

112-1「班級講座」申請表

〈尋常不循常—112 學年上學期系列班級講座〉

1. 擁抱真實的自己：你我所有的社群焦慮	可以加你 IG 嗎？互追後的生活，你真的快樂嗎？ 社群拉近了人與人的距離，卻拉開了我們跟自己的距離。 當我們打開濾鏡、斟酌文字、掩飾真實， 追尋所謂完美的同時，你是否也曾感到迷失？ 讓我們一起關注社群背後真實的你，進而更接納自己。
2. 由朦朧走向清晰 - 關於愛情，關於選擇	18 歲，剛從懵懵懂懂中長大，也許對愛渴望、對愛好奇。 20 歲，可能談了場戀愛，可能還沒遇到對的人。 跌跌撞撞的路上，每個人都想找到理想中的愛情。 你/妳呢？你/妳想要的愛情是什麼？ 邀請你/妳一起來一場尋愛之旅！
3. 剛剛好的距離，從設立健康的界線開始	你總是當拒絕不了別人的「好人」？你老是說「沒問題、沒關係」？ 在關係中，你不自覺地委屈自己，成全別人。 但這沒有讓你感到快樂，甚至有點迷失了自己。 讓我們一起來認識關係界線，重新找回平衡、自在的人際關係！
4. 重新「秀秀」自己：找尋情緒壓力反應的拼圖	「為什麼只是一點點小事，但是自己的反應卻那麼大？」 「別人都說沒關係，我卻過不去？」 過往的微小的經驗會潛移默化影響著我們的情緒壓力反應！ 一起一探究竟找尋情緒反應形成的記憶拼圖，並重新修復情緒壓力反應的路徑！

----- 學輔中心，深得您心 -----

- 預約班級/團體/課程：_____系_____組_____年級或_____
人數：_____ 老師：_____
 - 聯絡人姓名：_____ 聯絡電話：_____ 聯絡信箱：_____
 - 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：_____~_____
 - 預定地點：本部教室_____ 公館教室_____
 - 預約主題編號志願序：(請說明您班級講座的需求)
1 _____、②_____、③_____
- 需求：_____



- ※ 申請時間：即日起至 112 年 11 月 24 日，每場次時間為 1 個小時至 1.5 小時。
- ※ 申請方式：填寫申請表後，請於講座預定舉辦時間 一個月前遞交至學生輔導中心，或 Email 至 kymichelle@gapps.ntnu.edu.tw，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 樓學輔中心 洽詢電話：(02)-7749-5381
公館校區理學院大樓 B 棟 1 樓學輔中心 李嘉茵 實習心理師