

各位師長、同學，大家好：

每學期諮輔中心依學生們不同的需要，提供各種班級輔導課程，由各班自由申請，貴班級是否有感興趣的心理議題，希望藉由輔導活動來探索這些切身相關的議題，只要二週前請班代先與中心預約時間並告知場地，我們會儘速為貴班安排適宜的師資！謝謝您

☐ 教育學院、社科體育學院預約專線：校內分機 1404 陳熾任、1408 黃逸懷

☐ 理學院、文學院預約專線：校內分機 1402 鄭鈴諭、1406 張詒婷、1407 黃媛婷

☐ 技職學院、工學院、管理學院預約專線：校內分機 7881 吳珮瑀、7882 陳宜靖、7884 涂鴻安

謹 祝

平 安

學生心理諮商與輔導中心 敬啟

---

## 班 級 輔 導 申 請 表

請勾選申請主題（可複選）：

**人際關係：**認識人際關係的本質，建立自在、和諧的人際互動關係。

人際衝突的處理、人際關係營造、師生互動與班級凝聚力、人際溝通、其他

**生涯發展與規劃：**提供生涯規劃、生涯探索之相關概念。

生涯相關心理測驗、自我生涯規劃、生涯探索、其他

**自我概念與自我肯定：**探索自我概念，學習自我肯定技巧，建立合宜之自信心。

相關心理測驗之運用、認識自我、自我肯定技巧訓練、自我潛能開發、其他

**愛情關係、性別議題：**性別關係發展與互動。

大學生的感情世界、愛情關係、親密/伴侶關係、分手情傷、性取向議題、性教育、性別平等互動、其他

**學習輔導：**提供學習診斷、提升學習效率之相關活動，協助學生增進學習效率、掌握學習技巧。

時間管理、學習困難、學習動機、快樂學習、學習規劃、其他

**情緒管理與壓力調適：**提供壓力源之探索、壓力因應技巧與良好壓力調適之道。

探索自我情緒、情緒管理技巧、壓力探索、壓力抒解、正向心理、其他

**健康快樂網路行：**探討網路交友、網路成癮等網路相關問題。

網路行為心理分析、網路成癮狀況檢測、網路諮商求助資源、時間規劃與自我監控技巧、其他

其他： \_\_\_\_\_

申請班級：\_\_\_\_\_系\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_班

希望時間：\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日\_\_\_\_\_時\_\_\_\_\_分

\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日\_\_\_\_\_時\_\_\_\_\_分

\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日\_\_\_\_\_時\_\_\_\_\_分

\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日\_\_\_\_\_時\_\_\_\_\_分

(請盡量寫下可以的時段或日期，以利盡快安排合適的老師。)

聯絡人：\_\_\_\_\_ 班級人數：\_\_\_\_\_人

聯絡電話：\_\_\_\_\_ 場地：\_\_\_\_\_教室

聯絡 E-mail：\_\_\_\_\_

備註：