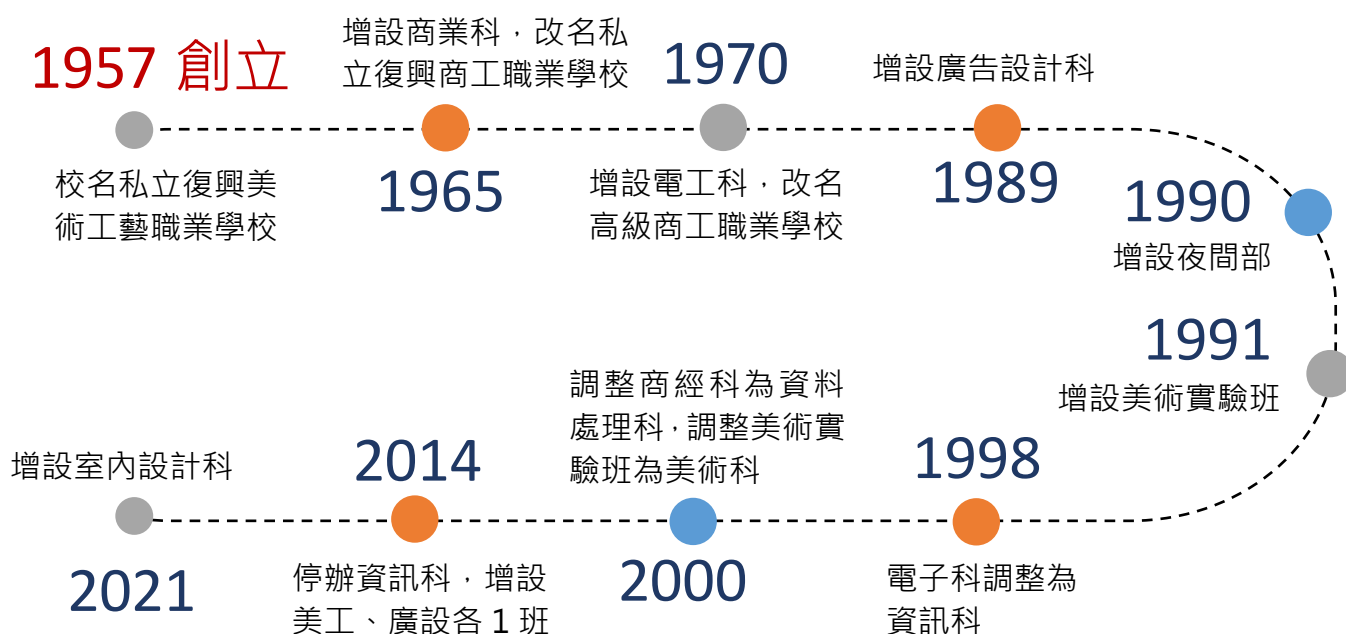
輔導處 啟

目 錄

壹	定向輔導篇	
	一、校史與發展願景	1
	二、各處室業務介紹	2
	三、校園環境簡介	3
	四、各科學習內容簡介	5
	五、未來出路	6
貳	學習輔導篇	
	一、認識美工科	7
	二、給廣設科的新鮮人	9
	三、美術科課程學習要領	11
	四、資料處理科課程簡介與學習方向	13
	五、室內設計科—打造理想與夢想的幸福空間	15
	六、升學組簡介	17
	七、升學與就業選組說明	18
	八、實習課程安全守則	23
參	生涯萬花筒	
	一、給 15 歲的你—準備好當高中生了嗎?	27
	二、技術型高中三年大事紀	30
	三、各類證照取得	36
	四、多元入學管道	43
	普通大學多元入學	44
	四技二專升學管道	48
	五、學習歷程檔案	50
	六、學長姐經驗分享	57
	七、職場高手祕笈	66
肆	生活小品	
	一、復興商工—設計你的未來	71
	二、性平教育 性騷擾 Q&A	72
	危險情人	73
	四、憂鬱還是憂鬱症	75
	五、休閒 GoGoGo	80
	六、想諮商，但要怎麼開始?	84
附錄一	新北市教育新媒體家族網絡	87
附錄二	新北市政府衛生局免費心理師駐點服務時段	88
	衛福部年輕族群心理健康支持方案執行補助機構一覽表	
附錄三	社政機關通訊錄	93
附錄四	家庭教育資源網絡	94
附錄五	復興商工圖書館簡介	95

一校史與發展願景

校史 在創辦人丁首群先生、前任校長張慧生女士、王志誠先生以及現任校長陳效宗先生殫思熟慮、睿智領導下，不斷更新設備、延聘優秀師資、提升教學品質，配合國家教育政策，以培養藝術、設計與商業技術人才為宗旨。本校係全國歷史悠久、規模最大的美術設計職業學校，學術兼顧，成為全國技職典範學校，技職翹楚。配合政府技職教育政策，充實學生技職知能，涵養職業道德，加強學術能力，促進生涯發展，培育健全藝術設計群專業技術人才。



發展願景：創造合作學習的環境，以期達成作育人才之使命

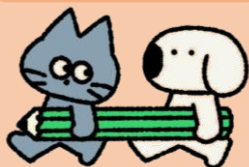
本校在國內技職教育體系中，以培養美工・設計的專業人才為主。在專業特色發展上不斷精進深化，配合教育部 107 學年度「高職優化輔助方案」，以「藝術扎根、精進教師、卓越創新和特色領航」做為努力執行的方向，達成本校培養「創意設計人才搖籃」的發展願景，因此，學校未來發展方向為：

- 藝術扎根：提昇學生人文、藝術、設計、科技的素養，成為高素質、有品格的技職專業人才。
- 精進教師：規劃教師校內外進修、成立專業社群，提昇教師專業能力，創造「合作學習」環境。
- 卓越創新：與時俱進，創新求變，掌握優勢，發展校本特色課程，深化學生基本技能。
- 特色領航：優化輔助產學鏈結合作政策，引進業師發展三師教學，強化學生未來競爭力。

二 各處室業務介紹

為協助大家盡快熟悉學校的教學與生活環境，以下介紹處室業務工作，讓新生在未來遇到需求時可以精準找到協助單位。

教務處



《分機》213、214

- | | |
|-----------------|--------------|
| 1. 辦理註冊 | 6. 各項學雜費減免 |
| 2. 原住民交通費、伙食費補助 | 7. 清寒優秀獎學金申請 |
| 3. 成績查詢 | 8. 補考 |
| 4. 成績單、畢業證書申請 | 9. 休、退、轉學 |
| 5. 學習歷程 Q&A | 10. 其他教學相關業務 |

學務處



《分機》219、220

- | | |
|-----------------|----------------|
| 1. 辦理請假事宜 | 6. 就學貸款 |
| 2. 急難救助獎學金申請 | 7. 校外賃居生關懷訪視 |
| 3. 性平、霸凌事件申訴窗口 | 8. 社團選社 |
| 4. 幹部、社團、獎懲紀錄申請 | 9. 公共服務學習紀錄申請 |
| 5. 失物招領 | 10. 其他學生事務相關業務 |

實習處



《分機》228、229

- | | |
|--------------------|----------------|
| 1. 乙、丙級技術士檢定證照相關考務 | |
| 2. 電腦、專業教室、工場鑰匙借取 | |
| 3. 工讀就業資訊 | 6. 校外實習場所提供與安排 |
| 4. 技能競賽選手培訓 | 7. 各類對外競賽活動 |
| 5. 留校製作申請 | 8. 其他實習相關業務 |

輔導處



《分機》231、265
特教 266

- | | |
|-----------------|--------------|
| 1. 諮商輔導 | 7. 銷過輔導登記與會簽 |
| 2. 經濟弱勢獎助學金申請 | 8. 原住民獎助學金申請 |
| 3. 原住民族語認證相關業務 | 9. 新住民獎學金申請 |
| 4. 公差團隊薪傳特色宣導培訓 | 10. 基本人格測驗 |
| 5. 特教業務 | 11. 外宿資訊 |
| 6. 其他輔導相關業務 | |

三 校 園 環 境 簡 介

復興商工週邊交通指引



永和國小站：51、208、214、242、249、262、311、624、670、895
950、1032、F526
永元路站：241、254、綠2
福和國中站：57、208、707、311、241、綠2、895、897、950
福和橋站：207、208、254、311、707、895、672、950、敦化幹線
復興商工站：永和免費接駁公車 F525 (永安市場捷運站 - 復興商工)



捷運中和新蘆線：永安市場站步行 13 分鐘
捷運中和新蘆線：頂溪站 2 號出口轉乘公車
捷運環狀線：景安站轉乘公車



中正路 - 永和國小地下停車場
永利路 75 巷 - 福和國中地下停車場



日校校內位置圖

包裝設計教室 繪畫教室 2 數位影音教室

繪畫教室 1

5F 4F 3F 2F 1F B1

第四教學大樓

第六術科教室 第五術科教室 廣一信 廣一義 廣一忠 廣一孝 廣二義 廣二和 廣三平 廣三仁 製圖教室 廣一仁 廣一愛 廣二平 廣二真 廣二仁 廣二愛 廣三義 廣三愛

第五教學大樓

5F 4F 3F 2F 1F B1

創課教室 廣設科 廣設科 廣三信 廣三真 美三愛 自強藝廊 創課教室 美工科 美三信 廣三和 廣設科 教師辦公室

樓梯

4F 3F 2F 1F

第三術科教室 室二愛 教師辦公室 團體諮商室 室二仁 教師辦公室 輔導處 保健室 室二孝 日校教務處 學務處 正門 室二忠 總務處 校安職勤室 人事室 進修部 實習處 教導處 會計室 校長室 油印室 諮商室

第一教學大樓

司令臺

5F 4F 3F 2F 1F

第七術科教室 美二信 美二義 美一忠 美三仁 美二愛 美一愛 美一孝 美三孝

樓梯

第八術科教室 美二仁 美一信 室三愛 室三忠 美二孝 處一忠 室三仁 室三孝

樓梯

水墨教室 美二忠 處二孝 職探教室 學生自治會 廣二忠 處二忠 萊爾富商店 樂器室 廣三忠 處三孝 第四術科教室

5F 4F 3F 2F 1F B1

第七教學大樓

電腦教室 廣三孝 術一孝 術二孝 術三孝 地下室攝影棚 電腦教室 美三忠 術一忠 術二忠 術三忠 資訊中心 檔案室 直播教室 夜校教師室

5F 4F 3F 2F 1F B1

博物館 師生藝廊 電腦教室 西側門 會議室 電腦教室 會客室 電腦教室 電腦教室 電腦教室 3F 女廁 廣一真 室一忠 室一孝 室一仁 2F 女廁 1F 女廁 室一仁 圖書館

四 各科學習內容簡介

(詳細內容請參閱課程手冊)

各科一般共同科目：

語文、數學、社會、自然科學、美術、藝術生活、資訊科技、健康與體育、全民國防教育等。

美工科

專業科目：

設計概論、色彩原理、造型原理、創意潛能開發、攝影、美術史、作品集設計、創意思考與企業識別等

實習科目：

繪畫基礎、表現技法、基本設計、基礎圖學、電腦向量繪圖、圖文編排、基礎攝影、印刷與攝影實務、立體造形設計、速寫實作、色彩應用、專題實作、圖文設計、水彩、繪畫基礎實務等。

美術科

專業科目：

藝術概論、藝術欣賞、藝術創作理論、中、西美術史、色彩學、基本設計、文字造型、當代藝術欣賞等

實習科目：

展演實務、速寫實作、視覺藝術展演實務、繪畫基礎實務、油畫創作、水彩創作、水墨書畫創作、版畫創作、專題實作、數位設計實務、版面編排實作、基礎圖學實務、攝影、藝術與科技、數位藝術、繪畫複合媒材實務等。

廣告設計科

專業科目：

設計概論、色彩原理、造型原理、創意潛能開發、廣告學、數位廣告媒體等

實習科目：

繪畫基礎、表現技法、基本設計、基礎圖學、電腦向量繪圖、圖文編排、基礎攝影、印刷與攝影、數位與商業攝影、影音製作、影音剪輯、設計素描、作品集製作、繪畫表現、速寫實作、設計繪畫、視覺識別系統、畢業製作、專題實作、文字造型等。

室內設計科

專業科目：

色彩原理、設計概論、造形原理、創意潛能開發、基礎攝影、數位設計基礎、創意思考與企業識別、設計與生活、室內空間設計、商業攝影、作品集設計

實習科目：

繪畫基礎實習、基本設計實習、基礎圖學實習、水彩、色彩應用、表現技法實習、電腦向量繪圖實習、室內設計與製圖實作、室內裝修實務、速寫實作、繪畫基礎實務、專題實作、圖文設計、模型製作、數位影像處理實習、施工圖實務、室內裝飾實務

資料處理科

專業科目：

商業概論、數位科技概論、會計學、經濟學、會計學應用、會計學原理、經濟學應用等。

實習科目：

數位科技應用、商業溝通、多媒體製作與應用、程式語言與設計、資料庫應用、電子商務、電腦應用實務、網頁設計、套裝軟體應用、專題實作、中英文輸入實習、文書處理、經濟實務等。

五 未 來 出 路



廣告設計科



美工科

升學進路 透過學測、統測經由申請入學、特殊選才甄選入學、繁星推薦、登記分發、獨招等管道進入一般大學、科技大學、技術學院及二專之商業設計類相關 科系，如：視覺傳達設計系、工業設計系、空間設計系、室內設計系、服裝設計系、數位媒體設計系、創意生活設計系、木材科學與設計系、文化事業發展系、休閒遊憩系、景觀系、資訊管理系、文化創意事業系、傳播藝術系、多媒體與遊戲發展科學系、圖文傳播系、珠寶技術系、美術工藝系、生活產品設計系...等等。亦可藉由對外競賽(全國學生美展、專題製作競賽、技能競賽、技藝競賽、乙級證照等...)專業表現取得技優甄審資格，申請入學、保送加分。未來出國進修深造、設計學院、藝術學院、美術系所。

就業 廣告公司：美工、電腦繪圖、網頁設計、海報製作、型錄、DM 製作。
百貨公司：美術設計、櫥窗設計、POP 製作、手工藝產品設計。
攝影（婚紗）公司：攝影助理、攝影美工。
室內設計公司：室內設計製圖、室內設計助理。
網頁設計公司：設計助理
大眾傳播公司：媒體設計助理
動畫公司：動畫設計師。

就業 美工設計、視覺傳達設計、廣告設計、空間設計、景觀設計、櫥窗設計、室內設計、產品設計、文創設計、影音工作、視訊傳播、製圖、婚紗攝影、圖文傳播、印刷排版、3D 設計、漫畫、插畫設計、平面媒體美編、手工藝、陶藝工藝、金屬工藝、大眾傳播、傳播藝術、美術教師、庭園造景、電玩遊戲設計、工藝設計、雜誌美編、流行產業等。



美術科



室內設計科

升學進路 大學美術相關科系推薦甄選、大學美術相關科系申請入學、學科能力測驗登記分發入學、台北藝術大學單獨招生、四技二專推薦甄試、四技二專登記分發、軍事院校報考、以及國外留學...等。

就業 畫廊展覽企劃、執行圖書出版業、美術編輯、報業美術編輯、電腦多媒體繪圖人員、專業插畫製作、編繪繪畫、作品裱褙、繪畫性櫥窗規劃與執行室內外壁畫製作、教授兒童繪畫才藝班設計、攝影助理、平面繪圖製作、專業畫家。

升學進路 國內外大學、科技校院等設計類相關科系：室內設計系、空間設計系、建築系、都市計劃與景觀建築系、營建系、景觀設計系、建築與古蹟維護系、都市規劃與防災學系、工業設計系、視覺傳達設計系、創意生活設計系、數位媒體設計系、木材科學與設計系、休閒遊憩系、文化創意事業系、傳播藝術系、多媒體與遊戲發展科學系、圖文傳播系、美術工藝系

就業 從事專業室內設計工作、裝潢、傢俱設計...等。從事相關建築、木雕、造景、土木工程...等。自行創業開設家具店，室內裝潢設計公司，木工裝潢工程公司...等。與美學相關之工作、廣告設計、櫥窗設計、美工、攝影師、園藝、造景...等。



資料處理科

升學進路
四技二專商業管理群相關系所
普通大學文學類、外語類、商業類相關系所
國外留學
大專校院進修學校商管群相關系所
軍事院校、警察學校

就業
參加公職考試
銀行、證券公司、貿易公司、報關行等；電腦文書處理、電腦繪圖、多媒體設計；程式設計、網頁設計、資訊系統操作；銷售物流、門市服務、金融服務、行銷、會計、企業管理、醫務管理...等

貳 學習輔導篇

一、認識美工科

美工科 簡志達主任

美工科教育目標以培育學生從事美術創作與產品工藝設計之基層技術人才，傳授美術創作與產品工藝設計之基礎知識，養成專業技能，訓練美工設計技巧，養成良好的安全工作習慣為目標。

依據職業學校設計群課程標準，秉持本校「真善美新」校訓之精神，塑造人文、藝術、設計、科技形象特色，並配合入學新生程度、性向、興趣，輔導訓練學生必要的設計、美術、工藝理論知識，以配合就業與繼續進修之需要，加強學生對基本專業知識及積極敬業之職業道德訓練，且兼顧學生對升學四技二專之專業考試科目，進行加強指導。

課程規劃理念以設計群課程標準為基礎，掌握「平面設計技能領域」、「立體造型設計技能領域」兩大技能領域，檢視課程內容，逐學年進行必要之調整，課程綱要研修掌握時代的脈動，參考技職教育課綱之改革方向，訂定為發展軸線，進行課程之縱向銜接及橫向整合，充分突顯美工科教學的特色，培養學生知識+技能 × 態度的終生學習目標。

配合教育部規劃重要議題納入課程規劃落實課程之銜接。結合設計群教育目標，讓學生具備設計群共同核心能力，術德兼修，重視人格教育養成，並為相關專業領域之學習或高一層級專業知能之進修奠定基礎。培養健全設計相關產業之實用技術人員，能擔任設計領域有關廣告、包裝、展示、編輯、印刷、媒體、產品、家具、工藝及室內設計等工作。培養繼續進修之興趣與能力美工專業設計學理培養基本美感及鑑賞能力、設計生活化、設計表現、實務、創造、數位科技應用、相關證照檢定。

一年級課程依據部頒必修課程，落實基礎教學、學術科能力養成，強化基繪畫基礎、素描、水彩基礎技能之奠定，並依本科之特性加強基本設計、基礎圖學（導入 AutoCAD 繪圖軟體教學、參與丙級技能檢定）、字學（POP）、色彩原理、麥克筆表現技法、印染工藝、西洋美術史、中國美術史、人像速寫、藝術生活（使用 Illustrator 軟體教學）。

二年級透過「平面設計技能領域」、「立體造型技能領域」部定兩大技能領域規劃，再針對美工科發展特色課程模組，將高二模組化課程依屬性分為（學科強化模組）、（視覺媒體設計模組）、（產品工藝設計模組）、（繪畫創作模組），各班 85% 的課程是相同的，15% 為模組特色課程。

高二課程依據同學們高一學習成績（科排名次），依序進行選組，從（學科強化模組）、（視覺媒體設計模組）、（產品工藝設計模組）、（繪畫創作模組）中選擇最適合自己興趣發展的模組課程，陶融藝術素養與尊重團隊合作之特質，奠定對產品工藝與創意設計的廣泛認識，亦為日後進入各院校學程打造堅實的基礎。

按部就班引導學生性向發展特質進行適性教學，透過專業分組課程：設計素描、立體造形、造形原理、油畫、水墨、人像速寫、攝影、設計與生活、設計概論、設計史、插畫、創意思考、創意潛能開發、商業設計、數位設計概論（Photoshop 軟體、RHINO3D 軟體）、數位設計應用（2D 動畫軟體、影音編輯）等充分給予學生專業學習過程創作發展空間。

三年級培養學生實踐能力，實施專題製作，升學組針對作品集、色彩原理進階、造形原理與設計概論進階、設計圖法進階、設計基礎再強化，專業組規劃專題製作、作品集、設計方法、印刷設計概論、室內空間設計、雕塑工藝、工藝設計、產品設計、包裝設計、表現技法、數位設計應用、圖文設計、油畫、版畫、水墨、書法等課程加強，涵養團隊合作的人格特質，使其具備進入職場發展，強化再進修內涵，鼓勵校內外各項競賽與相關證照之取得。

本校美工科參加全國高級中等學校設計群、藝術群專題實作及創意競賽年年榮獲首獎，也是新一代設計展競賽獲得過金、銀、銅等桂冠獎項唯一的技術型高中，同學們可以利用美工科網站連結查尋相關資訊，進一步了解課程相關規劃與教學內涵，以熟悉未來學習活動內容與奠定生涯發展，陶冶人文素養及職業道德涵養、同儕學習、敬業樂群、積極進取之觀念，使其擁有新世代創造力與遠見，以增進未來升學定位與社會職場競爭能力。

學科強化模組	升學	數學演習、文詞哲理美學、實用外語學、數位設計應用
視覺媒體設計模組	數位動漫、視覺傳達	設計方法、數位設計應用、視覺設計、包裝設計
產品工藝設計模組	產品工藝、產品設計	3D 軟體、陶瓷工藝、模型製作、產品設計
繪畫創作模組	繪畫創作	油畫、水彩、版畫、水墨、藝術創作媒材與應用

二、給廣設科的新鮮人

廣設科 林志金主任

✎ 廣設科教什麼？學什麼？

廣告設計科成立目的在於培育廣告設計基層技術人才為目標，傳授有關廣告設計之實用技術與基本知識，培養商品促銷與視覺傳達等相關之設計與製作知能，涵養誠信、勤奮及創作熱忱之工作態度。

廣告設計科成立迄今三十餘年，持續追求符合時代潮流與社會趨勢的廣告設計課程，堅持美感與創意的表達訓練。廣告設計科同學掌握一、二年級深厚的基礎課程，奠定發展三年級專業能力與製作的涵養，在各項競賽及甄選入學等相關科系中出類拔萃。廣設科課程發揮同學創造力，由產品行銷推廣為基礎目標，訓練同學由基礎描繪、符號設計、字體設計、品牌形象塑造、廣告媒體企劃、視覺影像傳達、手冊書刊設計、圖鑑插畫、童書插畫、數位繪畫、電腦繪圖、影像合成、商業攝影、微電影拍攝製作、展示設計、店面設計、展場模型製作、角色設計、遊戲動畫設計、3D 動畫、2D 動畫、網頁設計、互動式多媒體設計等…。除了課程隨社會脈動不斷更新、更引進多名業師進行產學合作的教學、讓每位同學三年內所學，兼顧升學及立即就業的能力，皆是廣告設計科特色與學生培育的目標。

一年級的課程重在基礎專業知識的培養：

美術(素描)、科技資訊(向量繪圖 Illustrator 軟體學習)、繪畫基礎(水彩)、基本設計、基礎圖學實習(幾何圖法、視覺傳達丙級技術士證照取得)、色彩原理、廣告學、設計繪畫…等，旨在讓同學學習觀察與描繪，由眼到手到的練習一直進階至心到手到的境界，進而銜接專業精進課程。



✎ 二年級的模組選修與高三專業分組，有什麼差別？

廣設科二年級是以**加廣**的選修課程模組為發展，進而延伸設計不同的模組課程，在新課綱的變化下，高二會依興趣及多元選修的精神，共分為四~五個課程模組，分別規劃是升學模組、創意插漫畫模組、遊戲動畫模組、品牌廣告模組、多媒體影音模組等相關課程設計，並依照社會需求變動而調整，主要是讓同學可以在多元試探下，學習有競爭力的專業，到了高三分組，則是**加深**的專業探究為實務性的學習，包括升學組(專攻四技二專考科)、創意插畫設計組(繪本創作、原畫設計、廣告插畫 編輯插畫)、數位繪畫設計組(2D 動畫、數位繪圖設計…)、時尚圖文設計組(平面廣告設計、廣告企劃、互動閱讀、印刷科技、設計攝影、刊物編輯)、媒體動畫設計組(網頁廣告設計、互動式媒體、2D 動畫設計…)、媒體廣告設計組(廣告影片拍攝製作、數位後製 數位音效、視訊特效 ……)、遊戲動畫設計組(3D 動畫、UI 使用者界面設計、遊戲角色設計)、品牌形象設計組(包裝

與品牌形象、包裝結構研究、食品包裝、工業包裝、綠色包裝設計……)、商業空間設計組(商業空間設計、店面設計、展覽實務....)等。同學們可以依自己的興趣與特質選擇適合自己的課程。有疑問或想對各組有更深刻的了解，可以到廣設科網站或粉絲專頁按讚並欣賞各組的過去的展出成果。

我的學習重點!一、二年級打好基礎，三年級發光發熱!

三年級的同學，**專業即實力**，課程主要以實施專題製作的進行，專題製作以 team work 的工作形態，在新課綱中要求「自主、互動、共好」等教育核心，主要以學生的創意與構想為主軸，多元能力的整合，各項展演實務與企劃的表現，讓同學在專題的磨練之後，都擁有接案或創業的基本能力。在三年級的一整年中，每個同學更是學校競賽的尖兵，不但為自己累積了專業班最有特色的學習歷程與資歷，也讓每個同學在畢業前都能夠有傲人的學習成果紀錄，讓同學在未來進路不管是升學或就業取得優勢。

努力爭取學習的機會，未來一定只會更好!更棒!

設計已是社會上的重要產業及提昇各項競爭力的關鍵，能做好廣告與好設計，一定要能了解自己的能力和特色、關心自己的環境與社會、有獨立思考的能力、國際觀及美感的鑑賞力、大膽的創造力，更要有堅持的執行力和良好的溝通能力，不斷的充實自我的能力，無論是視覺或文字的學習都很重要。更要依照老師的標準要求自己重複練習，多看書、多看展覽、多聽演講，觀念的成長、執行力的強化，與人合作，相信所創造的作品或產品一定更感人、更精彩!

總是堅持再更好一點，你將無可取代

廣告設計科的學生在升學或就業的領域上都有十分寬廣的路，三年的學習若是透徹，無論升學或就業領域都能游刃有餘，公私立大專院校的視覺傳達系、商品設計系、多媒體設計系、數位科技與遊戲設計系、圖文傳播系、影視設計相關設計系等…都是同學的好選擇，廣告公司、美術編輯、包裝設計、企劃人員、童書繪製、影片製作、動畫設計…都是十分有潛力的工作。



每天起床的那一刻，輕聲地告訴自己

*** 努力將讓你成為廣告設計科最棒的明日之星!!!**

*** 用心將讓你認識你的每一個人都感到驕傲!!!**

*** 禮貌將讓你學習的每一刻都變的更棒!!!**

復興設計、天下廣設、創意四射、發光發熱!!!

三、美術科課程學習要領

美術科 劉默霖 主任

★ **提早確立志向，有效提升能力，達成卓越榮譽**，美術科高一新生的學習優勢即是比他人更早發掘自我定向，透過學校紮實的課程學習，累積豐實的學習歷程，在基礎技能磨練與實作展演中，體現視覺藝術之專業能力，藉由記憶、理解、鑑賞、應用、創造，學習於多元繪畫媒材與創新思維裡開發獨樹的創作語彙，進而將藝術應用於生活，找到終身受用的美學寶藏。

現代科技改變職場需求，手繪技能與創意發想是無法被機器人取代的專業項目，復興美術科致力打造師資優良、設施完備之環境，與學子齊心共創美好，其課程紮根著重於基礎繪畫技能以及訓練理論與實務之結合應用的實戰力，鼓勵學生參與藝術活動，體驗接觸各項視覺文化，探索全球視藝流行趨勢，強化國際雙語、數位科技、永續環境及人文涵養，並藉由跨域課程之多元教學，增進藝能之多面向的實踐可能，技高生除了將投入社會職場工作為目標之外，亦將升學進修納入首要考量，根據不同學生的屬性，給予適性學習，發揮學生之潛能，達成自主、互動、共好的核心素養價值。

（一）設定目標：（如何讓自己穩定成長且邁向專業）

先問自己一些問題，冷靜思考，並且嘗試給自己答案。

「繪畫時，覺得時間過得特別快，即是進入了神馳時間，找到自我天賦，不是每個人都能擁有這份幸運，把握珍貴的禮物，讓天賦自由，到哪都能發光。」

- 1、未來三年高中生活中最想學到什麼樣專業能力或達到什麼目標？
- 2、對藝術的熱情及學習感受，是否能堅持並超越理想的自己？
- 3、深度體驗和學習藝術的歷程，你將如何發揮潛能運用於生涯規劃？

（二）課程規劃：

參酌教務處所發的課程手冊，並點選美術科網頁，追蹤科內所規劃的課程與教學內容，參照美術科課程地圖，了解自己未來的學習計劃。於新課綱及多元升學管道中，每學期需配合學校填報個人作品學習歷程，未來大學端將會部分採計這項成績紀錄甄選入學，提醒同學儘早規劃彈性課程、選修或自主學習等選課方向，配合科內規劃依期實施，能更有效率達成學習目標。

（三）專業勤習：

「技巧要靠勤練而精，理論要靠運用而活」，課程中除了原有學科外，同學最關心的是專業美術及應用美術等實務的學習，專業美術課程有經典的素描、人像速寫、水彩、油畫、水墨書畫、版畫、複合媒材等專業課程。

應用美術則有廣告設計丙級、基本設計、電腦繪圖、設計繪畫、攝影、視覺設計、專題製作及作品集等文創應用的課程，各項專業皆有本校獨有

特色課程，若能勤習熟練，將繪畫與設計等科目融會貫通，所有的學習積累都能串連成受用不盡的美學價值，未來你會感謝現在努力勤習的自己。

（四）運用資源：

校內舉辦多項專業展覽可謂全國第一，有無數作品觀摹的機會，有意識的感知，可以快速提昇個人眼界及鑑賞力，學校擁有的藝術相關藏書知識量全國數一數二，只要潛心學習，定能滿載而歸。美術科師資在校內外皆有豐富的業界實戰經驗與專業成就，所謂「師父領進門，修行在個人」，教師們會依循**美學理論及術科示範**之課程適性引導，重視各項**實務的練習、個人創意發想、待人處事的品格教育**、並依據個人特質因材施教。歷屆以來，豐碩的獎項榮譽及無數位傑出校友的成功，皆顯示美術科專業教育的成果，復興商工美術科持續連結資源，打造藝術教育的種子發源地！

（五）參與活動：

參與活動相互合作，互動共好激勵成長。校內除了有一般性的社團，更有學校特有的美術專業團隊，一是**人像速寫隊**，定期課程培養人像專業能力、走出校園面對人群，實際人像速寫增強實務的繪畫技能，另一為**風景寫生隊**，利用週會、社團課及假日，由老師帶隊校外實地寫生，訓練臨場的觀察與水彩寫生的手繪表現能力。同學們若能維持良好的學習態度，配合參與全程課程，累積能量與經歷，即能提升學習成就，美術科依教育部實習課程計畫，與阿波羅畫廊簽訂實習合作，讓學生有機會透過徵選，獲得畫廊培訓的機會，學習企劃、策展、導覽等藝術相關籌備工作，藉以增進學生實務技能及就業能力，協助學生未來職涯發展，以符應產業人才培育需求，孩子除了繪畫創作之外，能追尋更寬廣的康莊大道。

（六）規劃生涯：

升學進路與職涯發展有著密不可分的關係。美術科鼓勵同學提早規劃自己的生涯。就升學而言，美術科的專業就是升學的最大利器，愈來愈多的美術相關大學(學測)逐年提高**術科的成績比**，機會是留給準備好的人，美術科近幾年應屆考上國立大學之學生數不斷增升，舉凡美術、設計等相關科系都有高額錄取率，以升學(統測)美術應用的科技大學，除了以統測成績申請外，全校也只有美術科可以用學測成績直接申請技專校系，讓學生進入科技大學就讀。除此之外，也能以**技優(全國獎項)或繁星以及獨招**方式，又或以作品集、實體作品面試，多元之入學管道，使美術科學生獨占鰲頭，大多數學生皆能進入理想學校。美術科不斷強化職場需求之專業技能，掌握未來就業根本，規劃升學方向計畫，預備接續學習之所能，選擇復興美術，藝能專業獨樹，歡迎加入復興美術大家庭，期許每位同學都能成為創造美的人，讓世界成為更美好的地方。

歡迎加入這個豐富精彩且能培養專業實力的美術科，

一同創造美的藝術、美的技術，美的無限可能。

四、資料處理科課程簡介及學習方向

資處科 江亞萍主任

恭喜各位成為復興商工資料處理科新鮮人，暫且拋開你當初選擇就讀本科的各種原因，今日踏進復興商工資料處理科將是一個嶄新的開始，唯有拋棄過去各種不良習性，重新面對自己，認真學習，才有可能重新打造自己，相信三年後的你將與眾不同，更有自信。

一、課程規劃：

資料處理科屬於商業管理群，課程內容涵蓋「商業課程」及「電腦技能」兩層面，同時在充滿設計、藝術、人文素養的學習環境中，我們結合學校特色融入「美學教育」。

「商業課程」除了奠定同學會計學基礎外，同時藉由經濟學、商業概論及行銷概念的建立與學習，讓同學除了對商業環境有基本認識外，進而培養同學對商業環境敏銳的觀察力，洞燭先機，掌握商場致勝關鍵。

在面臨雲端、大數據及 AI 時代的人才需求，「電腦技能」除了基本的文書處理課程外，同時規劃程式語言與設計、多媒體製作與應用、資料庫應用及網頁設計…等多元課程並輔導同學取得電腦技能相關證照，以強化資訊實務能力。「技能證照」是能力證明，也是自我肯定，它是學習成果中最具體的表現，期許同學重視並努力學習。

「美學教育」是本科特色，一年級美術課聘請美工、廣設科專業電腦繪圖教師授課，提升同學設計與美感素養，讓同學不論在於文書美編、簡報製作、網頁設計、多媒體應用等領域皆能有最佳化的表現。

二、學習歷程：

108 課綱希望培養同學「自發、互動、共好」，強調跨域學習並重視探究與實作，希望同學透過學習歷程檔案的累積，系統化地逐步建構學習成果，藉以了解自己高職三年的學習結果及性向發展，因此養成「自主學習」的態度相當重要。學習絕非僅侷限於課業或校園場域，所有校內外活動都是學習的機會，同學必須主動參與或積極爭取，透過活動中的學習、參與、體驗及省思，自我的成長才更具意義，也唯有從活動中探究、實作、吸取經驗並不斷自我修正，才能真正累積為自己的競爭力。

三、職涯發展：

經過三年的學習同學將具備商業領域專業知能、資訊科技應用能力及生活美學素養，透過知識的整合、技能的運用，在職場發展上能從事與金融業相關工作(銀行、證券、保險)，亦能任職於貿易公司、報關行、物流倉管之業務推廣、秘書及行銷企劃專員，在資訊應用領域則能擔任文書處理、程式設計助理、繪圖助理、行銷美編、及電子商務相關工作。

在升學進路方面，能報考商管類、資訊類及外語相關科系，舉凡財務金融、國際商務、企業管理、醫務管理、會計系、財政稅務、行銷與流通管理、保險與金融管理、商務科技、環境與物業管理、多媒體與遊戲發展、資訊管理、資訊工程、數位遊戲、應用外語…等相關科系都是選擇的方向。

四、夢想與實踐

透過簡短說明希望同學能勾勒出這三年的學習藍圖，從今起一切得從「態度」學起，唯有保持主動、積極、盡力的學習態度才能成功，將短暫的挫敗視為心智上的磨練及經驗的累積，隨時跟上老師腳步，與同學們相互扶持一起努力並紮實學習，相信三年後的你將信心滿滿、能昂首闊步勇於面對各種不同的挑戰，加油吧！老師們會陪伴各位一起努力。

希望你們的台語夠溜，超經典的，
一定要用台語發音，好爆笑！ (摘自網路流傳笑話)

ㄅㄛ，玻璃門的ㄅㄛ；ㄅㄛ，是什ㄞ麼ㄅㄛ，肥皂泡的ㄅㄛ
ㄇㄛ，Q頭毛的ㄇㄛ；ㄇㄛ，是什ㄞ麼ㄇㄛ，福州伯的ㄇㄛ
ㄋㄛ，磨菜刀的ㄋㄛ；ㄋㄛ，是什ㄞ麼ㄋㄛ，七桃人長照的ㄋㄛ
ㄌㄛ，李娜蛋糕的ㄌㄛ；ㄌㄛ，是什ㄞ麼ㄌㄛ，落駕壽八啦的ㄌㄛ
ㄍㄛ，雞好嘴斗的ㄍㄛ；ㄍㄛ，是什ㄞ麼ㄍㄛ，考夭十鋪日ㄍㄛ
ㄆㄛ，逛夜市汁的ㄆㄛ；ㄆㄛ，是什ㄞ麼ㄆㄛ，天舖日ㄆㄛ
ㄇㄛ，柳你老那的ㄇㄛ；ㄇㄛ，是什ㄞ麼ㄇㄛ，十鋪日ㄇㄛ
ㄏㄛ，阿那答的ㄏㄛ；ㄏㄛ，是什ㄞ麼ㄏㄛ，日ㄏㄛ
ㄉㄛ，蚵仔煎的ㄉㄛ；ㄉㄛ，是什ㄞ麼ㄉㄛ，ㄅㄛ
ㄊㄛ，矮仔才的ㄊㄛ；ㄊㄛ，是什ㄞ麼ㄊㄛ，ㄅㄛ
ㄋㄛ，安太好的ㄋㄛ；ㄋㄛ，是什ㄞ麼ㄋㄛ，ㄅㄛ
ㄌㄛ，嫁好的ㄌㄛ；ㄌㄛ，是什ㄞ麼ㄌㄛ，ㄅㄛ



五、室內設計科—打造理想與夢想的幸福空間

室內設計科 寧育禎主任

感性與理性知識學習

歡迎各位新生加入室內設計科的行列，室內設計是一種以使用或居住在該空間的人為對象所從事的設計專業，以理性的設計為基礎，輔以感性的藝術形式為表現，並考量使用者與環境間的互動關係，創造出兼具實用與機能、美觀與舒適的室內空間環境的專業科別。

同學們在未來三年的學習生涯中，科內會安排一系列循序漸進的專業課程基礎下磨練自我的能力，配合專業的設計與實務課程進行學習；請同學要養成「專注」及「熱情」的學習態度，設定學習目標，在學校專業的師資群帶領下，運用學校空間與資源，努力發揮自己最大的潛力，成為未來室內設計的優秀人才。

教育目標

室內設計科主要由基礎課程學習到專業知識的技能，使其具有室內設計專業設計製圖觀念與模型製作能力，同時建構整合性的空間使用方式與空間設計的基本知識，作為進階專業室內設計教育或相關類科的養成準備。

著重理論與實務的教學模式與學習導向，培養參與全國技藝(能)競賽、專題製作競賽、校內外設計相關競賽的專業，並辦理畢業展系列活動，展現學習成果。

積極輔導參加國家級技術士檢定考試，並導入業界協同教學與產學合作，以提升同學實作能力與產業接軌，培育職場競爭。

課程架構

本科的教學，安排學習一般共同科目與專業領域，以循序漸進的方式學習，著重理論與操作並重，希望藉由課程的規畫，讓同學除了學習室內設計專業技能外，更應有的知識及理論相互驗證過程，各年級專業與實習課程規劃如下：

一年級



一年級課程進行基礎能力的培養與學習，依據技術型高級中等學校設計群科課程，落實基本能力與強化專業技能，課程如下：
繪畫基礎實習：學習素描及水彩課程，增進手繪與構圖技巧能力；
基礎圖學實習：學習工程製圖手繪與電腦能力；
基本設計實習：學習對事物美感的鑑賞、設計思考方法及創意的啟發與製作練習；
色彩原理課程：學習色彩構成原理與應用方式；

另外課程中輔導同學參與國家級證照取得，以期在專業領域的技術上有所成長與提升。

二年級



二年級著重美學、技術到專業知識，課程以科課程發展特色，強化學生專業表現及設計思考能力，課程包含「設計概論」、「設計與生活」、「造形原理」等理論課程；同時在專業技術課程包含有「電腦向量繪圖實習」與「數位影像處理實習」學習繪圖軟體操作；「室內設計與製圖實作」學習空間圖面技法應用、「室內空間設計」學習空間場域規劃、並以「室內裝修實務」課程，學習空間的設計圖面與室內設計的工程實務。

三年級



三年級課程，主要是透過專題製作的方式，培養學生針對主題加以創造與實踐，學習完整的室內設計作業流程及規劃能力，並強化 2D 與 3D 圖面表現、版面編排及空間模型製作能力，呈現專案設計師的基本能力。

課程內容包括：「專題實作」、「室內空間設計」、「施工圖實務」、「室內裝飾實務」、「模型製作」、「商業攝影」與「作品集設計」等。

生涯規劃

本科除了重視同學在校期間的專業學習，更著眼於畢業後的發展。無論是升學或就業，師長們皆會透過課程引導、職涯探索及面對面討論，協助同學了解職場趨勢與升學方向，並教導如何規劃個人學習重點與未來藍圖。

升學方向：同學可依個人志向選擇學測、統測或獨招等考試方式，報考大學、科技大學及各類大專院校，另有申請入學與推薦甄選等多元管道。適合升學的科系包括室內設計、空間設計、景觀設計、建築設計及其他設計相關領域，皆能延續在校所學，發揮專長。

就業方向：未來可選擇的就業領域廣泛，包括室內設計公司、建築師事務所、景觀設計公司、工程顧問公司、展場布置、商業空間設計、櫥窗設計等與空間相關產業，皆為極具發展潛力的職涯選項。

自我提升與成長

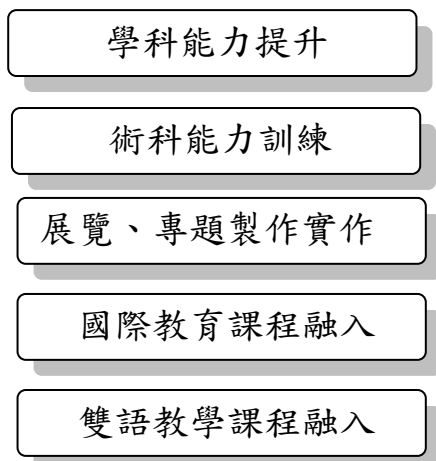
室內設計以「人」為本，需從使用者的需求出發，以理性、客觀與嚴謹的態度面對問題，同時以感性、創意和直覺進行設計，藉此改善室內空間環境，提升生活品質。除了專業技能，更重要的是用心觀察與感受——觀察人與人之間的互動、光影的流動、色彩的變化，以及生活中所有細微的事物，從中體會設計的靈感與溫度。

每位同學對室內設計都懷抱著不同的夢想與憧憬。在復興的學習過程中，「態度決定一切」。學校提供完善的學習環境與專業師資，幫助你在各項設計領域中紮實學習。身為學生的你，要把握每一次學習機會，努力不懈、堅持到底，虛心接受挑戰與回饋，相信三年後的你，一定能有所收穫。祝福大家，在學習旅程中，快樂成長、茁壯前行！

六、升學組/國際教育試探、雙語融入課程簡介

實驗研究組 許倍華組長

升學組-課程目的



升學組-課程規畫



增加雙語教學課程並深耕專業學科領域，提升同學應考能力
融入國際教育及素養教學，提升學生的國際觀
高三每日、高二星期一、三、四課後主題式學科專班課程

升學組-能力檢核

高二每學期舉行一次學科競試：持續強化國、英、數程度
高三每學年參與四次校外模擬考：掌握升學方向，了解自己與他校學生程度比較

升學組-班級總數

升學組共有 6 班：

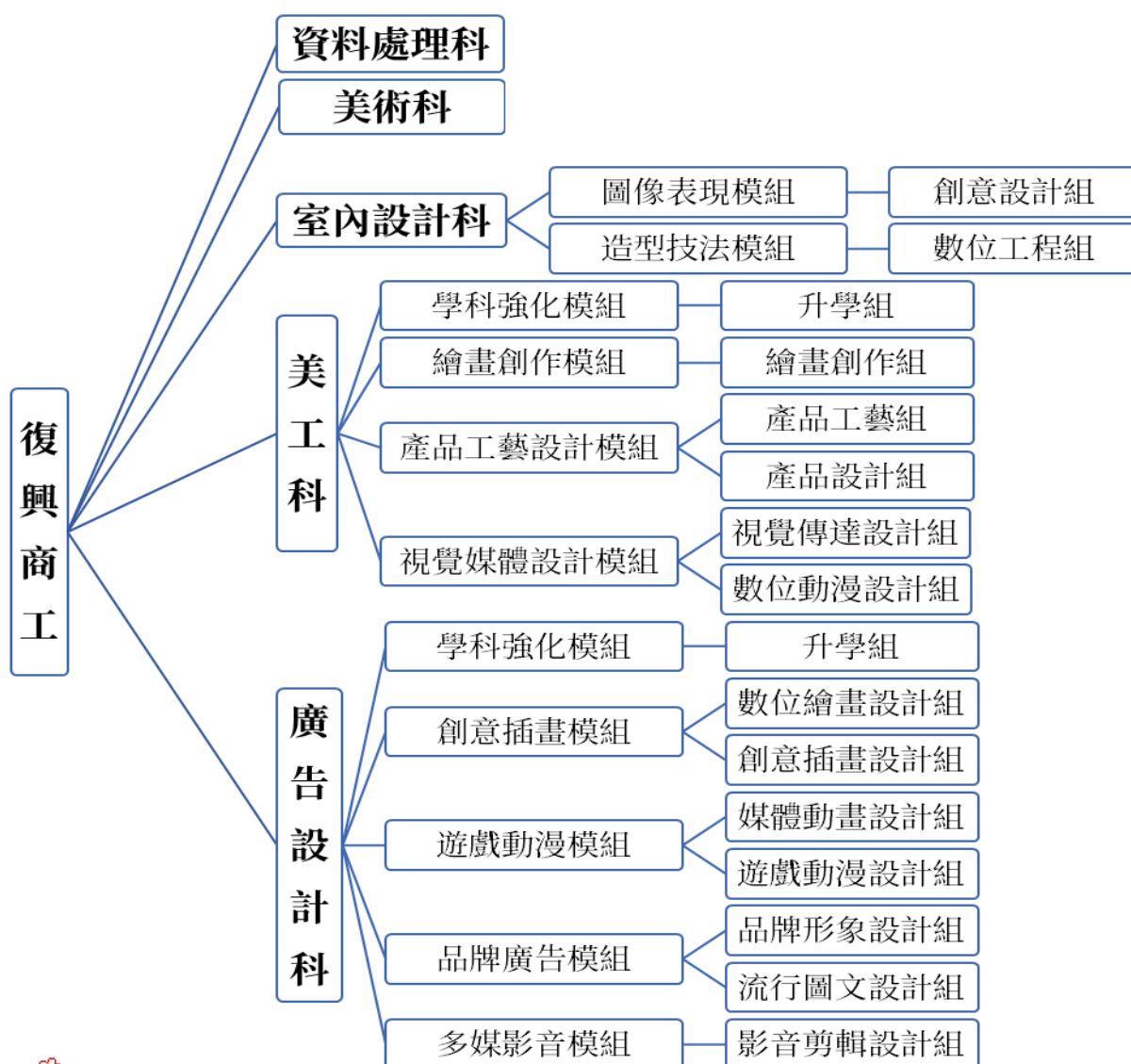
- 美工科：美二忠；美三忠。
- 廣設科：廣二忠、孝；廣三忠、孝。

七、升學與就業選組說明

輔導處

為使新生能在學習過程中『選己所愛，愛己所選』，以下資訊的提供，期望在一年級能夠慢慢探索自己的志趣，確定學習方向。各科分組方式乃依學期成績高低優先選擇組別，故請同學務必加強學業成績，以利達成目標。

★ 本校日間部一年級共分為五科，以下分別說明各科模組：



做好心理與生理的準備

1. 升學組：以升學為主，須接受學、術科雙重課程並參加大小考試。
2. 專業組：為了習得一技之長，必須不斷有新作品展出，參加比賽及參展的機會也多，同時也須兼顧學科課程。

二者皆辛苦，有可能讓你耗盡精神及體力，但只要做好時間管理，完成進度，就能擁有成就感。衡量自身狀況及期望，想清楚，做出最好的選擇。在面對未來的發展過程中，如有需要詢問，別忘了『輔導處』的存在，我們將提供協助，共同面對並解決問題。



選組考量原則

一、人：

1. 個人因素：學業成績、興趣、性向…
2. 家庭因素：父母期待、經濟考量…
3. 學校因素：各組專業課程、師資、就業趨勢…
4. 不清楚狀況，什麼都可以…

二、事：

1. 我有哪些選擇？我的發展是什麼？
2. 做決定時，有哪些資料可以參考？我需具備的條件為何？
3. 決定後，會有哪些影響？

三、時：

1. 有多久時間可以思考後再做決定？何時可以有資料提供參考？
2. 是否有時間與師長、家人討論？

四、地：

1. 我喜愛何種學習方式？
2. 我期待何種工作環境？

五、為什麼：

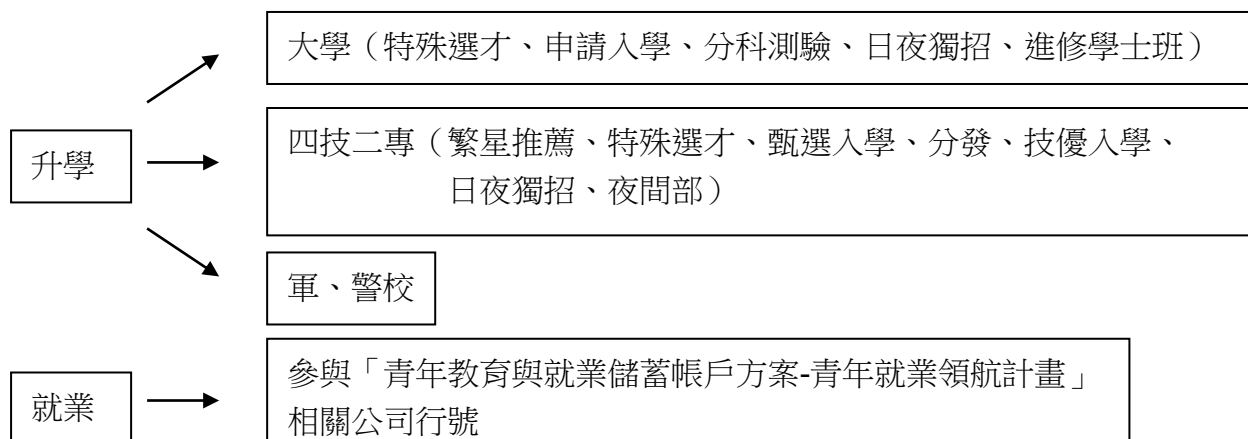
1. 為何選擇升學組或專業組，有何種期待？
2. 目前學習困境是什麼？該如何解決？

六、如何：

1. 我是如何做決定的？
2. 我將如何面對未來的路？
3. 如何安排時間，完成生涯目標？



畢業後的發展、生涯規劃



【美工科分組說明】

高二 適性選課		三年級課程內容	
升學組 國際教育 雙語課程		a. 加強四技二專考科輔導課程(國文、英文、數學) b. 專業一(色彩原理、造形原理、設計概論) c. 專業二(基礎圖學、設計基礎) d. 專業三(專題製作與畢業展覽)	
選課程 <			

二、發展潛能（升學相關科系）

升學	透過學測、統測經由申請入學、推薦甄試、登記分發、獨招等管道進入國內公私私立大學、四技二專。亦可藉由對外競賽(全國學生美展、專題製作競賽、技能競賽、技藝競賽、乙級證照等…)專業表現取得技優甄審資格，申請入學、保送加分。未來出國進修深造、設計學院、藝術學院、美術系所。
----	--

【廣設科分組及課程參照】

廣告設計科 / 模組選修、專業分組、多元選修課程簡介

一年級課程與學分(必修)	一、二模組課程 二、三專業分組		課程內容			發展潛能	
	模 組 課 程	專業分組	二 年 級		三 年 級		職業發展領域
			每學期必修 29 節(部定)	每學期選修 2	每學期必修 18 節(部定)	每學期選修 12	
國語文 6 英語文 4 數學 4 歷史 2 地理 2 理化 2 健康教育 2 健康與護理 2 科技資訊(Illustrator) 2 向量繪圖基礎 色彩管理 文字處理 色彩原理 2 色彩體系 色光與色料原理 原色與混色 色彩對比 美術(素描) 2 鉛筆素描(明度、幾何、水果、質感練習).... 藝術生活(素描) 2 靜物素描(構圖練習、靜物素描) 繪畫基礎實習(水彩) 6 單色水彩練習 混色練習 靜物固體 靜物組合 師生美展準備 基本設計實習 6 點線面構成 構成原理 美的型式原理 師生美展準備 基礎圖學實習 6 (視傳丙) 工具操作練習 視覺傳達丙級技術士證照取得 攝影圖法 文字造型 4 英文與數字繪製 黑體字繪製 文字設計 明體字繪製 文字設計 廣告學 廣告種類介紹 廣告創意手法 平面廣告形式 媒體廣告形式 設計繪畫 4 插畫導論 即理與質感 肌理的組合 畫面的組合 作業展示及展演 師生美展準備	專業分組	升學組	國語文 3 英語文 2 公民與社會 1 物理 1 體育 2 造型原理 2 視覺識別系統 2 表現技法實習 2 電腦向量繪圖實習 3 圖文編排實習 3(廣告) 基礎攝影實習 2 速寫廣告 1 繪畫表現 2 設計素描 2 包裝設計 2	數學演習 2	國語文 2 英語文 2 生涯規劃 1 體育 2 印刷與設計實務 3 影音製作實習 2 專題製作 3 畢業製作 3	展示設計 2 數學 3 數位多媒體設計 2 文詞哲理美學 3 科內及跨群選修 4	國立台灣科技大學 工商業設計系(商業設計組) 臺北科技大學 互動設計系 文化事業發展系 互動設計系 國立雲林科技大學 文化資產維護系 建築與室內設計系 創意思生活設計系 視覺傳達設計系 台北藝術大學 美術學院 電影與新媒體學院 台灣藝術大學 視覺傳達設計系 多媒體動畫藝術 創意產業設計 中國文化大學 美術系 資訊傳播系 廣告系 多媒體設計系 國立虎尾科技大學 國立勤益科技大學 文化創意產業系 國立臺灣師範大學 設計系 圖文傳播學系 美術系 朝陽科技大學 傳播設計系 傳揚傳播設計系 傳播藝術系 國台科技大學 多媒體與電腦娛樂科學系 視覺傳達設計系(數位媒體設計組) 資訊傳播系 崑山科技大學 空間設計系 視覺傳達設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 生活產品設計系 數位科技與遊戲設計系 流行設計系
			上學期	本土語言	上學期	繪本製作 數位漫畫創作 數位插畫繪製 出版美術設計等	國立台灣科技大學 工商業設計系(商業設計組) 臺北科技大學 互動設計系 文化事業發展系 互動設計系 國立雲林科技大學 文化資產維護系 建築與室內設計系 創意思生活設計系 視覺傳達設計系 台北藝術大學 美術學院 電影與新媒體學院 台灣藝術大學 視覺傳達設計系 多媒體動畫藝術 創意產業設計 中國文化大學 美術系 資訊傳播系 廣告系 多媒體設計系 國立虎尾科技大學 國立勤益科技大學 文化創意產業系 國立臺灣師範大學 設計系 圖文傳播學系 美術系 朝陽科技大學 傳播設計系 傳揚傳播設計系 傳播藝術系 國台科技大學 多媒體與電腦娛樂科學系 視覺傳達設計系(數位媒體設計組) 資訊傳播系 崑山科技大學 空間設計系 視覺傳達設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 生活產品設計系 數位科技與遊戲設計系 流行設計系
			下學期		下學期	數位漫畫創作 數位插畫繪製 出版美術設計等	國立台灣科技大學 工商業設計系(商業設計組) 臺北科技大學 互動設計系 文化事業發展系 互動設計系 國立雲林科技大學 文化資產維護系 建築與室內設計系 創意思生活設計系 視覺傳達設計系 台北藝術大學 美術學院 電影與新媒體學院 台灣藝術大學 視覺傳達設計系 多媒體動畫藝術 創意產業設計 中國文化大學 美術系 資訊傳播系 廣告系 多媒體設計系 國立虎尾科技大學 國立勤益科技大學 文化創意產業系 國立臺灣師範大學 設計系 圖文傳播學系 美術系 朝陽科技大學 傳播設計系 傳揚傳播設計系 傳播藝術系 國台科技大學 多媒體與電腦娛樂科學系 視覺傳達設計系(數位媒體設計組) 資訊傳播系 崑山科技大學 空間設計系 視覺傳達設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 生活產品設計系 數位科技與遊戲設計系 流行設計系
			上學期		上學期	數位漫畫創作 數位插畫繪製 出版美術設計等	國立台灣科技大學 工商業設計系(商業設計組) 臺北科技大學 互動設計系 文化事業發展系 互動設計系 國立雲林科技大學 文化資產維護系 建築與室內設計系 創意思生活設計系 視覺傳達設計系 台北藝術大學 美術學院 電影與新媒體學院 台灣藝術大學 視覺傳達設計系 多媒體動畫藝術 創意產業設計 中國文化大學 美術系 資訊傳播系 廣告系 多媒體設計系 國立虎尾科技大學 國立勤益科技大學 文化創意產業系 國立臺灣師範大學 設計系 圖文傳播學系 美術系 朝陽科技大學 傳播設計系 傳揚傳播設計系 傳播藝術系 國台科技大學 多媒體與電腦娛樂科學系 視覺傳達設計系(數位媒體設計組) 資訊傳播系 崑山科技大學 空間設計系 視覺傳達設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 生活產品設計系 數位科技與遊戲設計系 流行設計系
			下學期		下學期	數位漫畫創作 數位插畫繪製 出版美術設計等	國立台灣科技大學 工商業設計系(商業設計組) 臺北科技大學 互動設計系 文化事業發展系 互動設計系 國立雲林科技大學 文化資產維護系 建築與室內設計系 創意思生活設計系 視覺傳達設計系 台北藝術大學 美術學院 電影與新媒體學院 台灣藝術大學 視覺傳達設計系 多媒體動畫藝術 創意產業設計 中國文化大學 美術系 資訊傳播系 廣告系 多媒體設計系 國立虎尾科技大學 國立勤益科技大學 文化創意產業系 國立臺灣師範大學 設計系 圖文傳播學系 美術系 朝陽科技大學 傳播設計系 傳揚傳播設計系 傳播藝術系 國台科技大學 多媒體與電腦娛樂科學系 視覺傳達設計系(數位媒體設計組) 資訊傳播系 崑山科技大學 空間設計系 視覺傳達設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 生活產品設計系 數位科技與遊戲設計系 流行設計系
	模 組 課 程	升學組	國語文 3 英語文 2 公民與社會 1 物理 1 體育 2 造型原理 2 視覺識別系統 2 表現技法實習 2 電腦向量繪圖實習 3 圖文編排實習 3(廣告) 基礎攝影實習 2 速寫廣告 1 繪畫表現 2 設計素描 2 包裝設計 2	數學演習 2	國語文 2 英語文 2 生涯規劃 1 體育 2 印刷與設計實務 3 影音製作實習 2 專題製作 3 畢業製作 3	展示設計 2 數學 3 數位多媒體設計 2 文詞哲理美學 3 科內及跨群選修 4	國立台灣科技大學 工商業設計系(商業設計組) 臺北科技大學 互動設計系 文化事業發展系 互動設計系 國立雲林科技大學 文化資產維護系 建築與室內設計系 創意思生活設計系 視覺傳達設計系 台北藝術大學 美術學院 電影與新媒體學院 台灣藝術大學 視覺傳達設計系 多媒體動畫藝術 創意產業設計 中國文化大學 美術系 資訊傳播系 廣告系 多媒體設計系 國立虎尾科技大學 國立勤益科技大學 文化創意產業系 國立臺灣師範大學 設計系 圖文傳播學系 美術系 朝陽科技大學 傳播設計系 傳揚傳播設計系 傳播藝術系 國台科技大學 多媒體與電腦娛樂科學系 視覺傳達設計系(數位媒體設計組) 資訊傳播系 崑山科技大學 空間設計系 視覺傳達設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 生活產品設計系 數位科技與遊戲設計系 流行設計系
			上學期	本土語言	上學期	繪本製作 數位漫畫創作 數位插畫繪製 出版美術設計等	國立台灣科技大學 工商業設計系(商業設計組) 臺北科技大學 互動設計系 文化事業發展系 互動設計系 國立雲林科技大學 文化資產維護系 建築與室內設計系 創意思生活設計系 視覺傳達設計系 台北藝術大學 美術學院 電影與新媒體學院 台灣藝術大學 視覺傳達設計系 多媒體動畫藝術 創意產業設計 中國文化大學 美術系 資訊傳播系 廣告系 多媒體設計系 國立虎尾科技大學 國立勤益科技大學 文化創意產業系 國立臺灣師範大學 設計系 圖文傳播學系 美術系 朝陽科技大學 傳播設計系 傳揚傳播設計系 傳播藝術系 國台科技大學 多媒體與電腦娛樂科學系 視覺傳達設計系(數位媒體設計組) 資訊傳播系 崑山科技大學 空間設計系 視覺傳達設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 生活產品設計系 數位科技與遊戲設計系 流行設計系
			下學期		下學期	數位漫畫創作 數位插畫繪製 出版美術設計等	國立台灣科技大學 工商業設計系(商業設計組) 臺北科技大學 互動設計系 文化事業發展系 互動設計系 國立雲林科技大學 文化資產維護系 建築與室內設計系 創意思生活設計系 視覺傳達設計系 台北藝術大學 美術學院 電影與新媒體學院 台灣藝術大學 視覺傳達設計系 多媒體動畫藝術 創意產業設計 中國文化大學 美術系 資訊傳播系 廣告系 多媒體設計系 國立虎尾科技大學 國立勤益科技大學 文化創意產業系 國立臺灣師範大學 設計系 圖文傳播學系 美術系 朝陽科技大學 傳播設計系 傳揚傳播設計系 傳播藝術系 國台科技大學 多媒體與電腦娛樂科學系 視覺傳達設計系(數位媒體設計組) 資訊傳播系 崑山科技大學 空間設計系 視覺傳達設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 視訊傳播設計系 生活產品設計系 數位科技與遊戲設計系 流行設計系
			上學期		上學期	數位漫畫創作 數位插畫繪製 出版美術設計等	國立台灣科技大學 工商業設計系(商業設計組) 臺北科技大學 互動設計系 文化事業發展系 互動設計系 國立雲林科技大學 文化資產維護系 建築與室內設計系 創意思生活設計系 視覺傳達設計系 台北藝術大學

【室內設計科分組說明】

一、課程導向

課程目標主要使同學具有室內設計專業設計製圖觀念與模型製作能力，同時培養整合性的空間設計基本知識；作為進階專業室內設計教育或相關類科的養成做準備，並幫助同學培養升學與就業所需的專業能力，使其更加精進。

二、模組適性選課與專業分組

模組課程 與專業分組	高二 模組適性選課	高三 專業分組
專業室設 特色模組	A. 圖像表現模組（專案演繹技法）專案演繹、圖文繪製表現	A. 創意設計組 空間設計整體造形、色彩計畫、材質規劃…等，室內空間氛圍營造
應用室設 特色模組	B. 造形技法模組（立體模型建構）材料應用、模型立體構成	B. 數位工程組 展場設計規劃與情境營造，配合廠商設計獨特的展場內外空間呈現

三、課程規劃

高二 模組適性選課	一般專業課程	模組特色課程
圖像表現模組(專案演繹技法) 專案演繹、圖文繪製表現	表現技法實習(水彩) 繪畫基礎實務(素描) 速寫實作、基礎攝影實習 設計概論(上)、造形原理(下) 電腦向量繪圖實習 數位影像處理實習	設計與生活
造形技法模組(立體模型建構) 材料應用、模型立體構成	室內設計與製圖實作(電繪丙級) 室內裝修實務、數位設計基礎 創意思考與企業識別(上) 創意潛能開發(下)	室內空間設計

高三 專業分組	一般專業課程	模組特色課程
創意設計組 空間設計整體造形、色彩計畫、材質規劃…等，室內空間氛圍營造	商業攝影、作品集設計 專題實作 3+體育 1 圖文設計、室內空間設計 模型製作、施工圖實務	室內裝修實務
數位工程組 展場設計規劃與情境營造，配合廠商設計獨特的展場內外空間呈現	空間魔法師(彈性課程) 空間影像密碼(彈性課程) 立體造型實務(多元選修) 數位成型實務(多元選修)	模型製作

八、實習課程安全守則

實習處

一、實習工廠之安全衛生須注意事項：(個人)

作業前

- ※ 確實檢查作業環境與設備及 SOP。
- ※ 發生異常應立即調整或報告師長。
- ※ 依規定穿著或配戴必要之安全衛生防護具。
- ※ 作業前接受必要之安全衛生教育訓練。
- ※ 熟悉意外傷害之急救方法與程序。
- ※ 牢記緊急出口位置、滅火器位置及正確使用滅火器方法。

作業中

- ※ 隨時遵守安全作業標準及安全衛生工作守則之規定。
- ※ 隨時注意維護作業環境整潔，並禁止飲食。
- ※ 遵守安全衛生有關法令規章及本校所頒定之各種安全衛生規定。
- ※ 工作中不得有嬉戲或妨害秩序之行為。
- ※ 嚴禁從各種機具、設備上移除防護設備、標籤或標示。
- ※ 勿使用不安全的工具及機械等設備。
- ※ 有任何安全、衛生上之問題、隨時請教老師。
- ※ 特別注意危險化學藥品使用方法及注意事項。

二、實習工場管理規則：(工廠管理人員)

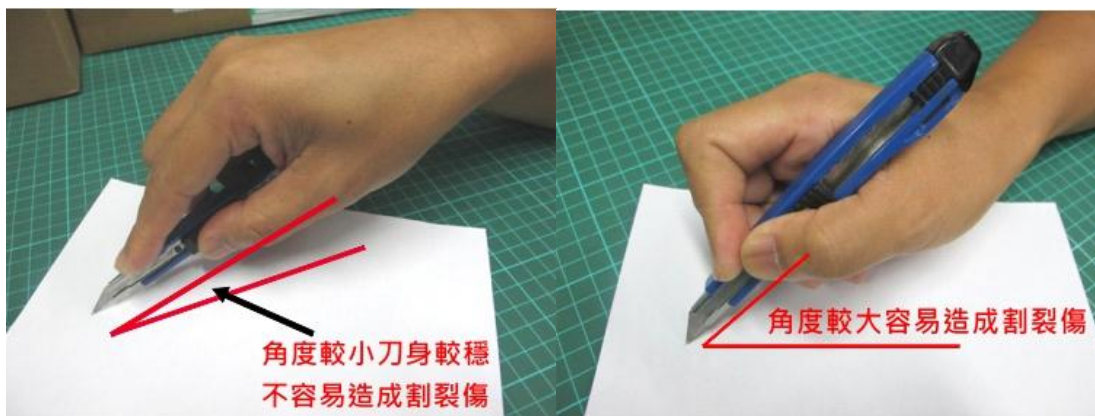
- ※ 人與物的管理宜雙管齊下，不可輕忽其一。
- ※ 帶領同學進入實習工場，禁止攜帶非實習用途之器具。
- ※ 監督嚴禁同學在嬉笑推打等之危險動作。
- ※ 上、下課休息時間依學校規則辦理。
- ※ 實習期間，未經教師許可，不得擅離實習場所。
- ※ 除師長、廠長外，未經允許不得私自啟動或操作機具設備。
- ※ 機具設備用畢後，須關閉電源，管理者確認機具停止後，始可離開。
- ※ 不使用之器具應歸還定位，不可散置。
- ※ 工作時須按規定穿著配帶個人護具，並遵守操作安全程序。
- ※ 每日課程結束前二十分鐘，廠長應清點器材數目是否相符，並打掃使用場地，俟任課教師檢查通過後，再行宣佈下課。

三、美工刀正確使用十要訣

美工刀每日在世界各地用於不計其數之用途，
為了確保使用時安全，請依循以下之注意事項。



1、確實依據欲切割物品的材料和厚度選擇適用之刀具，例如，"請勿使用小刀刀之刀具切割木材"	2、請使用切割墊當底墊，一方面避免傷害工作區表面，另一方面可延長刀片之壽命。
3、使用時勿將刀片推出太長(以第一截保持在刀鞘內最佳)，以策安全	4、作業之前記得整理您的工作區域。
5、使用鋒利的刀尖，有助於安全並避免傷及切割物品、確保完整的切斷緣。	6、小心使用刀具。當您處在疲倦或急躁的情況下，請特別謹慎。
7、若須以手持欲切割之物品，務必十分小心，避免傷及手。	8、隨時記得將刀片收納於刀柄中並避免幼兒接近。最好將美工刀放置於一固定之場所。
9、使用刀片安全處理盒或鉗子折斷不堪使用之鈍刀片。	10、若需讓兒童使用美工刀，請務必教導其正確之使用方法，以避免使用不當引起之傷害。



★ 止血處理：

- ※ 以直接施壓的方式止血，在傷口處放一塊清潔能吸水的布，以手壓緊，通常會在一兩分鐘內止血。
- ※ 若血流不止，請將受傷的地方高舉超過心臟，以減低傷口的血壓，可遏阻流血。
- ※ 清潔傷口可以清水輕輕洗淨，一天兩次。
- ※ 用彈性繃帶綁住傷口，但勿阻礙血液循環。
- ※ 傷口若血流不止，應先壓住傷口離心臟最近的加壓止血點，待一分鐘後若未止血再予以緊壓。所謂加壓止血點是能測量到脈搏的部位。
- ※ 勿使用止血帶，以免因血液循環被阻斷，而失去受傷的手或腳。
- ※ 保濕傷口，以免傷口因暴露在空氣中，而減緩新細胞生長。
- ※ 24 小時內注射破傷風預防針。

★ 實習工作產生傷害是大家不願樂見的。危機一但發生時，臨場的應變處理，急救的正確觀念，往往變成最關鍵的角色。事前多一分準備，事後就能少一分遺憾！這番話同學們也許覺得是老生常談，但在面對無情的災害當中，卻是救你一命的葵花寶典。

四、噴漆作業安全注意要領

- (一) 噴布有機溶劑混存物塗飾作業時，應在設置的噴漆台進行。
- (二) 作業場所有易燃液體之蒸氣滯留，而有爆炸、火災之虞者，應依危險特性辦理下列規定：
 - 1、指定專人對於前述蒸氣、氣體之濃度，於作業前測定之。
 - 2、蒸氣或氣體之濃度達爆炸下限值之 30%以上時，應即刻退避至安全場所，停止使用煙火及其他為點火源之虞之機具，並加強通風。
- (三) 噴漆前確實使用空氣呼吸器、氧氣呼吸器、防毒面具。

★ 安全作業重點：

作業前		1. 開啟通風換氣措施。 2. 確認通風設備運轉狀況。 3. 監測作業場所易燃液體之蒸氣濃度。
作業中		1. 使用適當的防護器具及呼吸防護具。 2. 禁止無關人員進入及明火。
作業後		1. 將作業場所適當清洗。 2. 將噴漆罐蓋子蓋上，以免有機溶劑或其混存物之溢出、漏洩、滲洩或擴散。

參 生涯萬花筒

一、給 15 歲的你—準備好當高中生了嗎？

作者：鄭毓瓊(台北市育成高中國文老師，有 12 年教學經驗)

從國中升上高中，不只是換個校園繼續學習而已！你曾想過成為一名高中生對 15 歲的你什麼意義呢？是能自己做決定；還是為自己的行為負責；抑或是能安排自己喜歡的生活，或者以上皆非？

那你曾認真想過，要成為一位真正的高中生需要預備哪些能力？具備哪些條件嗎？或許，我們可以換個角度想，你對三年後從高中畢業的自己有什麼想像？你希望自己成為什麼樣的大人？如此一來，你就會在腦海中逐漸浮現的自己需要做哪些準備與努力了。對你而言，就讀高中的目的絕對不只是追求好成績、升上好大學；而是如何透過學習與及經驗的積累，能持續地探索自我，也能更深刻地認識這個世界，進而找到值得一生投注熱情的所在，並且成就更好的自己。

相信這是最好的安排

不論升學的遊戲規則如何改變，一定會有人對於放榜的結果感到滿意或不滿意。來到一個新的學習環境，剛開始面對陌生的人事物，也一定會感到害怕、孤單、不適應。無論覺得自己是高分低就、低分高就，或是很幸運能進入自己心目中的第一志願就讀，都要學著以「既來之，則安之」的心態面對。因為這意味著在這裡有等著你去完成的功課，也有著讓你感到驚艷的寶物等著你去挖掘，這時候就消極地放棄、或是過於樂觀的想像，甚至讓不必要且過於放大的情緒淹沒了真實，那是多麼可惜的一件事！

就先讓自己的心安定下來，給自己與周遭的新夥伴們一個機會，讓自己學著用「好棒」、「很有趣」、「這沒看過，我要來挑戰一下」、「我很好奇，想了解更多……」的正向但務實的態度，來面對這些新的人事物。很多時候，你慢慢會體會到「來到這裡，其實是上天最好的安排」！

高中真的沒有聯絡簿

升上高中，最明顯的不同就是，再也不用請爸媽每天簽聯絡簿了。換言之，也不會有老師盯著你寫聯絡簿，不會有人提醒你明天要英文小考、下禮拜要交報告、下次上體育課要帶泳具……在某些班級，甚至早自習及午休要做什麼，學生也能自行運用。當你擁有更多的自主的權力及自由的空間，也意味著要能為自己的行為負責，也要學會自律，並且懂得安排生活，做出最好的選擇。升上高中，老師們對待你的方式比較像是把你當作「正在學習成為成人的人」，因此，比較會採取陪伴、引導的教練或信任授權模式，當你需要協助時，也要練習主動說出自己的感受與困難。想要當一個好大人，這是高中成長過程中必學的關鍵！

高中生準備一：

生活準備，新生活是需要練習的，讓父母參與，他們會少一點囉嗦

進入新學校，展開新生活的第一步，所遇到的挑戰便是要快速適應新的生活作息模式，並且需要建立新的人際網絡。其實，要克服這兩大挑戰都是需要練習的。關於適應新的生活作息模式，其實可以注意以下幾點：

1. 確認上學的交通路線與接駁工具，如果學校離住家太遠，是否要申請遠道證，或是需要住宿租屋。
2. 實際走訪認識校園附近環境與生活機能，以備不時之需。
3. 點閱學校網站，除了了解學校生活作息、例行活動，掌握學校公布的重要訊息、有哪些資源可以運用之外，也要詳細閱讀學校相關規範與規定，才不會一進學校就誤踩地雷。

關於以上三點，建議你能主動邀請父母一起實地踏查或是進行討論，這樣也能讓父母安心。尤其，要請大家特別注意的是：與其聽信社群網路上的社團或討論區所流傳未必正確或長久未更新的訊息，不如自己親自去認識真實的校園，更能掌握最確切的資訊。

高中生準備二：

認識新朋友、戀愛，成長的必經之路，別讓純純的愛變成蠢蠢的悲哀

在正式成為某校新鮮人之前，或許你已經在茫茫網海中，拜碼頭、加好友、組群組或社團了、甚至開始打聽了。這時候你或許已經開始煩惱，我的新班級老師同學好不好相處，我要加入哪些社團、地社與學校組織。其實，來到新環境，在建立新的人際網絡的過程，有幾件事要注意：

1. 主動伸出友誼的手，展現真實而真誠的自己。
2. 嘗試認識和你不同特質的人，學習打開自己的視野與經驗。
3. 不要害怕面對交友的挫折，因為這是需要練習的，有時候不順利，只是剛開始頻率不對而已。
4. 參與社團、學校活動或組織前，多看、多聽、多接觸，但不要因為一時熱情而急著做決定，應該先衡量自己能力與適應情況再決定。否則容易把自己的新生活搞得一團糟，反而徒增煩惱。
5. 開始談戀愛之前，先停、看、聽。別讓純純的戀愛變成蠢蠢的悲哀。在青春正好的年紀，遇到新認識的異性同學，再加上對方是你心儀的類型，眼底本來就容易冒出「粉紅泡泡」。但欣賞對方、有好感，未必是真的喜歡；即便喜歡，也未必等於是真愛。

當你還沒看清楚「真相」前，不用急著考慮走入一對一的交往模式。

其實，在團體互動中，反而更能仔細觀察對方的人格特質，是否人前人後表裡不一？

當然你也要仔細評估，自己的狀態是否適合或能承受這段新的關係。例如，告白不成，慘遭封鎖時，你是否能承擔或適應難免會有的尷尬。

還要注意「好兔慎吃窩邊草」，當因瞭解而分開時，若不能好好處理彼此的關係，之後不只當事人辛苦，身旁的人也會覺得困擾。愛人的眼裡難免只有對方，當你專心投入經營兩人關係時，難免會影響與其他人的社交關係或自己原本的計畫及生活，這一點也是在做決定時的重要考量。

如果你很快地陷入暗戀或真的很想告白（或拒絕），一定要注意禮貌、務必尊重對方的意願與感受，別把你個人的愛（或選擇）造成他人的心理負擔，那就失去愛的意義了！否則你容易會在黑特版或靠北 oo 社團看見自己，這就有點麻煩了。

其實，愛情真的沒什麼道理，如果真的遇到了，也要學習欣然面對成長的必要。也要學習懂得如何保護自己，更別讓純純的戀愛變成蠢蠢的悲哀。

高中生準備三：

學習是一輩子的事，學習如何學是關鍵。

還沒拿到高中錄取通知前，想必就已經在學長姐或國中同學間流傳著：我已經要去某家補習班補某科，沒補習你就會跟不上，某個姊或哥能拯救你的某一科等等的說法。姑且不論這些說法是否屬實，但是否人人都需要補習、甚至是補全科班，其實一直是見仁見智的問題。或許我們可以思考的是：補習的意義或真正的作用為何？是否可以先試試看靠自己念書？其實，每個人都有適合自己的學習模式，很難完全複製相同的經驗。在高中階段，學著了解、探索自己的學習模式與傾向是非常重要的事情，若是一味地依賴他律而未能發展出自主學習及探索的能力，是很可惜的一件事。

相較於國中階段，高中課程更為深廣，許多學校也開設許多特色選修或專題課程。因此，學生除了必須具備一定的基礎知能之外，也需要具有主動探究的精神及學習的熱情。

其實，若是害怕國高中課程的銜接問題，國內外都有許多免費的網路學習平台或線上學習網站等等相關資源，可以充分利用。

只要你願意學習，這些多樣化的資源都能任你選擇，而且重點是免費的。

當然，趁著暑假，看看學校的推薦書單或活動，好好閱讀幾本有意義的書，參與有興趣的藝文活動都是很棒的事。至少，讓自己保持在「有持續學習」的狀態，這樣經過漫長暑假才不會與學習脫節，到時候開學症候群也才不會太嚴重。

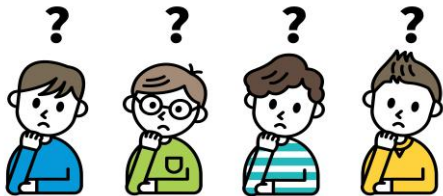
最後，要提醒各位高一新鮮人的是：無論你有沒有深受會考的打擊或鼓勵，要能承認並能面對自己的不完美，才能踏上「成為更好的人」的第一步。並且，不要害怕嘗試錯誤，唯有能在錯誤中學習而有所得的人，才能進步得更快更好。高中三年的確是邁向成人世界的重要階段，也是許多能力素養培養的關鍵時刻，這時候的所有鍛鍊將會為你的未來發展奠定堅實的基礎。因此，你又是如何期許自己的呢？許下心願，更要有實踐。希望你能慢慢成為自己心目中想成為的那種大人！

二、技術型高中三年大事紀

輔導處

高職階段是學習的黃金時期，課業加重了，人際關係拓展了，學校生活更多樣。因此，要多了解學校的教育措施，配合教師的教學，快樂並充實的在高職階段學習與成長。

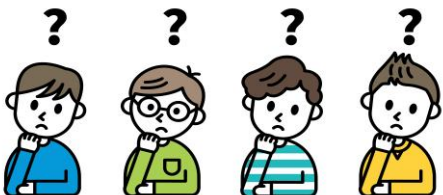
(一)了解學校重要規範



服儀還是有規定



服儀規定按照本校設計之校服，依季節穿著，不得奇裝異服。
(詳細規定參閱本校學務處生輔組網頁「學生服儀規定要點」)



關於請假



1. 向導師索取假單辦理請假。
2. 事、病假補辦須於「次週二中午前」完成。病假請附「就醫收據」，無就醫收據請改為「事假」。
(詳細規定參閱本校學務處生輔組網頁「學生請假規定要點」)

自我肯定訓練



- 信念 01：信念並不等於未來。
- 信念 02：沒有失敗，只有暫時停止成功。
- 信念 03：上天的延遲而不是上天的拒絕。
- 信念 04：任何事情的發生必有其目的，且有助於我。
- 信念 05：重要的不是發生了什麼事，而是要作那些事來改善。
- 信念 06：我對我的生命完全負責。
- 信念 07：要讓事情改變，先改變我自己；要讓事情變得更好，先讓自己變得更好。
- 信念 08：假如我不能，我一定要；假如我一定要，我就一定能。
- 信念 09：成功者絕不放棄，放棄者絕不成功。
- 信念 10：成功者願做失敗者不願做的事情，所以他成功。



銷過輔導 Q&A



1. 為何要銷過？

- (1) 鼓勵改過自新、消除不良記錄、激發榮譽感，奮發向上、敦品勵德。
- (2) 大專校院入學管道有學校會要求提出高中職階段「無記過」或「無大過」證明。
- (3) 高三申請部份獎項，也必須提出「無記過」證明。

2. 何時可進行銷過？

當收到處分通知後，可至個人獎懲紀錄查詢，若有登錄，即可辦理銷過輔導。

3. 銷過程序為何？

- (1) 先至學務處校安老師檢查服儀，核發服儀合格證明單。
- (2) 帶著服儀合格證明單至輔導處領取學生銷過輔導申請表，輔導老師確認懲處紀錄及記過日期，蓋章後方才生效。
- (3) 經原簽處教師及導師同意後，始可邀請導師、任課教師或校安老師擔任銷過輔導教師，記大過者須有連署教師協助。
- (4) 銷過教師填寫銷過內容與時數，並請相關師長、處室蓋章，繳回輔導處。

4. 哪些懲處不能銷？

- (1) 月考考試舞弊，記「大過」不能銷。
- (2) 記過銷曠，當學期不能銷，須等下個學期確實改善，方可進行銷過。

5. 「功」「過」可以相抵嗎？

不行喔！懲處紀錄是並存的。

6. 銷過輔導有期限嗎？

自申請銷過單當天算起：(寒暑假期間可累積計算)

- (1) 警告一支—2 週內完成 輔導 3 次以上或 4 小時。
- (2) 小過一支—1 月內完成 輔導 6 次以上或 12 小時 (餘類推)。
- (3) 大過一支—2 月內完成 輔導 8 次以上或 36 小時 (餘類推)。

輔導期間表現良好，銷過輔導教師或校安老師得斟酌實際狀況准予提前會簽。

7. 銷過輔導方式有哪些？

可與銷過輔導老師討論進行愛班、愛校服務、晤談、觀察…，或至本校圖書館借書寫心得等等。

8. 懲處紀錄何時會註銷？

每學期期中、期末辦理兩次銷過會簽，不是銷過單繳來就立刻註銷。若有特殊需求記得需提出申請。

**重要**

學習小叮嚀

	就 學	生 活	生 涯 技 巧
高一	1. 各科學習方法 2. 了解多元升學管道 3. 學習歷程檔案建置 4. 選模組	1. 學校生活適應 2. 班級適應 3. 人際、親師溝通	1. 自我探索 2. 學習檔案蒐集
高二	1. 了解各項升學、就業管道 2. 參與各項競賽、檢定考試 3. 訂定升學目標 4. 選組	1. 情緒壓力管理 2. 時間管理 3. 人際互動	1. 生涯資料蒐集 2. 問題解決策略
高三	1. 參加大學學術科測驗、統測、分科測驗 2. 準備書面備審資料 3. 各項展覽 4. 參加相關比賽取得入學資格	1. 時間管理：學科、專題製作 2. 情緒壓力管理：考試、製作壓力調適	1. 生涯資料運用 2. 問題解決策略

【高一】

一、紮實學習，以厚植實力：

學科課程是四技二專統一入學測驗國文、英文、數學的範圍，術科課程是專業基礎科目，要盡自己最大努力，達到最好的學習效果。

二、探索自己的能力及發展：

1. 參考測驗解析及學業成就表現。
2. 參加社團及其他活動，了解自己的能力。
3. 與師長親友對談，了解自己在別人眼裡，擁有的優勢及須補強的弱勢。
4. 建立「**學習歷程檔案**」。

【高二】

一、個人資料累積、製作學習檔案：檔案的建立是學生證明自我學習成就的重要證據，所以從高一養成蒐集、整理學習歷程心得、感想與歸納學習資料、成果的習慣。從各種不同角度來證明自己的優點，發現自己的不足，給自己更多時間自我反省，以便掌握發展的優勢、劣勢、機會和威脅。在高中三年的學習黃金期蒐集並保存入學所需的備審資料，例如：學業成績表現（歷年學期成績單）；「競賽成果」獎狀；班級幹部證明；社團參與等表現或成果等以及作品集準備，用心做好自己的學習檔案。

二、了解大學或四技二專各類升學管道，研究未來想就讀的校系，高二就要開始加強國、英、數、社會、自然或專一等學科了。

三、術科專業能力之提升：大學術科考素描、彩繪技法、創意表現、水墨書畫、美術鑑賞；四技二專設計群專一考文字學、色彩學，專二考基礎設計實作，商管群專一考商業概論、計算機概論，專二考會計學、經濟學，配合術科老師的教導，多多充實術科之能力。

四、參考各項升學網站，深入了解各項招生考試類型。

【高三上】

一、高二升高三的暑假預先排定高一、高二學術科複習計畫並確實完成。

二、詳讀各項招生簡章：確定各升學管道最新招生規定與條件。

三、考慮是否報名參加大學「學科能力測驗」，以取得「申請入學」及分科測驗分發部分校系的參加資格。

四、依個人興趣及各系所需，考慮是否報名參加大學「術科」及英聽考試。

【高三下】

一、考慮是否參加大學「申請入學」：斟酌個人的能力及興趣，並考量「學科能力測驗」成績，選擇合適的校系申請，每人最多可選填 6 個校系。

二、通過「申請入學」第一階段篩選的同學，準備參加第二階段甄選書審資料，包含作品集、自傳、歷年成績單等，以及面談或術科測驗等等。

三、未通過或未參加或放棄錄取大學「申請入學」的同學可報名參加「分科測驗」。以「分科測驗」考試成績及「學科能力測驗」成績（部分校系需要檢定）選填合適的校系，每人最多可填 100 個。

四、考慮是否報名參加四技二專「統一入學測驗」，以取得甄選入學及登記分發等資格。

五、通過四技二專「甄選入學」一階篩選的同學，準備參加第二階段考試，書審資料包含作品集、自傳、歷年成績單等，以及面談或術科測驗，每人最多可選填 6 個校系。

六、通過乙級檢定、全國技能競賽、專題製作競賽、全國學生美展得獎者，可報名參加四技二專技優甄審。

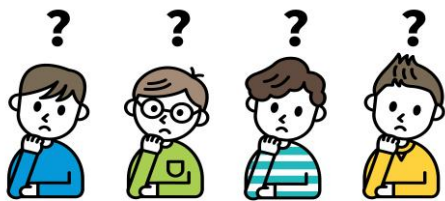
七、未通過或未參加或放棄錄取四技二專「甄選入學」的同學可報名參加日間部「聯合登記分發」。選填合適的校系，每人最多可填 199 個志願。

八、報名參加大學進修學士班或四技進修部二專夜間部各校獨招。

高一到高三似乎都有忙不完的功課與事務，但是只要個人做好規劃，配合老師的進度以及學校的行事曆，按部就班，「成功」必定就在你眼前，加油吧！

九、生涯資訊 e 點靈

1. 大學入學考試中心：了解大學多元入學管道及測驗考試。
網址：www.ceec.edu.tw
2. ColleGo!大學選才與高中育才輔助系統：
校系介紹、入學管道查詢、各校系升學管道及考科。
網址：collego.ceec.edu.tw
3. 哈學網：招生、考試、升學輔導、升學資料查詢、學科網站。
網址：w3.mingdao.edu.tw/ceec/
4. 大學甄選入學委員會：
甄選入學招生事務、甄選入學簡章校系分則查詢。
網址：www.caac.ccu.edu.tw/
5. 大學考試入學分發委員會：
分發招生事務、各校系最低錄取分數查詢。
網址：www.uac.edu.tw/
6. 大學術科考試委員會：音樂、美術、體育術科考試試務。
網址：www.cape.edu.tw/
7. 技專院校入學測驗中心：了解四技二專多元入學管道及測驗考試。
網址：www.tcte.edu.tw/
8. 技專校院招生策進總會：了解各類招生資訊，入學管道查詢。
網址：www.techadmi.edu.tw/
9. 技專校院招生委員會聯合會：
推甄、技優保甄等甄選入學招生事務查詢。
網址：enter42.stut.edu.tw/
10. 四技二專日間部聯合登記分發委員會：
分發招生事務、各類最低錄取分數查詢。
網址：union42.stut.edu.tw/
11. 科技校院繁星計畫聯合推薦甄選
網址：star.jctv.ntut.edu.tw/



畢業學分計算



國中和高中最大的不同就是學年學分制，也就是必須通過一定的學分數才能領取畢業證書，若無法取得畢業證書，不僅枉費了自己的高職生涯，若未來大專校院也沒畢業，那麼最高學歷就只是個國中畢業而已…

(◎重修：若有科目學期成績 40 分以下，就表示該科目的學分沒有拿到，也就是所謂的「被當」，為了取得畢業證書，就必須利用夜間或寒暑假來重補修，不僅要多花一筆錢，難得的放假休息時間也會全部泡湯…)

一、符合下列情形者，准予畢業，並發給畢業證書：

1. 修業期滿，應修習總學分 180-192 學分，學生畢業之最低學分數為 160 學分成績及格，其中部訂必修需 111-136 學分且至少 85%成績及格，另依成績考查辦法規定，必修不及格科目應予以重修及格。
2. 專業科目及實習科目至少須修習 80 學分以上，其中至少 60 學分及格，含實習（含實驗、實務）科目至少 45 學分以上及格。
3. 修業期間德行評量之獎懲紀錄相抵後，未滿三大過。
4. 修業期間未逾五年(包括重讀、延修，但不包括休學)

二、修業期滿，修畢課程綱要所定應修習課，且取得 120 個畢業應修課程，而未符合前款規定者，發給修業證明書。

(⇒ 詳細規定請參閱教務處課程手冊)



三、各類證照取得

各科同學可參與的專業技能或語言檢定之職類與範圍彙整如下：

(一) 勞動部勞動力發展署技術士技能檢定類

技能檢定合格者稱技術士，由中央主管機關(勞動部勞動力發展署技能檢定中心)統一發給技術士證。乙級技術士證從 111 學年度開始依各招生類別之專業相關程度分為「低度相關」、「中度相關」及「高度相關」並調整優待加分比率為 4%、8%及 15%。

1、科別可應考職類

可應考職類 \ 科別	美工科	資料處理科	廣告設計科	室內設計科	美術科
11800 電腦軟體應用	V	V	V	V	V
12000 電腦硬體裝修		V			
14600 金銀珠寶飾品加工	V				
14901 會計事務(人工記帳)		V			
14902 會計事務(資訊)		V			
17300 網頁設計	V	V	V	V	V
18100 門市服務		V			
19103 印前製程	V	V	V	V	V
20000 國貿業務		V			
20100 視覺傳達設計	V	V	V	V	V
20400 攝影	V	V	V	V	V
21101 建築製圖應用(電腦繪圖)	V		V	V	
21102 建築製圖應用(手繪圖)	V		V	V	
21200 竹編	V				
21300 陶瓷手拉坯	V				

2、職類／級別介紹

可應考職類	級別	檢定範圍
11800 電腦軟體應用	丙	具基本電腦知識並能操作電腦處理辦公室文書工作。
	乙	具備電腦基本知識並能操作電腦處理辦公室文書工作。及得應用套裝軟體及特殊軟體以改善業務，提高工作效率之能力。
12000 電腦硬體裝修	丙	丙級為具備從事微電腦及週邊設備操作、組合、測試及簡易維修，並能安裝完成微電腦系統之能力。
	乙	乙級為具備能作微電腦及週邊設備之故障測試、判斷和維修，亦能控制和應用微電腦週邊設備之介面的能力。
14600 金銀珠寶飾品加工	丙	具備按圖取料、製作、裝配、修改、各種基礎金銀珠寶飾品等能力。
	乙	具備基礎造型設計、繪圖及按圖施工、金屬與寶石材料之認知及應用、寶石鑲製作、裝配、修改、各種金銀珠寶飾品。
14901、14902 會計事務(資訊) (人工記帳)	丙	具備從事各行業之基本帳務處理工作能力。
	乙	具備從事各行業之會計處理工作能力。
17300 網頁設計	丙	具備從事於視窗環境的網站架設與管理、網頁製作、發布與維護及網頁物件的運用能力。
	乙	具備視窗環境的網站架設與管理、網頁製作、測試及網頁物件的運用能力，並具備網站資料庫規劃與設計、網頁程式設計及視覺設計等能力。
18100 門市服務	丙	具備從事流通服務業門市商店之第一線從業人員，參與店鋪營運之各項執行工作，並應具備基礎之零售商業概念。
	乙	具備從事流通服務業門市之管理人員，參與門市營運之各項指導與派任工作，並應具備管理行政及危機處理能力。
19103、19105 19102、19104 印前製程	丙	具備從事圖文組版之編排、各種平版製版工作的能力。
	乙	具備從事圖像、文字和影音的輸入、處理和跨媒體輸出工作的能力。
20000 國貿業務	丙	具備從事各行業之進出口貿易業務能力。
	乙	具備獨立從事各行業之進出口貿易業務能力。
20100 視覺傳達設計	丙	具正確使用各種繪圖工具，並具基本視覺傳達設計知識，以從事視覺傳達設計之媒體製作執行作業的能力。
20101、20105 視覺傳達設計 (識別形象設計)	乙	具備正確使用各種繪圖工具、材料設備，並具備識別形象設計相關理論與設計方法，以從事識別形象設計各項內容之設計與執行作業能力。
20102、20106 視覺傳達設計 (平面設計)	乙	具備能正確使用各種繪圖工具、材料設備，並具備平面設計相關理論與設計方法，以從事平面設計各項內容之設計與執行作業能力。

可應考職類	級別	檢定範圍
20103、20107 視覺傳達設計 (包裝設計)	乙	具備能正確使用各種繪圖工具、材料、設備，並具備包裝設計相關理論與設計方法，以從事各項包裝外觀、結構之設計與執行作業能力。
20104、20108 視覺傳達設計 (插畫)	乙	能正確使用各種手繪及電腦繪圖工具、材料設備，並具備插畫相關理論與設計方法，以從事插畫設計各項內容之設計與執行作業能力。
20400 攝影	丙	具備協助從事平面攝影及相關工作之能力。
	乙	具備從事平面攝影及相關工作之能力。
21100 建築製圖應用 (電腦繪圖) (手繪圖)	丙	具備以電腦及手繪設計繪製基本建築繪圖能力。
	乙	具備繪製請照圖及施工圖等專業建築圖樣。
21200 竹編	單一級	具備從事竹材的選擇、材料處理、竹篾製備、藤材應用、成品塗裝、成品的保養與維護。
21300 陶瓷手拉坯	丙	從事練土、識圖、拉坯、修坯、坯體附件整接、生坯乾燥及管理。應具知能：應具備下列各項技能及相關知識。

3、報名／參加管道介紹

管道名稱	主辦單位	說明
全國	勞動部 技能檢定中心	每年分三梯次受理報名(自行書面或網路報名)，報名時間依簡章規定(1月、5月、9月) 受理職類依每梯次公告職類報名(依簡章規定) 簡章可到全省全家便利商店購買
在校生 工業類	新北市立 新北高工	每年12月受理報名(由學校統一收件) 受理職類：電腦軟體應用、印前製程、建築製圖應用等及其他 簡章由主辦學校印售
在校生 商業類	新北市立 三重商工	每年12月受理報名(由學校統一收件) 受理職類：視覺傳達設計、會計事務、網頁設計等及其他 簡章由主辦學校印售
即測即評	各承辦單位 (依簡章)	每年2-10月受理報名(須自行前往承辦單位辦理報名) 受理職類：依簡章中各承辦單位自行規定 簡章可至全省全家便利商店購買

(辦理單位：勞動部勞動力發展署技能檢定中心、教育部)

(二)語言類能力認證

1、英語相關證照

證照名稱	發照單位	證照簡介
TOEFL	美國教育測驗服務社(ETS)	想申請入學美加地區大學或研究所，「托福」成績單將可能是必備文件之一。
TOEIC	美國教育測驗服務社(ETS)	多益測驗乃針對英語非母語人士所設計之英語能力測驗，測驗分數反映受測者在國際職場環境中與他人以英語溝通的熟稔程度。

證照名稱	發照單位	證照簡介
GEPT 初級	語言測驗中心	全民英檢 GEPT 就是指「全民英語能力分級檢定測驗」，係由教育部補助研發，自民國 89 年起由財團法人語言訓練測驗中心主辦，陸續推出初級、中級、中高級、高級及優級測驗。初級、中級及中高級每年舉辦兩次，高、優級則每年 1 次。 具有基礎英語能力、能理解和使用淺易日常用語、英語能力相當於國中畢業者、約托福 450 分。
GEPT 中級		具使用簡單英語、進行日常生活溝通、進行日常生活溝通、約托福 500 分
GEPT 中高級		英語能力逐漸成熟，應用領域擴大，雖有錯誤，但無礙溝通，相當於大學非英語主修系所畢業。約托福 550 分
GEPT 高級		英語流利順暢，僅有少許錯誤，应用能力擴及學術或專業領域，英語能力相當國內大學英語主修系所或曾赴英語系國家大學或研究所進修並取得學位。約托福 600 分
GEPT 優級		通過優級測驗者，英語能力接近受過高等教育之母語人士，各種場合均能使用適當策略作最有效的溝通。

(辦理單位：臺灣大學語言訓練測驗中心)

2、日語相關證照

證照名稱	發照單位	證照簡介
JLPT N1	交流協會 主辦 語言測驗 中心協辦	本測驗係由「財團法人日本國際教育支援協會」及「獨立行政法人國際交流基金」分別在日本及世界各地為日語學習者測試其日語能力的測驗。能理解在廣泛情境之下所使用之日語 【讀】：可閱讀話題廣泛之報紙社論、評論等論述較複雜較抽象之文章，並能理解其文章結構及內容。能閱讀各種話題內容較具深度之讀物，並能理解其事情的脈絡及詳細的表達意涵。 【聽】：在廣泛的情境下，可聽懂常速且連貫之對話、新聞報導及講課，且能充分理解話題走向、內容、人物關係及說話內容之論述結構等，並確實掌握其大意。一律採網路登錄資料
JLPT N2		除日常生活所使用日語外，亦能大致理解較廣泛情境下之日語 【讀】：能看懂報紙、雜誌所刊載之各類報導・解說、簡易評論等主旨明確之文章。能閱讀一般話題讀物，並可理解事情的脈絡及其表達意涵。 【聽】：除日常生活情境外，在大部分情境中，能聽懂近常速且連貫對話、新聞報導，亦能理解話題走向、內容及人物關係，並可掌握其大意。一律採網路登錄資料
JLPT N3		能大致理解日常生活所使用之日語 【讀】：可看懂日常生活相關內容具體之文章・能掌握報紙標題等之概要資訊 日常生活情境中所接觸難度稍高之文章經換個方式敘述，便可理解其大意。 【聽】：在日常生活情境中，面對稍接近常速且連貫之對話，經結合談話之具體內容及人物關係等資訊後，便可大致理解。
JLPT N4		能理解基礎日語 【讀】：可看懂以基本語彙及漢字描述之貼近日常生活相關話題之文章。 【聽】：能大致聽懂速度稍慢之日常會話。

(辦理單位：由日本國際交流基金會與日本國際教育支援協會共同舉辦)

3、中文相關證照

證照名稱		發照	證照簡介
CWT 全民 中檢	基礎等	電腦技能基金會	本項測驗是專為以華語為母語的現代人士所研發，針對中文讀寫能力而設計的診斷型測驗，歷經產業用才及學校教學需求調查，並邀集各界專家以嚴謹流程發展而成，具有極高信效度。校園老師也認同中文證照的開發，更希望以進入技專院校前應有的語文能力為優先，以便評估入學新生程度，做為課程銜接的參考。 了解作文稿紙的使用方法，並能正確使用基本標點符號。 閱讀及寫作中能自行構思，表達通順語意，具備基本語文邏輯。
	初等		擁有基礎國語文學識，認識常用文字，能掌握單純語境的變化應用。 能正確運用標點、詞彙、基本句型及分段表達能力，以陳述想法。
	中等	中文能力測驗中心	能夠精準審題，選取適切的材料以表達意見。 熟習字詞句型，能理解文法，並掌握常用修辭的用法。
	中高等		能獨立思考，以文字表達足以說服他人的論點。 能配合語言情境，理解字詞和文意轉化，且能分辨文法與修辭效果，並能分析歸納閱讀材料。
	高等		擁有優異的知識和理解力，能以相當正確的結構和豐富的表現力傳達意見。 閱讀過程能進行精準的條列、歸納與分析推理，並展現應用能力。
	優等		所具備之中文應用能力可擴及學術或專業領域，有深刻的洞察力，能透過正確的結構和豐富的表現力來書寫文章，並具備評閱、指導能力。具備語文的分析、綜合與評鑑能力，且能展現專業領域的語文特長。

(辦理單位：財團法人電腦技能基金會)

4、其他語言相關證照

證照名稱	發照單位	證照簡介
客語能力認證	行政院客家委員會	為加強客語之使用能力(指客語之聽、說、讀、寫能力)、鼓勵全民學習，提高客語之服務品質，並落實客家文化傳承之任務，特舉辦客語能力認證考試。 ■測驗範圍：方言差異分四縣、海陸、大埔、饒平、詔安等腔調 ■測驗級別：初級、中級、中高級。
閩南語語言能力認證	教育部台灣師範大學進修推廣部	教育部為推廣閩南語，鼓勵全民學習，並為加強閩南語教學人員之語言能力，以利閩南語教學、傳承及推廣，特舉辦本認證考試。 ■測驗範圍：考試之書寫系統以教育部公告之「臺灣閩南語羅馬字拼音方案」(臺羅正式版)與「臺灣閩南語推薦用字」(700字詞)為標準。 ■測驗級別：入門、基礎、進階、高階、流利、精通。
原住民族語能力認證	原住民族委員會	原住民族語教學之本質為文化教學，故原住民族語教學，應依據原住民文化的屬性、族群差異、居住地區等條件規劃彈性方式，積極營造貼近族群文化的族語學習環境，以自然輕鬆的方式學習族語。 ■測驗範圍：包括9階教材1-4階、高中版句型篇、基本詞彙500詞。 ■測驗級別：初級、中級、高級、薪傳級。 原住民學生取得中級以上之合格證書，在升學技術校院四年制、二年制、專科學校二年制或大學35%加分優待(未取得證書者，僅可加10%)

(三)技藝類能力認證

1、英語相關證照

證照名稱	發照單位	證照簡介
MOS	Microsoft	MOS 中文稱為「微軟 Office 專家認證」，是唯一獲得微軟所認可的 Office 軟體國際性專家認證。 MOS 的一般資格認證分成三種類別：1. Core-標準認證 2. Expert-專業認證 3. Master-大師級認證。 ■考試的科目計有 Word、Excel、PowerPoint、Access、Outlook 等五科。
TQC	中華民國電腦技能基金會	企業人才技能認證（TQC）針對企業用才需求，提出來的一項整合性認證。這項認證是經過詳細調查、分析各職務工作需求，確認從事該項職務究應具備哪些電腦技能，再對所有電腦技能測驗項目重新歸類整合而成。對求才企業也提供了更快速、更客觀、更簡化的人才甄選程序。 ■測驗項目：WORD、EXCEL、PPT 及其他
ACE 認證	Adobe	Adobe 公司規劃的 ACE 認證系列，通過認證考試成績合格，便可成為 Adobe 所認可的軟體操作專家。提供多媒體或平面設計師一個專業且全球通行的認可資格。 ■測驗項目：After Effects、Illustrator、InDesign、PageMaker
AutoCAD 國際認證	Autodesk	Autodesk 認證考試分為理論基礎測試和操作繪圖測試兩部分，考試題目由 Autodesk 題庫中隨機抽取，對考生的獨立操作能力和獨立解決問題的能力進行綜合測試。通過認證考試的學員將獲得由 Autodesk 公司統一頒發的認證考試國際證書。通過認證的學員，可以獲得 Autodesk 原廠核發的國際證書、E-Logo、並會在 Autodesk 認證官方網站公佈考取資料。 AutoCAD 具有功能強、易掌握、使用方便、良好的系統開放性等特點，一直深受世界各國、各專業工程設計人員的歡迎，廣泛應用於各個領域。通過 Autodesk AutoCAD 國際認證，您將深入瞭解人機交互介面，並運用 AutoCAD 來進行圖形組織和圖檔管理、工作過程的管理、3D 建模以及列印和發佈圖紙。同時此認證運用實作題檢測，充分展現個人軟體操作熟練度，可作為在專業技能上有利佐證。
3ds Max Design 國際認證	Autodesk	Autodesk 3ds Max Design 2010 認證考試是由 Autodesk 設計的原廠認證考試，除了可以提供業界作為審視人才能力的依據外，也可讓使用者對自我能力做正確的評量。透過原廠認證考試，使用者能對 3ds Max Design 有深一層的瞭解，進而能更正確的使用軟體、提高工作效率、與提昇創作作品的品質。
Maya 建模動畫國際認證	Autodesk	Maya 為世界電影工業、動畫娛樂產業極為普及的動畫工具。Maya 為動畫相關從業人員的全能創作工具，然而為配合產業細膩的分工，考題研發聚焦於動畫師必備的建模與動畫 (Models to Motion) 專業知識與綜合技能，提供業界作為審視相關人才能力的依據。
Maya 視覺特效國際認證	Autodesk	Maya 視覺特效師同樣針對業界分工，強調檢測考生於動畫場景的模擬、視覺效果 (Visual Effects and Simulation) 的專業知識與技能運用。

證照名稱	發照單位	證照簡介
Rhino Pro/E 認證	曲面實業有限公司	Rhino 是為設計和創建 3D 模型而開發;Pro/E 則主要用於 3C 產品的機構設計及產品設計。針對從設計稿、手繪到實際產品,或是只是一個簡單的構思,軟體提供曲面工具可以精確地製作所有用來作為渲染表現、動畫、工程圖、分析評估以及生產用的模型。方便建立任何可以想像的造形,同時也完全符合設計、快速成形、工程、分析和製造從飛機到珠寶所需的精確度。
街頭藝人 認證	行政院文化 建設委員會	行政院文化建設委員會為推動台灣之街頭藝術表演,傳承與發揚街頭藝人之特殊技藝,使台灣街頭藝術得以興盛,並登上國際觀光舞台。
人像速寫 認證	復興商工 教務處	為加強教育與訓練成效,建立學校優良傳統與傳承,提昇技職學校學生之技能水準,鼓勵學生參加人像速寫專業認證,以取得復興商工人像速寫專業認證,俾利將來就業與升學。 ■測驗級別:初階、中階、Q 版、高階

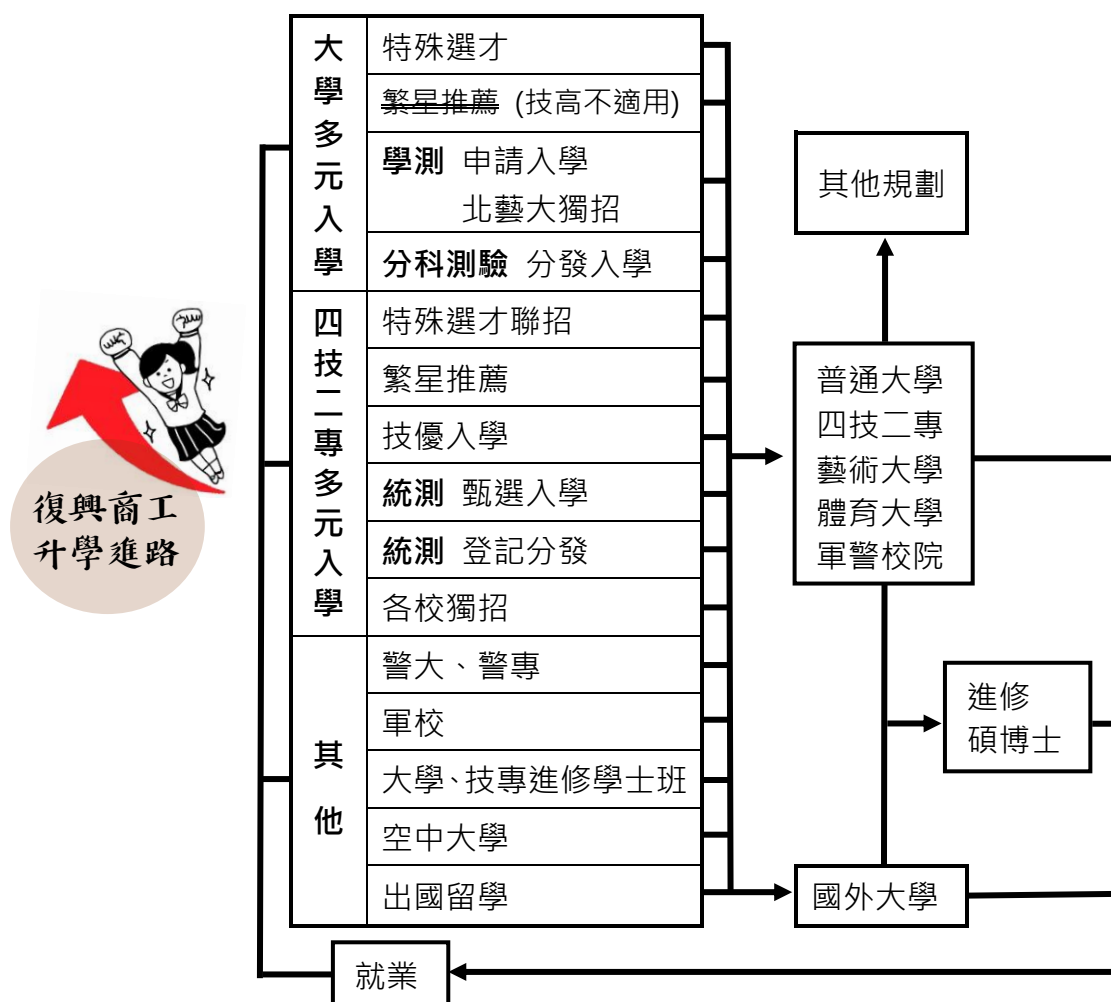


四、多元入學管道



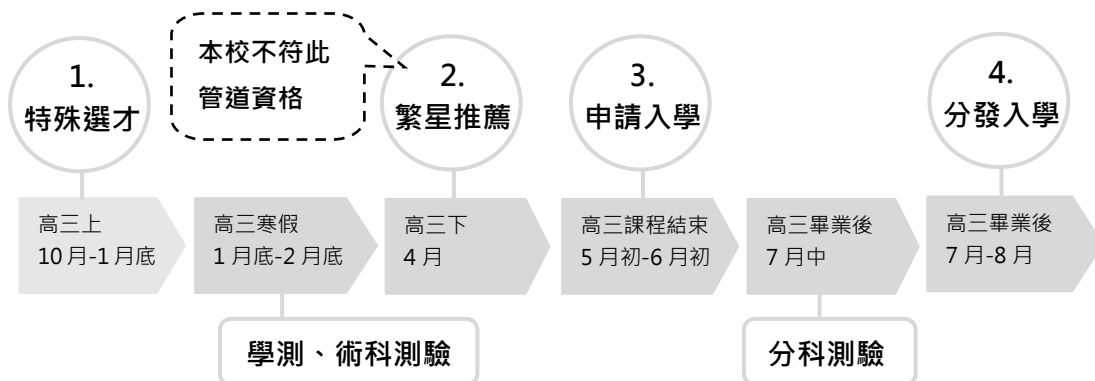
給復興新鮮人的小提醒：你以為考大學還很久？
現在就應該認識大專校院各項入學管道

比起高中生，高職生的入學管道又更加多元化，除了可參加四技二專統測考試並進行甄選入學或登記分發外，也有技職的繁星推薦，不需考試，以高職在學成績，作為申請的依據。另外，技優入學則分為甄審和保送兩種，主要提供擁有全國或國際競賽有優良表現或擁有傑出的專業技能的學生申請。除此之外，高職生除了科技校院的選擇，同樣也可透過參加大學學測進入一般大學就讀。





普通大學的升學管道



招生管道	招生管道	特質	採計項目
特殊選才	特殊選才	學生能探索自我與勇敢創新，有特殊才能、經歷、成就的多樣化	書審、面試
個人申請	申請入學/四技申請； 學測+學習歷程 (3年6學期完整學習)	適性選才，書審/學習歷程是重要的一環，從高一開始彙整，二階學習歷程檔案佔比例比紙筆考試分數還高。採計3年5學期修課紀錄，以及多元表現的「學習歷程」，提供審查	學測、書審、面試； 選填志願分發
四技申請	⇒ 四技申請本校僅限美術科報考		
獨立招生	獨立招生	運動、美術、音樂績優及各校進修學士班	書審、術科考試、面試
考試分發	分發入學： 學測+分科測驗	依分數選完校系，填寫100個校系志願直接分發	筆試、選填志願分發

⇒ 確認目標科系，規劃各管道明確戰略



⇒新鮮人小提醒：你以為上大學還很遠，其實現在就該認識大學入學管道

剛進入高中，同學們忙著適應新校園、新同學，甚至是新的上課方式，你是不是覺得有好多事情既新鮮又充滿挑戰？在各種嶄新資訊中，我們想提醒你注意一項可能被忽略，但其實非常重要的訊息，也就是大學入學管道。你可能覺得認識大學入學管道應該是高三生的任務，離你還很遙遠，但其實高中三年經驗累積都會對未來升學帶來很大的影響，若是及早開始準備，就不會到高三時還要一邊忙著準備考試，一邊想辦法補齊自己不足的學習歷程與成果，陷入焦頭爛額的窘境。因此，初步認識未來會面臨的三種普通大學入學管道，並想想自己可以怎麼利用時間規畫一段豐富的學習之旅。

以下將介紹「特殊選才」、「申請入學」、「分發入學」等入學管道的相關資訊，以及相對的思考方向。

【特殊選才】

由各大學校系主辦，目的在於招收多元化學生，「有特殊表現或才能」的學生，另也提供經濟弱勢或新住民及其子女…等入學名額，提高弱勢學生向學的機會。因此，各校系自行針對具有特殊才能、經歷或成就的學生開放名額，只要符合校系所訂立的條件，不需學測、分科測驗就有機會入學就讀。另外，只要學生擁有特殊專才，即使是台灣體制學校以外，如境外臺生、實驗教育學生、持境外學歷報考…等，也有機會以此方式獲得入學機會。各校系依自辦考試，進行資料審查或面試，部分校系有筆試環節。簡章通常在每年 9-10 月間由各校自行公布，並進行甄選，最晚隔年 1 月就會放榜。

你可以這樣思考：特殊選才招收的對象為具有特殊才能或經驗的學生，採取此一升學管道，意味著你可能具有特殊的身份，或在某個專項表現中投入絕大多數的精力，且能取得相當的成就。特殊選才提供同學另一個機會，同學可在高中階段先專注於自己有興趣的學習領域，若未來因此更加深入，在專項中取得絕對優勢，於高三時可將特殊選才管道納入考量。

【申請入學】

申請入學是一種以學測成績為基礎，加上在校成績、學科外的多元表現為評選標準的甄選入學模式。大學校系在篩選時，最多只會採計四科學測成績，同學可依所欲申請的校系自由選考不同科目。此外，也有部分校系在學測成績外採計術科測驗、英聽、大學程式設計先修檢測（APCS）等，申請前須多加注意。

藉由學測成績，每位同學最多可以申請六個校系，經過兩階段的甄選，通過後才會獲得入學資格。第一階段是學測成績的篩選，通過後才進入到第二階段的指定項目甄試。甄試的內容由各校系自訂，除了學習歷程檔案資料審查，有些校系也會要求面試、筆試或是現場實作等。

你可以這樣思考：選擇申請入學同學，不但需要在學測中取得成績，更要以高中期間的學習歷程與成果，向心儀的大學校系展現自己對於相關領域的學習潛力。若你樂於在課堂之外探索不同的知識，並能兼顧學業表現，在這個管道中，可以更多留意自主學習和多元探索，以及學習軌跡的紀錄和反思喔！

【分發入學】

分發入學是唯一考程延續到高中畢業後的大學入學方案，單純採計「分科測驗」及「學測」的成績為依據錄取。學測考試科目包括國文（含國語文寫作）、英文、數學 A、數學 B、社會及自然；而分科測驗考試科目包括數學甲、物理、化學、生物、歷史、地理及公民與社會等，範圍包含部定必修與加深加廣選修科目。各校系訂定的採計科目在三到五科之間（包含學測、分科測驗和術科），並且一定會包含至少一科分科測驗的科目。

你可以這樣思考：分發入學完全以考試成績作為取才標準，因此相對於其他的升學管道，更適合想要以學科成就展現自己的同學。若你希望採取此一升學管道，則需要投入更多心力在學科上，以應付分科測驗中較具深度與廣度的考題，並需要承受更長時間的考試壓力。

因就讀技高且選擇設計、商管群科系，若已有明確目標，了解需準備何種科目、準備到何種程度；或想考取某個學群，學習歷程又該準備哪些資料，都是我們該考前規劃好的「備考戰略」，清楚認知各科的準備方向：

【學測國文】：

學測國文「手寫」分數佔一半以上，因此作文，簡答的好壞成為國文高分的關鍵，另外，在國文無邊無際的範圍中，如何有效抓到考試方向並加以練習，成為是否頂標的絕對關鍵，常考的古文 15 是否熟悉、閱讀文章後是否極短時間抓到問題核心、常出的語意字形基本功有沒有打底打穩，都將決定這只有一次機會的關鍵勝負。

【學測英文】：

單字量表面上考「4500 單」，但實際仍須以「7000 單」為考試基本配備，而閱讀速度取決於自我單字量，唯有「理解速度加快，才能連帶加快閱讀速度」，並且單字量足夠，英聽能力將會更加提升，而非一味的只聽但不知其意。文法與寫作取決於素材的多寡與整理，切記！語文是工具，但發自內心學英文就是為了應用，才能使英文成績真正有所提升。克漏字填空、文意選填、篇章結構、閱讀測驗及混合題共五大類，絕對會讓你寫題有感。

【數學 A、B】：

兩大問題：(1)近兩年數 A 爆難考完後哀號聲遍野，多數自然組同學仍考數 B 搶社會組同學飯碗；(2)題目的敘述不在是那麼直觀，計算量與觀念細節較以往的學測更吃重，常使明明會的題目因題目題意不瞭解而失去分數。到底如何練好數學：(1)懂規則：數學為文字、圖形之抽象學科，若不知其遊戲規則、公式，即便頭腦再好仍不知其所以然；(2)要活用：通往目的地的路徑絕對不能只有一條，若你常走的路被出題老師途中設下陷阱，該題分數就沒了，可多解嘗試不同思考方式才是拿分關鍵。

【學測自然】：

大學採計科目減少，大學端為鑑別學生自然科程度，將於二階特別筆試、面試，其內容多為「選修物理、化學、生物」之範圍，若欲以頂大為目標，勢必不可將選修範圍的自然科放棄，而應是「複習、進度同步進行」，且選修物化內容又與學測範圍為螺旋式重疊，將可加強看題的熟練度與思考廣度，增加答對機率。

【學測社會】：

確認大學相關校系，是否分科測驗將採計公民、歷史或地理，作為準備基本學測之出發點，若所選科系為七月分科測驗採計，不僅僅唸完學測範圍，更應準備好選修部分。社會科準備方法無它：記憶→理解→串聯整理→活用內化。

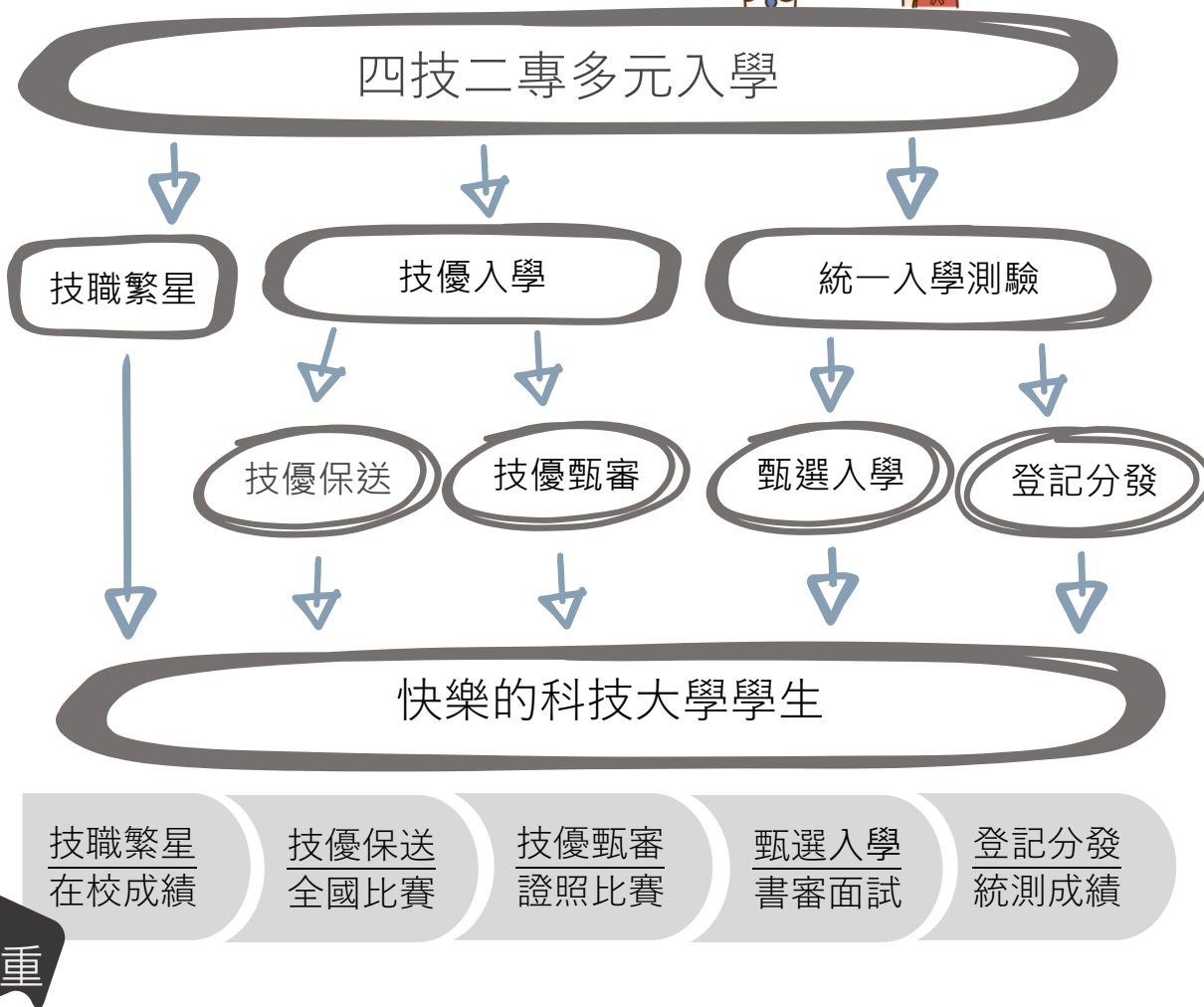
【美術術科測驗】：

美術組的考試項目包括：素描、彩繪技法、創意表現、水墨書畫、美術鑑賞等五項，可自由選擇報考且數量不限，各項滿分為 100 分，故同學可依自己的專長以及大學校系採計之術科項目來選擇報考。

要注意的是，水墨書畫分為水墨畫與書法兩考科，同學兩科皆須應考，若有一科缺考，則水墨書畫整項考試不計分喔。

而在考場中，考試紙材皆須使用委員會所提供的紙張，所以不用自行準備。在書畫用具部分，也只能攜入報考項目所規定之筆、顏料或工具等媒材。不能使用各樣的畫架、形板及其他道具，只能使用考場提供的畫板和吹風機。這些細節要多加留意，以免違規影響考試成績。

四技二專升學管道



四技二專甄選入學、四技二專日間部聯合登記分發及部分四技二專進修部單獨招生學校皆可採計四技二專統一入學測驗成績，考生僅須參加一次統一入學測驗，即可享有多個升學管道的機會，因此請考生除了報考統一入學測驗之外，記得要另行報名參加採計統測成績之招生管道，才可獲得分發錄取的機會。

曾參加技藝技能競賽得獎、取得乙級以上技術士證或考取專技人員普考及格證書的同學，可參加技優入學。技優入學分為保送及甄審入學兩種入學管道，讓具備技能專長、實作能力的優秀學生擁有更寬廣的升學機會。

應屆技高畢業生可經過校內推薦機制遴選，藉由繁星推薦使每一所技術型高中具有潛力之優秀學生，皆有就讀優質科技校院之機會。

而具備特殊經歷、專業領域、背景、成就之學生，可藉由「四技二專特殊選才聯合招生」入學管道發揮所長繼續在專業領域深造精進。一般的普通科學生，則須取得當學年度學科能力測驗成績，才可參加申請入學。

⇒ 技專校院招生委員會聯合會 <https://www.jctv.ntut.edu.tw/>可查詢相關資訊



四技二專的考試：統一入學測驗

1. 辦理單位：技專校院入學測驗中心（網址：www.tcte.edu.tw）
2. 測驗對象：高職畢業生或具同等學力資格者（符合測驗報考資格之考生，不一定符合所有招生委員會之招生資格）。
3. 測驗次數：一年一試用於登記入學管道。
4. 四技二專統一入學測驗考科規劃：

規劃群別	測驗中心規劃考科
設計群	(1) 色彩原理、造型原理、設計概論 (考科為高一必修課程，務必好好學習) (2) 基本設計實習、繪畫基礎實習、基礎圖學實習（術科考試）
商業與管理群	(1) 商業概論、數位科技概論、數位科技應用 (2) 會計學、經濟學
外語群英語類	(1) 商業概論、數位科技概論、數位科技應用 (2) 英文閱讀與寫作(題型含選擇題與非選擇題) 初階英文閱讀與寫作練習、中階英文閱讀與寫作練習、 高階英文閱讀與寫作練習
外語群日語類	(1) 商業概論、計算機概論 (2) 日文閱讀與翻譯 日語文型練習、日語翻譯練習、日語讀解初階練習
藝術群影視類	(1) 藝術概論 (2) 展演實務、音像藝術展演實務
共同科	國文 適用以上各群類，並加考寫作測驗 英文 適用以上各群類 數學(A) 家政群幼保類、家政群生活應用類、衛生與護理類 數學(B) 設計群、商業與管理群、食品群、農業群、外語群英語類、 外語群日語類、餐旅群、海事群、水產群 數學(C) 機械群、動力機械群、電機與電子群電機類、電機與電子群資電類、 化工群、土木與建築群、工程與管理類 數學(S) 藝術群影視類

⇒（其他群別考科，請自行參考網址）

5. 可以同時報考兩種以上群類別的組合包括：
 - (1) 可同時考【電機與電子群電機類+電機與電子群資電類】
 - (2) 可同時考【家政群生活應用類+家政群幼保類】
 - (3) 可同時考【商業與管理群+外語群英語類】
 - (4) 可同時考【商業與管理群+外語群日語類】
 - (5) 可同時考【外語群英語類+外語群日語類】
 - (6) 可同時考【商業與管理群+外語群英語類+外語群日語類】

CHECK!

五、高一必懂學習歷程檔案



未來技高三年，除了學科成績之外，學習歷程檔案也是每一位技高生生活的重頭戲。有一些同學等到截止時間將至，才匆匆忙忙東補一塊、西補一塊的上傳檔案，其實非常可惜！所以趁早花點時間探索自我，先了解什麼是學習歷程檔案，並提早計畫能如何將興趣結合學習歷程檔案，便可以優雅地開始技高生活吧！

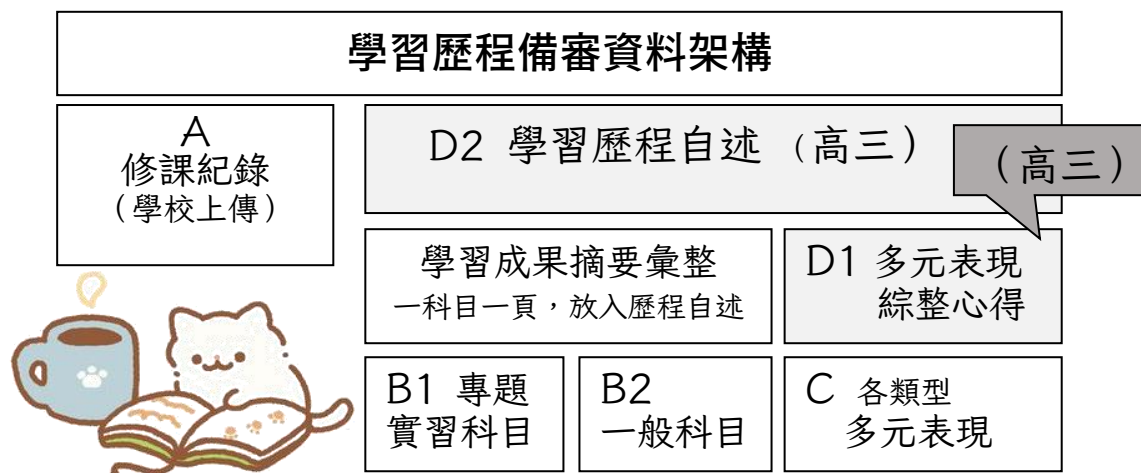
「學習歷程檔」包括：「基本資料」、「修課紀錄」、「課程學習成果」、「多元表現」，以及「其他」有利審查的資料。這些內容，建議同學從高一開始就要逐步累積，藉由修課與活動積極探索興趣，多元發展，藉此逐步找到生涯定向，不要等到高三準備升大學時才慌亂準備。

此外，在高三下學期利用學習歷程檔申請大學時，則需要撰寫「多元表現綜整心得」以及「學習歷程自述」，上傳至大學校系供教授審查。這兩部分，可說是同學反思三年求學歷程的心得與總結，就像是個人的學習履歷一樣，不管是課業學習上，或是課外活動上，盡情展現自己的能力與成長，並規劃未來展望。可以透過這幾個步驟開始規劃你的學習歷程：

- Step 1「探索」：學習歷程就是探索自我的歷程，抱持著開闊的心探索、認識各個領域，找到有興趣幾個方向後可加深學習。
- Step 2「設定具體目標」：從有興趣的領域開始找到可嘗試的事項，幫助你更認識自己喜不喜歡、適不適合朝這個方向繼續努力。例如對心理學有興趣，除了閱讀之外也可以詢問大學學長姐、或觀看線上開放式課程。
- Step 3「紀錄下來」：定期整理學習單與筆記，務必留下學習心得、反思，這會幫助你有意識地辨別自己的學習興趣及喜好。

高一起 逐步累積

高一開始就要累積的學習歷程檔資料包括：「基本資料」、「修課紀錄」、「課程學習成果」、「多元表現」。前兩者由學校老師上傳資料，後兩者則由同學自己上傳。



【基本資料】

「基本資料」包括同學的姓名、就讀班級科別、社團幹部紀錄等學籍資料。由學校教職人員每學期定時上傳。

【A 修課紀錄】

「修課紀錄」應屆畢業生由學校上傳，不須額外準備，同學就讀期間在校選修的所有課程紀錄與成績，包括必修、選修等科目，若有課程諮詢也會記錄其中，但課程諮詢紀錄並不會提交至大學端。也是由學校教職人員每學期定時上傳。對同學而言，若已有志願校系，則除了維持必修科目的好成績外，也建議多選修相關課程，展現對此專業學習的能力和熱情。

【B 課程學習成果】 可分為 B-1 專題、實習科目和 B-2 一般科目

「課程學習成果」必須由同學自行定期上傳，內容主要是同學在學校上課時所產出的各種作業或作品，必須經過任課教師的認證，是學習歷程檔的核心，也是將來升學時大學校系審查資料的來源。「課程學習成果」建議在高一高二期間就開始逐步累積，認真完成每項作業，多方探索自己的興趣與志向，再逐漸聚焦找出未來想就讀的大學校系。技高生之學習成果可分為 B-1 專題、實習科目和 B-2 一般科目，大部分學校要求各一件，其中，B-1「專題製作」是教授最想看到的學檔內容，一定要準備；專題中的「分工表」及「貢獻表」，可以看出在小組你的表現；最後對於專題的「心得反思」則是展現你對專題的全盤認識和未來展望，更蘊藏你在這個專業的潛力。

B-1 專題 學習歷程檔案的文字內容	
前言 1 頁	100 字簡述 說明專題製作的發想和初期準備工作
分工時程及貢獻 1-2 頁	利用圖表說明分工、專題時程及個人工作部份(強調)
製作過程的說明 視內容 3-4 頁	順利或挫折的地方 我們團隊一路上的製作和解決狀況 我個人的應對和貢獻說明(詳述) 老師對個人分工部份的回饋(可請老師簡要回饋簽名)
心得與反思 1-2 頁	心得與學習收穫(過程中知識學習或心情感受) 反思與延伸想法(新的知識的思考或運用)
精簡後專題內容	附上精簡的專題版本供教授參考 (用<超連結>連結雲端)

B-2 內容受限於只能上傳該學習的科目，如果還有高三下的實習或一般科目，也可以在學期最後做最後整理，在高三製作學檔時，因為有前兩年的學習經驗，相信在課程的理解和反思都可以更臻成熟。

B-1 專題 學習歷程檔案的文字內容

一、封面(1 頁)

- 1.校名
- 2.年級別/課程名稱
- 3.授課教師姓名
- 4.學生姓名、班級、座號

二、目錄(1 頁)

三、內容(共 5-8 頁，順序可依據學生的書寫方式調整)

《前言》1 頁

對課程的概述，
放在相關簡述。
⇒非常重要一定要寫

《心得收穫》

1 頁

《反思》

1 頁

《課程內容》2-5 頁

(A)步驟(含簡要說明)
(B)課程大綱/內容
或是活動流程

四、封底(1 頁)(謝謝教授的閱讀)

【C 多元表現】

C 為「多元表現」是同學就學期間課業成績以外的活動與表現，包括彈性學習時間、團體活動時間等的活動表現，須由同學自行定期上傳。「多元表現」可以展現個人特質與自主學習的能力，也是將來大學校系審查的重點。建議同學在高一高二期間積極參與各項活動，在自己的興趣領域中發揮，展現吸引大學教授的亮點。要提醒同學的是大學教授審查時著重的是過程與學習而非結果，因此就算競賽沒得獎，但從參賽準備與參賽過程得到的經驗與心得，甚至是失敗的反省或成長，都是有個人特色的學習歷程。

C 多元表現 學檔的架構內容

一、標題(兩到三行，視活動內容看是否需要封面)

第一行大標題：課程或項目名稱/活動名稱

第二行小標題：學生姓名、班級、座號

第三行小標題：授課教師名字/主辦單位 → 不一定需要，可省略

二、目錄(內容非常多則需要目錄，不然可省略)

三、內容(共 5-8 頁，順序可依據學生的書寫方式調整)

《前言》100 字

對該項目的概述或參與動機、放在學檔的相關簡述中。
⇒非常重要一定要寫

《活動過程》

簡要介紹過程

《心得反思》

一段心得(立即的心情)
一段反思(對全面性的看法)

多元內容若比較簡單，可以作到 1-2 頁 A4 即可，要加上照片。

高三時 收穫總結

以上四項都是同學在技高就讀期間逐步累積而來的學習歷程。而到高三升學時，則須為自己過去三年的收穫與成長做個總結，就是撰寫「多元表現綜整心得」和「學習歷程自述」。這兩項可說是學習歷程檔的最後一哩路。不過，並非所有升學管道都要求同學必須提供。

【D1 多元表現綜整心得】

「多元表現綜整心得」是高中職求學期間在課業外自主學習的總結與感想。字數不用多，但內容要有重點，並且要與申請的校系有關聯性。讓大學教授快速從中了解同學多元表現的累積與成長，藉此評估是否為學系所要求的人才。是高三下學期報名某些升學管道時，才需要撰寫的內容。

D1 多元表現綜整心得 的架構內容

一、 標題(兩到三行，不需要封面)

第一行大標題：多元表現綜整心得

第二行小標題：學校、申請學生姓名

二、 目錄(項目少)/簡表(項目多)：列出三年的多元項目

三、 內容(共 5-8 頁，順序可依據學生的書寫方式調整)

《精彩亮點》

橫向統整自己最特別的部份，
利用圖表呈現特質和個性。

⇒非常重要一定要寫

《多元表現摘要》

寫出每個項目所顯現的個人特質，
並說明如何應對要申請的校系。

※ 綜整心得大約 2-3 頁 A4，請勿務必加上照片。

【D2 學習歷程自述】

「學習歷程自述」則是高中職三年下來課程學習成果及多元表現等學習歷程的自述反思與未來展望。撰寫格式必須依照校系規定，且內容要和校系專業有高度相關，讓教授看到自己對此專業領域的熱情、學習與成長，以及未來的生涯願景。這也是高三下學期報名某些升學管道時，才需要撰寫的內容。

D2 學習歷程自述 的架構內容

一、 封面(一頁)

第一行大標題：學習歷程自述 第二行小標題：學校、申請學生姓名

二、 個人簡歷與簡表(1-2 頁)：列出三年 B 學習成果 C 多元項目

三、 內容

《精彩亮點》

可加入興趣測驗或
個人 SWOT 分析及
說明。三年學習和多元
反思。

非常重要一定要寫

《學習成果摘要彙整》

就提交的 B 學習成果，
一項一頁摘要，
盤點知識技能和自我
認識。(可加入多元表
現的特質輔助說明)

《就讀動機》

寫出選擇該科
系動機和對該
科系的認識。

⇒客製化

《讀書計畫》

寫出近程、搭一
到大三、大四畢
業後規劃，可發
展興趣打工等。

⇒客製化

※ 歷程自述建議有照片，雖不限制頁數，但有檔案大小限制。



學習歷程檔案 100 字簡述怎麼寫？

超實用！3 步驟做法與範例

你知道上傳學習歷程時，需要寫一份 100 字的內容簡述嗎？100 字簡述不只是上傳檔案時的必填欄位，更是讀者對你的學習歷程的第一印象。寫得好的話，還可以帶給整份歷程加分的效果。因此，好不容易做完一份學習歷程，最後上傳前，一定要用心把 100 字簡述寫好！

100 字內容簡述的 3 句架構

讓我們直接切入正題萬用一百字簡述架構是：

CHECK!

第一句：描寫事件內容

第二句：個人所學或體悟

第三句：事件延伸的未來展望

100 字內容簡述的欄位有字數限制：不是至少 100 字，而是至多 100 字。所以大概寫三句內容完整的句子就會達到字數上限。建議可以用上述的架構分配，不過具體要怎麼寫呢？

第一句：描寫事件內容

首先，第一句話有點像你的學習歷程的產品介紹。以中性的用詞，告訴讀者「你做了什麼」。其中內容可以包含時間、參與者、活動（或課程）名稱與性質，活動（或課程）內容，如果活動有明確成果的話也可以提及。例如：高一我參加熱舞社，代表學校參加全國中等學校熱舞大賽比賽取得佳績。其中，提到「高一」能讓讀者快速明白你完成這件事情的時間點。明確的主詞「我」或「我與組員」、「我與隊友」能讓讀者知道參與者有哪些、是否為團體活動。「加入人像速寫團隊，參與新北市相關活動及競賽」的部分能讓讀者知道該在這份歷程中期待看到什麼。最後如果有得名或是有獲得特定的獎項，也可以點出來，讓讀者對於你在这份歷程的活動中的表現有所期待。可以直接寫出「獲得第一名」、「獲得最佳發表獎」等。

第二句：個人所學或體悟

第一步讓讀者大概了解事件內容，接著想辦法用第二句話來提高這份 100 字簡述的層次。這時，點出在活動中有哪些體悟或所學。所學的部分可以是很具體的技能，例如背完 5000 個英文單字等，也可以是更廣泛的個人能力成長，例如變得更有領導力、更有抗壓性、更有應變能力等。體悟的部分則可以是一個想法，例如「更加確定我對 XX 科系的喜愛」、「發現自己對手工藝的熱忱與專長」、「了解到幫助弱勢的重要性」等。

體悟跟所學不一定都要提及。如果你有很多能力成長卻沒有特別的體悟，就著重描寫所學就好。重點是要誠實表達，不要在寫作時加入自己實際上沒有學到的東西。不過兩者至少要提到其中一個，比較能寫出吸引人的一百字簡述。再以參與學校特色宣導社的舉例來示範的話，第二句可以這樣寫：過程中我學溝通協調與發表能力，更對 XX 議題有新發現與想法。如此一來，讀者就可以明確知道，這個活動帶給你什麼。

第三句：事件延伸的未來展望

最後一步驟就是要加入對未來的展望。這是 100 字簡述的亮點。畢竟這段文字的讀者，是一個可能會遇到並選擇未來的你的人，因此讓讀者知道經過這個事件後，未來的你想做到什麼，會是很重要的一部分。如果前一句話的體悟是「更加確定對 XX 科系的喜愛」，那未來展望就可以點出你打算做什麼事情來往目標科系邁進。如果所學是變得更有領導力，未來展望可以提到你預計將這樣的能力應用在哪些地方。

延續剛剛辯論比賽的例子，第三句話可以寫：未來我想利用這些技能，挑戰成為領導者，我也計畫繼續關注 XX 議題，期待能貢獻心力。這樣加起來剛好只有一百字，卻能涵蓋許多內容，也能讓讀者對於你在這份歷程中的成長有所期待。綜上所述，複習一下這三步驟：



範例：

高一我參加學校公差團隊薪傳社，協助至國中進行學校特色宣導。過程中我學到溝通協調、上台表達及台風，還有獨立思考能力。未來我想利用這些技能，挑戰成為領導者，繼續服務學習，貢獻心力。

課程學習成果 以英文課製作報告為例：

範例：

英文課時，我製作了介紹異國文化的 15 分鐘口頭報告。透過製作報告，我對古希臘文化有更多認識，學會精進應文發音和用字。完成報告後我更加確定想讀文學相關科，繼續探究古希臘文化，並不段提昇英文報告能力

多元表現 多元表現則以很多同學會遇到的報考英文檢定來示範：

範例：

高二時，我利用自主學習時間自學英文，並順利取得多益 900 分。經過這次備考，我不僅更擅長時間規劃、安排計畫，也明白自學的重要。未來我計畫繼續自學語言，為就讀外語學群的科系準備，培養終生學習能力。

以上示範希望有讓大家更清楚如何運用此架構。接著，以上三步驟都做完了之後，我們還有辦法讓自己的一百字簡述更好嗎？

其他精修小技巧

按照三步驟寫完 100 字簡述後，還可以做兩件小事來精修你的內容簡述。這兩件事分別事：刪減贅字與唸出來看看。

刪減贅字：不是寫到 99 字就比較好

100 字簡述顧名思義，重點是要精簡。因此不是寫到 99 字甚至壓線 100 字就一定比較好。如果你能用更少的字數，清楚表達相同的意思，那絕對是更好的。刪減贅字時，我們要注意：

⇒ 是否有一些事情被重複提及？

⇒ 是否有些內容、想法可以用更精確的字來表達？

例如，就讀復興商工會參加很多大大小小的比賽，如果把「參加比賽」改成「出賽」，不但字數更少也更精確。這類型的小細節是各位同學寫完 100 字簡述後可以再回來思考的。透過問自己上面提到的兩個問題，就可以做到刪減贅字。

⇒ 唸出來看看：我的讀者能看懂嗎？

最後寫完後，同學們也可以把自己寫的 100 字簡述唸出來看看。通常長時間閱讀後，會比較容易看不出書寫上的盲點。這時候如果可以換一種感官刺激，改用聽的，比較容易發現問題。

想像自己是不知道歷程內容的讀者，你有辦法透過這個一百字簡述，對這份歷程有基本的認識嗎？你看得懂這段一百字簡述想表達的重點嗎？如果以上兩個問題的答案都是肯定的，那麼恭喜你完成了一段好的一百字簡述，可以上傳歷程檔案了！

⇒ 結語：推銷自己永遠都很重要

不管是在求學階段還是未來的職場，推銷自己的能力永遠都很重要，而寫 100 字簡述其實就是一個很好的練習。透過 100 字簡述，你能推銷你做的歷程檔案，讓它變得更有吸引力。因此學會寫 100 字簡述不只能用在上傳檔案，更是練習未來也會需要的自我推銷能力！

希望各位同學看完文章後都有找到撰寫 100 字簡述的方向，也祝大家製作歷程檔案順利！



六、學長姐經驗分享

(一)給學弟妹的話。吳侑芸。畢業於美工科繪畫組

特殊選才錄取 國立台北教育大學 藝術與造型設計系藝術組

★同時錄取 國立清華大學藝術與設計系設計組

國立台南大學視覺藝術與設計系

國立屏東大學視覺藝術系造形藝術組

高三的各位學弟妹，恭喜你們進入復興生涯最最最忙碌的時刻，能堅持到現在已經很棒了，曾經和同學留校趕進度、一同揮灑青春的時光將會是獨一無二的。

升學無非是每個人皆須面臨的課題，不論是學測、統測、獨招還是進修學士班(夜間部)...等各式各樣升學管道，越來越多元，詳細了解適合自己的管道，提前做好準備，面對每一個機會別放棄，說不定會有意外的收穫喔！

「特殊選才」的入學管道顧名思義，它很特殊所以名額很少競爭很激烈，加上時間大約在 9-12 月，也就是各位正如火如荼準備學生美展、元旦展、學測的時候，時間分配與取捨就很重要，以下是對想申請特殊選才的各位一些建議：

一、查詢（各校系不一而有所不同）

1. 特殊選才簡章：此步尤為重要，提前了解特殊選才，可先參考上一屆簡章，因等簡章公布再準備容易來不及準備。像是此管道有哪些學校科系有開放？報考資格？需準備哪些審查資料？報名費用？報名時間？

2. 深入詳細了解：搜尋學校官網，了解科系發展方向，是否符合自己所想？開始關注學校科系消息：系上展覽、系上活動等。

➔ 查完資料，確立自己目標後，人生大事，事不宜遲，開始，加油！

準備

作品集：要用心準備作品集，作品集代表著你，是一種高中三年學習結果的呈現。

備審資料：真誠呈現自己，讓教授看到你的發光點跟可能性。

訓練口條：多和同學交流、溝通，把握上台機會，可以訓練自己膽量。

了解自己：發掘自己，知道自己優劣勢在哪，最重要是要有自信。

個人資歷：把握校內外成績比賽、各式營隊活動，盡情表現自己，千萬別不好意思。

面試（第二階段的部分）

每間學校面試時間大約 3-8 分鐘(各校不一)，可以事先跟老師模擬面試，習慣緊張感以及考驗隨機反應。

自我介紹：約略 1-2 分鐘，簡潔扼要不贅述，誠懇真誠表達。

接下來教授會提問，有的教授會問自己學校準備的問題，有的會依自我介紹內容或提供的審查資料(自傳、讀書計劃、申請動機等)內容提問，所以要熟記自己準備的資料，以備不時之需，有時會問喜歡電影、欣賞創作者...不等，全靠反應，千萬不用擔心，盡可能表述自己想法，教授都會很有耐心聽你講完。

以上是我大略整理出的重點，其實上述幾點不只有特殊選才申請用的到，大學個人申請基本上也是需要的，只是時間上快慢落差，若是能提早去了解並準備好，多花點時間搜尋、找尋自己目標，絕對不會吃虧的，或許現在你們覺得很忙很累，但相信自己有不同可能性，把握時間，冷靜規劃踏實走好每一步，有問題都可以向老師們探討與溝通的，希望這些資訊能幫助到你們，加油！

（二）給學弟妹的話。盧思語。畢業於美工科視覺傳達設計組

繁星推薦錄取 國立臺灣科技大學 商業設計系

恭喜學弟妹們來到復興的最後一年，也是最關鍵的一年！如果你會翻到這一頁，代表你在高一時就已經有優秀的表現，並被推選參與繁星計畫。但請記得，這只是繁星之路的開始。

三年級雖然辛苦，但熬過這段時間後，你將會迎來嶄新的旅程。請好好把握這個難得的機會，把握這個為自己開啟另一條升學道路的門票。

如果你打算以繁星作為升學管道，那代表你正是學校的前 1%，但千萬不要因此掉以輕心。以 114 學年度為例，技職繁星流程分為校內與校外兩階段：

首先，由各科選出符合資格學生(美工科有 4 位)填寫切結書並加入繁星群組，校方會安排說明課程並提醒重要事項。學生需準備簡章中指定的證照、獎狀等相關資料，確認校內成績排名與推薦排序。

接著進入校外報名階段，向教務處領取帳號密碼後登入系統填寫資料，並攜帶相關資料讓老師查核。經過學校審查並寄出後，學生可上網查詢審查結果與全國排名。之後可參加各大學的說明會了解更多校系資訊，最後依照輪序選填志願，等待錄取結果並依規定下載錄取通知，完成註冊。

要特別注意的是，高三上學期的成績同樣會納入繁星排名計算，這段期間正是一個非常關鍵的衝刺期。繁星推薦是全國比較制，全國推選出來的學生會一同比成績與排序，最終根據輪序選填志願，因此穩定且優異的成績表現，就是你最大的競爭優勢。

另外，也千萬別忽略語文檢定、競賽獎項、服務學習時數等加分項目。雖然這些在比序中所占比例不高，但正是這些「小地方」，讓我在關鍵時刻脫穎而出，爭取到理想校系的錄取資格。即使你已經是被選出的 15 人之一，也絕對不能鬆懈，因為全國還有成千上萬的繁星生在與你競爭。

繁星放榜後，距離統測只剩不到一個月，因此無論你對上榜是否有信心，都務必同時準備統測，以免留下遺憾。不要等到落榜才後悔沒有準備，那就太遲了。

最後，我想送給大家一句話：「不要懷疑自己的目標，踏實地把每一步做好，你將會收穫許多。」在追求成績的同時，也別忘了當初選擇復興(美工科)這條路的初衷。記得為自己努力，不只是為了升學，更是為了實現夢想。

希望你們都能在明年順利錄取理想的學校，也能一直保有對創作與生活的熱情。加油，復興人！

(三) 給學弟妹的話。鄭佳瑩。畢業於廣設科數位繪畫組

榮獲 全國專題製作競賽 藝術群創意組第三名

技優甄審錄取 國立彰化師範大學 美術系

恭喜各位學弟妹一路努力到達了高三！請做好準備面對課業、展覽以及升學各方面壓力的拉扯，但我相信只要付出十足的努力撐過去，一年後，所有付出的汗水以及時間，都不會是白費的！畢業後，經過三年復興的磨練，相信每位學弟妹都會成長茁壯，取得一個好的結果。

在這個時代我們有非常多管道可以升學，以下簡單分享我當時準備的心得，詳細內容高三的生涯規劃課、學校輔導處最新消息都可以查閱。

1. 學測：建議都去試著考考看，畢竟參與考試就會有基本成績，又可以獲得大考經驗，如果考的理想，甚至可以利用學測成績在個人申請這個管道錄取大學，是個相當不錯的選擇。若是考的不理想，就當做是在考場感受考試競爭氛圍（最後一刻都還是奮力讀書），也許經過不理想的成績，可以刺激苦讀統測的決心。
2. 統測：是為高職學生設計的升學進路，我認為這是一條較保險，且只要一分耕耘就會有一分收穫的路徑，也就是努力就會得到好的結果，我知道有很多同學也許打從一開始就認定自己不會讀書、讀不起來等等.....但只要給自己一個機會，有時間靜下心來閱讀你有興趣、擅長科目的講義或是課本，真的用心去理解文字裡的內容，一開始讀的很慢沒關係，但是每天幫自己訂一個學習目標，慢慢養成習慣，也許一開始一天讀完5~10頁，習慣後慢慢增加找到自己的步調，從中培養出成就感以及興趣，最後你會感謝自己給自己的機會和努力，記住持續是最重要的，不要被他人影響。

奉勸各位以下科目決對不要放掉：

- (1) 專一：努力背熟
- (2) 專二：請定時幫自己安排模擬考，時間一到就停筆，勇於面對自己的完成度，一開始畫不完很正常（請訓練自己短時間完成考題的能力），並且精準安排自己的時間分配，包含看題、草圖、線稿、上色、檢查等。
- (3) 國文以及作文：把歷屆考題做完，作文請寫700個字以上。
3. 專題製作競賽：每個人都要製作和學習的專業課程，如果你把這個必經的過程發展到全國競賽得名（前三名+20%、佳作15%），這是一條能夠不看統測成績的道路（技優甄審-看校內成績和作品集背審資料）。適合對作品100%付出心血、想靠能力競爭的人，製作時請多多跟組員討論擬定方向後，多多聽從指導老師的建議修改、持續發展專題可能性，最重要的是製作一本好的專題企劃書（善用圖示以及圖表）、進決賽後（強調重點核心理念、手牌道具、唸稿流暢度等）事先調查好評審可能問到的問題以及分配各個項目的回答人員（產品由A負責、畫面作品由B、理念由C）
4. 技優甄審：具有乙級證照或是具有全國比賽獎項（官網上公布的比賽為主或打電話和官網確認）可參與，請記得進行資格認證成功以及繳費才具有參加資格，請提前做好備審資料、作品集等等，以下講述個人一些製作上的建議：

備審資料：請針對“個人”的角度為出發點，建議不要寫例如「父母推薦」、「老師建議」，最好強調的是自生的意志、志向想要進入該大學學習而非受他人干預。

個人特質、求學經歷：可多多增添小圖示方便理解。

自傳：簡單說明即可，不要太過攏長。

獲獎證明：有什麼放什麼，越有份量的放越前面。

作品集：請挑選完成度最高的作品收錄，不要放太多作業進去，整本建議不超過 50 頁，走精緻路線。製作時，一切必須誠實，不用宣揚自己的缺點，優點可以盡量舉實例證明，也可以調查學校並且說說希望參與學校哪些活動、學習到哪些知識和能力、也可以把學校重視的理念點出來 多多增加自己的機會！

我從沒想過自己能夠有機會上國立大學，很感謝靖智老師和組員們的付出，我才有這個機會。

(四)給學弟妹的話。楊柏以。畢業於 美工科 繪畫組

大學獨立招生錄取 國立台北藝術大學 新媒體藝術系
學測成績國文 9 英文 6 數學 4 社會 8 自然 5 總 31

嗨，恭喜大家終於來到了這個階段。

我在復興的期間真的是我成長最多的三年，尤其是三年級。三年間也是我最掙扎的期間，常常覺得很累、自己躲起來偷哭，並不算是快樂的日子，大部份的時間都很壓抑。但是最後也因為這些過程變得比以前勇敢、成熟一點點。

事實上，學科儘量不要放棄比較好，如果學科好的話，能夠多很多機會，尤其是國立的大學。國文、英文和社會是最重要的科目，可以做做考古題，弄清楚題目的方向和語意。國文方面可以多閱讀書籍、文章都可以，對思考和解題有幫助；多讀懂一些古文，很多題目和典故都是從古文出來的。英文的話，最基本的就是單字，可以直接寫英文的歷屆考題，背下題目中不懂的單字。要一下子補齊學科的差距是不可能的，但請千萬別放棄啊。還有更重要的是要持續的慢慢累積才能看到效果。

術科考試有一定的方法，注意的是畫面的效果，不是細節。大家的術科都有一定的水準，按部就班地練習、多問老師，考試時別緊張出大錯基本上是 OK 的。

作品集如果可以的話儘量早點準備，預留多一點時間有更多的空間可以修改，印刷時也常會遇到一些意料之外的問題，趕時間的話很容易會有得送出不滿意成品的機會。自己的作品集最好能放一些屬於自己的東西，關於創作的多一點，個人風格強烈一點。另外，對自己的創作也要有很深的了解，最好是能夠詳細的解說理念、構想，面試有很大的機會會問到。如果作品的量夠多的話，甚至都可以不放習作也是可行的。內容要有整體感，儘量不要有零碎的感覺，也可以以一個主題為主。

面試時有自信、謙虛、有禮貌和笑容，是必備的條件。回答時要言之有物或是有一定的深度，像是只說「很好啊！」「還不錯啊！」這樣的簡單回答是不合格

的。好，好在哪裡？和自己有什麼關係？對自己的影響是什麼？都是必須思考的問題。同時也要了解自己的想法，和自己是什麼樣的人。能夠表達自己是什麼樣的人、表達自己的作品和想法，是成為設計師或藝術家的必備條件。問題雖然可以預想，但實際面試的時候未必會問一樣的問題，所以臨場反應也很重要。在敘述自己的想法時也千萬不可以有背稿的感覺。

對報考的科系要有深入的了解，最好能夠說出喜歡的作品、藝術家或設計師，才會更有說服力。面試的回答並沒有絕對的正確答案，除了言之有物、見解獨到之外，能夠良好的傳達出自己的想法才是最重要的。

剩下最後一年，「時間」是最重要的，如果能夠把握時間、好好規劃的話，才有機會把每件事情做好、做確實。一切都是有可能的，加油噢！

(五)給學弟妹的話。林欣恬。畢業於 美工科媒體傳達設計組

個人申請錄取 銘傳大學 時尚創新管理學士學位學程

學測成績國文 11 英文 10 數學 3 社會 9

二階甄選總成績 80.29

開始的目標

在進到復興之前，我就已經有大學要讀不同領域的想法。所以高一時，我一方面有去補習班加強英文，也有去畫室上課，希望自己的術科可以進步。但我發現並沒有顯著的效果。

我當時對於影像類比較有興趣，因此決定進入媒體傳達設計組。沒有選升學組是我在當下還是想多學專業的技能，加上媒傳組相較其他組有較充裕的自由時間可以運用，更可以有機會達到我自己大學的目標。

因此我覺得在一開始知道自己的目标很重要，才不會像一開始的我盲從的去畫室。

迷茫時期

在高二時，因為課業繁重加上當時對未來其實還很迷茫，我就先停止了英文補習，專注在課業的方面，也很積極參與校內活動，像：薪傳隊、英語演講比賽、雙語主持等。當時雖然有想要朝著自己的目標，卻沒有任何行動。

直到高二上學期末，我思考很久還是想要讀一般大學而非科技大學，在查好目標學校的學測內容後，我就先報了補習班，當時報名一年的社會科總複習，以及英文模擬考班。就這樣每個星期各一天的上課直到學測前。其實我不是一個很認真的人，在課後也不喜歡複習，所以社會科對我的效果不大。

這裡我覺得就算不知道未來會如何還是要把握當下的機會，因為在未來都可能會運用到。

學習英文的方法

我到現在還是很感謝自己一直有持續學習英文，不管是課內課外。校內的英文是完全不夠的。除了補習之外，像是我平常看美劇可以把字幕換英文或關掉，一邊學主角講話，不僅可以訓練聽力也可以口語練習。或是滑 IG 追蹤一些英文學習帳號，通常這些教學都是很生活化的，比較有趣很好吸收。還有一招就是把思考方式變成英文，比如看到桌子就自動想成 Table，慢慢訓練真的會比別人厲害許多。

面試的技巧

上網看了超多資料，個人覺得最重要簡單的就是架構。

自我介紹（名字、學校、特質）

目的（為什麼非這間學校，舉短例子）

未來展望（這間學校可以帶給你什麼、你可以帶給他什麼）

基本上，有這些就會有一個基本分了，再來就是加分的部分。舉例來說，我有面試新聞系，那在面試前就可以查一下校友，哪位在新聞界很活躍，背一下，還有最喜歡的媒體等等。我當時就真的遇到了這個問題。就算遇到很艱難的問題，也不能放棄！反而可以舉其他例子，讓教授們覺得你是靈機應變的人。

最後，**超容易被問到的就是，你有什麼問題想問我們？**

這題是關鍵！如果說沒有就浪費了一次機會，因為目的是想知道你的野心。我當時回答的是，如果我很想進入這個系，有什麼是我現在可以加強的部分，總之圍繞在那個系就好。

除此之外，微笑和禮貌就是最重要的了！不要緊張好好表現。

備審資料

我一直有個習慣是準備夾鏈袋，每收到獎狀就放進去，所以這樣就更可以清楚知道備審裡面的內容有哪些。

網路上有很多範本資料可以看，但我自己覺得首先是排版。版面要簡單大方，讓閱讀的人一目了然。我自己的字級大約 12~13。雖然大部分不會求簡歷，但我覺得這是很重要的一部分，在那一頁把三年的經歷好好呈現！再來內容的部分，我認為不用講到很詳細，大約帶到就行，教授有興趣就會問到。重點內容要圍繞好你要的系以及未來！教授會看很多份所以把最亮点的東西拿出來就好。

最後的建議

我覺得在復興，可以學到的專業技能真的比外面學校多許多也真的很忙碌，但在這些充實生活之餘，也可以先好好想一下未來的規劃，提早做準備，因為不會有人跟你說現在要開始做什麼。雖然和朋友一起玩、耍廢的日子很棒，但還是要記得自己的理想目標！不要被朋友影響，真正到最後去好大學同學都是默默有付出努力的人～有目標就好好準備，學校裡有些老師會給很好的意見，主動積極就對了。一路上我也很感謝有給過我建議還有寫推薦信的各個老師們，祝學弟妹們順順利利。

(六)給學弟妹的話。徐欣桐。畢業於 廣告設計科升學組

四技二專分發錄取 國立雲林科技大學 建築與室內設計系建築組

統測成績國文 12 英文 9 數 12 專一 13 專二 14

1. 學生背景與學習歷程

我從小就熱愛畫畫，因此在選擇高中時，便決定報考與美術設計相關的科系，最終選擇了復興商工的廣告設計科就讀。由於我住在新竹，通學交通並不便利，每天需搭乘區間車往返學校，單趟通勤時間超過兩小時。雖然舟車勞頓，但在校的生活非常充實且快樂，也讓我有足夠的動力堅持三年下來。

剛入學時，由於我在此之前幾乎沒有繪畫基礎，內心難免感到緊張與不安。身邊同學多半繪畫實力堅強，讓我一度懷疑自己是否跟得上。不過隨著課程推進，我發現只要願意多花時間練習、積極請教同學與老師，其實可以進步得很快。

到了高二，我選擇加入升學組，主要是希望能專注準備統測，爭取考取理想的大學。雖然曾經對專業組學習更多技術有些嚮往，但我更希望先打好升學的基礎，再朝興趣進一步發展。最終，我成功考上雲林科技大學，也讓我對當初的選擇不感後悔。

至於選擇建築系，雖然與廣告設計領域看似關聯不大，但我始終對不同領域抱持著好奇與嘗試的心態，也相信建築的學習對未來發展會有所助益，因此勇敢踏出了這一步。

2. 學校特色與師長協助

在復興商工學習的一大關鍵，就是「主動提問」。學校課程豐富密集，包含各種實作、展覽與競賽等，節奏緊湊且充實。遇到不懂的地方，若能主動詢問老師，往往能獲得針對性的指導與幫助；即便不敢直接問老師，也應該積極向能力較強的同學學習。

我認為，復興的師資非常優秀，能教給我們的東西遠比課堂內容豐富，只要願意多問、多學，絕對能有所收穫。有些同學可能覺得學不到什麼，實際上往往只是少了「主動學習」的態度。

此外，透過多次展覽與比賽的實作經驗，我不僅提升了技術能力，也學會了如何在有限時間內完成作品與規劃流程。這些寶貴的經歷，都是未來進入大學甚至職場的重要養分。

3. 感謝與建議

首先，我非常感謝父母一直以來對我選擇廣告設計科的支持，讓我有機會在高中階段接觸自己真正感興趣的領域。即便後來選擇了升學組，也多虧他們的理解與包容，讓我能無後顧之憂地全力準備統測。

同時，我也非常感謝復興的老師們，不僅在課業上給予協助，更在人生方向與目標上提供指引與鼓勵。每位老師都非常認真，也樂意協助每一位願意學習的學生。

給學弟妹們的建議是：如果你們也有想考的大學或科系，請務必重視統測成績。分數不只是入學的門檻，更會影響你能選擇的未來方向。即使某些科目像英文對你來說比較困難，也絕對不能放棄，每多一分都可能成為關鍵。

此外，也不要害怕選擇與自己原先學習領域不同的科系，有時轉彎或許能開拓更寬廣的視野。只要你願意努力，任何選擇都有價值。

(七)給學弟妹的話。龔羿芳。畢業於 美術科 專業組

大學登記分發錄取 台灣藝術大學 視覺傳達設計系

申請入學錄取 國立東華大學 藝術創意產業學系

指考分數國文 89.2 英文 53.25 數乙 51.2 地理 63 歷史 68.1

術科成績 素描 66 彩繪技法 78 創意表現 66 水墨書畫 55 美術鑑賞 64

給掙扎著是否要考指考的學弟妹：

在技職體系中用學科成績去爭取理想的大學，會是一條比旁人更坎坷的路。要不要指考，在學測一結束後便必須決定，不能抱著僥倖的心態，等到學測放榜再考慮已經來不及了。所以考後對答案、參考網路歷年資料、評估自己的分數，是很重要的事。而學測的成績達標，也不能保證第二階段的面試通過，這中間的日子，不能完全鬆懈。參加指考與否，必須考慮自身綜合的狀況——你的學測成績理想嗎？是否申請到的學校並沒有反映出你的實力？評估自己透過指考能不能上到更理想的大學，這是重點之一。

另一個重要的問題，你是個可以忍受孤獨的人嗎？這時同學大多已經確定了學校、開始玩樂，你必須自問，你有辦法不受環境影響，為自己未來全力打拼嗎？如果答案都是肯定的，那麼在這幾個月中努力加油吧。不要漏掉身邊任何的資源，並且記得有時我們必須取捨。

我本身是術科不突出、更多倚仗學科的學生，這裡提供準備學科科目的撇步：

一、國文：國文的涵蓋範圍非常廣，但也是我認為容易拿分的科目。這兩年指考的國文取消了手寫題，靠閱讀理解拿分的題目增多了，考前可以買一兩本題本練習，熟悉解答的邏輯，另外熟讀教育部頒訂的三十首古文，也是把握分數的秘訣。讀不通的部分，學校的國文老師都是可以詢問的對象。而想達到高標甚至頂標，平常就得大量閱讀。

二、英文：可以考慮補習的科目。英文的題型複雜且多，單靠背單字遠遠不夠。如果有補習班的協助，能練習到大量考古題、模擬試題，並熟練答題技巧。手寫題也可以通過補習班老師的單獨輔導，避免掉容易扣分的基本錯誤。

三、數學：校內的課程並沒有涵蓋到考試全部的範圍，因此數學這項的科目的策略，建議以把握自己會的部分為主。熟悉歷屆試題，數乙所考的科目每年都有重疊的部分，那些便是可以掌握的分數。

四、歷史與地理：念參考書。歷史將年代梳理清楚、找到每個段落呼應的時間點。記住年代的特色，並了解地區間互相的影響，在答題上會順利許多。而地理則要對世界地圖、緯度、季風及農業帶有基本的了解。

總結起來，不論哪個科目，做考古題練習都是必要的。如何在畢業展前後緊湊的時間裡，排出讀書的時間，好好規畫生活是最重要的事。

就我個人的經驗而言，我進入復興商工前的會考成績是 5A，在一定程度上給予了我學科上的優勢、但並不是全部。三年來除了術科盡力跟上進度，我未曾放棄過學科的學習，參加專題、交作業、進行自己的創作，不敢說每樣都做得很好，但一直讓自己走在步調上——每一步都踏實地走好，最後走到的地方的便不會離期待太遠。

(八) 給學弟妹的話。莊沛珧。畢業於美工科升學組。

四技甄選入學錄取：雲林科技大學 建築與室內設計系室內組
統測成績：國文 84 英文 76.5 數學 72 專一 96 專二 71
二階甄選總成績：84.32

時光飛逝，轉眼間各位學弟妹也即將面臨升學大考。要如何在專題製作和學科考試的雙重考驗中度過，以下是我自己的經驗，供學弟妹參考：

1. 早點確立方向。如果想報考統測，可以針對目標校系甄選入學第一階段採計的科目去加強。
2. 平常的創作、參與公共服務與專題製作都要記得拍照記錄，之後製作作品集時找尋素材會比較方便，內容也較豐富。
3. 避免熬夜導致白天上課精神不濟而吸收不良。與其熬夜讀書，不如早睡早起，善用通勤與早自習的時間學習。
4. 有機會的話可以多參觀藝術與設計相關的展覽與圖鑑，對色彩原理、造形原理、設計概論等考科會更有感，印象也更深。如果只看課本背誦，容易流於短期記憶，導致需要頻繁復習，事倍功半。
5. 保持穩定的心態。有時會因專題和學科考試的時間分配失衡，或是成績下滑而感到焦躁惶恐，這時千萬不要自暴自棄，要記得鼓勵自己：「辛苦就只有這幾個月，再撐一下，很快就會過去了。」
6. 如果進入升學面試階段，建議先把目標校系的網站資訊查清楚，也可以針對常見面試問題預先擬定回覆，並將關鍵字寫下來，在等待進場入試場的期間翻閱，幫助舒緩緊張感、建立信心。

以上是我的經驗談，希望能帶給學弟妹們一點幫助，預祝大家順利考上理想的學校！



七、職場高手祕笈-求職準備



CHECK!

求職三要準備、七不原則

- 1.「要確定」：事先蒐集應徵公司資訊，了解工作內容。
- 2.「要存疑」：檢視應徵公司的徵才廣告是否有下列情形，提高警覺，小心受騙。
 - (1)連續數週或數月刊登徵人廣告。
 - (2)徵才廣告刊載不合常理的優厚待遇，公司業務、工作內容模糊不清。標榜工作輕鬆、免經驗、可貸款。
 - (3)徵才廣告內容僅載有公司名稱及地址或僅留電話、聯絡人、郵政信箱、手機號碼。
- 3.「要告知」：事先打電話告知親友欲前往面試之時間、地點，或面試時請親友陪同前往。



- 1.「不繳錢」：不繳交任何不知用途之費用。
- 2.「不購買」：不購買公司以任何名目要求購買之有形、無形之產品。
- 3.「不簽約」：不簽署任何不明文件、契約。
- 4.「證件不離身」：證件及信用卡隨身攜帶，不交由求職公司保管。
- 5.「不非法工作」：不從事非法工作或於非法公司工作。
- 6.「不飲用」：不飲用酒類及他人提供之不明飲料、食物。
- 7.「不辦卡」：不應求職公司之要求而當場辦理信用卡。





職場高手祕笈-就業篇



CHECK!

就業隱私要保障



公司要求提供個人資料時，該不該提供？

不論面試時或進入公司後，遇有公司要求提供個人資料時，應視有無涉及個人隱私，如果公司要求提供隱私資料，必須尊重當事人的權益，依就業服務法第 5 條第 2 項第 2 款及同法施行細則第 1 條之 1 規定，雇主招募或僱用員工，不得有要求提供非屬就業所需的隱私資料。



隱私資料包括哪些？

生理資訊：基因檢測、藥物測試、醫療測試、HIV 檢測、智力測驗或指紋

心理資訊：心理測驗、誠實測試或測謊等。

個人生活資訊：信用紀錄、犯罪紀錄、懷孕計畫或 背景調查等。



資料提供得合理！

對於公司要求提供個人資料有疑慮時，可從「是否屬就業所需」及「基於經濟上需求或維護公共利益等特定目的之必要範圍」、「與目的間具有正當合理之關聯」等原則判斷該要求是否合理，覺得有違法之嫌，可檢具相關事證向公司所在地勞工行政主管 機關提出申訴，以保障自身的權益。



職場高手祕笈-就業篇



CHECK!

19 個你會覺得有用的就業資訊

一、工資有沒有少領？

工資是勞工因工作而獲得的報酬，應由勞雇雙方議定，但是不得低於基本工資。雇主應將工資全額、定期、直接給付給勞工，且不得預扣勞工工資作為違約金或賠償費用。

二、我超時工作了嗎？

勞工正常工作時間，每日不得超過 8 小時，每週不得超過 40 小時。如勞工同意延長工作時間，一日延長工作時間加上正常工作時間不得超過 12 小時。每月延長工作時間總時數不得超過 46 小時。雇主即使依法彈性調整，延長之工作時間，一個月仍然不得超過 54 小時，並且每三個月不得超過 138 小時。如遇有天災(如颱風)、事變或突發事件，則另有例外規定。

三、加班費怎麼算？

- 1、先知道加班當月的工資，不僅僅是底薪喔！
- 2、平日加班費：平日加班的第 1 至 2 個小時，按平日每小時工資額加給 1/3 以上；第 3 至 4 小時，按平日每小時工資額加給 2/3 以上。
- 3、休息日加班費：休息日加班的第 1 至 2 小時，按平日每小時工資額另再加給 1 又 1/3 以上；第 3 小時以上，按平日每小時工資額另再加給 1 又 2/3 以上。

四、雇主給假給對了嗎？

假別	給假規定	工資給付
休息日	勞工每七日中應有二日之休息，其中一日為休息日。	工資照給
例假	勞工每七日中應有二日之休息，其中一日為例假。非因天災(如颱風)、事變或突發事件不得使勞工出勤。	工資照給
休假 (國定假日)	內政部所定放假之紀念日、節日、勞動節及其他中央主管機關指定應放假日，均應休假。	工資照給
特別休假	勞工在同一雇主或事業單位，繼續工作滿一定期間者，視其工作年資給予 3-30 日特別休假。	工資照給

五、我可以請假嗎？

勞工因婚、喪、事、疾病等事由得依勞工請假規則請假，如因生理日致工作有困難、照顧家庭成員、產檢、安胎休養、分娩(流產)、陪伴配偶妊娠產檢、配偶分娩或育嬰之需求，得另依性別平等工作法請假或申請育嬰留職停薪。

六、針對女性勞工有何權益保障措施？

女性勞工可依性別平等工作法規定請生理假、安胎休養請假、產檢假、產假、家庭照顧假、減少或調整工作時間與育嬰留職停薪，配偶亦可請陪產檢及陪產假、家庭照顧假、減少或調整工作時間與育嬰留職停薪。另雇主不可要求懷孕及哺乳期間之女性勞工於午後 10 時至翌晨 6 時之時間內工作。

七、遭遇職業災害時有無保障？

勞工因遭遇職業災害或罹患職業病，致有疾病、傷害、失能或死亡時，雇主應給予其必需之醫療費用、原領工資、失能或死亡補償。但如同一事故，依勞工職業災害保險及保護法或其他法令規定，已由雇主支付費用補償者，雇主得予以抵充之。

八、雇主對職場性騷擾之防治有何責任？員工如何申訴？

雇主有防治職場性騷擾行為發生之責任。當你在職場中面對他人以言語或肢體碰觸等性騷擾情事，都可透過內部管道向雇主提出申訴，雇主知道後應採取立即有效之糾正及補救措施。雇主如未妥善處理或性騷擾行為人如為雇主時，員工可向地方勞工行政主管機關提出申訴。

九、注意雇主有無性別歧視？

注意雇主在招募、甄試、進用、分發、配置、考績、陞遷、訓練、薪資之給付、福利或解僱等時，是否不去考量求職者或受僱者 的能力表現，而是考量與工作能力無關的性別因素，因而使其失去 在工作上平等競爭的機會，這樣就是「性別歧視」。

十、雇主可以試用期滿叫我不再繼續上班嗎？

雇主可以跟勞工約定合理的試用期，但是雇主必須要有勞動基準法第 11 條、第 12 條或第 13 條但書規定的法定事由，才可以解僱勞工。

十一、雇主可以隨意調動我嗎？

雇主要依勞動基準法第 10 條之 1 規定，才可以調動勞工。若雇主未符合該條規定強行調動勞工，造成勞工有權益受損情 事，勞工有權不接受調動，並可透過工會、勞資會議或內部申訴管道，進行溝通或請求協助。

十二、我因為個人因素想離職，要多久前預告雇主？

勞工如想離職，可依勞動基準法第 16 條規定期間預告雇主。但勞動契約或工作規則中若要求勞工自請離職之預告期間，不得長於勞動基準法之最低標準。勞工並應本誠信原則辦理好交接手續，否則雇主認為因此造成損失時，仍得循民事訴訟途徑請求損害賠償。

十三、雇主可以要求我工作一定要滿幾年才可以離職，如果中途離職要罰錢嗎？

雇主必須對勞工進行專業技術培訓，並且培訓費用由雇主提供，或有提供勞工合理補償，才可以和勞工約定服務時限及違約賠償責任。又，其約定並應綜合考量專業技術培訓之期間及成本、人力替補可能性、補償之額度及範圍等影響合理性事項。如果沒有符合前述情形，該約定無效。

十四、雇主可以要求我離職後，不能從事類似或有競爭性的工作嗎？

雇主必須要有受保護的正當營業利益，並且勞工擔任的職位或職務可以接觸或使用到營業秘密，以及約定的競業禁止期間、區域及補償等合理的情形下，才可以與勞工以書面約定離職 後最長不超過 2 年的競業禁止。

十五、雇主違反法令規定時，該如何處理？

當雇主有違法情事時，可向事業單位所在地之勞工行政主管機關提出申訴。

十六、我從事派遣工作，雇主如果要與我簽訂定期勞動契約，合理嗎？

勞動基準法第9條第1項後段已明定派遣事業單位與派遣勞工簽訂之勞動契約，應為不定期契約，因此，派遣事業單位如果為了配合要派契約期間，而有與派遣勞工簽訂定期契約的情形，該契約依法還是屬於不定期契約，而且勞動主管機關可就該違法行為處2萬元至30萬元罰鍰。

十七、我經過公司面試後，要求我先去與派遣公司簽約再回來上班，我可以主張甚麼權益？

勞動基準法第17條之1已明文禁止要派公司有指定特定勞工再要求派遣公司僱用的轉掛行為。如果要派公司在新規定生效後有違反該規定，而派遣勞工也已經到要派公司工作了，派遣勞工可以在90天內向要派公司提出成為正式員工的請求，該公司不可以拒絕，派遣公司及要派公司也不可以因為勞工提出請求而予以不利對待。

十八、我擔任派遣勞工的時候，遭老闆積欠薪資，我可以跟要派公司要嗎？

依據勞動基準法第22條之1規定，派遣勞工如果遭受派遣公司積欠薪資，經過主管機關處罰或限期令其給付，派遣公司還是沒有給付的時候，派遣勞工可以提供相關佐證資料向要派公司請求給付，要派公司就應該在30天內給付，以避免受罰。要派公司可以再向派遣公司求償，或自應付價金中扣抵

十九、我在要派公司擔任派遣工作，發生職業災害應該要跟誰請求職災補償？

勞動基準法第63條之1規定，派遣勞工如果在要派公司工作期間發生職災，要派公司應該與派遣公司連帶負職災補償責任，也就是說職災派遣勞工除了可以選擇向雇主派遣公司請求補償外，也可以選擇向要派公司請求補償，以避免發生求償無門的情形。

肆 生活小品

一、復興商工-設計你的未來（作者/王維玲選自 30 雜誌技職專刊）

走過復興商工的自強藝廊，上千張風格不一、充滿創意與巧思的人像素描映入眼前，向訪客展現強勁的創作活力；到了5月的學生畢業展更加熱鬧，全校每間教室都將化身為展場，展出超過3萬件作品，從工藝、產品、平面、包裝、繪畫創作、電腦繪圖、數位媒體，甚至是時下最新的3D列印，在這場設計藝術的盛宴中，復興商工的學生與老師互相觀摩學習。

「眼界開了，作品怎麼可能不好？」復興商工校長王志誠說。堅持落實美術設計的基礎訓練，再透過各式各樣的展覽讓學生看見更多可能性，復興商工是台灣規模最大、也最重要的美術工藝培育搖籃，平面設計師蕭青陽、王志弘、珠寶設計師林曉同、國際知名數位藝術策展人林書民，皆是「復興出品」的知名校友。

重視手繪保留創作的靈光

每天早上7:40-8:20，復興商工一片靜悄悄。這可不是學生偷懶沒上學，只見全校學生屏氣凝神靜靜畫著人像素描。在早自習結束之前，學生必須要完成2張素描作品，平均一張作畫時間不能超過20分鐘，最有趣的是，學生必須輪流當模特兒，從畫人到被畫，365天毫不間斷，學生的素描功力與觀察力自然一日千里。

隨著電腦輔助科技愈來愈方便普及，復興商工卻仍然堅持鍛鍊學生的手繪能力，在美術、素描課程，從點線面開始練習，在色彩學課程中，學生必須親手調配水彩顏料，感受色彩三屬性的調和與應用；而在包裝設計課程，學生必須親手設計實作，探索各種素材的可能性。

「如果凡事都依靠電腦，作品會變得很呆板沒有靈魂。」王志誠認為，當電腦愈普及，未來手工才是決勝關鍵。復興商工希望讓學生在手最靈巧、技術吸收力也最強的階段，建立扎實的技術專業，這也是最不害怕失敗、勇於探索未知的年齡，讓學生不只是機械式地複製貼上，而是保有創作最重要的靈光。

設計大師現身教學，產業同步接軌

跟著設計大師實際學習設計，會是什麼樣的感覺？復興商工最珍貴的資產，就是「人」，在設計、藝術、學術、影視等領域都有多位傑出校友；復興商工每學期會邀請校友擔任業師，在一學期10天的課程中，讓學生跟著大師的眼界，重新看見世界的可能性。

曾獲德國紅點設計大獎、芝加哥GOOD DESIGN等國際大獎的平面設計師蕭青陽、漫畫才子蕭言中，甚至是演員蔡燦得，都曾回到復興商工與學弟妹分享自己的創業心法，也讓學生對於未來的職涯發展有更多想法。

此外，復興商工也積極透過產學合作專班，讓學生與產業實際接軌。自2013年開始，復興商工與遊戲軟體公司樂陞科技合辦「動漫遊戲產業專班」，每期安排7-8週，由業師直接進入課堂教課，學生也在寒暑假實習，在實作中挑戰自己的能力，「表現優異的學生不只可拿到獎學金，還有機會成為正職，」王志誠說。

以戰養戰，用展覽開眼界

對復興商工的學生而言，一週7天都到學校是很普遍的現象，「因為我們希望學生能夠用3年的時間，學到5年的技能！」王志誠笑著說。創作不能只是悶著頭，更重要的是要抬起頭來看見整個世界，每年復興商工有師生美展、元旦展

及畢業展3大重要的展覽，學校還會篩選優秀的畢業生作品在新一代設計展、國父紀念館展出。

復興商工還會每學期舉辦術科作業展，從素描、水彩、色彩學到包裝設計，你可以看到每位同學的進步與風格。密集的展覽，刺激學生反覆練習創作，更幫助他們提升眼界，找到前進的動力。

「只要有興趣，每個人都有天賦，」王志誠希望打破社會中文憑至上的迷思，讓每個復興商工的學生找到自己的興趣之所在，並在扎實的課程訓練中，打磨拋光藏在每位學生體內的鑽石。

二、性別平等教育：

📌 性騷擾 Q & A

究竟什麼要件會構成性騷擾？性騷擾到性侵害中間的光譜是什麼？台灣目前有哪些救濟的方式？即便未發生在自己身上，當得知身旁便有人遭性騷擾，我們可以提供哪些協助和判斷？如何避免自己對他人造成不舒服的行為？我們有哪些準則可以依循？



Q1：性騷擾為何頻頻發生？

性騷擾的發生，主要是來自「不平等的權力結構」，這是什麼意思呢？簡單來說，這些不平等的權力可能來自職位、輩分，甚至單純只是行為人（加害人）的人緣好，而造成當事人（受害者）在「權力不對等」的壓力下隱忍，拒絕開口，造成這些（性騷擾事件）一再的發生。

Q2：性騷擾者常營造的兩大情境？

目前台灣「性別平等三法」分別為《性別平等工作法》（簡稱《性工法》）、《性別平等教育法》（簡稱《性平法》）及《性騷擾防治法》（簡稱《性防法》）。性騷言行在性平三法中被區分為兩種情境，分別是行為人（加害人）透過「交換利益」，或營造「敵意環境」進行騷擾。

所謂的**交換利益**是指，行為人藉由提供另一方更好的職位、薪資、成績等利益，來交換另一方接受其性騷擾，甚至讓加害人進一步發展性行為；若當事人（受害者）拒絕接受，得擔心遭受實質的報復。

至於**營造敵意環境**，則是讓當事人感受到「環境的不友善對待」。莊喬汝舉例，從毛手毛腳到言語上的性別歧視、不受歡迎的黃腔，或是近期案件中常見的「邀請一對一在非公開場合討論工作」，皆屬此例。

Q3：如果遇到性騷擾，怎麼申訴、申訴管道為何？

這裡我們必須要先區分性騷擾（發生的地點）：

1. 校園-性騷擾：

被害人為學生（一方為學校校長、教職員工或學生），可向學校的「性別平等教育委員會」（簡稱性平會）申訴。

2. 職場-性騷擾：

被害人「執行職務時」遭受性騷擾，可向雇主提出申訴。根據《性別平等工作法》規定，雇主有防治性騷擾行為發生的責任。若性騷擾行為人是雇主，員工可直接向地方勞工局提出申訴。

3. (非屬校園和職場)的性騷擾：

上開兩者以外，則以《性騷擾防治法》申訴。若知悉行為人所屬單位或機構，可直接向該單位或機構提出；如果行為人是該單位的最高負責人（如軍隊的上校官階以上之主官、學校校長、雇主等），則向其所在縣市的社會局提出申訴；若行為人不明，或不屬於前兩者，則向「性騷擾-發生地的警察機關」提出。當然最簡單的方式，也可以撥打全國保護專線 113 或 110 向警方求助，將幫助有需要的民眾瞭解申訴管道，最重要的是遇到性騷擾一定要勇於制止、勇敢說不，才能有效遏止性騷擾行為。

Q4 只要主觀認定受害，性騷擾就能成立嗎？

雖然大眾對性騷擾的認定是從被害人的主觀感受出發，但實務運作上，仍要提出客觀證據（如行為當下的影像或聲音、目擊者的證詞、行為發生後的對話紀錄等）。主要是因為兩造當事人的說法常是南轅北轍，要有證據才能認定事實，特別是刑事告訴要求的證據強度又比民事賠償更高。但如果雙方對於事實認定沒有出入，調查委員應尊重被害人的主觀感受，而不是行為人當下的意圖和解釋說法。如行為人表示肢體動作只是鼓勵和善意，沒有涉及(性意思)，但被害人主觀感受上不舒服，該行為動作也非必要，就有可能認定是「性騷擾」。

如果自己遇到性騷擾時，可先保留相關證據，如確認事發現場或附近是否有錄影設備，像路口或店家裝設的監視器，留意事發過程有沒有其他人員看見，可詢問後續作證可能。若行為人有傳送性騷擾簡訊、電子郵件或信件，請妥善保存。事發後，可寫下事件發生過程，包括記錄「人、事、時、地、物及內心感受」或將「事發經過」告訴信賴友人，雖非直接證據，但未來進入相關程序時可供調查人員參考。原則上性騷擾行為都是行政罰，但仍有例外，性騷擾防治法第 25 條：「意圖性騷擾，乘人不及抗拒而為親吻、擁抱或觸摸其臀部、胸部或其他身體隱私處之行為者，處二年以下有期徒刑、拘役或科或併科新臺幣 10 萬元以下罰金。不過，須告訴乃論。」所以肢體接觸的性騷擾-「涉及隱私部位」時，即可能面臨刑事責任，我們警方會調查蒐證後，移送地檢署偵辦。

👉 認識恐怖情人的特質，遠離戀愛暴力



親愛的，關於家暴的原因，從來不是愛你，他只是愛自己，而且太愛太愛自己。你以為你是擁抱他的爛爛，但其實只是擁抱他的腐爛。請你勇敢的提出保護令，而且遠離污染源。你媽生你，是讓你來當好人，不是讓你來當奴隸的。你想當他的媽祖婆，但你其實只是他的受氣包。

♥ 恐怖情人條款

過去，家庭暴力防治法所保護的對象，僅限於家庭成員間，不包含未同居的情侶、交往過的男女朋友。所以當遭「恐怖情人」騷擾，被害人僅能以其他刑事法令提出告訴，卻無法給予加害人強制明確的限制，現在有了民事保護令的準用，讓以往遭受「恐怖情人」騷擾的民眾可申請保護令保護自身安全。

因此，為了更加保護人身安全、防治親密關係中的暴力傷害，於民國 105 年 2 月 4 日，增修家庭暴力防治法，增加「第 63-1 條「恐怖情人條款」」，明文

規定十六歲以上的人，如果遭受現有或曾有情感或性行為為基礎，發展親密社會互動關係的人，施以身體或精神上不法侵害之情事，可以準用家暴法的保護措施」。恐怖情人條款除了身體上的暴力外，精神上的暴力也含在內，例如案例中的阿和威脅分手就要自殺、跟蹤、騷擾，或是有毀損物品、自殘等行為，都可以向法院聲請民事保護令。

有愛，就不應該有暴力發生。分手暴力和情殺新聞屢見不鮮，如何讓自己在戀愛關係能及早認識恐怖情人的特質，遠離戀愛暴力。

約會暴力：

在浪漫關係裡，不論是發生在異性或同性戀上，舉凡任何過度控制或攻擊行為，藉著言語、情感、身體、性關係，或綜合的形式出現，稱為約會暴力。常見的約會暴力樣態有言語暴力、肢體暴力、情緒暴力、性暴力。

預防約會暴力：

檢視你們兩人的關係是否平等？是否相互尊重？認清暴力非愛的表達方式，一有暴力的徵兆，立即反應並尋求協助。初期暴力發生，找出潛在危險因子，阻斷暴力。二人交往首次發生暴力，二人面對問題的態度，深深影響暴力問題的變化。早期有效介入，不容忍、不讓暴力合理化，勇於面對處遇治療，才能有效終止暴力行為。

他是危險情人嗎？「危險情人」，是指：

- 性格不成熟、舉止衝動，有過度批判的反社會人格。
- 自我，時常堅持己見、不容易妥協、喜歡控制別人。
- 對女性充滿貶抑歧視，經常以不堪字眼辱罵女性。
- 常用暴力解決問題，甚至被激怒後易有攻擊行為。
- 平常有酗酒、吸毒或虐待小動物的習性。

如果真的忍無可忍了，保護自己優先尋求法律協助，或尋求社會支持與協助，諸如 113 專線、各地方政府家暴暨性侵害防治中心，或社福團體，如現代婦女基金會、勵馨基金會、晚晴婦女協會....。

♥遠離危險關係三部曲

第一部曲：確定親密愛人不是危險情人-愛情的七大警訊

- 1、過度瘋狂的追求與奉承討好為達目的，不擇手段達到目標，不尊重另一方的隱私與感受。
- 2、佔有欲強：一方想操控另一方的時間、空間、身體、穿著、人際關係。操控者需求擺第一，另一方感受與自主性總被忽略。
- 3、激烈的情緒轉變情緒反應與變化過於誇大，突然大吼大叫凶暴無理，和正常人不相稱。
- 4、什麼事都怪罪別人他的感受與情緒最重要，對於造成別人的痛苦漠不關心。
- 5、言語暴力暴力關係發展，會先出現語言暴力，之後才是肢體攻擊。施虐者缺乏安全感，不懂的用愛把人留在身旁，而是用破壞方式控制另一半。
- 6、對別人的反應與需要冷漠不在乎對方過得好不好，也對別人的痛苦無動於衷，缺乏同理心。會忽視或虐待小動物或小孩，沒辦法尊重別人。
- 7、過去與現在曾發生暴力行為。

第二部曲：愛情反恐 CSI 守則

Consult：尋求「商談」與協助。

Safety：「安全」才是上策。

Implement：要求對方「履行」改善的行動。

親密關係初次暴力發生，雙方都有責任面對！

第三部曲：分手也要安排計畫

1、沙盤推演－分手角色扮演・想好分手的理由，理由盡量減少傷害性。

- 考慮對方個性、兩人交往深度、對方可能的反應，準備好自己說的方式、態度和理由。

- 找朋友角色扮演，模擬對方可能的反應，討論解決策略。

2、分手情境安排－讓對方滿意、讓自己安全

- 慎選分手的時間和地點。• 告訴他人你要談分手的「人、事、時、地、物」。

- 若看見對方手拿危險物品、器械，切勿讓對方靠近，儘快離開。

- 分手當天避免飲酒。

- 分手談判時，千萬不要以言語或肢體動作激怒對方。

3、分手安全計畫－報警、申請保護令有必要

- 分手後避免再有聯繫或牽扯。

- 分手後有持續的騷擾時，可報警，避免單獨外出。

- 分手後仍過度追求，可提出性騷擾申訴。

- 雙方若曾同居，可在傷害或騷擾發生時，提出保護令申請或傷害告訴，並擬定分手後安全計畫。

愛情是相互的尊重、健康的依附與信任、共同努力與學習，理性溝通、適當表達愛意，而非用暴力方式表達愛。常言道「婚前張大眼，婚後閉隻眼」，在戀愛關係要能及早認識恐怖情人的特質，遠離戀愛暴力。

三、憂鬱還是憂鬱症？五個重點正確認識！

作者：國際設計獎項肯定《小鬱亂入》作者 林好恆、白琳

——本文整理自德國紅點傳達設計獎優勝作品概念《小鬱亂入，抱緊處理》

明明就已經休息了那麼多天，為什麼還是沒有精神充沛的感覺？季節交替時期一直都是心理疾病好發的季節，到底我們只是一時心情不好的「收假症候群」，還是被小鬱亂入了？你知道他們的差別嗎？



先一起來認識小鬱是什麼吧！小鬱其實是憂鬱症的化身喔～

小鬱亂入

先一起來認識小鬱是什麼吧！

小鬱其實是憂鬱症的化身喔～



小鬱習性之一：
用尾巴讓人與世隔絕

被小鬱亂入的人常常會覺得世界上只有他如此悲慘。



小鬱習性之二：
喜歡偽裝成憂憂子

大家會被小鬱的裝扮欺騙，以為小鬱只是憂憂子。



小鬱習性之三：
愛亂花錢！

憂鬱症在台灣造成的經濟成本一年為 405 億元，其中藥費、醫療照顧等成本約 89 億元。



小鬱習性之四：
小鬱雖小，殺傷力卻不小

世界衛生組織報告指出，2020 年全世界將有三大疾病：心血管疾病、憂鬱症與愛滋病。憂鬱症已成為人類的第二危險殺手。

憂憂子則是讓你一時「心情不好」「覺得憂鬱」的情緒小怪獸：很多人容易被小鬱的裝扮欺騙，以為小鬱只不過是憂憂子。但實際上小鬱和憂憂子相當不同。

憂憂子習性一：
負能量讓人想哭

當你難過得想哭，就是憂憂子在你頭上作祟啦！

憂憂子習性二：
不會帶給人們太多困擾

心情憂鬱對生活不會有很大的阻力，雖然難過但還是可以做事。

憂憂子習性三：
來得快去得快

在一般的狀況下，即使心情很糟，如果問題解決了，心情就會好轉。

憂憂子習性四：
有時會隱含正面意義

有心理學家認為在憂傷時推理的能力會變高與更善於察覺欺騙行為。

五個重點幫助你基本釐清，以便尋求正確的療癒。

■ 1. 憂憂子讓人心情有點 blue，小鬱讓人身心受盡折磨



人遇到討厭的事情，心情都會不好，但這些都還說不上是疾病。

區別暫時的心情憂鬱還是憂鬱症的關鍵，在於症狀的輕重。

如果心情糟糕到上課、工作、家務等都無法進行的程度，強烈感到痛苦與極度的悲觀，像這樣極度憂愁的心情如果持續兩個星期以上，就有可能是憂鬱症。

■ 2. 小鬱不讓你睡，憂憂子陪你睡



有憂憂子其實並沒有對生活造成太多嚴重的影響。

被小鬱亂入的人除了心情的痛苦程度不同之外，身體狀況也會開始惡化，憂鬱症患者的睡眠型態幾乎都會有所改變，例如失眠、整天想睡不想動或是「早醒」，醒來的感覺不是睡飽了有精神，而是落寞。另外食慾也會變化，有人甚至會失去食慾。

■ 3.憂憂子讓人有點不爽做事，小鬱讓人什麼事都做不了



憂憂子不會讓人什麼事都做不了。

平常的憂鬱情緒，即使心不甘情不願，不想上班上學，也還是可以出門工作或去學校，做家事。即使真的需要休息，放幾天假就足夠了。

如果是憂鬱症，不論工作、念書、做家事，甚至吃飯、洗澡等日常活動，都會變得沒辦法做。不是因為懶得做或覺得麻煩，而是心裡明明想著「一定得做」，卻怎樣也做不到，因此感到非常無力與痛苦。

■ 4.好事發生，小鬱還在；好事發生，憂憂子就走了



有時候休息一天，憂憂子就自己走了！

在一般的狀況下，即使心情很糟，如果問題解決了，心情會跟著輕快起來；或是若有好事發生，心情也會好轉；做自己最喜歡的事，短時間內心裡就能獲得滿足。

憂鬱症卻不一樣，不論發生了天大的好事、問題獲得解決，或是做自己有興趣的情，憂鬱的情緒也不會消失，更不會出現快樂的感覺。

■ 5.小鬱讓人想不開，憂憂子有時讓你想更開



遇到憂憂子，即使會變得比較悲觀，也很少把人逼到「想死」的地步。

但是小鬱不一樣，憂鬱症會讓人陷入負面迴圈思考，不僅會認為「我很糟糕」「全都是我的錯」，甚至幾乎都會想到死亡，多少都有「死了就好了」的想法，「聯想到死亡」可以說是憂鬱症的一大症狀。但憂憂子有時候反而能幫助人們轉換想法。

雖然我們常說不要讓自己處在「難過憂鬱的負面情緒」，但部分演化心理學家認為「憂鬱」其實隱含著正面意義。

維吉尼亞聯邦大學心理學家安德魯斯表示，在接受難度較高的立體圖案認知能力測驗時，顯示在憂傷的心理狀態或許可以提高分析推理的能力。

澳洲新南威爾斯大學心理學家傅賈斯也指出，憂傷的實驗對象比快樂的人更善於察覺欺騙行為！ 所以常有憂憂子出現在身邊，不全然是壞事喔！

四、休閒 GoGoGo

凡事親自去做是很重要的。

要為自己的信念仗義直言。

~美國女演員 愛恩斯凱

♥愈挫愈勇的療癒系「馬克」 / cheers 雜誌 141 期

10 多年來，身為插畫家，「李含仁」這個名字雖然只在業界為人所知；但他以漫畫所創造的「馬克」這號虛擬人物，卻從部落格一路紅到主流媒體，堪稱台灣人氣最高的「上班族」之一。無怪乎李含仁開心地大嘆：「『馬克』比『李含仁』紅多了！」

復興商工廣告設計科畢業後，李含仁進入廣告公司當 art（美術），5 年間待了數家本土與跨國公司。但廣告界的生態複雜，李含仁自認「不擅勾心鬥角」，更重要的一點是，「在那體制中，我已經清楚看到自己的未來。」不希望生涯被從此「定案」的李含仁，決心離開組織，與夥伴一起出來創業，挑戰未知。



勇闖未知逆境，以「馬克」打開新出口

抱著浪漫情懷的他，創業之初，卻跌了好大一跤。他們經營的手工禮品事業充滿新意，但對於商業運作及成本控管毫無概念，使得公司營運一塌糊塗；李含仁還慘遭至交兼事業夥伴背叛，為對方作保，欠下千萬巨債，一直到今天都還在償債！

人生的低谷，是在李含仁創作「馬克」之後才出現轉機。

最初，馬克這個角色是提給統一企業「茶裏王」的提案，因客戶未採納，又不甘心放棄，李含仁決定把「馬克」放到部落格上。他拿出在廣告公司學到的概念，「一開始，我就從『品牌』出發，設定目標對象與產品定位。」李含仁一邊接案維持公司運作，一邊構思馬克系列，足足花了 2 年籌備。李含仁觀察，「部落格是趨勢，而職場的議題與兩性議題同樣雋永，打擊面又廣，市場上卻始終沒有很厲害、能處理這類議題的人，」他決定乘隙切入，沒畫過漫畫的他，開始研究分鏡、角色設定，原本想找文案搭配，因為「找不到能配合的人」，只好親自撰寫對白。

就這樣，馬克的職場漫畫部落格 2008 年 8 月開張，從只有個位數粉絲開始，適逢同年金融海嘯，苦悶的廣大上班族自馬克身上得到慰藉與宣洩出口，一年多就吸引超過 600 萬人次點閱。部落格創作最殘酷的一點，莫過於一則圖文貼出後，網友的反應與回饋 10 秒立見，馬克憑什麼打動人心？

以職場為主題的創作非僅馬克，但馬克能穿透職場百態，詼諧卻又耐人尋味，不是笑完即忘、或一味幹譙的膚淺作品。李含仁這麼說：「我是

用不正經的口吻談正經的事。希望讀者笑了3秒鐘後，會再想3分鐘。」馬克對於職場諸般現象針針見血、「冷眼旁觀」的世故智慧，每每令讀者「心有戚戚焉」，這種內涵除了來自李含仁堪稱坎坷、豐富的人生閱歷，另個原因，應該就是緣於他對人性的觀察入微，以及掌握情緒的敏銳。

擅感性觀察，讓網友和「大哥」都挺他

從小擅於察言觀色的李含仁，連在捷運上，也不時觀察路人的每個細微動作，這些都是他源源不絕的靈感來源。事業夥伴李心童形容李含仁的作品：「不像別人只觸及皮毛，他能探究人性的幽暗面，所以作品另有深度。」李心童進一步談到，「他對人的情緒非常敏感，做任何事都會優先考慮對方感受，不知道怎麼要求別人，也不懂得拒絕人，卻真的很照顧員工。」自知不擅「理性面」的李含仁，再次創業成立「美學經濟」，這次聰明的找了「超理性」的李心童與他互補：李心童負責公司管理、財務、對外談判等工作，李含仁則專注於「感性面」的創作、創意發想。

感性的特質，讓李含仁成為凡事「想太多」的老闆，不懂拒絕朋友，也令他擔負巨債；另一方面，同樣也成為他「得遇貴人」以及讓「馬克」這個角色成功的珍貴資產。像當初因負債出入地下錢莊，李含仁連與錢莊「大哥」談判時，都忍不住站在對方立場想：「其實人家也有人家的難處。」這種態度，令大哥對這自顧不暇、卻還在為他人設想的「傻子」留下深刻印象，之後竟找他設計DM，甚至撂下一句話：「以後有事可以來找我！」至今仍心懷感激的李含仁說：「這種『來自敵方的支持』，你知道在心理上帶來多大的溫暖嗎？」連帶地，成為人氣部落客後，他也時時以粉絲為念：「創作前，我會先思考網友想看什麼。」因為不忍網友失望，每週一、三、五，他一定更新內容，從不失約；每日必回覆60~80則留言，更設計各種與網友交換卡片的遊戲，所以辦公室牆上滿滿都是粉絲的卡片。

馬克大受歡迎後，廣告、出書及周邊商品合作案接踵而至，近年更紅到對岸，北京地鐵、上海全家便利商店……處處可見馬克身影。生涯中的優勢與劣勢，常常只在一念之間，懂得用，泥淖也能開出蓮。當初讓李含仁摔倒的因子，後來都變成令馬克強壯的溫床，不就是對此最佳的詮釋？



♥歷經兩度失業，八耐舜子靠一支筆變身網紅的人生奇遇

財訊/文 | 段詩潔

桌上各種顏色的麥克筆一字排開，八耐舜子時而沉思，時而下筆，時間彷彿悄悄靜止，臉上流露出的專注成了一幅美好的圖像。眼前這位帶著帽子，還有點「萌」的中年大叔，你可能覺得陌生；但他筆下的1字1畫，卻是每天陪伴我們再熟悉不過的生活日常。

八耐舜子有多紅？臉書擁有超過70萬粉絲（2020年已破80萬），貼出1張作品往往就能觸及百萬人次，靠寫字畫畫搞到出書，簽書會還簽到馬來西亞去。多年前，他還是一名在電視購物台打雜的場務。

臉書粉絲逾70萬 寫字畫畫也是門好生意

61年次、自稱不愛念書的舜子，國中念美術實驗班，高中順理成章進了復興美工。高二出去打工，就到食品公司做美術工讀生，同事教他寫POP賣場廣告海報，後來陸續在百貨公司、西餐廳等地方寫海報，就此奠定了POP基礎。舜子很快成立了自己的工作室，他觀察有一些店家像服飾店，其實偶爾也需要POP海報來行銷，但不可能專門請1個人來寫，認為這是一門好生意。於是他從到各個店家發傳單開始，幫一些店家寫POP海報，生意經營得挺好。

「一直到電腦出來，把POP整個打趴。」電腦不但有POP字體，還可以自行輸出。舜子於是改幫唱片行做櫥窗布置，當時北中南不少唱片行都是他的客戶。後來因為唱片市場一路衰退，經營了9年的工作室只好黯然收攤。舜子感慨說：「我等於經歷了兩次打擊。」因為不會電腦，根本找不到工作，舜子只好去跑外務，領21000的薪水領了一年；接下來的一年就宅在家裡，對美工這塊是徹底死心。在電視購物台上班的朋友缺1位場務，朋友說：「舜哥，你以前也是當老闆的人，這工作薪水不高，在攝影棚打雜，你能蹲得住嗎？」舜子心裡想的是，在家裡沒有薪水領，來上班至少還有錢拿。



▲八耐舜子的圖文總是令人會心一笑。(圖／取自臉書)

打入冷宮後重新創作 那一天，他嘗到走紅的滋味

搬道具、搭布景，舜子就這樣做了一個與美術無關的工作，且一做就8年。他直率地笑著說：「每天看模特兒穿內衣走來走去，就是我的工作樂趣。」在購物台工作的最後兩年，舜子形容自己有點被打入冷宮，於是重拾畫筆，一個人在地下室安靜的畫。一開始畫自己的大頭貼，同事看到都說：「舜哥我也要。」舜子說，可能因為當時電腦畫的人像已經很普遍，但是手畫很難得看到。他看到臉書有一個鋼筆社團，照片裡都是真實的紙張與筆，覺得很驚訝：「現在還有人拿筆起來寫字？」他也想寫工整的鋼筆字，但是寫不出來，於是又走回自己熟悉的POP字體，再加上可愛小插畫。沒想到第1篇、第2篇作品，就引起社團很多人注意到他。「每天都有一兩百人要加我好友耶。」舜子臉上漾著興奮，還有很多人拱他弄粉絲團。寫東西出來，有人一直幫忙分享，討論度很高，還能帶風向，對於舜子，這是從來沒有過的新奇感受。「我發現我是可以每天做這件事的。」舜子受到粉絲鼓勵，更加投入於創作。他坦言，前面兩年產量較大，內容也有些參差不齊，有時不小心流於低俗，還會被罵。「有媽媽說，我兒子每天都在看你的東西，你已經是公眾人物了！」舜子體認到自己的影響力，在創作上把關也更為嚴謹。在粉絲團PO了3個月作品後，第一個電視專訪，讓他嘗到走紅滋味。「那時電視台來找我，我太驚訝了，回說讓我平靜幾天，我再回覆你。」舜子愛寫字、愛畫畫，常常爬文，參與笑話社團，身邊很多好朋友都會丟笑話、勸世文給他，提供源源不絕的靈感。「我有時候會想，一個畫出去，會不會有一個心情不好、沮喪低潮的人，剛好看到我的作品，就笑出來了？」他最喜歡粉絲留言說「笑死我了！」然後tag朋友，把歡樂感染給身邊的人。

開始創作之路後，辭掉了購物台的工作。他笑說老婆更開心了！以前購物台要輪班，如果都是晚班，可能1個星期都看不到老婆和小孩。現在他偶爾煮飯，接送小孩，晚上11點到半夜兩點是黃金時段，可以做很多自己想做的事。至於假日，絕對把時間留給3歲和6歲的兩個小孩。

走出自己風格 只希望圖像帶來歡樂

一路走來，舜子梳理心境，最煎熬的時刻，反而是在購物台工作最後的時間。因為當時已經有了知名度，還是照樣拖地、搬沙發，少不了在公司被指指點點，「最辛酸的就是，有人當面酸我，這你不用做啦，去畫圖就好了嘛！」令人意外的是，跑外務和宅在家，低潮消沉的那兩年，反而是生活最簡單、最快樂的時候。當時跑外務薪水只有2萬1000，「知道錢沒那麼好賺，飲料不敢喝，吃就找阿母，休閒活動就是打球、爬山、釣魚。」舜子的合作夥伴、全境整合行銷新媒體事業部經理李運泰，形容舜子個性很直接、阿莎力，是一個腳踏實地、真誠簡單的人，「他不會想太多，就是一個想畫畫的人。」「剛開始也擔心有人模仿我，但後來想說若是能被當成一個學習榜樣，也很開心。」舜子認為，只要有自己的風格，就不怕被超越，讓大家一看就知道是誰的東西。

從素人搖身一變成為網紅，八耐舜子憑藉著努力一步一步往前走，只希望自己的圖像能夠為人帶來歡樂；唯一不變的，是那份愛寫字、愛畫畫的初心。

五、想諮商，但要怎麼開始？推薦你如何找到你的心理師資源

發佈於 日日心理 | 療心時間

許多有心理困擾的人，不見得會知道哪裡可以獲得需要的資源，由於有太多人提問，故整理出這篇給大家參考，期許在困擾的過程中，減少一點連結資源的阻力。

我們生活常需面對許多不同的挑戰，有時過多的情緒累積讓我們感到心情低落、困擾或痛苦。這時除了身心科藥物之外，透過晤談的心理諮商也是很重要的可以幫助我們調適心理的資源。只要你想要整理自己、改變困擾、探索自己身上那未知又不確定是什麼的部分，相信諮商都可以協助你整合與處理。那麼如果想要找到適合自己的諮商資源該去哪裡找跟怎麼找，希望這篇文章可以幫助到你。

--*校內外的諮商輔導資源*

⇒ 高中職以下學生的輔導老師

各校輔導室均設有輔導教師。晤談的老師有接受過專任輔導教師的訓練，亦可能同時有心理師的專業背景。除了個別晤談之外，會協助連結學校、家庭與社區的資源。

⇒ 校外的精神科醫師/諮商心理師

1. 社區心理衛生中心/衛生所

特色：大多以白天為主，由各地衛生局支應經費，所以是根據你的設籍地來尋找靠近你的衛生所或心理衛生中心預約晤談。雖然價格因為有補助可能比較便宜，但通常會有次數限制跟晤談時間較短的情形。也因為價格便宜，通常需要等待。

地點：各縣市的都有不同的規劃，目前是雙北提供的資訊比較完整，其他縣市可能就要自行跟當縣市的衛生局詢問，提供提供相關連結做參考。〈參考本手冊附錄二〉

費用：不同縣市有各自的計價方式，其中台北市是掛號費+自費諮商費約250元，每次30分鐘。新北市則目前是免費，每次30分鐘，自行去電預約諮商。其他縣市則需再自行去電詢問。以下

2. 在地心理諮商所(自費)

自費諮商所的心理師通常是專注在做心理治療的一群，使用自費的好處是時間、地點都相較上面兩個資源更加自由彈性，且只要你跟治療師的時間可以，就可以減少很多冗長的等待。

3. 醫院(健保)

特色：經由醫院身心科醫師評估後轉介，通常是跟該院心理師進行晤談，但因健保給付，等待的個案很多，但跟衛生所等待候補不同的是，期間你會有藥物輔助控制症狀，讓你這段時間可以先試藥物治療的效果與追蹤變化。醫院晤談單次大約 50 分鐘，一個人是 6-8 次限制，結束後必須重新進入候補。

地點：例如台北市馬偕醫院、三軍總醫院北投分院都可跟看診醫師討論申請。其他醫院可詢問看診醫師有無健保給付的治療可以安排。

費用：看各醫院的收費，單次 300-600 不等。

--*如果你想自費，該如何找到你的心理師？*

1. 先找適合的諮商地點-諮商所：

(1)選擇方便前往的地區-減少阻力：

在你下班之後會順路的、週末課程教室的附近或是常去地點的旁邊都是很好的諮商地點選擇。諮商過程往往會經驗到改變的調適，而改變本身就是一件費力的過程，因此讓自己去諮商的地方應該是順路的、方便的，以減少前往諮商的阻力，並讓留下的心力用來投入晤談中的改變。

(2)選擇能支持自己的地點-增加助力：

諮商地點附近有能讓你放心的咖啡廳、鮮奶味十足的冰淇淋或是香氣十足的貝果等等，如果這些對你來說是種滋養、照顧的能量補充點就在附近，那也會是一個好的諮商地點選擇。晤談後的自己值得獎勵跟被好好感謝，謝謝你自己的勇氣與堅持，即使不容易又仍願意繼續努力的自己，是值得在結束後的附近好好犒賞與照顧自己的。

2、找尋適配你議題的-心理師：

先找一張白紙，然後上面寫下你想討論的 1-3 項諮商主題。

接著去搜尋你剛整理出適合你諮商地點的諮商所網站，現在大多諮商所網頁裡面的"專業團隊"或"團隊介紹"都有不同心理師的個別簡介，點進去慢慢看有哪些心理師的專長跟你眼前寫下的白紙主題有相關，可以慢慢地記下符合你議題專長的心理師名字。

ps. 不同諮商所會有各自的主題，像是兒童青少年議題可能會想到沛智、毛蟲藝術諮商所等；伴侶諮商有格瑞思心理諮商、華人心理治療等等。

如果看了一下還是覺得不知怎麼選，建議直接與諮商所的櫃檯聯繫，告知對方你的議題、想要的性別或需求也還有預算，櫃檯就會根據他們的經驗與你討論可能適合你的心理師。

3、確認符合你自費諮商的預算：

自費的單次諮商從 2000-3500 的價位都不一樣，如果地點、專長都滿足的心理師已經找到了，那再來就是預算的考量，我認為諮商的預算至少以你"2 個月能晤談 4 次"做你的預算考慮。諮商的改變歷程不是魔法，很少只談一次就出現奇跡式的變化，我個人建議前 4 次可以 1 週 1 次會比較好，基礎後面穩定了，也許再放長步調。如果無法 1 週 1 次，至少也讓自己試試維持 2 週 1 次的頻率。如果拉到 3 週 1 次，個人經驗是因為間隔太久，很容易變成在原地附近打轉而進步緩慢，這會非常可惜。

因此，若有自費諮商的準備，預算可以先準備"2 個月 4 次晤談"的費用作為自費諮商的預算，並以此價位挑選適合你的心理師。

--*結語*

找到一個適合自己的心理師需要一些時間跟嘗試，每個人的狀況與需求不同，但尋找的方向大致上就是地點、人的適配，接下來就是用心的投入過程。希望這篇的資訊能幫助你早日遇到你適合的心理師資源，好好照顧自己，慢慢地繼續前進。

<附錄一>

新北市教育新媒體家族網站

邀請您加入《新北教育新媒體》，掌握新北教育最新資訊，包含教育政策、防疫新知、教育資源、成果或新知、活動資訊等，讓您在規劃生涯進路時有更多參考的方向。



Telegram 新北學Bar資訊站

- ◆各項官方防疫政策，最新教育消息無時差
- ◆檔案下載無期限、容量無上限
- ◆可分別同時在不同載具以同一帳號登入使用，送出訊息可編輯修改



Facebook 新北學Bar

- ◆超過16萬追蹤，第一好評教育粉專不定期推出粉絲專屬**優惠&抽獎**
- ◆教育政策、防疫新知、學校特色與成果、教育資源和新知、活動資訊包羅萬象



Line社群 新北教育123

- ◆每日提供即時教育新聞，分享新北教育政策與成果的園地



YouTube 教育局官方影音頻道

- ◆國中會考、學習歷程、名師線上課程直播及活動等精彩影音新北教育相關報導通通有～！



Instagram 新北愛就開心

- ◆不定期以短片及圖文分享學校動態、新北教育成果



APP 新北校園通

- ◆邁向50萬人下載人次！
- ◆學生電子成績單、線上請假健康資料查詢、學雜費線上繳費
- ◆家長掌握孩子出席情形、學校及社教機構查詢等即時教育訊息！



Podcast 新北教育123

- ◆用說的方式分享新北教育新聞教育專題及活動報馬仔～！



< 附錄二 >

新北市政府衛生局免費心理師駐點服務時段一覽表

地區	地點	週一		週二		週三		週四		週五		備註	預約電話
		上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午	下午	上午	下午		
新店	新店區 社區心理衛生中心				●	●						每週 2 次	2218-2158
中和	中和區 社區心理衛生中心							●					
三重	三重區衛生所	●							●		●	每週 3 次	2982-5233
永和	永和區衛生所						●		●		●		3233-2780
新店	新店區衛生所		●				●	●					2911-3984
土城	土城區衛生所						●		●		●		2260-3181
新莊	新莊區衛生所			●	●							每週 2 次	2996-7123
板橋	板橋區衛生所				●						●		2258-6606
汐止	汐止區衛生所						●				●		2641-2030
淡水	淡水區衛生所				●				●				2621-5620
蘆洲	蘆洲區衛生所				●				●				2281-2011
鶯歌	鶯歌區衛生所						●					每週 1 次	2670-2304
中和	中和區衛生所								●				2249-1936
樹林	樹林區衛生所				●								2681-2134
五股	五股區衛生所							●				每月 3 次	2291-7717
林口	林口區衛生所			●									2606-8760
深坑	深坑區衛生所					●							2662-1567
三峽	三峽區衛生所								●				2671-1592
瑞芳	瑞芳區衛生所				●							每月 2 次	2497-2132
泰山	泰山區衛生所								●			每月 1 次	2909-9921

以下地區心理師服務資訊請逕洽當地衛生所

(八里、萬里、石門、三芝、金山、坪林、貢寮、石碇、平溪、雙溪、烏來)



衛福部年輕族群心理健康支持方案執行補助機構清單

機構名稱	地 址	聯絡電話	補助
	網 址		
西園醫院	臺北市萬華區西園路二段 270 號 http://www.westgarden.com.tw/	23076968	無
臺北榮民總醫院 精神醫學部	臺北市北投區石牌路二段 201 號 https://wd.vghtpe.gov.tw/vghpsy/Index.action	28757027	無
黃雅芬 兒童心智診所	臺北市中山區南京西路 5-1 號 12 樓之一 www.黃雅芬.tw	0910222280	無
振芝心身醫學診所	臺北市中山區復興北路 282 號 2 樓 https://www.blossomclinic.com.tw/	25069169	無
心禾診所	臺北市中山區復興北路 92 號 11 樓之一 https://sohc.com.tw/	27506122	無
黃偉例診所	臺北市中山區天津街 37 號 2 樓 https://hocom.tw/h/?key=3501106059	25114123	無
松德精神科診所	臺北市信義區松德路 108 號 http://www.hwc.com.tw	87894477	無
天晴診所	臺北市士林區中山北路六段 292 號 www.skybright.com.tw	28355329 28355396	無
自由想心理診所	臺北市士林區福華路 122 號 2 樓 https://www.talkfreelyandthink.com/	28314837	無

機構名稱	地 址	聯絡電話	補助
	網 址		
夏一新 身心精神科診所	臺北市內湖區成功路三段 143 號 4 樓	287928213	無
	https://www.softmind.com.tw/		
牧人所身心 醫學診所	臺北市大同區承德路三段 232 號 1 樓	25965995	無
	www.spssc.com.tw		
嘉齡診所	臺北市大安區敦化南路一段 205 號 B1	27211257 分機 1101	無
	https://praise.healthspan.com.tw/		
福樂心理治療所	臺北市大安區信義路四段 58 號 12 樓之 3	0919517774	無
	https://fulllove5.webnode.tw/		
冬青心理治療所	臺北市中正區重慶南路一段 121 號 8 樓之 2	23882552	無
	https://hollyclinic.weebly.com/		
聊聊心理治療所	臺北市松山區八德路三段 106 巷 67 號 1 樓	25798519	無
	www.talktalkpsy.com		
力人心理治療所	臺北市大安區復興南路二段 139 號 10 樓	27081412	無
	https://www.lijen.net/		
宇聯心理治療所	臺北市大同區承德路二段 75 巷 5 號 1 樓	25565255	無
	https://worldwideunionpsyc.wixsite.com/wwupc		
天母愛舒眠 心理治療所	臺北市北投區石牌路一段 69 號	28235600	無
	https://www.lovesleep169.com.tw/		
展立心理治療所	臺北市士林區中山北路 5 段 527 號 3 樓	0968377835	無
	www.all4mind.com.tw		
賦能心理治療所	臺北市松山區民生東路五段 202 之 3 號 1 樓	27680668	無
	https://psyclinic.dingup.cc/		
豁然心理治療所	臺北市信義區松山路 421 號 8 樓之 3	0937958918	無
	https://ahapsyclinic.com/		
吉兒心理治療所	臺北市中正區羅斯福路二段 70 號 9 樓	23560511	無
	https://www.facebook.com/psychology.jill		
辰光心理治療所	臺北市北投區立農街二段 202 巷 2 弄 1 號一樓	line 帳號：@ 938fivyp	無
	https://reurl.cc/7kY7QD		
拾月拾日 心理治療所	臺北市文山區羅斯福路六段 391 號 2 樓	0919591010	無
	https://1010psy.com.tw/		
一二心理諮商所	臺北市中山區南京東路二段 176 號 11 樓	0932151618 或 電話加 Line	無
	http://www.ercounseling.org.tw		
中崙諮商中心 心理諮商所	臺北市大安區忠孝東路三段 54 號 4 樓之 1	27319731	無
	http://www.counseling.com.tw/		
拉第石心理諮商所	臺北市大安區新生南路一段 103 巷 9-1 號 1 樓	27527588 分機 9	無
	latte.stone@msa.hinet.net		
格瑞思心理諮商所	臺北市大安區信義路四段 265 巷 21 弄 26 號	23254648	無
	https://www.gracecc.com.tw/		
亞和心理諮商所	臺北市中山區長安東路二段 189 號 7 樓之 8	27500010	無
	https://www.yahecounseling.com/		
啟宗心理諮商所	臺北市大安區東豐街 7 號 5 樓之 2	23254066	無
	http://www.mindsopen.com.tw/		
利伯他茲 心理諮商所	臺北市文山區木柵路 2 段 62 號 2 樓	29361183	無
	https://www.facebook.com/heartgrowing		
蛹之生心理諮商所	臺北市大同區庫倫街 37 號 3 樓	0908620620	無
	https://www.morph.com.tw/		
點亮心燈諮商中心 心理諮商所	臺北市中山區松江路 289 之 910 號 9 樓	0968138838	無
	https://tolightheartweb.mystrikingly.com/		
我們心理諮商所	臺北市松山區南京東路 5 段 154 號 9 樓	0979796896	無
	https://weness.weebly.com/		
臺師社區諮商中心 心田心理諮商所	臺北市大安區青田街 5 巷 16 號	77495720	無
	https://www.hsin-tien.com/		
綻蕊心理諮商所	臺北市中山區復興北路 280 巷 2 號 3 樓	25016199	無
	https://www.bloomingcenter.tw/		
擁抱心理諮商所	臺北市內湖區成功路四段 32 號 4 樓	87920568	無
	https://mental-hug.com.tw/		

機構名稱	地 址	聯絡電話	補助
	網 址		
以賽亞心理諮商所	臺北市中山區吉林路 231 號 3 樓	0933569611	無
	www.isaiah611bcc.com		
詠安心理諮商所	臺北市內湖區港華街 57 號	0932320628	無
	https://yacounseling.com/		
愛心理諮商所	臺北市大安區和平東路二段 66 號 6 樓之 1	29224977	無
	https://www.iispace.com		
好窩心理諮商所	臺北市中正區和平西路一段 17 號 3 樓	23568846	無
	https://sites.google.com/view/sweethomepsy		
璞願心理諮商所	臺北市中正區忠孝西路一段 41 號 10 樓之 17	23897595	無
	pure-wish.com		
點晴心理諮商所	臺北市中正區寧波西街 87 號 7 樓之 2	0976710756	無
	https://2022sunlight.mystrikingly.com/		
人生設計 心理諮商所	臺北市大同區南京西路 41 號 8 號樓之 2	0983580856	無
	https://acdclifedesign.com/		
國北教大心理諮商暨 健康促進中心芳蘭諮 商所	臺北市大安區和平東路二段 134-18 號	27321104 分機 86002	無
	https://psych.ntue.edu.tw/		
尋境心理諮商所	北市大安區忠孝東路三段 248 巷 11 之 2 號 7 樓	0910189916	無
	https://exploringrealm.com/		
沐昂心理諮商所	臺北市中正區忠孝西路一段 50 號 17 樓之 13	23708442	無
	https://www.facebook.com/letsmoveon4u?mibextid=LQQJ4d		
擁抱心理博愛館 心理諮商所	臺北市中正區博愛路 76 號 10 樓之二	23715808	無
	https://mental-hug.com.tw/		
向日葵心理諮商所	臺北市中山區中山北路三段 30 號 3 樓之 2	25921411	無
	https://www.sunflower-psy.com/		
舒心心理諮商所	臺北市中山區民生東路一段 42 號 11 樓之 2	25113206	無
	https://suxinweb.com		
心不懶心理諮商所	臺北市北投區西安街一段 165 巷 9 弄 1 號	0905034201	無
	https://www.unlazy-mind.com/counseling		
心寓心理諮商所	臺北市大安區羅斯福路三段 61 號 2 樓	0910080536	無
	https://www.xinyupsy.com.tw/		
依懷心理諮商所	臺北市文山區羅斯福路六段 297 號 6 樓	0909416020	無
	https://listentoyou2023.com/		
同伴心理諮商所	臺北市大安區信義路三段 190 號 10 樓	27555429	無
	https://childmatepsy.blogspot.com/		
島語心理諮商所	臺北市文山區羅斯福路六段 10 號四樓之 2	29302022	無
	https://murmurland2022.com/		
三總北投分院附設民 眾診療服務處	院本部：臺北市北投區新民路 60 號	28959808 #603054	無
	https://beitou.tsgh.ndmctsg.edu.tw		
偉俐民生診所	臺北市中山區龍江路 245 號	25168123	無
	https://www.wellyclinic2d.tw/h/index?key=dcvh1		
伯特利身心診所	臺北市信義區光復南路 421 號 2 樓	27200938	掛號費 500 元 僅第一次繳納
	https://bethelpsychiatry.mystrikingly.com/		
伯特利敦南 身心診所	臺北市大安區和平東路三段 1 巷 51 號 2 樓	27010622	掛號費 500 元 僅第一次繳納
	https://www.bethel-clinics.tw/?fbclid=IwAR2-BsfQEcIz0c3kW9sgsPneTxUzGVokTae2Lq1XJYBSvc1qOTb903YsZqQ		
臺北市立聯合醫院松 德院區	臺北市信義區松德路 309 號	27263141 分機 1394	掛號費 50 元
	www.tpech.gov.tw		
臺北市立聯合醫院仁 愛院區	臺北市大安區仁愛路四段 10 號	27093600 分機 5533	掛號費 50 元
	https://tpech.gov.taipei/mp109151/		
馬偕紀念醫院	臺北市中山區中山北路二段 92 號	25433535 分 機 3680	週間白天 150 夜診假日 180
	https://www.mmh.org.tw/home.php?area=tp		
博仁綜合醫院	臺北市松山區光復北路 66 號	25786677 分機 2232	掛號費 200 元 部分負擔 80 元
	https://www.pojengh.com.tw/		
臺北醫學大學 附設醫院	臺北市信義區吳興街 252 號	27372181 分機 3661	掛號費 180 元
	https://www.tmuh.org.tw/		

機構名稱	地 址	聯絡電話	補助
	網 址		
振興醫院 精神醫學部	臺北市北投區振興街 45 號	28264400 分機 3532	掛號費 180 元
	http://3500.depts.chgh.org.tw/Subject_Intro.aspx?PageTitle=5Zau5L2N57Ch5LuL		
臺北市立萬芳醫院 精神科	臺北市文山區興隆路三段 111 號	29307930 分機 53956	掛號費 500 元
	https://www.wanfang.gov.tw/		
捷思身心醫學診所	臺北市中正區忠孝東路二段 100 號 5 樓之 7	23221739	掛號費 250 元
	https://www.justmentalhealth.com.tw/		
馨思身心 精神科診所	臺北市大安區信義路二段 208 號 7 樓之 1	33933030	掛號費 250 元
	http://fragrance-soul.blogspot.com/		
自體心理診所	臺北市延吉街 153-9 號 3 樓	27754121	掛號費 200 元
	selfpsychology.weekly.com		
宇寧身心診所	臺北市大安區復興南路二段 6 號 3 樓	27080706	掛號費 350 元
	http://www.yuning.tw/		
萬華身心 精神科診所	臺北市萬華區和平西路三段 142 號	23088878	如有看診,掛號費 200 元
	http://www.wellmind.com.tw/		
天母康健身心診所	臺北市士林區德行西路 100 號	28378787	掛號費 150 元
	https://www.facebook.com/HappyDr/?locale=zh_TW		
石碑鄭 身心醫學診所	臺北市北投區石碑路一段 69 號	28227660	若有看診另收掛 號費 200 元
	http://www.shipaicheng.com.tw/index.php		
北辰身心醫學診所	臺北市北投區光明路 2 巷 9-2 號、9-3 號	28925500	掛號費 150 元
	https://www.facebook.com/Beichen2020/		
交感身心診所	臺北市大安區信義路 4 段 143 號 4 樓	77306840	掛號費 300 元
	https://resonanceclinic.com.tw/		
誠心身心醫學診所	臺北市文山區羅斯福路六段 138 號 1 號	86631380	掛號費 200 元
	drc.care.you@gmail.com		
心築身心診所	臺北市士林區通河街 90 號 1 樓	28856572	掛號費 200 元
	https://www.mindconstruction.com.tw		
士林身心醫學診所	臺北市士林區文林路 410 號	28812205	掛號費 150 元
	https://mental-health-clinic-487.business.site/		
得心身醫學 台北總診所	臺北市中山區復興北路 60 號 3 樓-2	27510089	自費掛號 1000 健保掛號 300
	https://www.devenir.com.tw/pages/new-page-3		
知芯新店 心理治療所	新北市新店區北新路二段 177-3 號 4 樓	89145945	無
	https://withyoupsy.com/		
五守心理治療所	新北市新莊區中港路五守新村 35 巷 2 號 3 樓	0905344459	無
	https://containfive.com/		
沐昕心理治療所	新北市三重區三光街 30 巷 10 號	0909270237	無
	https://mushinclinic.wixsite.com/mysite		
悅現心理治療所	新北市板橋區文化路二段 182 巷 1 弄 15 號 2 樓	22556580	無
	https://meant2bejoy.com		
理馨心理諮商所	新北市土城區永安街 103 號 5 樓	0968989195	無
	https://www.facebook.com/lixincounseling		
轉化心理諮商所	新北市三峽區大義路 189 號 4 樓之 2	0908078921	無
	https://zhuanhuaxinlizishangsuo.webnode.tw/		
點心語心理諮商所	新北市三重區中央南路 95 巷 25 號 2 樓	0979712795	無
	https://totellheart.mystrikingly.com/		
方煦心理諮商所	新北市三重區重陽路一段 89 號 6 樓之 5	89853002	無
	https://www.fongxu.com/		
同在心理諮商所	新北市板橋區新民街 27 號 7 樓	0905168815	無
	https://beingcounselingcenter.com/		
合康診所	新北市汐止區大同路二段 512 號 1 樓	86425222	無
	https://www.facebook.com/hekang.clinic		
育心身心 精神科診所	新北市新莊區新泰路 193 號 1、2 樓	22779773	無
	https://spirits.tw/Xinzhuang/		
恆友精神科診所	新北市新莊區幸福東路 135 號	29907909	無
	https://www.afriend.com.tw/index-hp.php		

機構名稱	地 址 網 址	聯絡電話	補助
安興精神科診所	新北市三重區重新路三段 132 號 https://www.afriend.com.tw/index-ap.php	29743029	無
衛生福利部 八里療養院	新北市八里區華富山 33 號 https://www.bali.mohw.gov.tw/web/index/index.jsp	26101660	無
衛福部八里療養院 土城門診部	新北市土城區青雲路 6 號 https://www.bali.mohw.gov.tw/web/index/index.jsp	22745250	無
衛福部八里療養院 蘆洲門診部	新北市蘆洲區長樂路 148 號 https://www.bali.mohw.gov.tw/web/index/index.jsp	82856224	無
私立台北仁濟院 附設新莊仁濟醫院	新北市新莊區中環路一段 28 號 https://www.tjci-sj.org.tw	22015222	無
好安心心理治療所	新北市新莊區新北大道四段 179 號 12 樓之 2 https://goodcare.vip/	85219843	掛號費 200 元
星嶼心理治療所	新北市板橋區文化路一段 145 號 6 樓之 5 https://www.facebook.com/starlittherapy	29699307	行政費 200 元
佳好+good 心理諮商所	新北市三重區光復路一段 70 號 4 樓 https://forms.gle/6oSJFLp5VChcB4UMA	85122660	場地費 400 元
中永和身心 精神科診所	新北市永和區中正路 558 號 1、2 樓 http://healthmind.com.tw/	29291555	掛號費 150 元
幸福身心 精神科診所	新北市板橋區實踐路 83 號 1、2 樓 http://www.lovemind.com.tw/	29578000	掛號費 150 元
楊孟達 身心精神科診所	新北市板橋區文化路一段 275 號 1 樓 http://www.bodymind.com.tw/about.asp	22555222	掛號費 200
楊聰才診所	新北市新店區中興路二段 239 號 2 樓 https://www.yang1963.com.tw/	29181299	掛號費 150 元
均樂身心診所	新北市新店區民族路 29 號 1 樓 https://tmsclinic.net/	29135017	掛號費 150 元部 份負擔 50 元
輔仁大學附設醫院	新北市泰山區貴子路 69 號 https://www.hospital.fju.edu.tw/	85128888	掛號加診察 390
淡水馬偕紀念醫院	新北市淡水區民生路 45 號 https://www.mmh.org.tw/home.php?area=tp	28094661 分機 2727	週間白天 150 夜診假日 180

自殺防治心情協談專線

專線	服務對象	服務內容	服務時間	付費 資訊
0800-003123 哎哟喂呀 兒童專線	12歲以下 之兒童 	1.傾聽 2.心理支持	週一至週五 16:30-19:30	免 付 費
0800-001769 踮貢少年專線	12-18歲 少年 	1.傾聽 2.問題討論 與問題解決	週二到週六 16:30-19:30 (國定例假日 除外)	



專線	服務對象	服務內容	服務時間	付費 資訊
1925 安心專線	生活或情緒 有困擾者	1.諮詢輔導 2.自殺評估 3.必要時 提供轉介服務	24小時 全年無休	免付費
1980 張老師專線	情緒及各項 生活適應上 有困擾者	依民眾問題 提供合適協助	各地區 服務時間 不一樣喔!	中華電信 撥打免費
1995 生命線	有自殺意念 或自殺企圖 者	1.自殺防治 2.危機處理 3.心情協談	24小時 全年無休	

<附錄三>

社政機關通訊錄

內政部社會司

機 關 名 稱	地 址	電 話
司長室	臺北市徐州路 5 號 7 樓	02-23565169
副司長室		02-23565162
綜合規劃科(社會役、社區發展季刊)		02-23565168 02-23565176
身心障礙者福利科 (身障者權益保障法、輔具整合)		02-23565184
老人福利科 (老人福利法、老人社區照顧、 居家服務、老人福利津貼等)	臺北市徐州路 5 號 5 樓	02-23565211 02-23976777
婦女福利科(婦女福利、特殊境遇婦女福利)	臺北市徐州路 5 號 8 樓	02-23565515 02-23565418
社會救助科(低收入戶扶助、災害救助)		02-23565209
社會團體科(全國性協會申請)		02-23565202 02-23565210
社會保險科(農保、國民年金保險)		02-33437113 02-33437148
專門委員兼社政副主任室	南投縣南投市中興新村 府西路 71 號	049-2391146 049-2391132 049-2391137
職業團體科(全國性公會申請、勸募管理)		049-2391401 049-2391406
社區及少年福利科(社區發展、急難救助)		049-2391183 049-2391193
社會發展科(社會工作師法、志願服務法)		049-2391153 049-2391173
老人福利機構輔導科 (老人福利機構業務、中低收入老人生活津貼)		049-2391205 049-2391235
身心障礙福利機構輔導科 (身心障礙福利機構業務、生活輔具及教養費)		049-2391262 049-2391263
合作事業輔導科(合作社場籌組、儲蓄互助社)		臺中市黎明路 2 段 503 號 6 樓
合作行政管理科(合作社法、合作社場登記)		
		04-22502124 04-22502124

內政部家庭暴力及性侵害防治委員會、內政部兒童局

機關名稱	地址	電話
家庭暴力及性侵害防治委員會	新北市新店區北新路 3 段 200 號 12 樓	02-89127331
內政部兒童局	臺中市黎明路 2 段 503 號 7 樓	04-22502850

< 附錄四 >

: 家庭教育資源網路

家庭教育資源	服務內容
新北市政府家庭教育中心 http://family.ntpc.edu.tw/	推動各項家庭教育活動：家庭教育講座、家庭教育影展活動、性別平等教育活動、婚姻教育活動、代間家庭教育活動、弱勢族群家庭教育活動、家庭教育相關刊物及書籍編撰、心家庭運動—幸福家庭 123 活動、家庭閱讀系列活動、家庭教育志工培訓及服務
衛生福利部保護服務司 http://www.mohw.gov.tw/cht/DOPS/	掌理家庭暴力、性侵害、性騷擾防治與老人、身心障礙者、兒少保護及兒少性交易防制政策規劃、法規研訂與被害人保護服務方案、教育宣導及研究發展之規劃、推動及督導事項，業務涵蓋原內政部家庭暴力及性侵害防治委員會、社會司及兒童局之保護性業務。
為愛啟程 http://www.roadsafety.com.tw/	以「為愛啟程」為主題，發起「全國道安扎根強化行動計畫」，呼籲全國民眾「牽掛所愛，珍視家人；注意安全，為愛啟程」，從感性的主題訴求出發，同時呼籲民間企業與社會各界積極響應，期盼這個倡議行動能如漣漪一般，將影響力與感染力擴散到臺灣社會的每個層面。
台灣心理諮商資訊網 http://www.heart.net.tw/	耕耘助人專業資訊交流園地、拓展心理諮商無限延伸空間
新北市政府福利網 http://www.ewell.ntpc.gov.tw/	提供市民『整合的』、『即時的』、以及『人性化的』福利服務資訊，如市民遭遇困境，面臨各種生活難題，或有任何福利需要時，可以隨時隨地，迅速地獲得需要的資料或是得到最適當的諮詢等服務，及時地解決所面臨的難題。
教育部品德資源網 http://ce.naer.edu.tw/	建置本網藉以強化學校全體成員對於當代核心價值之建立與認同、行為準則之確立與實踐，以及人文與道德素養之提升；期透過本網站統整相關資源，促進全民對於品德教育之重視，齊為優質社會紮根奠基。
教育部人權教育諮詢暨資源中心 http://hre.pro.edu.tw/1-1.php	為推動人權教育，保障學生基本權益，培養人民人權素養，促進不同族群間相互尊重、包容與關懷，並發展人權文化，致力推動校園人權措施之改善、人權教育之研究、發展與評鑑、人權教育之師資及人力培訓、人權教育之課程與教學發展、人權教育之宣導推廣、人權國際聯繫與交流等工作，並建立及整合前述各項工作成果，提供教育工作者有關人權教育之教學資源。
教育部性別平等教育全球資訊網 https://www.gender.edu.tw/	旨在促進性別地位之實質平等，消除性別歧視，維護人格尊嚴，厚植並建立性別平等之教育資源與環境。

＜附錄五＞

私立復興高級商工職業學校圖書館簡介

一、簡史：本校創建於民國 46 年，並成立一間圖書館。民國 82 年購進電腦一部，開始圖書自動化。民國 90 年 6 月電腦軟體升級為網路版，更適合師生上網檢索資料。

二、位置：本校圖書館位於第六教學大樓 B1 地下室，位置安靜舒適，讓師生有一良好的讀書環境。備有 7 台電腦，方便師生上網查詢資料。

三、組織：於民國 90 年籌組圖書委員會，設管理員一人，工讀生一人，工作內容包括：分類編目、出納流通、期刊管理及影印等服務。

四、館藏：圖書 32063 冊

其分類館藏統計如下表：

類 別	館 藏 冊 數	百 分 比	備 註
0 總類	453 冊	1.4%	
1 哲學類	2718 冊	8.5%	
2 宗教類	684 冊	2.1%	
3 自然科學類	1787 冊	5.6%	
4 應用科學類	2796 冊	8.7%	
5 社會科學類	2729 冊	8.5%	
6 本國史地	2069 冊	6.5%	
7 世界史地			
8 語文類	7108 冊	22%	
9 藝術類	11719 冊	36.6%	
合 計	31969 冊	100%	

五、服務項目：

- (一) 閱覽服務：本校師生皆可入內閱覽。
- (二) 借書服務：教職員工憑員工代碼即可借閱；學生憑學生証借閱。
- (三) 影印服務：可利用本館影印機，印取所須資料。(但不得違反智慧財產權及著作權法。)

六、閱覽須知：

- (一) 凡本校教職員工及學生均可入內閱覽，學生須著校服。
- (二) 閱覽時間：
 - 1. 星期一至星期五： 07:40~16:30 (12:30 至 13:05 為午休時間)。
 - 2. 週休二日及國定例假日不開放。
- (三) 閱覽人除文具、筆記本外，不得嚼食口香糖及攜帶食物、飲料入內，閱覽人所攜帶物品可置放門外走廊。
- (四) 除可外借之書籍外，當期期刊不得攜出館外，違者取消該學年度之借書資格。
- (五) 閱覽人入內閱覽應保持安靜，並維護清潔。
- (六) 閱覽人所取閱之期刊、報紙，請於閱覽完畢後歸還原位。

七、借、還書須知：

- (一) 凡本校教職員工皆憑本館所定代碼借書，學生憑學生証借書。
- (二) 本館因管理之因素，閱覽人找到所須之書籍，即可連同証件交管理員辦理借閱。
- (三) 本校教職員工及學生借出圖書（含期刊）之冊數及借期如下：
 - 教職員工：冊數 9 冊，借期 4 週。
 - 學 生：冊數 2 冊，專業科目書籍借期 1 週、語文類書籍借期 2 週。
- (四) 借書冊數已滿者，在未還清前不能另借他書，借書期滿如無他人預約，可辦理續借，續借期限與借期同。
- (五) 借書人欲借之圖書，如已被他人借出，可向管理員或線上（進入圖書館網頁⇒點選館藏查詢⇒輸入欲預約之書名或相關資訊⇒點選筆數部份⇒註記欄勾選預約⇒按預約鈕⇒輸入帳密資料，完成預約）辦理預約。
- (六) 借出圖書不得有圈點、評註及其他損毀行為，如有上述行為者依規定賠償。
- (七) 學生証不得轉借他人，倘經發現得取消其借書權利。
- (八) 遺失或破壞之圖書，請至會計室依規定辦理賠償事宜，或購買相同書籍歸還。
- (九) 寒暑假期間學生停止借書，教職員工借還書照常辦理。
- (十) 原文書籍及套書僅供教師參考，學生如有需要憑學生証在館內借閱，不得攜出館外。

(十一)每學期自第十九週起圖書停止外借，已借出之書籍於一週內歸還。

(十二)教職員工離職或學生離校前，須歸還借書。

八、圖書遺失、污損賠償須知：

(一)如有下列行為者，須依市價賠償，或購買相同書籍歸還：

1. 在圖書、文字上圈註或評語。

2. 污損或剪裁圖書之圖片、文字。

(二)書籍若遺失，須依市價賠償，或購買相同之書籍歸還。

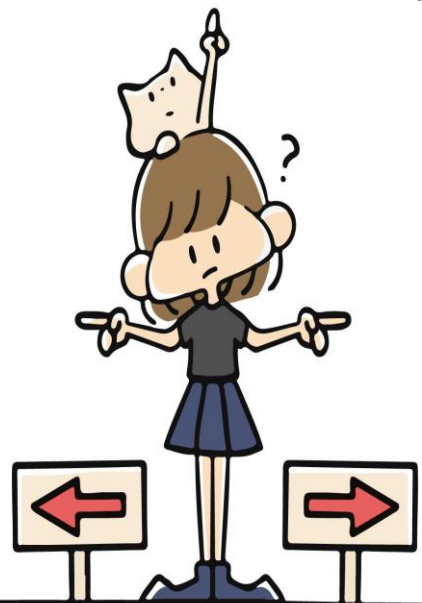
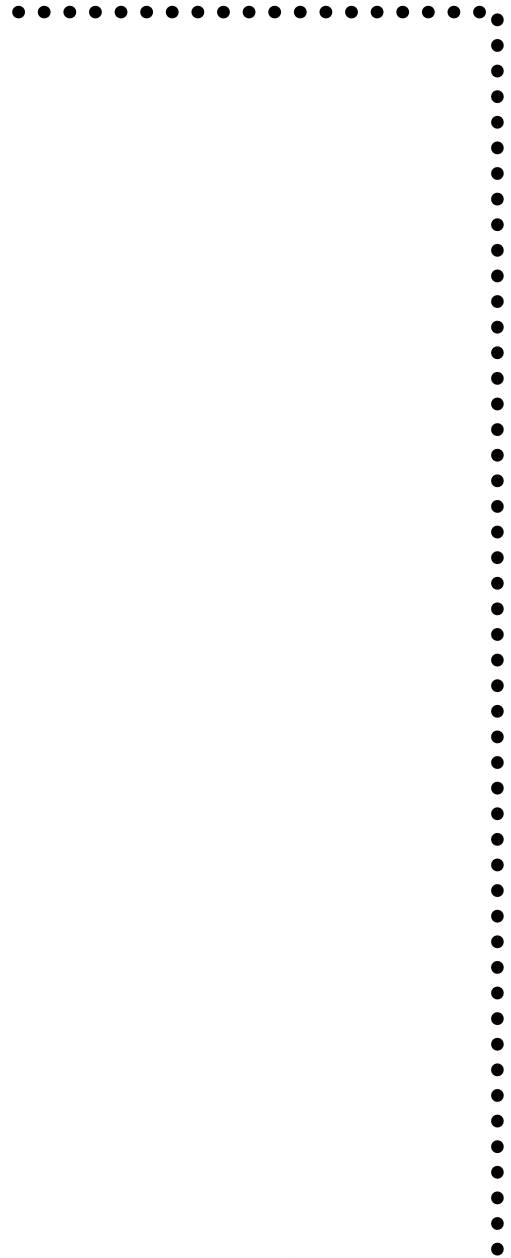
(三)圖書館之書籍，是全體教職員工共有、共享的知識寶庫，希望借閱者皆能愛惜，使圖書發揮最大利益。

閱讀宛如一場旅行，
經由解讀、討論、分享與腦力激盪，
解脫固定思考模式的束縛，
發現心靈的自在與寬闊；
而從閱讀材料的消化，修正自我的思維，
逐漸從知識的獲得釀就智慧的甘醇，
欣賞靈魂的花朵，
體會圓融生命的豁達與暢快，
也因而豐富了生命。

本文摘自 林美琴
「閱讀筆記的撰寫與運用」



memo



刊物名稱：**高一定向輔導手冊**

發行人：陳效宗校長

出版單位：新北市私立復興高級商工職業學校

編輯委員：張華聖主任

日婉琦老師

鍾威霆老師

呂曉佩老師

中 華 民 國 114 年 9 月