

臺北市立成功高級中學

113 學年度第 2 學期



此為清華大學林鴻堯老師與本校陳建華老師共同創作，主題：求是成功

學校日暨親師家長座談會手冊

本校網址 [http://www.cksh. tp. edu. tw/](http://www.cksh.tp.edu.tw/)

聯絡電話 總 機 02-23216256
校長室 分機 201-203
教務處 分機 211-220，317
學務處 分機 221-228，230
總務處 分機 231-237
教官室 分機 272

輔導室 分機 241-245
圖書館 分機 251-253，256
健康中心 分機 229
校安人員 分機 228，298

目 次

壹、學校日暨親師家長座談會實施計畫	1
貳、臺北市立成功高級中學校務工作報告	4
一、教務處	4
二、學務處	5
三、總務處	7
四、輔導室	8
五、圖書館	9
參、臺北市立成功高級中學 113 學年度第 2 學期學校行事曆	11
肆、114 學年度大學多元入學資訊	13
一、113 學年度第 2 學期大學多元入學管道重要日程表	13
二、113 學年度第 2 學期大學多元入學及教務處相關作業重要日程表	16
三、「114 學年度大學繁星推薦暨申請入學」相關資訊	17
四、大學申請入學審查資料上傳注意事項	19
五、輔導室與網路相關資源 QR Code	19
六、學習歷程檔案宣導	22
伍、心理測驗在選班群／選校系上的解釋與應用	26
一、新編多元性向測驗	26
二、大學學系探索量表線上版(高二及高三適用)	29
陸、輔導室主題宣導—心理健康促進與自殺防治	30
柒、輔導室主題宣導—身體界線與身體自主權	39
捌、學務處生活輔導組宣導	41
玖、學務處訓育組宣導—CRC 聯合國兒童權利公約	43
拾、學務處衛生組政令宣導	44
拾壹、臺北市立成功高級中學 113 學年度第 2 學期各班導師、校安老師、輔導老師	47

臺北市立成功高級中學 113 年度第 2 學期

學校日暨親師家長座談會實施計畫

113 年 12 月 30 日主管會報

114 年 1 月 10 日核訂

一、依據：

1. 本校校務發展計畫
2. 臺北市政府教育局 90 年 3 月 14 日北市教秘字第 9021856100 號函頒「臺北市中等以下學校暨幼稚園推動學校日活動實施計畫」
3. 本校 113 學年度學生輔導工作計畫

二、目的

1. 加強學校與家庭之間的聯繫，激發家長關心子女，共同參與學校教育事務，增進教育效果。
2. 提昇家長親職教育知能，以建立良好親子關係，強化家庭教育功能。
3. 透過親師溝通與合作，展現教師專業規劃能力，提升教師教學效能。

三、對象：全校家長

四、時間：114 年 3 月 7 日（星期五）晚上 18 時 00 分至 21 時 00 分

五、地點：各班教室（班級親師座談）、綜合大樓 1 樓視聽中心——申請入學輔導講座

六、辦理單位

1. 主辦單位：輔導室、教務處、學務處
2. 協辦單位：總務處、圖書館、教官室、人事室、會計室、家長會

七、實施程序

(一)高一、高二

時 間	項 目	活 動 內 容	主持人/負責人	地 點
18:00-18:30	報 到	1.資料研讀 2.參觀校園	輔導室 教務處 學務處 家長志工服務隊	四維樓穿堂、 綜合大樓 1 樓
18:30-20:00	班 級 親 師 座 談 活 動	1.導師班級經營說明 2.任課老師教學說明 3.班級親師座談	導師 家長代表	各班教室

(二)高三

時間	項目	活動內容	主持人／負責人	地點
18:00-18:30	報到	1.資料研讀 2.參觀校園	輔導室 教務處 學務處 家長志工服務隊	四維樓穿堂、 綜合大樓 1 樓
18:30-19:40	班級親師 座談活動	1.導師班級經營說明 2.班級親師座談	導師 家長代表	各班教室
19:40-19:50	休息	前往綜合大樓 1 樓		
19:50-21:00	申請入學 輔導講座	申請入學選擇校系原 則與策略家長說明會	輔導室 陳姿蓉老師	綜合大樓 1 樓 視聽中心

註：申請入學輔導講座歡迎高三家長自由參加。

八、處室業務分工事項

處 室	工 作 內 容	備 註
教務處	1. 彙整各科教師班級教學計畫並上網公告 2. 提供致家長之參考資料 3. 排定任課教師巡迴說明表，並上簽核定任課教師 2 小時加班補休 4. 統計專任教師（含協助行政教師）用餐數量後交總務處，並協助當日專任教師餐盒之發放、簽到	
學務處暨 校安中心	1. 召開導師會議 2. 簽核導師 4 小時加班補休 3. 製作學校日家長聯繫函電子檔給導師自由使用 4. 印發並收取家長簽到表與會議紀錄表並統計各班家長出席人數 5. 提供致家長之參考資料 6. 督導校園環境整潔，秩序維護與校園安全。 7. 統計導師用餐數量後交總務處，並協助當日導師餐盒之發放、簽到 8. 協助引導家長分班座談	
總務處	1. 佈置指示標幟、教室平面圖 2. 提供致家長之參考資料 3. 彙整教務處、學務處及輔導室用餐數量訂餐並核銷。另請廠商依專任教師（至教務處）、導師（至學務處）、行政人員（至學務處）數量放置相關處室	

輔導室	1. 擬定學校日暨親師家長座談會實施計畫並上網公告 2. 準備導師會議相關資料 3. 提供致家長參考資料 4. 彙整各處室資料，製作學校日暨親師家長座談會手冊電子檔，並公告校網 5. 印製並張貼歡迎海報、親師家長座談會手冊資料電子 QRcode 6. 彙整、研覆、簽核各班家長意見並上網公告 7. 統計各處室行政人員（不含協助行政教師）用餐數量後交總務處 8. 辦理申請入學輔導講座	
圖書館	提供致家長之參考資料	
人事室	加班審核	

九、導師協助事項

1. 安排服務同學，協助班級佈置、接待、簽到及記錄等有關事宜。
2. 主持班級座談（或請家長公推一人擔任主席）。
3. 請督責當日服務同學務必於班級座談結束後，將「家長簽到表、會議紀錄表」，擲交學務處訓育組彙整。
4. 家長若有建議事項，請協助家長掃描填寫「親師家長座談會建議事項」，輔導室彙整各處室研覆表，俾轉請各處室研覆。

十、經費：依臺北市政府教育局北市教秘字第 8921767100 號函，教師及相關行政人員於非上班時間「加班」參加學校日活動者，不另發代課鐘點費、加班費或相關費用；唯可在不影響校務運作及課務自理的原則下，依加班規定以補休辦理。

十一、請各處室於 114 年 2 月 10 日（星期一）下班前，提供致家長參考資料（含電子檔），由輔導室彙整親師家長座談會手冊上網公告。

十二、本計畫經行政會報通過，陳校長核定施行。

臺北市立成功高級中學校務工作報告

一、教務處

- (一) 本校持續與臺大數位學習中心合作，鼓勵本校學生於自主學習時段進行線上課程自學，修習完畢可參加與臺大教師交流座談會，加上省思即為自主學習檔案亮點。未來還可抵免臺大通識學分。
- (二) 本校 114 年升大學多元入學重要日程表已公告首頁，內有各校內外升學與大考之日程，歡迎多加利用。一律將今年高三升大學相關公告加上【114 升大學】字樣，以方便使用關鍵字搜尋。
- (三) 114 年 3 月 4 日(二)校內學生**繁星推薦撕榜說明會**
114 年 3 月 6 日(四)**繁星推薦撕榜**。
- (四) 113 學年度第 2 學期，各種考試日期：
114.02.20(星期四) 高三第一次分科模擬考
114.03.25(星期二)-26(星期三) 全校第一次期中考
114.04.29(星期二)-30(星期三) 高三期末考
114.05.07(星期三) 高三第二次分科模擬考
114.05.13(星期一) 高三學期補考
114.05.13(星期二)-14(星期三) 高一、高二第二次期中考
114.06.26(星期四)-27(星期五) 高一、二期末考
114.07.03(星期四) 高二學期補考
114.07.04(星期五) 高一學期補考
114.07.11(星期五)-12(星期六) 高三升大學分科測驗
- (五) 114 年 7 月 14 日升高三暑期輔導開始。
- (六) 114 學年度數理能力競賽臺北市複賽本校獲得三等獎 3 名(數學科*1、化學科*1、生物科*1、地球科學科*1)，佳作 8 名(物理科*2、化學科*3、生物科*2、地球科學科*1)。
- (七) 2025 年國際物理奧林匹亞競賽初選計 4 位同學入選，可參加複賽。
- (八) 2025 年國際生物奧林匹亞競賽初選計 1 位同學入選，可參加複賽。
- (九) 2025 亞太數學奧林匹亞競賽初選計 1 位同學入選，可參加第二階段初選。
- (十) 2025 台灣國際科展榮獲工程學組大會獎四等獎。

二、學務處

項目	說明
一、113-2 學生手冊重要修訂提醒	(一) 本校在校作息實施要點 新增在校作息表於學生手冊予各位家長參考，另與家長同步提醒 7：30～8：00 為本校晨間自主學習時間，為維持良好且安靜的自主學習環境，學務處會不定時加強巡視校園。 (二) 本校校園安全檢查規定 依據學校訂定教師輔導與管教學生辦法注意事項與臺北市政府教育局北市教學字第 1143032716 號函辦理，為維護校園安全及學生之身體自主權與人格發展權，明確律定教職員工生相關權責及檢查處理程序，期有效防制校園危安事件，特訂定本規定。 (三) 本校校園霸凌防制規定 本校 113-1 校園霸凌防制規定為依循教育部 109 年 7 月 21 日臺教學（五）字第 1090097594B 號令修正發布全文 34 條訂定之，為配合現行教育部發布之校園霸凌防制準則，故廢止本校依循舊法訂定之校園霸凌防制規定，另依據教育基本法第 8 條第 5 項及教育部 113 年 4 月 17 日臺教學（五）字第 1132801790A 號令修正發布全文 74 條「校園霸凌防制準則」訂定本校校園霸凌防制規定。
二、校門管制提醒	為維護校園安全，進出本校校門倘穿著便服者應主動出示（數位）學生證，另本校正門與後門開放時段如下： (一) 青島東路後門：7：00～8：05 (二) 濟南路正門：6：35～8：20（8：10～8：20 凡主動出示（數位）學生證者即可直接進入校園） (三) 數位學生證綁定教學：https://reurl.cc/1NWVdv
三、請假作業提醒	(一) 線上請假規範 1. 事假：2 日（含）以內。（須事前提出申請） 2. 病假：3 日（含）以內。（返校 3 日內提出申請，須檢附相關證明文件，1 日病假仍須檢附家長證明） (二) 紙本請假規範（校內需留存紙本文件） 1. 事假：3 日（含）以上。（須事前提出申請） 2. 病假：4 日（含）以上。（返校 3 日內提出申請，須檢附相關證明文件） 3. 公假：僅可走紙本程序（須事前提出申請） 4. 身心調適假：僅可走紙本程序（返校 3 日內提出申請，須於請假當日前電話或線上告知導師或學務處）。 (三) 點其他提醒事項： 1. 依據學生請假實施要點，每學期的缺曠更正、請假及逾時請假均須於當學期成績公告前一個工作日中午 12 時前完成修正或請假程序。 2. 每週三會發放班級缺曠表，請提醒孩子務必習慣每週確認自己的缺曠紀錄是否正確。

	(四) 相關連結 1. 本校學生請假實施要點與家長證明參考格式： https://reurl.cc/2690zn 2. 請假常見問題整理：https://reurl.cc/eGdyKm 3. 酷課雲親子綁定教學：https://reurl.cc/v0GAql
四、校慶	103 週年校慶慶祝大會訂於 114 年 5 月 3 日（六）舉辦，歡迎各界蒞臨觀賞。114 年 5 月 5 日（一）為校慶補假，當日停課一天。
五、畢業典禮	113 學年度高三畢業典禮訂於 114 年 6 月 3 日（二）舉辦，歡迎家長蒞臨觀禮。114 年 6 月 2 日（一）舉行畢業典禮預演，得獎同學與家長可於當日合照，請得獎同學家長預留時間參加。
六、清寒學生午餐補助	請有需求者於 3/17(一)前完成申請手續，詳情請參閱校網公告。
七、社團活動事務	(一) 社團正式課程僅於每週五第七節課進行，每日午休 12:30~13:00 皆須回到班上安靜午休。 (二) 社團於其他課餘時間舉辦之校內外各項活動，皆須向學務處社團活動組進行申請，且所有文件（如：家長同意書、行前通知）須經校方核章通過後方為生效。如有任何疑問，請向社團活動組查證（分機 225）。 (三) 社團活動組亦定期於校網公告各項競賽活動、協助五項藝術競賽全國報名事宜。
八、服務學習宣導	為涵養同學人文關懷，增進愛護環境及參與公共事務之意願，本校積極鼓勵同學參加各項服務學習活動。同學完成服務學習後，可至社團活動組登錄時數，但也請學生自行將相關資料上傳至個人學習歷程檔案，方能使備審資料更加完善。
九、賽事宣導	2025 世界壯年運動會（World Masters Games，下稱世壯運）每 4 年舉行 1 次，為國際性大型體育賽事，今年由本市及新北市共同主辦，亦是亞洲首次辦理該項運動賽事之國家，即將於 114 年 5 月 17 日盛大展開。官網連結 (https://wmg2025.tw)
十、衛生組重要宣導	(一) 依據衛生福利部疾病管制署監測資料顯示，114 年第 5 週（1 月 26 日至 2 月 1 日）全國類流感門急診就診 91,436 人次，國內正值流感高峰期，且恰逢開學季，校園疫情傳播風險增加，請全校師生落實下列防治措施，以防範群聚事件發生及避免疫情擴散： 1. 請落實手部衛生及咳嗽禮節，有呼吸道症狀者請主動配戴口罩。 2. 請做好自主健康管理，隨時觀察學生健康狀況，適時關懷有上呼吸道症狀、發燒、嘔吐及腹瀉之個案，落實「生病不上課、不上班」觀念，並落實群聚通報及相關感染管制措施，以避免疫情擴散，防範群聚事件發生。

	3. 定期進行環境消毒與重點消毒，公共空間、教室、寢室開窗保持空氣流通，避免長期處於密閉空間。 (二) 另針對旨揭各類傳染病之校園防疫，本局現行請假及停課規定如下： 1. 流感：請感染流感者佩戴口罩，適當休息、補充水分及依醫師指示接受治療，並建議在家休息 5 日；如 5 日內實有到校之需求，須退燒至少滿 24 小時才能返回上課，並配合佩戴口罩直至相關症狀（咳嗽、肌肉酸痛、流鼻水、喉嚨痛）解除滿 24 小時為止。 2. 水痘：為防範學生交互傳染擴大流行，學生應於皮疹一出現後至少應停止上學 7 天（含假日），或至所有病灶完全結痂變乾為止。 3. 腸病毒：經診斷為腸病毒（含醫師確診及疑似），學生應請假至少 7 天（含假日），以降低疾病傳播機會。 病毒性腸胃炎：諾羅病毒為病毒性腸胃炎常見致病原，具高傳染性，確診為諾羅病毒感染之教職員工生，應停止上班、上課，待「症狀解除 48 小時後」才可恢復上班上課。 (三) 傳染病防治相關資訊可至衛生福利部疾病管制署全球資訊網 (https://www.cdc.gov.tw/) 查閱。
--	--

三、總務處

(一) 113 學年度第 1 學期辦理事項

1. 定期校園安全維護

- (1) 定期檢查飲水機與更換濾心，定期水塔清理與水質檢測。
- (2) 定期電氣與消防檢查及維修。
- (3) 校園安全設備檢查及維修。
- (4) 落實保全警衛工作，搭配電子保全系統，強化課後及假日校園安全維護
- (5) 定期電梯檢查及維修。
- (6) 各樓層監視器維護檢測。
- (7) 校園校舍及周邊消毒工作。
- (8) 屋頂落水口及校園排水溝清理。
- (9) 校園植物草皮修剪、花圃維護。
- (10) 全校教室與辦公室環境整理維護：桌椅、掃具櫃、門窗、冷氣、電扇、蒸飯箱等設備。

2. 防災校園

- (1) 消防教育訓練：113 年 9 月 5 日。
- (2) 自衛消防訓練：113 年 9 月 5 日。

3. 第 1 學期期間採購與驗收作業及已完成改善工程(至 114 年 2 月 1 日止)

- (1) 完成綜合大樓屋頂防水整修工程。
- (2) 完成校舍壁癌專案。
- (3) 完成綜合大樓 0623 水災修復整修工程。

(二) 第 2 學期待辦理項目

1. 八德樓無障礙環境電梯工程。
2. 綜合大樓外牆整修工程。
3. 綜合大樓昆蟲館空調整修工程。
4. 114 年度預算蒸飯箱設備汰換。
5. 114 年度預算飲水機設備汰換。

四、輔導室

(一) 本學年輔導教師及輔導班級分配

職稱	輔導班級	分機
輔導主任：郭佩菁		241
輔導教師：林秀娟	101-104 201-204 301-305	244
輔導教師：呂學侃	105-109 205-208 306-309	242
輔導教師：陳怡如	110-113 209-213 310-314	245
輔導教師：侯佩瑜	114-117 214-218 315-318	243
輔導教師：陳姿蓉	118-122 219-222 319-322	243
輔導教師聯絡方式：23216256 轉分機		

(二) 輔導室於學校首頁建置晤談線上預約服務，請家長鼓勵孩子多加運用。路徑：成功高中首頁→學生家長專區→輔導室-晤談線上預約服務。

(三) 籌辦 113 學年第 2 學期學校日暨親師家長座談會，資料統整於學校首頁的「親師家長座談會」專區供家長瀏覽或下載。路徑：成功高中首頁-親師家長座談會頁籤。

(四) 本學期生涯輔導家長座談會，報名方式詳見學校首頁：

1. 高三：申請入學選填志願校系家長說明會：114 年 3 月 7 日(星期五)19:50-21:00。
2. 全年級：學習歷程檔案與審查資料準備：114 年 4 月 11 日(星期五)18:30-20:00。
3. 高三：分發入學選填志願說明會：114 年 7 月 30 日(星期三)10:00-12:00。

(五) 舉辦大學多元入學輔導系列活動：包含第二階段指定項目甄試準備、模擬面試(初階、進階)、甄選入學暨分發入學選填志願輔導等，各項日期請參見學校網頁公告。

(六) 大學申請入學第一階段篩選結果於 3 月 27 日(星期四)公告，校內於 4 月 14 日(星期一)至 4 月 18 日(星期五)辦理第二階段指定項目甄試輔導之初階模擬面試，4 月 21

日（星期一）至 4 月 25 日（星期五）依科系性質分批辦理進階模擬面試。

（七）輔導室建置「大學多元入學資源網」

1、【歷屆校友經驗傳承專區】蒐集近年校友審查資料、甄試經驗、筆試、面試題庫、升學輔導講座簡報等豐富資料，請鼓勵學生多加參考運用。

● 路徑：學校首頁-成功專區-大學多元入學資源網-歷屆校友經驗傳承。

2、【「成功燈塔行」畢業學長建置學習資源及線上預約服務】「成功燈塔行」網頁平台，係由臺北市立成功中學畢業的校友發起成立，邀請各領域自願的校友或專業人士，提供在學的成功高中學生於學習和生涯規劃的諮詢與分享。

● 路徑：學校首頁-成功專區-大學多元入學資源網-成功燈塔行。

（八）高三學生 7 月 29 日收到分科測驗成績單後，請於 7 月 30 日返校參加選填志願說明會，另將提供團體諮詢(7 月 30 日下午)及個別諮詢(7 月 31-8 月 2 日)等服務。

（九）陸續規劃辦理大學生涯、升學系列活動：含大學校系介紹、個人申請二階準備、校友返校升學座談、職場趨勢分析等。各項日期均透過「牧心專刊」、班群組通知各班，並於學校首頁公告，可參閱「生涯與升學訊息」標籤頁。請家長鼓勵孩子參與，並歡迎有興趣的家長自由參加。

 最新公告

請以左、右方向鍵切換「行政公告、得獎榮譽、活動競賽、研習講座、生涯與升學訊息、學生學習歷程檔案、獎助學金、國際交流、新生入學、防疫專區、教育局公文公告」之頁面

行政公告

得獎榮譽

活動競賽

研習講座

生涯與升學訊息

學生學習歷程檔案

獎助學金

國際交流

新生入學

防疫專區

教育局公文公告

（十）預計 5 月 6 日至 9 日辦理高一選班群個別輔導，上學期已利用各班生涯規劃課進行新編多元性向測驗與大考中心興趣量表測驗解釋，以及大學 18 學群認識與探索。

（十一）持續推動友善校園學生輔導工作，落實性別平等教育、生命教育、家庭教育及生涯輔導工作。

五、圖書館（3/7 訪客可以連 **cgsh-guest** 無線網路，帳號 **0307**，無須密碼）

本學期與學生學習相關之重點工作如下：

（一）閱讀推廣

1. 113 學年度第一學期完成紙本圖書採購(第一階段)中文書 170 本(套)及外文書 4 本(套)，並辦理 113 學年度第 2 學期「英語實力提升」書展，展期自 114 年 1 月 3 日至 3 月 31 日止，歡迎同學到館借閱。
2. 114 年訂閱 Taipei Times、經濟日報、自由時報和聯合報等中英文報紙共 4 種。
3. 114 年訂閱 TIME、The Economist、職業棒球、職業籃球等紙本雜誌共 17 種。

(二) 全國閱讀心得與小論文寫作比賽

1. 全國閱讀心得寫作比賽：於中學生網站投稿截止日為 114 年 3 月 10 日中午 12：00。
2. 全國小論文比賽：於中學生網站投稿截止日為 114 年 3 月 15 日中午 12：00。
3. 所有投稿學生均需在中學生網站註冊，註冊時需輸入之學校驗證碼為 cksh1922，請學生註冊時姓名及相關資訊詳細填寫，避免獲獎時獎狀與實際姓名不符。敬請把握投稿時程。網站帳密問題因牽涉個資，請參賽同學如需要協助，請親洽圖書館服務推廣組組長。
4. 圖書館將視投稿件數是否超出本校參賽名額決定是否啟動校內評選機制。
5. 校內初賽資訊請見校網頁公告；全國賽比賽資訊請見中學生網站
(<https://www.shs.edu.tw/>)

(三) 高一自主學習跨班聯合成果發表會時間：114 年 6 月 4 日(三) 彈性學習時間。

(四) 為讓每位成功同學了解本校重要特色館藏——蝴蝶宮昆蟲科學博物館，圖書館安排全體高一同學以班為單位，利用彈性學習時間一堂課的時間，參觀昆蟲館。

(五) 資訊媒體—數位教學環境建置後，宣導強化師生資訊倫理素養，培養正確使用數位媒材於教學設計，也有賴全校師生珍惜及維護教學環境的資訊設備。

臺北市立成功高級中學 113 學年度第 2 學期學校行事曆

114 年 2 月 8 日修定

月份	星期 週次	日	一	二	三	四	五	六	重要行事
二	寒 2	2	3	4	5	6	7	8	4-5 菁英領袖培力工作坊。4 日 16:00 學習成果上傳截止。6 高三補考。7 高二補考。8 高一補考/行政補班(補 1/27)。
	1	9	10	11	12	13	14	15	10 教學準備日、期初校務會議、科召會議、導師會議、各科教學研究會、教師認證截止。 11 第 2 學期開學日、跨班選修會議。 13 日本沖繩向陽高校入校交流。社團轉社結果公布。 11-14 高二教育旅行。14 高一、高三跨班選修上課。
	2	16	17	18	19	20	21	22	17 防災演練預演。18 高一二導師自主學習共備會議。 19 高一彈性學習微課程開始。 20 高三第一次分科測驗模擬考、高二跨班選修上課。
	3	23	24	25	26	27	㉘	1	24 正式防災演練。25 學測成績公布、寄發學測成績通知單。26 申請入學選擇校系的原則與策略(導師場) 27 申請入學選擇校系的原則與策略(中午學生場)。 28 和平紀念日。
三	4	2	3	4	5	6	7	8	3-7 大學申請入學志願選填個別諮詢 3 高一新生班際排球賽。7 學校日暨親師座談會(晚上/含申請入學選擇校系的原則與策略家長場辦理)。 7 日本芦屋學園高校入校交流。
	5	9	10	11	12	13	14	15	10 高二人身安全講座。14 家庭教育委員會、學生輔導工作委員會。13-15 美國 Catlin Gable School 入校交流。
	6	16	17	18	19	20	21	22	21-23 身心障礙學生升學大專校院甄試
	7	23	24	25	26	27	28	29	25-26 第一次期中考。27 申請入學報名填表及送件說明會暨模擬面試辦法說明。
	8	30	31	1	2	③	④	5	2 高一課諮師入班。3 彈性放假(無須補課)。 4 兒童節及民族掃墓節。
四	9	6	7	8	9	10	11	12	6 高三學生上傳 113-2 學習成果。高二實施大學學系探索量表。7 高一二法治教育講座。8 高三教師認證學習成果完成。9 高一課諮師入班。10 高三學生勾選 113 學年課程學習成果及多元表現、面試技巧與個人行銷
	10	13	14	15	16	17	18	19	14 高一、二班際大隊接力賽。申請入學初階團體模擬面試。16 高一成年禮、14-18 熱食部滿意度調查。
	11	20	21	22	23	24	25	26	申請入學進階團體模擬面試。23 高一彈性學習微課程結束
	12	27	28	29	30	1	2	3	29-30 高三期末考。1(申請入學)第二階段審查資料上傳系統開放_勾選學習歷程檔案。2 高三教師學期成績登錄截止日。3 校慶、社團聯展、體優生單獨招生考試、開放高三確認原始成績。

月份	星期 週次	日	一	二	三	四	五	六	重要行事
五	13	4	⑤	6	7	8	9	10	5 校慶補假。6 高一導師自主學習共備會議。7 高三第二次分科測驗模擬考。8-9 學校上傳高三第六學期修課紀錄。
	14	11	12	13	14	15	16	17	12 高三補考。13-14 高一、二第二次期中考。17-18 國中教育會考。15-6/1 各大學第二階段指定項目甄試。
	15	18	19	20	21	22	23	24	19 期末科召會議
	16	25	26	27	28	29	③⑩	31	26 高一轉社申請開始。30 彈性放假(無須補課)。31 端午節。26-29 各科期末教學研究會
六	17	1	2	3	4	5	6	7	2-3 高三重補修報名。2 高二班際羽球賽、高三申請入學網路志願登記說明會、升高三暑輔會議。3 畢業典禮。4 高一自主學習跨班發表會。5-6(申請入學)正備取生向甄選委員會登記就讀志願序。
	18	8	9	10	11	12	13	14	12 甄選會公告申請入學統一分發結果。11 高三重補修會議、校訂必修(創意思考、國際理解)成果發表 12 高二重補修會議。13 高一重補修會議。
	19	15	16	17	18	19	20	21	
	20	22	23	24	25	26	27	28	24 公告高三重補修課表。25 高一轉社申請結束。26-27 高一、二期末考。
	21	29	30	1	2	3	4	5	30 休業式、全校大掃除、期末校務會議。 1 暑假開始、高一、二教師學期成績登入截止日。 2 公告高一、二學期成績。3 高二補考。4 高一補考。
七	暑1	6	7	8	9	10	11	12	7-8 高一、二重補修報名。8(新生)免試入學放榜。10 新學年度新生報到。11 公告高一二重補修課表。11-12 大學分科測驗。13 重補修開始。
	暑2	13	14	15	16	17	18	19	14 升高三暑輔開始(共4週)、高三教科書發放。15 高一二學生上傳113-2學習成果截止(16:00)
	暑3	20	21	22	23	24	25	26	21 高一二教師認證113-2學習成果截止(16:00)
	暑4	27	28	29	30	31	1	2	29 分科測驗成績公布、公布採計組合成績人數累計表及最低登記標準。29-8/4 繳交登記費。 30 分發入學選填志願輔導說明會、選填志願團體諮詢。 31-8/1 選填志願線上諮詢。
八	暑5	3	4	5	6	7	8	9	1-4 網路登記分發志願。8 升高三暑輔結束。
	暑6	10	11	12	13	14	15	16	15 分發入學錄取公告。

註：以上日程若有更動，將另行通知。

□考試日 ○休假日 ◇補課日

114 學年度大學多元入學資訊

一、113 學年度第 2 學期大學多元入學管道重要日程表

(各項考試及招生日期以 114 學年度簡章為準)

日期	繁星推薦	申請入學	分發入學	軍事學校正期班
114/02	公告學科能力測驗成績及統計資料(2/25)			國防培育班之學生完成體檢作業、智力線上測驗、全民國防線上測驗(2/25 前)。
	寄發學科能力測驗成績單 (2/26)			
	申請學測考試成績複查 (2/26-3/4)			
	寄發術科考試成績單 (2/27)			
	申請術科考試成績複查 (2/27-3/6)			
114/03	學測成績複查結果通知 (3/11)			國防培育班、學校推薦與個人申請報名作業、體檢作業、智力線上測驗與全民國防線上測驗完成 (3/3-3/31)。 招募說明會： 第 1 場： 3/11 (二) 12：00—14：00 第 2 場： 3/17 (一) 8：00—10：00
	術科成績複查結果通知 (3/12)			
	1. 繁星推薦繳費報名 (3/11-3/12) 2. 公告第 1-7 類學群錄取名單及第 8 類學群通過第一階段篩選結果 (3/18) 3. 錄取生放棄入學資格截止 (3/20)	1. 申請入學繳費 (3/19-3/21) 2. 申請入學報名 (3/20-3/21) 3. 公告第一階段 (學測、術科成績) 篩選結果 (3/27) 4. 大學寄發指定項目甄試通知、繳交甄試費用 (大學自訂)		
114/04		★學生上傳及高中提交學習歷程資料 (即修課紀錄、課程學習成果、多元表現) 至中央歷程資料庫 (EP) (4/1-23) (學生上傳繳交截止日依就讀高中規定) ★中央歷程資料庫 (EP) 將學習歷程資料 (即修課紀錄、課程學習成果、多元表現) 給甄選會 (4/24-4/25)	發售大學分發入學登記分發相關資訊 (4/16)	國防培育班、學校推薦與個人申請口試與面試 (4/19)

114/05	大學醫牙學系辦理 第 8 類學群第 2 階段面試 (5/15-6/1)	1.第 1 階段通過篩選考生上傳（勾選）審查資料至甄選會（5/8-5/9）（各大學繳交截止日詳見簡章校系分則） ★各高中將學習歷程資料之第 6 學期修課紀錄 PDF 檔給甄選會（5/12-13） ★學生至甄選會系統確認第 6 學期修課紀錄 PDF 檔（5/12-13） 2.大學校系辦理指定項目甄試（5/15-6/1）		各入學管道放榜 1.國防培育班： 5/7（三） 2.學校推薦： 5/14（三） 3.個人申請： 5/21（三）
114/06	1.大學醫牙學系公告第 8 類學群第 2 階段面試錄取名單並上傳錄取名單至甄選會（6/2 前） 2.甄選會統一公告第 8 類學群錄取名單（6/4） 3.第 8 類學群錄取生放棄入學資格截止（6/15）	1.大學公告錄取名單並寄發甄選總成績單（6/2 前） 2.正備取生向甄選會登記就讀志願序（6/5-6/6） 3.公告統一分發結果（6/12） 4.錄取生放棄入學資格截止（6/15）	1.分科測驗報名（6/5-6/17） 2.登記分發相關證明文件審查申請及繳件（6/2-6/20）	
114/07			分科測驗（7/11-7/12） 1.寄發分科測驗成績單（7/29） 2.公布採計科目組合成績人數累計表及最低登記標準（7/29） 3.繳交登記費（7/29-8/4）	

			4.網路登記分發志願 (8/1-8/4)	
114/08			分發入學錄取公告 (8/15)	

二、113 學年度第 2 學期大學多元入學及教務處相關作業重要日程表

臺北市立成功高級中學
114年升大學多元入學作業日程預定進度表_適用113學年度高三生

月份	日期	項目	作業內容	承辦及配合單位
10月	15(二)	英聽	公布第1次英聽測驗試場分配表	大考中心
	19(六)	英聽	第1次英聽測驗	願考生
	31(四)	英聽	寄發第1次英聽測驗成績通知單	大考中心
12月	10(二)	英聽	公布第2次英聽測驗試場分配表	大考中心
	14(六)	英聽	第2次英聽測驗	願考生
	26(四)	英聽	寄發第2次英聽測驗成績通知單	大考中心
1月	06(一)	學測	公布學測試場分配表、術科試場分配表	大考中心
	18(六)~20(一)	學測	學科能力測驗	大考中心/願考生
	22(三)~24(五)	術科	體育組術科考試	願考生
2月	4(二)~6(四)	術科	音樂組術科考試	願考生
	8(六)~9(日)	術科	美術組術科考試	願考生
	25(二)	學測	公布學測成績、統計資料_申請成績複查2/26(三)~3/4(二)	大考中心
	27(四)	申請	[校內]申請入學志願填寫說明會	輔導室/高三生
	27(四)	術科	公布術科成績、統計資料_申請成績複查--3/6(四)	術科委員會
	27(四)	繁星	[校內]發放繁星推薦簡榜序通知單	註冊組/高三生
3月	1(六)~11(二)	申請	[校內]個人申請校內線上填申請科系(每人限申請6校系) [校內]科技校院申請入學校內線上填申請科系(每人限申請6校系)	註冊組/高三生
	4(二)	繁星	[校內]繁星推薦簡榜程序說明會12:10-13:00	註冊組/高三生
	4(二)09:00起	中/繁	考生至甄選會網站設定個人專屬之密碼	甄選會
	6(四)	繁星	[校內]繁星推薦簡榜12:10開始逾時不候、公告簡榜缺額20:00	註冊組/高三生
	7(五)	繁星	[校內]收繁星志願表與繳費；繁星遞補簡榜12:10開始逾時不候	註冊組/受薦生
	10(一)	繁星	[校內]收繁星遞補遞補簡榜志願表與繳費10:10前	註冊組/受薦生
	13(四)	中/科	[校內]繳交個人申請與科技校院申請入學志願確認單並繳費	註冊組/高三生
	17(一)	中/科	[校內]個人申請與科技校院申請入學繳費完畢	註冊組/高三生
	18(二)	繁星	繁星推薦第1-7學群錄取名單、第8學群第1階段篩選結果	甄選會
	20(四)	繁星	繁星推薦第1-7學群錄取生放棄入學資格截止	繁星錄取名單
	27(四)10:00起	中/科	個人申請、科技校院申請公告第1階段篩選結果	甄選會/技專委員會
5月	12(一)~13(二)	申請	學生至甄選會系統確認第6學期修課紀錄PDF檔	甄選會/高三生
	15(四)~6/1(日)	中/繁	個人申請指定項目甄試、繁星推薦第8學群第2階段面試	各大學
	15(四)~27(二)	科技	科技校院申請入學第2階段複試日期	各科技校院
6月	2(一)前	申請	公告個人申請錄取名單、科技校院申請入學正備取生錄取名單	各大學
	4(三)	繁星	繁星推薦第8學群錄取名單	各大學
	5(四)~6(五)09:00~21:00	申請	個人申請正備取生向甄選會系統登記就讀志願序	申請錄取名單
	12(四)	申請	公告個人申請統一發錄取結果	甄選會
	13(五)12:00止	科技	科技校院第1階段錄取生報到、聲明放棄入學資格	科技申請正備取
	13(五)13:00~15(日)17:00止	科技	科技校院第2階段錄取生報到、聲明放棄入學資格	科技申請備取
	15(日)	中/繁	個人申請/繁星推薦第8學群錄取生放棄入學資格截止	申請/繁星
7月	11(五)~12(六)	分科	分科測驗	大考中心/願考生
	29(二)	分科	寄發分科測驗成績單及最低登記標準	大考中心
8月	1(五)~4(一)	分科	網路登記分發志願	願考生
	15(五)	分科	分發入學錄取公告	考試分發委員會

三、「114 學年度大學繁星推薦暨申請入學」相關資訊

- (一) 114 學年度繁星推薦招生計有 65 所大學校院、1,712 個學系(組)參加，提供招生名額合計為 15,689 個。申請入學招生計有 66 所大學院校、2,168 個學系(組)參加，提供招生名額合計為 50,854 個。

- (二) 114 學年度頂尖大學多元入學招生名額統計

資料來源為高教司公告之核定名額一覽表，實際招生名額以 114 學年度簡章為準。

管道 學校	繁星推薦	申請入學	甄選入學 (繁星+申請)	分發入學
國立政治大學	16.5%	45.0%	61.5%	36.8%
國立清華大學	15.7%	59.3%	75.0%	19.3%
國立臺灣大學	12.4%	51.2%	63.7%	34.3%
國立成功大學	14.7%	44.8%	59.5%	37.3%
國立陽明交通大學	14.9%	57.7%	72.6%	22.3%

- (三) 自 109 學年度起，申請入學開放第一階段超額篩選得使用以校系參採科目依序做單科超額篩選比序，提醒務必詳細閱讀簡章校系分則之各科系參採科目及順序，並預留足夠數量之低風險志願，做為選填志願之策略。
- (四) 甄選總成績分為第一階段學測成績及第二階段指定項目甄試成績。經過第一階段篩選參加指定項目甄試的學生多半學測成績相當接近，再經過各科加權、乘以佔總分百分比之後差距更加縮小。因此第二階段的審查資料、面試、筆試更為重要，須提早用心準備。
- (五) 114 學年度申請入學指定項目甄試日期於 5/15-6/1 之週間及週末辦理，請妥善安排志願校系，避免第一階段篩選皆通過卻無法應試第二階段，甄試日期請閱讀簡章校系分則。
- (六) 114 學年度醫學系招生名額(不含公費生)，詳見下表整理：
- 1.資料來源為高教司公告之核定名額一覽表，實際招生名額仍以 114 學年度簡章為準。
 - 2.申請入學名額未計入弱勢生保障分組名額(例如：臺大希望組、高醫薪火組、北醫展翅組、陽明交大璞玉組等)

學校 \ 管道	113 核定總名額	繁星推薦	申請入學	分發入學
國立臺灣大學醫學系	115	16	52	47
國立成功大學醫學系	70	10	39	21
國立陽明交通大學醫學系	120	29	64(+1)	27(-1)
輔仁大學醫學系	45	12	13(-1)	20(+1)
長庚大學醫學系	95	19	54(+1)	22(-1)
高雄醫學大學醫學系	126	29	79(+4)	18(-4)
慈濟大學醫學系	49	9	30(+5)	10(-5)
臺北醫學大學醫學系	135	31	87	17
中山醫學大學醫學系	135	17	70	48
中國醫藥大學醫學系	115	16	85	14
馬偕醫學院醫學系	40	10	21	9

(七) 114 學年度軍事學校正期班國防醫學院一醫學系與牙醫系各管道招生員額一覽表，實際招生名額仍以 114 學年度軍事學校正期班甄選入學招生簡章為準。

學校 \ 管道		國防培育班	學校推薦	個人申請
國防醫學院醫學系	軍費生	17（男）	64（男）	21（男）
	自費生	無	11（男女）	6（男女）
	代訓生（公費生）	無	12（男女）	7（男女）
國防醫學院牙醫學系	軍費生	4（男）	3（男）	3（男）
	自費生	無	7（男女）	3（男）
	代訓生（公費生）	無	無	無

四、大學申請入學審查資料上傳注意事項

- (一) 何謂審查資料：審查資料係指大學校系在辦理指定項目甄試時，供「審查資料」計分或參考之資料內容，審查資料依大學多元入學方案高中學習歷程資料分為修課紀錄、課程學習成果、多元表現、學習歷程自述及其他等 5 大項，各項目涵蓋之資料內容，請詳見簡章審查資料項目內容對照表。
- (二) 繳交方式及相關規定：各大學規定繳交之審查資料，除大學校系另有規定外，一律以網路上傳(勾選)方式繳交至甄選委員會。校系如有要求課程學習成果、多元表現之項目，考生可自高中學習歷程資料庫中勾選資料檔案後上傳，或自行製作 PDF 格式檔案後上傳，每一校系「勾選上傳」或「PDF 上傳」僅限擇一方式辦理；考生若於高中學習歷程資料庫無資料檔案者，皆以「PDF 上傳」方式辦理。

3 月 27 日(星期四)公告申請入學第一階段篩選結果，輔導室將於 3 月 27 日(星期四)12:10 綜合大樓 1 樓視聽中心辦理「第二階段報名填表及送件說明會暨模擬面試辦法說明」，屆時會指導學生進行審查資料上傳，並說明校內模擬面試(初、進階)報名相關事宜。模擬面試採網路登記報名，請留意學校公告，報名截止時間為 4 月 6 日(星期日)23:59，逾時不候(最終截止時間依校網公告為主)。

五、輔導室與網路相關資源 QR Code

(一) 校內網路資源

1. 歷屆校友經驗傳承



專區內蒐集歷年學長審查資料、甄試經驗、筆試面試考古題、相關升學簡報等，歡迎多加利用。路徑：學校首頁-成功專區-大學多元入學資源網-「歷屆校友經驗傳承」，登入帳號：學號/密碼：身分證字號。

- (1) 請先參考歷年升學輔導講座簡報：大學教授與專業講師們對於製作自傳、簡歷、準備面試的重點綱要提醒。
- (2) 參考學長的書審資料，截長補短。
- (3) 參考學長的甄試經驗：參考相關科系學長的實戰經驗與建議，並多與師長、家長、同學作個別模擬演練。可至該校系網站查詢考古題，再與科任老師討論解題。

2. eeclass 線上開放課程

	專區內蒐集升學講座的錄影檔可供觀賞，包含大學多元入學方案講座、面試技巧與個人行銷、校系介紹講座與未來產業發展趨勢...等。路徑：學校首頁-教學資訊-eecclass 線上開放課程-登入帳號密碼-搜尋:輔導室專區-加入課程，登入帳號：學號/初始密碼：身分證字號。
---	---

3. 「成功燈塔行」畢業學長線上預約服務

	● 「成功燈塔行」網頁平台，係由臺北市立成功中學畢業的校友發起成立，邀請各領域自願的校友或專業人士，提供在學的成功高中學生於學習和生涯規劃的諮詢與分享。 ● 路徑：學校首頁—行政單位—輔導室—「『成功燈塔行』畢業學長線上預約服務」，登入帳號：學號/密碼：身分證字號
---	---

(二) 其他網路資源(網路輸入關鍵字搜尋即可找到)

1. 學系探索量表

	提供高三同學適配學類與適配學群，作為選擇學系之參考，學系探索量表可至 網站查閱結果，登入帳號：身分證字號 / 初始密碼：身分證字號。
---	---

2.大學甄選入學委員會(繁星推薦與申請入學)

	包含甄選入學(繁星推薦與申請入學)相關訊息、簡章公告與歷年資料，可從歷年資料中，查詢到過去歷年繁星推薦第一類學群至第七類學群各校系錄取標準與申請入學各校系篩選標準一覽表。
---	--

3.升學/生涯相關網站

 1.collego 大學 選才與高中育才 輔助系統	能藉由網站了解學群、學類與學系的相關資訊，也能看見大學選才的思考模式、釐清你的興趣及能力與大學的需求是否相符。	 2.IOH 開放個人 經驗平台	由大學生錄製介紹短片(包含部分國外大學)，分享各個校系實際所學之經驗，可從中了解不同校系特色與學習內涵。
--	--	--	---

 3.國前署學生 生涯輔導網	教育部國民及學前教育署國中及高級中等學校學生生涯輔導網，整合各項資源，內有認識我自己、認識大專院校(內含大學營隊資訊)、認識產業職場等相關資訊與資源。	 4.四技科大申請	科技校院日間部四年制申請入學之重要日程、招生簡章與常見問題等相關訊息。
 5.104 升學就業 地圖	查詢大學校系畢業後出路與發展，含升學、進修，從事職業，薪資，需擁有哪些專長證照技能。	 6.104 工作世界	整合職業大數據與各行業達人分享，提供探索真實世界中的各行各業。包括職業介紹、學歷分布、薪資情報、行業趨勢、所需技能等。

最後，請密切注意學校首頁輔導室的講座、說明會公告，可查閱學校首頁【校園公告—生涯與升學訊息】，歡迎鼓勵學生踴躍至本校校務行政系統報名參加。

六、學習歷程檔案宣導

(一) 認識學生學習歷程檔案

1. 有關學生學習歷程檔案內容，提供下列參考資料協助掌握準備重點：

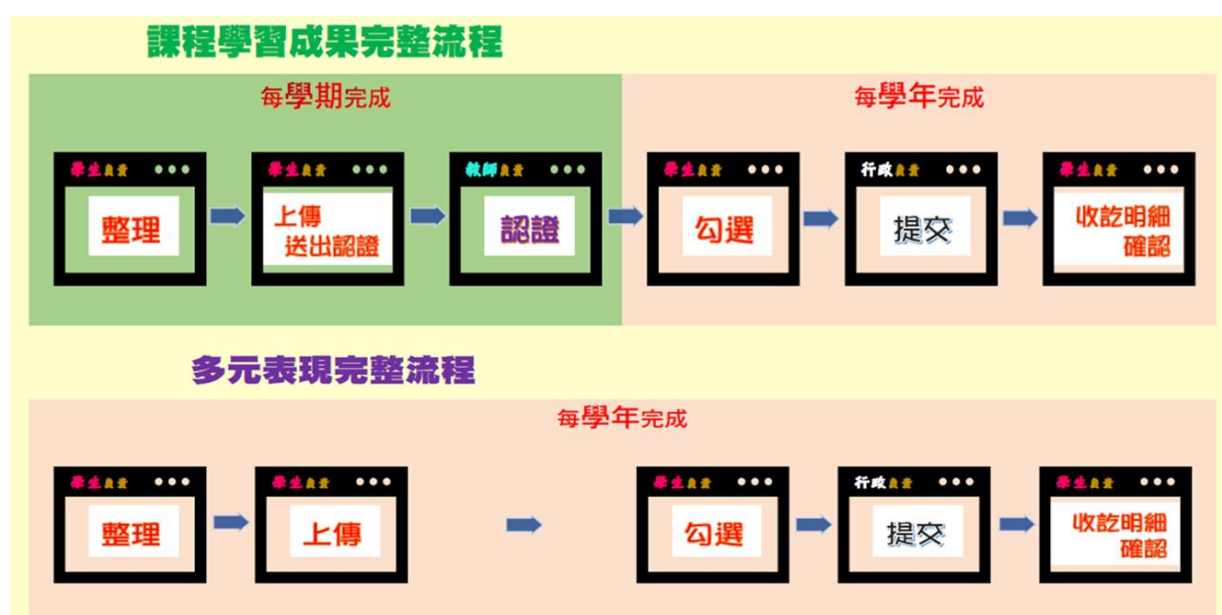
項次	參考資源說明	QRcode
1	本校 eeclass 線上開放課程平臺(請參考備註登入) 教育部周弘偉專門委員：大學多元入學方案暨學習歷程檔案家長說明會。網址： https://reurl.cc/nqRoL2	
2	本校 eeclass 線上開放課程平臺(請參考備註登入) 國立鳳新高中鄭伊璟老師：一起做一份好吃的學習歷程檔案。 網址： https://reurl.cc/G5lk4d	
3	本校 eeclass 線上開放課程平臺(請參考備註登入) 國立臺灣大學財務金融學系陳明賢教授：如何協助孩子準備申請入學-學習歷程檔案的準備指引 網址： https://reurl.cc/MRZZE3	
4	本校 eeclass 線上開放課程平臺(請參考備註登入) 國立臺灣大學生化科技學系陳彥榮教授：指定項目甄試講座-審查資料製作要點 網址： https://reurl.cc/RLQdeD	
5	【YouTube 頻道】作伙學:學習歷程檔案審議計畫 網址： https://reurl.cc/96Qr5x	
6	作伙學網站 編撰文宣：【作伙學手冊第二版】作伙做學檔—課程學習成果呈現建議 網址： https://reurl.cc/rLaagy	
7	國立臺北大學 編撰文宣：高中學習歷程檔案精進手冊 網址： https://reurl.cc/qkmmqy	

8	ColleGo!大學選才與高中育才輔助系統「焦點話題」 ColleGo!自主學習資源大補包！找主題定目標擬計畫書到學長姐 成果分享一網打盡 網址： https://reurl.cc/mlqqKA	
9	ColleGo!大學選才與高中育才輔助系統「焦點話題」 國立中山大學財務管理學系唐俊華副教授： 學習歷程自述提醒（上） 網址： https://reurl.cc/NqXXMp	
10	ColleGo!大學選才與高中育才輔助系統「焦點話題」 國立中山大學財務管理學系唐俊華副教授： 學習歷程自述提醒（下） 網址： https://reurl.cc/al55YD	
11	ColleGo!大學選才與高中育才輔助系統「焦點話題」 國立中山大學財務管理學系唐俊華副教授： 來自大學教授的實務建議：課程成果與多元表現的 7 個撰寫原則 網址： http://tinyurl.com/2nhyuwjy	

備註：進入本校 eeClass 線上開放課程平臺觀看資料務必先登入平臺，操作流程請點選連結或掃描 QRcode 參考附件說明(<https://reurl.cc/Gedd1D>)。



(二) 提供學生學習歷程檔案課程學習成果與多元表現作業完整流程如下圖：



1. 「課程學習成果」與「多元表現」作業流程，學生須自行至「臺北市學生學習歷程檔

案系統」進行上傳、勾選與收訖明細確認等作業，學校後續才能協助將學生的資料提交至「學習歷程中央資料庫」，**各項作業期程都有截止時間**。

2. 相關資訊輔導室皆會公告至學校首頁，並寄信至學生個人學校信箱，**請務必提醒同學瀏覽學校首頁公告「學生學習歷程檔案」頁籤，並定期登入個人學校信箱，以維護升學權益。**



網址：https://www.cksh.tp.edu.tw/category/news/news_9/

- (三) 輔導室製作「課程學習成果及多元表現檔案撰寫重點架構」檔案，歡迎同學下載作為撰寫檔案格式，並視個人需求進行項目編修。

參考資源說明	QRcode
課程學習成果及多元表現檔案撰寫重點架構 (https://reurl.cc/jk68ln)	

- (四) 本學期辦理學生學習歷程檔案主題講座如下，歡迎踴躍報名參與。

時間	內容	講者	地點
114 年 4 月 11 日(星期五) 16:30-18:00	學習歷程檔案 與審查資料準備(學生場)	國立臺灣大學 生化科技學系 陳彥榮教授	綜合大樓 1 樓 視聽中心
114 年 4 月 11 日(星期五) 18:30-20:00	學習歷程檔案 與審查資料準備(家長場)		
113 年 12 月 20 日(星期五) 至 114 年 5 月 3 日(星期六) 圖書館開放時間	學生學習歷程檔案 作品成果展	本校學生	綜合大樓 2 樓 圖書館

- (五) 有關學生學習歷程檔案時程重要提醒，請各位家長參閱以下資訊：

1. 113 學年度第 2 學期學生學習歷程檔案「課程學習成果」
 - (1) 學生學習歷程檔案「課程學習成果」為**每學期**完成上傳，113 學年度第 1 學期課程學習成果已於 114 年 2 月 4 日(星期二)下午 16:00 前截止上傳，並於 114 年 2 月 10 日(星期一)下午 16:00 前由任課教師完成認證。
 - (2) 高一高二同學上傳期限將依臺北市政府教育局來函，於本學期中召開本校學習歷程檔案工作小組會議後確定，屆時將公告本校學校首頁，敬請留意相關訊息。

- (3) **高三同學**因應大學申請入學時程需盡早完成本學期上傳，**上傳期限自 114 年 2 月 14 日(星期五)零時至 4 月 6 日(星期日)17 時前截止**，教師認證期限至 **114 年 4 月 8 日(星期二)17 時前截止**。上傳件數最多 10 件，請提醒同學務必把握時程完成，且上傳課程學習成果後，記得務必點選「送出認證」，任課教師才能收到通知並進行認證，亦請留意教師認證結果通知，以保障個人權益。

2. 113 學年度第 2 學期學生學習歷程檔案「多元表現」

- (1) 學生學習歷程檔案「多元表現」為**每學年**完成上傳，故 113 學年度第 1 學期與第 2 學期「多元表現」都可持續上傳，不需教師認證，上傳件數每學年最多 30 件。
- (2) 「自主學習計畫」與「微課程學習成果」不須教師認證即可上傳，請傳至「多元表現－彈性學習時間」項目。
- (3) 高一高二同學上傳期限將依臺北市政府教育局來函，於本學期中召開本校學習歷程檔案工作小組會議後確定，屆時將公告本校學校首頁，敬請留意相關訊息。
- (4) **高三同學**因應大學申請入學時程需盡早完成本學年上傳，上傳期限直到勾選期程結束前，**上傳與勾選期限至 114 年 4 月 10 日(星期四)17 時前截止**，請同學務必把握時程完成上傳與勾選。

3. 因應高三升學時程，提供 113 學年度第 2 學期高三學生學習歷程檔案相關作業期程，請家長協助提醒高三同學務必留意相關時程與學校公告，盡早規劃以保障個人權益。

工作項目	時程
高三學生上傳 113-2 課程成果	114. 2. 14(五)0:00~114. 4. 6(日)17:00
高三教師認證 113-2 課程成果	114. 2. 14(五)0:00~114. 4. 8(二)17:00
高三學生勾選 113 學年度課程成果及多元表現	114. 4. 9(三)0:00~114. 4. 10(四)17:00
高三學生收訖明細確認	114. 4. 12(六)~114. 4. 15(二)17:00 114. 4. 14(一)社團時間，導師帶領確認
高三學生申請入學第二階段審查資料上傳(勾選學習歷程檔案)系統開放	114. 5. 1(四)~至各大學繳交截止日
學校行政(申請入學)上傳 應屆畢業學生第 6 學期修課紀錄	114. 5. 8(四)~114. 5. 9(五)

心理測驗在選班群／選校系上的解釋與應用

【資料來源：新編多元性向測驗指導手冊、興趣量表結果報告書、興趣量表線上版教師手冊、大學學系探索量表線上系統操作手冊】

輔導室為本校同學實施三種心理測驗：(一)新編多元性向測驗－協助同學了解潛在能力，即是否具備唸某些科目、科系或擔任某類工作所需要的能力；(二)興趣量表線上版－幫助同學了解興趣特質，進而協助選班群的生涯規劃參考工具；(三)大學學系探索量表線上版－協助同學探索大學學系興趣，找到與自己較為適配的學群與學類，作為未來選擇校系之參考。其中新編多元性向測驗及興趣量表線上版會在高一上學期實施並進行團體解釋；大學學系探索量表線上版則是於高一下學期實施並進行團體解釋。

測驗提供同學客觀的標準去查看適合選擇哪一班群課程，但有其限制。有時測驗只能反映出部分事實，很多狀況會影響測驗結果的正確性與有效性。因此，同學做生涯選擇時，除參考心理測驗結果外，還應參照其他資料，如：學業成績、個人特質、生涯志趣、價值觀、高中各模組課程設計及大學學群與學系等，以作出適切的生涯選擇。各項測驗說明如下：

一、新編多元性向測驗

(一) 分測驗內容：包括語文推理、數字推理、圖形推理、機械推理、空間關係、中文詞語、英文詞語、知覺速度與確度等八個分測驗。

1. 語文推理：測量推斷兩對字詞所含意義間關係的能力。
2. 數字推理：測量數學推理能力，而不是只強調計算的熟練度。
3. 圖形推理：測量對各種抽象的圖形或符號線索變化之推斷能力。
4. 機械推理：測量應用基本的機械原理、工具配件以及物理力學原理之能力。
5. 空間關係：測量方位空間關係之視覺領悟力、視覺注意力、觀察力以及圖樣記憶力。
6. 中文詞語：測驗辨認同義詞的中文成語，以及連接中文俗諺上下片語之使用能力。
7. 英文詞語：測量辨別意義相近的英文詞彙及校正英文語法錯誤的能力。
8. 知覺速度與確度：測量快速又準確的視知覺能力和短暫記憶力，亦稱「文書性向」。

(二) 選班群的應用

1. 學業性向：語文推理、數字推理、圖形推理等量表組合分數。代表在各級學校階段之學習能力。
2. 理工性向：機械推理、空間關係、圖形推理等量表組合分數。理工性向顯著較高僅能預估適合選擇理工、醫藥、醫農班群的能力，另需參考興趣測驗結果、志向與學科表現作綜合考量。
3. 文科性向：語文推理和中文詞語兩量表組合分數。代表可能適合選擇文藝、法商班群的能力，可同時併入考量英文詞語之分數。
4. 文書性向：知覺速度與確度量表組合分數。指細心、專心程度。
5. 組合性向反映同學個人潛能優劣勢的分布，提供選班群考量並適當規劃未來要加強的領域。
6. 性向測驗的組合分數或單項測驗表現務必與在校相對應學科目目前的學習狀況、學業成績對照，若兩者有落差時，則可作為在學習方法或策略上檢核與調整之參考。例如：數字推理能力佳，但數學科表現並不理想，可檢視該科學習方法。

分測驗	對應大學 18 學群	對應職業
語文推理	<u>預測各學群學習</u> 、文史哲、大眾傳播	廣告、出版、法律、教育、新聞
數字推理	數理化、資訊、工程、財經學群	會計、實驗研究、程式設計、科技研發
圖形推理	數理化、資訊、工程、生命科學、生物資源、醫藥衛生學群	程式設計、機械、製圖、精修物件、研發創造等
機械推理	數理化、資訊、工程學群	機械、資訊等工程師、機械操作員、日常用具設計和製造人員
空間關係	工程、建築與設計、藝術、地球與環境學群	從事駕駛、地政測量、製圖、建築、藝術及室內設計等
中文詞語	<u>閱讀的基本能力</u> 、文史哲、社會與心理、教育、法政、管理、財經學群	秘書、作家、圖書館員、編輯人員
英文詞語	<u>各學群皆重要</u> 、大眾傳播、外語、法政、財經學群	秘書、大眾傳播人員、外交人員、寫作人員、圖書館員及貿易人員
知覺速度與確度	法政、管理、財經、大眾傳播、文史哲、外語學群	文書工作、資訊處理、秘書工作

※本測驗結果已於 113 學年度第 1 學期生涯規劃課程解釋完畢，測驗結果紙本已於課程中發放，請同學自行保管；另外，可至臺北市學生學習歷程檔案系統檔案櫃裡的「心理測驗」或校務行政系統查看測驗結果。

二、興趣量表線上版

興趣量表是個人與環境的適配，每個人都有其獨特性，每個科系與職業也有獨特性，個人與環境的特性相吻合，達到人境適配狀態，雙方都會滿意。

(一) 興趣分數

本量表每種類型有 30 題，全答「非常喜歡」可得 90 分，全答「喜歡」得 60 分，全答「不喜歡」有 30 分。本量表解釋採自比式，原始分數高低代表個人喜歡程度，因此可推測：60 分以上表示明確喜歡此類型，45 分上下表示普通喜歡，30 分以下表示非常不喜歡。

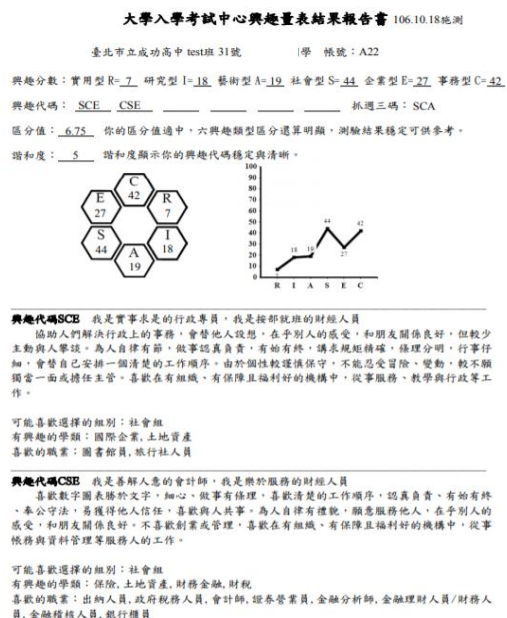
1. 興趣代碼：六種類型並非完全獨立，所以大多數人具有某一型的特點，並兼具其他一、二型的特徵。你最高分的前三種類型組成「興趣代碼」，至少一組，至多六組；如果兩碼之間分數相差不到 5 分，則兩碼的位置也可以互換。如果你的前兩碼或一碼分數特別高，你就傾向雙碼型或單碼型。*代表你是單碼或雙碼。興趣代碼主要的功能是描繪出個人特質、適配出個人有興趣的學類與職業。
2. 抓週三碼：抓週三碼通常反映個人內心深處渴望，同「我的職業憧憬」，如果和「興趣代碼」一致或相近，表示興趣類型呈現穩定狀態。如果不一致，可能興趣類型還會改變。諧和度：諧和度代表興趣代碼(潛在特質)和抓週三碼(外在生涯期望)相同程度的高低，表示理想與現實是否貼近。5 或 6 等級表示諧和度高，即個人興趣類型較為穩定，有著較為成熟的生涯認知，興趣特質在成長中不易改變。4 等級表示諧和度中上；3 或 2 等級表

3. 和諧度普通；0或1等級表示諧和度低。諧和度在3以下興趣代碼在未來隨著成長會有些變化。
4. 區分值：區分值是幫助你瞭解興趣特質差異的程度，區分值大於或等於3，代表各類型分數差別大，興趣特質較為鮮明；而區分值小於3，代表各類型的分數都很接近，建議和輔導老師進一步討論。
5. 興趣六角形：六角形代表個人興趣類型的心理距離，興趣第一碼與相鄰的類型比較相似，與次相鄰碼比較不相似，與對角的類型最不相似。
6. 興趣折線圖：折線圖是興趣區分程度的圖示，越曲折表示興趣特質越不同。



(二) 結果報告書

個人興趣測驗的結果報告書，內容完備的呈現所有個人訊息，有多組興趣代碼的同學可在網頁上閱覽多組的訊息，而列印結果報告書(PDF)至多提供兩組興趣代碼結果訊息。



(三) 線上看結果網址

<https://career.ceec.edu.tw/Account/StudentLogin>，登入帳號為身分證號碼，密碼預設為Cksh學號或個人慣用密碼，登入後點選「結果報告」，才可看到結果。

※本測驗結果已於113學年度第1學期生涯規劃課程解釋完畢，並請學生上傳至臺北市學生學習歷程檔案系統。同學可至臺北市學生學習歷程檔



案系統檔案櫃裡的「心理測驗」或上述網站查看測驗結果。

二、大學學系探索量表線上版(高二及高三適用)

以美國勞工部建置的職涯資訊系統(Occupational Information Network, O*NET)30 種知識為架構。運用每位受測學生在 30 種知識的喜歡程度分數，與大學教授認定 30 種知識在各科系的重要程度分數進行比較，找出自己分數與學類分數分布相近的，稱為適配。大考中心自 112 年起在不改變理論架構與計分前提下，編修「大學學系探索量表 2024 年新版」並於 113 年完成高中與大學預試、信度與效度檢驗。「大學學系探索量表 2024 年新版」內含 33 種知識領域，本校將於本學期對高二全年級進行施測與解釋。大學學系探索量表結果可跟過去的性向、經歷、興趣相互參酌，作為未來選系依據。

(一) 學群及學類適配排行榜：

大考中心大學學系探索量表-學群適配排行榜

臺北市立成功高中 test班 1號

同學 帳號：

108.09.19施測

排行榜內依照18學群分類，每個學群裡面的學類依據Z分數由高至低排序，愈高表示愈適配。★★★★★代表很適配，★★★★代表較適配，★★★代表不明顯，★★代表較不適配，★代表很不適配。每一個學群，包含學群、Z分數和適配程度。建議：在選擇校系時，可先從個人有興趣的學群開始，再考量適配程度高低。

學群	Z分數	適配程度	食品營養	-0.44	★★	都市計畫	0.63	★★★★★	幼兒教育	1.15	★★★★★
數位學習	0.82	★★★★★	影像放射	-0.68	★★	藝術			教育	0.94	★★★★★
資訊傳播	0.73	★★★★★	醫學檢驗	-0.74	★★	學類	Z分數	適配程度	成人教育	0.72	★★★★★
圖書資訊	0.43	★★★★★	職業安全	-0.77	★★	美術	1.32	★★★★★	社科教育	0.7	★★★★★
資訊管理	-0.4	★★	獸醫	-0.96	★★	表演藝術	1.22	★★★★★	科技教育	0.26	★★★★★
電子商務	-0.45	★★	生命科學			音樂	1.09	★★★★★	家政		
資訊工程	-0.83	★★	學類	Z分數	適配程度	社會心理			學類	Z分數	適配程度
工程			生態	-0.95	★★	兒童家庭	1.21	★★★★★	法律	1.02	★★★★★
學類	Z分數	適配程度	生物科技	-1.01	★★	輔導諮詢	1.02	★★★★★	財經法律	0.98	★★★★★
土木工程	-0.57	★★	生物資訊	-1.26	★	宗教	1	★★★★★	政治	0.84	★★★★★
機械工程	-0.75	★★	生化	-1.44	★	社會學	0.92	★★★★★	行政管理	0.69	★★★★★
生醫工程	-0.77	★★	生物資源			社會工作	0.87	★★★★★	管理		
航空工程	-0.85	★★	學類	Z分數	適配程度	人類民族	0.83	★★★★★	學類	Z分數	適配程度
工程科學	-0.85	★★	園藝	-0.76	★★	心理	0.75	★★★★★	勞工關係	0.78	★★★★★

大考中心大學學系探索量表-學類適配排行榜											
臺北市立成功高中 test班 1號 同學 帳號： 108.09.19施測											
排行榜內分五種適配等級，每種適配等級依據Z分數由高至低排序，愈高表示愈適配。 每一個適配等級，包含學群、學類和Z分數。 建議：在選擇校系時，可優先考量Z分數最高的學類。											
學群	學類	Z分數	學群	學類	Z分數	學群	學類	Z分數	學群	學類	Z分數
醫藥衛生	職業治療	1.37	社會心理	社會學	0.92	教育	科技教育	0.26	工程	工程科學	-0.85
藝術	美術	1.32	社會心理	社會工作	0.87	財務	保險	0.26	地球環境	自然教育	-0.85
教育	特殊教育	1.32	外語	東方語文	0.87	財務	會計	0.24	工程	航空工程	-0.85
法政	犯罪防治	1.31	外語	日語文	0.87	財務	金融	0.24	工程	光電工程	-0.92
建築設計	藝術設計	1.29	文史哲	文化產業	0.86	財務	國際企業	0.21	生命科學	生命科學	-0.93
教育	師範教育	1.23	外語	歐語文	0.85	醫藥衛生	化妝品	0.17	生命科學	生態	-0.95
藝術	表演藝術	1.22	建築設計	空間設計	0.84	管理	企業管理	0.16	醫藥衛生	獸醫	-0.96
教育	語文教育	1.23	法政	政治	0.84	管理	醫務管理	0.14	財務	統計	-0.96
藝術	表演藝術	1.22	建築設計	建築	0.83	財務	稅務	0.14	工程	材料工程	-0.98
社會心理	兒童家庭	1.21	社會心理	人類民族	0.83	財務	財務金融	0.13	工程	化學工程	-0.99
文史哲	台灣語文	1.17	資訊	數位學習	0.82	管理	土地資產	0.11	工程	電機工程	-0.99
建築設計	景觀設計	1.15	大眾傳播	廣告公關	0.81	管理	行銷經營	0.09	生命科學	生物科技	-1.01
教育	幼兒教育	1.15	經濟管理	經濟管理	0.79	財務	經濟	0	數理化	化學	-1.03
文史哲	中國語文	1.11	文史哲	史地	0.79	醫藥衛生	呼吸治療	-0.12	生物資源	植物保護	-1.04
建築設計	商業設計	1.1	管理	勞工關係	0.78	數理化	物理	-1.08			

同學可自行閱覽並下載列印結果報告書(PDF)。已有明確興趣學群者，可先參閱「學群適配排行榜」。5 顆星/4 顆星表示很適配/較適配；若還沒有方向者，不妨先參考「學類適配排行榜」。學類適配排行榜 Z 分數是用相關係數與其他人比較，求出相關標準 Z 分數，以此歸類適配程度，同學可優先參考 Z 分數最高的學類。「很適配」的學類及其相似學類可以再進一步透過 COLLEGO 大學選才與高中育才輔助系統 (<https://collego.edu.tw/>)，點選「認識學類」，瞭解其學習內容與生涯進路。如果都沒有很適配的學類，可以搭配「學類折線圖」進一步瞭解可能的原因。若與志向科系一致，可下載兩表列入申請入學/審查資料/「其他有利審查資料」供教授參考。

(二) 線上看結果網址

<https://career.ceec.edu.tw/Account/StudentLogin>，首次登入帳號與密碼皆為身分證號碼，登入後點選「結果報告」，才可看到結果。

※本測驗結果已於 113 年 9 月 23 日於班會課、社團活動課進行解釋完畢，學生亦可自行上網查閱測驗結果。



輔導室主題宣導—心理健康促進與自殺防治

學生是校園心理健康服務之主要對象，校園生活佔據青少年至少 1/3 以上歲月，其餘時間在家庭與社區中度過，家長也是青少年心理健康促進重要的一環，家長肩負督促與規範孩子生活品格、維繫其身心健康的能力，且在需要時給予青少年傾聽、陪伴、或專業資源之連結，成為心理健康的保護因子。因此，在整體校園心理健康促進與自殺防治的全面性策略中，家長、學生、教師都是重要的「自殺防治守門人」，缺一不可，環環相扣。

依臺北市政府教育局 111.12.21 北市教中字第 1113106618 號函，為提升家長、學生及教師之自殺防治知能，教育部編製「校園心理健康促進與自殺防治手冊」，內容介紹心理健康與自殺防治有關的基本概念，以及前述主要對象在此議題下的角色功能，期能協助教師在教育現場更能早期辨識及處理高風險對象或危機情境，同時培養學生自助助人的能力，且提供家長理解學生心理健康議題之重要性與維繫心理健康之作法。

校園心理健康促進與自殺防治手冊、該怎麼預防青少年自殺懶人包及摺頁連結，請點選網址 <https://reurl.cc/dLylam>，或掃描右方 QRcode 參閱。鼓勵親師生研讀，理解心理健康促進及自殺防治策略。



校園心理健康促進與自殺防治手冊—

該怎麼預防青少年自殺懶人包(家長篇)



給家長

自殺防治懶人包

孩子，我們守護你





教育部



臺灣大學

廣告



社團法人台灣自殺防治學會



全國自殺防治中心

心理健康警訊



身體生理方面

常有身體不適的主訴
(如:頭痛、胃痛、睡眠問題等)

食慾突然減少或暴增

心理方面

明顯情緒起伏不定
(如:易怒、哭泣等)

對日常生活缺少興趣

行為方面

學習行為表現改變

攻擊行為或偏差行為

藥酒癮或濫用情形

自我傷害行為

當孩子這些症狀持續一段時間，並已影響學業、人際關係、家庭及休閒活動，則需帶孩子至身心科門診評估追蹤。



教育部



臺灣大學



社團法人台灣自殺防治學會



全國自殺防治中心

伴你走過



多多積極
傾聽陪伴
並理解孩子的想法



引導孩子適當
情緒紓壓
安排休閒活動



避免再度刺激
他的創傷



必要時與教師溝通
以了解孩子在校狀況

家長無疑是孩子成長中最重要的角色，尤其當孩子面臨心理困擾時，您的陪伴更是必須。



教育部



臺灣大學



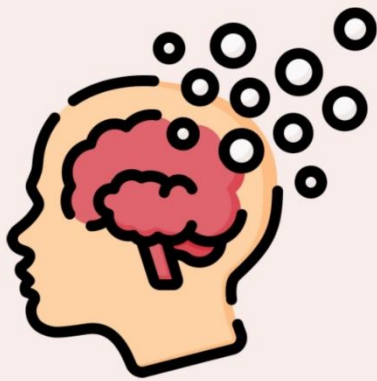
社團法人台灣自殺防治學會



全國自殺防治中心

小孩真難懂

讓你快速了解青少年成長特性



特殊時期

神經、解剖生理因素快速發展以及
Erikson心理發展任務時期

易衝動控制及 憂鬱情緒

受到快速成熟的腦、神經傳導與內
分泌系統以及環境影響。

腦內風暴

多重賀爾蒙影響:
杏仁核-反應過度
多巴胺-喜好冒險

創傷面面觀

孩子身體創傷容易看見，心理創傷可能會不經意的來襲



當孩子長時間暴露於各種創傷型態時，容易造成心理影響有：

1. 學校表現不佳
2. 缺乏安全感
3. 焦慮
4. 憂慮
5. 創傷後壓力症狀群
6. 物質濫用情形增加(吸菸、喝酒等)
7. 緊張不安 (如:逃學)
8. 噩夢頻繁

心情溫度計

家長可以透過心情溫度計，與孩子聊聊生活情形，了解孩子的心情溫度，並提供適當的關懷與支持。

請您仔細回想「在最近一星期中（包括今天）」，這些問題使您感到困擾或苦惱的程度，然後圈選一個您認為最能代表您感覺的答案。

	完全沒有	輕微	中等程度	厲害	非常厲害
1.睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒	0	1	2	3	4
2.感覺緊張不安	0	1	2	3	4
3.覺得容易苦惱或動怒	0	1	2	3	4
4.感覺憂鬱、心情低落	0	1	2	3	4
5.覺得比不上別人	0	1	2	3	4
★有自殺的想法	0	1	2	3	4

得分與說明

前5題總分：

- 0-5 分：為一般正常範圍，表示身心適應狀況良好。
- 6-9 分：輕度情緒困擾，建議找家人或朋友談談，抒發情緒。
- 10-14 分：中度情緒困擾，建議尋求紓壓管道或接受心理專業諮詢。
- 15分以上：重度情緒困擾，建議諮詢精神科醫師接受進一步評估。

有自殺的想法

本題為附加題，若前5題總分小於6分，但本題評分爲2分以上(中等程度)時，宜考慮接受精神科專業諮詢。

為什麼要測？

快速掌握孩子心理困擾程度

什麼時候測？

任何時候當你想關心孩子近況時都可以融入對話



教育部



臺灣大學



社團法人台灣自殺防治學會



全國自殺防治中心

校園守護心理健康好幫手~~

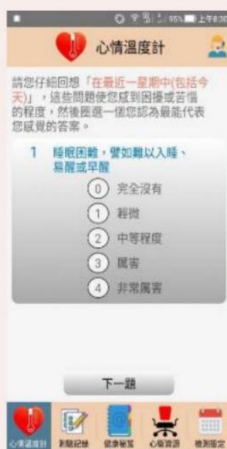
心情溫度計也有APP喔！

立即免費下載~

QR碼掃我/



1. 紀錄心理困擾程度變化



2. 免費心理衛生電子書/影音



3. 精神心理衛生資源地圖



4. 鬧鐘提醒自我檢測



教育部



臺灣大學

集結力量 與教師及校園合作



相互尊重

家長與教師是夥伴關係，應相互尊重，並解決分歧點，因共同目標是為孩子建立一個心理健康的環境。



相互合作

當孩子有自我傷害想法時，可以與老師開始討論其防治策略。



信任判斷

信任老師判斷，寧可多份訊息，而關注小孩的變化，也不要否認並忽視其訊息。



必要時聯繫老師

當您發現孩子有心理健康問題，向孩子了解情況，必要時與老師聯繫，一起解決孩子的問題。



教育部



臺灣大學



社團法人台灣自殺防治學會



全國自殺防治中心

自殺是有跡可循的過程

「連我爸媽都不愛我，整個世界沒有人會愛我了」

「我覺得自己一無是處，班上的人都討厭我」

「他為什麼要跟我分手，我到底哪裡做錯了」

「他們根本不在乎我，只在乎我是不是第一名」 「我要讓他們都後悔，讓他們一輩子活在內疚裡」

慢性歷程

孩子處在
外在環境
內在身心
長期負面影響



急性歷程

生活中發生了
突然的變化
使孩子倍感壓力
造成情緒上的波動



教育部



臺灣大學



社團法人台灣自殺防治學會



全國自殺防治中心

青少年自殺警訊

FACT

感覺Feelings

失去希望 - 「人生不可能變好了」
無價值感 - 「沒有人在乎我」

行動、事件Action or Events

藥酒濫用
說或寫有關死亡或毀滅的事情

改變Change

行為 - 無法專心
睡眠 - 睡太多或失眠
飲食習慣 - 沒有胃口或暴食
對以往喜歡的活動失去興趣

預兆Threats

言語 - 「好煩，好累，好想逃離一切的痛苦」
威脅 - 「我很快就不在這裡了」
計畫 - 安排、送走喜歡的東西、自殺企圖



教育部



臺灣大學



社團法人台灣自殺防治學會



全國自殺防治中心

家長守門人三步驟- 1問 孩子有危險了，我可以怎麼做？

一問
「主動關心、積極聆聽」



怎麼做？

家長主動關心
先了解孩子的狀況，並撥出空檔與孩子談心，
傾聽可以救人一命，且不要打斷及批判他

怎麼說？

這幾天睡的怎麼樣？
有沒有什麼需要幫忙的地方？
最近是不是不快樂？



教育部



臺灣大學



社團法人台灣自殺防治學會



全國自殺防治中心

家長守門人三步驟- 2應

孩子有嚴重情緒困擾，我可以怎麼做？

二應 「適當回應孩子的問題 提供支持陪伴」



怎麼做？

適當回應、支持陪伴以提供心理支持
保持平靜、開放、關心、接納，且不批判

怎麼說？

關心孩子近一週的心情溫度：
「最近睡得怎麼樣？容易緊張嗎？...」
與孩子開放地討論失落、孤獨與無價值的感
覺，可以減緩孩子的情緒起伏程度



教育部



臺灣大學



社團法人台灣自殺防治學會



全國自殺防治中心

家長守門人三步驟- 3轉介

孩子的心情持續發燒，我該怎麼辦？

三轉介 「尋求適當資源的協助 並持續關懷孩子的進展」



怎麼做？

持續關心其身心變化，同時與學校保持溝通
連結，必要時務必與校方合作，尋求校內外
心理輔導與醫療團隊之協助。

重要原則

注意孩子的生活作息及環境安全，把握下列原則嘗試與孩子及學校溝通：

- 若已就醫：遵循藥物及返診評估等治療關鍵
- 若未就醫：學校討論合適就醫方案或自行尋求醫療諮詢



教育部



臺灣大學

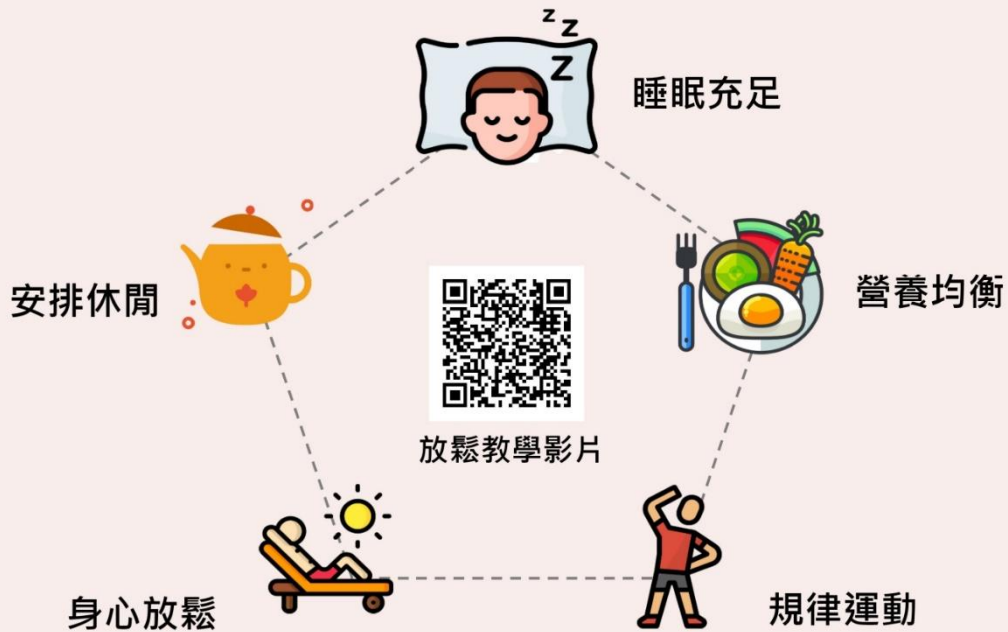


社團法人台灣自殺防治學會



全國自殺防治中心

家長抗壓五裝備



善用網絡資源與孩子一同成長

如何帶領孩子一同認識心理健康？



心理健康醫療資源

我有什麼資源可以利用？



全國諮詢及救援服務
專線



各縣市社區心理諮商
服務一覽表



全國心理健康促進與精
神醫療服務資源手冊



教育部



臺灣大學



1925衛福部安心專線

教育部學生事務及特殊教育司首頁>重要業務專區
>學生輔導>學生自我傷害防治專區
或掃描QRcode



教育部學生事務及特殊教育司
學生自我傷害防治專區



搜尋：1.「校園心理健康促進與自殺防治手冊」
2.自殺防治懶人包(教師篇、家長篇、學生篇)

歡迎下載利用！

輔導室主題宣導—身體界線與身體自主權

身體界線是指一個人可以暴露出來讓他人注視，或容許他人碰觸的限度，會因對象、時間、年齡、性別等不同而有所改變，且每個人的界定都不一樣，沒有所謂的對錯、好壞，只有當事人的「主觀感受」是否舒服、自在。有些人的公開區很大，能夠輕易地與人搭肩、擁抱，但有些人需要保持一點距離，不要有過度的肢體接觸，才能感到安全。例如同樣是拍肩膀，父母親、兄弟姊妹、朋友、陌生人拍你肩膀時，給你的感受卻可能是完全不一樣的，如果對方的碰觸會給你快樂、親密、溫暖、安全的感受，你可能就會容許他的觸碰；但如果對方的碰觸給你噁心、害怕或起雞皮疙瘩的感覺，你就會拒絕、閃躲這樣的身體接觸，是看你和對方的關係而決定。除了清楚知道自己的界線很重要，同時也要能尊重他人的界線。

每個人都是世上獨一無二的生命個體，而身體是一個人最寶貴、最私有、最初也是最終的財產，所以每個人都有為自己的身體做決定的權利，也都有責任要學習做個好的身體管理人！身體自主權是指一個人對自己身心管理與主張的權利及能力，包含：我有權利去使用、保護及享受我的身體；我能夠去意識到，我對我的身體，有我的責任；沒有經過我的同意，無論是誰都不能任意觸碰、侵犯，更不能威脅、強迫我如何展現自己。身體界線不全然只是「身體」的接觸，其他的感官知覺，也包含在內，例如：包含「性意涵」的語言、開黃腔、性別歧視的話語，便是侵犯到他人的「聽覺界線」；若是散播不雅的圖片、做出不尊重他人的性暗示動作，則是侵犯到他人的「視覺界線」。無論是什麼類型的界線，回到自己的感受，有任何的不舒服， 感受到不被尊重，便是界線被侵犯了。

我被騷擾了，該怎麼辦？

- 相信自己的感覺：面對性騷擾時，要能面對和重視自己的感受，無論對方是誰、出於什麼樣的意圖，只要是你覺得不舒服、被侵犯，那對方就應該要尊重你的感受及界線，並停止他的行為。
- 清楚明確的表達：當我們確定了自己的感受後，需要清楚地向對方表達你的感受及想法，並依當下的情況選擇進行反應，可以勇敢大聲的說不，做出明確的反抗，或是尋求旁人的協助，為自己的身體權益發聲。
- 尋求支持與申訴管道：在校園裡，依性別平等教育法，向學校提出申訴，透過性別平等教育委員會處理性平問題。在職場上，則可依性別工作平等法，向公司提出申訴。若是在一般場所或公共場合遇到性騷擾，可向直轄（縣）市主管機關提出申訴，亦可撥打全國保護專線 113、警察報案專線 110。
- 尋求身心醫療與心理諮商：當遇到性騷擾事件，可能會出現許多負面的情緒感受，及複雜混亂的思緒，容易感到恐懼、憤怒、無助、懷疑、憂傷、自我否定及攻擊等創傷反應，有些人也會在睡眠、飲食等生活習慣上受到影響，此時便需要透過身心醫療及心理諮商進行協助與支持。

每個人都是自己身體的主人，所以你應該要了解自己身體的界限在哪裏，同時清楚的讓別人知道，當我們不願意讓別人碰觸自己的身體時，我們有絕對的權利說「不」來保護自己不受騷擾。同樣的，當我們與別人互動時，如果對方表達他的身體界限時，我們也應該要學習去及時察覺，尊重對方的身體自主權，這樣才不會造成別人的困擾或傷害，才能在人際互動中既能保護自己，也能建立良好的互動關係。

1  做身體的主人	2  認識身體界線	3  尊重對方意願	4  不確定≠同意
5  尊重不分時候	 我的身體我來決定		6  不碰泳裝範圍
7  拒絕不適玩笑	8  主動尋求協助	9  建立出安全網	10  彼此溫柔以待

文章摘自：胡綺祐心理師-「做自己身體的主人，談身體界限」(<https://reurl.cc/RLGg3g>)、
衛生福利部國民健康署健康 99+網站(<https://reurl.cc/r3G20x>)
<https://flipedu.parenting.com.tw/article/008569>

學務處生活輔導組宣導

一、拒絕兒少性剝削

拒絕兒少性剝削-不拍、不傳、不留、要求助，倘發現自己或身邊朋友私密照遭他人於網路散佈時，一定要求助，請向性影像處理中心線上申訴，或撥打私 ME 專線(02-66057373)申訴協助移除影像，並同時報警或向社會局(113)請求協助。



二、校園霸凌防制

教育部反霸凌專線為便於記憶修正為「1953」，請家長隨時留意孩子的生活狀態，遇到身旁的霸凌事件一定要反映出來，讓我們共同消弭校園霸凌行為。



三、行動防災 App

「臺北市行動防災 App」包含 Android 平臺及 iOS 平臺 2 種版本，具有氣象雲圖、防災地圖、雨量資訊、水位資訊、影像資訊、避難資訊及防災宣導等功能，有關臺北市行動防災 App 電子檔案，連結如下：

<https://reurl.cc/MRXbbp>。

四、無照駕駛

無照駕駛機車，罰 12,000 元起，累犯加重處罰。借機車給無照者，罰 12,000

元起，吊扣牌照。未成年無照駕駛，家長應共同道安講習。



五、喪屍菸彈-依托咪酯入侵校園

現查獲不肖業者會將二級毒品依托咪酯置於電子菸中，並以低價提供給青少年吸食，吸食後將引起動作緩慢、自主神經無法控制，嚴重甚至造成呼吸衰竭、昏迷等致命症狀，請家長擔任孩子的第一道防線，關心孩子的生活與朋友圈，攜手共同抵制毒品，守護孩子健康成長。



六、防範一氧化碳中毒

請留意冬天門窗緊閉且有瓦斯與熱水器之區域應留意防範一氧化碳中毒。



學務處訓育組宣導-CRC 聯合國兒童權利公約

兒童權利大事記

《兒童權利公約》是最多國家簽署的公約

1989年 聯合國大會通過《兒童權利公約》，確立兒童是權利的主體。

2011年 我國修正並通過《兒童及少年福利與權益保障法》。

2014年 6月我國通過《兒童權利公約施行法》，並於同年11月施行，期望與國際接軌，共同守護兒少權利。



兒童權利公約 資訊網

The Convention
on the Rights of the Child



掌握《兒童權利公約》(CRC) 最新消息，
歡迎大家密切注意CRC資訊網！

<https://crc.sfaa.gov.tw>



兒童權利公約 CRC The Convention on the Rights of the Child



CRC的四大原則



CRC的核心

CRC所保障的兒童是指所有未滿18歲之人，在我國就包含了兒童與少年；尊重兒少是獨立完整的個體，保障兒少應享有的權益。



兒童應受

CRC將兒童在公民、經濟、政治、文化和社會中的權利予以整合，其所保障的權利如下：

公民權與自由權

- 出生登記、取得姓名、身分和國籍的權利。(§7、8)
- 言論自由、信仰宗教、集會結社自由、隱私權以及獲得正確、適當資訊的權利。(§13-17)

免受暴力侵害

- 不受到任何形式暴力侵害的權利。(§19、34、36、37)
- 政府應使受害兒少身心康復並重返社會。(§39)

家庭環境與替代性照顧

- 與家庭團聚不與父母分離的權利。(§9、10、11)
- 政府應妥善照顧保護失去家庭的兒少，安排適當的安置或收養。(§20、21、25)

身心障礙、基本健康與福利

- 身心障礙兒少受特別照顧的權利，政府應提供資源協助其融入社會。(§23)
- 治療疾病與恢復健康的權利，政府應提供社會安全保障及適當生活水準。(§24、26、27)

保障的權利

教育休閒與文化活動

- 平等接受教育的權利。(§28、29)
- 原住民和少數族群兒少享有自己文化、宗教及語言的權利。(§30)
- 休息、休閒、遊戲娛樂和參與文化藝術的權利。(§31)

特別保護措施

政府對於特殊或緊急狀況，包括難民(§22)、遭遇武裝衝突(§38)、原住民和少數族群、童工、藥物濫用、虐待、人口販運、被誘拐(§32-36)或販法(§40)兒少，應給予特別的協助和保護。



學務處衛生組政令宣導

一、疫苗接種

114年1月1日起公費新冠JN.1及流感疫苗接種對象



疫苗	Novavax JN.1 (新增)	莫德納JN.1	流感疫苗
接種對象	12歲以上民眾 且尚未接種莫德納JN.1疫苗	出生滿6個月以上民眾	出生滿6個月以上民眾
接種年齡 及劑次	接種1劑	12歲以上：接種1劑 6個月-4歲：依接種史接種1-2劑 5歲以上：接種1劑 *12歲以下使用之多劑型疫苗即將用罄	9歲以上：接種1劑 未滿9歲且初次接種：接種2劑，2劑間隔4週以上
製程	蛋白質次單元疫苗	mRNA疫苗	雞胚胎蛋培養疫苗 細胞培養疫苗



新冠疫苗專區



流感疫苗專區

臺北市衛生局

廣告

二、菸害防制

加熱菸危害沒有比較少

Hurt Without Burning

加熱式菸品
沒有燃燒 也會炎上

QR Code 1: 菸害防制網
QR Code 2: 菸害防制網

健康炎上
加熱菸有高機率導致癌症、
加熱菸有害成癮，無助戒菸。

大腦炎上
加熱菸含焦油、甲乙醛等致癮物，
易導致身體器官發炎。

親友炎上
加熱菸會產生二、三手菸及PM1，
影響身邊人的健康權益。

荷包炎上
加熱菸價格高昂，民眾違反《菸害防制法》
最高處500萬罰鍰！

未滿20歲使用菸品都是違法的喔！

※7-11、全家、萊爾富、OK、愛買、統一、全聯、家樂福、大潤發、特約經銷商均有販售。

沒有燃燒一樣 有害

「加熱菸」聲稱不燃燒所以少危害
是否搞錯了什麼

親友被害
加熱菸會產生二、三手菸及PM1，影響身邊人的健康權益。

健康被害
加熱菸含焦油、甲乙醛等致癮物，易導致身體器官發炎。

大腦被害
加熱菸有高機率導致癌症、
加熱菸有害成癮，無助戒菸。

荷包被害
加熱菸價格高昂，民眾違反《菸害防制法》
最高處500萬罰鍰！

不得製造、輸入、販賣、供應、展示、廣告或使用非法加熱菸及其零組件！

QR Code 1: 菸害防制網
QR Code 2: 菸害防制網

本報轉自菸草與健康雜誌 第10卷 第1期

藥愛防治



非鴉片類

藥物種類：甲基安非他命(煙、安、冰等)、K他命、搖頭丸、大麻、G水、喵喵等非鴉片類藥物。

施用方式：常見以吸食或注射(slam)方式施用。

危險性：發生「藥愛」(Chemsex)行為，又稱以藥助性，指性行為時合併使用成癮藥物，以增強感官或感受，而出現自制力降低、影響思考與判斷，繼而發生未有保護措施的性行為，大幅提升感染愛滋病毒、梅毒、淋病等性傳染病之風險。

預防方式：

- 避免使用藥物助性。
- 性行為時全程正確使用保險套與水性潤滑液。
- 有風險行為，每3-6個月進行愛滋篩檢。
- 使用暴露預防性投藥(PrEP)，預防感染愛滋。
- 有用藥問題，積極尋求指定藥癮戒治機構或相關單位協助。

風險行為vs預防方法

 安非他命等藥物濫用	 拒絕毒品
 以藥助性	 接受諮詢及戒癮服務
 發生無防護措施行為(未用保險套)	 使用保險套(搭配水性潤滑液)、PrEP
 感染愛滋、梅毒等性傳染病	 每3-6個月定期接受愛滋篩檢

愛滋防治資源與服務管道

愛滋篩檢服務管道

疾管署與醫療院所合作，提供免費、快速、隱私且保密的**匿名篩檢服務**，只要約20分鐘即可知道檢驗結果!

您也可以購買**愛滋自我篩檢試劑**，自行檢測!

篩檢結果代表什麼意義呢?

愛滋匿名篩檢及自我篩檢都屬於初步檢驗，檢驗結果若呈「陽性」，不代表確診感染，請務必前往「愛滋指定醫療院所」接受進一步確認檢驗。

愛滋初步檢驗結果若呈「陰性」，代表沒有感染，但仍可能處於空窗期，還是要避免風險行為、定期篩檢!

什麼是暴露預防性投藥(PrEP)?

PrEP是國際研究證實可有效預防愛滋病毒的事前預防性藥物，透過持續穩定服用藥物，預防感染愛滋病毒的保護力可達9成。

注意!!使用PrEP須經醫師評估，且沒有感染愛滋病毒!

家中有失能失智長輩快撥打長照專線

1966

POINT 01 申請方式

- 撥打1966長照專線
- 洽詢醫院出院準備服務
- 親洽當地照顧管理中心

POINT 02 照管專員到府評估

- 受理申請評估、照管計畫核定與諮詢
- 派案A單位及監督時效、審核計畫
- 長期個案服務品質控管及辦理個案研討

POINT 03 資格審核

符合2-8級失能者
個案管理員與個案/家屬討論、確定照顧計畫

不符合者

- 提供相關資訊
- 轉介相關服務

POINT 04 個案管理員擬定照顧計畫

- 擬定照顧服務計畫並連續服務
- 因需求調整計畫、定期品質追蹤
- 盤點長照資源，強化服務連結，串聯社區服務、個案管理

POINT 05 取得長照服務

依據照顧計畫，由A級單位轉介、整合B、C級單位，提供服務。

A級

社區整合型服務中心

B級 長照特約單位

C級 巷弄長照站

1966 長照2.0 專業照顧您

長照專線 服務時間 週一至週五 08:30-12:00 | 13:30-17:30



憶路相伴 友你真好

失智症 ≠ 正常老化!

失智症並非老年人的專屬疾病，也有年輕型早發性失智症，
如有疑似症狀請盡速就醫尋求專業協助！

失智症常見症狀

- 忘東忘西
- 無法勝任原熟悉事務
- 判斷力變差
- 情緒個性改變

失智友善 暖心4部曲 We Can Support You!

看

發現異狀
出現重複行為
神情不安、茫然無助的樣子

問

關心需求
主動詢問
從哪裡來？要往哪裡去

留

適當協助
提供茶水，延長停留時間
以利尋求支援或待警方協助

撥

當地警局、110
或撥打全國失智關懷專線
0800-474-580

民眾如於社區中發現疑似失智者，請發揮愛心及耐心，多一點關懷！

臺北市府衛生局

廣告

臺北市立成功高級中學 113 學年度第 2 學期各班導師、校安老師、輔導老師

高一					高二					高三				
班級	導師	科目	輔導教師	校安老師	班級	導師	科目	輔導教師	校安老師	班級	導師	科目	輔導教師	校安老師
101	謝敬慧	歷	林秀娟	蘇嘉琪	201	邱俊明	歷	林秀娟	蘇嘉琪	301	賴志忠	歷	林秀娟	蘇嘉琪
102	王義榮	數	林秀娟	蘇嘉琪	202	陳怡君	國	林秀娟	蘇嘉琪	302	蘇青葉	公	林秀娟	蘇嘉琪
103	學牧民	物	林秀娟	蘇嘉琪	203	胡義翎	公	林秀娟	蘇嘉琪	303	黃琰勻	地	林秀娟	蘇嘉琪
104	黃鈺雅	英	林秀娟	蘇嘉琪	204	盧文顯	化	林秀娟	蘇嘉琪	304	鄭隆傑	物	林秀娟	蘇嘉琪
105	陳君毅	數	呂學侃	江育慎	205	張正昀	國	呂學侃	江育慎	305	楊雅雯	國	林秀娟	江育慎
106	徐錫賢	數	呂學侃	江育慎	206	陳瑄聆	化	呂學侃	江育慎	306	邱馨嫻	英	呂學侃	江育慎
107	曾子綾	化	呂學侃	江育慎	207	劉奕均	數	呂學侃	江育慎	307	吳亭儀	國	呂學侃	江育慎
108	蔡金萍	數	呂學侃	江育慎	208	洪鵬凱	數	呂學侃	江育慎	308	游經順	數	呂學侃	江育慎
109	林怡君	國	呂學侃	黃友柏	209	呂蕙黛	國	陳怡如	黃友柏	309	李仁展	國	呂學侃	黃友柏
110	江美儀	國	陳怡如	黃友柏	210	黃昭雅	數	陳怡如	黃友柏	310	李岳庭	英	陳怡如	黃友柏
111	楊聖怡	公	陳怡如	黃友柏	211	張鈺鈺	物	陳怡如	黃友柏	311	郭士豪	數	陳怡如	黃友柏
112	陳慧君	生	陳怡如	黃友柏	212	許奎文	國	陳怡如	黃友柏	312	蔡豐光	物	陳怡如	黃友柏
113	簡杏如	歷	陳怡如	黃友柏	213	陳秀蘭	英	陳怡如	黃友柏	313	劉佩琪	物	陳怡如	黃友柏
114	蔡力潔	英	侯佩瑜	蔡繡鸞	214	劉國莉	數	侯佩瑜	蔡繡鸞	314	袁弘昌	數	陳怡如	黃友柏
115	張家豪	國	侯佩瑜	蔡繡鸞	215	孟令瑤	英	侯佩瑜	蔡繡鸞	315	蔡必箴	英	侯佩瑜	蔡繡鸞
116	蔡佳燕	數	侯佩瑜	蔡繡鸞	216	陳淑娟	英	侯佩瑜	蔡繡鸞	316	洪秋萍	英	侯佩瑜	蔡繡鸞
117	游振明	歷	侯佩瑜	蔡繡鸞	217	施雅格	英	侯佩瑜	蔡繡鸞	317	林沅蓉	國	侯佩瑜	蔡繡鸞
118	戴琬蓉	國	陳姿蓉	郭芊緬	218	李宗蓉	英	侯佩瑜	蔡繡鸞	318	張麗花	國	侯佩瑜	蔡繡鸞
119	林其民	地	陳姿蓉	郭芊緬	219	葉德財	數	陳姿蓉	郭芊緬	319	吳卉蕎	數	陳姿蓉	郭芊緬
120	王淑麗	國	陳姿蓉	郭芊緬	220	游璧如	國	陳姿蓉	郭芊緬	320	高綵苹	化	陳姿蓉	郭芊緬
121	陳彥宏	數	陳姿蓉	郭芊緬	221	郭德美	物	陳姿蓉	郭芊緬	321	曾維亭	英	陳姿蓉	郭芊緬
					222	魏蜀芬	生	陳姿蓉	郭芊緬	322	梁順華	數	陳姿蓉	郭芊緬