

"It is in playing and only in playing that the individual child or adult is able to be creative and to use the whole personality, and it is only in being creative that the individual discovers the self." --D.W. Winnicott



個別諮商預約

想要增加自我了解嗎？對自己、關係、生活處境或目標感到困惑或遇到難處，都可以運用心理諮商來幫助自己。無論是人際、感情、學習、家庭、性別、生涯、情緒、生活適應、壓力調適、生命意義等議題，都歡迎你來前程規劃處諮商輔導中心找諮商老師晤談。預約請至：前程規劃處(A棟2樓)，或撥打專線：(02)2883-0510。

活動快訊 - 服務學習 & 心衛活動

Service Learning & Mental Health Promotion Activities

報名
至
03/30

服務學習志工招募

一可認證校內服務學習時數
Service Learning Volunteers Wanted

前程規劃處招募服務學習志工，歡迎有服務熱忱的你前來參加！

◎ 服務相關須知

① 工作內容：處內活動及辦公室業務協助

② 至少需服務2小時

◎ 說明：請直接至前程規劃處辦公室，
找陳安筠老師報名(分機#2448)

04/24
(Mon)

花與草的和諧療癒： 植物能量祝福卡DIY

Art/Horticultural Therapy Workshop (in Mandarin)

讓花、草帶來療癒，以和諧粉彩靜心；由心的祝福與祈願出發，為自己或他人，創作一只獨特的隨身能量卡。

◎ 報名須知：

① 即日起開放於eForm報名，報名後一週內請至A棟2F前程規劃處繳交保證金100元。

② 全程參與活動者將全額退還保證金，並依完成報名順序錄取15名。

③ 活動前請自行用餐，並配合防疫規定配戴口罩。

④ 個人創作的「植物能量祝福卡」可免費帶回家。

◎ 報名網址：<https://reurl.cc/8qXv4b>

03/29
(Wed)

戀愛擴香石工作坊

Workshop on Romantic Love & Diffuser
Stone DIY (in Mandarin)

是浪漫？還是控制？愛情要怎麼談才好？恐怖情人又有哪些樣貌？透過製作擴香石及香味的挑選，找到合適的關係氣息，讓彼此由愛中成長。

◎ 報名須知：

① 即日起開放於eForm報名，報名後一週內請至前程規劃處繳交保證金100元。

② 全程參與活動者將全額退還保證金，並依完成報名順序錄取12名。

③ 活動前請自行用餐，並配合防疫規定配戴口罩。

④ 個人創作的「香氛擴香石」可免費帶回家。

◎ 報名網址：<https://reurl.cc/lveGVI>

講師：王琪心理師

活動時間：112.03.29(三)18:00-20:00

活動地點：B604教室

聯絡人：孫乙仙老師(#2267)



→ 講師：黃盛瑩園藝治療師(白菜奶奶)

活動時間：112.04.24(一)18:30-20:30

活動地點：B603教室

聯絡人：趙化如老師(#2269)



| 活動快訊 - 職涯發展 | Career Development

即日起
至
5/31

【台北校區】職涯諮詢預約

你對未來感到茫然嗎？想更清楚未來職業方向嗎？
自傳履歷該如何撰寫？

透過CPAS職業適性測驗及一對一的職涯諮詢，
我們將協助你重新認識自己和勾勒生涯藍圖。
快來預約職涯諮詢吧！全程免費，名額有限，額
滿為止。

◎ 報名網址：<https://reurl.cc/OVrrYD>

◎ 備註：只要是本校台北校區的學生，不論年
級、學系、外籍生、研究生等皆可報名。

活動時間：即日起至5/31

活動地點：台北前程規劃處

聯絡人：陳盈汝老師(#2449)

Now-
5/31【Taipei Campus】
Career Consultation Reservation

Do you feel lost when thinking of your
future? Would you like to explore more
closely into your potential career paths? Do
you sometimes feel unsure about how to
polish your resume? You may consider
signing up for the career consultation. It's
all free, and space is limited.

◎ To sign up: <https://reurl.cc/xlvv3Z>

Contact person: Ms. Ying-Ju Chen

E-mail: ycr0220@mail.mcu.edu.tw



| 活動快訊 - 徵才訊息 | Recruitment Information

4/17
(Mon)【台北校區】2023吉比鮮釀
企業說明會

2023吉比鮮釀即將來徵才啦！各位有志從事服
務業的學生們，對餐廳管理與調酒文化有興趣的
大家，絕對不可錯過唷！

◎ 報名網址：<https://reurl.cc/a1dZ6l>

◎ 報名截止日期：4/10(一)

◎ 更多詳細職缺請參考連結：

<http://www.gbarestaurants.com.tw/>

活動時間：112.04.17(一)12:00-13:00

活動地點：B901會議室

聯絡人：陳盈汝老師(#2449)

4/18
(Tue)【台北校區】Nitori宜得利家居
企業說明會

來自日本的大公司宜得利家居強力徵才中！身為
宜得利用品的粉絲們怎麼能錯過！倘若您熱愛與
人交流，有一顆敏銳的心和滿腔的熱誠，同時也
嚮往日本公司的制度，迫不及待一展長才的話，
強力推薦大家來報名，聽聽宜得利怎麼說！

◎ 報名網址：<https://reurl.cc/ykvRn2>

◎報名截止日期：4/11(二)

活動時間：112.04.18(二)12:00-13:00

活動地點：H101教室

聯絡人：陳盈汝老師(#2449)

4/26
(Wed)【台北校區】德翔海運
企業說明會

繼三月份的長榮海運徵才後，海運業來校徵才又
一發！各位喜愛海運業的同學們有福了！德翔海
運2023年最新徵才說明會，今年的職缺非常多
元，絕對能滿足滿腔熱血的你！

◎ 報名網址：<https://reurl.cc/mlyxpW>

◎報名截止日期：4/19(三)

活動時間：112.04.26(三)12:00-13:00

活動地點：B901會議室

聯絡人：陳盈汝老師(#2449)



| 心靈補給站 - 自我成長 |

修改人生演算法 (講稿摘錄)

只要在腦神經迴路當中，做出符合這樣設定的決策，一次、兩次、更多次之後這些迴路就會愈來愈粗壯，成為將來習慣性的決策。每一次做出和成功者相似的選擇，行為和習慣像個成功者，經過長時間的複利效果，最後就會導向卓越的成功境界。有三大面向需要調整設定：

- A：調整工作（對應到以下的一、二、三）
- B：修改判斷（對應到以下的四、五、六）
- C：重設價值觀（對應到以下的七、八、九、十）

- 一. 一人公司
- 二. 第二曲線
- 三. 三種工作：1.有金錢收入的工作。2.無償的工作。3.自我實現的工作。
- 四. 利他+利己的比重配置
- 五. 成功竟然有公式：【(熱情×優勢)×態度】×人際槓桿
- 六. 站在對的地方
- 七. 生命是長期而持續地累積過程
- 八. 沒有壞事、甚至沒有壞人
- 九. 因包容而完整
- 十. 你是誰比你做什麼更重要

◎ 講者：愛瑞克 | TMBA 共同創辦人、《斜槓的50道難題》暢銷作家

◎ 完整影音內容 (YouTube影片)：<https://reurl.cc/vkvQyA>

| Health & Wellness Series |

◎ Looking for a pick-me-up to remind yourself how you are valued?
Watch this now: <https://reurl.cc/0EdW6x>

