

新生須知 Part2--學生事務處(學輔中心)

壹、學輔中心服務內容

- ▣ 個別諮商
- ▣ 心理測驗
- ▣ 團體諮商/工作坊
- ▣ 班級輔導座談
- ▣ 星光/微光電影院
- ▣ 楓帆義工(博愛校區)、向日葵志工(天母校區)培訓
- ▣ 導師輔導知能研習
- ▣ 學生性別平等及生命教育推廣活動辦理
- ▣ 運動心理諮詢服務(天母校區)
- ▣ 資源教室

一、個別諮商是什麼？

每個人的生命都是在書寫屬於自己的故事，有時會遇到壓力、困難或低潮，導致你/妳遲遲無法下筆。透過他人的陪伴，展開自我了解與探索的旅程，為自己重新注入能量，繼續書寫屬於自己的獨特故事。

關於個別諮商，你/妳不可不知的幾件事

- ▣ 保密：晤談的內容會由老師保密，不會對外透露你/妳的資料
- ▣ 時間：每次晤談都為你/妳保留專屬的 50 分鐘
- ▣ 免費：中心提供的諮商服務是免費的喔，所以請你/妳要珍惜每一次的晤談
- ▣ 預約：請親自預約～

二、心理測驗

在創造生命故事的過程中，有時會覺得自己三心二意，裹足不前，透過心理測驗，協助你/妳更加了解自己的內心世界。學輔中心準備了各式各樣的測驗，關於生涯發展規劃、人際關係互動、自我性格了解、學習態度方法等主題，歡迎你/妳隨時來預約做測驗喔！

三、團體諮商/工作坊

在一個安全、信任的氣氛中，透過主題活動的體驗，讓成員分享彼此的感覺、想法，相互的支持關懷，透過這樣彼此分享、回饋、支持及成長，人與人的距離縮短了，面對自己的勇氣也增加了，更了解別人也更認識自己。

如何參加團體諮商或工作坊？

學輔中心每學期都會開辦不同主題與性質的團體或工作坊。如：自我探索、壓力調適、人際溝通、兩性關係、同理心團體等。想要透過團體諮商或工作坊增進對自己的瞭解的同學們，要隨時到學輔中心的網站上注意相關訊息喔！

四、班級輔導座談

學輔中心為了增進同學們大學階段之生活適應能力，接受以班級為單位的申請，提供有關感情、人際、情緒管理、家庭、學習等主題的心理衛生講座，或是團體心理測驗的施測及解釋。可以由班代或導師代表班上與學輔中心報名唷！

五、星光電影院/微光電影院

學輔中心每學期均舉辦電影賞析，除了讓同學免費看電影放鬆心情之外，更可透過與老師及成員間的分享而有更多不同的人生體驗，希望透過活動，能使同學更了解自己及有關之心理資訊，增加同學面對問題、解決問題的能力。有興趣的同學可在學期初至學輔中心網站瀏覽相關訊息或至博愛校區學輔中心索取星光卡，星光卡集滿三點可至學輔中心換精美小禮一份喔！

六、楓帆義工(博愛校區)、向日葵志工(天母校區)培訓

學輔中心有一群充滿活力、熱情的夥伴，透過他們無私的付出，才能讓學輔中心的活動散播到校園的每個角落。而每位義工透過付出，往往會有不同的學習和成長，非常歡迎你/妳加入我們的行列喔。

七、學生性別平等及生命教育推廣活動

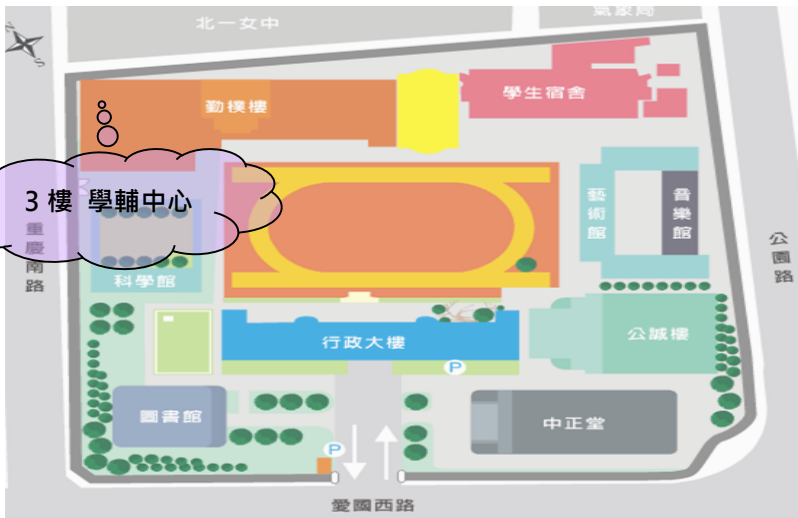
透過舉辦多元化的活動，包括主題式講座、研習、工作坊、比賽及體驗活動等，並推廣性侵害、性騷擾、性霸凌防治及性別平等與生命教育的內容。

八、運動心理諮詢服務(天母校區)

- 團體輔導：不定時舉辦運動團體輔導，協助專長同學各項潛能發展。
- 個別輔導：運動選手個別輔導，協助專長同學能有優秀的比賽表現。

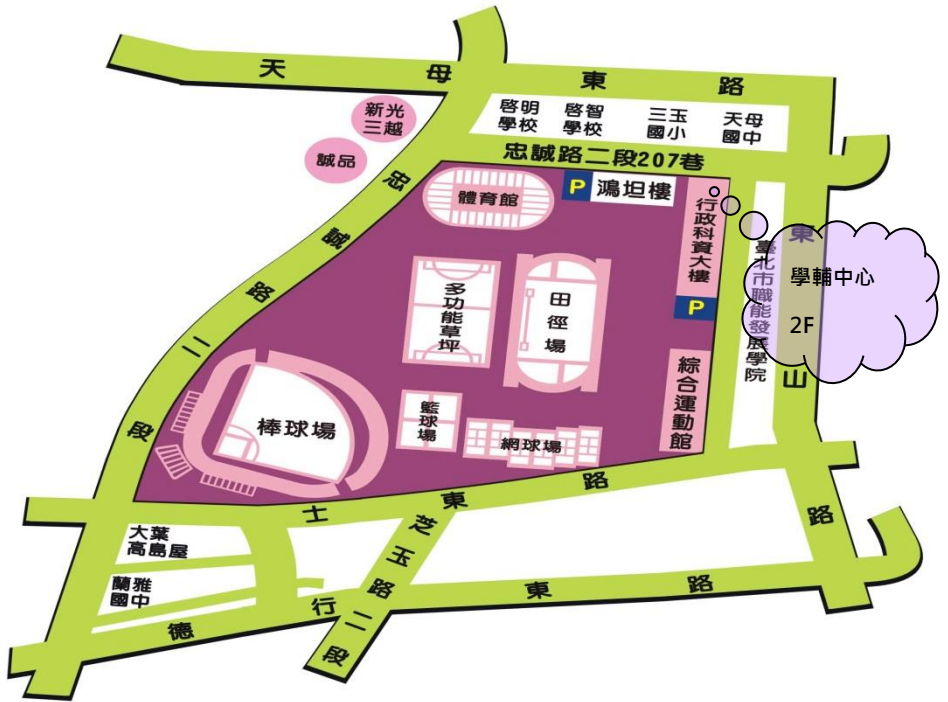
學生輔導中心在哪裡？如何聯絡我們？

博愛校區



- 親自來學輔中心：我們在勤樸樓三樓左側咖啡座旁 C304
- 電話詢問(02)23113040-4331~4336 或專線 2389-4865 (週一至週五早上 8:30 至下午 5:30)
- 寫 mail 給我們：stguide@utapei.edu.tw
- 中心網頁：https://advisory.utapei.edu.tw/index.php

天母校區



- 親自來學輔中心：我們在行政大樓二樓 C224
- 電話詢問(02)28718288 轉 7931~7938 (週一至週五早上 8:30 至下午 5:30)
- 寫 mail 給我們：serve@utapei.edu.tw
- 中心網頁：<https://advisory.utapei.edu.tw/index.php>

貳、資源教室

資源教室，是為身心障礙學生所設置的服務單位，主要功能整合校內外資源，協助身心障礙學生學業適應、生活適應、提供生涯諮詢、爭取相關福利及舉辦相關活動等等，以期更貼近身心障礙同學的需求。

服務內容：

1. 學業輔導：課業輔導及伴讀生申請，針對身障生需求提供特殊課程，如「適應體育」。
2. 生活輔導：辦理新生暨家長座談會，召開輔導會議，辦理輔具借用、各類團體活動、座談會，以及提供生活諮詢等。
3. 生涯輔導：辦理生涯講座、提供生涯諮詢，結合勞動力重建運用處等外部資源辦理就業轉銜座談會。
4. 綜合服務：辦理校內特殊教育獎學金申請、提供升學及就業訊息、辦理身障知能研習等。

博愛校區

服務時間：週一～週五，08：30-17：30

服務地點：勤樸樓 C304 教室

承辦人：陳傳文老師、高翊齡老師 電話：23113040 轉 4333-4334

E-mail: stguide02@utapei.edu.tw、stguide03@utapei.edu.tw

天母校區

服務時間：週一～週五，08：30-17：30

服務地點：行政大樓 2 樓學生輔導中心辦公室

承辦人：林右姍老師、林明慧老師 電話：28718288 轉 7933-7935

E-mail: career@utapei.edu.tw、hui501@utapei.edu.tw

參、不可不知的校內重要專線

一、校安中心(若同學在晚上或假日有任何緊急事件需要協助請洽詢以下電話，霸凌事件亦可撥打尋求協助)

■ 博愛校區校安專線：(02)23714063 或校內：(02)23113040 分機 1234

■ 天母校區校安專線：(02)28719222

二、性平申訴(承辦單位：學務處秘書)

■ 專線電話：(02)23113042 或校內：(02)23113040 分機 1201

肆、不可不知的校外心理諮詢專線

-  張老師直撥專線：1980
-  生命線 24 小時直撥專線：1995
-  衛生署 24 小時安心專線：1925
-  台北市社區心理衛生中心：(02)3393-7885
-  董氏基金會：(02)27766133
-  台灣同志諮詢熱線：(02)2392-1970(同性戀者諮商)
-  馬偕協談中心：(02)2531-0505、2531-8595
-  宇宙光輔導中心：(02)2369-2696
-  呂旭立紀念文教基金會：(02)2363-0966
-  男性關懷專線：0800-013-999