

臺北市立成功高級中學牧心專刊

(高一、高二、高三篇)

109/1/2 出刊

主編：巫志忠、張桂綿 編輯：陳怡如、姜懿芸、呂學侃、游于萱

輔導室：求是樓二樓 電話：23216256 轉 241. 242. 243. 244

E-mail : counseling@cksh. tp. edu. tw



寒假忙什麼

1. 寒假大學營隊報名開始，請上「教育部國民及學前教育署生涯輔導資訊網>大學營隊一覽表或大學營隊查詢系統」查詢最新公告資訊。網站內有十八學群、大學營隊、生涯Q&A、職涯分析等資訊，歡迎親師生參考使用。
2. 請同學運用課餘時間至「首頁>行政單位>輔導室>大學多元入學資源網>歷屆校友經驗傳承」，登入並查閱歷年學長審查資料範本與甄試經驗分享，及早開始準備個人申請入學。



校內活動搶先看

大學校系介紹系列講座已開放報名，欲參加之同學請上特色課程學習歷程平臺報名！

時間	內容	講者	地點
2月17日(一) 12:10-13:00	工程學院書審資料準備	交大材料系鄒年棣副教授	四維樓五樓 閱覽室
2月19日(三) 12:10-13:00	成大資工系	李家岩副教授 兼 副系主任 兼 製造所所長	四維樓五樓 閱覽室
2月19日(三) 14:10-15:00	學習歷程檔案 多元表現綜整心得說明 (高一彈性課程時間)	謝曉青秘書 巫志忠主任	綜合大樓一樓 視聽中心
2月21日(五) 18:00-21:00	醫藥衛生學群介紹 暨 PBL 演練	醫藥衛生學群校友	求是樓三樓 生涯規劃教室
2月26日(三) 12:10-13:00	選擇校系的原則與策略	呂學侃老師	綜合大樓一樓 視聽中心
世界工程日 3月4日(三) 13:10-15:00	預見未來十年科技浪潮 (高一彈性課程時間)	臺北科技大學工學院 宋裕祺院長 中龍鋼鐵公司技術處 彭朋畿副處長	綜合大樓一樓 視聽中心



校外活動報你知

2020 大學暨技職校院多元入學博覽會將在 109 年 2 月 29 日(星期六)、3 月 1 日(星期日)上午 10 時至下午 6 時，於臺灣大學綜合體育館辦理，歡迎同學踴躍參與。



心理測驗結果置佗位

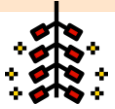
1. 高一大考中心興趣量表

測驗結果已於各班生涯規畫課完成解釋，並請同學將測驗結果上傳至學習歷程檔案平臺「心理測驗」區，同學可利用課餘時間至以下兩個平臺查詢結果：

- (1) 學習歷程檔案平臺 (帳號：cksh+學號，密碼：第一次預設為身分證字號後六碼，登入後須重設密碼，故若非第一次登入，請輸入自訂之密碼。)
- (2) 大考中心心理測驗網站 (<https://career.ceec.edu.tw/Account/LoginIndex>)，登入帳號、密碼皆為身分證字號。

2. 高三大考中心大學學系探索量表

- (1) 測驗結果已於 11 月 11 日與 11 月 18 日週會分班群完成解釋，同學可利用課餘時間至大考中心心理測驗網站查詢 (<https://career.ceec.edu.tw/Account/LoginIndex>)，登入帳號、密碼皆為身分證字號。



成功好文分享

參與 108/09/07 「生命體驗-老化歷險記」心得

217 游善喆

聽到長者講師(*註 1)分享：「我也不想讓年輕人為我擔憂，所以才要積極參加各種活動」，他們強壯的意志力使我感到愧疚，我曾以為長者是倚老賣老，仗著年紀而使喚我們替他們完成瑣事，但透過長者講師的說明才發現這些日常的瑣事對他們來說有多麻煩。這樣的他們是心有餘而力不足的，明明以前能做的事現在卻何其困難，孱弱的身軀，卻承載著壯志，看著投影片裡的不老騎士(*註 2)，我腦海中取而代之的是敬佩。從長者講師的分享中，我已經漸漸改觀，而在親身體驗彭祖包(*註 3)後，我又更加理解他們了—尤其是駝背，才 5 分鐘，一把弓肆意自腰際張展，千鈞的痛流動背脊，是灼熱的；尤其是眼光如鋒，刺向我的是不理解與不齒，是冰寒的。

同理心解決了一切的疑惑，溶解了所有利己意識，留下一壺純淨。這情感是聖潔而美的，是發自內心的清流，淡放波光不張揚，流入人心、溫暖他人。期盼我能帶著這樣的心境，面對日後所有的偏鄉教育服務。

註 1：55 歲以上長者擔任課程導師，他們分享自身「老經驗」讓大家更瞭解長者的世界。

註 2：17 位平均 81 歲的不老騎士，2 位曾患癌症、4 位需戴助聽器、5 位有高血壓、8 位有心臟疾病、每位都有關節退化毛病，他們用騎摩托車環臺證明不管任何年齡都有圓夢的權力和能力。

註 3：彭祖體驗包主要模擬老人家視力模糊、聽覺退化、駝背、肌力下降、關節僵直不靈活等退化情形。教材包含老化眼鏡、音阻耳塞、駝背背帶、足托器等。

101 詹至育

穿上彭祖裝，沒想到老人的生活是如此的辛苦，不但脊椎非常疼，眼睛也看不清楚，我覺得最不舒服的是路人的眼神及氛圍，造成了一股無形的壓力，總覺得別人都會瞧不起我們。今天的活動讓我省悟了，我們要有同理心，多關懷社會中的弱勢，多去為他們著想，想想他們需要什麼，盡可能地幫助他們，落實社會正義。