

國立東華大學心理諮商輔導中心

0403災後心理重建系列活動

震後講座系列

藉由抒發與表達對地震事件的想法和感受，
降低心理壓力，思考如何自我照顧
並減少地震事件帶來的衝擊

震後系列安心講座一

4/09(二)

- 場次1：14:30-16:00 (對象：外籍生)
- 場次2：18:30-20:00 (對象：外籍生)
- 場次3：18:30-20:00 (對象：學生，線上進行)

震後系列安心講座二

4/10(三)

- 場次1：14:30-16:00
- 場次2：18:30-20:00 (對象：教職員生，線上進行)
- 場次3：18:30-20:00 (對象：學生)

震後系列安心講座三

4/11(四)

- 場次1：14:30-16:00 (對象：學生)
- 場次2：18:30-20:00 (對象：學生，線上進行)

震後系列安心講座四

4/12(五)

14:30-16:00 (對象：學生)

自我照顧與覺察

4/22(三) 18:30-20:30 (對象：學生)

震後療癒工作坊

藉由香草與藝術等五感療癒，
抒發災後的心理壓力

徜徉在植物香味的療癒

- 場次1：4/22(一) 12:10-14:00
(對象：教職員)
- 場次2：4/22(二) 12:10-14:00
(對象：學生)

透過藝術，啟動自我療癒力

預計舉辦時間為：4/24(三)-4/26(五)
確切時間日期將另行公告

震後入班輔導

藉由入班輔導、諮詢與活動，
關懷學生在震後的情緒健康

震後學生關懷入班輔導

預計舉辦時間為：4/15(一)-4/19(五)
線上舉辦，確切時間日期將另行公告

震後學生關懷入班輔導-海生所

4/26(五) 08:00-17:00

活動講座地點皆為諮商中心

上述活動資訊與報名方式請見中心網頁與跨域自主學習認證系統

♥ 線上上課期間，

諮商中心持續提供個別會談及單次諮詢服務，

可透過電話(03-8906296)

Email(pcc@gms.ndhu.edu.tw)

或於中心開放時間親自至諮商中心預約或洽詢相關資訊。