

心理健康支持

110 學年與心理健康支持 相關通識課程

課程名稱	110 學年(上/下 學期) 修課人次
1. 心理與生活	64
2. 情緒與壓力管理	135
3. 藥物與生活	75
4. 瑜珈與身心減壓	70
5. 休閒運動與健康	49
6. 生命探索發展與實踐 (全校必修)	1,275
7. 社會心理學 (110-1 校際選課, 抵免心理與生活)	7
8. 老人健康生活大改造: 職能科學之生活應用 (110-1 校際選課, 抵免運動與健康、休閒運動與健康)	4
9. 學會學: 學習之道 ◇ (110-2 校際選課, 抵免大腦的秘密)	24
總計:	1,703

110 學年多元學習與心理健康支持相關 通識微課程

通識微課程名稱	日期	登記修課人數
動態屋樹人體驗	110/11/19	40
香氛時光~花朵蠟燭手作課	110/11/23	40
戲劇治療~角色對你說	110/12/16	40
動態屋樹人體驗	111/05/20	20
自殺防治守門人培訓	111/05/20	20
總計:		160

110 學年與心理健康支持議題相關通識講座

通識教育中心	舉辦日期	登記參加人數
〔USR 系列講座〕必修學分再+1 用 SDG 超前佈署我的職涯	110/10/13	185
通識講座：妳（你）和永續發展目標(SDGs)共好 You & SDGs Gung	110/12/29	200
【線上通識講座】心理健康系列：職場修練與自我覺察	111/3/28-4/1	500
【線上通識講座】心理健康系列：打造療癒校園—創傷知情觀點	111/4/11-4/15	500
【線上通識講座】心理健康系列：活在想像中的性互動	111/6/13	150
【教學助理研習】情緒療一聊-藝術媒材舒壓體驗	111/4/22	40
諮輔中心	舉辦日期	登記參加人數
療癒的禮物：以藝術走過失落	110/11/26	80
相愛容易相處難？衝突可以是契機！	111/5/11	50
其他單位	舉辦日期	登記參加人數
【性酷社講座】LGBT 性少數族群生命故事分享	110/10/29	150
【醫護室線上講座】情緒的殺手—認識常見的身心症狀，大學生的壓力與身心疾病	111/4/15	100
【攝影社講座】告別的溫度	111/5/5	80
【特教系講座】聽不見的力量	111/5/17	80
【資源教室講座】SE-RNA（特教 RNA 疫苗）—翻轉人生，從特殊生成為特教師的特教人生	111/5/25	50
【師培中心線上講座】家庭對青少年的影響—如何與青少年相處	111/7/7	80
共有 13 場通識講座		2,245 人次