

~ 諮輔中心班級輔導申請表 ~

各位師長、同學，大家好：

每學期諮輔中心依學生們的需要，提供各種主題之班級輔導服務，由各班自由申請，貴班是否感興趣的心理議題，希望藉由輔導活動來探索這些切身相關的議題呢？本學期接受申請的時間為 2019/10/28(一)~2019/11/22(五)，請同儕輔導員「班級輔導申請表」繳交至諮輔中心，我們會儘速為貴班安排適宜的師資！謝謝您。

☆ 教育學院、工學院、社科體育學院諮詢專線：校內分機 1408 林恩如老師

☆ 理學院、技職學院諮詢專線：校內分機 1406 粘文玲老師

☆ 文學院、管理學院諮詢專線：校內分機 1407 陳昱憲老師

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 2019/11/22(五)(逾期不受理)
- ◎ 可安排班輔時間：開學後至 2019/12/20(五)
- ◎ 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。諮輔中心會針對場次時間主動與貴班聯繫協調。



申請表在背面喔😊

班級輔導申請表

申請班級：_____系_____年_____班

主題申請優先順序：1. _____ (可參考
下方表格) 2. _____
3. _____

(例：領域—主題，如：人際關係—經營人際關係)

希望進行班輔時間：1. _____月_____日_____時_____分~_____時_____分
(通常一~二節課) 2. _____月_____日_____時_____分~_____時_____分
3. _____月_____日_____時_____分~_____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 天或以上的預備時間，以利諮輔中心安排適宜的師資。

聯絡人(導師)：_____電話：_____ (學校分機)

聯絡人(同儕輔導員)：_____電話：_____

場 地：_____教室 (請先借好場地)

班級人數：_____人

班級輔導領域分類

講座主題參考

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。 經營人際關係、認識溝通風格

生涯探索與規劃：提供生涯規劃、生涯探索之相關概念。 生涯價值觀探索、生涯興趣探索與規劃

自我探索：探索自我概念，學習自我肯定，建立合宜之自信心。 自我探索、自我肯定練習

愛情關係、性別議題：性別關係發展與互動。 情感教育、親密/伴侶關係經營、辨別危險情人

學習輔導：提供學習診斷，協助學生增進學習效率、掌握學習技巧。 時間管理、學習策略

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。 探索自我情緒狀態、情緒管理技巧、壓力探索與紓壓方式

健康快樂網路行：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