國立臺南大學111年高等教育深耕計畫意見回饋單統計

活動名稱：111年課外學習核心能力培訓「組織領導初階課程-打造自我內在方程式」
活動時間：111年3月23日(三)
活動地點：本校府城校區思誠樓F101教室
活動參與人數：47人
意見回饋單回收數：47份

一、 基本資料

身分	填答人數	教師		學生		行政人員		校外人士		其他	
	47	數量	百分比	數量	百分比	數量	百分比	數量	百分比	數量	百分比
		0	0%	47	100%	0	0%	0	0%	0	0%

活動訊息來源	填答人數	網站訊息		海報看板		他人介紹		E-mail		其他	
	47	數量	百分比	數量	百分比	數量	百分比	數量	百分比	數量	百分比
		29	62%	2	4%	14	30%	1	2%	1	2%

二、活動滿意度調查(**總平均滿意度4.6分**)

題目		填答人數	非常滿意(5分)		滿意(4分)		尚可(3分)		不滿意(2分)		非常不滿意(1分)		平均分數
			數量	百分比	數量	百分比	數量	百分比	數量	百分比	數量	百分比	
一、整體活動滿意度													
1	本次活動有助於評估自我能力的優劣勢	47	30	64%	16	34%	1	2%	0	0%	0	0%	**4.6**
2	本次活動可以培養我自信與樂觀的態度	47	28	60%	17	36%	2	4%	0	0%	0	0%	**4.6**
3	本次活動我能夠積極參與及投入	45	32	71%	13	29%	0	0%	0	0%	0	0%	**4.7**
4	本次活動參與過程中，我能夠與他人建立良好的關係	44	23	52%	20	45%	1	2%	0	0%	0	0%	**4.5**
5	本次活動參與對於未來工作及學習有極大幫助	45	30	67%	12	27%	3	7%	0	0%	0	0%	**4.6**
6	本次活動可以提供我所需要的知識與技能	46	31	67%	14	30%	1	2%	0	0%	0	0%	**4.7**
7	本次活動所學習到的知識及技能，可以讓我多元應用	47	35	74%	12	0%	0	0%	0	0%	0	0%	**4.7**

題目			填答人數	非常滿意 (5 分)		滿意 (4 分)		尚可 (3 分)		不滿意 (2 分)		非常不滿意 (1 分)		平均分數
				數量	百分比	數量	百分比	數量	百分比	數量	百分比	數量	百分比	
8		本次活動參與對我而言具有意義	47	35	74%	10	21%	2	4%	0	0%	0	0%	**4.7**
9		本次活動參與使我獲得成就感	45	29	64%	14	31%	2	4%	0	0%	0	0%	**4.6**
10		我認為本次活動能夠落實本校大學社會責任的實踐	46	23	50%	21	46%	1	2%	1	2%	0	0%	**4.4**
11		本次活動能夠落實本校在地化發展的特色	45	20	44%	21	47%	3	7%	1	2%	0	0%	**4.3**
12		本次活動能夠落實本校國際化發展的的願景	45	20	44%	23	51%	1	2%	1	2%	0	0%	**4.4**
二、師生培力指標滿意度														
教師填寫	1	本次活動有助於我創新教學能力的提升	0	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	**0.0**
	2	本次活動可以培養我教學專業能力	0	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	**0.0**
	3	本次活動能讓我增長教學實務經驗	0	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	**0.0**
學生填寫	4	本次活動有助於我專業能力的培養	47	30	64%	15	32%	2	4%	0	0%	0	0%	**4.6**
	5	本次活動有助於我跨域能力的培養	46	30	66%	14	30%	2	4%	0	0%	0	0%	**4.6**
	6	本次活動有助於我人文素養的培養	46	32	70%	12	26%	2	4%	0	0%	0	0%	**4.7**
	7	本次活動有助於我道德力的培養	45	26	58%	15	33%	4	9%	0	0%	0	0%	**4.5**
	8	本次活動有助於我自學力的培養	47	34	72%	11	23%	2	4%	0	0%	0	0%	**4.7**
	9	本次活動有助於我創造力培養	46	29	63%	14	30%	3	7%	0	0%	0	0%	**4.6**
	10	本次活動有助於我溝通力的培養	46	31	67%	13	28%	2	4%	0	0%	0	0%	**4.6**
	11	本次活動有助於我就業力的培養	46	30	65%	12	26%	4	9%	0	0%	0	0%	**4.6**

三、感想與建議

本次研習主題與內容對您在自治組織參與或生活上有什麼幫助？
1.相當好
2.更了解自己，與自己對話
3.好棒
4.很有幫助
5.會做簡報
6.紀錄
7.增加自我領導的能力
8.對未來更有一點動力。
9.了解如何應對內向個性
10.學長的經驗對我有很大的幫助
11.對於自我覺察的意識提高，更能了解自己需要改變什麼
12.能明白要用什麼態度面對該做的事情
13.改變自己對於內向的想法我發現用不同角度看待事情 其實自己的心情就會自然跟著改變一些焦慮自然就會消失
14.更了解自己的個性
15.我可以更了解自己想前往的方向
16.了解自己的不足，如何敢於在台上發表意見
17.有結構性的分析
18.在分組合作上台報告的方面能給予我更多的力量勇氣能主動做出行動；在生活方面學習方面我也期許自己能認真的紀錄生活
19.有想法勇敢表達，每個人觀點不同，嘗試理解並找志同道合的夥伴
20.上台報告，與同學應對，講到心坎裡
21.對自己的人生有反思及更深入的想法
22.對於在自治參與的過程中更能夠表達自己的想法，更能自我省思
23.對於現實類似的事情有更多的應對方法
24.讓我能充分了解內向和內耗的差別。也讓我知道要試著擴張自己的舒適圈，未必一定要踏出。
25.上台講不好，不要否定自己，需要更多的時間與練習
26.更了解自身問題
27 很有幫助
28.我覺得講師說「上台緊張只是你不習慣那樣的畫面」特別好，讓自己有一個對上台緊張的全新思考
29.學習如何看待自己的標籤，並努力去解決和改變
30.演講者本身身為內向者能更懂得同樣也是內向者的心路歷程，並且給的建議是值得嘗試的方法，算是給了我一個嘗試理解和改變自己的機會。
31.了解了自己能夠有哪些選項和方向去增進自己的能力，在未來就業也能有更多方面的發展。
32.一個內向者也可以把領導做好

給我很大的信心
33.最後一句話終於讓我等到了。我懂了，只有我是我自己。
34.今天的課程打破了我對內向的看法，因為當講師叫我想出 3 個形容內向的詞，我想到的都是比較負面的，但內向其實跟內耗不一樣。我也很喜歡其中的一句話：改變就像走入全黑的房間 但大門不鎖，隨時可以出來。不要害怕改變，勇敢的做自己。
35.老師的舒適圈計畫給我了可以參考的人生方向
36.光是上台就幫助蠻大的 或許是真的不習慣上台所看到的視野而不安 有機會也希望可以嘗試看看
37.可以增進自己在內涵方面內收的技能，比如累積自己作品、文案寫作等，這其實不比外放的能力遜色，反而是一種加分～
38.意識到並檢視自己的內耗 希望減少這方面的糾結
39.聽完課程後，我覺得在生活中幫助我與自己溝通，也提醒我自己，還不夠了解自己，如果要改變的話，還需要更深層的認識自己。
40.很棒
41.這堂讓我學到專注做好一件事情 在往外拓展
42.讓我提高自己的自信心，因為我本身不善於表達，希望往後可以運用本次所學到的，讓自己慢慢進步
43.我自己本身是一個滿內向的人 聽了講師的講述後很有感觸
44.我原本是很內向的人，上完這堂課，我學習到如何面對他人以及合作的技巧
您對本次課程內容整體建議為何？
1.不錯
2.好棒
3.很讚 老師人很好
4.很好
5.收穫很多
6.老師這次講得方向是非常正確的
7.講課步調舒服，內容豐富，讓我收穫滿滿！非常感謝講師！
8.很棒
9.讚讚
10.希望可以再多些互動
11.老師的經驗很豐富 也覺得很有趣 正式有時候會不太知道跟主題有什麼關聯 連結沒有太強
12.很好，獲益匪淺
13.今天的講師非常認真準備內容吸收許多
14.很多實務經驗談而發單純理論
15.非常滿意
16.老師內容清晰，非常認真。
17.今天的課程內容很豐富，學習到很多東西。認識到內向與內耗的差別，也會開始漸漸讓自己與自己對話！
18.很流暢！2 小時剛剛好
19.內容豐富，老師也很有趣。課程也都切入主題

20.上課內容清楚，容易理解
21.上課內容清楚容易了解
22.很有幫助
23.很不錯，講師的口語表達以及簡報都讓人可以投入，內容也能引發自己的思考。
24.演講者很活潑，演講內容淺顯易懂！
25.架構完整，很能以實際經驗分享。
26.我覺得全程演講都很吸引人，會讓人無法分心，內容有用也有趣，讓人在愉悅之下學習。
27.環境很舒適，可能後排螢幕會被擋到，不過我認為教室會比階梯式的還方便與講師互動，整體很滿意
28.懂了一句話，夠我再走一段路了。
29.我認為今日的課程內容非常豐富，很難想像講師之前是大舌頭，因為在今天的課程中，不僅表達能力很好，簡報也做的很好，我很期待下次的課程。
30.很充實，讓我了解我自己的標籤
31.很棒而且有很多觀點都和我一樣
32.中間的 5 分鐘時間可以直接改回互動或是討論，促進氣氛活潑。
33.老師太帥會分心
34.很精彩，收穫滿滿，對我而言幫助非常大
35.很喜歡
36.可以多辦這些講座
37.非常好
38.很棒
39.都很好，很實用