

臺北市立成功高級中學牧心專刊

(高一、高二、高三篇)

110/11/2 出刊

主編：巫志忠、游邵葳 編輯：姜懿芸、侯佩瑜、林育慈、康博瑜

輔導室：求是樓二樓 電話：23216256 轉 241.242.243.244

E-mail：counseling@gafe.cksh.tp.edu.tw



重要活動搶先報

壹、校內活動 part1

一、生涯/升學活動訊息

生涯或升學講座等相關訊息，請同學們留意學校首頁【生涯/升學訊息】公告並於校務行政系統報名。【學校首頁→網頁右上方→校務行政系統】



時間	內容	講者	地點
11月11日(四) 12:10-13:00	【大學校系介紹暨個人申請輔導講座】 清華大學 藝術學院學士班	清華大學藝術學院 學士班 張芳宇系主任	線上講座 (報名後將講座 連結電郵至同學 學校信箱)
11月29日(一) 12:10-13:00	政治大學 外交系	政治大學外交系 吳崇涵教授	
11月30日(二) 12:10-13:00	政治大學 傳播學院	政治大學傳播學院 林玲遠教授	
12月1日(三) 12:10-13:00	成功大學 電機學系	成功大學電機系 江孟學所長	

貳、校內活動 part2

- 教育部 110 年度「青年教育與就業儲蓄帳戶方案」宣導資料，請高三輔導股長向班上同學宣布後公告，若有意願或想再深入了解之同學可與輔導老師詢問、討論。
- 高三班級輔導將分班級進行大學學系探索量表解釋與個人申請入學準備說明，本次採線上講座於各班級教室播放影片方式進行，各班進行時間及場地如下表：

時間	內容	班級	講者	地點
11月8日(一) 8:10-9:00	學系探索量表 解釋暨個人申 請準備提醒	301-311	林育慈輔導老師 侯佩瑜輔導老師	各班教室 (播放影片)
11月15日(一) 8:10-9:00		312-322		



三、同學可運用下列生涯網站資源，及早探索興趣以利生涯規劃！



歷屆校友經驗傳承

學長審查資料及
甄試經驗觀摩



Collego 大學選才與

高中育才系統

大學校系資料檢索



IOH 開放個人

經驗平臺

大學生學習經驗分享



104 升學就業地圖

大學畢業出路發展



來點心理學：搭乘電梯時，為什麼人總會往上看？

[文章節錄自曼達拉心理 2021.06.14]

實際上搭乘電梯往上看的行为與我們的「私人空間」有著很大的關係；所謂私人空間是指在個人身體周圍一定的空間，一旦有人闖入，我們就會感覺不舒服、不自在。

達芙妮·霍爾特博士等人於 2019 年起研究發現私人空間是一種舒適區，這種舒適區關係著個人在現實、情緒和他人互動時喜歡在彼此之間保持的距離，私人空間的大小因人而異，但大約是 0.6-1.5 公尺。女性的私人空間比男性的大，具有攻擊性格的人的私人空間更大。在擁擠的電車中我們會感覺不自在，就是因為有人進入了自己的私人空間。

電梯是一個非常狹小的空間。在電梯中人與人的私人空間出現了交集，互相感覺到對方進入了自己的私人空間，所以會感到不舒服，都想儘早離開電梯這個狹窄的空間，向上看正是想儘快「逃離」這個狹小空間的心理表現。

此外，盯著顯示樓層的數字看，不只是為了確認是否到了自己要去的樓層，當急於離開這個狹小空間時，不停變換的數字能讓人感到電梯在移動，更讓人感覺到自己是在向「解放」前進，從而緩解焦急的心理。



參、各班輔導老師姓名

巫志忠主任(分機 241)

姜懿芸老師(分機 242)：101-104、201-204、301-304

林育慈老師(分機 243)：105-108、205-208、305-309

游邵葳老師(分機 242)：109-112、209-212、310-314

侯佩瑜老師(分機 243)：113-117、213-217、315-318

康博瑜老師(分機 243)：118-122、218-222、319-322

輔導教師聯絡方式：23216256 轉分機



線上晤談輔導預約路徑