



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110年10月19日臺教人(四)字第1100139950號書函轉知，銓敘部訂定發布「符合法定身心障礙資格之公務人員申請自願退休辦理個別化專業評估機制作業注意事項」，並自110年10月12日生效一案，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110年10月25日臺教人(二)字第1100131766A 號令轉知，修正「教師借調處理原則」第1點、第2點，名稱並修正為「公立各級學校專任教師借調處理原則」，自110年10月25日生效一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。
3. 僑務委員會110年11月3日僑人一字第1101001465號函轉知，考試院業於110年10月28日院會通過修正公務人員高等考試三級考試暨普通考試規則，高考三級僑務行政類科應試專業科目「外國文(選試科目)」，增列選試越南文及印尼文，並自111年1月1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。
4. 教育部110年11月8日臺教人(四)字第1100151578號書函轉知，有關公教人員保險之保險費率，不適用年金規定之被保險人及適用年金規定之被保險人，自111年1月1日起分別調整為7.83%及10.16%一案，相關內容請逕至本校人事室網頁/最新消息項下查閱。



每天來點幽默，讓日子更快活!

【本文摘自心快活心理健康學習平台/作者蔡雨璇】

當處在一個看似緊張的場合中，突然一句幽默的話語，劃破了沉靜的氣氛，此時會心一笑的你，感受到了些什麼呢？

笑其實是我們在體驗幽默中很常見的一種表現。而幽默除了能幫助個體舒緩焦慮的情緒，釋放身體的緊張之外，適當利用幽默的方式來回應錯誤行為，也可以增加團體成員之間的團結，也就是透過非攻擊性的言語來回應對方，不僅能減少團體間的衝突，甚至可以增進團結氣氛。其中，適當的幽默話語是當個體足夠了解現實的一般情況後，從中注意到一些細微的差異，並且利用這樣的差異(但不具威脅性)的方式來描述可能令自己驚訝的事情，或是違反我們所認為的一般事件，心理學上稱為「不協調理論 (Incongruity theory)」(Wilkins & Eisenbraun, 2009)。

總的來說，可以發現幽默能協助我們緩解社交中的緊張情緒、提出新觀點，甚至也能幫助團體中的運作。那麼，幽默對於我們的心理健康又有哪些影響呢？

針對幽默對於心理健康的影響，Martin(2001)提出了四個部分：

- 1. 生理機制:**幽默引發的笑能引起許多生理系統的變化，例如降低壓力賀爾蒙(皮質醇);或是對我們的肌肉骨骼、心血管、免疫系統等等產生有益的影響。
- 2. 正向的情緒狀態:**幽默感能促使一個人的正向情緒，這也會直接的影響我們的心理健康或是提升幸福感。
- 3. 調節壓力:**利用幽默的觀點來看待壓力事件時，會使我們以比較正向的方式去做解讀事情，而這樣的方式也能削弱壓力的感受，進而增加心理健康與幸福感。
- 4. 社會支持:**幽默感有助於建立社會關係與社會支持，因此學者認為幽默感越佳的人，更具有社交能力及人際吸引力，以及感受到更多令自己滿意的社會關係。

上述四個部分其實也會互相影響，例如幽默感改善了生理機制的壓力賀爾蒙的同時，也能調節個體對壓力的感受;當擁有正向情緒的同時，我們的生理機制也會有所變化，像是心跳、血壓、睡眠狀況等等。

針對幽默提升學生的學習環境的研究，Savage 等人(2017)便整理 了兩點老師透過幽默的方式對孩子學習的影響：適當的幽默能拉 近學生與老師之間的關係，建立較良好的師生關係，並且能吸引 學生的興趣，使學生能更投入於課堂上的學習；幫助學生在課堂 上降低其焦慮與壓力、增加學生的學習動機，以及提升學生的自尊。

幽默的話語令人噗哧一笑，不僅讓我們自身感受到愉悅的情緒，也幫助我們在學習、日常生活中，甚至是面臨壓力時，有更正向的心態來迎接挑戰！

不妨從今天開始，在感到放鬆的狀態下，從與他人對話、觀察事物，或是看待事件上加入一點不同角度、不同面向的思維，點綴自己的生活吧！

說出真心的感謝，讓我們與他人更親近

【本文摘自心快活心理健康學習平台/作者樂晏均】

從小我們就學會在特定的節日(如：父親節/母親節/教師節)道出內心的感謝，對於「吃果子拜樹頭」、「飲水思源」、「滴水之恩當湧泉相報」等表示感激的俚語更是倒背如流。但是，我們真的知道認真說出真心的感謝有什麼意義嗎？研究發現「感他人之恩」確實能為我們的生活帶來一些重要的改變。

在2012年，Algoe 認為「感恩」(gratitude)在三個方面具有提升社會人際交往的功能，分別為：

- (1)發現(find)的功能：感恩可以建立和開發新的人際關係。
- (2)維持(remind)的功能：感恩可以維持和促進現有的互動關係。
- (3)深化(bind)的功能：感恩有連結和深化親密關係的功能。

以下分別有不同的研究證據，說明感恩的人際功能存在：

在 Williams 與 Bartlett 於2015年發表的研究中，在參與者輔導的學生回饋中，額外加上表達感恩意涵的手寫紙條，會使得參與者更願意與這些素未謀面的輔導學生保持聯繫，與對方發展更進一步的互動關係。支持了「感恩可以開發和建立(find)一段新的人際關係」的說法(Williams & Bartlett, 2015)。

在感恩能維持和促進(remind)關係的形成方面，在 Froh 與 Bono(2009)的研究中，發現感恩帶來的正向情感，可以幫助學生面對負向的課業評價，也有增加在學校與同儕的連結、增強社會適應並強化彼此之間的友誼的好處(Froh & Bono, 2009)。

此外，感恩也有助於親密關係的連結和深化(bind)。在 Algoe 等人於2010年發表的研究中，對自己與對方體貼行為的知覺可以預測感恩情緒的產生，而感恩的情緒可以預測自己隔天對另一半感恩行為的表達，並更能得到對方的回饋，也有增強彼此之間的親密關係與滿意度的好處(Algoe, Gable, & Maisel, 2010; Lambert, et al, 2010)。

然而，表達感恩絕不是只要隨口說說、有口無心的表面功夫，若是只對得來的恩無所感，沒有觸動內心而輕易說出感謝，如此虛假的感恩行動對於人際關係則是一點幫助也沒有！感恩也不是單方面的表達，有效的感恩是需要透過感恩者表達出心中真實且真誠的感謝之意，並且讓接受感恩者能夠感受到感恩言語下隱藏真誠的情感，也願意做出回饋，這才是深化人際關係的關鍵因素！

因此要達到有效增強人際關係的連結的感恩，你可以試著這樣做：

察覺感恩：察覺到對方想表達的善意與經驗感恩的正向情感，產生真正欲表達感恩

傳達感恩：向對方充分傳達心中的感激之情。

真誠感恩：使對方能感受到你想表現的真摯情感。



個人資料保護法實例問答

環保局因業務需求，現場查獲疑違反廢棄物清理法行為人之畢業證書，可否請行為人之畢業學校提供該行為人戶籍相關資料？

【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15條規定：「公務機關對個人資料之蒐集或處理，除第6條第1項所規定資料外，應有特定目的，並符合下列情形之一者：一、執行法定職務必要範圍內。…」，同法第16條規定：「公務機關對個人資料之利用，除第6條第1項所規定資料外，應於執行法定職務必要範圍內為之，並與蒐集之特定目的相符。但有下列情形之一者，得為特定目的外之利用：二、為…增進公共利益所必要。…」，同法第5條規定：「個人資料之蒐集、處理或利用，應尊重當事人之權益，依誠實及信用方法為之，不得逾越特定目的之必要範圍，並應與蒐集之目的具有正當合理之關聯。」。

二、按廢清法第5條規定：「本法所稱執行機關，為直轄市政府環境保護局…。執行機關應設專責單位，辦理一般廢棄物之回收、清除、處理及廢棄物稽查工作。…」。桃園市政府環境保護局倘基於執行「環境保護(代號165)」之特定目的，於執行上開廢清法所定廢棄物稽查工作之法定職務必要範圍內，向00高中蒐集疑似違反廢清法行為人之個資，係屬個資法第15條第1款規定之蒐集行為；又00高中提供學生個資予桃園市政府環境保護局作為廢棄物稽查之用，倘係在協助該局執行廢清法所定廢棄物稽查工作之法定職務所必要，以達成改善環境衛生之特定公益目的者，係屬個資法第16條但書第2款規定之特定目的外利用行為，惟應注意個資法第5條比例原則之規定(例如：違反廢清法之行為人與畢業證書所載之人可能非同一人，向學校蒐集曾就學者之個人資料是否確能達成執行查察之行政目的)。



手術自費醫材千百種，單次醫材重處理後再使用，術前務必搞清楚！

【本文摘錄自健康醫療網】

隨著科技的進步，在手術過程中常會運用各種自費醫療器材，常見的醫材包括止血夾、能量刀、縫合器、鑽頭等，都是以提升治療成效、減少併發症為主要目的。為

確保醫材的效能、安全及可靠，部分自費醫材是設計為「單次使用」，即「單一次使用後即須丟棄」。

然而，基於醫療成本考量，衛福部宣布於 2021 年 1 月 1 日起，法令放寬讓全台各大醫院可以重新處理使用過的單次使用醫材，也就是在進行清潔、消毒、滅菌後，將單次醫材再提供給下一位患者使用。

根據 108 年醫事機構現況及服務量統計分析，全台灣每天有將近 7,000 台手術執行〔1〕，大家在接受手術前，除了關心手術形式，也必須了解術中使用的醫材種類，才能掌握自己的健康。

若在評估後，考量使用重處理單次醫材，大家也應考量 3 大問題，包括：重處理單次醫材的安全性、發生不良反應之責任歸屬、重消次數與收費標準不一。

問題一：重處理單次醫材的安全性

單次醫材的製程設計、材料選擇，都是以單一次性使用後丟棄為標準。器械組成十分精密，孔洞縫隙非常小，更不具備拆卸或重新安裝等設計，若恣意重處理，恐難以徹底清潔。

透過國外的研究人員將一批全新的單次醫材，與經由專業重處理廠依循嚴格標準 (AAMI TIR 30、ISO 11135-2007) 處理的單次醫材，進行一系列檢測。以目測、光學顯微鏡、電子顯微鏡檢測結果發現，多數經過重處理的單次醫材依然有殘留物，且更有材質劣化的問題。部分重處理單次醫材仍可偵測到血紅素反應，在經過培養後，有重處理單次醫材觀察到細菌生長量超過無菌保證水準 (sterility assurance level) 〔2〕。

由衛生福利部疾病管制署出版的感染控制雜誌曾經提出，使用重處理單次醫材之可能風險，包括交叉感染、材質改變、醫材故障、化學品或去污劑的殘留、故障、內毒素反應〔3〕等。交叉感染、內毒素反應等會對患者健康造成危害，且衍生出更多醫療花費以及醫療糾紛。

在手術過程中，經常需要截斷血管，將會使用封閉血管的醫療器材，若醫材經多次的重新消毒、滅菌後，可能導致夾合、封閉血管的功能變差，進而影響手術的效果

〔4〕；一旦醫材於手術過程中故障、失效，更會影響手術進行及病人安全，甚至使得手術時間延長，讓病患暴露於更長的麻醉時間及風險中。

衛生福利部醫事司亦提醒，若重處理過程不確實，在使用上可能會有健康上的風險，因此，建議民眾在選擇時須了解其風險程度〔5〕，並且多加注意。

問題二：發生不良反應之責任歸屬

使用重處理單次醫材，還會衍生一些難題，例如：在醫材失效或發生不良反應時，法律責任該如何歸屬？是執行醫材重處理的單位該負起全責？還是主刀醫師與醫療團隊？又或是由民眾自行承擔？

基本上，若患者因重處理單次醫材於術中失效、故障，而導致意外、影響手術效果、衍生併發症時，應可究責於重處理的執行單位。但問題是，這3年為執行的過渡期，重處理作業由各醫院自行執行，重處理的程序由政府核定，且醫療人員也需於術前同步需評估醫材狀態，才能進行使用。一旦醫材於術中或術後出現問題，權責歸屬十分不明確。

問題三：重消次數與收費標準不一

重處理單次醫材的重複消毒、滅菌及使用次數與收費標準皆是民眾相當關心的問題。然而，同一種醫療器材，在不同醫院，可能因不同重處理次數、方式，而有不同的收費標準，導致市場價格混亂，患者及家屬在事前務必了解清楚。

使用重處理單次醫材攸關病患的權益與安全，醫院必須事先揭露，告知該次醫療行為是否會使用重處理單次醫材，並提供全新單次醫材及重處理單次醫材的費用差別說明，取得病患與家屬同意後才可以使用。

衛生福利部醫事司提醒，民眾可以要求醫院提供衛福部發放之重處理單次醫療器材之核准函，確認該項醫材是在核准品項內，亦可請醫院提供自費品項說明，內容應包括：重處理單次醫療器材的處理過程、重處理次數、及安全注意事項等〔6〕。最後提醒大家，在接受手術前，記得要主動詢問、謹慎評估喔！



員工協助方案(EAP)專區

好的依附，孩子才能有好的人際關係

【本文摘自心快活心理健康學習平台/作者林育陞】

依附是一種從心理學演化、動物行為學發展出來的理論，旨在探討「人際關係」，依附理論認為，幼童因為社會與情感需求，而至少與一名主要照顧者發展出親近關係，才有利於其心理與交際功能長久健康發展。

有些親子研究指出，多走出戶外或參與課程活動有助孩子人際發展，因此有的父母為增加孩子人際互動的能力，尤其在寒暑假，孩子們在家的時間更多，就開始安排或希望孩子們參加營隊，或是校內、外課程，透過這樣的方式來讓孩子能夠學習與培養良好的人際關係，這樣的出發點雖然是不錯的，確實也能培養孩子與他人互動的能力，但這樣現象並不一定能夠完全幫助孩子正向互動的培養，有時操之過急，也會有揠苗助長的現象。然而，幼兒人際互動的發展與關鍵不是在於只參與戶外活動建構，更重要的是在家裡與父母陪養更適切的依附。

幼兒為何需要依附他人，所謂的依附是指兒童時期對於主要照顧者的依賴程度，承如前述定議提到，它是一種社會情感需求發展的關係，也是滿足和維持幼兒活下去的一個需要，例如，幼兒不安時，會希望主要照顧者出現讓他感到安全感，或是，當幼兒需要哺乳時透過哭鬧引發照顧者注意，從中除得到生、心理的需求滿足。另外，依附也是建立與他人互動的基礎，因此依附是培養人際互動的起源。

培養幼兒好的依附，這個重要關鍵點在於孩子與父母的互動關係。依附理論主要探討是主要照顧者與孩子關係間的互動，對孩子在依附安全感上的影響，相關研究顯示依附關係的好壞會影響父母子間的互動關係，如孩子與父母或主要照顧者間互動關係不良，進而會影響家庭外的互動模式，而這樣的行為模式幼兒專家學者認為如不從

父母與主要照顧者去調整與改善，孩子正向人際互動培養的建構會有一定阻礙。例如父母忽略孩子感受、暴力、虐待、不正常管教等，對孩子生、心理，與未來人際互動基礎有很大的負面衝擊。

英國心理治療家 John Bowlby 觀察研究人類幼小生命最初始的情感關係的形成和發展，和其自己長期兒童心理治療的臨床經驗，建構提出依附理論。依附理論說明基於求生存的生物本能，幼小的生命會極力尋求靠近、接觸、和依附成熟的個體，以獲得保護和安全。然而，在依附情感聯結關係形成的時期，失去或被剝奪溫暖而親密的情感的聯結，幼小生命感受到苦惱和傷痛。情緒情感的傷害和創痛經驗是深鉅而持久，影響及未來的人格發展，甚而延續至於成人期。

John Bowlby 也提到父母如沒兒童時與孩子有良好的互動，容易讓孩子互動展有不安、恐懼的負面影響，如家暴的孩子在人際互動上研究顯示都低於一般兒童。因此，相關幼兒研究建議，父母學習和建構溫暖、接納、正向的依附環境與態度，比起日後要求孩子參加很多互動課程，更是發展人際互動重要歷程。

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



人員異動名單

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
研究發展處	職務代理人	曾柏鴻	新進	1101026

單位	職稱	姓名	異動情形	生效日期
人事室	組長	張獻中	新進	1101119



11月份壽星

唐榮昌教授	蔡孟承組員	王紹鴻副教授(組長)	莊愷瑋教授(系主任)
郭怡君教授	溫笙銘專案講師(組長)	李宜君專案技佐	鄭靜宜專案組員
蔡依珊專案組員	鄭思琪工友	陳志忠副教授	陳建志專案組員
劉文英教授	楊玄姐組長	徐錫樑教授	湯永福技工
周洪世明工友	蕭蘭婷助教	劉文堂技工	鄭鈺潔專案組員
林文楨專案技佐	黃楷茹助理教	賀招菊組長	吳佳璟助理教授
潘治民教授	詹昆衛教授(院長)	陳宗和教授	徐寅之護理師
陳瑞祥教授(院長)	張中平助理教授	王勝賢組長	周盈秀專案助理教授
陳俊憲教授	鄭長晉專案辦事員	翁慈雀專案辦事員	康舒茜組員
王皓立助理教授(組長)	柯翠蘭組員	唐周源專案技佐	高嘉敏專員
曹勝雄教授	曹國樑專案組員	蔡明昌教授	邵于庭辦事員
朱原谷組員	李權哲組員	黃柏源助理教授	林雅雯專案輔導員
楊朝旺副教授(主任)	張文興助理教授	黃子庭副教授	侯堂盛教授
陳美智副教授	莊筑貽組員	陳立耿副教授(主任)	陳鵬文副教授(組長)
吳子雲簡任秘書	張家銘教授	沈枚翎專案組員	梁耀仁副教授
張心怡教授(系主任)	王佩瑜副教授	蔡忠道教授	康世昌副教授
李君翎專案組員	邱柏升助理教授(組長)	張榮欽駐衛警察	林土量副教授
王溫淨專案助理教授	陳冠州專案輔導員	羅允成組長	溫定國駐衛警察

吳瑞得教授(副教務長、組長)	陳志誠助理教授(組長)	王瑞堦教授	鄭天明教授
蔡佳翰助理教授	王映丹組員	姜得勝教授	胡承方教授
黃榮華辦事員	簡美玲組員	楊奕玲教授	王瑱鴻專案組員
何尚哲助理教授	蔡智賢教授	林家安專案組員	

附註：表列壽星名單，請各單位務必配合於11月5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。