

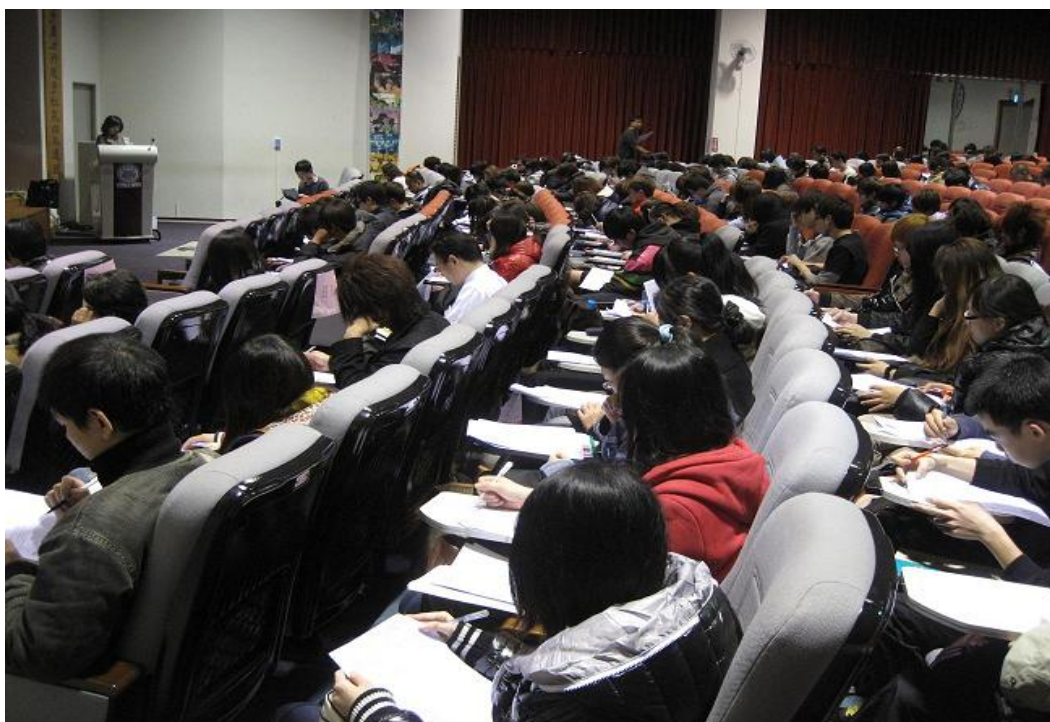
進修學制一年級心理健康檢測

★活動日期：101年2月21日、3月6日(二)

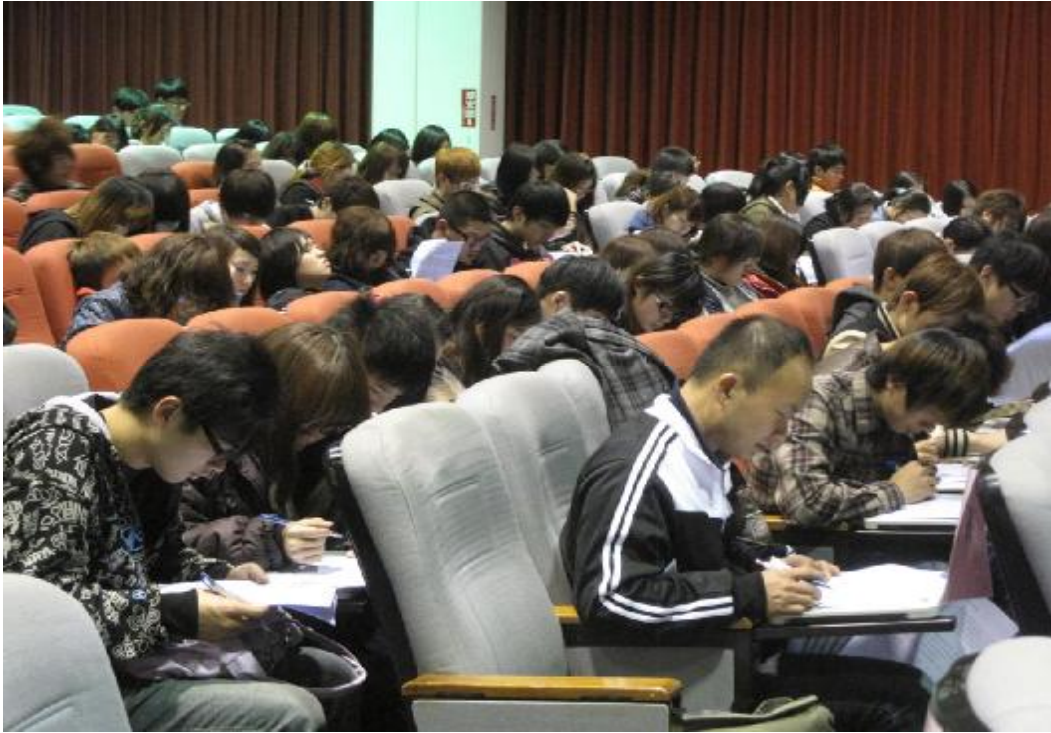
★活動地點：伯苓大樓五樓良知堂

★主講人：林佳吟老師

為了關心進修學士班同學的心理健康，
這學期我們邀請林佳吟老師，透過測驗來協助同學認識自我情緒狀態。



在各班導師的支持陪伴下，
進修學士班同學踴躍出席且認真作答的樣子~



開始計分囉！
原來分數的意義正反映出自己最近幾天的心情狀態呀~
原來情緒就在每天生活裡，只要我們願意聆聽它。



親愛的同學，你(妳)是否曾發現自己一天裡最快樂的時刻，是什麼時候呢？

許多同學紛紛傳來“下課或下班的時候”的聲音…
原來下課或下班的時候最快樂，是因為我們夠負責，
所以才會感受到完成工作後的喜樂感。



聽到畢馬龍雕刻家的故事，看見影片裡對著鏡子自我激勵的小女孩，
才發現原來只要你(妳)願意相信自己，你(妳)就可以成為你(妳)要的樣子。



你(妳)是否曾聽見有人問…

「諮輔中心是做什麼的?」、「我不知道它在哪裡?」、「什麼樣的人才可以來呢?」

其實…諮輔中心是我們的心靈渡假村，**每個人**都可以在此停留駐足~

如果你(妳)畢業後，想要使用個別晤談、做測驗、參加工作坊，
這都是要花錢的，那何不趁著大學生活，好好運用學校諮輔中心的免費資源呢?

我們有免費的晤談、心理測驗、多元活動型態、圖書/DVD…

讓你(妳)從體驗中學習成長…

~歡迎有事沒事都可以來行健二樓諮輔中心坐坐哦~



最後，再次謝謝導師們、同學們的投入參與。

學務處諮商輔導中心製