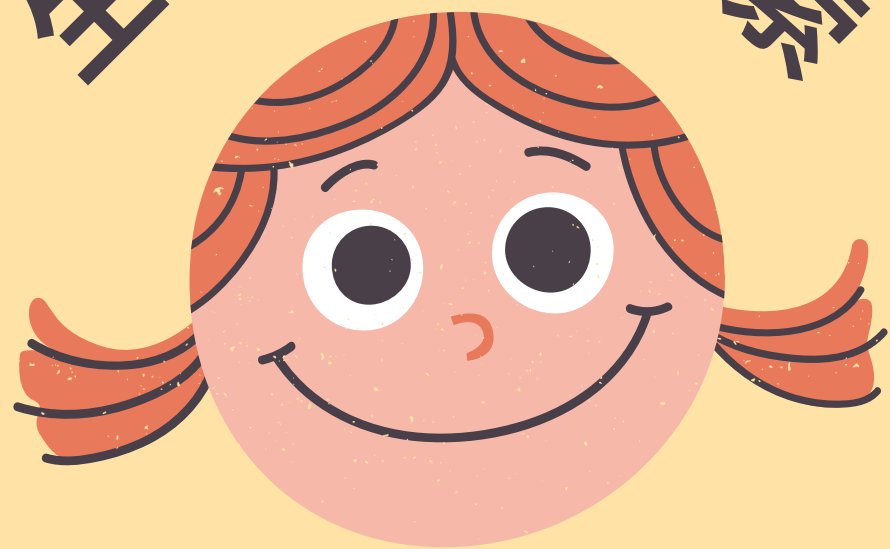


班級輔導宅配活動

諮輔中心根據班級需求辦理班級輔導，讓同學能以輕鬆有趣的方式接觸心理概念
以下為常見之申請類別供參考，若有其他感興趣的主題或任何疑問歡迎來電討論

生涯與自我探索



探索自我與生涯規劃

牌卡/桌遊/藝術媒材體驗

生涯/人格/人際類心理測驗

親密關係與性別



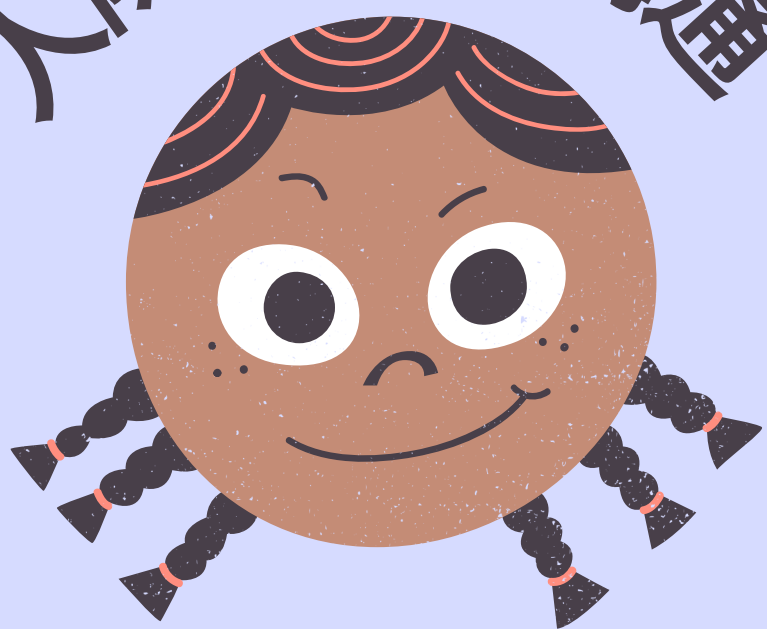
恐怖情人與數位性別暴力

維持情感的經營方法

分手療傷與復原之路

認識多元性別

人際關係與溝通



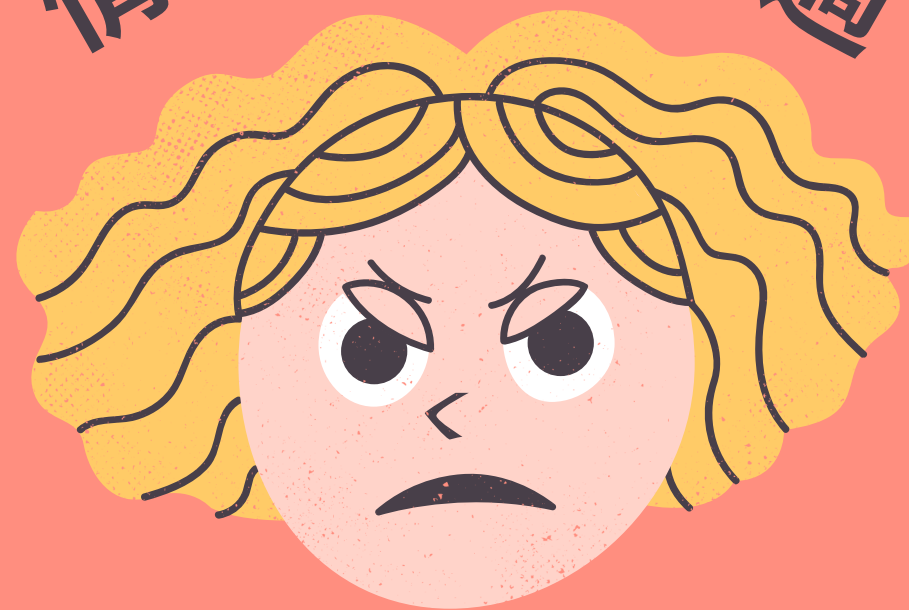
探索溝通模式

人際經營方法與技巧

情緒勒索與設立界線

學習面對孤單與獨處

情緒與壓力調適



認識憂鬱/焦慮情緒

情緒覺察與表達

壓力管理與調適