**國立臺灣藝術大學 105學年度第1學期學務處 學生輔導中心**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **「芬芳、美，療癒力～****乾燥花藝品」手作工作坊**帶領者：小米老師 | 105/12/05(一)17：30-20：00地點：學輔中心 | 藉由素材氣味及外觀之聯想，促發學生覺察自身特質及人際之互動樣貌，並透過素材之創新來促進正向自我概念，增加人際信心。限20人* 材料費：150元。
 |
| **「好心情秘方～****NLP情緒轉化技巧」專業講座**帶領者：許庭韶諮商心理師 | 105/12/08(四)12：00-14：00地點：教研303 | 協助學生認識NLP神經語言程式學之簡要概念，並學習運用心情轉換與情緒管理等技巧，有效因應人際壓力，提升生活品質。限50人* 保證金：100元。
 |
| **「人我大不同」電影欣賞**播放影片：動物方城市帶領者：周圓真實習心理師 | 105/12/14(三)17:30-20:30地點：學輔中心 | 由影片探討個別差異如何牽動人們溝通成效，乃至影響到大環境氛圍，促進成員連結生活經驗，促進自我覺察，以及討論有效溝通策略。限12人* 保證金：100元。
 |
| **「衝突與和解～****人際表達藝術」專業講座**帶領者：諮商心理師（公會推薦） | 105/12/15(四)12：00-14：00地點：教研901 | 透過講座方式協助學生辨識人際衝突的可能成因，以正向態度看待衝突，並做出合宜反應來因應人際困境，以拓展適應性人際技巧。限80人* 保證金：100元。
 |
| **「能量小窩～****薑餅屋製作與分享」手作工作坊**帶領者：李訓維諮商心理師 | 105/12/19(一)17:30-20:30地點：學輔中心 | 帶領成員製做屬於自己的薑餅屋並且命名，最後進行團體分享，藉此引導成員思考家對自身的意義，並連結關係中的支持力量，以利經營良好的人我關係。限20人* 材料費：100元。
 |
| 註：1. 所有活動皆備有餐點，請準時前來用餐。
2. 參加乾燥花及薑餅屋手作工作坊需自付材料費，其餘活動則需繳交保證金100元。
3. 報名方式：填完報名表後，請連同保證金或材料費一併交至學輔中心。保證金於活動結束後全數退還，若報名後活動當日無法前來，請最晚於活動前三日以電話或親自前來告知，以便安排備取成員。
4. 活動聯絡：學輔中心 游晴雯老師(1453)、周圓真老師(1457)
 |

茲收到 同學

105-1心理衛生系列保證金新臺幣 元整

此據 收款人

(請妥善保管憑據退費)

中華民國 年 月 日

**【心理衛生系列活動】報名表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓名 |  | 系級 |  | 學號 |  |
| 手機 |  | 電子信箱 |  |
| 飲食 |  葷食 素食  | **已繳保證金 元、材料費 元，經手人**  |
| 參加場次 |  乾燥花手作工作坊 NLP情緒轉化技巧講座 電影欣賞：動物方城市 人際表達藝術講座 薑餅屋手作工作坊 |