

108 學年度第 1 學期 諮商中心活動一覽表

諮商中心種子學生-輔導股長培訓

活動名稱	活動日期	活動地點	講師/帶領者	活動內容	參加對象
《繪情緒、懂人際 - 繪製我的療癒杯墊》 和諧粉彩工作坊	10/07(一) 17:30-19:30 (17:00-17:30 用餐)	D506 教室	賀思璋心理師	專屬輔導股長的活動來囉~ 透過桌遊和相關活動，提升輔導股長同理心及基本助人技巧，並學會辨識自身及他人情緒，能發揮同儕關懷與陪伴的功能，助人又助己！ **提供晚餐，17:00 發便當	四技護理系 101-110 二技護理系 201-206 四技妝品系 101、201、301、401
	10/14(二) 17:30-19:30 (17:00-17:30 用餐)				四技護理系 201-209 二技護理系 101-106 四技保營系 101-102、201-202、301-302、401-402
	10/21(一) 17:30-19:30 (17:00-17:30 用餐)				配合實習自由參加班級： 五專護理科 501-502 四技護理系 401-409 四技幼保系 402 二技妝品系 201 二技幼保系 201

諮商中心種子學生-義工招募與培訓

活動名稱	活動日期	活動地點	講師/帶領者	活動內容	參加對象
期初二日培訓 《成長，從這裡開始》	10/17(四) 17:30-20:00 (17:00-17:30 用餐)	D507 教室	幸宜娟心理師 陳力瑜心理師	1. 在培訓課程裡，心理師將帶你透過手作擴香石、搭配美美的乾燥花裝飾，開啟和新夥伴的認識旅程，學習如何自我療癒與照顧，並更進一步用心理劇的演劇方式學習助人技巧，了解何為同理、如何陪伴他人、明白良好的溝通型態是甚麼樣子。 2. 心理師也將帶你學習牌卡諮詢的技巧，一起看看如何使用那些或美麗或有趣的牌卡圖案，了解自己與他人。 3. 須全程參與培訓和增能課程，每周至諮商中心值班至少 2 小	全校學生 共計 25 人 (詳細招募與篩選方式詳見諮商中心粉專或學校網頁)
	10/18(五) 12:30-20:00 (12:00-12:30 用餐) (17:00-18:00 用餐)	諮商中心 團諮室			

				<p>時。篩選標準：能擔任至少一年的中心義工、學期活動課程與值班出席狀況等。</p> <p>4.線上報名，電郵通知，收到錄取通知後請至諮商中心繳交 200元保證金，全程參與培訓後全數退還。</p> <p>5.諮商中心各項活動均有義工保留名額，學期結束提供「服務學習時數」與「嘉獎乙支」。</p>	
期中增能 《我們與惡的距離》	10/24(四) 17:30-20:30 (暫定) (17:00-18:00 用餐)	D507 教室	(邀約中)	精神疾患真的很恐怖嗎？甚麼是正常與否的界線呢？一起來正確認識精神疾患吧！透過相關知能的增加，降低偏見歧視的機會，我們皆生而為人，一起相伴走過。	諮商中心 義工
團督會議	10/21-12/6 12:00-14:00 共計三次(供餐)	D507 教室	林淳頤心理師	無論在值班或各種活動的籌備與執行中，有遇到任何疑難雜症，都可以在督導會議中作相互討論，增進夥伴問題解決能力、學習更多助人或人際技巧。	諮商中心 義工
人際探索團體 《聽見我和你》	11/12(二) 11/19(二) 11/26(二) 12/03(二) 17:40-20:40 (17:00-17:40 用餐)	諮商中心 團諮室	黃文靜老師 許堃澤老師	<p>1.透過桌遊、牌卡和藝術創作，提升義工夥伴的團體合作精神、自我覺察度與同理能力，進而增進同儕輔導工作效能。</p> <p>2.提供晚餐。</p> <p>3.收到錄取通知後請至諮商中心繳交 200元保證金，全程參與培訓後全數退還。</p>	諮商中心 義工
《擁抱自己 擁抱愛》生命教育系列活動					
活動名稱	活動日期	活動地點	講師/帶領者	活動內容	參加名額
愛要說出來	9/19-10/31	學園	黃文靜老師 許堃澤老師	<p>義工進行校園訪談及錄影，邀請學生和教職員員分享對「L-Love 愛」的看法，一起探討對「愛」的理解，以及如何表達「愛」，最後會由心理師分享和總結。影片將放在本校諮商中心臉書粉絲專頁和及透過學校的電視牆播放。</p> <p>*參與訪談錄影，有精緻小物等著你。</p> <p>*參與生命教育系列活動皆可參加集點及抽獎活動。</p>	不限

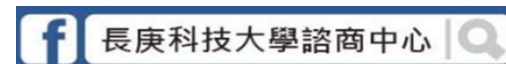
未來快樂人	10/16(三) 17:40-19:40 (17:00-17:30 用餐)	D507 教室	陳煒老師	<p>什麼生活令你嚮往?什麼夢想是你想要達成的?什麼生命令你快樂?種種的未來正等著我們去探索!讓我們動動手與動動腦·找到自己對未來的渴望·一起來創造屬於自己未來的版圖吧!</p> <p>*全程參與並填寫回饋問卷, 可參加抽獎, 有精緻小物等著你。 *參與生命教育系列活動皆可參加集點及抽獎活動。</p> <p>*收到錄取通知後請至諮商中心繳交 100 元保證金, 全程參與活動後全數退回。</p> <p>**17:00 發便當</p>	30
內在小房子創作	10/30(三) 17:40-19:40 (17:00-17:30 用餐)	D507 教室	陳煒老師	<p>「家」是人最初與人連結的地方。我們透過「家」來認識自己, 了解自己。透過藝術創作, 我們從「家」看見自己的內在, 讓我們的生命變得更完整。</p> <p>*全程參與並填寫回饋問卷, 可參加抽獎, 有精緻小物等著你。 *參與生命教育系列活動皆可參加集點及抽獎活動。</p> <p>*收到錄取通知後請至諮商中心繳交 100 元保證金, 全程參與活動後全數退回。</p> <p>**17:00 發便當</p>	30

『L-I-F-E』小站擺攤系列活動

活動名稱	活動日期	活動地點	講師/帶領者	活動內容	參加名額
遠方的祝福	11/13(三) 15:00-19:00	A 棟 B1 (餐廳外廣場)	黃文靜老師 許堃澤老師	<p>為擺攤系列活動, 包括</p> <p>「生涯牌牌站」透過牌卡讓學生瞭解自己的生涯方向、「粉彩你的生涯願望」讓學生透過粉彩繪畫出屬於自己生涯願望、「遠方的祝福」可以讓參加成員訴說困擾或互相祝福、「未來快樂人」透過棉線共同創屬於自己的未來與長庚科大的美好未來及</p>	不限
未來快樂人					

生涯牌牌站			趙蕙婷心理師	牌卡探索等活動，希望促進校園中人與人、心觸心的連結，學習給出愛與關懷，同時也敞開自我，接收他人給予的溫暖支持。 *全程參與擺攤系列活動並填寫回饋問卷，有精緻小物等著你。 *參與生命教育系列活動皆可參加集點及抽獎活動。	
粉彩你的生涯願望			賀思瑋心理師		
生涯「療心室」					
活動名稱	活動日期	活動地點	講師/帶領者	活動內容	參加名額
生涯諮詢室	11/15(五) 13:00-17:00	諮商中心 會談室	魏蔡卿心理師	1.透過心理測驗詳細看見自己的獨特能力與生涯準備度，進而與心理師一對一進行諮詢討論，為自己擬定生涯目標。 2.線上報名，電郵通知，收到錄取通知後請至諮商中心繳交 200元 保證金，全程參與活動後全數退還。	全校學生 (50分鐘/人， 共計4人)

*詳情請上《長庚科技大學諮商中心 Facebook》<https://www.facebook.com/cguststudent/> 或 學校網頁。



*報名網址會陸續放在《長庚科技大學諮商中心 Facebook》<https://www.facebook.com/cguststudent/>

*有任何疑問請洽 A 棟 5 樓諮商中心 分機 5544。