

新竹市 109 年度學生輔導諮商中心工作計畫
【親愛的，你最近好嗎？探索身心密碼講座】實施計畫
東園國小場次

一、 依據

- (一) 新竹市 109 年度學生輔導諮商中心計畫。
- (二) 新竹市 109 年度專業人員參與中小學生輔導工作計畫。

二、目的

- (一) 透過講師的帶領，了解情緒與心理和身體的關聯性。
- (二) 透過討論與分享，探索自己的身心狀態，學習自我照顧與放鬆紓壓方式。

三、辦理單位

- (一) 指導單位：教育部
- (二) 主辦單位：新竹市政府
- (三) 承辦單位：新竹市學生輔導諮商中心

四、講座辦理時間：109 年 11 月 4 日（三）13:30~16:30。

五、講座辦理地點：本校視聽教室

六、講師：鄭博鴻心理師

七、參與對象：本校教職員及家長

八、報名方式：教師請至教師研習護照報名參加，本校家長請向輔導處報名參加，連絡電話：03-5712496#8605，聯絡人：輔導組長潘麗晴老師。

九、經費來源：辦理本項活動所需經費，由教育部專款補助。