

人事 服務簡訊




第 199 期

中華民國 112 年 08 月 31 日 出刊

國立臺北教育大學人事室 編製



人事公告/人事搶先報

最新 訊息	內 容
	本校教師符合退休申請規定，擬申請於 113 年 2 月 1 日自願退休及屆齡退休者，請於本 (112) 年 10 月 31 日前，填具自願退休申請表，屆齡退休者免填該表，檢同任職有關證明文件，送人事室承辦人 鄭維倫助理員辦理。
	為辦理本校 112 學年度「約用工作人員考核小組」票選委員選舉(訂於 9 月 14 日)，敬請依說明事項於 112 年 9 月 7 日前將「單位推薦或自行登記」票選委員候選人名單送人事室承辦人 徐如芳專員辦理。
	為辦理本校 112 學年度「職員甄審及考績委員會」票選委員選舉(訂於 9 月 14 日投票)，敬請依說明事項於 112 年 9 月 7 日前將「單位推薦」及「自行登記」票選委員候選人表送人事室承辦人 徐如芳專員辦理。



法令公告

- ◆ 依行政院人事行政總處 112 年 8 月 22 日總處給字第 11240014631 號函辦理有關公務員服務法於 111 年 6 月 22 日修正後，公務員兼職所領受之報酬是否受「軍公教人員兼職費支給表」規定限制疑義一案。(臺教人(四)字第 1120083275 號函)
- ◆ 依本部人事處案陳銓敘部 112 年 8 月 8 日部退三字第 1125596232 號函辦理「公務人員個人專戶制退休資遣撫卹法施行細則」業經考試院於民國 112 年 7 月 20 日訂定發布。(臺教人(四)字第 1120078883 號函)



人事動態

※ 新進人員

單 位	姓 名	職 稱	動態情形	生效日期
心理與諮商學系	陳柏霖	教 授	新 進	112.08.01
自然科學教育學系	王辰文	助理教授	新 進	112.08.01
師資培育處	吳佳娣	助理教授	新 進	112.08.01

※ 離職人員

單 位	姓 名	職 稱	動態情形	生效日期
藝術與造形設計學系	林明德	講 師	退 休	112.08.01
教育學系	徐超聖	副教授	退 休	112.08.01
幼兒與家庭教育學系	范睿榛	助理教授	退 休	112.08.01
教育經營與管理學系	陳宏彰	助理教授	離 職	112.08.01
語文與創作學系	陳文成	約聘助理教授	約滿離職	112.08.01

※ 異動人員

單 位	姓 名	職 稱	動態情形	生效日期
幼兒與家庭教育學系	吳君黎	副教授	回職復薪	112.08.01
心理與諮商學系	洪素珍	副教授	回職復薪	112.08.01
數位科技設計學系	陳友倫	教 授	借調留職停薪	112.08.01
特殊教育學系	蔡欣坪	助理教授	轉任回原屬系所	112.08.01
師資培育處	林秀錦	副教授	師培合聘教師	112.08.01

單 位	姓 名	職 稱	動態情形	生效日期
幼兒與家庭教育學系	林佳芬	副教授	轉任回原屬系所	112.08.01
師資培育處	張靜文	助理教授	師培合聘教師	112.08.01

※ 異動人員-新卸任主管

單 位	姓 名	職 稱	動態情形	生效日期
教育學系	陳錫琦	教 授	免兼副校長	112.08.01
副校長室	劉遠楨	教務長	聘 兼 代理副校長	112.08.01
課程與教學傳播 科技研究所	王俊斌	教 授	免兼所長	112.08.01
課程與教學傳播 科技研究所	崔夢萍	教 授	聘兼所長	112.08.01
臺灣文化研究所	何義麟	教 授	免兼所長	112.08.01
臺灣文化研究所	蘇瑞鏘	副教授	聘兼所長	112.08.01
藝術與造形 設計學系	游章雄	教 授	免兼系主任	112.08.01
藝術與造形 設計學系	黃心蓉	副教授	聘兼系主任	112.08.01
體育學系	陳益祥	教 授	免兼系主任	112.08.01
體育學系	黃英哲	教 授	聘兼系主任	112.08.01
自然科學教育學系	周金城	教 授	免兼系主任	112.08.01
自然科學教育學系	李昆展	教 授	聘兼系主任	112.08.01
語文與創作學系	許文獻	副教授	免 兼 教務處華語文 中心主任	112.08.01
語文與創作學系	周美慧	副教授	聘 兼 教務處華語文 中心主任	112.08.01

單 位	姓 名	職 稱	動態情形	生效日期
心理與諮商學系	謝曜任	助理教授	免 兼 學生事務處心 理輔導組組長	112.08.01
心理與諮商學系	游勝翔	副教授	聘 兼 學生事務處心 理輔導組組長	112.08.01
臺灣文化研究所	王桂蘭	助理教授	聘 兼 教學發展中心 學生學習促進 組組長	112.08.01

【員工關懷小品】

太在意別人的評價？也許你該換一種方式看待負評 想像自己是世上最好吃的榴槤

許多人雖然知道不該太過在意他人的看法，可是在團體中生活，不在意他人眼光實在不容易。而且先不提外人，光是身邊親近的人，如父母、親戚、朋友……也難免會對我們的生活品頭論足，這時應該如何處理別人的看法？在此我想提出三點建議。

1. 不想受他人的看法左右，你得先清楚自己的想法

說到底，自己的想法才是最重要的。當然，這並不表示你要一意孤行，完全不考慮其他人的建議。你完全可以參考別人的意見，我也鼓勵你這麼做，但最後下決定的人還是你自己。

人生就是不斷地選擇，站在十字路口，你必須知道自己想走哪條路，每做出一個決定，都要有勇氣為自己的決定負責。或許，這條路不一定是最好的，但這是你經過深思熟慮後做出的選擇，是由你的個性特質和當下狀態所決定。如果再來一遍，你很可能還是會做出同樣的選擇。因此，一旦做出決定，就沒有必要猶豫不決，患得患失，而是要相信自己有足夠的力量，能夠到達終點。

清楚自己的看法，也表示對自我有清晰的認知。許多人每天把時間花在思考別人是否喜歡自己，其實其他人是否喜歡你並不重要，你更需要想的是「我是否喜歡自己？」這又回到第四章所提自信公式的第一個要素：自我接納。當你能夠接納自己，你就更能夠處理別人的批評和意見。若對方的觀點有道理，就學習調整；若是沒有道理的批評，就讓這件事過去。

2. 釐清這是你的事，還是別人的事

阿德勒心理學有個重要概念是「課題分離」，是把你自己的人生課題與他人的人生課題分開。然後，你需要做的就是不干預別人的課題，同時也不讓他人干預自己的課題。這麼做之後，你會覺得人生清爽許多，可以減少人際關係的困擾。

如何釐清是自己還是別人的課題，有個很簡單的方法，那就是最後的結果是由誰承擔，就是誰的課題。例如，未婚的凱西最怕的就是過年回家面對親戚的拷問：「有對象嗎？什麼時候結婚？」但是婚姻的選擇結果是由凱西承擔，結婚是凱西的事，與親戚無關，因此凱西完全沒必要因為親戚的想法而煩惱。

有人或許會問，如果是父母催婚該怎麼辦？在華人重視家庭的傳統文化，子女是否結婚、何時結婚、是否生小孩，對父母有一定的影響（也許是經濟層面仍需要父母支援）。因此，在面對父母的催婚，直接忽視確實比較困難，因此你需要更有耐心地和父母溝通。但說到底，婚姻大事的結果終究是你自己要承擔，因此仍然取決於你自己。

3. 允許其他人有不同的看法

許多人沒有自信是因為人際關係的煩惱，具體而言，就是擔心其他人不喜歡自己。如果你知道有人不喜歡你，你可能會感受到自卑、憤怒、憂鬱、受傷、沮喪等種種負面情緒，這些都是源自於別人不喜歡你，但這件事卻是你無法掌控的事。因此，最好的方法就是允許其他人可以有不同的看法，並且不強求。只要想清楚這點，你就會感受到前所未有的自由。

你可以把自己想像成是一個世界上最好吃的榴槤，可惜，有人天生就不喜歡吃榴槤，因此，即使你再好吃，也會有人不喜歡。但是，這並不是你的錯，當然也不是不喜歡榴槤的人的錯。你不需要自卑，只需要做好自己，並找到那些愛吃榴槤的人就好。

北教大人事室關心您