

110年大專院校菸害防制工作計畫



長庚科技大學
CHANG JUNG UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY

模式六：創意數位行銷模式

計畫主持人：宋素卿 計畫團隊夥伴：林麗美、黃慧美、徐衍琨、曾慧雯、鄭婷勻、趙俊彥、陳秀芳、陳迺菡、吳曉明
輔導委員：郭鐘隆教授、黃久美教授

同理心：同理對方的立場 vs 理解在對方眼中的你...
九宮格：我需要甚麼能力來幫我戒菸？不被同化？什麼樣的VR內容才能引發興趣？願意學習？

建立關係 支持網絡

拒菸健走，健康找我：透過戶外大地遊戲與生態廚房，建立關係與支持網絡。



設計思考與巧推

-同理心 vs 九宮格。
-發想與收斂：以生活技能為本之VR虛擬實境輔助教材。



虛擬實境 夢想成真

-VR測試與修正
-VR課程融入
-VR活動體驗
-下定決心：畢業前戒菸成功



趣味理論 潛移默化

-趣味理論vs巧推：設計闖關遊戲與擔任關主
-彈珠樂/扭蛋樂/夾夾樂/猜猜樂



關卡名稱	遊戲內容	對應生活技能
第一關 (戒菸) 擁抱自己	四宮格打棒球	自我肯定 自我價值 正向聚焦 正向行為 勇敢拒菸
第二關 (戒菸) 釋放自己	太鼓	紓壓能力 正向紓壓，拋棄吸菸的「負面情境」，成功做自己！
第三關 (戒菸) 破除煙霧	電子菸彈	批判思考 破除電子煙迷霧
第四關 (拒菸) 自信溝通	打地鼠	拒菸溝通能力 打擊菸頭，自信展現你拒菸的溝通力量
第五關 (拒菸) 自主抗壓	電流急急棒	自主抗壓 學習自主抗壓，抵擋同化抽菸，獲得人生自主
第六關 (拒菸) 拒菸認知	接物遊戲	拒菸認知 辨認菸品正確知識，學會對自己的身體負責

環境氛圍與菸害教育：借力使力，整合資源，運用巧推，形成倡議行動與菸害防制教育宣導...
物質環境建置與支持：以學生觀念建置物質環境，運用巧推，活化物質環境的利用

宿舍零容忍 拒菸倡議

拒菸Star is Me：透過宿舍反菸事件，借力使力，形成宿舍拒菸倡議行動



歲末巧推 校園倡議

拒菸Star is Me：結合學生會歲末感恩活動，以『愛與尊重』主題融入邀請校長、副校長、主秘、學務長、學生會長、系學會會長等形成校園倡議行動



反菸毒音樂會

-真人現身分享故事
-專家說服提升反菸知識與態度
-以音樂與故事感動人心



圈選海報 巧推闖關

-學生圈選海報，建置物質環境
-巧推闖關，提升反菸海報宣傳效果與意義



評價：每場活動皆進行前後測或活動評量，兼具過程與結果評價。

題目	平均值
1.可正向引起我對拒菸的注意及關心	4.74
2.增加我對拒菸拒毒相關技能的認識	4.77
3.讓我可依照所教的拒菸技能去做	4.79
4.讓我將來更有拒菸的信心	4.75
5.我會參考活動內容「嘗試」拒菸	4.75
6.我會參考活動內容「持續」拒菸	4.75
7.如果有機會接觸菸品，我不會想去使用	4.74

很棒！活動很可愛，工作人員也很親切😊
太棒了！優質！很有趣
好可愛的活動 第一關關主是不是被逼來的，關主很厲害
很棒的闖關遊戲，工作人員都很熱心！熊讚！
同學都好活潑可愛喔
遊戲好好玩！活動好玩辛苦了(˘▽˘)
沒抽菸喔！

1.學會更加明確的拒絕
2.感謝教導使我更了解菸對人體有害
3.學到很多反菸的相關資訊
4.更了解菸品
5.本來就很討厭菸味，希望這個學習活動，可以讓抽菸的人有戒菸的想法
6.戒煙不容易，那就從一開始就不要碰