



電話：(05)2717192-3(一組) 電話：(05)2717196-7(二組) 傳真：(05)2717195  
網址：<https://reurl.cc/1QVYn9>

## 人事法令宣導

1. 教育部112年2月21日臺教綜(五)字第1122100159號函轉知，檢送「大專校院因應『菸害防制法』修正之注意事項」一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
2. 教育部112年4月6日臺教人(二)字第1120033254號函轉知，有關公立各級學校兼任行政職務教師是否為「公務人員兼任政府投資或轉投資民營事業機構、財團法人及社團法人董、監事職務規定」適用對象一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
3. 教育部112年4月26日臺教人(三)字第1120040785號書函轉知，銓敘部令釋有關各機關辦理所屬公務人員年終(另予)考績時，如遇受考人於考核期間全無工作事實或僅有部分工作事實者之辦理方式一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
4. 教育部112年5月4日臺教人(四)字第1120044717號書函轉知，公務人員退休撫卹基金管理局修正「公務人員退休撫卹基金新制年資退撫給與撥付作業要點」(原名稱：公務人員退休撫卹基金管理委員會撥付新制年資退撫給與作業要點，並自112年4月30日施行一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
5. 教育部112年5月8日臺教人(二)字第1120045756號函轉知，原住民族委員會公開登載「112年度超額進用原住民族獎勵實施計畫」於該會網站一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
6. 教育部112年5月9日臺教人(一)字第1124201148D 號函轉知，「專科以上學校兼任教師聘任辦法」第17條、第19條，業經教育部於中華民國112年5月9日以臺教人

(一) 字第1124201148A 號令修正發布一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。

7. 教育部112年5月12日臺教人(一)字第1120047367號書函轉知，外交部領事事務局出版新編111年度「為民服務白皮書」(第23期)之電子檔置於該局全球資訊網一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
8. 教育部112年5月12日臺教人(二)字第1120046696號書函轉知，檢送「公務人員晉升官等(資位)訓練成績評量要點部分規定修正規定」第七點附件二勘誤表一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
9. 教育部112年5月15日臺教人(三)字第1120048212號書函轉知，勞動部函有關育嬰留職停薪實施辦法第2條第1項所定「10日前」之期間計算方式一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
10. 教育部112年5月15日臺教人(四)字第1124201442號函轉知，公立學校教職員個人專戶制退休資遣撫卹條例與公立學校教職員退休資遣撫卹條例第98條及第100條修正條文，業奉總統112年1月11日令制定及修正公布一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
11. 教育部112年5月22日臺教人(二)字第1120049690號書函轉知，配合考試院政策辦理組織調整，公務人員退休撫卹基金監理委員會將於112年6月1日裁撤，並於同日由同為考試院轄下機關銓敘部接管業務一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。



## 大腦的執行功能運作的以及改善之道—情境的重要性

【本文摘自心快活心理健康學習平台/葉潔昕】

你的每件事情都經過深思熟慮嗎？深思熟慮需要的是你大腦中的一個重要功能所負責的——大腦前額葉負責掌管的「執行功能(Executive function)」。執行功能涉及調整情緒與行為、計畫、控制衝動等能力，跟我們的日常生活息息相關；它會影響你的社交技能、學術成就、身心健康等。

既然執行功能那麼重要，那我們該如何提升它呢？

講者提到，要提升大腦的執行功能，並不是單純利用手機、電腦中的遊戲訓練就可以提升執行功能，並運用到生活中。重要的是，要更廣泛地在日常生活中訓練，讓你真正能夠在生活上有所不同。

這些功能在生活中，是深受到「情境」的影響。以對兒童經典實驗—「棉花糖實驗」為例子：桌上放著一顆棉花糖，若孩子能夠等待，就會再得到另外一顆。在這樣的「延宕滿足」的實驗中，孩子在等待過程需要有**自我控制**的能力，必須運用足夠的執行功能才能達成目標。

而講者將此實驗做了一些變化，加入了不同「情境」的因素。他們讓小朋友增加「分組團體」的概念，每人穿上「綠色」或「橘色」的衣服後，會對小朋友說「你那穿綠色衣服小組的同伴們，為了拿到第二個棉花糖，他們都有等待；另一組則沒有等待」；或者跟小朋友說「你的小組沒有乖乖等待，所以沒有拿到另一個棉花糖，但另一組等待了」。研究結果告訴我們，小朋友如果相信自己的組別有等待，那他們自己也比較有可能等待。很明顯的，他們會**受到同儕團體的影響**而做出決策。

實驗也發現，這些孩子在等待時，也會運用執行功能產生許多策略，讓自己更能夠等待。如：轉個方向、唱歌讓自己分心等等。我們了解情境如何影響一個人的執行功能後，也可以協助孩子更好地發揮執行功能，讓他們在特定環境中使用執行功能策略。例如：在寫功課時把手機收起來、或是並事先規劃於用功1小時候獎勵自己。

當你想提升日常生活中的執行功能時，可以想想如何調整情境。運用你的創意，讓自己更重視目標；並在特定的情況下運用策略協助自己，達成目標。



## 個人資料保護法實例問答

民宿代訂網站之個資法中央目的事業主管機關為何？如有數行政機關之管轄權積極衝突應如何處理？

【本文摘錄自國家發展委員會個人資料保護專區網站】

答：

- 一、按個資法第22條規定，中央目的事業主管機關或直轄市、縣(市)政府對於非公務機關有違反個資法之虞時，得予檢查或處分，有關個資法非公務機關之中央目的事業主管機關之判準，應以具體個案中非公務機關蒐集、處理或利用個人資料實際業務所涉行業之中央目的事業主管機關本於權責採取適當之監督管理措施。次按行政程序法第11條第1項規定：「行政機關之管轄權，依其組織法規或其他行政法規規定之。」、同法第12條規定：「不能依前條第1項定土地管轄權者，依下列各款順序定之：…二、關於企業之經營或其他繼續性事業之事件，依經營企業或從事事業之處所，或應經營或應從事之處所。…」，以及同法第13條第1項規定：「同一事件，數行政機關依前2條之規定均有管轄權者，由受理在先之機關管轄…」。
- 二、「OO網」主要經營民宿代訂服務，核屬「個人資料保護法非公務機關之中央目的事業主管機關」列表代碼790「旅行及相關代訂服務業」，爰其中央目的事業主管機關為交通部；另因該網路平台之公司登記所在地為宜蘭縣，依行政程序法第12條第2款規定，貴府亦有管轄權。至數行政機關之管轄權積極衝突，依行政程序法第13條第1項規定，應由受理在先之機關管轄。



### 瞭解智慧財產權專欄

我國成為世界貿易組織會員後，對於原非著作權互惠著作的翻譯，將會受到何種限制？業者或撰稿（翻譯）人能有什麼因應方法？如非全文翻譯而以改寫型態出現又如何？

【本文摘錄自經濟部智慧財產局網站】

我國於九十一年一月一日加入「世界貿易組織」(WTO)後，須履行「與貿易有關之智慧財產權協定」(TRIPS)，而根據 TRIPS 規定，我國有義務對所有會員體國民的著作予以著作權保護。而依 TRIPS 第九條規定適用伯恩公約的結果，對所有 WTO 會員體均應保護著作人的翻譯權。故我國成為 WTO 會員後，翻譯各會員體人民的著作，除合於著作權法合理使用規定的情形外，原則上都應得到著作財產權人同意，否則即構成侵害。(§106之1) 基於以上說明，可知我國成為世界貿易組織會員後，全面性的「使用者付費」「授權利用」的時代來臨，業者或撰稿者利用其他會員體人民著作時，除有前述合於合理使用的情形外，最佳因應之道，就是依法向著作財產權人洽商取得同意或授權，始利用著作。至於非全文翻譯而以改寫型態出現的利用方式，仍屬改作(翻譯)型態的一種，除合於著作財產權合理使用的規定外，原則上仍應取得同意或授權。(§44~§61) 至於我國加入 WTO 之前已經翻譯完成的著作，於加入 WTO 之後繼續利用的話，沒有侵害著作權的民、刑事責任，可是要對被翻譯的原著作的著作財產權人支付合理的使用報酬。



### 讓孩子展開笑容的三種尊重語言 認同、肯定、溫情

【本文摘錄自健康醫療網】

我是個很容易緊張兮兮的媽媽，記得孩子剛學會騎沒有輔助輪的腳踏車時，我千叮嚀萬囑咐要孩子務必穿戴好頭盔和護具才能騎車，但是孩子嫌麻煩，加上剛學會騎車很興奮，於是沒戴護具就騎車上路了。結果騎到一段下坡路時，因速度過快失去平衡而摔倒。面對不聽媽媽話而受到傷害的孩子，我當然是火冒三丈。

「你自己做錯事還敢哭？」(指責)

「媽媽有沒有叫你要先穿護具再騎車？」(質問)

「媽媽又不會害你，你為什麼不聽媽媽的話？」(責難)

這下子孩子更是呼天搶地的放聲大哭。膝蓋摔破皮還流血，孩子自己也嚇了一跳，結果媽媽還凶巴巴的罵人，心裡更是委屈難過。過了一會兒，我自己也平靜些了，看到孩子的表情才驚覺，我應該先問問他的傷勢，應該告訴他還好沒有摔得太嚴重。事實上我並非真的想責怪因受傷而哭的孩子，我只是一時心急，因為擔心而不自覺提高了音量。如果可以，我真想把說出去的話都收回來。

孩子因為身體受傷疼痛而哭，我為什麼還要用指責的語氣帶給他心靈的傷害呢？那是因為我急切的想糾正孩子，不應該不聽媽媽的話。可是我的做法錯了，我應該先讓孩子理解，而不是先糾正。老實說，當下我只想盡快消除自己內心的不悅，讓孩子符合我的標準。

為了以後不要再犯同樣的錯誤，我思考著若再發生類似狀況，可以對孩子說些什麼？經過長時間的思考，我終於懂了，就是融入認同、肯定、溫情的「尊重的語言」。

### ① 認同

「自己做錯事還敢哭，不准哭！」（禁止）  
→「一定很痛吧？因為很痛所以才會流眼淚是吧？」（認同情感）

這並不是要父母接受孩子耍賴、糾纏，有問題的行動和錯誤態度理應糾正、改進，但是我們可以試著先認同孩子的情緒、欲望和想法。

要表達「認同」，首先必須要能分辨，或許無法認同全部，但是我們可以試著先認同一部分。觀察孩子外在的行為和態度，分辨出隱藏在背後的欲望和情感。

認同的話語，是情感交流和建立關係的核心。情感與想法得到認同，孩子就可以獲得安慰和共鳴，從被認同的經驗中學習如何認同別人，將來才能成長為心理健康的人。

### ② 肯定

「嫌麻煩不想穿護具，跌倒就會頭破血流。」（消極負面的威脅）  
→「剛開始穿護具可能會覺得很麻煩，不過習慣之後就會覺得很有安全感喔！」（正面肯定的鼓勵）

消極負面的想法和話語會讓孩子畏縮不前，不知不覺變成膽小，凡事習慣看人臉色的孩子。相反的，如果父母常說正面、肯定的話，可以促進溝通，讓孩子敞開心扉。

不要把注意力放在孩子的缺點和局限性上，可以多多關注他的優點和可能性，並適時給予鼓勵，這樣孩子就能逐漸產生自信，遇到事情會鼓起勇氣嘗試改變和行動。如果說孩子的身體健康來自攝取有營養的食物和充足的睡眠，那麼心理健康就需要父母的

信任和支持。不要忘了，性格開朗、處事積極的孩子，在他的成長過程中，必然充滿了肯定、正向的話語。

### ③ 溫情

「以後要不要聽媽媽的話？騎車還敢不敢不穿護具？」（冷漠）  
→「跟媽媽打勾勾，答應媽媽以後騎車一定會穿護具好嗎？」（溫情）

溫情的說話方式和態度可以帶來很大的影響，即使是同樣的一句話，根據不同的口氣、語調、表情，傳達給孩子的訊息也會不同。若總是以冷冰冰的表情、冷嘲熱諷的語調、犀利的視線與孩子對話，那麼孩子很容易產生「我是被愛的嗎」這種懷疑，心理上更會越來越畏縮。

相反的，被溫柔的視線及話語包圍下成長的孩子，他會知道自己是被愛的，因此在任何地方都能堂堂正正、無所畏懼，也同樣會以溫柔親切的態度待人。話語中的冷漠如果滲透到孩子心裡，就會在尊重上製造裂痕。皮膚若長時間暴露在寒冷的空氣中會凍傷，父母總是冷冰冰的態度也會凍傷孩子的心靈。

「良言一句三冬暖，惡語傷人六月寒。」就算是同樣一句話，如果能多帶點人情、溫暖，給人的感受就很不同。我們都要求子女要尊敬父母，父母也應該尊重孩子，這樣才能加深彼此的信任。

本書主要分為理論篇與實戰篇兩大部分，首先在「理論篇」中談到與孩子對話很重要的三要素：認同、肯定、溫情。

「第一步，引導情感交流，充滿溫情的話」中，透過案例了解如何在實際生活中說出認同感覺、欲望、情感和想法的話。

「第二步，讓人敞開心扉，肯定的話」中，要來談談如何以積極肯定的理解、說明、叮嚀，給予孩子安慰與鼓勵，來取代否定的獨斷、威脅、放大負面細節和指責的說話方式。

「第三步，真摯的傳達愛，溫情的話」中，則要來了解一下有什麼方法可以取代命令或指示，用較溫暖、親切的對話方式來建議或要求孩子，讓他們能感受到被尊重，同時也學習有禮貌的說話態度。

為了好好說出尊重的語言，首先我們必須意識到自己現在的說話方式有什麼問題。

「就從我開始改變！以後要說出不一樣的話。」當下定決心的這一刻開始，改變就產生了。好，那麼現在就來回顧以前的說話習慣，展開「尊重的語言」的實踐旅程吧！

※本文摘選自《媽媽的說話練習》，圓神出版



## 員工協助方案(EAP)專區

I care  ([本校員工協助方案專區連結](#))

### 危機中的家人，熱鍋上的自己

【本文摘自心快活心理健康學習平台/作者李婕寧】

人有生老病死、有旦夕禍福，當意外真的「意外」出現時，我真的準備好怎麼接招了嗎？


當親愛的家人突然發生車禍、送加護病房，或者是其他可能的突發事件都會使得我們內心無法平靜，產生不安、困擾的情緒都是必然的。一項研究指出(吳欣玫，2016)，當面對親人住進加護病房時，家屬可能會出現許多的擔憂與害怕，像是害怕突如其來的訊息、擔心失去親人、擔心即將面臨的經濟問題，以及憂慮失去家庭支柱等。這些都是我們遇到一些難以應付的壓力時，可能產生的正常情緒反應和擔憂!但是當你發現自己怎麼樣都沒有辦法將注意力放在該做的事情上，會不自覺的一直想到擔心的事情，或在心情上總是難以平復，老是在做一些對現況沒有幫助甚至讓現況更糟的行為(像是發脾氣在其他人身上)的時候，可能就需要一些方法來轉移一下自己了！



首先，先找到一件當下可行，並且能夠讓自己放鬆下來的事情，例如：待在一个安靜舒適、可以讓自己平靜下來的地方做短暫的休息，或者是進行一些平時培養可以舒緩自己情緒的興趣，像是聽音樂、慢跑等。如此一來，你便能夠將自己全身的警醒系統，也就是我們的自主神經系統給放鬆下來，當我們緩和了自主神經系統後也發現我們更能覺察自己到底發生了什麼事情 (Lee et al., 2013)。

再來，我們的大腦當中有一項迴路，我們稱之為杏仁核與前額葉的蹺蹺板，杏仁核容易激發我們本能的反應與情緒，最新的腦造影科學也已經證實我們當我們的前額葉開始活化時，便能夠成功的減低我們負向情緒的作用 (Zotey et al., 2013)！那麼，要怎麼樣活動我們的前額葉呢？答案是，這項研究的證據也告訴我們當我們開始檢視自己的狀態，接著開始啟動、投入規劃一項計畫，並執行時，前額葉的各項腦區便能夠開始運作起來，這個時候便能夠有效抑制杏仁核的功能了！

當身邊的親友進入加護病房時，對任何人而言都是非常大的壓力事件，當下除了自己的情緒之外，可能還有許多的事情要處理，如醫院手續、住院準備，或需要處理其他家人的情緒，甚至是回到我們自己的生活，許多的行程還是必須持續進行，這個時候，有一些好的、能夠調節自己的策略和方法就相當重要！

人事室關您

對抗壓力有管道	
衛福部安心專線	0800-788-995(請幫幫、救救我)
生命線專線	1995
張老師專線	1980
本校家庭與社區諮商中心	05-2732439



## 人事動態

### 人員異動名單

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
教務處民雄教務組	專案臨時辦事員	黃慶郁	新進	1120426
圖書館新民分館	契僱辦事員	王雅貞	離職	1120501
學生事務處	專案辦事員	何怡慧	陞遷	1120501
學生事務處軍訓組	專案輔導員	高偉比	新進	1120502
師範學院	專案辦事員	陳俊杰	新進	1120502
總務處	技士	李駿宏	陞遷	1120502
景觀學系	技佐	羅丹利	離職	1120502
環境保護及安全管理中心	組長	陳中元	陞遷	1120505
總務處	簡任秘書	洪泉旭	陞遷	1120508
語言中心	專案辦事員	吳曉蓉	離職	1120601
研究發展處	組長	陳惠蘭	遷調	1120601
秘書室	組長	楊弘道	遷調	1120601
師資培育中心	組長	鄭毓霖	遷調	1120601



### 5月份壽星

侯嘉政教授	王麗雯組長	吳榮山技士	江彥政教授
李嘉濱契僱辦事員	林玥君組員	李永琮教授(系主任)	陳清玉副教授
許育嘉助理教授	楊卓真助理教授	簡瑞良副教授	楊子岳專案辦事員

張崇孝專案輔導員	王大味專案助理教授	黃仕易專案輔導員	潘彥瑾專案助理教授 (組長)
邱郁文副教授	鍾明仁秘書	林明衡專員	何坤益教授
黃久玲助理教授	黃婉婷專案護理師	吳致玲組員	呂慎華助理教授
莊淑瓊副教授	林益全技佐	林炳宏教授	涂博榮組員
蕭瓊芬組長	李俐瑩技士	蔡雅惠教官	郭章信教授
沈宗奇教授	陳瑞彰助理教授	鄭素梅專案辦事員	楊松穎助理教授
潘靜茹契僱技士	李鴻文教授(副校長)	王秀娟專員	朱瓊玲專案辦事員
江國楨專案諮商心理 師	郭煌政助理教授	曾坤興技工	陳惠蘭組長
高健龍專案技佐	陳冠蓉技士	黃威仁助理教授	鄭夙惠專案辦事員
李亭頤助理教授	楊琇玲助理教授	黃銘涵技士	羅英明技工
楊英賢教授	賴治民教授(院長)	廖昭雄組員	郭珮蓉教授(組長)
謝明潔專案組員			

附註：表列壽星名單，請各單位務必配合於5月10日起一週內，派員向各校區負責發放業務之同仁，領取所屬人員之生日禮券並轉致當月份壽星。