

114-2 班級幹部 座談會

學務處 諮商輔導組

實習心理師莊詠翔



認識諮商輔導組

諮商輔導組服務

114-2學期活動

Q&A



地點



諮商輔導組在**全人教育大樓四樓**

8:00-19:00(週一到四)

8:00-17:00(週五)

如何找到我們？



全人教育大樓 4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1420

114學年各系所輔導老師

負責老師	科系	代理人
陳泫豪 #1419	四技幼保、四技妝品、二技高照系、進修高照系、四技護理201班	林雅鳳
郭庭宇 #1418	四技護理1-4年5-7班、301	鄒柔涓
林雅鳳 #1415	四技護理1-4年8-10班、401	金曉青
鄒柔涓 #1414	四技護理1-4年2-4班、101	鄭麗芬
鄭麗芬 #1417	二技/進修護理系、護研所/高教所	郭庭宇
金曉青 #1413	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

諮商輔導組 在做什麼呢？

諮商輔導組 服務項目一覽

手刀追蹤本組 Ig & FB
以防錯過精彩活動與相關資訊



我們在全人教育大樓四樓，期待與您的相遇！

01

個別諮商



當您感到煩惱、壓力或想更了解自己，心理師將一對一陪伴你，梳理內心、探索方向。掃描上方 QR Code，開啟心的旅程！

02

團體諮商

本組每學期都會進行團體諮商，如人際、生涯、舒壓、家庭、親密關係等不同主題應有盡有。讓我們一起與相似經驗的夥伴分享、討論、支持彼此，在理解與陪伴中成長。

03

心理測驗



透過專業心理測驗，探索個性、情緒與職涯方向。個人測驗詳情掃描右上角 QR Code，團體測驗請追蹤本組 IG、FB 和 Threads，日後將在粉專上公佈詳細時間！

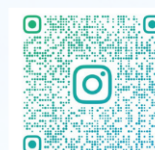
04

心理衛生諮詢

由精神科醫師提供心理健康評估與專業諮詢，每學期都會於本組 IG、FB 和 Threads 公佈心理衛生諮詢服務的時間與地點。報名請洽鄭麗芬老師（分機 1417）。

05

關懷義工團



二舍有個神秘又溫暖的角落，歡迎旅人停下腳步，一起學習助人、探索內心的世界。歡迎參加義工團活動，或成為我們的一員，展開一段奇妙又充滿意義的旅程！掃描右上角的 QR Code 認識我們！

06

壓力感知與 自我放鬆訓練

由諮商輔導組的心理師，透過專業儀器測量您在焦慮和放鬆等不同狀態下的生理指標，協助您練習放鬆並有效管理壓力。報名請洽陳沅豪老師（分機 1419）。

心理師在做什麼

什麼時候可以找心理師？



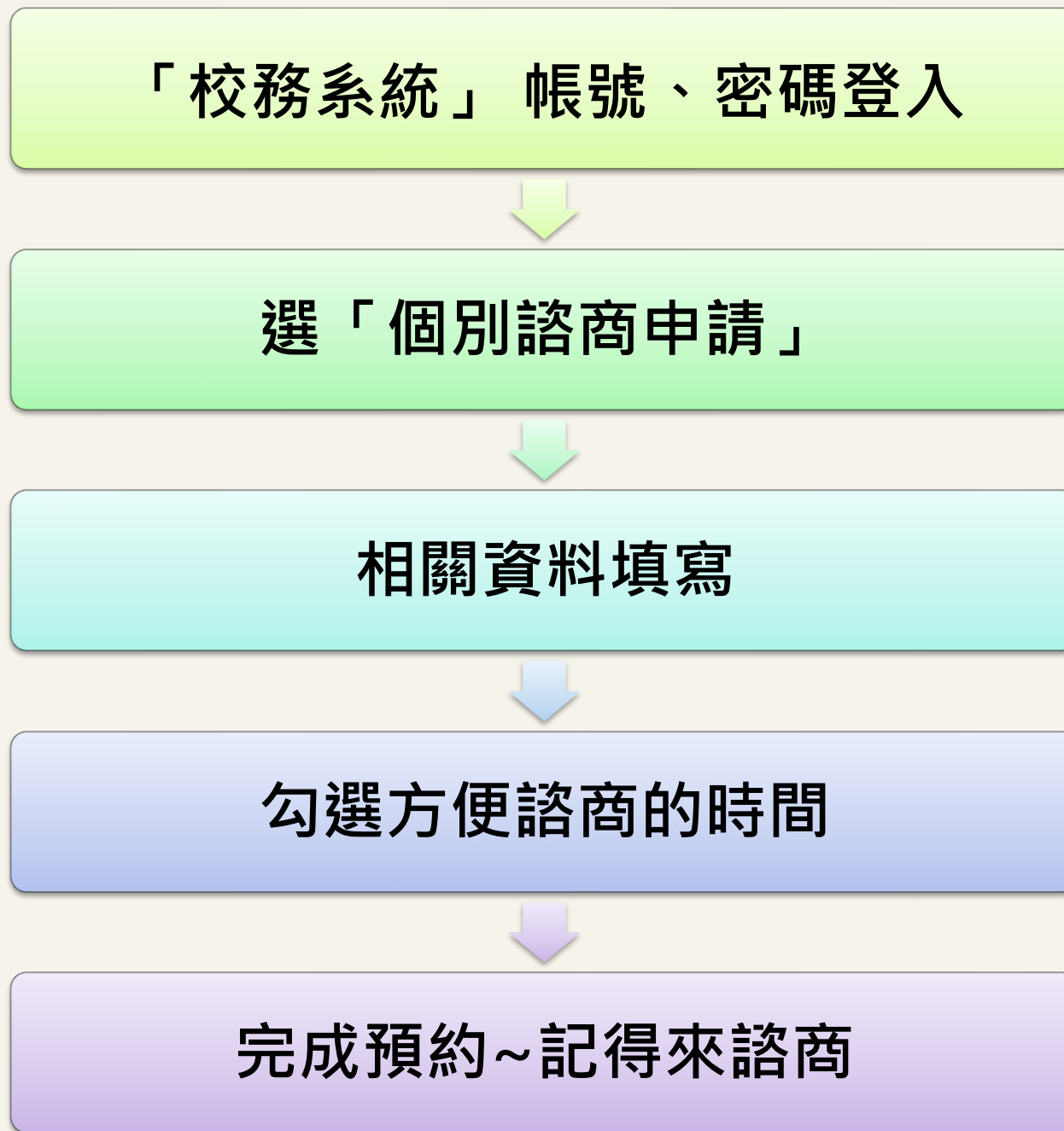
諮商預約系統/活動報名系統

預約諮商



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

諮商輔導服務E化系統
掃QR CODE登入



活動報名



如何獲得相關資訊?

FAST!!



粉絲專頁



學校網頁

NEW!!!



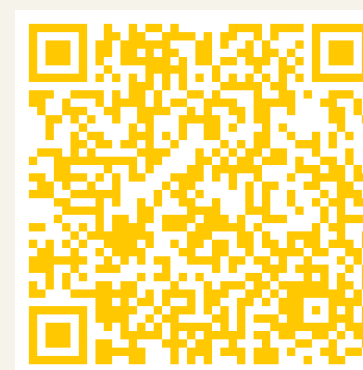
諮商
預約系統



FB



Ig



threa
d

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

永不放棄 創造齊蹟



以音樂與對話
陪伴師生走進
郭韋齊女士的
生命歷程。



立即掃碼報名!!!

時間：115年3月11日，15:10-17:00

地點：全人教育大樓8樓

主講者：郭韋齊老師

對象：長庚科技大學全體師生，限180名

報名：即日起至2/27(五)，掃描QRcode報名

備註：

1.前25名報名者將獲得一本《7歲那年，我失去手和腳》

2.講座結束後提供餐盒一份

長庚科技大學諮商輔導組

「探索生命起點—家的旋律」 家庭探索與成長團體



迷你插花手作



DIY七彩小木屋



完整參與更可
得到一份神秘
小禮(圖為示
意圖)

更多資訊可查看粉專~



時間: 115年3月10日至4月14日, 每週二晚上18點至20點

地點: 全人教育大樓4樓團體諮商室

帶領者: 莊詠翔實習心理師、李芷君實習心理師

對象: 長庚科技大學全體學生(約6-10人)

費用: 完全免費, 僅收200元保證金(全程參與後退還)

報名: 即日起至2/27, 名額有限, 報名要快!

備註: 報名後會與您約小面談, 以了解您的期待和需求

如有疑惑, 請洽詢諮商輔導組(03)211-8999#1412、#1416

馬上報名!!!



義工團招募中

114-2關懷小棧

加入後可獲得



優先參與
諮輔組活動



免費餐點

報名表單



關懷活動



服務時數

\歡迎加入我們/



長庚科大諮商輔導組

聯絡人：鄒柔涓老師 分機#1414

我們的IG



@CGUST_LISTENING

114-2 關懷小棧活動一覽表

月份 \ 星期	二	三	四
四月		8 誰是主謀 (劇本殺)	
	28	29	
五月	5		7 慢慢的畫，慢慢放下 (肌理畫)
	12 鑽到放空 (鑽石貼畫)	13	14
		20	21 戳出你的專屬小寵物 (羊毛氈鑰匙圈)
		27	28
粉底為活動日 灰底時間不開放		藍底為療聊日 時段：18:30~19:00、19:15~19:45	

114-2關懷小棧

義工團活動一覽圖

相見歡

3/19(四) 17:30-20:00

期初培訓

3/26(四)、4/01(三)、4/09(四)

17:30-20:00

增能課程

<醒著，讓自己好好休息>

讓大腦開外掛的催眠放鬆術

4/16(四) 17:30-20:00

<沙拉之中遇見你>

沙盤體驗工作坊

5/06(三) 17:30-20:00

義工團 IG



報名表單





療聊報名表單



活動報名表單



活動地點：
關懷小棧
(二舍三樓討論室一)

①劇本殺之誰是主謀

*上限6人

時間：115/4/8 (三)
18:00-20:00

②慢慢的畫，慢慢放下

(肌理畫)

*上限8人

時間：115/5/7 (四)
18:00-20:00

③鑽到放空

(鑽石貼畫)

*上限10人

時間：115/5/12 (二)
18:00-20:00

④戳出你的專屬小寵物

(羊毛氈鑰匙圈)

*上限8人

時間：115/5/21 (四)
18:00-20:00

114-2 義工團 關懷小棧 活動

除了豐富的活動外，還有療
癒的牌卡X精油，歡迎來與我
們療聊，陪伴你探索自己，
走一段自己的路。

我們的IG



@CGUST_LISTENING

有問題都可以問喔

聯絡人：鄒柔涓老師 分機#1414

長庚科大語輔組





115年度 15-45歲青壯世代心理健康支持方案

1.查詢:

至方案網站查詢
合作機構名單



2.預約:

逕洽合作機構
預約本方案諮商服務
(部分機構提供通訊諮商服務)

3.準備:

準備身分證明文件

4.諮商:

接受諮商服務



The background features three vertical stripes on the left: a wide pink stripe, a medium blue stripe, and a narrow beige stripe. The right side of the image is a light beige background with two rectangular areas of small, light pink dots. One area is in the top right corner, and the other is in the bottom right corner.

**THANK
YOU**