

心輔組夜間諮詢開跑囉

心情鬱悶、壓力好大，可是白天沒時間，怎麼辦？
心輔組好遠，如果離我近一點該有多好？
同學們的心聲，學校都聽到了！

為了照顧同學的需求，
讓大家更容易親近心輔資源，
這學期開始，
心輔組將啟動夜間諮詢服務，
並額外提供日間宿舍值班諮詢服務，
歡迎大家多多利用。



【夜間諮詢服務~02/13起(初談暫不開放)，諮詢時段可選擇】

每週一到五晚上1800-2200
勝四舍1樓·光二舍1樓·圖書館B1(至2100)

【日間宿舍區諮詢服務~免預約，見宿舍公告】

每週二下午1300-1500 勝四舍 (02/21起)
每週四下午1300-1500 光二舍 (03/02起)

111-2 成功大學心輔組心理健康推廣活動



新心人類計畫



Ongoing

- 02.13-06.16 持之以恆-身心平衡
檢測與放鬆諮詢
- 02.20-06.16 放鬆時刻-
芳香澄靜與身心療癒
- 3A-4A 成為一個人路上-
影像育療團體
- 03.07-05.02 長大，是身上不再有
你們的影子？- 家庭
與自我性格探索團體
- 03.09-04.20 International students
Support Group
- 03.15-05.10 Just chill~take a breath-
放輕鬆支持團體
- 03.23-05.25 Before Sunrise-
伴侶諮詢體驗
- 4A-5A 性的正義與行動工作坊

Feb. & Mar.

- 02.18 (六) 心與自然的對話- 自然
探索與內在覺察微工作坊
- 03.02 (四) 草地上的喃喃細語-
一段自己與自然的療癒時刻
- 03.03 (五) Resilience-building: How to
turn Stressed into Desserts.
- 03.08 (三) 認識躁鬱症巡迴講座
- 03.10 (五) 提升幸福感的小練習-
生命樹創作工作坊
- 03.17 (五) 安放自己，找回身心活力-
身體覺察與放鬆工作坊
- 03.24 (五) 轉變之旅- 畢業生生涯
自我探索工作坊

Apr.

- 04.11 (二) 另一個視野-
特教電影賞析：
「月亮的小孩」
- 04.25 (二) 校園無障礙教育
推廣講座：
無障礙的生活日常
- 04.25 (二) 愛不愛，礙不礙-
情感關係探索
與經營講座

May. & Jun.

- 05.02 (二) 校園無障礙教育
推廣講座：重生
後的無障礙生活
- 05.06 (六) 拳與心的相遇-
拳擊體驗與自我
探索工作坊
- 05.08 (一) 不完美墨傷心-
酒精墨水畫探索
工作坊
- 05.09 (二) 性福的溝通-
談親密關係中
性與溝通工作坊
- 05.15 (一) 身聲相伴-
身體掃描工作坊
- 05.16 (二) 另一個視野-
特教電影賞析：
「靜寂的鼓手」
- 05.17、05.24 (三) 我們都需要舒心
放鬆安神- 音叉
身心保健工作坊
- 05.21 (日) 2023第九屆台南
粉紅點活動
- 05.26 (五) 嘿~一起chill chill
-自我覺察與關照
工作坊
- 06.02 (五) 與自己做朋友-
身心舞動的彩墨創作

報名詳見心輔組網站首頁及全校活動系統