

諮輔組提供線上諮商

學生新聞

【記者熊君君報導】當同學碰到心事累積無處宣洩時，學務處諮商輔導組提供完整的諮商管道，對於害怕尋求協助的同學，特別設立「心理健康操」線上諮商，提供分享心語的空間。另外，各社團、系所如需要「自我成長」、「同儕溝通」、「學習技巧」等專題師資，可向諮輔組（B413）申請。

諮輔組邱怡菁老師表示，統計以往的案例，以文學院申請服務的比率最高，男生相較於女生，比率特低，目前只收到一位男生的信。同學的困擾範圍很廣，包括：自我了解、學習適應、生涯探索、兩性情感、家庭困擾、人際關係、情緒管理、壓力調適與心理疾病諮詢等。

大部分同學在回信中，都能得到解決之道，也有的同學親自到諮輔組更深入的商討。

「心理健康操」使用管道：透過淡江大學首頁進入到學生事務處→諮商輔導組網頁→心理健康操即可，歡迎同學們多加利用。