

中華醫事科技大學

CHUNG HWA UNIVERSITY OF MEDICAL TECHNOLOGY



106 年度教學卓越計畫

醫事領航・學用相長

主軸計畫 E：教學創新、教師賦能

子計畫 E1：教學創新典範傳承

企業潛能開發課程：「透析職場壓力，SMART 管理好

EQ！」培力活動

計畫書

主辦單位：中華醫事科技大學

指導單位：教育部技術及職業教育司

中華民國 106 年 08 月 30 日

壹、計畫背景

透過高品質、高影響力的教育訓練計畫，持續且有系統性的凝聚學校教職員工向心力，透過工作態度認知培養、肢體語言動作和說話技巧的學習，強化溝通、協調、合作和領導能力，共同努力營造優質校園與職場文化，並將所學落實於日常教學、研究及校務工作推動中。期望藉由本次的教育訓練活動，促進本校教職員工對於「職場壓力」議題能有進一步之認識，以及該用何種方式來減輕、排解工作上壓力，同時改善同仁間的溝通模式、降低情緒性用語與爭吵的發生，強化個人情緒管理能力，並在實際工作及生活中練習來強化受訓學到的新技能，同時將其內化為日常生活之行為習慣，發揮個人職場潛能。

貳、依據

1. 教育部獎勵科技大學及技術學院教學卓越計畫要點。
2. 本校教育部獎勵科技大學及技術學院教學卓越計畫 106 年度計畫書。

參、計畫目的

為提昇教職員工對於「職場壓力」議題能有進一步之認識，以及該用何種方式來減輕、排解工作上所造成之心理負擔、改善同仁間的溝通模式、降低情緒性用語與爭吵的發生，進而提昇教學、研究以及校務工作推動之執行效率，進一步改進溝通能力與人際關係，並將正向、積極、樂觀、進取的態度落實在工作及生活中，同時將其內化為日常生活之行為習慣，在工作中不斷成長，常保工作熱忱與活力，並將所學融入教學嘉惠學生，本計畫擬透過辦理企業潛能開發課程：「透析職場壓力，SMART 管理好 EQ！」，輔導教職員工參與、體驗培力課程，增強學校整體之競爭力。

肆、主辦單位

中華醫事科技大學人事室。

伍、參加對象及報名方式

本活動參加對象包括本校教師和職員工，預計每場參加人數 50 名以上。

陸、辦理日期

中華民國 106 年 08 月 30 日(星期三)，時間為 09：30 至 16：30。

柒、辦理地點

中華醫事科技大學哈佛講堂。

校址：717 臺南市仁德區文華一街 89 號。學校位置圖、交通指南如附件 2 所示。

捌、活動內容

活動內容為企業潛能開發課程：「透析職場壓力，SMART 管理好 EQ！」培力活動，活動內容詳見流程表。

玖、預期效益

1. 改善本校教職員溝通、協調、合作、領導以及抗壓能力。
2. 提昇本校教職員工工作熱忱與人際關係。
3. 強化本校教學、研究和校務工作推動之執行效率。

拾、經費需求

由本校 106 年度獎勵科技大學及技術學院教學卓越計畫相關經費支應。

拾壹、注意事項

1. 本活動為互動式課程，全程參加者始核發研習時數 6 小時，未全程參加者或簽名後未實際參加者皆不予核發時數。報名後如無法出席，請在活動前五天通知承辦助理。

2. 活動當天請告知門口警衛到校參加研習活動，換取臨時停車證，並依規定區域停車。
3. 為響應環保，請自備環保杯。
4. 如有疑問請洽活動聯絡人：吳俊彥助理，連絡電話：06-2674567 轉 207，E-mail：
d3214568@gmail.com.tw。

106 年度教學卓越計畫

醫事領航•學用相長

企業潛能開發課程：「透析職場壓力，SMART 管理好 EQ！」

流程表

日期：106 年 08 月 30 日(星期三)，上午 09：30 至 16：30

地點：中華醫事科技大學哈佛講堂

日期	時間	活動流程/課程大綱	講師	主持人
08/30	09:15-09:25	上午場簽到、領取資料		服務臺人員
	09:25-09:30	活動開始- 學校長官致詞		中華醫事科技大學 殷立德 主任
	09:30-10:30	企業潛能開發課程：「透析 職場壓力，SMART管理好 EQ！」	聯合心理諮商所諮商督導 林萃芬 心理師	中華醫事科技大學 殷立德 主任
	10:30-10:40	茶敘		
	10:40-12:10	企業潛能開發課程：「透析 職場壓力，SMART管理好 EQ！」	聯合心理諮商所諮商督導 林萃芬 心理師	中華醫事科技大學 殷立德 主任
	12:10-13:10	午餐		
	13:10-13:20	下午場簽到		服務臺人員
	13:20-14:20	企業潛能開發課程：「透析 職場壓力，SMART管理好 EQ！」	聯合心理諮商所諮商督導 林萃芬 心理師	中華醫事科技大學 殷立德 主任
	14:20-14:30	茶敘		
	14:30-16:00	企業潛能開發課程：「透析 職場壓力，SMART管理好 EQ！」	聯合心理諮商所諮商督導 林萃芬 心理師	中華醫事科技大學 殷立德 主任
	16:00-16:30	課程總結與Q&A	聯合心理諮商所諮商督導 林萃芬 心理師	中華醫事科技大學 殷立德 主任
	16:30-	賦歸		

*以上行程及講師視情況主辦單位保有調整權利

中華醫事科技大學校區位置圖



交通資訊

由仁德交流道：下仁德交流道，走中山路往臺南市區方向，中山路與文華路口左轉後，於文華路與文華一街左轉，即可抵達。

由臺南市區：由臺南市東區崇善路經民安路，民安路與文華路口左轉後，於文華路與文華一街左轉，即可抵達。

高鐵：於高鐵台南站下車，轉搭計程車抵達華醫。若搭乘高鐵所提供之免費接駁車，請搭乘奇美醫院路線至仁德交流道站下車，再轉搭計程車抵達華醫。[[高鐵免費快捷專車路線圖](#)]

台鐵：

台南車站：於台南車站下車，轉搭公車抵達華醫。

保安車站：於保安車站下車，轉搭計程車抵達華醫。

仁德車站：於仁德車站下車，轉搭計程車抵達華醫。