

馬偕醫學大學宿舍家庭寢室公約訂定原則

~~~看哪、弟兄和睦同居、是何等的善、何等的美。~~

Behold, how good and how pleasant it is for brethren  
to dwell together in unity!

(詩篇 133 篇 1-3 節)

## 一、家庭公約訂定五步驟

1. 直接表達意見
2. 討論優點與缺點
3. 以同理心感受他人的需求
4. 和平的態度訂出規則
5. 尊重接納大家的共識

## 二、訂定原則

1. 不抵觸馬偕醫學大學學生宿舍管理辦法
2. 每戶推派一位戶長
3. 訂定時以公平、公開為原則，該戶過半數之同意為決議，若施行後發現有窒礙難行或其他缺失，得由室長再次聚集室友，修訂之，並將新規則影本交於宿舍輔導員。
4. 公約訂定後保留書面，該戶同學共同簽名，共同遵守。

## 三、建議討論內容

| 項目         |    | 內容                                                                                                                                  |
|------------|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| A. 人身及財務安全 | 門鎖 | <ol style="list-style-type: none"><li>1. 如何維護門戶的安全？</li><li>2. 可否遵守戶門及房門鑰匙不可借給寢室外的人使用</li><li>3. 個人離開寢室是否皆需把門反鎖？</li></ol>          |
|            | 訪客 | <ol style="list-style-type: none"><li>1. 外來訪客(家長及朋友)是否只歡迎在客餐廳，不得進入寢室？</li><li>2. 室友的同學是否可以進入寢室？</li></ol>                           |
|            | 物品 | <ol style="list-style-type: none"><li>1. 個人有哪些物品願意開放公用？</li><li>2. 個人有哪些物品不願意公用？</li></ol>                                          |
|            | 信件 | <ol style="list-style-type: none"><li>1. 是否可以代領信件？</li></ol>                                                                        |
| B. 作息與安寧   | 熄燈 | <ol style="list-style-type: none"><li>1. 是否訂定安寧時間？</li><li>2. 哪些時段為安寧時間？有哪些限制？</li><li>3. 何時需熄大燈？</li><li>4. 如何節約公共區域的能源？</li></ol> |
|            | 讀書 | <ol style="list-style-type: none"><li>1. 分享個人讀書的習慣與需求</li></ol>                                                                     |
|            | 手機 | <ol style="list-style-type: none"><li>1. 韻鈴音量</li></ol>                                                                             |

|          |           |                                                        |
|----------|-----------|--------------------------------------------------------|
|          |           | 2. 室友就寢時，手機該用何種模式？<br>3. 室友就寢時，講電話是否該到客餐廳？             |
|          | 電腦及<br>週邊 | 1. 電腦可否放出音樂？<br>2. 何時不宜使用有聲音之設備(如印表機)？                 |
|          | 聲音        | 1. 可否彈奏樂器？有何限制（時間、情境）<br>2. 鬧鐘之設定時段與音量<br>3. 呂書可否唸出聲   |
|          | 吹風機       | 1. 是否只限制於盥洗區使用？<br>2. 寢室內可否使用？有何限制？                    |
| C. 清潔與衛生 | 公共<br>區域  | 1. 公共區域(客餐廳、盥洗區)是否可放置個人物品？哪些可以？哪些不適宜？<br>2. 是否分配位置及範圍？ |
|          | 打掃        | 1. 是否固定時段清潔公共區域？如何分工？<br>2. 垃圾如何處理？                    |
| D. 硬體設備  | 客餐廳       | 1. 冰箱如何保持清潔？<br>2. 如何安全使用電陶板？開伙的限制為何？                  |
|          | 房間        | 1. 使用冷氣的習慣<br>2. 如何節約能源並維護健康？                          |
| E. 罰則    |           | 1. 若有人違反時，可以如何溝通？<br>2. 若不小心違反，該如何彌補？                  |

四、生活習慣討論~~ 分享每個人的生活習慣，或較特別的需求，讓彼此互相了解與尊重

範例

| 床號      | 姓名或暱稱 | 描述              |
|---------|-------|-----------------|
| A103-11 | 小忠    | 鼻子過敏，常會打噴涕      |
| A103-12 | 阿明    | 較沈默，但跟我熟悉了就很活潑  |
| A103-13 | 大仁    | 常賴床，爬不起來，請順便叫我吧 |
|         |       |                 |
|         |       |                 |

馬偕醫學大學\_\_\_\_\_學年度 第\_\_\_\_學期宿舍家庭寢室公約  
 戶 日期：\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日

| 項目         |           | 我們的規定 |
|------------|-----------|-------|
| A. 人身及財務安全 | 門鎖        |       |
|            | 訪客        |       |
|            | 物品        |       |
|            | 信件        |       |
| B. 作息與安寧   | 熄燈        |       |
|            | 讀書        |       |
|            | 手機        |       |
|            | 電腦及<br>週邊 |       |
|            | 聲音        |       |
|            | 吹風機       |       |

|          |          |  |
|----------|----------|--|
| C. 清潔與衛生 | 公共<br>區域 |  |
|          | 打掃       |  |
| D. 硬體設備  | 客餐廳      |  |
|          | 房間       |  |
| E. 罰則    |          |  |

**生活習慣**

| 床號 | 姓名或暱稱 | 描述 |
|----|-------|----|
|    |       |    |
|    |       |    |
|    |       |    |
|    |       |    |
|    |       |    |
|    |       |    |
|    |       |    |
|    |       |    |

**請共同確認簽名**

\_\_\_\_\_

請推派一位戶長，戶長簽名\_\_\_\_\_ 宿舍輔導員簽名\_\_\_\_\_