

高雄醫學大學 108-1 學生心理健康活動 成果報告

| | | | | | |
|------|---------------------------------|------|-------|----------|--------|
| 申請單位 | 學務處學輔中心 | | 填表人 | 胡智淵諮商心理師 | |
| 活動主題 | 108 年度心理成長團體(2) 「遇見真實的自己」靜心療癒團體 | | | | |
| 參加對象 | 本校學生 | 參與人數 | 120 人 | 滿意度 | 90.26% |

活動成果

- ▶ 活動宗旨： 透過正念靜心(Mindfulness)紓解學生憂鬱、焦慮等情緒壓力，促進學生心理健康。
- ▶ 活動時間： 108 年 10 月 25 日至 12 月 20 日，每週五，下午 2-5 點，共 8 週。(期中考暫停一周)。
- ▶ 活動地點： 校友會館 2 樓書院心園
- ▶ 講員簡介： 本校學務處學輔中心胡智淵諮商心理師

*諮商團體照片牽涉到個案隱私，故不提供。

附件

附件一：活動照片

| 活動照片 | |
|------|------|
| 簽到 | 開場 |
| 聽講 | 講師講課 |
| FAQ | |