

113 生命教育主題輔導週活動成果展

生命教育專題講座



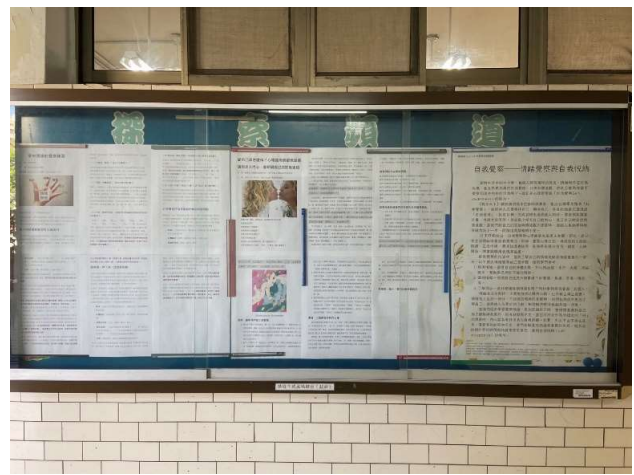
本學期生命教育主題為「自我覺察—情緒覺察與自我悅納」，輔導處於 113 年 11 月 15 日（五）辦理 113 學年度生命教育專題講座，本次邀請到台灣首位本土中西醫結合院士—林昭庚院士蒞臨女中演講，演講主題為「做人、做事、做學問」，本題亦為林院士於 2023 年底所出版之自傳書名。演講中，林院士分享儒釋道內涵、自身求學之路、研究著作等生命經驗，鼓勵女中學子投身社會、回饋社會並做出貢獻。

專題講座心得投稿



輔導處邀請學生在 11/15 林昭庚院士之「做人、做事、做學問」講座結束後，透過網路表單填寫心得小語，將自身收穫與省思凝成字句與其他師生分享，最終遴選優異心得 4 篇，贈送投稿者小禮物、於輔導專欄公告張貼分享。

生命教育主題宣導&輔導專欄



張貼「自我覺察—情緒覺察與自我悅納」主題相關文章並公告於輔導處網頁，提供全校師生參閱。篇名如下：

1. 〈培養自我覺察技能，實現自我成長〉，作者：Tasha Eurich（組織心理學家、作家）。
2. 〈愛自己該怎麼做？心理諮商師留佩萱邀請你走入內心，重新與自己的關係連結〉，作者：留佩萱（諮商心理師）。
3. 〈掌中情緒的覺察練習〉，作者：陳志恆（諮商心理師）。