

115-1「班級講座」申請表

1. 越忙，越要停下來？ —破除時間管理迷思，在忙碌中保持游刃有餘	已經排好了計畫，卻總是無法照做？ 即使期限逼近了，但還是開始不了？ 其實，時間管理的困難不只是缺乏技巧， 更可能受到壓力、焦慮等因素影響。 讓我們一起破解常見迷思， 重新理解時間管理的真正挑戰。
2. 「正不正常」是誰決定的？ —在社會期待中看見自己的獨特性	總覺得要和別人一樣才算「正常」嗎？ 和大家不一樣就代表「不正常」嗎？ 讓我們一起拆解那些看似理所當然的社會期待， 重新思考習以為常的標準，看見多元、理解差異， 欣賞每個人獨一無二的樣貌。
3. 為什麼我們總是卡在同樣的問題上？ —從內在小孩看懂自己的行為模式。	明明想改變，卻總在人際、感情或課業上重複踩雷？ 那些無法控制的情緒，或是不斷重複出現的行為， 其實都是你的潛意識在作祟。 讓我們一起認識你的內在小孩，重新拿回生活主導權！

----- 學輔中心，深得您心 -----

- 申請班級/團體：_____系_____組 _____年級或_____
- 課程名稱：_____ 授課老師：_____人數：_____
- 聯絡人姓名：_____聯絡電話：_____聯絡信箱：_____
- 講座日期志願序：1. ____月____日(星期____) 時間：_____~_____
- 2. ____月____日(星期____) 時間：_____~_____
- 3. ____月____日(星期____) 時間：_____~_____
- 講座地點: ☐本部教室_____ ☐公館教室_____
- 申請主題志願序(請填寫主題編號):
志願一_____、志願二_____、志願三_____
- 需求/期待(可多描述學生特性或對於講座需求與期待)：

※ **申請時間**：即日起 至 115年 11月 27 日，每場次時間為**50分鐘至1.5小時**。

※ **申請方式**：填寫申請表後，請於講座預定舉辦時間之 **一個月前**遞交至學生輔導中心，或 email至steven19991016@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**：和平校區Ⅱ綜合大樓5樓
公館校區理學院大樓B棟1樓

※ **洽詢電話**：(02)-7749-5381蔡承哲 實習心理師

※ **收到申請表後將會盡快與您聯繫確認相關事宜**