

親愛的導師，您好：

新學期開始了，近來全世界都因為忙於防疫，而使許多人顯得相當的浮動與焦慮不安，為了迎接近來大環境的動盪與不安，學生輔導中心將與老師您攜手合作，提供學生們更能適應生活，調節身心健康的班級輔導主題，將以「班級為單位」，推出以下班輔內容。

班級輔導帶領方式是多元化的，我們會使用演講討論、影片欣賞、活動體驗、量表施測等方式來引領學生們做許多議題的思考和學習。此次的量表施測針對學生「課業學習」面向，以協助學生對目前的學習困境有更深入自我覺察和理解，能更適切的了解學習的限制與因應。

以下為班級輔導討論的相關議題，後有申請表格，請老師們自行挑選。

議題列表

● Life orientation 生活適應面向

- **壓力調適/心理減壓** -時間安排 -情緒面向(認識與探索、控制情緒)
- 生涯探索 -自我探索 -悲傷失落輔導
- 量表施測(本次針對課業部分)

☆學習困擾：大專生學習與讀書策略量表、大學生學習困擾量表

● About love & relationship 愛與關係

- 情感議題 -人際關係

發展親密關係是人生的大課題，如何對此擁有健康的觀念，且能自我保護，經營健康的伴侶關係，亦能面對和處理關係中的失落，邁向美好人生。

● About Gender 多元性別

- 認識多元性別

增進學生性別多元的知識與了解，提高其敏感度及接納度，建立友善校園。

- 性侵害/性騷擾/性霸凌防治

增加增加學生對於性平相關法律知識，增加自我保護的能力，亦避免觸法。

* 若對以上議題有興趣，想申請班輔的老師，請詳閱以下事項，謝謝：

1. 活動申請開始日：109年03月16日；

活動申請截止日：109年06月08日。

2.請在活動兩週前向學生輔導中心提出申請，以利規劃安排。

- 3.班級輔導時間以一堂課為限。
- 4.申請心理測驗施測，因為心測包含「實施」和「解測」兩部分，時間需要兩堂課的時間，需要分開申請，此部分若有疑惑，歡迎導師直接詢問學輔中心。
- 5.本學期的場次有限，請盡早申請，以免向隅。
- 6.表單可在學輔中心網站下載(最新消息及表單下載專區)。

南華大學學生輔導中心 班級輔導申請表 (108-2)

申請導師		導師 email/ 分機	
系別級別		班輔地點	
班級人數	約 人		
預計安排 班輔時間	順位一： 年 月 日 時 分至 時 分		
	順位二： 年 月 日 時 分至 時 分		
主題 請擇一方格勾選	班級輔導：		
	<input type="checkbox"/> 壓力調適/心理減壓 <input type="checkbox"/> 時間規劃 <input type="checkbox"/> 情緒探索與控管 <input type="checkbox"/> 生涯探索 <input type="checkbox"/> 自我探索 <input type="checkbox"/> 悲傷失落輔導		
	心理測驗施測：		
	課業學習- <input type="checkbox"/> 大專生學習與讀書策略量表 <input type="checkbox"/> 大學生學習困擾量表 <input checked="" type="radio"/> About love & relationship <input type="checkbox"/> 情感議題 <input type="checkbox"/> 人際關係		
<input checked="" type="radio"/> 多元性別 <input type="checkbox"/> 認識多元性別 <input type="checkbox"/> 性侵害/性騷擾/性霸凌防治			

★填寫完成之後，請您送回學生輔導中心(成均館 C215)、或寄信至 debby13140@nhu.edu.tw，請註明「申請班級輔導」，我們會盡快與您聯絡。

業務承辦人：學輔中心 鄭泓鎂諮商心理師 (分機1243)