



與學生同行：打造心靈與職涯的航程



觀光休閒系優良導師實務心法

教師：鍾涓涓

日期：2026/09/17

導師的全新定位：從「給地圖」到「找指南針」



傳統教育者

Action：「給予固定路線與標準答案」

Result：「學生僅是「跟隨者」」



隨團領隊 (Tour Leader)

Action：「培養適應力與尋找方向的能力」

Result：「學生是共同探索的「團員」」

「教育不是注滿一桶水，而是點燃一把火；導師不只是給學生一張地圖，而是陪他們找到心中的指南針。」

第一支柱：打造「高凝聚力旅行團」

建立隊友感

- 打破上下級關係，建立平等的夥伴連結。
- 善用 LINE / IG 等平台，保持資訊透明與即時互動。



高凝聚力旅行團



導師約茶時光

- 定期舉辦非正式聚會。
- 不談嚴肅課業，專注於生活近況、產業趨勢與流行話題，拉近心理距離。

適材適用

- 人人有舞台：根據特質分配任務（如：主持、社群排版、財務）。
- 在班會或系學會活動中建立學生的歸屬感與成就感。



第二支柱：學業定向導航與微目標拆解

透過「客製化學習地圖」緩解未來焦慮



擺脫刻板印象：多元能力跨界

觀光系不僅是基層服務，更是體驗設計的專家



引入業界學長姐陪伴

- 邀請航空業、星級餐飲、數位觀光創業校友回訪。
- 展示實務現場的多元可能性。



鼓勵跨領域學習（以賽促學）

- 將課堂作業（遊程設計、活動企劃）投遞全國性競賽。
- 透過實戰建立學生自信心。



結合前沿科技

- 輔導學生應用 AI 工具協助旅遊文案撰寫。
- 學習系統化的行程優化技術。

課堂外的溫暖驚喜：知識的完美內化

案例：用遊程規劃魂「精算」導師便當



學生將枯燥的「品質控管與備案機制」理論，無縫融入日常生活任務，展現知識被徹底玩出樂趣並成功內化。

第三支柱：成為最穩固的避風港

處理心理危機與挫折的四大核心原則

尋資源

精準評估狀況，適時導入專業的校內外資源。

陪陪伴

建立私密、安全且信任的對話空間。



先傾聽

採用共情傾聽，先接住學生的情緒。

不批判

避免輕忽學生感受（如：『年輕人談戀愛沒什麼』）。

危機協議 A：感情困擾與人際衝突

情境：學生經歷感情打擊或分組被邊緣化，導致曠課與自我否定。

1. 主動察覺與私下邀請

避開公開場合，溫和邀請（「如果有需要，老師這裡有熱茶」）。

2. 安全評估與專業轉介

若察覺嚴重焦慮或自傷意念，親自陪同前往學生輔導中心由心理師接手。

3. 啟動學業「緩衝機制」

私下協調專題組員調整短期分工；與任課老師協調作業延期，避免被扣考。

4. 重心轉移與長遠引導

情緒穩定後，引導參與課外活動或準備證照，重建自我價值。

危機協議 B：打工曠課的雙軌診斷



大三學生為賺取時薪頻繁接夜班，導致多門科目面臨預警。

經濟困難型

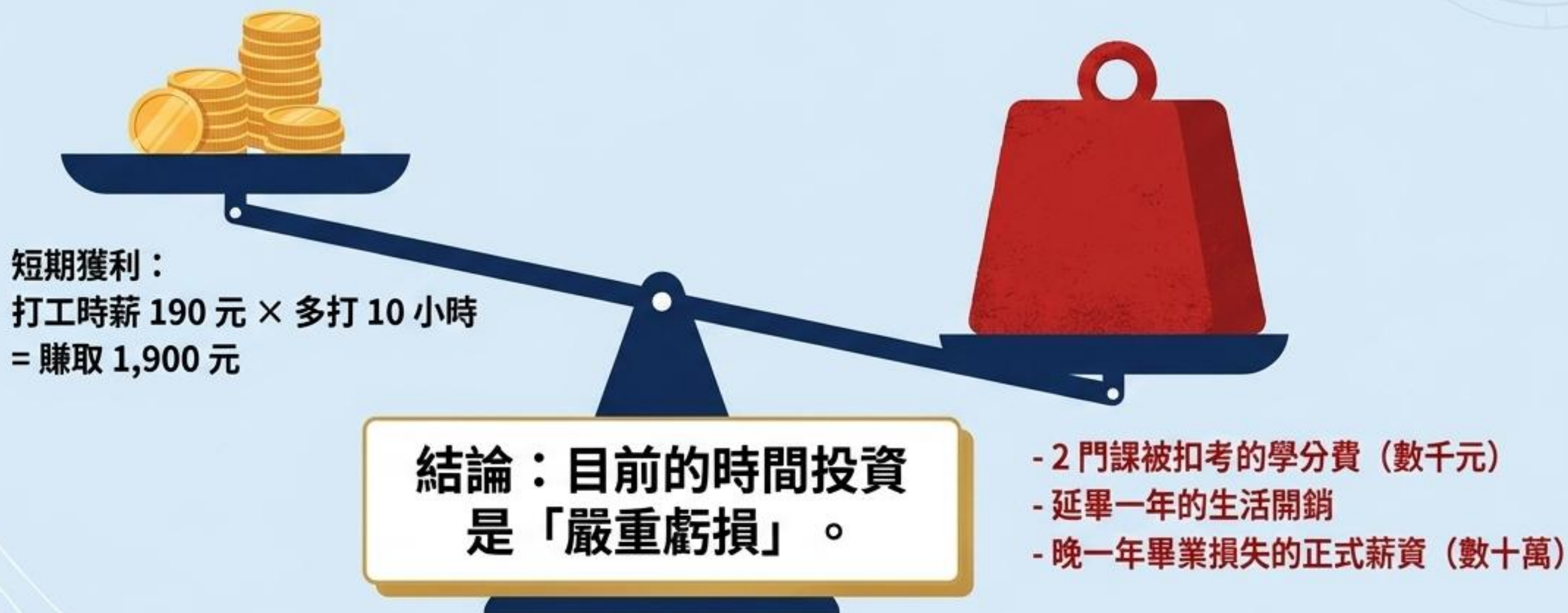
- Root Cause: 需負擔學雜費與家庭經濟。
- Action: 絕不一味指責，表達理解與體諒。
- Resource: 主動協助申請校內弱勢助學金、緊急紓困金；推薦不需熬夜的校內工讀。

物質需求 / 迷惘型

- Root Cause: 認為「上課學理論沒用，不如直接賺錢」。
- Action: 進行時間管理與職涯價值的重新引導。（見下頁）

真實成本精算：打破短視近利的迷思

針對迷惘型學生的「時間與經濟」震撼教育



行動方案：簽訂「學習與工時平衡合約」——每週打工上限 16 小時，嚴禁課前夜班，早八出席率需達 80%，導師每週追蹤。

導師輔導原則：對症下藥

	感情困擾 (Emotional Distress)	打工曠課 (Part-time Job Conflict)
核心問題 (Core Issue)	情緒失控、自我否定、缺乏心理彈性。	時間分配失衡、短期經濟誘惑與長遠職涯迷惘。
輔導切入點 (Entry Point)	「同理與傾聽」——先安撫情緒，再處理學業。	「釐清與精算」——區分經濟需求，進行長遠成本評估。
關鍵作法 (Key Actions)	建立私密空間 → 評估轉介諮商 → 協調課業緩衝。	導入校內資源 → 協助精算延畢成本 → 訂立工時與出席合約。
最終目標 (Ultimate Goal)	陪伴建立情緒韌性與自我價值感。	重建生活重心，找回學業與職涯平衡。

結語：帶給學生一段有溫度的學習體驗

觀光休閒系教導學生「如何帶給他人美好的體驗」。

而導師的終極角色，便是結合「指南針」（學業與職涯導航）與「避風港」（情感與危機支持），親自示範這份溫暖。

“「用專業指引方向，用愛心陪伴成長。
協助每一位學子，在屬於他們的職涯地圖上，
畫出最璀璨的航線。」”