

國立花蓮高農 輔導室活動集錦

活動名稱：情緒篩檢暨學生心理健康講座

實施日期：110 年 10 月 27 日



本活動由國立東華大學臨床與諮商研究所諮商組
兼職實習心理師許育羣、張子軒、高曉珊、洪子強帶領



專題演講讓同學們對於情緒與憂鬱有基本的認識

國立花蓮高農 輔導室活動集錦

活動名稱：情緒篩檢暨學生心理健康講座

實施日期：110 年 10 月 27 日



小團體活動讓成員在分享中自然增加人際交流，
透過討論發掘改變憂鬱情緒的小技巧



幫助成員拓增創造正向情緒的方式