

# 心理健康資源

來心輔，學幸福！



## 心理健康與諮商輔導組



(請洽【心輔組】分機：50320)

網址：<http://counseling.osa.ncku.edu.tw/bin/home.php?Lang=zh-tw>

◆幸福園丁：本校心理健康與諮商輔導組聘用具國家專業證照的心理師與社工師，為全校教職員生提供各項幸福料理，包括：個別諮商、團體諮商、心理健康講座、成長團體與工作坊等。心輔組並協助全校導師輔導及教育學生之工作，促進師生關係，邁向幸福一家親。

◆幸福課程：心輔組開設心理健康系列通識課程，包括：探索自我與開發天賦、情緒與壓力管理、家庭關係、幸福學、無障礙生活與環境，普獲學生好評。

### ◆幸福資源：

(一) 諮商輔導服務e化系統：可透過網路並依據自身需求，線上預約心理諮商。



網址：[http://140.116.249.175/CS\\_NCKU/Index.aspx](http://140.116.249.175/CS_NCKU/Index.aspx)

線上申請  
心理諮商



請進！

心情指數  
線上測驗



請進！

(二) 心情指數線上測驗：快速評估自己的身心狀況，測驗後並可立即觀看結果。憂鬱指數偏高者，系統將同時通知心理師做後續追蹤。

(三) 成大家長通訊：定期報導本校辦學績效與各項活動，包括學校學術上成果及新推行的政策、措施等，讓家長瞭解校園動態；並提供輔導資訊，以專欄或專題方式，討論大學階段的親子關係與親子溝通技巧。我們也會繼續辦理各區家長座談會，報導活動紀實。



網址：<http://counseling.osa.ncku.edu.tw/files/11-10633438.php?Lang=zh-tw>