

# 臺北市立成功高級中學牧心專刊

(高一、高二、高三篇)

108/4/1 出刊

主編：巫志忠、姜懿芸 編輯：陳怡如、林上能、呂學侃、游于萱

輔導室：求是樓二樓 電話：23216256 轉 241. 242. 243. 244

E-mail：counseling@cksh.tp.edu.tw



## 活動訊息報馬仔

### 一、輔導室近期辦理系列活動訊息

\*請有興趣的同學至[特色課程平台](#)報名!

場次	時間	主題	內容	主講/負責人	場地
1	4月2日(二) 9:10-12:00	個人申請入學 二階輔導	團體模擬面試 (初階)	輔導教師群	四維樓2樓會議室 四維樓5樓閱覽室 綜合大樓3樓研討教室 求是樓3樓生涯規劃教室 綜合大樓4樓國際教育中心
2	4月8日(一) 至 4月11日(四)	個人申請入學 二階輔導	團體模擬面試 (進階)	校外教授 校內教師	四維樓2樓會議室 四維樓5樓閱覽室 綜合大樓3樓研討教室 求是樓3樓生涯規劃教室
3	4月15日(一) 12:15-13:00	大學校系 介紹講座(三)	臺大生化科技系 介紹	臺大生技系 陳彥榮教授	四維樓5樓 閱覽室
4	4月15日(一) 至 4月26日(五)	多元文化週	多元文化海報比賽 (高一、二)	輔導室 姜懿芸老師	輔導室
5	4月18日(四) 13:20-15:50	性別平等教育 輔導知能研習	滑世代網路交友 輔導	勵馨基金會 郭雅真講師	綜合大樓4樓 多功能自學中心
6	4月19日(五) 16:20-18:00	多元文化週	多元文化講座 旅途中的文化風景	百大部落客 迴紋針	綜合大樓4樓 多功能自學中心
7	4月19日(五) 12:10-13:00	大學校系 介紹講座(四)	建築系校系介紹及 學習經驗分享	成大建築 洪仕修學長	綜合大樓3樓 研討教室3
8	4月25日(四) 16:20-18:00	拓展性課程	成功愛情婚姻講堂	江欣怡 諮商心理師	綜合大樓4樓 多功能自學中心
9	4月26日(五) 18:30-20:30	高一選組輔導	高一選組輔導 家長說明會	教務處 輔導室	綜合大樓1樓 視聽中心
10	4月28日(日) 9:00-17:00	小團體輔導	學習策略 小團體	許玉玲 諮商心理師	求是樓2樓 團體輔導室
11	4月30日(二) 16:20-18:00	高三主題式 班級輔導	指考逆轉勝 升學座談	畢業校友	求是樓1樓 視聽教室一
12	5月3日(五) 12:10-13:00	個人申請入學 二階輔導	網路登記志願 說明會	輔導室 游于萱老師	四維樓5樓 閱覽室

二、2019 清華大學工學院一日營於 108 年 4 月 20 日 (六) 9:30-16:30 (9 點報到) 舉辦，地點在清大工程一館 107 演講廳，有意報名同學請至報名網站 (<https://reurl.cc/6ve3Z>) 報名。

### 三、心理測驗線上版看結果網址：

1. 大學學系探索量表線上版 (<https://psytest.ceec.edu.tw/probe/Member/Login/1>)，學生登入身分證字號，帳號預設為身分證字號，登入後點選「結果查詢」，才可看到結果。
2. 高一興趣量表 (<https://career.ceec.edu.tw/Account/StudentLogin>)，帳號與密碼皆為身分證號碼，登入後點選「結果報告」，才可看到結果。



## 生命教育宣導：如何「有效」陪伴憂鬱？

(資料來源 <https://www.facebook.com/ido.org.tw/> 財團法人敦安社會福利基金會臉書)

### ● 陪伴憂鬱，你可以這樣做！

陪伴憂鬱，不要再說「加油」好嗎？當我們情緒低落或陷入憂鬱情緒時，來自旁人「別想太多」、「加油，看開一點」的安慰，你「有感」嗎？你知道此時大家最想聽到的話語是什麼嗎？快學學下面的方法，讓自己成為能溫暖人心的暖男們吧！



### ● 想要了解更多，歡迎掃 QRcode 看影片

#### 1. 美青姐 X 阿滴英文-暖男陪伴篇

<https://www.youtube.com/watch?v=sQ-9mhq0HoA&feature=share>

#### 2. 志祺七七 X 圖文不符-如何陪伴憂鬱症?獻給座位右邊的你

<https://www.youtube.com/watch?v=LcUcQGmZcvQ>

