

## 114 學年度綠光妹妹評量表彙整（40 份問卷回收）

| 題 項                                                       | 給 分 及 原 因                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>一、妳實際成為綠光妹妹後，與原先所期待的是否一致？<br/>（1 代表非常不一致，7 代表非常一致）</p> | <p>同學們認為與自己期待的落差原因可能是：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*雖然成績提升沒有很多但跟學姐聊的很開心</li> <li>*原先期待姊姊可以主動和我聊天，實際上姊姊很好相處，也會主動找我，聊天也很愉快。</li> <li>*我的綠光姐姐物理說得比物理老師清楚</li> <li>*以為會很固定很頻繁要約時間但其實還好</li> <li>*上學期的見面還不錯，學姊人也很好，只是下學期都沒有約</li> <li>*比預想得更好因為學姐是我直屬，每次綠光姊妹辦活動也會更認識一點學姐</li> <li>*因為我原本參加這個活動的原因就是希望可以讓我對宿舍的生活得以更加熟悉，我的綠光姐姐真的有告訴我一些關於宿舍我不知道的東西。</li> <li>*學姐很耐心的教導我不會的題目 還會抽空關心我生活狀況</li> <li>*姐姐是天使</li> <li>*其實大家都忙，跟綠光姊姊主要都是聊課業的部分</li> <li>*跟綠光姐姐互動滿有趣的，但沒有想像中這麼常見面</li> <li>*學姊都很忙</li> </ul> <p>5.28</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*時間配不上導致見面次數不多</li> <li>*學姊都會回答我提出的問題、學姐教學很用心 🥰</li> <li>*我有感受到姐姐盡力在教我</li> <li>*成績也有進步</li> <li>*姐姐很溫柔讓我適應的很好，也都約的到。</li> <li>*原本覺得可能會更加有學姐學妹的前後輩感，但學姐非常平易近人，就像同屆的朋友一樣</li> <li>*一開始完全不知道這是什麼，只猜想可能是教課業的吧！但開始後收穫不同的東西像是了解高二要幹嘛，課業也有所提升</li> <li>*幫助了我很多</li> <li>*原先期待可以和綠光姐姐談心，詢問一些讀書技巧以及生活管理技巧，還有請教課業問題。除了課業問題我詢問的比較少外，其他的都符合期待，學姐還會和我分享一些高二生活或者其他有趣的事情，我覺得蠻開心的</li> <li>*原本預計會是很緊湊的讀書計畫 但後面發現氣氛蠻輕鬆的</li> <li>*學姊人很好 我不會的題也幫我講的很仔細 🥰</li> <li>*我跟輔導學姊的時間下學期根本對不上 見面不過五次吧 也不太敢在線上發問</li> </ul> |

|                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>二、六個月來與綠光姊姊的相處...(70 到 90 分,請問妳給幾分?),低於 70 或高於 90 請說明原因...</p> | <p>(一) 針對綠光姊姊的<u>溝通及表達技巧</u>: 93.48<br/> (二) 針對綠光姊姊的<u>熱忱</u>: 93.25<br/> (三) 針對綠光姊姊的<u>值得信任</u>: 94.13<br/> (四) 針對自己的<u>成績是否進步有收穫</u>: 70.88</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p>三、<br/>(一) 綠光計畫對妳個人而言,有何幫助?</p>                                | <p>(1) 情感上的支持: 5.15      (2) 對自己更有信心: 4.43<br/> (3) 學業狀況有改善: 4.1      (4) 更有安全感: 4.98<br/> (5) 變快樂了: 5.08      (6) 對人際關係有幫助: 4.65<br/> (1 代表沒有幫助, 7 代表很有幫助)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>(二) 如果再有類似活動,妳的參與意願為何?</p>                                     | <p>5.5      (1 代表非常不願意, 7 代表非常願意)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p>四、針對與輔導老師的座談會次數、內容及進行方式有何建議? 妳覺得老師給妳的幫助如何?</p>                 | <p>* 大部分同學對於座談的進行感覺不錯,並有下列的收穫:<br/> (1) 老師會定期關心我們跟綠光姊姊的互動狀況。<br/> (2) 我覺得播好聽的音樂很好,就是可以讓人比較放鬆這樣。我覺得老師人很好很溫柔也很有耐心,感覺撐不住的時候可以求助,是一個很有安全感的存在!!<br/> (3) 我其實每次去綠光妹妹集合都不知道要幹嘛:D 因為我跟姐姐的見面次數很少,所以都坐在那裡~老師有嘗試聯絡姐姐<br/> (4) 希望能增加座談次數,關心實際困難。但在督促這方面做得很好<br/> 9(๑^o^๑)~<br/> (5) 老師很積極的關心、追蹤我們和姐姐的狀況 座談會次數也剛剛好 不會很常影響到午休時間<br/> (6) 流程沒有問題,但遇到有些同學完全不說話的時候有點挫折<br/> (7) 我覺得頻率不高但能良好的監督狀況<br/> (8) 講座很實用 會希望有更多學姐一起分享的活動<br/> (9) 我認為座談會的次數跟內容都蠻不錯的,小組內討論也可以讓大家用輕鬆的氛圍檢視自己與綠光姐姐的相處。老師的定期關心可以幫助我們和綠光姐姐的關係維繫,很有幫助<br/> (10) 老師很有耐心,讓我沒有壓力<br/> (11) 挺好的 讓我知道別人跟他們的綠光姐姐的相處模式 很有趣<br/> * 檢討與建議:<br/> (1) 要和完全不認識的人分享會有點尷尬<br/> (2) 我覺得可以多給一點小任務或是小題目讓學姐學妹討論,自己聊太久如果都很內向的可能會尷尬</p> |

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>五、綠光計畫中讓你印象最深刻的是....</p>  | <p>(1) 相見歡活動。(9 人)</p> <p>(2) 學姊真的很會教物理</p> <p>(3) 姐姐教我數學我都可以一點就通 有時候跟姐姐聊天 很開心</p> <p>(4) 有人分享說她跟她的綠光姊姊相處的很好好到一起出去玩，綠光姊姊也有機會發展成很好的朋友!!</p> <p>(5) 跟一個陌生人聊天是很特別的體驗</p> <p>(6) 學姐的手寫卡片</p> <p>(7) 自己在因為上課分組有矛盾的時候，學姐告訴我一些經驗，讓我知道怎麼做比較好</p> <p>(8) 學姐會直接把她以前的講義拿來給我參考 甚至我們有些教的跟她以前不一樣</p> <p>(9) 學姊很認真。有一次只是和學姊吐槽上課想睡覺，學姊就很認真地問我問題，見面的時候也談了一下。</p> <p>(10) 之前班導出意外很難過，不知道跟誰講的時候學姐願意聽我說</p> <p>(11) 跟姐姐們一起做活動然後平常的聊天等等</p> <p>(12) 和學姊一起讀書</p> <p>(13) 姊姊教的很有耐心</p> <p>(14) 跟學姊待在一起聊天、互動、在校內逛逛、吃冰，從一開始的不熟悉到後來約來越有默契(5 人)</p> <p>(15) 聖誕節時的感恩祝福活動。(5 人)</p> <p>(16) 學姐的朋友，是我同學的學姐。我和我朋友被學姐們領養了。然後因為我常常忘記看訊息，最後變成是同學告訴我哪天要找學姐</p> <p>(17) 每週的一個中午，學姊都會和我約在鯉魚池或輔導專科教室見面，並一起唸書。</p> <p>(18) 學姊的態度很認真。</p> |
| <p>六、妳有無尋求輔導老師的幫助？</p>       | <p>有 3 位同學曾尋求輔導老師幫助。</p> <p>其他未尋求老師幫助的同學反映，與學姊互動及溝通沒問題，相關需求及問題，學姊都能幫忙解決，所以不需要老師的幫助。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <p>七、妳還想對綠光姊姊及輔導處的老師說什麼？</p> | <p>大多數的同學對自己的綠光姊姊充滿感謝，感謝學姊在這段時間的照顧與支持，以及在課業上的指導、經驗傳承、幫忙解決生活中的問題，增進了生活與學習的適應；也感謝輔導處舉辦這樣有意義的活動，能感受到老師們的關心與用心，並提供許多意見，增進與學姊的良好互動，希望活動能持續辦理。</p> <p>*<u>想對綠光姊姊說的話</u>：</p> <p>(1) 謝謝學姊！謝謝姐姐 你真的超級棒！</p> <p>(2) 謝謝姐姐的照顧與陪伴，讓我像多了一位朋友</p> <p>(3) 謝謝學姊花時間教我！</p> <p>(4) 感謝學姊的幫忙，讓我破破爛爛的理化有所提升~也謝謝你都會會主動邀請我！！不然以我健忘的個性可能容易全部忘光光：/</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

- (5) 謝謝學姊在跟我解釋各科的時候，都不會預設我應該已經會了什麼，不管（對學姊來說）多簡單的東西，都會先確定我的狀況再來跟我解釋，我愛學姊，學姊最棒了♡
- (6) 謝謝學姊很溫柔很有耐心的教我功課，雖然約見面的次數沒有很多但每次輔導課業的時候學姊講解的方式都能讓我更快理解收穫很多，我以前很害怕自然科，但經過學姊的教導我上學期期末考化學拿到完全出乎意料的成績啊啊🥳然後也讓我對自己不擅長的东西有了再試試看的勇氣，還有學姊跳舞真的超厲害的好美好美🌸🌸🌸祝學姊一切都川頁開開心心!!🥳
- (7) 姐姐人很好，雖然我們只有見面幾次，但感覺的出來姐姐有努力跟我聊天拍，聊天的時候很開心。
- (8) 謝謝學姐願意認我這個學妹也願意當我綠光姐姐~雖然我本來報名是因為要問課業但每次都是段考前有問題我其實也不太好意思所以都自己解決了，我們可以變更好！
- (9) 謝謝你告訴我那麼多關於學校和宿舍的經驗分享還有關於你的讀書方法，雖然我們沒有那麼常見面，可是我覺得你是一個很棒又很稱職的綠光姐姐♡(✓ω\\*)♡
- (10) 謝謝妳都會主動約時間問我要不要輔導 不管是平常還是考完試都會關心我的狀況 雖然我有時候都太忙忘記要回訊息厂厂還有一次中午睡過頭忘記要去輔導 XD
- (11) 謝謝學姊這一個多學期的陪伴，每次和學姊見面都很開心，非常認真盡責。雖然綠光計畫即將結束，但希望之後也能保持聯繫。
- (12) 還是覺得能夠遇到姐姐超級無敵幸運，不後悔參加這個活動~~愛姐姐💕💕
- (13) 謝謝學姐一直回答我奇怪的問題，尤其這次段考這麼趕的情況下還能考前約複習超級感動
- (14) 謝謝姊姊願意花自己的時間協助我~ 綠光真的是一個很溫暖的制度
- (15) 謝謝妳高一對我的指導 我很常忘記去 以至於我們現在也很少有綠光計劃的接觸 但是我還是學到了蠻多我沒想過的讀書方法
- (16) "(入^~)謝謝學姐的熱情支援！有時候太晚傳訊息打擾了對不起ಠ\_ಠ學姐的熱情是想像中的 100 倍(□"ω•")っ💕解題也幫大忙了ಁಠ\_ಠಁಠ\_ಠಁಠ\_ಠ🌸以後出去玩的話也可以一起揪嗎？(っ'ω'c)希望我們都一起朝自己的目標或夢想前進，加油！ಠ\_ಠ(●'ω●)ಠ\_ಠ  
祝 平安如意、健康快樂\(\*˘\*)"
- (17) 很感謝學姐輔導我很多關於化學的困難，也和我分享了許多有關園遊會，或者其他的生活經驗。
- (18) 謝謝學姐陪我聊天 雖然見面時間不多但每次跟你聊天都很開心也謝謝你都會聽我分享一些不愉快的事還有分享你的經驗給我



\*想對輔導老師說的話：

- (1) 謝謝輔導處舉辦這個活動。(8 人)
- (2) 謝謝輔導老師舉辦這樣的活動，讓初來乍到的我們不管在學業上還是心理上都能藉由跟綠光姊姊的互動更快適應，謝謝老師們的用心，老師辛苦了!!
- (3) 謝謝老師承辦綠光計劃 不僅讓我認識了資優班的學姐 學習了他神奇的腦迴路 也幫助我在課業還生活上有更進一步的支持和鼓勵 讓我高一生活添加新的色彩
- (4) 很喜歡綠光計畫，剛開始的見面活動和聖誕節遊戲都很有趣。
- (5) 謝謝老師當初推薦我去參加綠光這個計劃，我很開心
- (6) 謝謝老師邀請我加入，多認識一個學姊
- (7) 辛苦了！謝謝老師們辦這個活動，我沒有想到我能因此獲得一個非常優異的學姐，希望以後能繼續辦下去。
- (8) 很慶幸自己在剛入學時可以有這樣的資源，可以讓我們跟學姐交流，和輔導
- (9) 感謝輔導處的老師們，老師都很友善的關心和協助我們，也謝謝老師給我參與這次計畫的機會
- (10) 這個活動能幫助到很多遇到問題無法解決的人，是個收護良多的計畫
- (11) 謝謝輔導老師們舉辦這個計畫，讓剛升高一的我們能有這個管道去認識學姐，並且能在生活適應及考試方面尋求協助，讓我們能逐漸適應在女中的生活～
- (12) 謝謝老師用心辦這個活動 每次聚會和在群組都能感受到老師的認真 也照顧一些和學姐相處沒那麼順利的同學 因為有你們才能讓這個活動變得這麼溫馨 老師你辛苦了！！
- (13) 謝謝老師提供這個渠道讓我們熟悉女中 我也很希望未來某天能幫助到學妹們