

105-1 學生輔導中心活動一覽表

活動名稱	內容概述	參與對象	辦理地點	辦理時程
教學研討暨學生輔導聯席會議	安排 1 場專題講座及學校業務報告，提升全校老師之教學實務及學生輔導知能，以維持教學熱忱、提高教學效能。	全校老師	蘭潭校區	09/09
安心在嘉導師輔導知能研習	由院心理師為各學院班級導師和認輔導師規劃小型的主題式心理健康與學生輔導工作坊，一方面增進導師與院心理師之溝通交流，積極爭取導師對於學生輔導工作的認同和參與；二方面協助導師更有能力成為關懷肯定學生的貴人和珍愛生命的守門人。共計 7 場，每場預計參與 30 人，共計 210 人。	全校教職員	三校區辦理	09/07(兩場次)、 09/08、09/30、 10/12、11/02、 11/09、11/16。
安心在嘉小團體諮商	團體諮商：愛情成長團體 藉由團體諮商，降低學生因情感議題導致憂鬱傾向，學習適切有效的處理方法來面對困擾情境。透過每週活動的引導，幫助成員在團體中探索自己內外資源、學習新技巧。預計參與人數 64 人次(含)以上。	全校學生	蘭潭校區	10/17 - 12/12 每週一晚間 18:30，共 8 次
生命週	舉辦「新願樹·述心願」活動，鼓勵學生寫下對新學期的期待或心願，促使學生對新的學期產生希望感，並轉化成為改變的行動力，並寫在明信片上，期末由學輔中心寄出。搭配社團博覽會招募學輔志工。預計參與人數 300 人次(含)以上。	全校學生	三校區辦理	9/26、9/27、9/29
大一心理測驗	安排大一新生進行團體施測，藉此了解新生於大學環境的適應情況，並搭配簡易的心理健康宣導與中心資源介紹，幫助新生掌握適時求助之資源。	全校學生	三校區辦理	9/21、9/28 10/12、10/17
原住民計畫	專題演講： 辦理專題講座提供原住民學生增進大學適應能力、同理心、學習技巧、生涯規劃等能力，預計辦理 6 場次，預計參與人次 120 人次。	全校學生	民雄校區	10/12、10/19 11/23、12/07 12/28
	生涯能量工作坊： 提供原住民學生優先的校園輔導資源，協助學生看見自我生涯方向、阻力、助力等。			10/23 9-16 點整
	團體諮商：生活適應團體 提供以原住民學生優先的校園輔導資源，協助生活適應，特別針對情緒與壓力管理部分，並學習如何管理，降低情緒與壓力帶來的負面影響，將辦理 6 場次，預計參與人數 60 人次(含)以上。			10/04 - 11/08 每週二晚間 18:30，共 6 次
弱勢起飛計畫	生涯系列之生活適應工作坊 配合 105 年教育部辦理大學校院弱勢環境學生學習輔導補助計畫辦理，由一天(6 小時)的工作坊(座談會)活動，引導參與同學探索自我，開發潛能及強化生涯能量。預計辦理 3 場，參與人次約 30 人次。	全校學生	三校區辦理	10/8、10/15、 12/31
	桌遊與科學培訓工作坊 與多元育成中心合作規劃桌遊培訓與科學培訓工作坊，培養弱勢環境學生第二專長，並在培訓過程中建立自我價值感。桌遊與科學培訓各辦理一梯次，各 4 全天之培訓工作坊，預計參與人次約 160 人次			桌遊： 10/22-10/30 科學營： 11/26-12/4
班級輔導	「幸福嘉分」班級輔導系列活動，主題含：人際關係、親密關係、自我概念與自我肯定、情緒管理、壓力調適、身心適應/問題解決、生涯探索與規劃、學習輔導、自殺/自傷防治，預計辦理 15-20 場次。	全校學生	三校區辦理	每週三 5、6 節為主，視各班級預約時間而定
嘉輔志工團	透過輔導志工月會增進團隊凝聚力。月會活動內容主要由志工隊自行設計課程，專業課程部份由中心心理師支援。辦理志工隊假日專業研習，由中心心理師帶領，期增進學輔志工專業知能。	全校學生	民雄校區	志工月會 10/12、 11/23、12/07、12/28 志工專業成長工作坊 9月23-24日
「心心知我心」自殺防治守門人	班級輔導課程： 結合班級輔導，深化自殺防治守門人觀念，落實及早發現與介入之校園防護網。預計辦理 4 場次，150(含)人次以上。	全校學生	三校區辦理	9 月-12 月

105-1 學生輔導中心行事曆

週次	Sun.	Mon.	Tues.	Wed.	Thurs.	Fri.	Sat.
	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08	09/09	09/10
	09/05-06 新生始業式 09/07 導師輔導增能系列工作坊@蘭潭 09/08 導師輔導增能系列工作坊@民雄 09/09 教學研討暨學生輔導聯席會議@ 民雄						
	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16	09/17
一	09/15-16 中秋節彈性放假 09/12 正式上課 *學生輔導中心 105-1 學期系列活動宣傳週 W1 *「幸福嘉分」班級輔導活動申請開始(主題：人際關係、親密關係、自我概念與自我肯定、情緒管理、壓力調適、身心適應/問題解決、生涯探索與規劃、學習輔導、自殺/自傷防治)						
	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
二	*學生輔導中心 105-1 學期系列活動宣傳週 W2 09/21 大一新生心理測驗團體施測						
	09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30	10/01
三	09/28 大一新生心理測驗團體施測 09/26、09/27、09/29 生命周 9/30 導師輔導增能系列工作坊@蘭潭						
	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08
四	10/04 生活適應團體第 1 次@民雄 10/08 生活適應工作坊@蘭潭						
	10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15
五	10/10 雙十節放假 10/11 生活適應團體第 2 次@民雄 10/12 大一新生心理測驗團體施測；第 1 次嘉輔志工月會；《走進心靈的荒野》專題演講@民雄； 《旅程停看聽》生活適應專題演講@民雄；導師輔導增能系列工作坊@民雄 10/15 生活適應工作坊@民雄						
	10/16	10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22
六	10/17 大一新生心理測驗團體施測；愛情成長團體第 1 次@蘭潭 10/18 生活適應團體第 3 次@民雄 10/19 心理健康講座(對象：農學院大二)@蘭潭；《陪伴的藝術》助人工作專題演講@民雄 10/22 《EZ Fly》桌遊培訓課程第 1 次						
	10/23	10/24	10/25	10/26	10/27	10/28	10/29
七	10/23 《看見未來》生涯能量工作坊@民雄；《EZ Fly》桌遊培訓課程第 2 次 10/24 愛情成長團體第 2 次@蘭潭 10/25 生活適應團體第 4 次@民雄 10/26 心理健康講座(對象：師範學院大一至大四、理工學院大二、管理學院大二、獸醫學院大二) 10/29 《EZ Fly》桌遊培訓課程第 3 次						
	10/30	10/31	11/01	11/02	11/03	11/04	11/05
八	10/30 《EZ Fly》桌遊培訓課程第 4 次 10/31 愛情成長團體第 3 次@蘭潭 11/01 生活適應團體第 5 次@民雄 11/02 心理健康講座(對象：人文藝術學院大二)@民雄；導師輔導增能系列工作坊@蘭潭						
	11/06	11/07	11/08	11/09	11/10	11/11	11/12
九	11/07 愛情成長團體第 4 次@蘭潭 11/08 生活適應團體第 6 次@民雄 11/9 導師輔導增能系列工作坊@民雄						
	11/13	11/14	11/15	11/16	11/17	11/18	11/19
十	11/14-11/18 期中考週 11/16 導師輔導增能系列工作坊@新民						
	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24	11/25	11/26
十一	11/21 愛情成長團體第 5 次@蘭潭 11/23 心理健康講座(對象：生命科學院大二)@蘭潭；第 2 次嘉輔志工月會； 《人生指南針》生涯規劃專題演講@民雄 11/26 《Do Science》科學培訓課程第 1 次						
	11/27	11/28	11/29	11/30	12/01	12/02	12/03
十二	11/27 《Do Science》科學培訓課程第 2 次 11/28 愛情成長團體第 6 次@蘭潭 12/03 《Do Science》科學培訓課程第 3 次						
	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08	12/09	12/10
十三	12/04 《Do Science》科學培訓課程第 4 次 12/05 愛情成長團體第 7 次@蘭潭 12/07 第 3 次嘉輔志工月會；《學習馬拉松》讀書技巧專題演講@民雄						
	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16	12/17
十四	12/12 愛情成長團體第 8 次@蘭潭						
	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
十五							
	12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
十六	12/28 第 4 次嘉輔志工月會；《陪伴的藝術》助人工作專題演講@民雄 12/31 生活適應工作坊						
	01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07
十七	01/02 開國紀念日補假						
	01/08	01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14
十八	01/09-01/13 期末考週						