

# 文藻外語大學

## 活動執行成效表

活動名稱：(114高教深耕)(1-4)靈性培育實務工作坊

活動負責單位：主辦單位 吳甦樂教育中心

合辦/協辦單位 \_\_\_\_\_

經費來源：114教-高教深耕計畫(經常門)

活動目標：A與B各至少勾選一項

A主要目標：

提升專業核心能力

提升基本核心能力

提升教學/學生學習成效

提升教師實務能力

精進教學品質管控

提升教學研究設施環境

提升教師研究能力

提升行政效率與效能

推動社會服務

強化學生輔導

建構核心價值/特色

B主要目標：

提升專業知能

提升一般知能(軟能力)

培養三創能力

營造友善/特色校園

強化品德與公民教育

提昇工作品質與績效

提升環境適應能力

推動服務學習

推動勞作教育

宣導時事教育政策

促進身心靈健康/成長

促進環境保護與安全

促進國際化

提升體育教育

輔導學生職涯/就業

培養人文素養

活動類別：生命教育

活動方式：工作坊

活動地點：校內Q602、R0309、W008 校外 \_\_\_\_\_

活動時間：114年09月18日16時10分至  
114年09月18日17時00分

114年10月16日15時10分至

114年10月16日17時00分

114年10月23日16時10分至

114年10月23日17時00分

114年10月30日15時10分至

114年10月30日17時00分

114年11月03日13時10分至

114年11月03日15時00分

114年11月06日15時10分至

114年11月06日17時00分

114年11月04日10時10分至

114年11月04日12時00分

114年11月07日10時10分至

114年11月07日12時00分

實際參加對象及人數：  
 校內教師 4 人(男 3 人女 1 人)  校外教師 0 人男 0 人(女 0 人)  
 校內職員 0 人(男 0 人女 0 人)  校外職員 0 人男 0 人(女 0 人)  
 校內學生 432 人(男 105 人女 327 人)  校外學生 0 人男 0 人(女 0 人)  
 社會人士 9 人(男 2 人女 7 人)  
 共計 445 人 (原預計參加人數 350 人)

活動性質： 教學/課程  證照/競賽  學生生涯  交流/參訪  教師成長  其他

9 名講者 0 名工作人員

活動主持人：

王志堅、王學良、潘春旭、徐秀菊

(簡略文字敘述)：

活動內容：

1. 纏繞畫靈性培育工作坊：

搭配人格修養：生命教育(一)課程，由范秀文老師(現於聖加大利納堂教授主日學禪繞畫課程，除纏繞畫專業外，並具備粉彩畫教師資格)帶領具靜心效果之禪繞畫練習，並促進學生對靈性的體驗，期能鼓勵學生開發的內在力量。

2. 靈性體驗工作坊：

搭配人生哲學與心靈覺醒課程，由黃燕珍老師(天主教依納爵靈修中心的靈修輔導，具有豐富的團體靈修活動實務經驗)帶領學生從個人的四個重大事件，去回顧、感恩、重整再出發的操作過程，體驗內在靈性怎樣影響個人整體的行為模式。並帶領「小組插花」靈性體驗活動，於完成盆花作品創作過程中，體驗插花的主體與花材客體之間，源自大自然整體的靈性生命彼此的交流。

3. 靈性培育講座：

搭配全人發展：大學入門(一)、生命意義的探尋兩門課程，由國際知名學者Dr. Lilian C. J. Wong(國際個人意義研究網路INPM共同創辦人，致力於研究個人意義、心理學和諮商治療等領域)以「意義治療」的核心理念為基礎，結合遊戲治療，學習如何透過遊戲發掘個人潛能，並從身、心、社、靈四個層面探討如何追尋生命的意義與成長。

4. 靈性生命的反思與行動工作坊：

搭配全球倫理與在地行動課程，建立以覺察、反思、策略、行動架構，幫助學生學習對「人」這種靈性生命的內、外環境做出反省與提升。從李維元老師(本校通識教育中心退休教師，於義築協會擔任志工，並於國內外進行多場徒步朝聖旅行)分享在朝聖旅行中對自己生命意義的覺察與反思開始，結合畢業學姊梁郁紫、李翊萱(本校校友，進入職場之後，對於課程所教授的內容，有個人實踐的經驗回饋)分享自己從課堂經驗延伸到職場生活的覺察與反思，提供學習者作為指導與借鑒。陳伊瑩校友(本校校友，現為體育器材業的共同經營人)則從職場的經營者角度，提供换位思考的實際案例。林莉淨修女(美國羅德島州第16屆禪繞認證教師，天主教聖功會修女，心潔靈修中心老師)則藉由禪繞畫提供靜心的策略，與行動後的效果，最後則是農業問題的實際行動者李法憲(曾獲「第一屆國家食農教育傑出貢獻獎」，高雄梓官區梓玉農場負責人、歷屆梓感農村文化節的創辦與負責人)藉由食農活動，示範覺察、反思、策略、行動四種元素的綜合運用。

預期成效	實際成效	成效檢討
------	------	------

<p>(1)質化成效:</p> <p>1.透過多元的媒材與體驗設計,如繪畫、園藝等手作活動,預期加深學生體驗及碰觸靈性,開啟靈性經驗之覺察力與實踐力。</p> <p>2.提升學生發覺內在情緒、梳理整合能力,促進身心靈成長。</p> <p>3.對應靈性相關的課程,具體建構核心價值,提升一般知能。</p> <p>(2)量化成效:</p> <p>1實務工作坊約7場,約350人。</p> <p>2.實務作品約350件</p> <p>3.問卷回收約350份</p>	<p>1.纏繞畫靈性培育工作坊:</p> <p>(1)專注於當下,不易受到外界干擾。(2)面對壓力時也能保持平靜和放鬆。</p> <p>2.靈性體驗工作坊:</p> <p>(1)體驗與感受萬物之間靈性的存在與互動,激發熱愛大自然、維護環境永續的理念。(2)對抽象靈性概念有了初步的體驗、感動。</p> <p>3.靈性培育講座:</p> <p>(1)提升自我覺察能力(2)感受到意義治療的實際作用(3)提升自我成長動機</p> <p>4.靈性生命的反思與行動工作坊:</p> <p>(1)李維元:學習反思人生的規劃</p> <p>(2)梁郁紫、李翊萱:了解覺察的重要、習得如何察覺自己內心的狀態</p> <p>(3)陳伊瑩:學會如何站在不同身分的角度去看事情</p> <p>(4)林莉淨:學會如何不被不好的情緒遮蔽</p> <p>(5)李法憲:學習覺察、反思、策略、行動四種元素的綜合運用</p> <p>共辦理4場工作坊,合計445人次參與。</p> <p>1.纏繞畫靈性培育工作坊:90人次參與,完成纏繞畫作品90幅。</p> <p>2.靈性體驗工作坊:85人次參與,出席率超過80%。</p> <p>3.靈性培育講座:75人次參與,共完成1組沙盤。</p> <p>4.靈性生命的反思與行動工作坊:182人次參與,滿意度均達80%以上。</p> <p>(1)李維元:36人次,滿意度97%</p> <p>(2)梁郁紫、李翊萱:38人次,滿意度85.8%</p> <p>(3)陳伊瑩:37人次,滿意度94.7%</p> <p>(4)林莉淨:36人次,滿意度94.6%</p> <p>(5)李法憲:35人次,滿意度91.8%</p>	<p>執行結果與預期相符</p> <p>執行結果與預期相符</p>
---	--	-----------------------------------

(3)活動成效 — 附件列表

項次	文件類別	文件說明	檔案名稱
1		照片	<a href="#">照片.pdf</a>

活動建議:

課程內容的創新與回應學習者內在需求的設計為改善之首要。

經費來源：【若多項經費來源，請務必註明清楚】

經費來源	金額
<input type="checkbox"/> 校內經費	0
<input checked="" type="checkbox"/> 專案 114教-高教深耕計畫(經常門) 56,896	56,896
參加人員繳費	0
單位自籌	0
其他補助_____	0
合計	56,896

經費支出明細：

支出項目	預算數	前已執行數	本次執行數	累計執行數	差異數	憑證編號	差異說明
講座鐘點費(外聘)-2000元*7小時*2學期	28,000	0	32,000	32,000	-4,000	1-9	配合實際授課需求調整
補充保費-2.11%	591	0	673	673	-82	1-9	配合實際授課需求調整
校外人士交通費-高鐵北高來回	11,920	0	0	0	11,920		年度經費尚未執行完畢
材料費-花材、牌卡、畫具	54,250	0	24,223	24,223	30,027	10-23	依實際使用狀況
印刷費-講義	4,000	0	0	0	4,000		
雜支-各項行政雜支	1,239	0	0	0	1,239		年度經費尚未執行完畢
合計	100,000	0	56,896	56,896	43,104		

說明：預算數與實支數差異超出百分之二十之流用比例且金額達一萬元以上者，須檢附核准後之「經費支出項流用變更申請表」核銷。若屬分次分期執行之活動，於最後一次活動執行完畢後，再針對差異作說明。

備註：本表請於活動結束後一個月內與核銷請款單一併簽核（請以本表代替活動結案簽呈）。