

～諮輔中心班級輔導服務～

各位師長、同學，大家好：

每學期諮輔中心依學生們的需要，提供各種班級輔導服務，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呢？只要請班代即日起至2015/11/5（四）前將「班級輔導申請表」繳交至諮輔中心，我們將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、詹惠文

☆ 理學院、文學院預約專線：校內分機 1402 鄭鈴諭、劉育君、陳星如

☆ 技職、工、管理學院預約專線：校內分機 7881 吳珮瑤、李承靜、朱貞歷

謹 祝

平 安

學生心理諮商與輔導中心 敬啟

班級輔導申請說明

- ◎ 申請時間：即日起至 2015/11/5（四）（逾期不受理）
- ◎ 可安排班輔時間：開學後至 2015/12/31（四）
- ◎ 諮輔中心提供多元班級輔導課程內容，請貴班以興趣排序所期待進行的班級輔導主題。第一志願序主題之班級輔導將優先安排。
- ◎ 為能提供品質良好且同時滿足校內各班級需求的班級輔導課程，諮輔中心將於申請截止日期後進行整體班級輔導申請量評估，再回應是否提供第二、三志願序主題之班級輔導，其考量也包含繳交申請表之順序。諮輔中心將在2015/11/12（四）前回覆，場次時間將主動與貴班聯繫協調。



班級輔導申請表

申請班級：_____系_____年_____班

主題申請優先順序：1. _____
 2. _____
 3. _____

(例：領域—主題，如：人際關係—人際關係營造)

希望進行班輔時間：_____月_____日_____時_____分

(優先順序) _____月_____日_____時_____分

_____月_____日_____時_____分

★注意：請盡量寫下可安排的日期與時段，且貴班申請表繳交日期與期待安排班輔日期至少須有
10天或以上的緩衝時間，以利諮輔中心安排適宜的師資。

聯絡人：_____ 班級人數：_____人

聯絡電話：_____ 場 地：_____教室

E-mail : _____

領域	主題參考
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互動，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、壓力紓解、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	