

蓮荷心靈小棧

出刊日期 106/04/01

各位親愛的老師及同仁們：

大家好！

蓮荷心靈小棧再次與您見面囉！希望藉由這份刊物，搭起生涯發展與諮商輔導中心與全校教職員們溝通及分享的橋樑，祈願你我皆有更多的學習與感動。

本中心服務對象包括全校教職員工生，我們提供舒適的談話空間，讓教職員生可以在安靜、放鬆的狀態下探索個人議題。無論您面臨的是職場上的困擾、感情議題、生涯規劃、人際關係、家人相處....等各種議題，都可以前來預約晤談時間。這裡有溫暖且具備專業素養的輔導老師，陪伴您一同面對困境，尋求問題解決之道，更可以學習放鬆減壓。此外，每隔週週五下午 2-4 時，特別邀請苗栗醫院精神科主任陳文科醫師駐校服務，歡迎師長同仁多加利用。本學期輔導老師值班表請參考附件。

服務地點：(二坪校區)產研創新大樓 2 樓(資源教室對面)

(八甲校區)共教會大樓前棟 3 樓(學務處旁)

我們的諮商預約電話：(二坪校區)382827 劉嘉芯社工師

(八甲校區)381825 林倚萱心理師

生涯發展與諮商輔導中心與各位一同成長!!

四月份重要工作

1. 105 學年度**導師服務評量獎勵**活動將於 106/4/12(三)上午 8:00 正式開始，日間部學士班獎勵班級最終填答率 70%以上且前 20 名(需於獎勵評量期間 4/28 前完成)，每班可獲得便利商店商品卡 1,500 元，敬請導師協助轉知班上同學踴躍填答。
2. 敬邀各位老師及同仁參與 4/19(三)13:10~14:50 導師輔導知能-談大學生情感議題與輔導，此活動配合教師評鑑計分，期待您的蒞臨。

3. 位於資工系一樓的「賈桃樂學習主題館--聯大分館」已經開幕了，提供全校師生一個專業的職涯探索、職業體驗與個人化的職涯諮詢服務，歡迎大家多多推薦學生善加利用，更別錯過本中心精心規畫的各類職涯發展課程喔！
4. 本校於 105 學年度第 1 次校級招生委員會議通過，自 106 學年度起，依「教育部補助大專校院提報及輔導身心障礙學生實施要點」之規定，辦理「單獨招收身心障礙學生招生」。106 學年度開放招生的系所及名額如下：

學系	機械工程學系	材料科學工程學系	環境與安全衛生工程學系	光電工程學系	資訊管理學系	文化創意與數位行銷學系
名額	2	1	2	8	3	3

※其他相關資訊可至教育部特殊教育通報網升學資訊查詢：

<https://www.set.edu.tw/setnet/college/college.asp>

四月份活動公告

日期	時間	主題	主講人	地點
4/12 (三)	13:00~ 14:50	職涯發展課程(二) 【撰寫「耍心機」完美履歷】	洪月娥老師	八甲校區 資工系 1F B4-101 教室
4/19 (三)	12:00~ 14:00	特殊教育推行委員會議	蔡東湖校長	八甲校區 資訊處 1F 第三會議室
04/19 (三)	13:10~ 14:50	導師輔導知能- 談大學生情感議題與輔導	吳立妍心理師	八甲校區 資訊處 1F 第四會議室
04/26 (三)	18:30~ 21:30	生活輔導講座:聊天聊出好人 緣!談人際溝通與自我表達	大成就企管網 林有田執行長	二坪校區 活動中心 4F 國際會議廳
4/26 (三)	13:00~ 14:50	職涯發展課程(三) 【描繪你的生涯藍圖】	李夙敏老師	八甲校區 資工系 1F B4-101 教室
04/26 (三)	13:10~ 14:50	副班代研習-做最好的自己	主持人 蔡東湖校長 諮商中心	八甲校區 共教會 1F G1-103 共同教室

日期	時間	主題	主講人	地點
04/26 (三)	13:10~ 14:50	自殺防治守門人-情緒紓壓與管理(設計學院)	陳孟鈞心理師	二坪校區 產研暨創新大樓 9F 軍護教室

諮商輔導

住宿，另類的人際磨合

斯文俊秀的允柏有顆敏感的心，在既定的生活步調中認真學習並遵循大家期待的標準；他害羞且過於在意他人的眼光、喜歡輕鬆也渴望隨性的步調。面對即將離家的住宿生活，有著隱約的期待，但同時也隱約感到不安。他一如以往地壓抑住情緒，微笑看著父母離去；一個人的臺北市，心臟彷彿瞬間被孤寂凝結。

[\(繼續閱讀\)](#)

生涯輔導

找不到符合興趣的工作？投入職場，不是直接把興趣塞入 職涯藍圖！

聽到許多人說「要做自己有興趣的工作才會有熱情，才會成功」，興趣在職涯發展中確實扮演很重要的角色，因為興趣往往會帶來動力和熱情，更能產生能滿足感支持自己面對工作中的挑戰，但現實生活中，興趣和實際可以從事的工作機會，有時候存在著不小的距離。

[\(繼續閱讀\)](#)

特教知能

一位成人亞斯伯格的自傳。

自我三年級起我就知道我與別人不一樣。從七年級開始我的青春躁動比其他人都強。我不知道為什麼我會比其他更具破壞性……。我真的想對別人好一些，但却做不到。那種被社會排斥的感覺使我的自尊心蕩然無存，以至於當我高中畢業時我認為我是個一文不值的廢物。

[\(繼續閱讀\)](#)