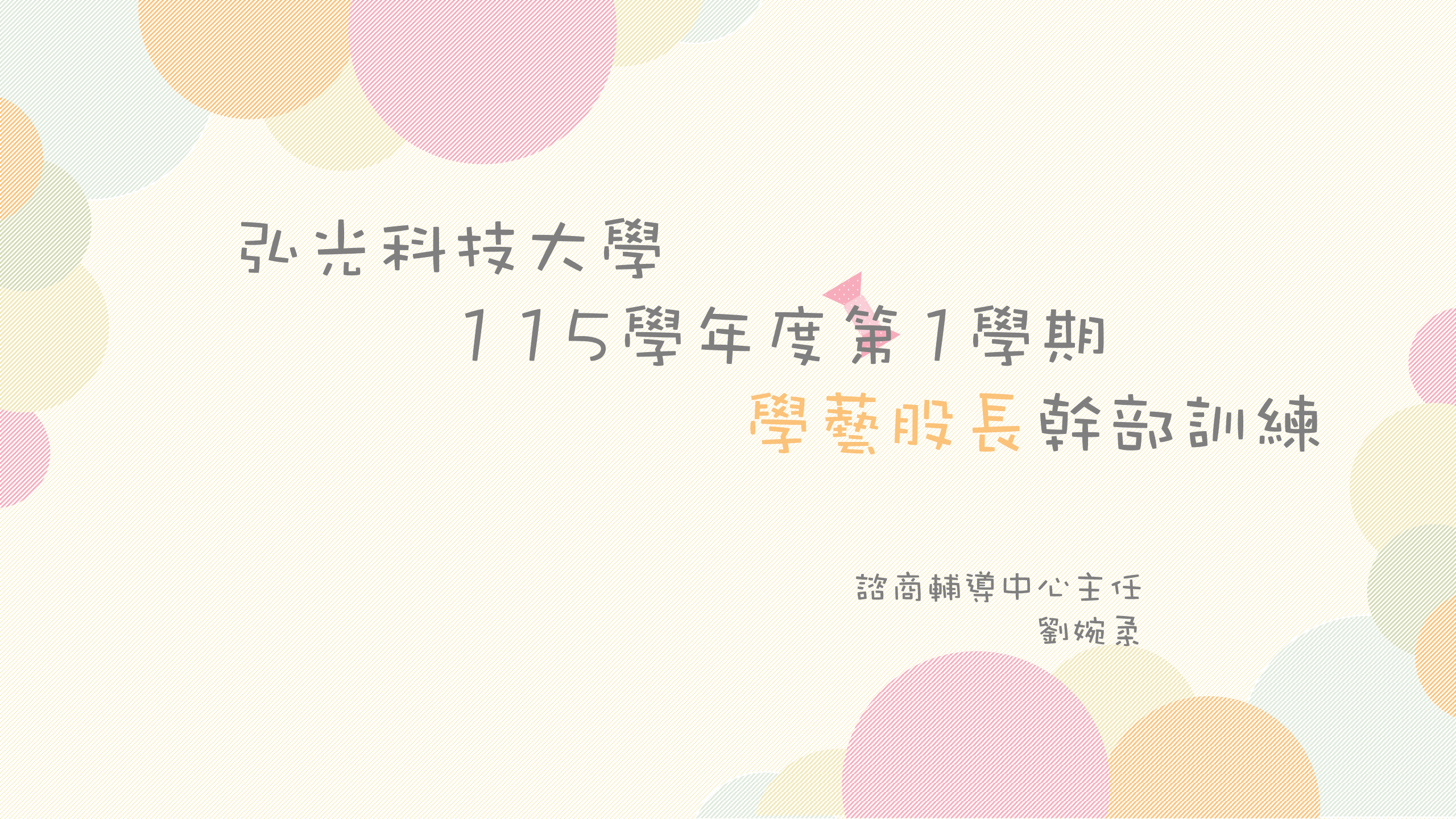




弘光科技大學

115學年度第1學期

學藝股長幹部訓練

諮商輔導中心主任

劉婉柔

學藝股長的任務

- 協助班會紀錄上傳
- 轉知諮輔中心最新訊息來源
- 成為班級心靈輔導的種子

加入請輸入您的班級
(科系+年級+班級)



Line社群



中心IG帳號



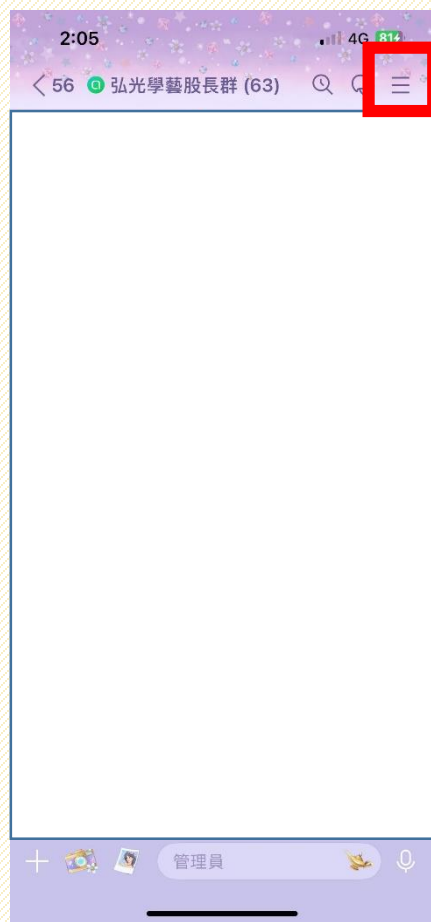
臉書粉絲頁



中心網頁

社群改名方式

請將暱稱改成您的班級（科系+年級+班級），例如四技護理一甲



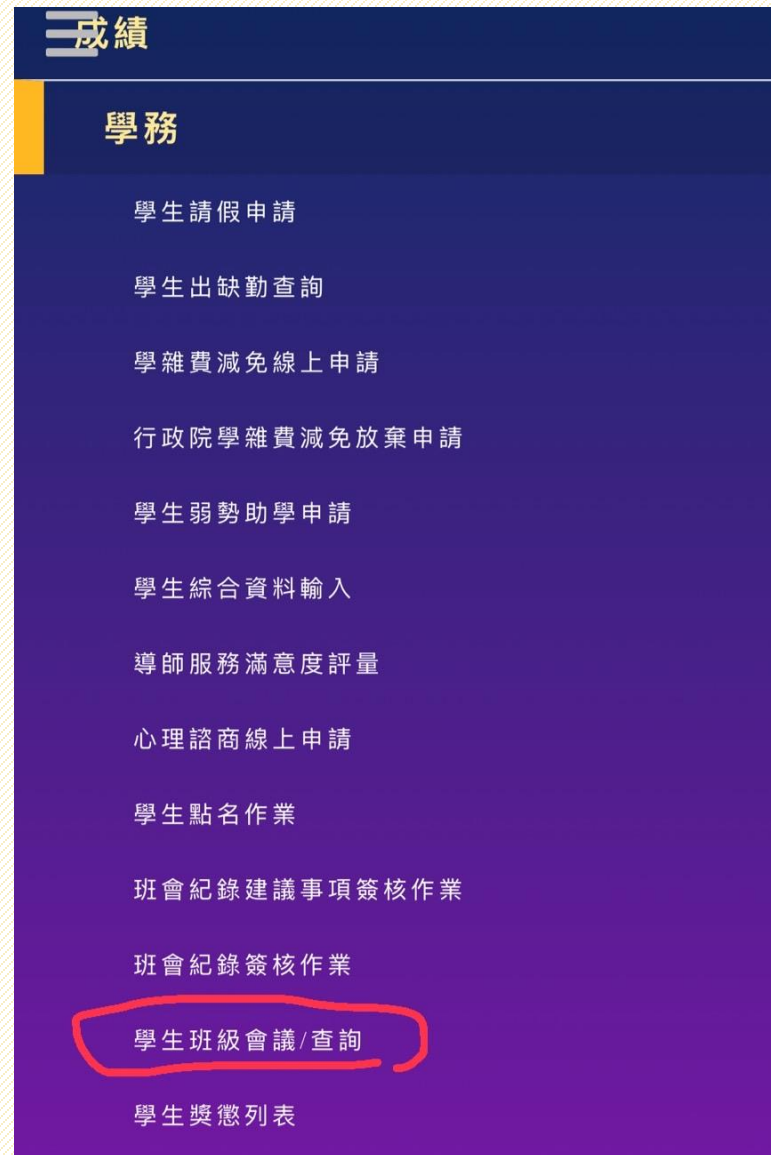
班會紀錄

- 班會紀錄填寫路徑
 - 請先進入本校[首頁](#)
 - 點選「[在校學生](#)」
 - 點開「[學務](#)」欄位
 - 點選「[班級會議紀錄/查詢](#)」
 - 此功能僅開放給「[學藝股長](#)」進行填寫



注意事項：

- 建議班級每學期至少召開4次班會
- 召開形式不拘（例如：視訊、LINE群組…等）
- 地點及日期得彈性調整
- 請學藝股長至班會記錄系統填寫班會紀錄



因學藝股長才可以新增班會紀
若您無法新增
請洽生住組同仁，分機#1425

日期查詢:

~

說明：

(1).各班級每召開日期僅能新增一次班會紀錄。

(2).目前已開放導師可以進行協助建立班會紀錄。

(3).如是班導師協助建立的班會紀錄該簽核流程不會再經由班代和導師簽核。

新生普測

為協助新生了解自身身心適應狀態、認識心理健康資源，諮商輔導中心辦理「新生入班心理健康關懷活動」。

一、活動對象：日間部五專護理科、二技護理系及四技新生

△□ 本活動為上述新生必要參加，請各班務必配合辦理。

二、活動內容：

1. 「大專院校學生心理健康關懷量表」及「UCAN大專校院就業職能量表」施測暨解測
2. 新生生活適應等心理健康宣導
3. 諮商輔導中心資源及服務介紹

三、活動時間：2026年10月1日至10月30日

每班安排兩節課時間進行。

四、活動申請：請**班代**代表班級填寫線上申請表，以利安排施測時間及場地。

☞ 申請表：<https://forms.gle/sBxAA4PyMCWgA2Cs5>

請各班務必完成申請，並配合安排活動。

五、聯絡方式：諮商輔導中心04-26318652 分機1473

新生活！新開始！
從認識自己出發！

新的階段
一起更好！

日間部新生 心理健康關懷活動

認識自己・適應大學・開創更好的未來！

活動目的
透過心理測驗，幫助你了解目前的身心適應狀態，及早發現、及早關心，讓你更順利適應大學生活！

活動時間
2026.10.1(四) ~ 10.30(五)

活動內容
1. 「大專院校學生心理健康關懷量表」及「UCAN大專校院就業職能量表」施測暨解測
2. 新生生活適應等心衛推廣
3. 簡介諮輔中心資源及服務

活動地點
各班授課教室、G棟電腦教室或其他教室。
在這裡，找到更好的自己！

活動申請
本活動為必要參加！
請由各班班代填寫申請表，以安排施測時間與地點。

申請表連結

<https://forms.gle/sBxAA4PyMCWgA2Cs5>

關心自己，
迎接更好的大學生活！
我們一起加油！

若有疑問，請聯繫
諮商輔導中心 04-26318652 分機 1473

諮商輔導中心 關心你

諮輔中心活動宣傳

心樂園有各式各樣能量補給站

講座、體驗活動

像一場小小的踏青。為忙碌的自己帶來喘息。

透過豐富、有趣與多元的體驗活動，幫助自己抒壓，與增進調適能力。



團體諮商、假日工作坊

在這能有更深入的議題討論，在彼此的互動過程中有所成長。

像與夥伴一起露營或探險，靠著大家的力量搭起一個人時未必能看見的風景。



個別諮商

像一段充滿未知，需要時間的深度旅程。

透過長期穩定的晤談，讓我們在這段旅程中，更深入的認識自己。





心資訊

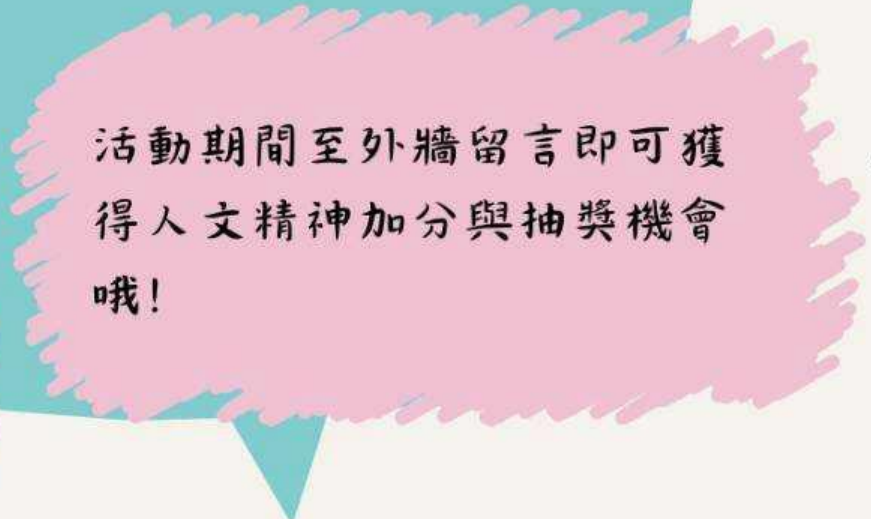


「喵/汪星人的選擇題」
互動牆活動

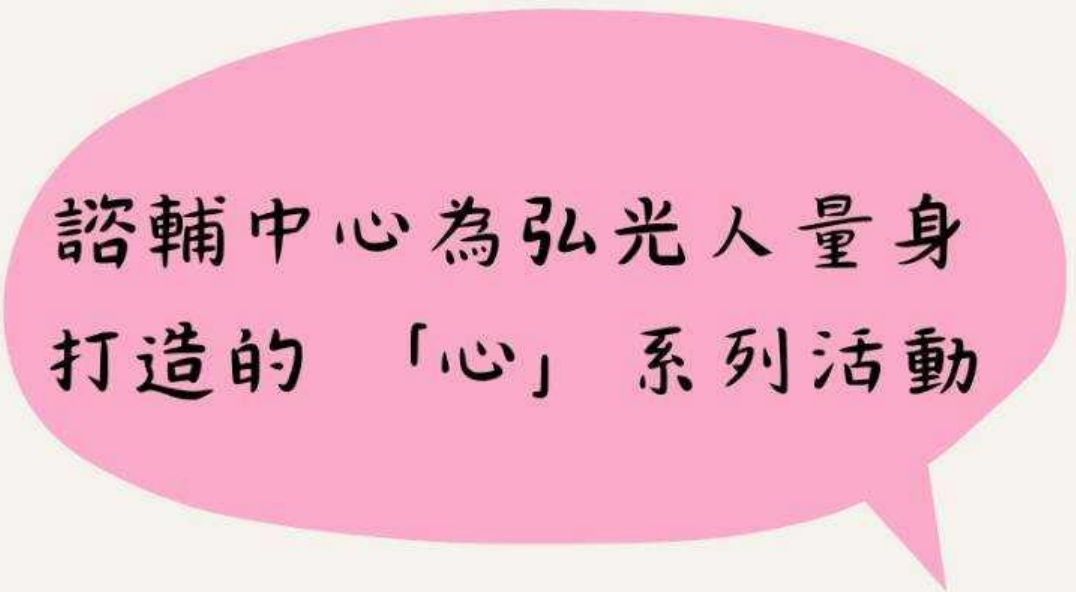
活動期間：115/9/14~12/11

(抽獎期限至12/11)

活動地點：L105外互動牆



活動期間至外牆留言即可獲得人文精神加分與抽獎機會哦!



諮輔中心為弘光人量身
打造的「心」系列活動

弘光秘境 —心靈桃花源 系列活動



桃花源



心
互
動

心靈桃花源—「職由自在」擺攤活動

活動時間：2026/9/17(11:30-13:30)

活動地點：7-11外廣場

無需事先報名,當日闖關
完成,可參與摸彩拿驚喜
好禮

心
學
習

心靈桃花源—「自由配方」測驗體驗活動

活動時間：2026/9/14-10/15

活動地點：L105

掃QR Code 報名



心
體
驗

心靈桃花源—「自由發光」自我探索手作工作坊

活動時間：2026/12/17(13:30-16:30)

活動地點：L212

「心體驗」與「心
學習」有人文精神
加分,需事先報名



「謝囉我的多巴胺！」

「5級分的情緒充飽電指南」講座

活動時間：2026/10/22(12:50-14:35)

活動地點：LB207小會議室



「從精油到情緒療癒：在氣味裡
遇見真實的自己」紓壓工作坊

活動時間：2026/11/26(13:45-16:25)

活動地點：N504



兩項活動皆有人
文精神加分，且需
事先報名。

講座與體驗活動

長成一棵樹，然後去愛
—親密關係探索x沙遊工作坊

活動時間：2026/11/19(13:45-16:25)

活動地點：M308團諮室



團體與假日工作坊

靠近，是一種勇氣；放手，也是一種溫柔—親密關係成長工作坊

活動時間：2026/11/07(09:10-15:30)

活動地點：M308



四場皆有人文精神加分且需
事先報名。

「還在摸索方向的我，也正在前進」—生涯支持團體

活動時間：2026/10/20、10/27、11/3、11/10、
11/17、11/24(17:30-19:30)

活動地點：M308



「我們的愛情，怎麼翻譯？」—親密關係成長團體

活動時間：2026/10/22、10/29、11/5、
11/12、11/19、11/26(17:30-19:30)

活動地點：M308



走過路過不要錯過！

正向心理主題輔導週



正向心理主題輔導週 快樂有GO正闖關

活動時間：2026/10/13-14(12:00-13:00)

活動地點：7-11前廣場

需掃QRcode事先報名
現場闖關送精美點心
(只需7分鐘)

正向心理主題輔導週影賞 馴龍高手(三)

活動時間：2026/10/14(17:00-20:00)

活動地點：7-11旁國際小會議廳

講師：陳美玲老師

需事先報名 (參加者贈送餐盒)

兩場次皆有人文精神加分，影賞需事先報名，請掃QRcode



搭上心樂園志工列車！一起熱血吧！

生命大富翁～諮輔志工活動

同儕關係與正向心理桌遊
High翻天派對

活動時間：
2026/10/21
(17:30-20:00)
地點：宿舍拼圖廣場

同儕關係與正向心理創意遊戲
人際促進派對

活動時間：
2026/11/17
(17:30-20:00)
地點：第二會議室

諮輔志工關懷視多障天使同理心感恩晚會

活動時間：
2026/11/26
(15:00-20:00)
地點：惠明盲童育幼院

生命大富翁諮輔志工招募同理心訓練

活動時間：
2026/9/23
(17:30-19:30)
地點：M308團諮室



報名或參加志工活動請洽諮輔中心 L105林昭宏社工師
(04)2631-8652#1473
volleyb@sunrise.hk.edu.tw



欲參加迎新說明會請掃QRcode

系心理師

賴儀芳

五專護理科、後護系、
四技護理系（所）

(04)2631-8652#1472
yflai0811@hk.edu.tw



湛博瑜

營養系（所）、物治系、
語聽系、動保系

(04)2631-8652#1476
boyu@hk.edu.tw



鄭穎澤

老福系（所）、文設系、
國際語言系、美髮系

(04)2631-8652#1477
yingtse@sunrise.hk.edu.tw



鄭翔鴻

二技護理系、
健管系（所）、多遊系

(04)2631-8652#1476
r118220524@hk.edu.tw



許雅貞

食科系（所）、
妝品系（所）、幼保系

(04)2631-8652#1477
yajeanhsu@hk.edu.tw



曾瑞祥

運體系、醫材系、餐旅系、
智科系、環安系

(04)2631-8652#1473
vipon30828@hk.edu.tw



諮詢中心在L105
7-11那棟的1樓



諮詢中心在哪兒

感謝聆聽

期待下回L105(諮輔中心)見喔~

