

113學年 第一學期

今天 ~ 我想來點

學生輔導

活動DM

中心

地點 S棟4樓

中心開放時間

- 週一、五 08:00-17:30
- 週二—四 08:00-20:30

聯絡方式

(06)266-4911

分機1250/1256-1259



嘉南藥理大學

113-1 團體諮商

渣男渣女

總是深陷泥淖又無法自拔

吸磁器

『傳達出去的爱意，總是沉入海裡』

『只是想談一場真心誠意的戀愛

卻總是遇到不對的人』

『吵架時，先責備自己不夠好』

『在愛裡總是感到不安』

邀請你，一起探索、述說、整理自己在愛情裡的模樣

找回在愛裡安心自在的自己，且重新相信愛



提供免費晚餐 ~
全程參與，
可登錄青春護照 ~

報名
表單



對象：本校學生8名(需面試篩選)

時間：113/10/17~11/28，每週四18:00-20:00，共六次

地點：大團體諮商室(S403)

※11/7期中考週，暫停一次

帶領：實習心理師 林心怡 陳品廷

報名截止：10/14(一)前，額滿為止

如有任何相關疑問，請洽06-2664911 #1250，林心怡、陳品廷實習心理師

阿焦的奇幻旅程

情緒探索與支持團體

「怎麼辦？等等要跟新同學說話...」

「考試前一天我書還沒念完啊!!!」

「快輪到我上場了，
肚子好痛...」

「事情好多好雜，我可以嗎？」

「大家怎麼已讀我？我說錯話了嗎？」

「啊啊啊好焦慮喔！」

你內心是否也曾有過這些OS？是否也曾為焦慮所困？
讓我們一起在團體中，藉由各種藝術媒材，
與夥伴一起來一場焦慮情緒探索之旅吧~

- 招募對象：半年內有過焦慮經驗，且願意在團體中探索焦慮議題之本校學生8名(需經面談篩選)
- 團體時間：113/10/22~12/03，每周二晚上6-8點
共六次，期中考週(11/05)暫停一次
- 團體地點：學生輔導中心(S棟)大團體諮商室(S403)
- 帶領老師：李佳臻、林心怡實習諮商心理師
- 報名方式：掃描下方QR-code，填寫報名表單
- 報名期限：即日起~招滿為止(名額有限!)

★活動提供免費晚餐★

★全程參與可登錄青春護照★

報名表單



如有問題，請洽06-2664911 #1250 李佳臻、林心怡實習諮商心理師



113-1 團體諮商

星星知我心

WHO AM I?

藝術X牌卡 自我探索團體

「我是誰？」你是否曾經這樣問過自己？

讓我們在團體裡從人際、愛情、家庭與壓力來了解自己

一同尋找屬於自己的B612星球 

提供免費晚餐~
全程參加可登錄
青春護照~



報名表單

對象：本校學生8-10名(需面試篩選)

時間：113/10/23~113/12/4，週三的18:00-20:00，共**六**次

11/6週期中考週，暫停一次

地點：學生輔導中心 小團體諮商室(S406)

帶領：實習諮商心理師 陳品廷、李佳臻

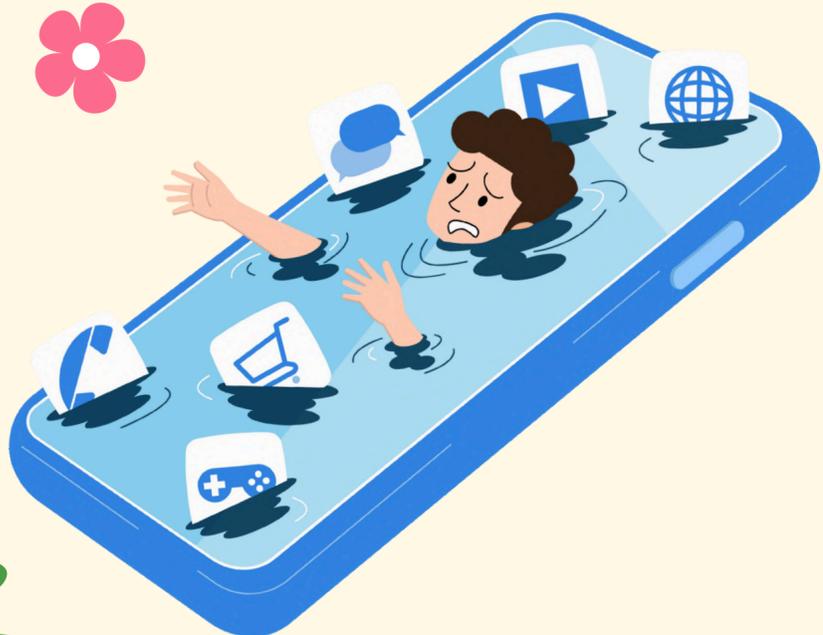
如有任何疑問，請洽06-3371250，陳品廷實習諮商心理師

113-1 班級輔導活動

原來三部曲

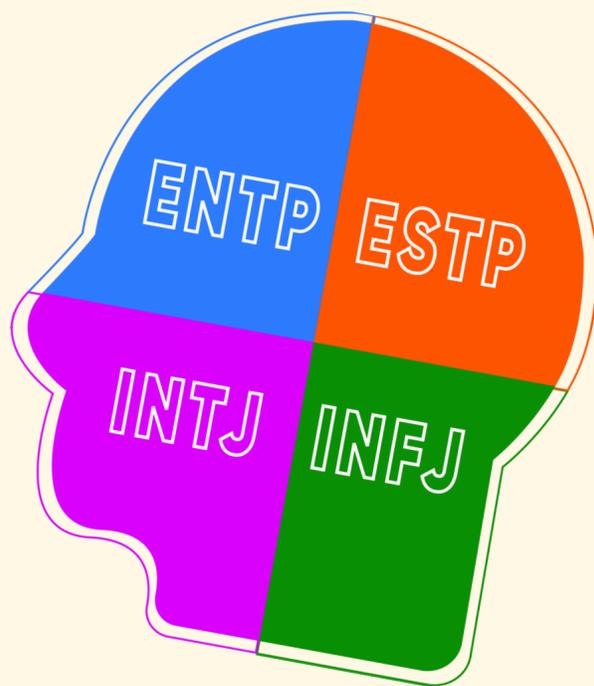
原來我FOMO了！

「IG越滑越無趣，卻又不自覺打開它」
一不注意就打開社群媒體，怕漏了最新訊息，
卻無法感受到自己的價值與安全感。
與科技共生，我們都該認識「**錯失恐懼症 FOMO**」
回到內在好好照顧自己！



原來MBTI這樣看！

「昨天心情不好，所以買了一個麵包」
「你買哪間麵包？」VS「你為什麼心情不好？」
在關係中，有時會有不在同頻道的感覺嗎？
讓我們從**MBTI**了解要如何與不同類型的人談戀愛！



原來敏感並不壞！

「他心情不好嗎？」 「我剛是不是講錯話了？」
「這噪音讓我不舒服」你內心是否有過這些OS？
讓我們一起來了解**敏感**這個特質，並探索
敏感特質如何在人際中取得平衡吧。



時間:活動時長約30分鐘，需於導師時間辦理。

地點:由輔導股長協助場地借用，心理師以跑班方式進行。

方式:請於113/9/9(一)~12/20(五)間，由全班討論欲申請之主題與時間，
以班級為單位填寫申請表單。



報名表單

嘉南藥理大學

113年校園心理健康促進方案

自殺防治守門人培訓系列活動-
學生場次

幸福手牽手

人生難免有低潮，珍愛生命，一起來學習辨識情緒，身邊的人是否正處在負面漩渦裡，在關鍵一刻，適時伸出援手，發揮「一問」、「二應」、「三轉介」的守門人精神，幫助別人！也幫助自己！

Take a
minute,
change a
life.

活動時間：113/10/17(四)
下午 13:20-15:10
活動場地：X棟3樓國際會議廳

(本活動可申請公假及青春護照)

報名抵嘉→



活動承辦單位：學輔中心彭心理師
(#1256)

113-1 嘉南藥理大學 學生輔導中心

助人技巧培訓團體

場次



10/21(一)

13:20-15:10

討喜，討好？-
自我覺察與表達



10/22(二)

13:20-15:10

拼貼甜蜜愛情觀



10/23(三)

13:20-15:10

成為閃閃發亮治癒系人
類：傾聽陪伴的秘訣



10/24(四)

13:20-15:10

面具下的你-
人際自我探索

報名資訊

時間：即日起至**10/14(一)**止

錄取公告：**10/15** @ 學輔網頁

報名方式：線上報名 →

活動聯絡人：陳佳君心理師

#1257

報名連結



↑ 更多資訊
請見連結/
學輔網頁

襪子娃娃紓壓工作坊

主辦單位：學務處學生輔導中心

講師：陳聖儒個案管理員

活動時間：113/10/30 (三) 13:20 - 16:10

活動資格：校內學生 (額滿為止)

報名時間及方式：113/9/9至113/10/6 線上報名

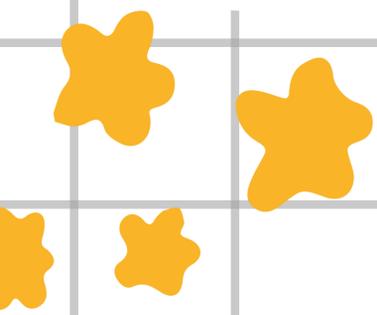
活動地點：S棟5樓學輔小築

報名
掃這





手遊外的 必修學分



報名連結

講師:李麒任職能治療師

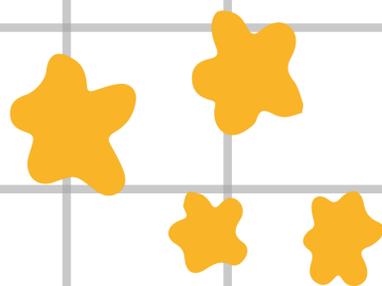
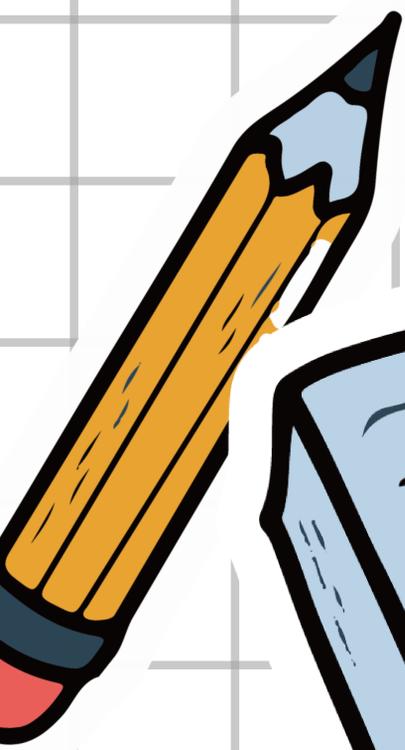
地點:X棟演藝廳2樓

時間:10/2(三)13:20-15:10

主辦:學生輔導中心

*參與者可請公假

*本場活動提供青春護照點數



113-1 嘉南藥理大學 學生輔導中心
自助助人同儕輔導賦能活動

呀咧呀咧~ 午安嘉團仔

攤位時間：

9/18(三)-9/19(四)

11:30-13:30

攤位地點：S棟1樓(全家那棟)

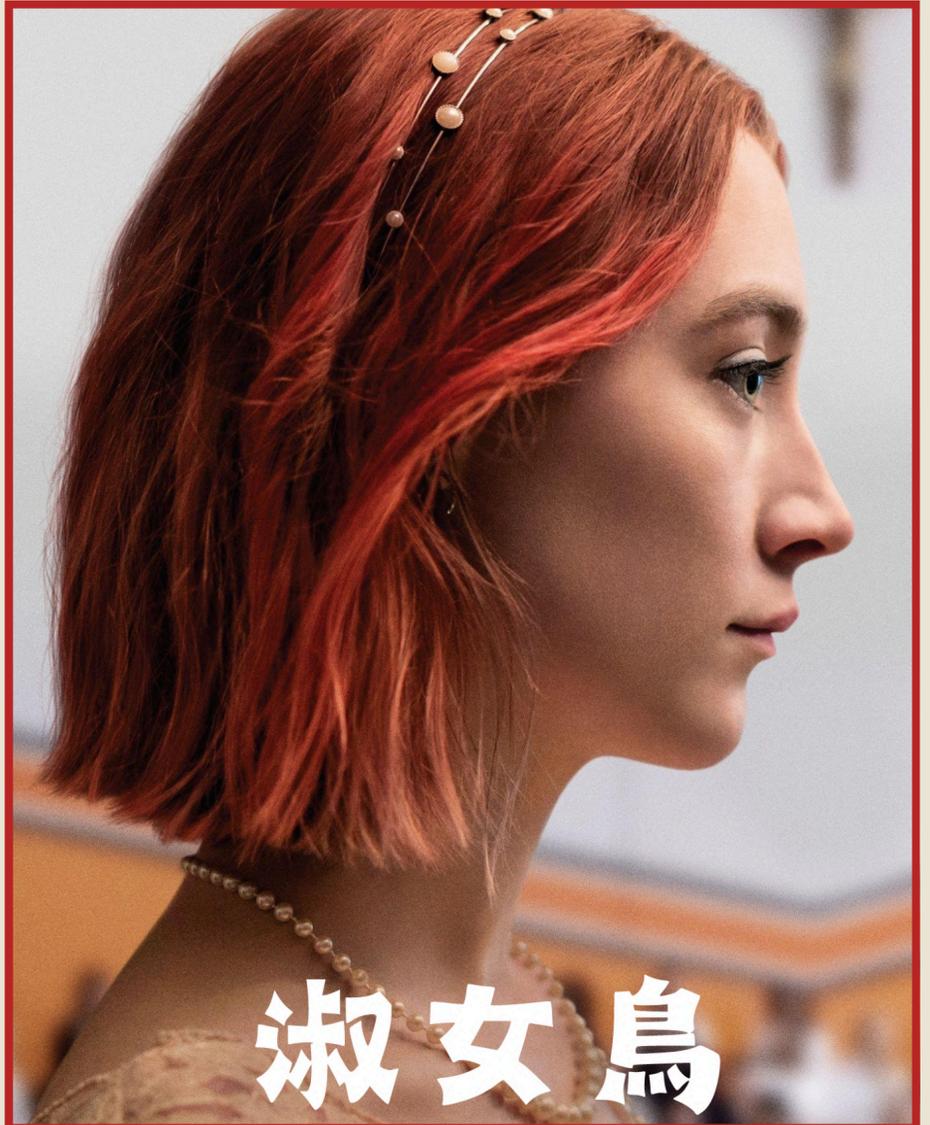
樓上揪樓下、左邊揪右邊

#趣味闖關活動 #精美禮品

就等你來體驗!!!

如有問題，請洽06-2664911 #1257 陳佳君心理師

★ 心靈電影院 ★



放映時間

無敵破壞王	10/17(四) 13:20-15:30
淑女鳥	11/27(三) 13:20-15:30
真愛每一天	12/17(二) 13:20-15:50

地點

學生活動中心(S棟),4樓 ※詳情請見報名表單

報名表單



身心科諮詢

郭宇恒醫師

(嘉南療養院
成癮暨司法精神科)

**9/27(五)、10/18(五)、
11/13(三)、12/20(五)**

蔡明輝醫師

(蔡明輝診所)

**9/26(四)、10/17(四)、
11/21(四)、12/19(四)**



諮詢方式：教職員生皆可申請，
一次約20-30分鐘，不開藥

諮詢地點：S棟4樓諮商室

預約方式：學輔中心填寫申請表

聯絡人：06-2664911#1257彭心理師