

國立花蓮高農 輔導室活動集錦

活動名稱：情緒篩檢暨心理衛生講座

實施日期：112 年 9 月 27 日



本活動由國立東華大學諮商與臨床心理學系碩士班
兼職實習心理師蔡仁德、林立、戴文羚帶領



透過牌卡及小團體間分享，
使同學們探索自我的情緒狀態與應對方式

國立花蓮高農 輔導室活動集錦

活動名稱：情緒篩檢暨心理衛生講座

實施日期：112 年 9 月 27 日



同學們藉由靜心活動體驗並探索適合自我的情緒舒緩方式



透過專題講座使同學們對於憂鬱情緒及憂鬱症有基礎認識，
並加強宣導求助管道及資源