

# 114-2 學期 「遇見更好的自己~自我探索與成長的旅程」

## 主題輔導週系列活動

活動名稱	時間	講者/帶領人	地點	認證
專題演講				
情緒管理專題演講 情緒管理與壓力調適講座	3/26(二) 10:10-12:00	廖欣渝 諮商心理師	圖書館 2F 會議室	活動認證 1次
人際關係專題演講 用指尖聊出好關係	3/30(一) 10:10-12:30	陳家維 諮商心理師	圖書館 2F 會議室	
人際關係專題演講 一開口撩人又聊心	3/30(一) 13:10-15:00	陳家維 諮商心理師	圖書館 2F 會議室	
自殺防治專題演講 生命守護者：傾聽、陪伴與預防的力量	4/9(四) 10:10-12:00	王智誼 諮商心理師	圖書館 2F 會議室	
親密關係情感教育專題演講 開心交往、安全分手~辨別危險情人	4/9(四) 13:10-16:00	王智誼 諮商心理師	圖書館 2F 會議室	
職涯探索專題講座 從副總到主理人~吃吃喝喝的工作與人生	4/14(二) 10:10-12:00	李培瑜 品酒師/餐酒館老闆	圖書館 2F 會議室	
職涯規劃專題演講 星空下的職涯密碼：神秘學未來指引(夜)	6/4(四) 20:00-21:30	賴元裕 職涯顧問	仁 38 教室	
工作坊				
能力強向卡工作坊	4/7(二) 13:10-16:00	廖欣渝 諮商心理師	仁 25 翻轉教室	活動或心靈認證 1次 & 點心或飲料
獨角獸糖霜餅乾紓壓工作坊	4/14(二) 13:10-16:00	陳盈如 甜點師	仁 25 翻轉教室	
創傷與自我照顧工作坊 療癒心光·好好照顧自己祈福注連繩紓壓工作坊	5/7(四) 19:30-21:30	賴炳輝 花藝師	仁 38 教室	
情緒管理工作坊 看見情緒的訊號：芳香療癒正念減壓工作坊	5/14(四) 19:30-21:30	王尊裕 仟米生技創辦人	仁 38 教室	
人際互動工作坊 微光相遇：五感蠟燭療癒工作坊	5/21(四) 19:30-21:30	陳姿穎 社工師	仁 38 教室	
生涯探索工作坊 解鎖人生星圖：自我探索工作坊(日)	6/4(四) 13:10-16:00	賴元裕 職涯顧問	仁 38 教室	
同儕輔導員訓練				
輔導股長研習(初階)工作坊 同理心與自我覺察訓練	3/11(三) 12:10-15:00	王擘鈞 諮商心理師	仁 25 翻轉教室	
輔導股長研習(進階)工作坊 溝通技巧&情緒管理的工作坊	5/6(三) 12:10-15:00	王擘鈞 諮商心理師	仁 25 翻轉教室	