

諮輔紓壓妙方擴香石拓印提袋體驗破千人

學生大代誌

【記者李柔淡水校園報導】諮商暨職涯輔導組於10月29日到31日舉辦心理衛生推廣聯合擺攤活動，在商管大樓4樓有手作擴香石、絹印手提帆布袋，製作簡單快速的療癒小物，還能加入自己的巧思，活動前兩日累計有1,050人前往體驗，現場反應熱絡、笑語充斥。

其中「與你香伴」擴香石手作，邀請參加者挑選花材或果乾，先將混合好的石灰水泥倒入模具中，再置入設計好的素材，凝固後滴上數滴精油和香氛，美麗的擴香石便完成了！「絹印日常，網外拓展」絹印提袋則是挑選圖案、抹上顏料，確定平均受力後刮下，立體鮮明的圖案顯現在外袋上。諮輔組約聘輔導員李元親表示，「與你香伴是為了宣導防治自我傷害和危機管理，絹印提袋是希望大家能用不同的方式，至少幾分鐘專注在網路之外，且完成可愛作品讓人很開心，也能發展多元興趣。」

另諮輔組在商館3樓設攤是性別平等專案「越來越愛你」，是利用心理測驗幫助大家檢視人際和親密關係；生涯專案「你好，淡江無界」是共創故事計畫，以交換故事的形式分享淡江大小事，可以寫信或回覆他人。擇一響應並填寫問卷，就能挑選喜歡的手鍊、耳環或吊飾。

參與同學、資管一鄭芷函分享：「我很喜歡美術，諮輔組這次準備的手作小物很有趣，有機會會想再參加諮輔組的其他活動。」土木三何宜臻說：「這個活動很有趣，能互相給予回饋，還有可愛的耳環可以拿！」



淡江時報社