

# - 班級輔導講座 - 心の旅程，We 嘉出發

開放預約中!!

手牽手，異同愛  
談多元性別

可惜不是你  
-談分手議題

我眼中的你  
與你眼中的我  
-談情感溝通

嘿，友人在嘉嗎？  
-談人際關係

Find your Tempo!!  
-談身心適應

主辦單位：學生事務處學生輔導中心

活動場次：有限場次，請盡早預約，以利安排作業。

進行方式：以班級為單位，與導師合作，由學輔中心專兼任諮商心理師至班級進行  
主題講座，提供導師、學生心理健康相關知能

截止日期：即日起至 10月8日(四)止。

辦理時間：1. 每週三班週會時間 2. 可運用班級空堂時間進行

報名網址：<http://goo.gl/forms/A3qnsjvQgw>，請輸入網址或透過QR code連結→

活動洽詢：學務處學輔中心 洪小雲 (05-2717080) 或 [soom@mail.ncyu.edu.tw](mailto:soom@mail.ncyu.edu.tw)





# 心の旅程，We 嘉出發

## -講座主題選項介紹-

### ★ 我眼中的你與你眼中的我-談情感溝通

我們都渴望愛情，但維持親密關係常常讓人感到棘手，其中常牽涉到探索自我的價值觀與協調兩人之間的差異，擁有幸福的能力是可以學習的。

### ★ 可惜不是你-談分手議題

分手的經驗讓人刻骨銘心，有些分手難過得讓人痛不欲生，有些是藕斷絲連，如果遇到危險情人分手則會危機四伏，無論遇到哪種情人都要學習好聚好散。

### ★ 手牽手，異同愛-談多元性別

幫助學生認識性別角色與特質的多樣性，從中探索自我價值觀、培養多元視野，並學習與不同文化間相互尊重的互動方式。

### ★ 嘿，友人在嘉嗎？-談人際關係

瞭解學生的人際困擾，協助探索自我人際相處模式與風格，並建立與人互動的技巧、培養良好的溝通協調能力。

### ★ Find your Tempo!!-談身心適應

協助學生檢視自己的身心狀態、探索目前生活中面臨的壓力與挑戰，並提升對於心理健康的重視，學習自我調整、瞭解可運用的資源。此外亦強調增加學生對於自殺防治的知能，成為自殺防治網絡中的一道防線。



圖片引用自：

1. 手機女孩, 敏- <https://www.facebook.com/MobileGirlMiM.tc>
2. 毛毛蟲網路繪本 + 蟲點子創意設計-<https://www.facebook.com/hair2bug0301?fref=ts>
3. 眼球先生-<https://www.facebook.com/EYEBALL.COM.TW>
4. kami 創作森林-<http://www.pinkoi.com/product/1CLGwkrv?category=3>
5. 共享素材-<http://www.nipic.com/show/9523107.html>