

同儕輔導 志工學習服務心得

能夠把自己所學到的東西，用來幫助學弟妹，讓學弟妹在課業上更進步，落實同儕輔導，幫助更多人，是很令人開心的事。
By怡樺

這是我第一次參加輔導室「同儕輔導」的活動，能夠有這樣的機會來教導學弟妹，無論是課業或人際關係方面，能夠將自己所學的、所經歷的分享給學弟妹，看他們有所進步，讓我覺得很有成就感。
By亭慈

我覺得在這個團體讓我學到非常多東西，像是怎麼樣教導學弟妹、要用什麼方式與人接觸……等等，在還沒加入這個團隊之前，我是一個不敢主動去跟人交談的人，但是加入後在老師的教導之下，我漸漸的了解該怎麼樣與人接觸、交談，也懂得如何教導學弟妹，雖然有時候會遇到瓶頸，但是在老師耐心的教導下，就慢慢的熟悉了，以及了解該怎麼去知道學弟妹需要什麼。在小稻穗的配合以及我的努力之下，我從服務的過程中獲得成就感，所以我覺得稻草人這個團體真的很棒，在這裡服務也讓我非常的開心！
By湯圓

我在同學的邀請下參加了同儕輔導志工隊，起初我認為能交一些朋友而接受了同學的邀請，在過程中我也真的認識許多朋友，但是最重要的是我發現自己學到了許多東西，例如：課業、人際關係……，不過對我而言最重要的就是「責任感」，因為這些責任感讓我對許多事物的看法以及作為有所不同，我覺得自己很幸運有接受同學的邀請，因為我所學到的東西遠比我所教的還要多。若還有機會的話，我一定會再繼續服務下去。
By永鴻

同儕輔導不僅可以幫助同學，也能使自己複習以前的功課。參加同儕輔導可以增加自信又可以認識更多不一樣的朋友，雖然能幫忙的時間少之又少，但我們卻能在僅有的時間以最有效的方式大家一起幫忙，我們是一個團隊，不管有什麼樣的問題都能一起解決。
By宇嘉

今年是我第二次參加同儕輔導，對於要如何進行服務已非常熟悉，特別是人際互動技巧，例如：與他人交談或是互動我都能比過往還放得開，以前還會有些害怕，現在與小稻穗互動就像跟自己的朋友一般，希望未來還有機會繼續參加。
By承恩

加入同儕輔導讓我能夠在教導學弟妹功課的過程中，也幫助自己複習以前上過的東西，從服務的過程中，讓我獲得成就感與成長，也讓我達到複習功課的效果，真是一舉二得。
By小白

當初要加入同儕輔導的動機是為了幫助課業上有困難的學生，還記得第一次服務時，所協助的對象是一個對數學有困難的學弟，在服務的過程非常愉快，我們都是一邊解數學題目一邊聊天，時間常常就在不知不覺中接近尾聲。新的學期是我第二次服務，雖然在過程中遇到一些困難，但是我透過與小稻穗談心的方式，希望試著了解他的內心世界，這種種的服務經驗，讓我的能力有所發揮，也讓我更熟練於如何與人互動。
By文璟

自從參加了同儕輔導後使我成長許多，而我參加這不僅僅是為了幫助在課業上或是日常生活上有遇到困難的同學們，也是為了能提升自我！

在幫助他們時，同時他們也是在幫助我，這就是互相幫忙，因為他們遇到的困難或許你以後也可能遇到！所以並不是只侷限於單方面的幫忙，而是雙方互相的幫助。我希望能有更多人能跟我們一起幫助有需要幫助的同學，並且讓雙方都能有所成長！
By胖熊

在同儕輔導中讓我深深刻到「助人為快樂之本」的意義。雖然午休都沒有時間可以休息，但看著同學的進步卻可以很快樂！邊教同學功課，其實也讓自己多了複習的機會，這真是一舉兩得呀！
By智鈞

活動成果分享



3月10日-14日由輔導室實習老師進行賴氏人格測驗解測



3月19日學生學習歷程研習



4月2日學習歷程種子學生結訓



102學年度性平週活動-1



102學年度性平週活動-2



人際關係小團體-人際互動一把罩，彼此尊重最上道



同儕輔導志工群同儕學習

民YOUNG園地

發行人：孫忠義 校長
總編輯：吳秀敏 主任
執行編輯：陳秀惠、張書晴老師
林玉貞老師

出版日期：103年5月 第三期
發行單位：國立高雄高級農工職業學校輔導室
承印：大觀設計

本期主題：學習輔導

國文科必勝秘笈—專訪蔡瓊慧老師

採訪/撰文 輔導志工 吳方雯、林子仔、朱庭儀

◎讀國文從培養興趣開始

對於國文，不要只為了應付考試而讀，主要就是要培養興趣。可以從喜歡看的書開始，圖書或小說也可以，重要的是養成習慣，慢慢養成習慣後，能增加思考能力、感官也能藉由書本變的更加寬闊，但有些學生比較偏食，就只單單看小說，一定要提醒自已，慢慢的培養看看各種書籍。閱讀古典文學和世界文學對國文更有幫助。

◎打破章節問到底

國文想要拿高分，並不能單單只看上課的補充，而是上課認真聽、多做題目，有問題就要馬上問，因為很多都是打破章節，包括有很多的範圍。總之，就是要多閱讀，理解能力就會更高，所以在課餘之時，可以看比較不吃重的書籍，例如在睡覺前三十分鐘看書，散文也好、雜誌也好，就是要養成閱讀習慣。

◎作文要多寫並融入思想

語文能力要增強，並不是一朝一夕就能做到，而是慢慢累積。在升學方面，作文非常的重要，想要拿高分，就是要多寫，多寫才可以知道平常閱讀的東西是否能融入自己的思想，藉由思想和手，付諸於文字，但作文還需要經修飾與經營的。不管做什麼，都是要靠日積月累，就像閱讀的能力、理解的能力。



英文科讀書方法—報你知 專訪英文老師張薇瑄

採訪/撰文 輔導志工 張宇傑、游佳銘

日常就要養成讀英文、看英文、聽英文習慣，日常生活中也有許多可以接觸到英文的東西，例如看電影時可以學習相關詞句的發音，並對照中文詞句來增加記憶。

而迪士尼也有許多與英文發音相關的書籍或影片可以多看看學習，等英文程度到達一定水準時可以試著去看英文報紙，就算看到不懂的單字、字句也能自行查詢或詢問英文老師以增加學習的廣度。

◎一年級補足單字量

基本上國中畢業至少要會背1000個單字，若還未達到目標的話可以趁高一時趕緊補足，而高一較無課業壓力，平均一課的單字大約12至16個字，補足好這些基礎之後，若還有閒餘的時間再去圖書館借閱英文雜誌學習，跟著學校的進度加油努力，自然能學得更好。

◎二年級善用資源補充課外

基本上高二的英文單字量增多到快兩倍，把課本上的單字背完後若還想加強英文能力，可以上網學習，網路有許多免費資源，例如在網路上關鍵字搜尋「網路免費英文學習」，就有許多相關的資訊。

遇到外國人時，多試著跟外國人溝通不要害怕，若講錯有時外國人還會教你如何正確的念，這樣英文的進步會加快。

◎三年級精熟講義及課本

三年級已經要準備考試了，盡量就不需再去補充其他的資源，可以找一本準備考試的講義多多看並複習，熟讀一、二年級的課本內容就足夠了。

總之，多看看課外書，上網找資訊，網路上可以找到視訊的一對一英文家教，價錢也較一般家教便宜，重點是一天就算只背一個單字，但每天累積下來的量也是很可觀的。



數學並不難—專訪林志聰老師

採訪/撰文 輔導志工 林郁琪、范雅如、林家伶

◎面對不少學生都怯步的數學，該如何學習？

在學習新單元時，要了解此單元要學哪些數學概念和定義，進而了解數學有哪些解題的策略能夠運用。從理解概念到順利解題，讓自己更有信心。在數學的學習可分為三個階段：一、課前預習，如果能在課前預習，可以讓學習能達到事半功倍的效果；二、上課時能專心聽講、做筆記，有疑問時能及時提出，跟上學習的進度；三、課後複習上課的進度，做些演算。各科的專業科目與數學相關的單元應特別留意，如電機科在三角函數、複數等單元，最好能將彼此連結，如此能幫助您加深印象，也了解數學可應用之處。

◎在教學上有什麼特別的事情，讓你印象很深刻？

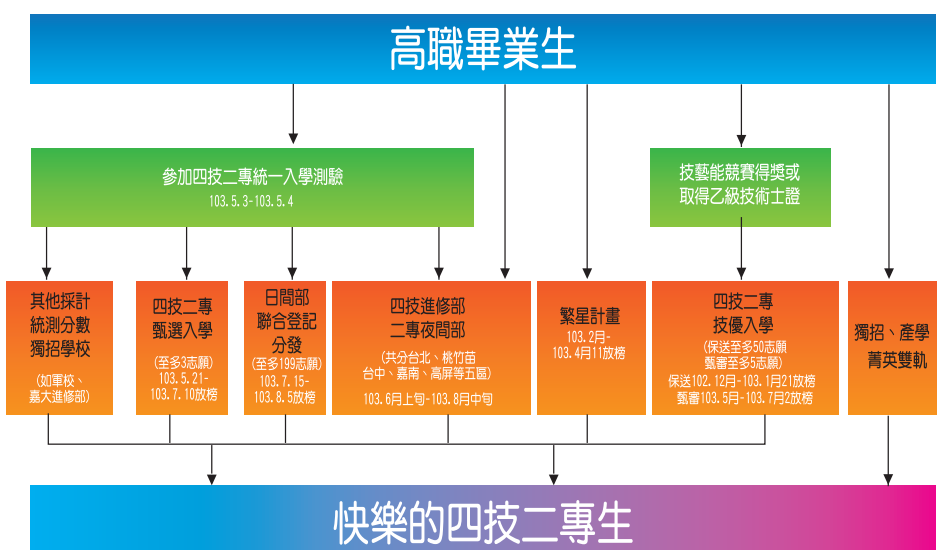
在民國88年10月22日發生的大地震，造成學校建築物的倒塌，成了災區學校。在那段時間，同學的學習和老師的教學都面臨極大的挑戰。尤其是看到同學在鐵皮屋裡上課，利用在倒塌的工廠裡搬出的設備、材料做實習，以致同學的學習沒有中斷。另外，同學在統測的數學考到100分，讓我感到非常振奮。我認為我們學校的學生能在課業上多花一點的時間，養成讀書的習慣，相信在各方面都可以表現的更好。

◎對同學鼓勵的話

近年來同學受到智慧型手機極大的影響，干擾同學的學習。下課最常看到的活動是“滑手機”，玩手機的情緒通常延續到上課，造成分心。所以希望同學在手機的使用上能有所節制，彼此互相提醒和自我控制，避免在課堂上玩手機。希望同學在統測上能有好表現，讓數學不再是升學或就業的瓶頸和阻礙。發現同學讀書習慣和風氣不是很理想，如果能做些調整，每天養成讀書和閱讀的習慣。如此，不僅能提高同學在學校的學習成效，即使就業也能不斷學習提升自我，讓自己更加的進步。



高職畢業生主要升學進路圖



自傳

成長(家庭)背景

我一個單親的家庭成長，家裏除了爸爸和我之外還有一個妹妹。爸爸是個水電工人。他為了照顧我們，在課餘時間常把我們帶在身邊工作，那時候覺得爸爸很像一個魔術師那麼厲害，他可以把不會亮的燈變會亮，馬桶壞掉經過爸爸的手馬上就通了，小學的時候我就立志向要和爸爸一樣棒，能夠成為一個無所不能的水電工，爸爸就是我的啟蒙老師，讓我對水電產生興趣，也是讓我後來決定選讀電機科的原因。

求學歷程

在國中時期，我的功課並不好，國文、英文、數學總是在及格邊緣，但是爸爸從不因為考卷分數責罵我，他常說凡事有盡力就好，但做人一定不可以變壞，我一直把爸爸的話放在心上，也因為這樣我覺得應該更加用功。在國三時我主動參加了職業試探電機電子群的課程，每週會有一天到高職去學技術，我從學校學到了如何架設自來水管，這個技術讓我自己覺得很有成就感，更堅定我要往電機方面發展，因此決定國中畢業後就讀職業學校的電機科。

再過不久我即將從高中畢業，我非常感謝我的導師，他非常的嚴格，進來就讀時，他就將我們未來三年的規畫講的明明白白，清清楚楚，他明言品德是他最重視的，再來是技術學成，但是學業也不能偏廢。在高中這三年，我努力的考取證照，其中包括了電器修護丙級、室內配線丙級、自來水管配管丙級、工業配管丙級、電器修護乙級及AutoCAD國際證照共6張證照，在考取證照過程中，並不是一路順利，尤其在學科的部份對我來說是很吃力的，裏面有大量的英文單字讓我覺得很害怕。我很幸運遇到現在的導師，他常如此鼓勵我，【成功是要付出代價的，一時的失敗並不算什麼，那是要考驗我們是否可以繼續堅持的惡魔，而戰勝惡魔成功與否的決定權是在我們手上，因此要戰勝的不是別人，而是自己心裏的恐懼，天下無難事，只怕有心人】。這一段話我會永遠放在心裏，雖然是老生常談，但對於我而言卻是面對挫折的一帖良藥祕方。

課外活動

在社團中我選擇了電器修護社，除了課堂上所學的基本技術外，在社團裏老師將更實用的技術傳授給我們，並利用假日帶我們到社區巡迴免費服務，村庄裏的老爺爺老奶奶把壞掉的電器拿來修理，當看到被我修理好的電風扇會轉，吹風機會動時，我就想起小學的時候，看到了爸爸的身影，現在我也和他一樣變成了電器魔術師，在過程中我覺得很感動，原來專業技術除了可以賺錢之外，還可以幫助別人。

未來規劃

學校實習教室裏面有一套機電整合系統，上實習課時在老師課程的引領下，讓我對於這個領域產生了興趣。在老師與學長的推薦下，貴校的自動化工程系是我唯一的選擇，除了離家近，可以就近照顧妹妹的因素之外，最主要的原因是貴系在課程設計中共分有機械、資訊管理、控制技術、精密量測與機電整合等五大領域，除了可以朝我興趣的機電整合課程學習之外，更可以結合其中的機械課程做科際整合，讓學習更專業與完整。學成之後，我便規畫自己往綠能產業發展，期許自己成為一個專業的機電技師。

◎輔導室網頁有更多升學資訊，請至<http://163.27.22.5/~mhvs272/>查詢唷～

◎Facebook粉絲專頁

facebook 民雄農工輔導室

備審資料你Ready好了嗎？ 投其所要…爭取高分！

文/林玉貞 老師

對於備審資料你是否感到手足無措，不知從何準備起呢？莫恐慌，別害怕，小編在此就為各位開啓備審資料的神祕面紗。根據不同的多元入學方式與各大專院校所需的人才不同，其所需準備的備審資料不盡相同。不管是技優甄審入學，還是四技二專甄選入學，其最基本也是最重要的備審條件就是自傳，因此在這一期的民young刊中特此做專題介紹，如何寫一篇正式的自傳。

自傳為什麼那麼重要？何以憑一張自傳就可以初略判斷是否為大專院校所需的人才？換個角度試想，如果你教授，你想在自傳裏面看到什麼？腦海裏是不是浮出一些畫面了？沒錯！自傳就是藉著短短的800-1000個字簡單扼要的將自己的過去、現在與未來做一個最精要的介紹，如果把自己當成一件商品，而自傳就是商品的廣告單，目的就是把自已推銷出去！自傳除了要讓對方對我們有基本的認識，及感受我們積極主動、熱衷學習、樂於服務、善於溝通解決能力的正向特質外，更要展現我們想要就讀該校真心誠意的態度，因此我們將從家庭成長背景、求學經驗及對未來的規畫等三方面為經緯做論述。小編依照屬性寫下自己的自傳做範例，你們也可以依樣畫葫蘆寫出一篇屬於自己的自傳，不囉嗦！我們馬上就針對三大面向開始振筆疾書囉！



◎甄審方式

校系科組資料			指定項目甄審成績計算方式		同分參酌順序	
國立虎尾科技大學 電機工程系			評分項目		佔總成績比例	
招生類別	20 電機	性別要求	不要求	備審資料審查	100%	1 備審資料審查
志願代碼	20-008	招生名額	9	--	--	2 優待加分比例
指定項目	指定項目甄審費用		500元	--	--	3 --
備審日期	--		--	--	--	4 --
備審資料						
必繳：1.歷年成績單 2.自傳 3.學歷證件(畢業生繳畢業證書影本，應屆畢業生繳學生證影本) 選繳：1.技師檢定證明 2.技師(師)能競賽成果證明或社團表現證明。						
指定項目甄審說明						
必繳資料佔50% 選繳資料佔50%						
備註						
備審資料審查所交資料不再歸還自行留存 社團參與、運動競賽及擔任學生幹部等足資證明領導能力之相關證明						

◎甄選方式

校系科組 學程名稱	國立虎尾科技大學 電機工程系	志願代碼	107008
招生群(類)別	招生群(類)別	03 電機與電子群 電機類	
招生目標	甄選有興趣與能力之學生，進入本系承接電機專業技術訓練，為現代電機科技工程培育專業人才。	招生名額	一般考生 54 原住民考生 2 離島考生 1*
備審資料	必繳：自傳 2.讀書計畫、歷年成績單。 選繳：專著或作品或小說文、技能檢定證照或外語能力證明、運動競賽、體操能證明、技(藝)能競賽得獎證明或其他有利審查之資料。證照或得獎加分部份併入備審資料審查內核計。		
特別條件	不要求		
參考條件	社團參與、運動競賽及擔任學生幹部等足資證明領導能力之相關證明		
甄選說明	第一階段統一入學測驗成績篩選 科目 數定 甄選比率 國文 -- -- 英文 -- -- 數學 -- -- 專一 -- -- 專二 -- -- 總平均分 -- 2.5	第二階段指定項目甄試 指定項目甄試收費 500元 指定項目甄試日期 甄選理備審資料審查，考生不必到校。 一般考生 135 原住民考生 6 離島考生 --	
成績處理方式	統一入學測驗成績加權 科目 加權指數 佔總成績比例 國文 ×1倍 英文 ×1倍 數學 ×1倍 專一 ×2倍 專二 ×2倍	第二階段指定項目甄試 甄試項目 數也得分 滿分 佔總成績比例 備審資料審查 -- 100 20% --	
在校學業成績	甄選或得獎加分	總成績同分參酌方式	
不單獨列為計分項目。	不依應徵入學簡章訂定之甄試或得獎加分標準加分。	順序 項目 1 甄選專業科目(一) 2 甄選專業科目(二) 3 甄選數學 4 甄選英文 5 甄選國文 6 備審資料審查	
備註	指定項目甄試所繳交相關資料不再歸還自行留存	分發錄取生報到截止日：103.5.12(二) 12時前 離島考生名額：金門縣考生1名	

大學生之後~專訪校友賴柏言

文/陳秀惠 賴柏言

賴柏言小檔案

- 2010畢業於民雄農工生機科
- 目前就讀修平科技大學工業管理學系四年級
- 已推甄錄取雲林科技大學及虎尾科技大學
- 工業工程與管理研究所
- 2013年馬來西亞ITEX國際發明展，獲得兩面金牌
- 取得證照：
- 氣壓丙級技術士證
- 氣壓乙級技術士證
- 機電整合-自動化控制組丙級技術士證

- ISO 9001:2008 國際品質管理認證證書
- TQC-OA辦公軟體應用類-Fundamentals of e-Commerce專業級Professional證書
- 企業電子化助理規劃師合格證書
- 企業電子化規劃師合格證書
- 企業電子化規劃師-網路行銷合格證書
- 工業工程師考試-單科合格證(設施規劃)
- 申請專利：
- 中華民國專利證書-新型第M 458463號

◎主動出擊

老實說，當初就讀修平科技大學並不是我的第一志願，但我並沒有花太多的時間沉溺在挫敗的情緒中，進入修平後，我告訴自己大學的目標除了參與比賽、增加實務經驗外，我一定要攻讀研究所。所以從大一時開始，我努力不懈的增進自己的實力，大學四年來成績保持在全班前二名(學期平均90分以上)。由於高中在民雄農工生機科打下的基礎，我對於機電相關知識有著高度的熱誠，於是大二時主動找系上正在研發「震動式片狀發電機」的教授，在老師身邊學習產品的設計、開發與研究，目前也正在執行國科會「102年度大專學生參與專題研究計畫」，名稱為「波浪震動式發電機之研製」。

◎走出校園參加競賽

大三開始，我開始參加各項展覽及比賽，首先是「2012台北國際發明暨技術交易展」及「2012韓國首爾國際發明展」的見習，2013年即代表學校實際參與「馬來西亞國際發明展」，以作品「晶片狀激震器之平面揚聲器製造方法」及「具有發電功能的壓控式電子裝置」獲得兩面金牌。在大學四年中日以繼夜的學術理論學習、參賽與訓練的過程是辛苦的，但也相當扎實的累積自己的專業基礎。

◎考取證照，證明實力

為了增加自己的實務經驗，我也擔任產業界工廠改善與管理的顧問，但一個大學生如何能夠獲得業界的認同呢?證照就是王道!所以積極的準備考取相關專業證照來證明專業能力，也獲得業界主管的認同。

大學期間所經歷的學習歷程，雖然辛苦但對我來說這樣的大學生活是充實、美好且充滿珍貴的回憶。這種能為自己的目標奮鬥，而且與志同道合的老師、同儕間互相支持、勉勵及學習的團體奮鬥情景，也在我心中烙下深刻的印記。

◎我不是書呆子

或許看到這裡，不少人會以為我是埋首書堆的書呆子，其實不然。在大學期間也擔任班級幹部、當選系學會會長以及課程委員學生代表，同時也參與大專生系所招生宣傳短片的拍攝。參與學生會讓我學會：「思考」—總是要比人多思考幾步；「判斷」—利弊得失及配套措施；「講話」—縮放要有時；「身段」—柔軟堅硬要得宜；「聆聽」—打開心聽見同儕的聲音。假日期間我還偶爾到燒烤店去打工，這是和學校生活截然不同的體驗，增進我學習社會適應能力的磨練機會。

◎找到自己喜歡做的事

大學生活對我而言是一趟充實豐富的學習歷程，當面對任何處境時，不論喜歡或不喜歡，接受或不接受，都要告訴自己「一切都會好的」!這算是一種自我暗示，當內心不會有排斥外境的心態時，就能接受當下的狀態。也會想辦法，調整自己的心情想法，產生不同的作為與思維來面對處境或困境。

對於未來，我還有漫長的學習歷程等待我去實現，我常會聆聽自己內心的聲音，我的學習動力其實是來自於做自己喜歡做的事，在高中、大學的生涯探索中我找到了我喜歡的事，讓我的生涯發展有著力點，不知道學弟妹們是否也很努力的尋找自己喜歡的事呢?也為實現自己的人生目標而積極奮鬥呢?

