

# 112 學年度第二學期 身心健康中心主題輔導週活動

## 發展你的優勢能力

活動名稱	時間	主講者 / 帶領人	地點	認證
<b>專題演講</b>				
聰明上網·慎防網路陷阱講座	3/20(三) 14:10-16:00	王智誼 諮商心理師	國際會議廳	活動或心靈 認證 <u>1</u> 次
真正強大的力量來自於內心~ 艾力克師傅的成長故事	5/8(三) 14:10-16:00	林建民 柳川屋創辦人	圖資二樓會議室	
職場新人的安立指南~職場關係 困境、工作與身心負荷調適 講座	5/14(二) 13:10-15:00	洪瑞謙 諮商心理師	圖資二樓會議室	
不再成為情緒暴走族：淺談不 健康情緒樣貌與因應策略	5/16(四) 13:10-15:00	鄧年嘉 諮商心理師	圖資二樓會議室	
職前充電站·建立正確的職場 心態	6/5(三) 11:10-13:00	王擘鈞 諮商心理師	圖資二樓會議室	
<b>工作坊</b>				
人生設計卡：發展你的職場優 勢能力工作坊	3/12(二) 13:10-16:00	洪瑞謙 諮商心理師	仁愛樓二樓 翻轉教室	活動或心靈 認證 <u>1-2</u> 次
情緒調適與紓壓工作坊	3/20(三) 17:30-20:30	王智誼 諮商心理師	仁愛樓二樓 翻轉教室	
和諧粉彩小卡製作-紓壓工作 坊	6/12(三) 11:10-13:00	江怡葶 諮商心理師	仁愛樓二樓 翻轉教室	
樂玩桌遊-拓展人際溝通技巧 工作坊	6/12(三) 13:10-16:00	江怡葶 諮商心理師	仁愛樓二樓 翻轉教室	
同儕輔導員自我成長工作坊	4/24(三) 13:10-16:00	廖欣渝 諮商心理師	仁愛樓二樓 翻轉教室	
同儕輔導員溝通技巧&情緒管 理的工作坊	6/5(三) 13:10-16:00	王擘鈞 諮商心理師	大 37 心理測驗室	



※想報名參加活動的同學，請至[敏實科大](#)

[網站](#)>[行政單位](#)>[學務處](#)>[身心健康中心](#)

「線上報名」，或掃描下方 QR 碼報名！

