

學生相關 Q & A

Q1：	請問諮商輔導中心在哪裡？
A1：	中心位於北校區健康促進大樓五樓(F502)。
Q2：	請問諮商輔導中心都在做什麼？
A2：	<p>諮商輔導中心旨在維護全校師生身心健康、增進學習效果及生活適應，每學年依學生與老師需求擬定輔導工作計畫，提供相關的諮詢與諮商輔導服務。</p> <ol style="list-style-type: none">一、實施心理測驗與解釋。二、個別諮商或團體輔導。三、心理衛生專題演講、舉辦心理健康活動：如自我肯定、人際關係、兩性關係、生涯規劃、成長團體。四、舉辦班級輔導或座談。五、弱勢團體(身心障礙生、中輟生、具憂鬱傾向或情緒障礙生)的輔導。六、性別平等教育的宣導與促進。七、學生性騷擾或性侵害申訴窗口。八、性騷擾的防治及危機處理。九、召開學生申訴評議委員會。十、提供輔導諮商相關圖書與錄音帶之借閱。
Q3：	請問諮商輔導中心有幾位老師？
A3：	目前我們中心設有 1 位主任，5 位專任諮商心理師，5 位資源教室老師，2 位實習心理師；另外我們這學期還有 16 位兼任輔導老師以及 1 位兼任精神科醫師。想知道輔導老師和精神醫師的值班時間的話，可在本中心網頁的「談心時間」查看。
Q4：	期刊、雜誌可外借嗎？
A4：	過期期刊及雜誌之外借借期為兩週，且可續借一次；當期期刊及雜誌則只能在諮商輔導中心閱讀。
Q5：	請問中心的 DVD 都可以外借嗎？
A5：	本中心的 DVD 只供教師外借，目前尚未開放給同學們借用。借出期限為一週，可續借一次，以作為教學之用。如果同學想要觀看中心的 DVD，可以到諮商輔導中心申請在團體諮商室內觀看和討論。
Q6：	諮商輔導中心除了諮商之外，還提供哪些服務？
A6：	提供心理健康相關書籍、雜誌、視聽資料外借，提供心理測驗，舉辦相關演講及成長團體活動、受理學生申訴及性騷擾、性侵害申訴…等服務項目。
Q7：	參加諮商輔導中心的活動，可以獲得哪些學習？

A7：	中心辦理各項活動可提供各項學習與成長，例如：人際關係、情感交往、情緒管理、生涯規劃等，且提供學習或服務時數。
Q8：	諮商輔導中心提供哪些心理測驗?如何申請?
A8：	中心提供各項心理測驗，如：人格、生涯、情緒、人際、身心適應、讀書策略等量表，可直接至中心預約安排個別或班級團體施測。
Q9：	成長團體都在作些什麼？
A9：	每學期均會舉辦 1~2 次不同主題之成長團體，為期 8 週，每週約 1-2 小時，主題如：自我肯定、人際關係、兩性關係、生涯規劃，自我探索等，由帶領老師針對主題設計活動內容，引導同學互動、思考、討論、透過小團體的集思廣益及分享，使每個參與成員有所成長，並經由活動更認識自己以及了解別人，每次成長團體參加者約 12~15 人，在團體諮商室舉行，歡迎有興趣同學隨時留意中心網頁線上報名參加。
Q10：	到諮商輔導中心尋求協助者都是心理有問題嗎？
A10：	每個人在成長的過程中，或多或少都會碰到一些困難、低潮或壓力。心理諮商是一個幫助來談者自我瞭解、探索及成長的歷程。在諮商的過程中，諮商老師會讓你對自己有更多的了解和覺察，一方面釐清自己真實的感覺和想法，另一方面也發覺自己的盲點和內在、外在資源，學習更有效的去因應壓力、解決問題。透過訴說和一起討論的過程，你可以一步步將問題釐清，更有勇氣和法寶去面對生活中的種種壓力和變動！
Q11：	想接受諮商輔導需要什麼手續？
A11：	<p>你可以選擇：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 網路申請 <ul style="list-style-type: none"> ▶▶用 IE 瀏覽器進入學校首頁 ▶▶點選右上方的「學生」 ▶▶在資訊系統的下方點選「美和單一入口網」 ▶▶點擊進入「單一入口網」 (若電腦出現「安全性憑證有問題」，請點選「繼續瀏覽此網站(不建議)」) ▶▶輸入學號(小寫)、密碼(身分證 開頭小寫) ▶▶點選左邊的「諮商輔導系統」 ▶▶點選個別諮商服務 ▶▶學生個別諮商申請 2. 親自到諮商輔導中心填寫個別諮商申請單。 3. 若不確定需要什麼樣的協助，歡迎直接詢問或電詢諮商輔導中心人員，或請老師或友

	<p>好的同學陪你至中心，一起來了解。</p> <p>若想知道各輔導老師的值班時間，可到諮商輔導中心網站的「談心時間」查詢。</p>
Q12：	接受諮商輔導後，好像所有的人都知道我的事？
A12：	諮商輔導中心未經當事人同意，不會將任何人的事宣揚出去，因適度的保密是我們的專業倫理守則。
Q13：	班上同學希望對某主題有較深入瞭解時，諮商輔導中心可提供哪些協助？
A13：	可請班長親自至中心填寫申請表，中心將會安排於班會或空堂時間邀請專家、老師至班上演講或座談，或實施團體測驗，例如：人格、生涯、身心適應等量表，透過施測及解測，促進自我了解及身心適應。
Q14：	你知道諮商輔導中心的專線電話號碼嗎？
A14：	行政電話：08-7799821 轉 8244、8219、8218、8229、8726、8727、8019、8020 傳真：08-7692150
Q15：	若你或周遭同學遭遇疑似家暴、性騷擾或侵害等情事時，應如何處理？
A15：	你可直接與中心性別平等委員會窗口 08-7799821 # 8229 黃志和老師聯繫，或邀請你可信任的同學或老師陪同至中心，中心將有老師一同進一步協助處理。
Q16：	若你或周遭同學曾有自殺、自傷的行為，情緒經常難以控制，你可以如何尋求協助？
A16：	你可直接與中心聯繫，或邀請你可信任的同學或老師陪同至中心，中心將有老師一同進一步協助處理。