

112 學年度綠光妹妹評量表彙整 (38 份問卷回收)

題 項	給 分 及 原 因	
一、妳實際成為綠光妹妹後，與原先所期待的是否一致？ (1 代表非常不一致，7 代表非常一致)	4.8	1. 跟我預期的差不多一樣。(4 人) 2. 學姐人很好，會和我分享生活中的事情。(2 人) 3. 原以為會比較多交流，結果還好。(2 人) 4. 後來發現課業問題可以靠自己解決。 5. 在情感支持有幫助。 6. 目標項目有進步。 7. 和期待中一樣學姐好相處，幫我解決遇到的困難。 8. 有解決到課業、生活上的問題。 9. 可以互相討論學業和生活，又不用經常餵食造成經濟負擔。 10. 可以和學姐一起讀書、聊天、分享生活點點滴滴。 11. 姐姐都很認真和我討論我的問題。 12. 跟想像中的相處模式不太一樣。 13. 和學姐相處非常愉快。 14. 後來才發現其實自己不太喜歡一直麻煩別人。 15. 跟學姐都在尬聊。 16. 有人可以聊天，但還是會在意輩份。 17. 很好聊，有時會一起聊天。 18. 學姐很親切。 19. 學姐很常找自己的學妹。 20. 有學姐可以講心事、煩惱很開心，但在課業上沒有幫助到太多。 21. 可以問學姐很多問題。 22. 學姐很仔細開導我、熱心回答我的問題，會給我方向。 23. 比想像中好許多。 24. 學姐的教導對於我的課業有很大的幫助。 25. 本來以為是比較嚴肅的輔導，但現在這樣超讚！ 26. 在不安時替我解惑。 27. 除了數學其他都很棒。 28. 姐姐很認真輔導我的課業，也會和我聊天。 29. 情感支持大於課業。
二、與綠光姊姊的相處…(0 到 100 分，請問你給幾分？)	(一) 綠光姊姊的<u>溝通及表達技巧</u>：87 (二) 綠光姊姊的<u>熱忱</u>：88 (三) 綠光姊姊是否<u>值得信任</u>：90 (四) 自己的<u>成績是否進步有收穫</u>：73	

三、 (一) 綠光計畫對你個人而言，有何幫助？ (1 代表沒有幫助，7 代表很有幫助)	1. 情感上的支持：5.3 2. 對自己更有信心：4.7 3. 學業狀況有改善：4.7 4. 更有安全感：5 5. 變快樂了：5.2 6. 對人際關係有幫助：4.8 7. 其他（升學制度）：6.5（2 人）
(二) 如果再有類似活動，妳的參與意願為何？ (1 代表非常不願意，7 代表非常願意)	4.8
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？	* 大多數妹妹覺得很棒，感謝老師的用心安排，有被關心的感覺很開心，可以檢視與學姐的互動情形，是很棒的交流機會，能學習如何和學姐相處、互動，老師很溫暖，會給建議並提供解決辦法及心靈上的支持，照顧我們在適應上的困難。 * 『檢討與建議』： 1. 希望能在星期五中午舉辦，較不會影響下午課程。 2. 感覺如果是匿名記事本，會有更多人表達想法。
五、綠光計畫中讓你印象最深刻的是….	1. 相見歡（8 人） 2. 聖誕節活動（5 人） 3. 學姐鼓勵我去寒訓。 4. 相見歡拍奇怪形狀的照片。 5. 相見歡學姐們都超友善。 6. 和學姐視訊聊天，請教數學的時候很緊張但很有趣。 7. 我無意提到要去面試，姐姐竟然還記得。 8. 相見歡活動很棒，成功與學姐破冰。 9. 收到姐姐的卡片超感動。 10. 學姐友善、活動進行彈性。 11. 寒假時姐姐邀我一起執行相互監督計畫，我覺得她真的超級用心，讓我的寒假變充實。 12. 和姐姐互動。 13. 能夠和學姐一起聊天、抱怨生活中的大小事。 14. 聖誕節的糖果。 15. 零食很好吃。 16. 綠光姐姐送我東西時，我不太確定該回送什麼才不失禮貌。 17. 跟學姐第一次見面時，她寫了兩張小卡片給我（開心～）。 18. 我們都會忘記時間，很好笑。 19. 我跟學姐寒假一起去圖書館當志工。 20. 學姐解釋題目很詳細。 21. 學姐送我從日本帶回來的扭蛋，裡面是我很喜歡的動漫角色。 22. 學姐很親切，打開我跨屆交流的大門。

	23. 玩遊戲得第二，學姐很好看。 24. 班上發生事情臨時約學姐，學姐立刻花時間陪我聊、幫我找解決方法，降低我的不安。 25. 姐姐很認真教我數學。
六、妳有無尋求輔導老師的幫助？	* 有 16 位同學曾尋求輔導老師幫助。 * 其他人未尋求老師幫助的原因如下：不需要、沒問題或問題大多能自己解決、不知道該怎麼約、學姐或同學可以幫忙解決、和學姐相處很好。
七、妳還想對綠光姊姊及輔導處的老師說什麼？	1. 學姐辛苦了，祝你高三順利，遇見你真好。(2 人) 2. 學姐很棒！謝謝學姐！(2 人) 3. 謝謝學姐總是熱情約我去圖書館讀書、跟我聊天，平時遇到我也都熱情的跟我打招呼，讓我感覺很溫暖。 4. 謝謝學姐在我猶豫的時候推我一把。 5. 謝謝學姐願意花時間聽我說話，分享學校的事給我。 6. 謝謝學姐陪我讀書。 7. 學姐抱歉我很少找你，怕自己會打擾到你，希望沒有影響你的綠光計畫，學姐我愛你。 8. 辛苦你了，很開心認識你。 9. 謝謝學姐幫我解答許多數學題目。 10. 對不起我都沒什麼時間約你，最近真的太忙了！ 11. 謝謝學姐每次都會仔細教我，也會在我遇到困難或心情不好時鼓勵我。 12. 感謝姐姐的手工餅乾超好吃，也感謝學姐每次都幫我解決課業上的各種問題，讓我能更有效率學習，很開心在人生中多了一位好朋友、好姐姐。 13. 希望學測金榜題名、身體健康。 14. 謝謝學姐！常常關心我的近況，也會和我分享生活中的各種事情，在我提出問題時也細心地為我解惑，你真的超用心的！ 15. 謝謝你都很認真的對待我，提供我許多解決問題的方法和建議。 16. 學姐你真的超讚，很溫柔而且很好聊，很高興能夠認識你。 17. 想感謝學姐這段時間的陪伴，一起在週五的午休抱怨大小事也很快樂。 18. 謝謝姐姐高一的陪伴，雖然我很少問問題，但你還是會主動問我有沒有需要幫忙，辛苦你了。 19. 你人真的超級好。 20. 謝謝綠光姐姐沒有討厭我這個奇怪的人。 21. 謝謝學姐很有耐心的照顧我。 22. 其實沒什麼想說的好聚好散。 23. 謝謝學姐會很常關注我的情況，每個禮拜也都會找時間約見面、聊天，相處的非常愉快。 24. 謝謝，不只學業上幫助我，也會主動詢問生活中的困擾，最棒了！ 25. 謝謝你幫我很多課業上的問題。 26. 謝謝你認真教我不會的題目，希望這個計畫結束後我們還可以繼續聯

絡。

27. 學姐超可愛超好聊的！繼續一起加油！

28. 感謝你教我數學、陪我聊天。

29. 謝謝你犧牲自己的午休、其他休息時間，解答我的疑惑，也幫我反應一些班上我困擾的事情，希望我們能繼續聯絡。

30. 最喜歡你了～

31. 謝謝學姐犧牲自己的休息時間來幫助我，還有在地震後送我飲料。

32. 謝謝老師推薦我參加這個活動，您辛苦了。(3人)

33. 謝謝老師安排這個活動，讓我有機會認識綠光姐姐。(3人)

34. 謝謝老師延續這個活動，讓我有機會參加，也謝謝老師常舉辦座談會關心我們，感覺被關心很開心。(2人)

35. 謝謝老師一直以來的幫助，很高興你們辛苦籌辦綠光姊妹的活動，給我很大的鼓勵。(2人)

36. 謝謝老師舉辦這個活動，我覺得很有價值。(2人)

37. 老師說話都好勵志。

38. 謝謝老師創辦這個活動，讓我們每個禮拜得到姐姐照顧。

39. 謝謝老師在我心情不好的時候陪我說話，提供我建議。

40. 謝謝籌劃綠光活動，讓一開始非常迷茫的我能快速進入狀況。

41. 謝謝老師的用心，不斷關心我們，協助我在高中生活能快速適應環境。

42. 希望老師們平安健康、順心如意。

43. 謝謝老師每次都很有耐心、很溫柔地關心我們，為我們解決問題。

44. 謝謝您當初和我的談話，提供我不少建議，也謝謝您幫我找一位綠光姐姐來幫助我。

45. 謝謝老師給了我許多溫暖，讓我沒那麼迷茫，變得開心一些。

46. 謝謝老師，糖果很好吃，座談很有意義也很有意思。

47. 老師超棒，很多時候可以從你身上獲得不同的幫助。

48. 感覺是堅強的後盾，真的很感激。

49. 謝謝老師上學期跟我聊很多。

50. 老師真的很親民。

51. 感謝老師接受我的所有廢話，在社團課陪我聊天。