

# 國立清華大學南大校區圖書館- 心靈驛站建置經驗分享

于美真

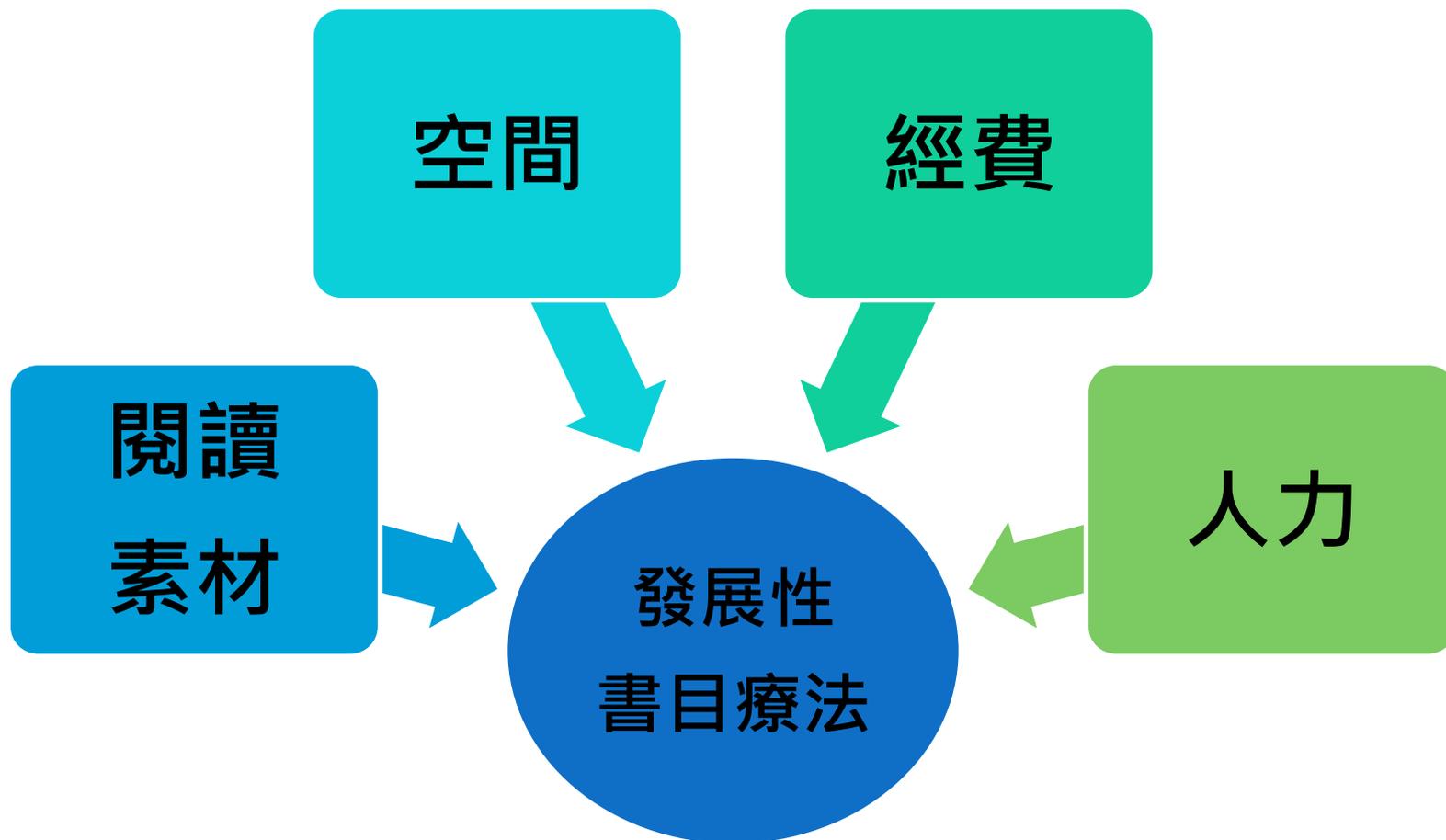
# 源起

- 參加95年7月暑期研習--大力推薦
- 邀請書梅老師蒞校演講：  
95年10月--「圖書館與書目療法服務」
- 95年11月--諮詢會議：書梅老師、館長、心諮系老師、與館內同仁座談
- 96年3月二次邀請書梅老師舉行第二次諮詢會議—決定建置專區
- 96年11月第二次邀請書梅老師蒞校演講--「經典閱讀對大學生的心理療效探討」

# 初步規劃方向

- 發展性閱讀式書目療法服務
  - 提供情緒療癒的閱讀素材
  - 館員扮演提供閱讀素材顧問的角色
  - 蒐集適合大學生自我情緒療癒的閱讀素材

# 建置之元素



# 經費

- 96年提建置書日療癒區-申請卓越計畫
  - 正式在校園曝光
- 96年利用圖書經費剩餘款
  - 10萬元開始做起

# 人力

- 規劃申請計畫助理(未申請成功)
  - 深度訪談
  - 了解大學生情緒問題
- 調整原圖書館的人力及業務
  - 空間及設備規劃、推廣業務
  - 素材選擇及徵集
  - 撰寫書目解題及建置部落格
    - 利用學校學生資源
    - 工讀生心諮系學生



2017/5/18

清華大學南大校圖書館

# 初期~閱讀素材選擇

## ○初期建置

- 本校心諮系劉淑滢老師推介-繪本
- 書梅老師研究生張簡碧 芬論文中所提供的情緒療癒書目-小說為主
- 書梅老師演講建議購藏書單：
  - 國圖新書介紹、北市圖好書通報、網路書店排行榜

# 空間規畫

- 利用藝文沙龍區—
  - 95年成立藝文沙龍區
  - 原存放過期教科書及舊書架的區域
  - 結合位於地下室一樓休閒閱覽室成為圖書館多元化的空間
  - 可為書展、藝術作品展示的空間

# 空間的優勢



# 一樓平面圖



# 設備規劃

- 色調:主要是以黑與白
  - 白色代表純潔、青春、健康
  - 黑色代表沉著、堅毅
- 設備:利用原藝文沙龍區設備
  - 沙發
  - 圓形小茶几
  - 展示書架—結合藝術品展示及放置書之用
  - 大型壓克力公布欄—可放置海報及畫

# 設備規劃

- 利用吊燈改善照明及增加輕鬆的氣氛



# 心的傳遞



97年1月正式成立書目療癒區  
(心靈驛站)



2017/5/18 清華大學南大校圖書館

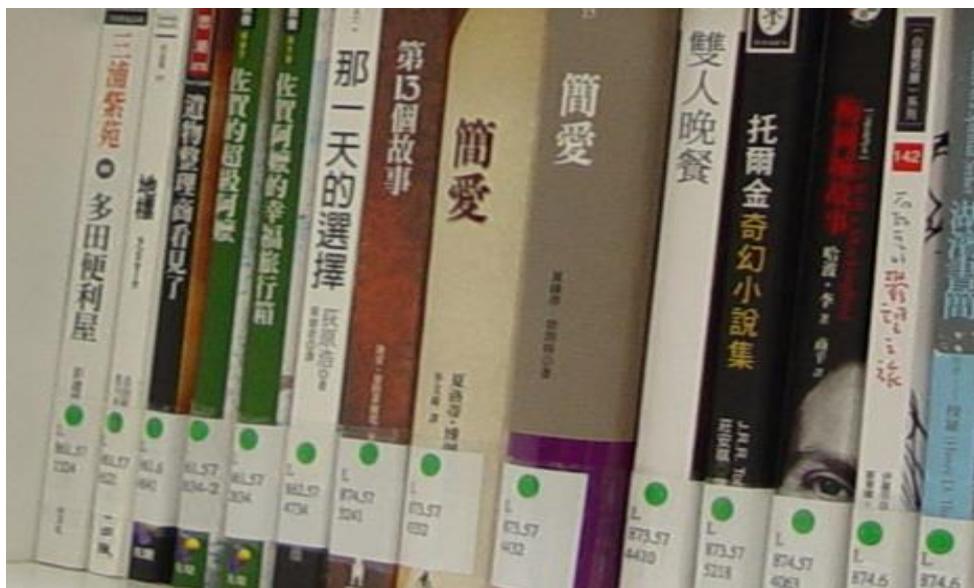


# 閱讀素材~持續徵集

- 每年利用教育部補助款或學校經費
- 圖書迄今計典藏867冊。
- 購書—
  - 購書單特別註明，另予以區隔
  - 每月新書資訊中挑選
  - 每次購置2冊——一本放置本區不外借，另一本提供外借
  - 合併後仍由南大校區挑選-統一由總圖採購2本
  - 一本放在心靈驛站;一本放在總圖

# 閱讀素材加工處理

- 特藏書不外借—
  - 特藏號、特殊標記
  - Webpac 註明館藏地

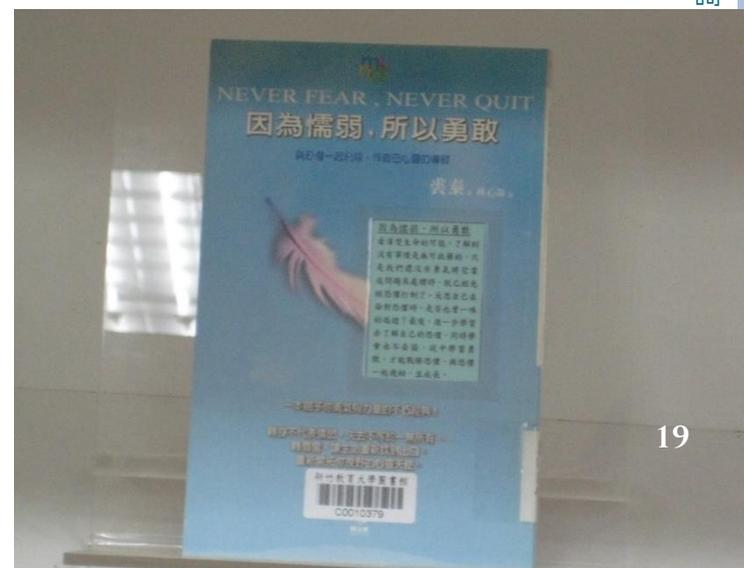


# 圖書內容簡介、解題摘要

- 閱讀圖書並撰寫解題摘要
  - 請心諮系學生閱讀全文、撰寫簡介及解題摘要
  - 內容簡介
  - 心靈啟發
    - 認同：感同身受
    - 淨化：透過書中內容將情緒釋放及淨化的過程
    - 領悟：讀者透過書中內得到新的想法，得到正面的觀念。

# 解題摘要擇要貼在封面

- 可利用A4壓克力架作為展示書之用
  - 更新展示圖書
- 部分圖書於正面貼有該書情緒舒緩的作用
  - 利用寬的護書膠帶黏貼
  - 不會損壞圖書
  - 便於讀者選書



# 心靈驛站部落格

- 建置部落格
  - 完整簡介、功用、書影
  - 蒐藏書單及書目資料
  - 文章分類
- 網址  
<http://therapy.ndlib.nthu.edu.tw/>
- 瀏覽次數-98年2月建置至今逾有6萬多人次

國立清華大學 南大校區圖書館

Home

關於心靈驛站

訪客心得分享

品德教育書目

## 為什麼不愛我。蘇絢慧作。

臺北市：寶瓶文化, 2015年

ISBN : 9789864060023



內容簡介：「家」是我們最初接觸社會的團體，也是最小的社會單位。我們從家中汲取關懷和愛的能量；卻也很容易的被家庭傷害。本書先以八個無愛生命悲歌的故事，述說從家庭中成受的傷害，以寫給孩子的一封信做為療癒的轉化，也在最後更進一步的從關係中的傷害進行療傷和修復的工作。

心靈啟發：

認同：「我是不是太糟糕、太沒用、太軟弱，不然怎麼會招來這麼多批評？」也許是在面對挫折時，也許是在某個生命中的瞬間，我們很容易對自己有許多負向質疑，像是陷入泥淖般進入讓人痛苦的漩渦。書中藉由相同主題、不同面向的家庭創傷故事，讀者

們在閱讀每段故事時，也能感受到自身與故事角色相似的經歷與感受連結，進而看見更多面向的自己，探索藏在深處的家庭傷痕。

Search...

GO

## Categories

- › 100年心靈驛站徵文活動得獎作品
- › 101年心靈驛站徵文活動得獎作品
- › 102年心靈驛站徵文活動得獎作品
- › 103年心靈驛站徵文活動得獎作品
- › 99年心靈驛站活動參賽作品
- › 一般圖書
  - › 勵志
  - › 心靈成長
  - › 情感
  - › 探索生命
  - › 生活體悟

# 心靈驛站部落格解題摘要

(98年2月建置至今)

大類	一般圖書	童書
勵志	98	19
<b>心靈成長</b>	123	23
情感	51	19
探索生命	52	14
<b>生活體悟</b>	107	20
社會關懷	19	14
衝突	7	15
青少年心理	10	0
小計	467	124

# 推廣活動

- 命名活動
  - 推銷



- 宣傳及心得分享活動

# 空間命名

- 製作票選單：提供一些適合的名稱給學生勾選或請學生提供其他更適合的名字
- 提供票選名稱

心靈小棧	心靈驛站	心情沉澱區
心情休閒區	心靈加油站	心靈成長區
心靈互動區	心靈閱讀區	心靈補給站
心靈充電區	心靈大補帖	心靈休憩空間
心靈SPA站	心靈SPA區	

# 學生提供新名稱

Healing Corner	心靈休息站	平心靜憩軒
Heart Station	心靈芬多精	書情森林
心居	心靈飛翔區	舒寓
心的一角	心靈草原	陽光角落 (sunshine corner)
心聆之域	心靈深呼吸	
心靈SPA館	心靈閱讀空間	築心之城
心靈天空	心靈豁達棧	療之城
心靈天堂	心靈饗宴區	

辦公區  
非開放日

# 心靈驛站 65/169

**當日換瓶區命名票選活動**

一、活動主題：第16屆換瓶區命名票選徵求活動的介紹。

二、票選區簡介：  
本屆換瓶區命名徵求活動的投票(均不收費)，希望透過該區與心靈的互動，幫助讀者更深入的了解人生與閱讀區所傳達的意義。

(票選區網址—<https://tw.my169.yahoo.com/hearttherapy-rf169>)

三、活動對象：本校教職員工生。

四、活動時間：  
3月24日-4月30日 週一至週五 8時30分-21時30分。

五、活動地點：圖書館一樓藝文沙龍區。

六、活動內容：  
(一) 每位主辦單位徵求之命名票選，選出主辦單位所列出的名稱或只修改原名稱的名稱，並填入投票區內。  
(二) 每人僅可填一張。  
(三) 活動區選出主辦單位命名票選的得獎，作為本屆命名之參考。

七、抽獎方式：  
(一) 活動結束後，活動區選出所有命名票選中抽出十五名幸運兒，贈送精美的小禮物一份。  
(二) 得獎名單：將於4月5日公佈在本館網頁及本區專屬的部落格。

投票箱

就有機會得到精美小禮物哦!

圖書館

# 宣傳及心得分享活動

- 圖書館網頁、facebook
- 透過部落格
- 海報
- 館訊
- 新生導覽
- 每年圖書館週舉行心靈驛站好書推薦及心得分享活動(99-103年)。

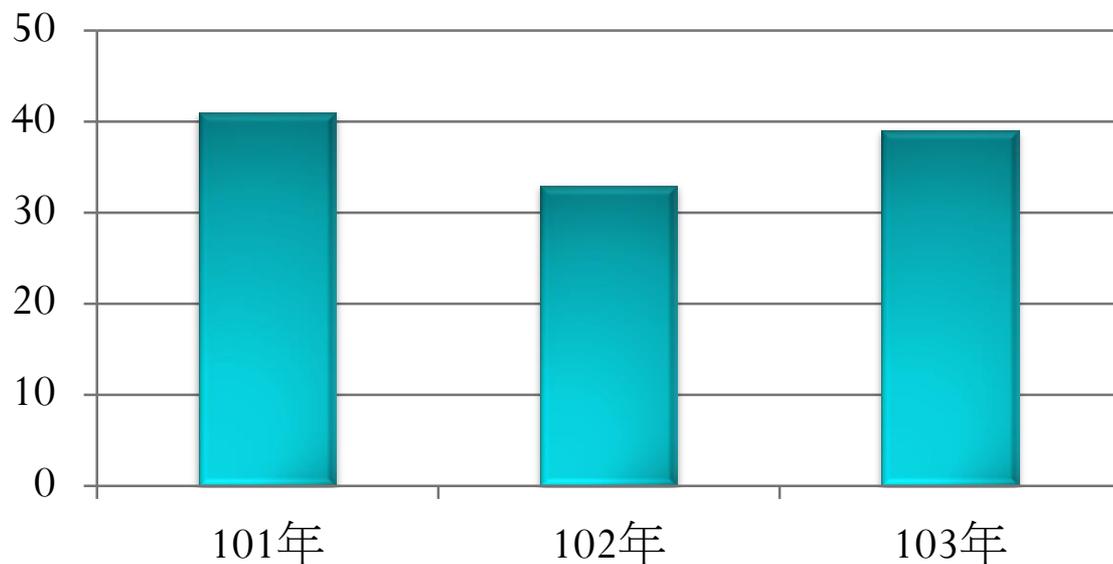
# 心靈驛站好書推薦及心得分享活動

- 推薦圖書資料並撰寫心得
- 使用本站之領受及意見回饋

內容包括曾利用本站的累計時間、為何來到站、本站圖書對你的影響、以及推廣或改善本站之建議等，至少500字。

# 心靈驛站好書推薦及心得分享活動

- 本活動已連續辦五年
- 平均每年參加有35件以上



# 使用回饋

當我學習變得懶散時，腦袋的混亂讓我暫停急切的步伐，逃離壓在身上的厚重作業壓力，可以坐在心靈驛站中舒服的椅子上，透過閱讀心靈啟發類等書籍，整理摻了許多雜質的思緒，還可以在閱讀的過程中將書中作者想要表達的意涵，經過細細地咀嚼及思考後，轉變成自己的知識內涵

# 困難及障礙



- 選擇閱讀素材之權威性及客觀性
  - 館員的專業背景，缺乏心理諮商與輔導的專業知識，再加上館員主觀的意見與實務經驗，常常會左右其選擇閱讀素材
- 素材的質量不均
  - 各主題的閱讀素材蒐集數量不均，有些類別的主題偏多，有些主題卻又明顯不足。

# 困難及障礙

- 書目解題摘要的專業性不足
  - 撰寫者的瞭解與領悟與讀者可能不同，因此很難完全符合讀者的需求和期望



# 困難及障礙

## ○人力的問題

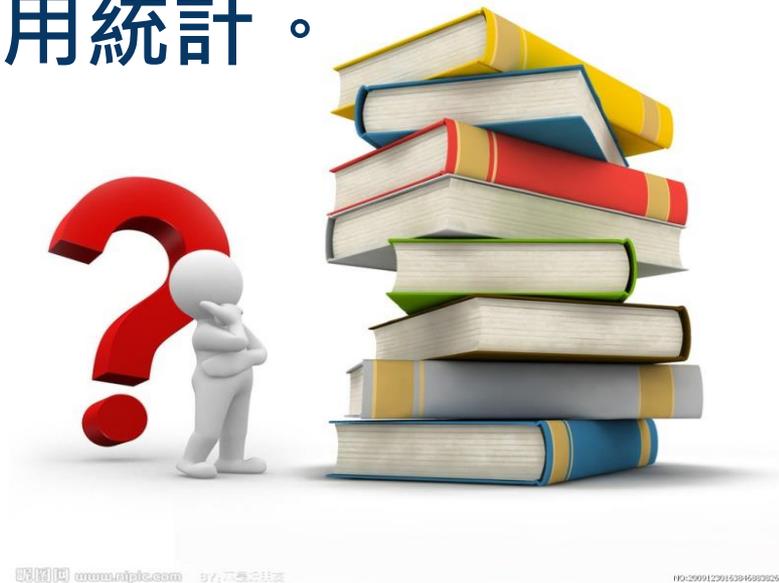
- 人員編制及業務
- 書目解題需要人力
- 合校業務



# 困難及障礙

## ○ 成效評估的困難

- 書目療法服務閱讀素材的公開陳列，難長期記錄使用的讀者及讀者心理影響的追蹤
- 書本不外借，無使用統計。



# 困難及障礙

## ○空間位置

- 本區位於館員辦公區的樓下，館員進出圖書館多少會影響讀者的閱讀
- 合校整併的空間規劃
- 經費：節能省電~關燈  
使用不便



# 一步一腳印

- 書梅老師的支援及鼓勵
- 學校老師提供書單
- 學生的努力
- 我們的堅持
  - 今日不做明日會後悔
  - 且戰且走



# 發揮功能，期待更美好



2017/5/18

清華大學南大校區圖書館