



學生活動專區 & 資源教室訊息



諮商中心《活動成果》

【焦點解決短期治療取向團體督導】

時 間：114 年 04 月 22 日 (二) 09 : 00 ~ 12 : 00

地 點：商業管理大樓 F709

講 師：林祺堂 諮商心理師

參加對象：講師、諮輔中心人員，參與人數共計 9 人。

◎ 活動記要：

此次團體督導由兩位實習心理師做個案報告，講師以焦點解決短期治療 (SFBT) 取向，協助實習心理師在個案中識別解決方案、優勢與例外經驗，從以解決為導向的視角出發。講師也清楚地示範了如何運用 SFBT 的核心技巧，並指出在諮商互動中，哪些時刻可以更好地引導個案朝向改變和目標。

這幫助我們釐清如何在諮商中保持焦點於解決方案，並運用個案自身的資源，也使心理師對自身的 SFBT 實務技巧與導引改變的能力有更深入的理解與反思。回饋表中，表示對於此次研習內容安排之滿意度為 100%。



【ROTC 系列活動-生命教育講座:ROTC 學生的壓力因應】

【ROTC 系列活動-生命教育講座:軍官工作在我生命中的意義】

【ROTC 系列活動-生命教育講座:心輔官的經驗分享與生命反思】

時 間：114 年 04 月 22 日 (二)、114 年 04 月 29 日 (二)、114 年 05 月 06 日 (二) 12 : 00 ~ 13 : 00

地 點：商業管理大樓 F709

講 師：李哲緯 實習諮商心理師

參加對象：講師、諮輔中心人員、校內 ROTC 生，參與人數共計 8~12 人。

◎ 活動記要：本系列講座由實習諮商心理師暨前空軍上尉心輔官李哲緯主講，參與對象為校內 ROTC 學生與諮輔中心人員，每場次共計 8 至 12 人參與。講座內容結合生命教育觀點，從心理學角度帶領學生探討在 ROTC 訓練與學業壓力之間的平衡，並邀請學生反思未來軍職工作的角色定位與人生價值。講師亦分享心輔官在軍中協助官兵心理調適的經驗，讓學生更了解軍中人際互動與壓力管理之實務。整體活動氣氛溫暖且互動良好，協助學生在軍旅與人生之路上增進自我覺察與心理韌性。



【正念放鬆，織出你的療癒時光】

時 間：114 年 05 月 01 日 (二) 13 : 00 ~ 16 : 00

地 點：商業管理大樓 F709

講 師：黃玉寶 實習諮商心理師、蘿法 LOBA 編織講師

參加對象：講師、諮輔中心人員、全校學生，參與人數共計 24 人

◎ 活動記要：

為協助學生紓壓與培養覺察力，特舉辦「正念放鬆，織出你的療癒時光」活動，活動前面透過正念喝珍奶的方式，引導學生專注於五官的覺察，體驗活在當下。接續由 LOBA 編織講師帶學生們透過毛線的部分，讓學生們製作毛線長鏈，有學生分享：「完成長鏈作品讓我很有成就感」、「做的過程中放音樂真的很療癒」、「很喜歡手作課程」。多數同學皆表示，未來想繼續參加手作相關的活動。回饋表中，表示透過活動而覺得有收穫與幫助之滿意度為 100%。



【戀愛心理學工作坊】

時 間：114 年 05 月 03 日 (六) 09：30～16：30

地 點：商業管理大樓 F709

講 師：黃玉寶、李哲緯 實習諮商心理師

參加對象：講師、諮輔中心人員，參與人數共計 8 人。

◎ 活動記要：

工作坊融合心理學的依附理論、個人探索與團體互動，提升學生對自身關係模式的覺察力，釐清自己在關係中的需求，學習建立健康的親密連結。首先是「彩砂瓶」的創作體驗，讓學生以繽紛彩砂的層疊，非語言地表達複雜的感情世界或某段關係的狀態，讓內在情感得以流動與呈現。接下來，團體也透過「愛情卡」分享、「愛情藍圖物件排列」等活動，運用具象物件來視覺化內心對於理想關係的期待與需求，探索自己在關係中的渴望與可能存在的衝突點。



【讓諮商與你的青春對話暨手作花海燈】

時 間：114 年 05 月 08 日 (四) 13：00～15：00

地 點：商業管理大樓 F709

講 師：黃玉寶 實習諮商心理師

參加對象：講師、諮輔中心人員、全校學生，參與人數共計 18 人。

◎ 活動記要：

「讓諮商與你的青春對話」講座暨手作花海燈活動，吸引多位同學參與。活動由實習心理師黃玉寶主講，透過引導與分享，協助學生理解諮商的真實面貌，釐清過往可能對諮商的迷思與誤解，鼓勵大家勇敢邁出探索自我與尋求資源的第一步。講座後半段安排了療癒的花海燈手作活動，讓學生們親手製作屬於自己的花海燈，在創作的過程中沉澱心情、感受情緒、體驗放鬆。回饋表中，表示透過活動而覺得有收穫與幫助之滿意度為 100%。



【江醫師身心整合諮詢】

時 間：114 年 5 月 13 日(二) 13：00～16：00

地 點：商業管理大樓 F201

講 師：江淑娟 醫師 (江淑娟身心科診所院長)

參加人員：本校師生共 6 人次

活動記要：藉由諮詢專業醫師，提供學校師生身心靈上的照顧並獲得醫療上的建議。

(為保護個資需求，不便提供照片)

【輔導股長期末大會暨手作袖珍屋】

時 間：114 年 05 月 15 日 (四) 12：00～15：00

地 點：商業管理大樓 F709

講 師：黃玉寶 實習諮商心理師

參加對象：講師、諮輔中心人員、輔導股長，參與人數共計 17 人。

◎ 活動記要：

諮商輔導中心舉辦「輔導股長期末大會暨手作袖珍屋活動」，感謝各班輔導股長於本學期積極協助中心活動宣傳、參與及每週簽到任務。活動以抽獎展開序幕，設計人人有獎，並特別頒發精美禮物給表現特別用心的股長們，以表達中心對其付出的肯定與感謝。後面安排手作袖珍屋活動，讓股長們在輕鬆的氛圍中動手實作，製作屬於自己的小模型屋，也象徵一學期以來在心理健康推廣上共同努力的美好成果。本次活動不只凝聚股長與中心的連結，也增進股長們對諮輔工作的認識與歸屬感，為本學期畫下溫馨與充滿感謝的句點。回饋表中，表示透過活動而覺得有收穫與幫助之滿意度為 82%。





諮商中心《活動預告》

【生涯輔導系列講座：軍官之路的生涯與心理準備】

時 間：114 年 05 月 20 日(二) 13：00~15：00

地 點：商業管理大樓 F709

參加對象：全校學生

備 註：為提升同學們對心理健康與自殺防治議題的認識，本次諮商中心特別規劃【自殺防治學會參訪與台灣博物館】活動，邀請全校同學一同參與。活動將先去參訪自殺防治學會中心，讓同學們了解我國自殺防治工作的推動歷程與實務策略，並由專業人員說明，帮助大家建立正確的關懷意識。接續將前往台灣博物館，透過文化與歷史的洗禮，促進學生們的心理平衡與身心舒壓。

【個案概念化講座】

時 間：114 年 05 月 21 日 (三) 09：00~12：00

地 點：商業管理大樓 F709

講 師：鄧文章 諮商心理師

參加對象：諮輔中心人員。

◎ 活動記要：

為增進職員的專業成長，諮商輔導中心將於 5 月 21 日舉辦個案概念化講座，講座將由鄧文章老師主講，講師擅長透過淺顯易懂的說明與模擬案例，協助成員理解「個案概念化」在諮商輔導工作中的重要性與應用方式。講座將聚焦於如何運用個案概念化技巧分析來談者的問題來源與心理動力，並進一步規劃有效的輔導目標與策略。透過理論與實務結合的方式，期望提升中心人員對個案理解與處遇的整合能力。

【自殺防治學會參訪與台灣博物館】

時 間：114 年 05 月 22 日(四) 12：00~17：00

地 點：自殺防治學會

參加對象：全校學生

備 註：為提升同學們對心理健康與自殺防治議題的認識，本次諮商中心特別規劃【自殺防治學會參訪與台灣博物館】活動，邀請全校同學一同參與。活動首先將去參訪自殺防治學會中心，讓同學們了解我國自殺防治工作的推動歷程與實務策略，並由專業人員說明，帮助大家建立正確認識關懷意識。接續將前往台灣博物館，透過文化與歷史的洗禮，促進學生們的心理平衡與身心舒壓。

【一見盅情】永生花盅手作紓壓活動

時 間：114 年 06 月 05 日(四) 13：00~16：00

地 點：商業管理大樓 F202

參加對象：全校教職員

備 註：本次【一見盅情】永生花盅手作紓壓活動，特別邀請花藝老師帶領大家透過手作體驗，放慢步調、專注當下，進行一場身心靈舒壓旅程。永生花盅象徵「美好被珍藏」，成員們將親手設計專屬於自己的花藝作品，並在創作過程中釋放壓力、療癒心情。活動現場備有完整材料，無需自備工具，無經驗者也很適合參加。完成作品後可帶回收藏，為辦公空間增添療癒氣息。為在繁忙的教職工作中為自己留一段溫柔的時光。

資源教室《活動成果》

【113-2「職涯一日座談 X 工業設計工程師」- 學習障礙者就學求職之路】

1. 時 間：114 年 04 月 24 日(四) 12:10~16:00
2. 地 點：商業管理大樓 F202
3. 參加人員：本校資源生、資源教室輔導員及講師，共計 21 人次，整體滿意度 94.5%
4. 活動記要：
5. 本次活動特別邀請到具有學習障礙背景的現職英業達工業設計工程師陳昱學，與學員們分享他在學習歷程中的寶貴經驗。透過真實且誠懇的分享，講者以自身為例，說明如何在探索中找到自己擅長的領域，勇於嘗試並跨足不同領域，最終在職場上發揮所長。



【六色積木 X 感情導航：發現你的戀愛地圖！】-愛情關係工作坊

- 時 間：114 年 05 月 01 日(四) 11:00~16:00
- 地 點：商業管理大樓 F202
- 參加對象：本校資源生
- 活動紀要：
1. 本次工作坊共進行兩次課程，透過六色積木與遊玩箱為媒材，引導學生探索自我特質與關係中的自我角色。
 2. 學生透過組建積木塔的活動，認識自身在團體合作中的優勢與表現方式，啟發自我肯定與自信，也從完成積木任務中更深入理解個人特質與擅長的互動模式，並透過創作「理想家」的活動，具象化自己渴望的關係樣貌。
 3. 學生在課程中展現出豐富的想像力與自我覺察，提升對關係互動的理解與表達能力，課程氣氛熱絡且富有啟發性。。



【特教資源解密大揭露】-特教宣導周實施計畫

時 間：114 年 05 月 12 日(一)·8:00~17:00~114 年 5 月 15 日(四)·8:00~17:00
114 年 05 月 19 日(一)·8:00~17:00

地 點：全校各班教室

參加對象：本校教職員生

- 活動紀要：
1. 本次特教宣導活動旨在提升全校師生對特殊教育的基本認識，透過介紹《身心障礙者權利公約》(CRPD) 及常見障礙類別如自閉症、注意力不足過動症與學習障礙，使學生了解不同特質與需求
 2. 引導學生學習尊重與接納多元差異，培養包容態度。活動也介紹資源教室的功能與提供的服務，讓學生理解學校如何支持有特殊需求的同學，最後以 Kahoot 問答互動，加深學習印象與參與感。



【113-2 特教週宣導活動 X 職場前輩就業甘苦談】

1. 時 間：114 年 05 月 15 日(四) 13:00~15:00
2. 地 點：商業管理大樓 F202
3. 參加人員：本校資源生、一般生及講師，共計 28 人次
4. 活動記要：本活動邀請曾經就讀於南亞技術學院校友江泳竹先生，回學校分享身心障礙者在職場上工作的心得，江同學任職的亮羽洗衣工廠的雇主劉小姐亦友分享對身心障礙者工作所做的職務再設計及友善措施，並請桃園市勞動局職管員分享職業重建服務的資源，結合 CRPD 的宣導，提倡工作平權、合理調整的概念。



資源教室《活動預告》

【113-2 提早就業轉銜講座暨一對一諮詢】

時 間：114 年 05 月 22 日(四) 11：00~15：50

地 點：商業管理大樓 F202

參加對象：本校應屆畢業與畢業前一年之身心障礙學生、畢業學生導師、資源教室老師、桃園市政府職業重建個案管理員、支持性就服員、中壢就業中心督導

備 註：為促進應屆畢業生適性就業轉銜服務，並提早連結就業服務相關資源，並針對個別需求提供就業規劃及資源介紹，本次安排桃園市政府職業重建相關人員進行就業資源介紹及一對一的個別諮詢，分享青年可運用的就業資源與促進就業措施，並邀請中壢就業中心就服員分享一般性就業服務管道，讓尚未持有身障證明的學生也能了解並善用。

【個別化轉銜計畫(ITP)會議】

時 間：114 年 05 月 26 日(一) 11：00~16：00

地 點：商業管理大樓 F202

參加對象：本校資源生

備 註：為使學生服務需求得以銜接，並評估學生個別能力與轉銜需求，並依學生需求建議提供學習、生活必要之教育輔助器材及相關支持服務，以提供學生整體性與持續性轉銜輔導及服務。

【自信啟航×職達未來】履歷撰寫與面試職涯工作坊

時 間：114 年 05 月 29 日(四) 12：10~16：00

地 點：商業管理大樓 F202

參加人員：資源生、講師、資源教室輔導人員及主管。

活動內容：

1. 透過引導活動，協助資源生發掘自身的優勢與特質，並將其轉化為經驗亮點，提升自信心。
2. 提供履歷撰寫之架構及範例，並指導學生如何以簡潔有力的方式表達個人履歷與技能。
3. 透過模擬面試及回饋，讓學生熟悉面試流程，降低緊張感，提升面試表現。