

# 學務處諮商輔導暨職涯發展中心活動成果報告

## 週次: 第三週

2020-09-28\_109-1 心理健康系列活動:摘星瓶—放在你心甜擺攤 I

講解活動及邀請同學挑選近況牌卡



同學正在挑選符合自己近況的牌卡



協助同學藉牌卡講述自己的近況



向完成摘星瓶的同學介紹諮商資源網頁



日期： 2020/9/28 11:30~13:30

地點： 星形廣場

主題： 109-1 心理健康系列活動:摘星瓶—放在你心甜擺攤 I

主席： 鄧亞瑄 老師

參與人員： 全校師生

活動成果： 藉由剛開學時的心理健康活動，瞭解同學開學後適應狀況，進一步協助同學察覺及整理自己情緒，並將正向能量帶回生活。透過讓同學選擇代表自己近況的牌卡整理自己，再邀請同學挑選出象徵正向能量的星星糖裝入瓶中、達到賦與能量的目的。另外也介紹及宣傳諮商中心及相關活動給同學認識，增加其可運用資源。