

諮商輔導組服務項目

一、個別諮商

1. 服務內容：個別諮商是一對一的晤談過程，不論你遇到的是風平浪靜或是狂風暴雨，我們都願意與你一起分享與承擔，並且為你保守祕密。舉凡學習困擾、生活適應、人際關係、兩性問題、家庭探索、生涯規劃、壓力調適、精神疾患、自我了解與成長等問題，我們都願意與你一同面對，你並不孤單，我們歡迎你！
2. 院系諮商師：各學院也有專門的院系諮商師，如果你需要預約晤談，他們也是很好諮詢的對象喔！

學院別	主責之院諮商心理師	分機
工學院、人科學院	陳品惠	6883
電資學院	洪鐘穗	6888
商管學院	陳韋樺	6889

3. 晤談方式：採『預約制』，可透過諮商服務線上預約系統 <http://sjuportal.sju.edu.tw/SjuCounsel/>、電話預約、或親至諮輔組預約時間。預約電話28013131#6883、6888、6889
每週 週一晚上 陳韋樺心理師 電話：(02)2801-3131 轉6889
隔週 週三晚上 洪鐘穗心理師 電話：(02)2801-3131 轉6888

二、精神科醫師駐診

1. 服務內容：為了更全面照顧全校師生的心理健康，諮輔組聘請精神科醫師駐診，歡迎有需要的師生前來尋求協助。
2. 晤談方式：採『預約制』，可透過諮商服務線上預約系統或電話預約、或親自到諮輔組預約時間。預約電話28013131#6883、6888、6889

三、成長團體或工作坊

1. 服務內容：這是多名學生與一、兩位輔導老師的互動過程，如果想要多瞭解自己、想要探索畢業之後的出路、想要找到朋友之間的相處之道，又或者想要瞭解男女如何大不同，諮商輔導組每學期都會舉辦主題工作坊或成長團體，幫助大家從互動中交流分享彼此的想法，提供彼此支持。撥出一些時間，不僅可以讓你對自己好奇的主題有進一步的瞭解，另一方面也會在過程中認識更多志同道合的麻吉，這群朋友，將陪你一起走過晴天和雨天。
2. 報名方式：報名期間內親自到諮輔組填寫活動報名表。

四、心理測驗

1. 服務內容：心理測驗是認識自己的一個參考指標，如果對自己有些好奇，或對未來有些徬徨，想瞭解自己的興趣、能力或是個性，都歡迎班級或個人來預約做心理測驗！
2. 施測方式：可以「個別施測」或「團體施測」
個別施測可透過諮商服務線上預約系統、電話預約、或親自到諮輔組預約

時間。

團體施測可由班級代表(例如:導師、班代、或輔導股長)到諮輔組提出申請。

類別	測驗名稱	測驗介紹	時間(分)
生涯測驗	生涯興趣量表	探索職業興趣做為生涯抉擇的參考。	30
	生涯信念檢核表	瞭解生涯型態並探討非理性信念。	20
	工作價值觀	瞭解選擇工作時所秉持的價值觀。	20
	ucan 就業職能診斷測驗	瞭解自己的職業興趣、能力,規畫能力養成計畫。	40
人格測驗	新訂賴氏人格測驗	增進對自己個性的瞭解,認識自己人格特徵。	30
	艾德華個人偏好量表	增進了解自我的人格偏好、人格特質。	40
	基本人格量表	幫助你認識自己的人格特質。	30
	田納西自我概念量表	協助你瞭解多向度的自我概念。	30
	貝克焦慮量表	測量自己的焦慮程度。	10
	貝克憂鬱量表	評估自己的憂鬱程度。	10
	個人風格問卷	幫助你了解自己的風格類型。	15
適應與學習	人際行為量表	協助瞭解人際關係及人際行為模式。	40
	大學生學習與讀書策略量表	瞭解讀書態度、動機、時間管理、考試準備等各方面的學習狀況。	20
	學習態度測驗	協助你瞭解自己學習現況與考試技巧。	30
	學習效率量表	幫助你瞭解自己的學習狀況	20

五、班級座談與心理衛生講座

1. 服務內容：如果想要全班與輔導老師共同探索或討論某特定主題,如:自我成長、人際關係、兩性關係、生涯規劃等,可以親臨或電洽諮商輔導組預約。
2. 申請方式：採『預約制』,座談時間為每週三下午的班週會,每次約1-2節課時間。

六、性別平等教育推廣

1. 服務內容：每學期辦理性別平等教育演講、工作坊、讀書會與線上有獎徵答等活動,增進不同性別之間的瞭解與溝通,以及學習兩性之間的平等與相互尊重,歡迎學生多多參與。
2. 報名方式：依各項活動規定。

七、性騷擾及性侵害事件處理受理單位：學務處生輔組

性騷擾與性侵害諮詢與申訴專線：梁志華組長 28015325

性騷擾與性侵害諮詢與申訴信箱：580113@mail.sju.edu.tw

學生懷孕事件諮詢專線：02-28013131 轉6880

<http://counseling.sju.edu.tw/educations.html> (性別平等教育專區)

八、學生申訴權益受損案件處理

1. 服務內容：倘若你認為學校對你的受教權或懲處決議有不公平時，在收到處分之次日起20日內以書面向學生申訴評議委員會提出申訴。
2. 申訴專線：02-28013131 轉6889
網址http://counseling.sju.edu.tw/student_reports.html (學生申訴案件處理)

九、輔導相關書籍、期刊、錄影帶資料之借閱

1. 服務內容：諮輔組有閱覽區可以提供看書、看報、看雜誌，有視聽區讓你觀賞許多錄影帶及DVD，空堂或午休想找個地方窩著嗎？或者想讓你的眼睛或內心飽食一頓心靈饗宴，歡迎你呼朋引伴一起來觀賞或借閱喔！
2. 借閱方式：僅提供書籍外借，欲借閱書籍者請告知諮輔組老師並填寫借閱登記簿。

服務地點：德輔樓2樓

服務電話：02-28013131 轉6880、6883、6887、6888、6889、6878

網址：<http://counseling.sju.edu.tw/index.html>

諮商輔導組的好麻吉

「心窩家族」資源教室

我們和身心障礙同學一起組成了一個叫做「心窩」的家庭，提供身心障礙同學一個兼具關懷、教育與休閒的窩。服務項目包括：學習與課業輔導、心理諮商與團體諮商、入學協助與新生始業輔導、上課或考試方式調整、場地設備與輔具教材等的提供、各種聯誼活動、相關福利資訊的蒐集與提供、生活適應以及職業或生涯輔導的服務。

服務地點：德輔樓1樓

服務電話：02-28013131 轉6882、6884、6886

網址：

http://counseling.sju.edu.tw/Resource_classroom/Resource_classroom.html

「微笑向日葵」諮輔義工群

在付出參與的時候，學習成長最多的往往是自己，大學的生活可以有許多不同的選擇，我們歡迎有服務熱忱、期待增進自我成長、認同並願意協助諮商輔導工作的你，加入這個充滿歡笑、付出與感動的義工團隊。我們每學年都會招募一次新血，請注意諮商輔導組的網頁或校園內的宣傳，當然，你也可以直接親自過來報名，成為我們的輔導種籽，在校園中開出一朵燦爛的微笑向日葵喔！

「校園小小張」班級輔導股長

哈囉！恭喜你成為班上的輔導股長，從今天起你就是諮輔的好麻吉啦！成為輔導股長的你(妳)，每週三定期要到諮輔組簽到，還有領取各種諮輔活動訊息或各類成長文章，協助我們推廣校園心理成長活動；此外，每學期期初、期末輔導股長大會的專題演講，及期中兩天一夜的同儕輔導研習營，是專屬輔導股長自我成長的培訓課程喔！所以，這學期起給自己一個特別的禮物吧！你會發現在付出與服務的同時是如此喜悅與豐收，也為自己的大學生活留下美麗的扉頁。