

113-1學期 活動一覽表

長庚科技大學諮商輔導組 113-1學期活動一覽表

幸運草方案-三心守護你

輔導股長在職訓練課程1-心思考 小柔最後一天 憂鬱症桌遊體驗	10月21日(一) 18:00-21:00	活動聯絡人 郭庭宇心理師 分機5615
輔導股長在職訓練課程2-心看見 SEE創傷與復原力知情教育認證課程	11月26日(二) 18:00-21:00	
輔導股長在職訓練課程3-心感受 我的植感生活-鹿角蕨上板DIY	11月28日(四) 18:00-21:00	
輔導股長期中交流聚會-世界咖啡館4	11月、12月 18:00-19:00	
輔導股長期末交流聚會-世界咖啡館5		
心設計-班級心理衛生推廣計畫6	10月-12月	

關懷小棧義工培訓

培訓1-相見歡	10月2日(三) 17:30-20:00	活動聯絡人 鄭柔涓心理師 分機5440
培訓2-《緒出我心》 助人成長團體	10月17日(四)、10月24日(四)、 10月30日(三) 17:30-20:00	
培訓3-《粉輕鬆》 和諧粉彩工作坊	11月13日(三)、11月20日(三) 17:30-20:00	

生命教育系列活動

正念芳香頌鉢體驗	10月18日(五)10:00-12:00	活動聯絡人 鄭麗芬心理師 分機5438
從紀錄片暨導演映後 座談— 《火中跳舞的蝴蝶》	10月23日(三)15:20-17:20	
生命交織-勇氣抱抱 手作編織花朵抱枕	10月25日(五)13:30-16:30	

◎詳細活動內容將公布在諮商輔導組FB(右下QRcode)，活動名額有限，額滿為止！！

◎有任何疑問請洽 諮商輔導組 分機 5544





輔導股長座談會

諮商輔導組 郭庭宇 心理師



輔導股長出任務

認識諮商輔導組

113-1學期活動

Q&A

輔導股長出任務

我到底要做些什麼呢？



訊息傳達者

協助傳達
心理健康資訊
心理諮商資源和活動
導師滿意度問卷



關懷陪伴小尖兵

多關心同學
陪伴他聆聽他

建議或陪伴同學前
來諮商輔導組



憂鬱防治守門員

同學有自我傷害或
傷害他人的想法或行動
主動通知老師

人人都能成為



自殺防治 守門人





一問

當發現有人需要關心的時候，我可以：

HOW

主動積極關心，詢問對方狀況

工作/課業忙嗎？

你最近還好嗎？

我都好容易失眠喔，
你會嗎？

會不會睡不好？

當發現有人需要關心的時候，我可以：

WHERE

選擇安靜隱密的地方談

DON'T

對方傾訴時，不一直打斷

不丟出當事人也沒有答案的問題

不要發誓會幫他保守秘密



二應

當有人向我傾訴時，千萬不要：

1. 太急著提供提供
解決問題的辦法

這有什麼，你就這樣
解決就好啦！

× 你不要跟我
說你想自殺喔！

2. 用開玩笑、輕浮的
態度回應他人

3. 爭辯事情的對錯

× 你這樣
一開始就錯了好嗎？

× 我聽你講這些，
已經很幫忙了

4. 擺出恩賜的態度



三轉介

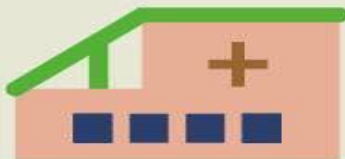
如果他的問題超出你的解決範圍，你可以：

請他撥打專線



安心專線 1925

推薦他去心理諮詢



可至各縣市心衛中心醫療機構
進行心理諮詢、心理健康管理



***介紹學校資源給他

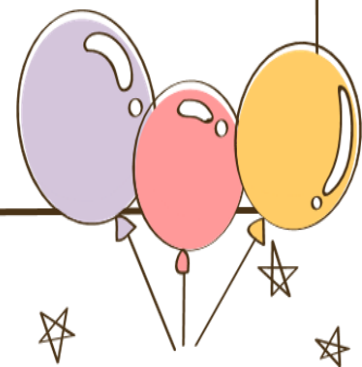
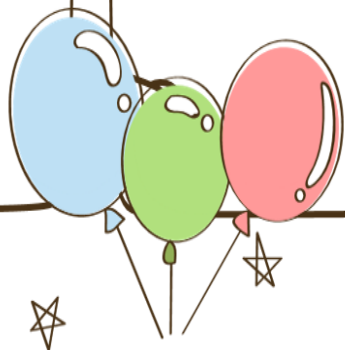
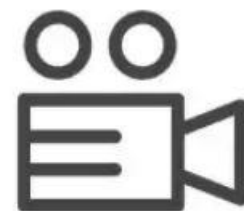
認識各系所輔導老師

需要幫忙就來找我們吧!

負責老師	科系	代理人
陳泫豪5443	四技幼保、四技妝品□二技高照系、進修高照系、四技護理101班	林雅鳳
郭庭宇5615	四技護理1-4年5-7班、201	鄒柔涓
林雅鳳5447	四技護理1-4年8-10班、301	金曉青
鄒柔涓5440	四技護理1-4年2-4班、401	鄭麗芬
鄭麗芬5438	二技/進修護理系□護研所/高照所	郭庭宇
金曉青5439	二技妝品□四技保營系□二技/進修幼保系□學士後教保員專班□健科所、幼保所	陳泫豪

認識諮商輔導

歡迎加入義工的大家庭~



諮商輔導組的葫蘆裡賣什麼藥？

來這裡放鬆一下吧！



個別諮商



心理測驗



圖書借閱

諮商輔導組的葫蘆裡賣什麼藥？

來這裡放鬆一下吧！



心理衛生門診



團體諮商/活動



義工培訓

如何獲得相關資訊/參加活動？

快記起來以下資訊，才不會錯失機會！

FAST!!!



粉絲專頁



學校網頁

NEW!!!



諮商
預約系統

學務處→諮商輔導組

<http://studentaffairs.cgust.edu.tw/files/90-1006-6.php>

學校首頁→

左側校務資訊專區內諮商輔導服務E化系統

http://listening.cgust.edu.tw/cs_cgust/

諮商預約系統/活動報名系統

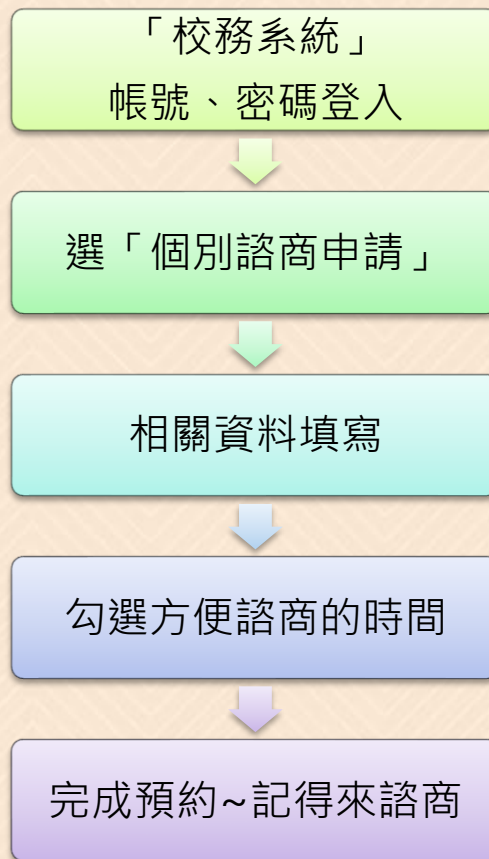
預約諮商

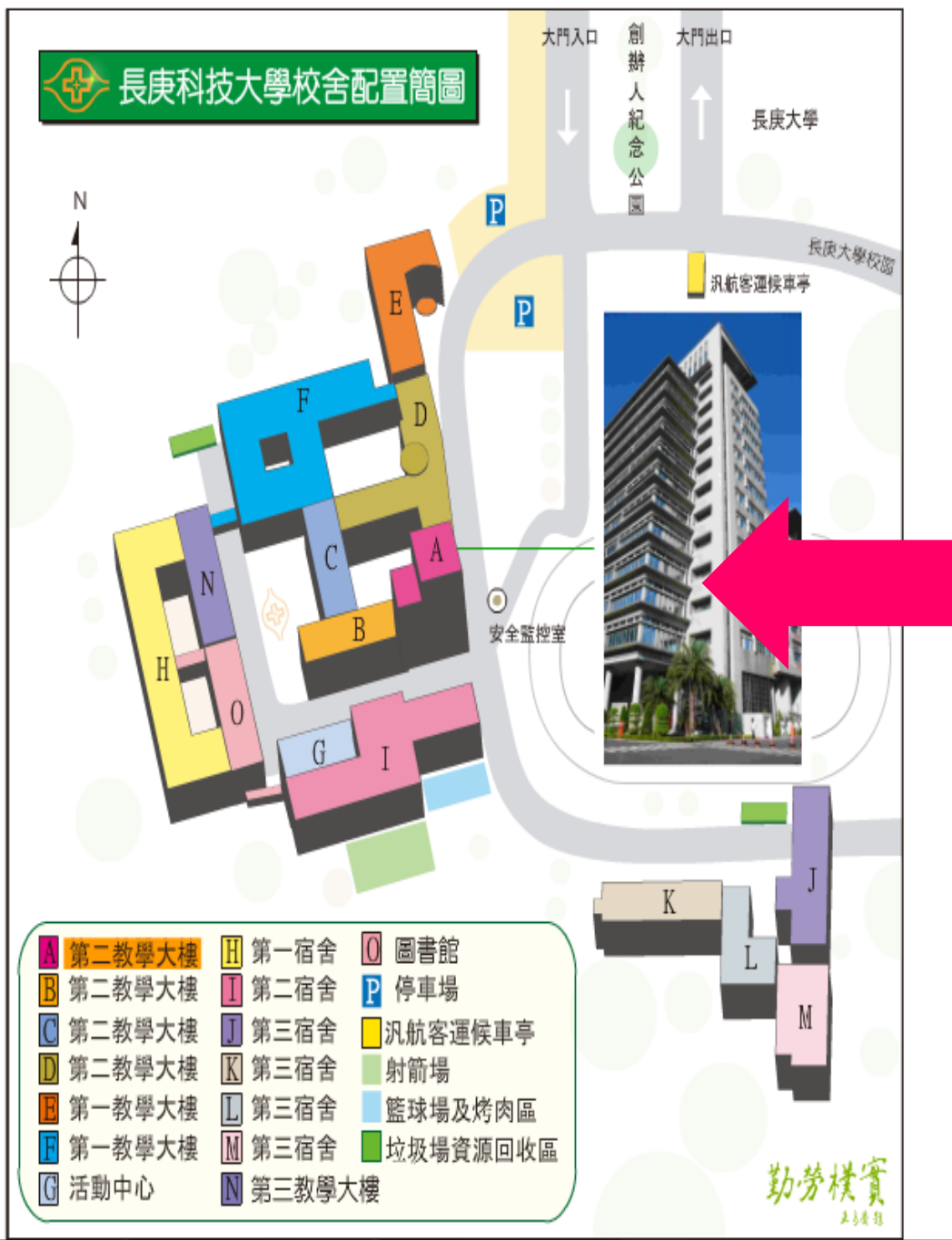
活動報名



http://listening.cgust.edu.tw/cs_cgust/

掃QR CODE登入





- 諮商輔導組在A棟五樓
- 分機：
5439、5615、5544、5447
- 8:00-19:00(週一到四)
8:00-17:00(週五)



如何找到我們？



A棟五樓
諮商輔導組

8:00-19:00(週一到四)
8:00-17:00(週五)



電話

(03)211-8999分機5544



Thanks!

studentaffairs.cgust.edu.tw