

人事e報

國立清華大學 第 11007 期

National
Tsing Hua
University

人事法令宣導

□ 考試、任免、敘薪、兼職

編號	主旨/重點摘錄	發文字號	發文機關
1	本校組織規程第6條、第14條、第32條與第37條修正條文，經核定自110年8月1日起生效。	110.07.22 臺教高(一)字第 1100087048號	教育部
2	各級學校專任運動教練聘任管理辦法」，業經本部於中華民國110年7月30日以臺教授體部字第1100026896B號令修正發布，茲檢送發布令影本（含法規條文）1份。	110.07.30 臺教授體部字第 1100026896E號	教育部

□ 待遇、福利、退休、撫卹

編號	主旨/重點摘錄	發文字號	發文機關
1	「公教人員育嬰留職停薪津貼加發補助要點」，業經行政院人事行政總處於110年6月30日以總處給字第11040006461號令訂定發布，並自110年7月1日生效。	110.07.02 臺教人(四)字第 1100088172號	教育部
2	關於公務人員執行職務時確診嚴重特殊傳染性肺炎(COVID-19)，於集中檢疫場所(含防疫旅館)隔離治療時，得視同住院治療並發給慰問金一案。	110.07.05 臺教人(五)字第 1100087277號	教育部

□ 考績考核、訓練進修、差勤管理

編號	主旨/重點摘錄	發文字號	發文機關
1	為提升學校人事人員性別平等意識及相關法規知能，請鼓勵貴屬同仁多加運用相關數位學習資源。	110.07.01 臺教人(一)字第 1100083964號	教育部
2	配合育嬰留職停薪實施辦法第2條修正規定已放寬申請育嬰留職停薪期間之彈性，並自110年7月1日施行，爰勞動部相關函釋自同日停止適用。	110.07.06 臺教人(五)字第 1100087913號	教育部

編號	主旨/重點摘錄	發文字號	發文機關
3	勞動部函以，為建構友善生養環境，於法定產檢假修正為7日前，就所僱用之懷孕勞工宜給予第6日、第7日有新產檢假。	110.07.13 臺教人(五)字第 1100087365號	教育部

□ 其他

編號	主旨/重點摘錄	發文字號	發文機關
1	有關「全國公教員工網路購書優惠方案」自110年8月1日起停止辦理。	110.07.23 臺教人(五)字第 1100096882號	教育部

影視經典語錄



嗯，相信你好棒，善於塑造自己，完美自己，並且願意等待，堅信美好會如期而至

-北京愛上西雅圖

英文佳句

“The strength of the team is each individual member. The strength of each member is the team.”

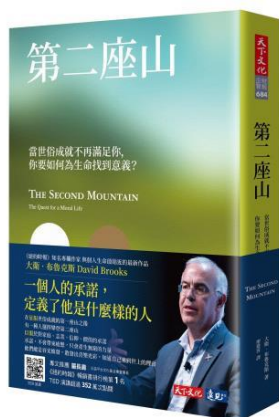
— Phil Jackson, Basketball Coach

「團隊的力量來自每個隊員，每個隊員的力量來自團隊。」

— 菲爾·傑克森 (籃球教練)

公務人員專書閱讀每月一書推薦

110年07月份



110年度07月書目

書名 / 第二座山

作者 / David Brooks

出版社 / 天下文化

出版日期 / 2020

在征服財富、權力、名聲等世俗成就的第一座山之後，有一種人選擇攀上第二座山。《紐約時報》暢銷作家 David Brooks帶領你看見更深層的自己，追尋靈魂渴求的進階人生。

第二座山的人生由4個承諾所定義：家人、志業、人生觀、社會。而能否實踐第二座山的人生，取決於是否慎選與執行這些承諾。David Brooks觀察許多擁有喜樂與堅定人生的人，他們充滿智慧的生命故事，指引我們如何選擇伴侶和志業、實踐人生信念、貢獻社會，全然將自己投身於這四4個重要承諾之中，並在攀爬第二座山的路途上，看見不一樣的風景。

疫情警戒降二級

1. 7/27-8/9因應全國疫情警戒降為二級，本校辦公方式說明如下：
 - 。維持各一級單位居家辦公人力以不超過1/2為原則。
 - 。各單位可自行評估是否維持異地辦公，或全數回歸原地辦公。
2. 居家辦公申請方式及注意事項
 - 。因疫情指揮中心宣布幼兒園、托嬰中心、課照中心、補習班可開放。爰請各單位再檢視同仁申請居家辦公事由，是否仍有其必要性，並依下列幾點評估：
 - 需照顧子女年齡是否為12歲以下
 - 家中是否有其他可照顧人力
 - 業務是否適合居家辦公
 - 家中是否有執行公務之必要工作設備
 - 其他特殊事由
 - 。若申請居家辦公事由消滅，應取消居家辦公。如申請居家辦公原因為照顧子女，若子女已送托則應取消居家辦公。
3. 擴大彈性上下班(彈性上班時間可從上午7點30分至10點，彈性下班時間為下午4點30分至7點)續實施至8月9日。
4. 8月10日之後實施方式，將配合疫情指揮中心指引做滾動式修正。

和青少年聊天總是秒被激怒，溝通變吵架？ 怎樣才能跟青少年好好對話呢？



文/ 羅梅英(未來Family記者)

家有青少年的家長常忍不住喟嘆，青少年實在很難相處，不是成天擺臭臉，回家就關進房間，不和人說話；不然就是問他什麼，都說不知道或不回應；或是和他講沒兩句話，就快要吵起來。

青少年正處於身心急速發展的階段，加上課業壓力繁重，因此，情緒的表達常會比較強烈，令父母招架不了。到底爸媽該如何和青少年好好地聊天呢？資深諮商心理師黃心怡針對青少年和父母對話最常見的4個問題，提出一些建議：

Q1 小孩不跟爸媽講心裡話？

黃心怡指出，父母不妨想想，如果孩子和你講心事，你的反應是什麼？你可以理解、接納、不批判他嗎？很多父母最喜歡做的就是積極的建議，可是愈大的孩子講出心事，並不是希望父母給他建議。

隨著孩子漸大，父母需要學會一種能力，「**忍住不要給太多自以為的好建議，傾聽才是最重要的。**」黃心怡表示，青少年之所以願意跟父母講自己的事，是因為他在大人的傾聽中看見「接納」。父母若真想給建議，前提是「關係對了，建議才是建議。」

Q2 講話故意激怒大人？

黃心怡指出，一般來說，青少年不會沒事故意去找大人麻煩，他們其實很怕父母嘮叨或糾纏，寧可把吵架的時間用來追星或打遊戲。

若父母覺得被噏，通常是之前有事情發生、有情境脈絡可循。例如：孩子在餐桌上說「你煮的菜好難吃，」其實是在之前，你數落孩子段考考得那麼差，還不念書、一直玩手機。

黃心怡建議，**爸媽既然知道孩子是故意找碴、想要激怒大人，你可以選擇不要被激怒，一笑置之：**「沒辦法，疫情期間食材有限，」或是「喜歡的可以多吃些，不合胃口的就少吃一些！」避免因孩子不良態度激怒了自己。

Q3 喜歡頂嘴，講話大小聲？

黃心怡指出，青少年如果總是用吼的或大聲講話，態度很不好，有可能是他故意選擇這種方式，「這是一種互動的策略。」

例如：當爸媽管我用手機的時間，我只要大聲的兇回去，爸媽怕我生氣，會討好我。「不對的態度，卻有好的結果，孩子自然不會用好臉色跟大人互動。」

黃心怡建議，「期望別人改變，非常困難，但你可以想想自己能夠做出哪些改變和調整，這相對是比較簡單的。」**爸媽不妨觀察什麼情況下最容易和青少年吵架，調整自己的情緒儘量不要隨他起舞，不要做太多的反應。**當爸媽出現不同的反應，孩子發現爸媽好像沒有要和他吵，也就自討沒趣了。

Q4 青少年渾身是刺，溝通變吵架？

父母跟孩子互動對話，最重要的原則是，**「芝麻綠豆的小事絕對不要把它變成吵架的災難，」**黃心怡說。

之所以從小事變成大災難，其中的一個關鍵是「錯誤的解讀」。例如：小孩講話大聲，爸媽把它解讀為「小孩噏我，目無尊長，真是太糟糕了。」於是一來一往，親子開戰。

黃心怡舉孩子上網課一邊用手機為例，大人的錯誤解讀是「上課不專心，一直滑玩手機。」但其實是因為老師說要分組，所以他用手機聯擊同學分組。「當青少年覺得自己被誤解、扭曲或冤枉時，他們的反應常會比父母想像的要可怕。」

「大人來看，會覺得他是『惱羞成怒』，但孩子會認為『你要不要跟我說對不起』，彼此關係劍拔弩張。」

黃心怡建議，假如孩子做的事，你不太認同，可以跟他說：「你可以跟我說看看，你剛剛在做什麼嗎？」讓孩子有機會先說，比起劈頭一頓痛罵，後來才發現是「錯誤解讀」，可省去沒必要的爭執。

父母和青少年最大的不同是，「我們是成人」

「父母和青少年最大的不同是，我們是成人。」黃心怡說。「大人不要把自己放在跟他同樣是青少年的階段，這樣一定會吵不停。」

當親子間一觸即發，「父母要有能力讓自己離開那個情境，讓自己有冷靜的機會，保護自己也保護關係；很多傷人的話，都是在情緒暴怒的時候說出口的。」

有些時候，爸媽選擇不發火，用比較淡定的方式回應，例如：跟孩子說：「我後來想通這件事你應該比我更在意，媽媽也要練習不要過問那麼多。」黃心怡說：「你丟一個好球給孩子，讓他感覺到爸媽對他有不同的看法，會為親子關係帶來一些轉變機會。」

黃心怡提醒，防疫期間大家都待在家，時間一久，每個人的挫折容忍度都會降低。「有時候，親子各自保有自己的安靜不是件壞事。爸媽千萬不要因為在家就一直盯著小孩，尤其是青春期的孩子，他需要跟你拉開一些空間。」

視訊課程

- 本校於110年7月22日辦理《效率管理/實用Excel 研習》，由君邑資訊有限公司李燕秋講師擔任課程講座

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O
1	員工編號	姓名	年	月	日	date	星期	年資	2021/6/30		有效期限	延展	閉館/解封日	閉館日	解封日
2	104014	張仲佑	109	6	31	2020/06/30	2	1			2021/7/1	2021/7/18	17	2021/7/15	2021/8/1
3	104013	楊曼婷	104	8	13	2015/08/13	4	5							
4	104012	張順福	104	5	20	2015/05/20	3	6							
5	104011	陳怡君	101	5	12	2012/05/12	6	9							
6	104010	蕭自成	105	5	5	2016/05/05	4	5							
7	104009	練維諭	104	11	14	2015/11/14	6	5							
8	104007	陳芋喧	108	5	29	2019/05/29	3	2							
9	104006	林章淇	110	5	20	2021/05/20	4	0							
10	104005	高瑩晏	104	5	12	2015/05/12	2	6							
11	104002	徐向歡	104	5	5	2015/05/05	2	6							
12	103121	林慧美	104	4	15	2015/04/15	3	6							
13	103120	張紹珩	105	5	5	2016/05/05	4	5							
14	103119	傅俊賢	104	4	14	2015/04/14	2	6							

- 本校於110年07月23日辦理《英文工作會話-職場實用篇》數位學習，由八方文化/全人文創英團隊講師授課

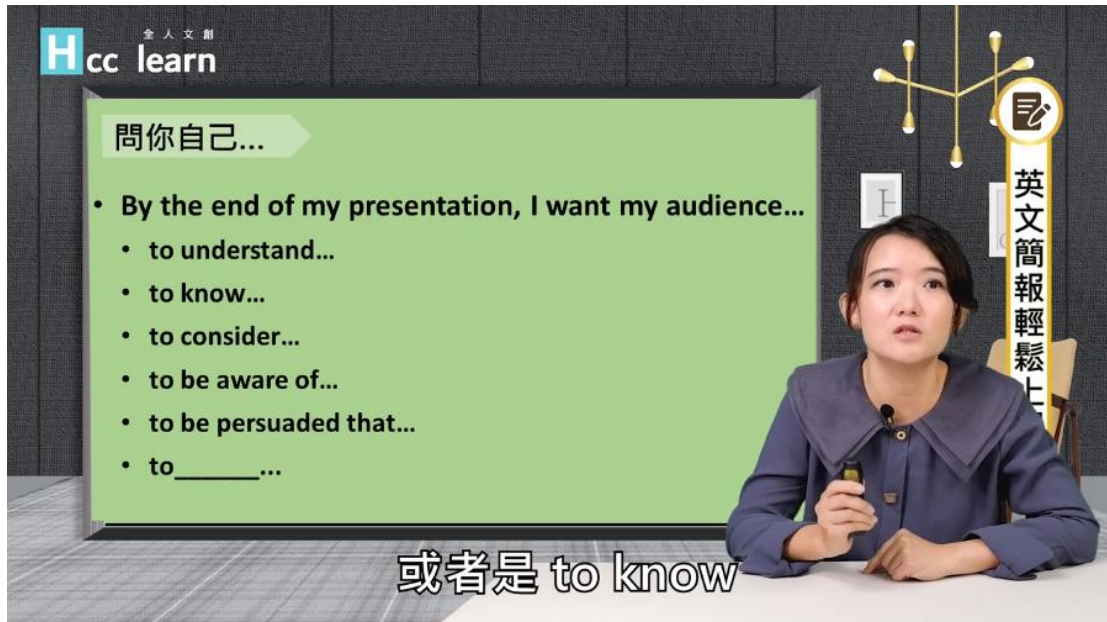


- 本校110年7月26日辦理《三明治世代的進擊-文化觀點下看困境與展望》，由芙樂奇心理商所暨心理成長中心張雅淳諮商師擔任課程講座



視訊課程

□本校於110年7月30日辦理【英文簡報輕鬆上場】數位學習，由八方文化/全人文創英團隊講師授課



Hcc learn 全人文創

問你自己...

- By the end of my presentation, I want my audience...
- to understand...
- to know...
- to consider...
- to be aware of...
- to be persuaded that...
- to _____...

或者是 to know

英文簡報輕鬆上場

本校近期新簽特約商店



特約商店陸續簽約中，歡迎推薦優良商家！

信箱 person@my.nthu.edu.tw

網址 <http://person.site.nthu.edu.tw/?Lang=zh-tw>

