

情緒管理生涯探索 諮輔組帶你守護幸福

學生新聞

【記者熊君君淡水校園報導】學務處諮商輔導組本學期推出5個團體工作坊，除迴響熱烈的「健康瑜珈，青春人生」身心放鬆團體已額滿之外，還新開辦了「達文西愛情密碼」情侶溝通工作坊，提供情侶相偕參加，探討愛情增溫的秘訣。即日起開放報名，額滿為止。

另有「藍色瞳鈴眼」關係失落心理劇場工作坊，由老師帶領，以演戲的方式，討論分手後的情緒管理；「黑羊與白羊」人際溝通成長工作坊則以製作繪本的方式，詮釋人際關係議題；蘭陽校園學生則可參加「塔羅世界」自我探索工作坊，在老師的領導下分享、討論自己的內心體驗，詳情請洽諮輔組B413。

【記者熊君君淡水校園報導】想要轉系、轉學搞不清楚？畢業後又該何去何從？諮商輔導組教學卓越計畫將於14日（週三）在宮燈教室H111舉辦「生涯探索」活動，即日起開放報名，參加同學皆有精美餐點一份，詳情請洽諮輔組B413李燕玲老師。

「生涯探索」活動分為9時-11時、11時-13時、13時-15時及15時-17時等4場，每場限額25人，將進行「生涯興趣量表」、「工作價值觀量表」的施測，由專業輔導老師帶領，精闢解析測驗結果、體驗活動，一起尋找興趣、未來工作與生涯的方向。諮輔組也提供「個別生涯諮商」，同學可至諮輔組B413預約，進行量表測驗，一對一與專業諮商心理師探討。

【記者熊君君淡水校園報導】教你把幸福帶給別人！諮商輔導組自即日起至16日止招募「幸福特派員」學習心理適應輔導志工，及「馬偕關懷兒童」、「校園守護天使」志工，提供同學社會服務的機會，對於心理輔導或幫助他人有興趣的同學，請洽諮輔組B413。

諮輔組組長胡延薇表示，培養「幸福特派員」是因為很多同學不敢向師長求助，所以希望藉由教授同學輔導相關技能，進而幫助其他同學，把幸福散發到學校的每個角落。甄試錄取同學將接受同儕輔導、情緒管理、溝通技巧等課程，通過考核者，正式成為校園輔導志工。「馬偕關懷兒童志工」每週只需要花一天時間到馬偕醫院陪孩童唱

歌、跳舞、玩遊戲，就能把愛傳到每個孩童心中。北市教育局「校園守護天使」志工招募活動，服務對象則為關渡浩然敬老院的長者。

【記者熊君君淡水校園報導】諮商輔導組自即日起至6月14日止，舉辦教學卓越計畫「魔力電影院」電影賞析系列講座，於晚上6時在商館B127播放關於面對人生困境與挑戰、學習、夢想主題的電影，並邀請學者專家進行分析與討論，報名請洽諮輔組B413。

本學期將放映基努李維主演的「追夢高手」，及「佐賀的超級阿嬤」、「心靈訪客」、「雷之心靈傳奇」、「卡特教頭」等熱門電影，凡參加諮輔組卓越計畫相關活動，可加蓋「活力學習印章」，並有機會於學期末獲得神秘禮物。