

## 佛光大學「走出舒適圈，擁抱世界-書院講座」成果報告

走出舒適圈，擁抱世界-書院講座成果報告	
計畫名稱	高教深耕計畫-澄正書院-全人教育 333 軟實力增能計畫
活動名稱	走出舒適圈，擁抱世界-書院講座
主講者	呂亭亭講師
活動地點	佛光大學德香樓 B103-3 教室
活動時間	日期:113 / 10 / 29      時間:18:20 ~ 20:40
實際參加人數	28 人
活動目標	希望透過這場活動能讓參與人員更加了解出國交換的內容及目的，在能夠聆聽講師的經驗與收穫之下，不僅能夠對此產生興趣，也能促使自己勇敢踏出舒適圈，拓展視野，實現自我。
執行情況	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 場佈：場地內容佈置、工作人員簽到。</li> <li>2. 簽到：參與人員簽到、進場。</li> <li>3. 走出舒適圈，擁抱世界：講師經驗分享與收穫。</li> <li>4. 回饋時間：填寫回饋表單、拍大合照。</li> </ol>
目標達成說明	<p><b>學生獲益程度與執行成效：</b></p> <p><b>量化意見（回收滿意度問卷 28 份）：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 參與本次課程對未來學習或生涯有幫助嗎?( 有 )</li> <li>2. 參與本次課程是否對「學習」這件事產生動力( 是 )</li> <li>3. (承上題)是否會想學習自己專門科以外的知識?( 是 )</li> <li>4. 參與本次活動之獲益程度( 4.81 )</li> </ol> <p><b>質化意見：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 希望可以多舉辦書院講座。</li> <li>2. 建議時間可以辦在其他時間。</li> <li>3. 希望下次可以有手作相關或 AI 主題的講座。</li> </ol> <p><b>統整心得：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 講師姐姐介紹了自己在德國交換還有因為交換的履歷獲得的工作和機會，對於講師來說，交換就像是挖掘她潛力的新世界，她閃閃發光的樣子很有魅力，感謝講師的分享。</li> <li>2. 聽完姊姊的分享後真的覺得受益很多！從交換的經驗分享再說到後面心靈層面的想法真的都非常的有幫助！聽到講師在交換中漸漸學習的過程真的感受到講師姊姊真的是在自己的領域很耀眼的存在！</li> <li>3. 今天的講師很用心也很漂亮～坐在他對面我都好害羞，本來以為他只會分享一些在德國的小秘訣，沒想到還特別為了佛光大學學生去了解本校的交換技巧，我敢保證這是在佛光大學通識講座裏聽過最認真、最用心的美麗講師。</li> </ol>

4. 我自己本身是想出國交換的，所以這次的講座對我來說非常的有意義，讓我更加多認識出國交換可能會遇到多問題等等，也讓我更加確認自己想出國交換！！努力把英文學好！再次跨出舒適圈！

5. 當一名社工的確會遇到許多困難，需要面對處理的事情也非常複雜 我們若待在自身的舒適圈，沒有走出去了解不同的事務，很多時候遇到的困難將會無法解決，所以，透過這場講座我更可以有方向的探索外面的世界，並且踏出舒適圈，走入世界。

活動照片  
(海報一張、  
照片加說明最  
少四張)

講座海報

走出舒適圈 擁抱世界

書院講座

113/10/29 (二) 18:20-20:40  
佛光大學 德香樓 B103-3 教室

本院講座含書院通識學分

報名表單

呂亭亭 講師

指導單位:社會科學院 澄正書院  
主辦單位:佛光大學 社會學暨社會工作學系 系學會

成果照片



圖片說明：講座簽到入場。



圖片說明：講師演講時間。



圖片說明：頒發感謝狀。



圖片說明：大合照時間。