

110-2「班級講座」申請表

〈遇見幸福，重啟愛自己的力量—110 學年下學期自我探索系列班級講座〉

1. 夢想啟航，看見『心』希望	想像過自己未來的生活藍圖嗎？很多時候我們習慣聽從外界聲音，忽略自己內在呼喚，讓我們重新整理個人的行囊，勇敢追求自己的渴望。
2. 1013百帕生活：重啟壓力自調力	課業山、愛情山、人際山、家庭山，你，每天爬了多少山？時刻承受著各種壓力，讓你「壓力山大」，如何能活在「百帕氣壓」中沒被壓垮？讓我們不再視壓力為敵，重啟自己的壓力自調力！
3. 在數位浪潮中，找回愛與親密的連結	在數位時代，我們與科技變得越來越緊密... 加上疫情作為催化劑，使我們的生活形態越來越數位化。對於人與人關係的經營，是有助益也有風險。那麼，我們應該怎麼做，才能在數位裡看見自己在關係中的需求，找回與人的連結呢？
4. 為何我們相愛、想愛，卻不能好好愛？	明明渴望愛，卻覺愛好難？為何我們相愛、想愛，卻總是不斷陷入爭吵與煎熬？教你讀懂自己與他人的情感依附類型，對症下藥，經營有品質的親密關係。

----- 學輔中心，深得您心 -----

1、預約班級/團體：_____系_____年級或_____類組_____班或_____

人數：_____ 導師：_____

2、聯絡人姓名：_____ 聯絡電話：_____

3、預定日期志願序：1. _____月_____日(星期_____)時間：_____~_____

2. _____月_____日(星期_____)時間：_____~_____

3. _____月_____日(星期_____)時間：_____~_____

4、預定地點：本部教室_____ 公館教室_____

※若因疫情需要，班級講座亦可改為線上課程方式進行※

5、預約主題編號志願序：(請說明您班級講座的需求)

①_____、②_____、③_____



※申請時間：即日起至111年5月6日，每場次時間為一個半小時至兩小時。

※申請方式：填寫班級申請表後，於講座預定舉辦時間一個月前遞交學生輔導中心，或來電羅迦馨實習心理師報名，有興趣的請盡早預約喔！

(僅開放團體報名，若人數達15(含)人以上，即可以報名)

※服務地點：校本部圖書館校區綜合大樓5樓 洽詢電話：7749-5381

公館校區理學院大樓B棟1樓學輔中心 7749-5364