

～為自己加油
的美麗花園～

身心健康中心





身心健康中心

身心健康中心提供同學們
心理健康(諮商輔導、資源教室)與
衛生保健
二方面服務喔～



身心健康中心 人員介紹



王郁茗主任

諮商輔導服務(誠愛樓 81313室)

資源教室服務(誠愛樓 81315室)

李家蓉心理師
李成雲心理師



謝洵實習心理師



朱瑞嵐心理師
何幸儒心理師



蕭羽彤實習心理師



彭信揚心理師
吳容瑄心理師



行政人員施秀蘭



行政人員廖怡芳



邱于軒輔導老師



魏杏真輔導老師



林珊如輔導老師



衛生保健服務(正心樓 1樓)

王詩媛護理師
張慕鈺護理師



研究助理(高教深耕)金延芬



身心健康中心位置



衛生保健服務：1樓學務處旁

諮商輔導服務：13樓
81313室
資源教室服務：13樓
81315室



心理健康服務包括以下工作項目



- ❖ 個別諮商
- ❖ 團體諮商
- ❖ 心理測驗
- ❖ 心理健康講座
- ❖ 性別平等活動推廣
- ❖ 班級輔導
- ❖ 輔導股長訓練
- ❖ 諮輔志工培訓
- ❖ 關懷天使培訓與服務
- ❖ 特殊教育學生輔導
(資源教室)

個別諮商

- ❖ 在生活上遇到人際關係、課業、情感、升學、就業等困擾，需要找人談一談時，使用歡迎**心理諮商預約系統**和輔導老師預約談心時間…



個別諮商線上預約流程

❖ 由學校首頁進入 ➡ 在校學生 ➡ 心理諮商預約系統

步驟 1

使用學生資訊系統帳號密碼登入



步驟 2

點選個別諮商申請



步驟 3

詳閱同意書內容

步驟 4

確實填寫資料



小提示是醫生

希望晤談時段勾選越多越好！
填寫越多越容易盡快安排至11日晤談日期！

申請完請耐心等待
系統心理師聯繫



團體諮商

每學期定期進行不同主題的團體諮商

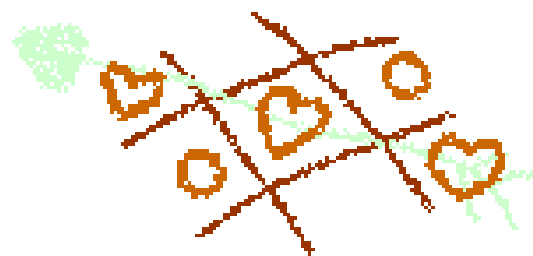


- ★ 兩性交往
- ★ 壓力管理
- ★ 性別議題
- ★ 情緒管理

- ★ 人際關係
- ★ 時間管理
- ★ 自我成長
- ★ 生命教育

心理測驗

- ❖ 心理健康測驗系列
- ❖ 人我關係測驗
- ❖ 生涯探索測驗系列
- ❖ 人格測驗系列
- ❖ 認知測驗系列



★在探索自我的過程中，心理測驗可以
提供你另一種認識自己的管道



大一新生團體心理測驗

月份	日期	星期	時間	梯次
9	30	三	13:30-15:10	第一梯次
10	7	三	13:30-15:10	第二梯次

各班梯次與時間公告於新生專區
並轉知各系秘書通知各班



各種心靈成長活動

❖ 心理健康講座系列

(包含：生命教育、自我成長、情緒管理、壓力調適、人際溝通、生活經營、親密關係、家庭關係、名人講座、時間管理、生涯探索規劃…等不同的主題)

全人發展 心衛推廣 關愛輔導 懷抱多元

性別平等教育推廣



推廣性別平等概念，尊重多元性別

- ❖ 性平系列電影賞析
- ❖ 性平系列講座
- ❖ 性平週攤位體驗
- ❖ 性平藝文展覽



性別平等是基本權利，每個人都應該被同等對待，透過營造相互尊重的友善校園環境，使得不同性別者都能享有自由、自主的權利，達到實質性別平等！



班級輔導

- ❖ 身心健康中心為提升本校學生身心健康及生活適應，並配合教育部主題推廣之活動，身心健康中心設計班級輔導講座，促進學生充分發展其潛能，創造充實且具意義的大學生活。
- ❖ 導師或輔導股長選擇班級有興趣的主題。
- ❖ 以班級為單位，由導師或輔導股長向身心健康中心提出申請，身心健康中心協助媒合安排。



輔導股長訓練

- ❖ 每班於學期初需推選出一位具有關懷特質與助人熱誠的同學擔任輔導股長。
- ❖ 輔導股長的任務是
 - 關懷班上需要身心健康中心協助的同學(例如心情沮喪、人際相處困難、感情受挫、課業壓力過大的同學)。
 - 作為班上同學們與身心健康中心的橋樑。
- ❖ 擔任輔導股長，能在助人中獲得成長，也享有優先參加身心健康中心特別規畫之助人技巧培訓講座的權益喔！(詳見輔導股長知能研習活動資訊)



諮輔志工培訓

每學年定期舉辦

志工培訓、志工校內服務

以培養同學服務熱忱及助人情操



- ★培養一顆溫暖與關懷的心，樂於助人，且將服務視為自我實現的一種方式，在生活中實踐。
- ★訓練課程包括輔導知能、助人技巧與心靈牌卡等。

關懷天使培訓計畫

- ★ 目的在提供對青少年輔導有興趣且具助人熱誠之同學們一系列的培訓課程與輔導服務。
- ★ 完成培訓課程的同學成為關懷天使，提供鄰近國中學生輔導服務，達到大手牽小手潛移默化的影響。
- ★ 服務方式包括個別輔導、團體輔導、班級輔導。



資源教室-提供特殊教育學生輔導服務

★誠愛樓13樓 81315室：

專責人員提供特殊教育相關諮詢與服務、
特殊教育學生專屬學習及休憩空間。



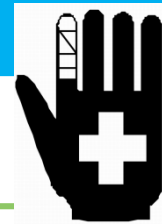


資源教室服務項目





身心健康中心衛生保健服務



■ 定期舉辦健康促進活動

- 主題宣導：餐飲衛生、健康體位、傳染病防治等
- 健康生活主張：健康體位管理、均衡飲食示範、有氧運動、瑜珈課程、體適能檢測
- 救護技巧介紹與演練
- 推薦通識課程：115-1健康生活實踐(周一78節)

■ 一般意外傷害處理

- 健康中心備有簡易醫材提供同學們使用

■ 提供衛生棉予有即時需要的同學

■ 辦理新生體檢

■ 餐飲衛生管理

■ 辦理學生團體保險與協助理賠申請

- 休學期間仍建議投保，多一分保障



問：學生平安保險內容去哪裡看？

答：進入身健中心官網後尋找**學生團體保險業務**

- 1.保險合約及給付說明：歷年理賠保險合約及給付說明
- 2.保險申請準備資料：理賠申請流程及注意事項(如下頁)
- 3.保險理賠申請書下載(中/英文)：可線上印或至保健室
拿取紙本
- 4.放棄學生團體保險聲明書(申請休學者)：**休學**期間放
棄學生保險需填此單。

首頁 / 身心健康中心 / 身心健康中心業務 / 學生團體保險業務

學生團體保險業務

保險合約及給付說明

保險申請準備資料

保險理賠申請書下載(中/英文)

放棄學生團體保險聲明書(申請休學者)

A yellow pushpin is pinned to the top left corner of the slide.

問：學生平安保險申請所需文件/資料？

- 答：1. 診斷證明書(正/副本)，若至多家醫療院所就醫，則需分別開具該院所之診斷證明書。
2. 看診收據(影本加蓋醫院印章，視同正本)。
3. 學生個人存摺影本、身份證正反面影本。
4. 事故/疾病住院發生當學期的學雜費繳費證明。
5. 簽名及蓋章(學生本人印章，若未滿18歲另需法定代理人簽名蓋章，及其身分證正反面影本)。
6. 若有骨折需附X光片檔案。
7. 填寫保險理賠申請書、聲明書。
8. 相關資訊可至學務處身心健康中心網頁點選「學生團體保險業務」查看並下載列印資料。



新生生活型態調查

各位新生大家好～
歡迎加入中山醫學大學這個大家庭

相信你們都有嚮往的大學生活
在這之前
先讓我們瞭解一下你們的生活型態
請根據自己的生活狀態填寫下列問卷
第一區段為基本資料
第二區段為問卷內容



祝福你們有個美好的大學生活

身心健康中心關心您

身心健康中心，
為您加油！

