

七 輔 導 團 體 招 生

學生新聞

【記者張毓純報導】這學期學輔組為全校同學精心策劃七個主題活動，豐富的活動內容包括：「生活EQ團體」、「藝術創作與自我成長工作坊」、「心理演劇工作坊」、「同儕助人成長工作坊」、「生涯探索與規劃團體」、「壓力調適團體」、「男男VS女女工作坊」。每個主題活動的時間與實施方式不同，招收的人數有一定限制，至少12人至多20人。

「生活EQ團體」是本學期新增添的活動，從三月六日起活動時間共六週，旨在學習心情調適的能力，並培養觀察、創意精神及健康快樂的生活態度。圖畫會說話嗎？學輔組的「藝術創作與自我成長工作坊」讓參與者由拼貼、塗鴉想像的藝術創作中重新認識自己、表達自我並認識藝術創作的成長層面。招收對象不須具備繪畫基礎，但求一顆開放的心。

每年叫好叫座的「心理演劇工作坊」，藉由即興的演出協助成員自我探索、多向度了解他人與自我的內心世界。I am ok, are you ok? 「同儕助人成長工作坊」讓成員學習如何幫助自己或他人。以大三學生為招收對象的「生涯探索與規劃團體」特請東吳大學生涯發展組主任高世平為此次活動的領導人，有探索個人興趣與人格、生涯幻遊、生涯規劃與行動等單元。

依據同學有課業、感情等等問題的壓力，「壓力調適團體」認識壓力模式與自我控制原理、正向心語練習、正向心向練習等活動單元，了解個人壓力問題所在，學習各種壓力調適技巧。這學期新增加的「男男VS女女工作坊」針對有異性交往未超過半年的同學為優先招收對象，協助參予

者更了解兩性交往方式，培養長期的男女交往態度。學輔組組員蘇鳳龍笑著說：「想分手的，不要來啊！」