

# 學務處諮商輔導暨職涯發展中心活動成果報告

## 週次:第十三週

2020-05-27\_108-2 心理健康系列活動:捕捉夢想-捕夢網手作工作坊

講師說明此活動的用意與目的



展示這次活動需要的材料



適時提供學生動手做過程中的協助



同學專心製作捕夢網



日期： 2020/5/27 17:30~20:30

地點： U304 團諮室

主題： 108-2 心理健康系列活動:捕捉夢想-捕夢網手作工作坊

主席： 林宛嫻 老師

參與人員： 全校師生

活動成果： 藉由手作捕夢網的過程與成品使學生感到紓壓與成就感，體驗與嘗試不同的紓壓方式，讓學生得到正向支持，並藉由捕夢網的寓意給予祝福，並使學生回想自己的夢想為何。