

真情電力報

「大一新生心理健康檢測—快樂大學生活 GOGOGO」

學生諮商中心



Volume 1, Issue 3

新聞稿刊登日期 99. 11. 10

特別引人興趣的要聞:

- ☺ 快樂大學生活 GOGOGO
- ☺ 認識校園性騷擾講座
- ☺ 身心靈芳療研習
- ☺ 性別的綺麗世界
- ☺ 職涯培力教學觀摩研討會
- ☺ 電影欣賞
- ☺ 秋高氣爽～郊遊趣
- ☺ 職涯性向測驗

學生諮商中心本學期在 10/06 為大一入學新生展開了「心理健康檢測與舒壓講座」活動。

99 學年度 10 月 6 號，學生諮商本中心為大一入學新生展開了「心理健康檢測與舒壓講座」活動，除了透過專業的心理測驗讓同學看見自己目前的壓力指數；諮商中心老師還帶領學生們回顧入學以來的生活適應狀態，檢視自己的生活角色與因應壓力的方法，並透過舒壓冥想的方式，協助同學學習簡單的舒壓技巧…

詳情請見頁 6



↑ ※諮商中心老師為大家簡介測驗內容與填答方式。



↑ ※大一新生投入的進行心理測驗。

大一新生認識校園性騷擾講座

學生諮商中心每學年初都會針對大一新生（含進修部）舉辦「認識校園性騷擾講座」，期透過影片欣賞與短講方式，宣導性別平等教育基本理念，促進大一新生認識校園性騷擾內涵，並學習如何分辨及因應校園性騷擾行為。今年 9 月 29 日我們利用共同空堂時間，邀請四位講師分別在四個場地同時開講，而晚上也針對進修部舉辦一場。詳情請見頁 7



↑ ※播放內政部的性騷擾和性侵害防治的



↑ ※大一新生踴躍回答講師提問。

目錄:

有效且適當釋放壓力	P2
身心靈芳療研習	P3
性別的綺麗世界	P3
職涯培力教學研討會	P4
馬拉松小子	P4
資源教室自強活動	P5
新生親師座談會 大一新生心理健康檢測	P6
低年級職涯性向測驗	P7
認識校園性騷擾講座	P7
活動預告	P8

在現今壓力充斥的生活環境中，不只大人與上班族才有壓力。其實身為學生，生活中面臨著人際、情感、課業、生涯、就業…等這些議題，要逐一去實踐自己想要的目標，所感受到的壓力一定也不小，所以在日常生活中要如何能有效且適當的抒壓，便是一個重要的課題。

如果當我們生活中累積太多壓力或是面情緒的時候，該怎麼處理或面對呢？首先，我們要先認識自己的情緒！

“有負面情緒就等於情緒化嘛？！”相信這是很多人的想法，覺得自己如果在別人面前生氣或顯露出悲傷，就是情緒化的表現。其實負面情緒不像大家所想這麼的不可碰觸，它反而是幫助我們更瞭解自己的工具喔！面對情緒我們可以這麼做：

(1)用瞭解代替否認：當我們感受到負向情緒時，先不用急著壓抑或否認，可以先停下來做個深呼吸，讓自己準備好與當下的情緒共處，並且仔細想想自己這些情緒因何而來？如此便能發現自己對什麼樣的情境或是狀況會特別出現負向的感受，整理過後，就能比較有系統地與他人溝通，讓他人能更瞭解自己

(2)為情緒找出口：此外，透過書寫日記、繪畫…等..也能為自己的情緒找到出口。你也可以選擇向身邊比較信任的朋友分享，透過敘說，可以把許多混亂的情緒與心情作整理。若只是一味的壓抑負面情緒，只會讓自己的情緒無法整理，反而會得到反效果唷。只要善用情緒的線索，我們都能更瞭解自己，也與他人有良好的接觸。

比較需要特別注意的是，在現今網路平台資訊發達的世代，許多時下大學生都喜歡透過網誌、Facebook 或 Plurk 來分享自己的心情或是發洩情緒。有這樣習慣的你，一定要注意當透過這樣公開的平台宣洩情緒時，所發表的內容一定要更仔細的思考與整理，**內容只需要分享自己的感受即可，盡量不要針對特定對象或事件發表言論**。因為網路的資訊流通快速，可能你分享的心情透過文字之後，很容易被誤解甚至流傳，進而會造成反效果。原本想要透過這方法來抒解壓力，但是卻引來了更多預料不到的麻煩與壓力。所以選擇這個方式來處理情緒，要更謹慎小心。

情緒本身沒有錯，它只是客觀地呈現出我們的狀態，但是可能造成錯誤的是我們選擇宣洩情緒的方式，就像生氣本身可以被理解，但如果用了錯誤的方法（如找他人出氣，或是用暴力等），不只得不到諒解，還可能得到更嚴重的後果，所以宣洩情緒的選擇有很多，但要考慮後果，選擇適合自己又不會傷害別人的方式，才是最健康的！

「處理情緒，面對壓力」是每個人都會遇到的課題，除了家人、朋友、師長…外，你也可以選擇到學生諮商中心找老師聊一聊，透過專業的引導與探索，可以幫助你更瞭解自己，學習如何與負向情緒共處。

身心靈芳療研習

大家平時生活忙碌緊張，工作、課業、感情或家庭等各方面所累積的壓力，會慢慢藉由生理反應與精神狀態呈現出來，而成為常見的文明病，例如：憂鬱症、癌症等，為了讓大家在日常生活中使用簡單方便的方法來達成情緒放鬆和壓力舒緩，我們特別與 IAA 中華芳香精油全球發展協會合作，於 9 月 16 日和 9 月 18 日邀請國際芳療師黃科鳴老師、賴欣妮老師和陳品臻老師，來教導大家正確認識芳香療法。

芳療師先說明芳香療法的起源，發生於 1920 年一場美麗的意外，法國科學家蓋特佛塞(Rene Maurice Gattefosse)在一次實驗的意外中炸傷了手，急忙將自己著火的手臂伸進一桶薰衣草精油裡，赫然發現疼痛感消除了，並且傷口復原的狀況良好沒有留下任何疤痕，於是在 1928 年首次提出「芳香療法」，成為現代芳療之父。

接著，芳療師告訴大家如何使用植物精油及挑選適合自己的精油，並提醒初

次接觸芳療或使用精油者，應從自己喜歡的味道開始，避免對精油產生反感，等習慣使用精油後，再針對自己生理狀況使用需要的精油(氣卦七輪及其適用精油)，以增強免疫力功能及改善身體不適現象。

最後，芳療師教導大家製作可以提升個人魅力的精油護唇膏和油膏，並免費提供精油按摩油，分解動作示範手部舒壓按摩，參與的學員兩兩分組，大家都有親自體驗與實作的機會，現場學員的關係有夫妻、情侶、同學、好友、同事和手足等，大家利用互相按摩的方式，增進了彼此的人際關係或親密關係。



↑ ※精油護唇膏和油膏DIY



↑ ※介紹阿輪吠陀AYURVEA醫學與氣卦七輪



↑ ※大家一起來舒壓按摩

大專院校情感教育暨愛滋防治宣導講座-「性別的綺麗世界」

本活動搭配 9 月 29 日大一新生「認識校園性騷擾講座」的時間，安排本校土木工程學系、機械與機電工程學系和化學工程與材料工程學系的大一新生參加，邀請同志諮詢熱線協會鄭智偉秘書長前來帶領性別平等與多元專題演講。

鄭秘書長從台灣兩性平等的發展歷程開始介紹，以生活中的具體案例引導學生思考性別平等現況，由社會事件說明性侵害防治法、家庭暴力防治法及性別工作平等法之立法緣由，並以早逝的玫瑰少年—葉永誌的故事強調性別平等教育法的重要性，也藉此故事帶領學生探討「同志」及多元性別的相關議題。

最後，鄭秘書長從背包中拿出由衛生署疾病管制局提供愛滋病防治宣傳用的衛生套(保險套)，頓時吸引全場學生目

光和注意，原本要示範正確戴衛生套的方式，因考量時間不足，而僅以口頭簡單說明「撕、捏、套、取、丟」步驟(詳細說明)。鄭秘書長提醒大家，沒有一種能提供 100% 的避孕及預防性病或愛滋病的方法，但只要全程正確使用衛生套，即可大幅降低性病及 HIV (AIDS) 感染機率。愛滋病的傳染途徑有性行為傳染、血液傳染和母子垂直感染(愛滋病 Q&A)。

還有，衛生套是由乳膠製造，原則上很難出現破損，假如衛生套真的出現破損，多半是因為使用者使用不當，比如用牙齒咬開或被指甲劃破等等。嚴禁為了保險起見而戴兩層衛生套，因為會增加衛生套的摩擦，更容易造成破損，最好的方式是搭配水性潤滑劑。



↑ ※參加學生踴躍回應鄭智偉秘書長的提問



↑ ※鄭智偉秘書長到台下與學生互動。

生涯培力校內教學觀摩研討會

為加強本校同學未來職場競爭力及生涯規劃，培養核心就業技能，並充實教學卓越計畫實施內容，邀請本校所有生涯培力課程講師於諮商中心研習室舉辦教學觀摩研討會。

本學期生涯培力課程校內教學觀摩研討會共有三大主題，分別為【99 年第一學期生涯培力課程規劃】、【個案教學經驗分享】、【生涯教育專業教室規劃與討論】，老師及教學助理(TA)們分享各課程之教學經驗。

本學期開設分別為「生涯規劃與發展」、「職場人際關係」、「台灣企業概況與求職技巧」與「企業與職場倫理」等四門課程，首先講師們相互分享 98 學年度各課程之授課要點及在教學上的心得，接著針對本次研討會議題一一進行討論。因應 99 學年度第二學期的「生涯教育專業教室」即將設立，因此本學期課程規劃除了老師們以往的教學內容外，老師們一致認為應增加學生學習成效及老師的教學評量，讓老師們在學期結束前可以了解各課程之教學成效，除此之外，「生涯教育專業教室」的規劃上除更新教學軟、硬體，更規劃別具特色的「閱讀角落」讓同學們可以更方便蒐集職場就業相關知識，因此本學期會先請 TA 將生涯培力相關課程補助教材進行編目以方便未來同學借閱。

另外本學期也規劃 98 學年度受學生喜愛的「生涯培力講座系列」，預計將聘請四位不同領域的專家、學者蒞校演講，希望讓在校學生預先充實職場核心能力及安排各項學習之修課。



↑※講師們，分享同學對於課程的回饋內容，並針對在未來教學上可以改進的空間做進一步討論。



↑※本學期生涯培力四門課程講師及教學助理都到場參與討論。

電影欣賞-馬拉松小子

資源教室於 10 月 27 日〈星期三〉13 時-15 時於體育館 1 樓視聽室舉辦電影欣賞，藉由放映身心障礙相關影片，讓本校師生對身心障礙有更多的認識、接納與關懷，本次播映片名為曾獲得韓國大鐘獎 7 項大獎的「馬拉松小子」，這是一部描寫自閉症者的感人影片。參加學生十分踴躍，共 76 人。電影欣賞後，仲甫說：「這部電影讓我學習到堅毅的精神，特別讓我感動的是中原跟幫楚原喊加油的那一刻。」子葳說：「主角的媽媽真的很辛苦也很偉大，主角患有自閉症也能完成夢想，更何況是我們？」韋友說：「我絕得主角楚原真的很努力，我們不該對不同於我們的人有偏見，應一視同仁，他們也有值得我們欣賞的地方。」彤珮說：「看見了一位母親的偉大，以及一位自閉症孩子的堅忍及天真，最後家庭又和睦了，很令人感動。」



↑※電影欣賞宣傳海報



↑※電影開演前同學進場情形



↑※資源教室吳老師活動開場



↑※回饋單獲獎同學

本學期的資源教室自強活動安排於10月16日的週末假日，行程豐富有趣，首先來到有62年歷史的玉兔鉛筆工廠，說到鉛筆可以說是大家小時候求學階段，一定會接觸到的。隨著時代的進步與變遷，近年來玉兔鉛筆工廠逐漸轉行為觀光工廠，除保留生產線外，部份空間則規劃為觀光用途。而廠區迄今仍維持原有的工廠樣貌，且保留著許多珍貴的設備與文物。活動中有專人導覽介紹製筆流程，還安排趣味競賽，鉛筆DIY活動，除了讓同學實際的了解製筆流程之外，還製作了自己專屬的鉛筆喔！

即使是雨天，漫步在有城市中的秘密花園之稱的—羅東林業文化園區，卻充滿著「詩」情畫意！透過園區解說員林同輝先生生動的介紹，羅東林業文化園區的歷史彷彿又鮮活了起來，懷舊的竹林車站，保存完好的日式員工宿舍、舊鐵道、古董蒸汽火車，再再讓人驚喜。

行程的最後一站為國立傳統藝術中心，國立傳統藝術中心成立於民國91年1月28日，面積共24公頃，位於冬山河下游風景區內，隔著冬山河與親水公園相望，其設立是為了推動與保存台灣文化。有民藝大街、工藝作坊、工藝傳習場、主題展示館、童玩坊、雨天表演坊、傳統小吃坊、服務處、寺廟、戲臺及廣場等，是宜蘭著名景點。



↑※宜蘭風味餐饗宴



↑※宜蘭風味餐饗宴



↑※玉兔鉛筆學校入口處合影



↑※聚精會神的鉛筆DIY



↑※鉛筆也可以變身為釣魚遊喔！



↑※古老的蒸汽火車



↑※傳藝中心的動態表演



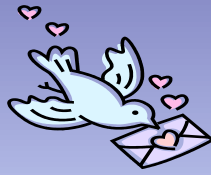
↑※懷舊的竹林火車站



↑※懷舊體驗

新生親師座談會

開學前，資源教室為了讓新生能儘快瞭解學校相關資源，及早適應宜大新生活，特別於9月9日舉行「迎新座談會」，會中邀請學生、家長、導師一起參與，邱學務長也親自出席歡迎新生們成為宜大的一份子。活動中除了讓學生及家長及導師能事先充份認識資源教室及可運用的資源之外，也讓資源教室了解學生的特質及需求，協助新生適應校園生活。共計約有43人參加。



↑ ※邱學務長親臨活動歡迎新生及家長



↑ ※導師、家長、學生相互交流

大一新生健康心理檢測—快樂大學 GOGOGO

99學年度10月6號，學生諮商本中心為大一入學新生展開了「心理健康檢測與舒壓講座」活動，除了透過專業的心理測驗讓同學看見自己目前的壓力指數；諮商中心老師還帶領學生們回顧入學以來的生活適應狀態，檢視自己的生活角色與因應壓力的方法，並透過舒壓冥想的方式，協助同學學習簡單的舒壓技巧。

現場冥想時，許多同學透過冥想獲得了深層的休息與放鬆，這些簡單的舒壓方式可以讓同學在平時感覺到壓力大的時候為自己做抒壓DIY，休息過後，可以重新面對壓力，解決困境，每個同學都可以是抒壓高手！

以下，也跟各位讀者分享當天冥想時的簡易過程，你可以跟著指導語在安靜時或是睡前跟著指導語做放鬆體驗，相信對抒壓與放鬆有很不錯的效果唷！

1. “想像法”：

想像穿著寬鬆的衣物躺在舒服的被褥或是床上，暫時關掉所有可能干擾的電子用品：行動電話、筆記電腦等，可以將燈光放暗，或加一點輕柔的音樂，想像一個情境（可以是喜歡的景色、舒服的環境）。配合輕柔的呼吸，想像自己躺在放鬆的環境中休息、充電，每呼一口氣時，想像你正在釋放壓力與身體的廢氣；每吸一口氣時，想像你正在為身體吸入新的能量與活力。持續約五分鐘後再醒來，你會發現全身會非常的舒暢與放鬆。

2. “腹式呼吸法”：

將手放在肚子上，全身盡量放輕鬆，感覺自己身體的張力，深而慢地用鼻子吸氣，想像自己的肺臟及肚子被氣體充滿，感覺自己手隨著肚子膨脹而升高，暫停一下，接下來嚥嘴將氣從口中輕輕慢慢的吐出來，盡可能慢而平順的氣體吐出，之後將全身放鬆。

低年級學生職業性向測驗結果解釋說明會

使本校各單位更了解各系所之學生特質，並對施測結果做一總體分析報告，說明學校整體及各院、各系的學生生涯興趣及特色，以使日後做為各系所規劃課程與繪製課程地圖、職涯進路圖之參考。

本組邀請 PAC 測評中心廖郁菁副總於 99. 9. 29(星期三)假體育館一樓視聽教室，分享宜蘭大學學生之生涯興趣量表之施測結果，並做一總體分析報告，幫助學生更加了解自我職業興趣傾向，做為未來學習與就業的參考依據。

首先，廖副總對宜蘭大學學生之生涯興趣量表結果進行綜合說明並提出建議，描繪整體學生特色，加強學校辨識度。

由整體施測結果可分析各院、各

系學生特色，並由施測結果可了解學生在求學生涯中可能遭遇的問題，並提出對學生學習方向及輔導方向的建議，對校方而言施測結果也可做為未來學生事務規劃上的參考依據。

學生除了能獲得個人測驗報告之外，學校也能檢視各學院與各科系的生涯興趣類型與其專業背景之適配情形。

活動最後各系所老師針對施測結果、如何與學生輔導工作結合以及學生未來就業之議題提出各類問題與建議，廖副總亦針對單一系所之生涯興趣量表結果進行舉例分析解說，也引用其它校外輔導案例加強說明生涯興趣量表之應用，與如何規劃各系所之職涯進路圖，討論最後獲得老師們的熱烈迴響。



↑ ※學務長親自到場致詞



↑ ※活動當日簽到狀況

認識校園性騷擾講座

活動開始先播放「現實生活中的校園性騷擾」影片，內容呈現許多平時常見的校園性騷擾案例，例如：過度追求、觸碰他人身體、嘲笑他人性取向或性別特質、寄發噁心書信等令人不舒服的行為，其中加害者和被害者的組成包含老師對學生、男性對女性、女性對男性等，除此之外同性之間、熟人之間或陌生人之間都有可能發生性騷擾行為。

我們在短講中也播放了內政部的性騷擾和性侵害防治的宣導短片，一些大家常認為是開玩笑的行為，例如：阿魯巴、脫褲子、拜觀音等，其實都已經涉及違法行為。還有，當大家遇到性騷擾時，可以鄭重地請對方停止令人不舒服的行為，或向學校學務處生輔組提出申訴，其他相關的求助資源還包括校安中心（03-9364006）、學生諮商中心（03-9357400*480.481.484）

及內政部性騷擾諮詢專線 113。鼓起勇氣說不與求援，這是攸關你的人身安全大事，而不是件丟臉的事，因為你的勇氣會減少更多人受害。

有鑑於學生對於愛情相關法律知識的不足，本學期在內容上特別加入所謂性侵害之定義及我國刑法（第 16 章妨害性自主罪）處罰之法令，例如：刑法第 227 條第一項（對未成人為性交猥褻罪）：「1. 對於未滿 14 歲之男女為性交者，處 3 年以上 10 年以下有期徒刑。」同條第三項「3. 對於 14 歲以上未滿 16 歲之男女為性交者，處 7 年以下有期徒刑。」換言之，縱使雙方在「兩情相悅」之下發生性行為，仍因對方未滿 14 歲或 16 歲，仍構成本條犯罪行為。又刑法第 221 條第一項（強制性交罪）：「

對於男女以違反其意願之方法而為性交者，處 3 年以上 10 年以下有期徒刑。」另對未滿十四歲之男女犯以上犯罪者，則構成刑法第 222 條第一項第二款（加重強制性交罪），需處 7 年以上有期徒刑。提醒大家千萬要保持理性及三思而後行。



↑ ※應用經濟學系一乙林雲雀導師陪同學生參與，並全程認真投入活動。

活動預告~

愛情三部曲

▲愛情三部曲之「相愛容易相處難」

愛情講師的「幸福課」要跟你說明白、講清楚關於相愛過程的「眉眉角角」，還有許多你不可不知道的戀愛五四三，經營屬於小倆口的幸福戀愛模式。

活動時間：11/17（三）12:30-15:00

活動講師：知名部落客/愛情講師 咖啡因

活動地點：體育館一樓視聽室

▲愛情三部曲之「好聚好散」

你的另一半是「Mr. Right or Not Right？」當緣分已盡時，安全分手是相當重要的課題，將教你較適當的分手方式，以及如何預防親密暴力和分手暴力。

活動時間：12/01（三）12:30-15:00

活動講師：現代婦女教育基金會講師

活動地點：體育館一樓視聽室

▲愛情三部曲之「真情告白」

新世代激勵達人將分享「搭訕」與「告白」的秘訣，以建立個人絕對的自信、呈現絕佳溝通的技巧，以及訓練面對挫折的能力，並學習在愛情與事業上的自我行銷，是全方位自我提升的起點。

活動時間：12/15（三）12:30-15:00

活動講師：新世代激勵達人/知名作家 鄭匡宇老師

活動地點：體育館一樓視聽室

★活動詳情請隨時注意學校首頁校園公告或宜大校園活動看板，將於十月底起陸續開放報名，若有任何疑問請洽吳仙琦老師(03-9357400 分機 481)。

“玩”美人生旅程

生命教育主題週活動

你的人生完美嗎？人生一定要完美嗎？”玩”美人生旅程帶你用不同角度看見生命的完美，看見生命中的自己！11月15日至11月25日跟我們一起來”玩”美人生吧！

▲第一站：where is “真情電力公司”

時間：11月15-25日 9:00-18:00

地點：體育館三樓學生諮商中心

內容：尋找學生諮商中心，即得一點。

▲第二站：我不是乖乖”牌”

時間：11月16-18日 12:00-13:00

地點：體育館一樓藝文走廊

內容：運用靈性、正向牌卡與專業分析，帶您深度探索個人生命故事與製作”玩”美故事明信片。

方式：請至攤位領取號碼牌，憑號碼牌依序入場，每天每場以20人為限。

▲第三站：電影中的玩美故事

時間：11月16-18日 18:30-21:00

地點：體育館三樓光之迴廊休憩區

內容：播放生命系列影展，從電影中看見”玩”美生命故事。

▲第四站：「我的祕密旅行」自我價值探索工作坊

時間：11月20日(六)9:00-17:00&

11月21日(日)9:00-12:00

地點：體育館三樓學生諮商中心研習室

內容：透過工作坊具有省思意義的有趣活動與電影賞析等，實際引導同學看見自己與覺察個人價值之思考。看見自我價值，發現更多力量！

對象：對生命自我價值探索與成長有興趣之宜大學生，參加人數約12人。（*報名者務必兩日全程參加。）

▲第五站：“玩”美對話明信片展覽

時間：11月22-25日 9:00-18:00

地點：體育館三樓光之迴廊

內容：邀請同學一起與生命故事明信片來場”玩”美對話。

★活動詳情請注意學校校園公告或宜大校園活動看板，請先至諮商中心領取”玩”美旅程集點卡。若有疑問請洽莊芷老師(03-9357400 分機 481)。

學生諮商中心 位於體育館三樓

電話: (03)-9357400

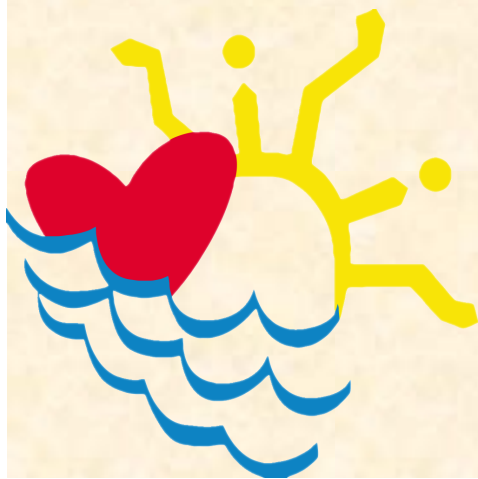
480.481.482.484

傳真: (03)-9325557

電子郵件: scsc@niu.edu.tw

網址: <http://www.niu.edu.tw/niuosa/>

這裡是屬於宜大人的心靈花園，
希望每位蒞臨花園的同學，都能
在心田中綻放美麗的花朵



企業與職場倫理

職涯培力課程授課老師江翠燕老師，邀請蘭城新月廣場/蘭城晶英酒店李莉莉副總經理前來本校演講『職場倫理與職場優勢』，以提升學生的核心就業能力與培養學生在職場上應有的倫理觀念，活動預計將於 11 月 16 日(星期二)上午 10:10~12:00 於體育館一樓演講廳辦理，歡迎學校師生共同參與。

★這一站，愛情★

想了解自己的愛情價值觀嗎？知道自己的愛情是什麼樣子嗎？關於自己在愛情關係中，你(妳)了解多少？

如果你(妳)想更了解自己，歡迎參加”這一站，愛情”兩性關係工作坊，看見與探索自己在愛情關係中兩性互動模式及價值觀，讓你(妳)更認識自己，亦促進兩性間的關係品質。

◆活動時間：12 月 11 日(六)9:00-17:00 &
12 月 12 日(日)9:00-12:00 兩日

◆活動地點：學生諮商中心研習室

◆對象：宜大學生，並以對言語表達無礙、對兩性關係有興趣的學生。以 8-12 人為限，以報名順序及面談徵選為錄取依據。

★活動詳情請隨時注意學校校園公告或宜大校園活動看板，將於十一月初開放報名，若有任何疑問請洽莊芷老師(03-9357400 分機 481)。

認識我們~

在真情電力公司的秘密花園裡，由充滿愛心的園長—張松年組長帶領一群熱心善良的園丁共同維護經營。

花園的管理分成四大區塊：

施怡菱老師—負責中心行政業務、個案管理、個別諮商與心理測驗。

吳美樺老師—負責資源教室學生服務與行政業務。

吳仙琦老師—負責心理衛生教育活動規劃、身心障礙生心理輔導。

莊芷老師—負責志工團指導、個別諮商與團體諮商。

吳明興老師—教學卓越計畫執行與行政業務。

另外，我們特別聘請三位專業的心靈造園師（兼任諮商心理師）：楊淳皓老師、王英如老師和楊清順老師。

透過專業的諮商技術與心理測驗工具，陪伴您一起耕耘您的心田，割除惱人鬱卒的雜草，灌溉喜悅豐盈的養分，協助您走出生命的幽谷，快樂地迎向藍天綠地。

還有~~還有~~專門為花園製造暖氣與笑聲的小園丁：超人氣工讀生吳仁育及「義形工

場」志工團，有了他們的分工合作，希望能讓每位蒞臨心靈花園的宜大人都能在心田裡綻放出美麗的花朵。



↑ ※諮商中心教職員全體合照