



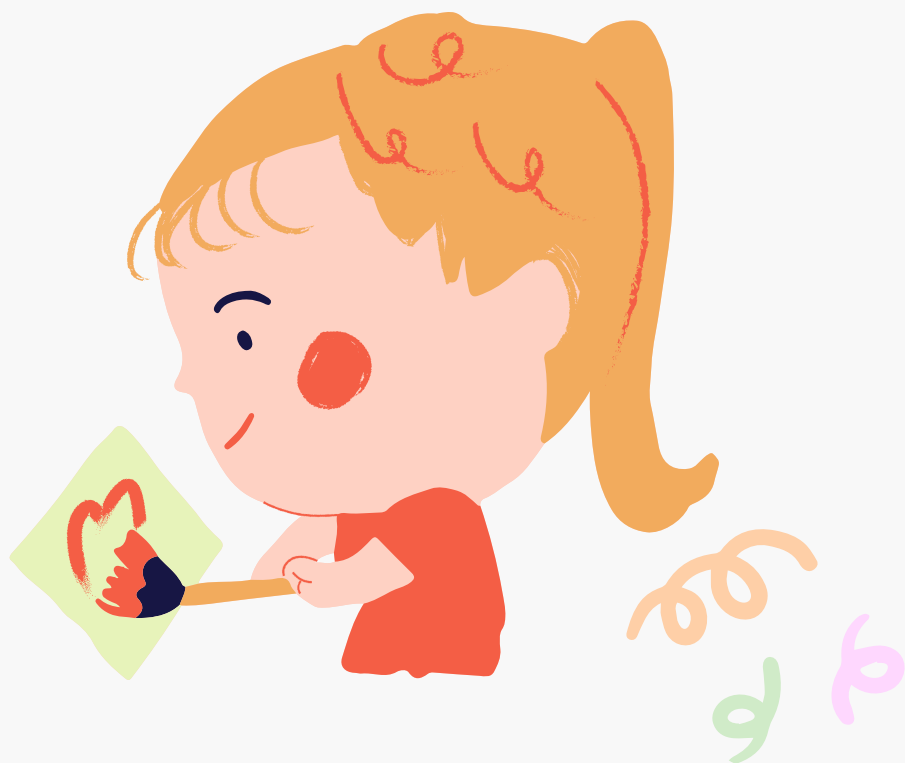
班級輔導宅配活動

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

1

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



2

親密關係與性別

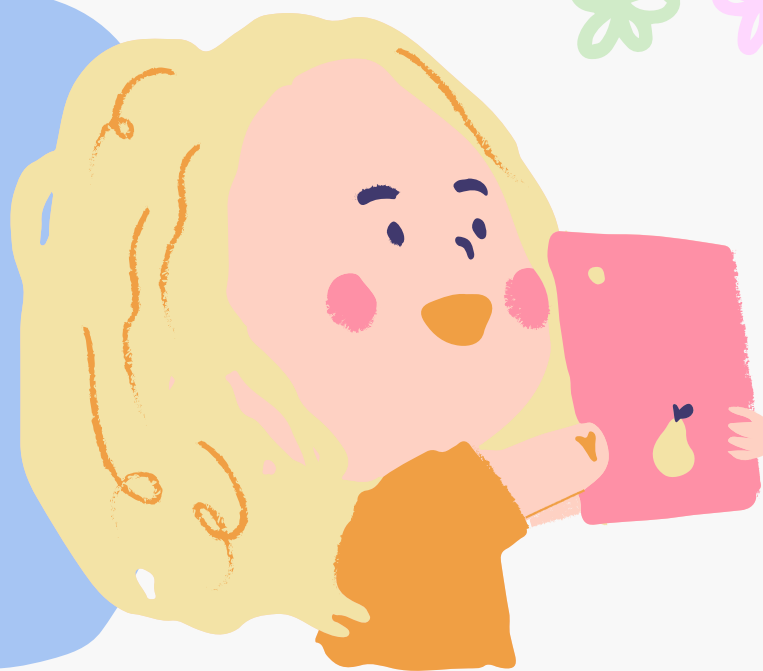
- 恐怖情人與數位性別暴力
- 維持情感的經營方法
- 分手療傷與復原之路
- 認識多元性別



3

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



4

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



申請表單



醫院

113學年

限定

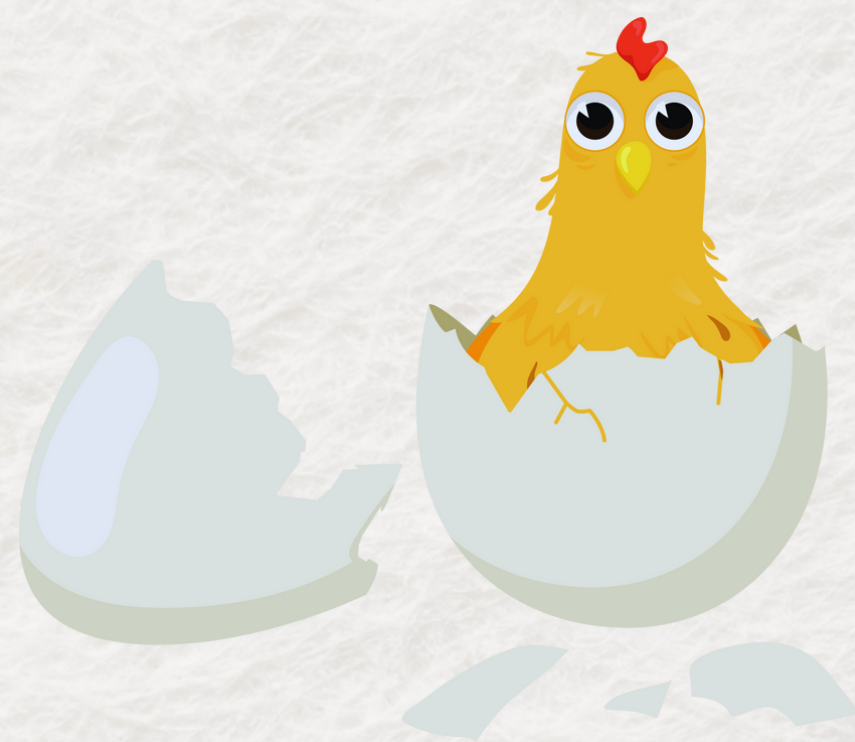
白色巨塔煉金術

HOW TO SURVIVE IN THE HOSPITAL AS AN INTERN ?

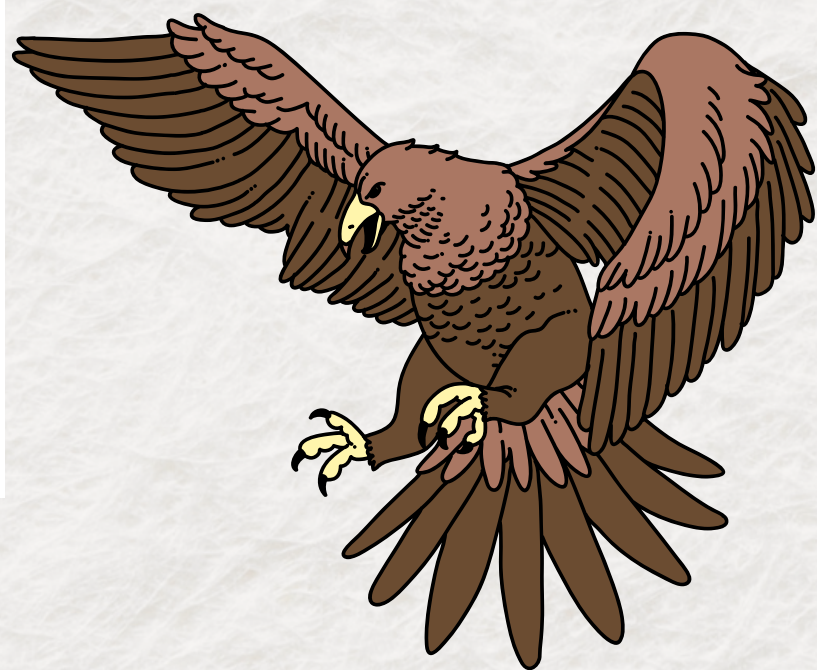
①

實習菜鳥求生計

- 白色巨塔能吃嗎？
- 腦筋急轉彎之emo大爆發
- 翻轉信念之術！



申請表單



②

壓力來襲之職場人際停看聽

已經在醫院實習過的老鳥命定款

- 壓力檢測
- 劇場體驗—我是誰，我在哪
- 如何設立適當界線

提供兩大主題，讓即將進入醫療場域實習的你，可以在課程中了解到白色巨塔內的職場文化、實習中會出現的情緒、想法及原因，並學會如何安頓自己、紓解壓力。

名額有限

＊

把握機會

＊

要搶要快