

國立臺南護理專科學校 班週會時間潛在課程 六大主題

| 自我探索                          | 生涯規劃   | 性平教育   | 生命教育   | 學習輔導   | 人際關係  |
|-------------------------------|--|--|--|--|---|
| 參考內容                          | 參考內容   | 參考內容   | 參考內容   | 參考內容   | 參考內容  |
| 認識自己人格、<br>興趣、能力、價<br>值觀及決定風格 | 生涯願景與規劃<br>工作世界與認識<br>家庭期待與溝通<br>蒐集職業與資訊<br>生涯準備與行動<br>撰寫履歷與自傳<br>準備面試<br>面試技巧<br>進修計畫 | 愛情迷思<br>區辨愛情友情<br>性別刻板印象<br>兩性相處之道<br>男女大不同<br>網路戀情<br>一見鍾情？<br>分手的藝術<br>分手止痛良方<br>認識性騷擾<br>認識性侵害<br>性侵害迷思<br>危險愛情<br>兩性溝通差異 | 壓力辨識<br>憂鬱辨識<br>高關懷辨識<br>情緒及壓力管理<br>FUN 輕鬆<br>自殺迷思<br>生命意義詮釋 | 學習方法<br>考試技巧<br>準備考試<br>時間管理<br>學習目標<br>學習計畫<br>學習習慣<br>學習過程 | 傾聽<br>尊重<br>陪伴<br>接納<br>人際雙贏技巧<br>同理心<br>自我覺察<br>溝通技巧 |