

111年度教師諮商輔導支持服務方案

【團體諮商】

走出情緒與壓力的迷霧，遇見更美好的自己

日期：111/11/17(四) 9:00-12:00

團體內容簡介：

1. 探索壓力源及情緒因應模式
2. 尋找情緒與壓力調節的保護因子，增強調節情緒與壓力的能力
3. 學習實用的身心安頓技巧，回到更佳的生活狀態。

團體帶領者：林倚萱諮商心理師

擁抱內在小孩：運用藝術治療自我療癒

日期：111/11/22(二) 9:00-12:00

團體內容簡介：

1. 表達性藝術治療創作體驗
2. 自我敘說經驗整理與彼此回饋。

團體帶領者：蔡顯柔諮商心理師

參加對象與報名資訊

參加對象：彰化縣高級中等以下學校專任及代理教師

報名資訊：報名時間自即日起至111年11月8日或額滿為止，每場次團體報名人數4~7人(4人才開辦，上限7人)。依報名順序決定錄取名單，111年11月10日前以email通知是否錄取。

相關資訊連結

彰化師大社區心理諮商所網站

<https://reurl.cc/ZbY9gp>

中心網站



教師諮商輔導支持方案團體諮商報名表

<https://goo.gl/vo3eYK>

團諮報名

