

心靈DJ 期初大會



112-2前程規劃處



處室介紹

服務時間、老師介紹

職涯公告

最新活動及注意事項



服務學習公告

服務學習規定及畢業門檻

諮商中心公告 DJ業務說明

諮商中心的大家長

孫丕琳主任



諮商中心老師介紹

負責學院	系諮商師	分機	EMAIL
設計學院	黃啟翔	3312	hcsjob@mail.mcu.edu.tw
資訊學院	黃千珊	3166	huangcs@mail.mcu.edu.tw
教育暨應用語文學院、 國際學院(桃)	周士傑	5389	scchou72@mail.mcu.edu.tw
健康科技學院、社會科學院	謝蕙旭	5362	huihsu@mail.mcu.edu.tw
觀光學院、金融科技學院	張婉珺	5362	wanchun@mail.mcu.edu.tw
總個管心理師	許玫倩	3166	hsumc@mail.mcu.edu.tw



資源教室介紹

協助具特殊教育需求的同學，(各障礙類別包括視覺障礙、聽覺障礙、肢體障礙、情緒障礙、多重障礙、語言障礙…等)，提供各類服務及資源，協助其課業學習與校園生活。另提供特教諮詢與相關宣導活動。

姓名	分機	E-mail
施佳儀 老師	5383	cysy@mail.mcu.edu.tw
吳佩芬 老師	3768	pfcc@mail.mcu.edu.tw
姜欣華 老師	5382	xhjiang@mail.mcu.edu.tw



前程規劃處簡介

前程規劃處

諮商輔導中心

職涯發展中心

諮商輔導

Q101

資源教室

S212

職涯輔導

S212

服務學習

S212

前程規劃處簡介

◆服務內容:

提供心理健康、校園適應、職涯輔導、資源教室、服務學習等相關服務。

◆服務地點:

諮商輔導

Q101

職涯輔導、資源教室、服務學習

S212

◆服務時間:

8:20~16:40 (本處, 週一~週五)

17:50~21:00 (Q101夜間諮商輔導, 週一~週五)

◆網 站: 行政單位→前程規劃處





職涯公告

活動規劃

職涯輔導服務內容

職涯測評
(UCAN/CPAS)

職涯諮詢

職涯講座

工作坊/
培訓營

企業參訪

校園徵才

工讀招募

銘言講堂

企業實習/
境外實習

畢業生電
訪調查



職涯輔導活動規劃(一)

活動項目	活動主題	活動日期	活動時間	活動地點	參加方式
職涯諮詢	職業適性、履歷健檢、求職技巧等	報名至5月31日 (名額有限, 額滿為止)	每週二至四 第3~8節	金融科技大樓S212	請至eform 平台報名
職涯知能主題工作坊	職場之道：職場禮儀的黃金法則	3月20日(三)	18:00-20:00	金融科技大樓S213	
	做自己情緒的主人	3月27日(三)	18:00-0:00	金融科技大樓S213	
班級職涯探索活動	職涯解測 培養軟實力等	113年 3月至5月	班會課	電腦教室 一般教室	由導師依班級需求申請

職涯輔導活動規劃(二)

活動項目	活動主題	活動日期	活動時間	活動地點	參加方式
實習說明會	【台北&桃園校區】 2025年雄獅菁英學 苑實習計畫說明會 LionAcademy Internship Program Application Info Session	3月26日(二)	10:30-12:00 (中文) 12:00-12:50 (English)	桃園校區 P101教室	請至eForm 平台報名， 如有異動， 請以eForm 平台公告為 主
	徵才說明會	吉的堡企業說明會	3月18日(一)	12:10-12:45	
	思創數位文教企業 說明會	3月19日(二)	12:10-12:45	S104教室	

職涯輔導活動規劃(三)

活動項目	活動主題	活動日期	活動時間	活動地點	參加方式
徵才說明會	長榮物流企業說明會	3月22日(五)	10:30-11:30	S104教室	請至eForm平台報名，如有異動，請以eForm平台公告為主
	國泰世華銀行企業說明會	3月26日(二)	12:10-12:45	S515教室	
	統一資訊企業說明會	3月27日(三)	12:10-12:45	S104教室	
	台灣蓋璞(GAP)企業說明會	3月28日(四)	12:10-12:45	S309會議室	

職涯輔導活動規劃(四)

活動項目	活動主題	活動日期	活動時間	活動地點	參加方式
徵才說明會	臺灣港務公司招募說明會	4月12日(五)	09:30-10:30	S104教室	請至eForm平台報名，如有異動，請以eForm平台公告為主
	鼎泰豐徵才說明會	4月23日(二)	11:10-12:00	S515教室	
就業博覽會	2024企業博覽會	5月9日(四)	09:30-14:30	體育一館3F室內籃球場	現場面談 集點抽獎

工讀、實習、求職資訊整合平臺

銘傳首頁

→行政單位

→前程規劃處

→首頁下方快速連結

→MCUJOBS

The screenshot shows the homepage of the Career Development Center (CDC) at Ming Chuan University. At the top, there is a navigation bar with the text '前程規劃處 Career Planning and Counseling Division' and various menu items. Below this is a large banner with the title '職涯發展中心 CAREER DEVELOPMENT CTR' and a colorful illustration of people. Underneath the banner is a '最新消息 LATEST NEWS' section with several news cards. A red cloud-shaped callout with the word 'Here' points to the 'MCUJOBS' link in the '快速連結' (Quick Links) section at the bottom. The '快速連結' section contains five icons: a hand holding a dollar sign (MCUJOBS), a person with arms raised (就業職訓專區), two raised fists (7+1實習專區), a lightbulb (企業求才專區), and a document with a bar chart (職涯測評專區).

畢業門檻——服務學習

- 參與校內或校外(非營利單位)服務滿16小時
- Service On-campus or Off-campus (NPO) units at least 16 hours
- 自行於系統登錄完成後，將相關紀錄繳回服務學習組審核
- Establish at Student Information System, and take the records to Service-Learning Section

服務學習
時數16小時
16 hours of Service

服務學習反思
報告 1份
One Service-Learning reflection report

- 依服務狀況進行自我反思
- Self-reflection by service experience
- 於學生資訊系統>學生e-Portfolio>資料建立>服務學習反思報告
- Establish at Student Information System > Student's e-Portfolio > Data Entry > Service-Learning reflection report

- 至少參加1場
- Participate at least 1 time
- 各場次資訊請參考銘傳大學eForm平台>前程規劃處(CPC)
- Please check the MCU eForm platform > Career Planning and Counseling Division(CPC)

服務學習專題
講座 1場
One Service-Learning Lecture

服務學習成果
發表會1場
One Service-Learning Experience Sharing

- 至少參加1場
- Participate at least 1 time
- 各場次資訊請參考銘傳大學eForm平台>前程規劃處(CPC)
- Please check the MCU eForm platform > Career Planning and Counseling Division(CPC)

- ✓ 服務學習共須完成四個項目，四項全部完成後**自我畢業審查**才會顯示「通過」。
- ✓ 因系統需承辦人點擊更新，請於全部完成後3~5個工作天再進系統查詢。



服務學習各項說明

- 所有參與紀錄皆可在學生資訊系統→e-Portfolio→「服務學習」查詢。
- 若有疑問可至S212詢問確認！

項目	說明
服務時數 16小時	<p>(A)專案性活動(大型/多人)：由行政單位/教學單位活動承辦人於服務結束後至系統登錄，並繳交服務學生名冊至前程規劃處審核。</p> <p>(B)學生個人：服務時數完成後，學生本人依<u>服務學習紀錄系統(學生端)操作說明</u>的步驟建立、上傳佐證資料後，將紙本表單正本繳交至前程規劃處備查。</p> <p>★ 因系統須上傳佐證資料(限3MB以下.jpg、.png格式)，建議以電腦操作。</p>
專題講座 1場 & 成果發表會 1場	<p>請至學校<u>eForm平台</u>報名：路徑：http://eform.mcu.edu.tw/cpc</p> <p>【前程規劃處(CPC)】篩選「<u>畢業門檻</u>」符合<u>服務學習專題講座/成果發表會</u></p>
反思報告 1份	<p>建立路徑</p> <p>登入學生資訊系統→學生e-Portfolio→資料建立→服務學習反思報告 (A)文字 或 (B)問卷 任選一種填寫即可。</p> <p>(A)原版服務學習反思報告→(填寫反思內容)→存檔→回建立畫面→<input checked="" type="checkbox"/> →確認送審。(待審核)</p> <p>(B)新版服務學習反思報告→(點選問卷自我反思)→存檔。(完成)</p>
提醒	<p>▲ 服務學習共須完成四個項目，四項全部完成後「<u>自我畢業審查</u>」才會顯示「通過」。</p> <p>★因系統需承辦人點擊更新，請於全部完成後3~5個工作天再進系統查詢。</p>



學生個人服務學習時數申請流程

步驟 1：完成時數並填寫表單

- 校內單位服務：(1)校內單位實作服務申請書、(2)時數紀錄表
 - 校外機構服務：(1)校外機構實作服務申請書、(2)時數紀錄表、(3)服務證明單
- ★提醒：各項表單欄位應填寫完整資訊，督導需簽章、服務單位/校外機構完成用印，於校外機構服務者可附上由校外機構開立的服務證明單。

(1)

(2)

(3) (校外服務須提供)

步驟 2：進系統登錄服務資訊並上傳表單照片

- 路徑：登入學生資訊系統→申請/填報→服務學習紀錄系統
 - 點選【服務時數資訊建立/上傳佐證】→新增-服務時數資訊→建立服務時數資訊→送出
 - 點選【服務時數資訊建立/上傳佐證】→上傳佐證資料→依照表單名稱上傳檔案→確定送審
- ◆提醒：上傳的檔案限 3MB 以下.jpg、.png 格式，建議以電腦操作。

★完整的系統操作說明請掃描右方 QR code



服務學習紀錄系統(學生端)操作說明

步驟 3：將正本表單繳交至前程規劃處 S212 辦公室

1. 確定系統表單已點選【確定送審】後，需將紙本表單正本繳交至前程規劃處 S212 辦公室審核備查。
2. 經承辦人收件並確認正本資料後，若有資料不完整或未完成系統操作者，將予以退回補件或以簡訊通知同學補齊完整資料。
3. 收到正本表單後，系統審核時間約需 3~5 個工作日。

服務學習活動規劃

- 請至學校eForm平台【前程規劃處(CPC)】線上報名
- 篩選「畢業門檻」符合服務學習專題講座/成果發表會
- 網址：<http://eform.mcu.edu.tw/cpc>
- 如有異動，請以eForm平台公告為主



諮商中心 公告



心靈DJ業務說明



領取快報

每週班會前，至e-form系統領取心靈快報和簽到，並將心靈快報訊息於班會向同學宣傳



關懷的第一線

協助關心同學的狀況，若有特別狀況或問題需要協助時，可邀請其至前程規劃處或告知系諮商師，以提供同學適切關懷與協助。



提醒與協助

注意相關畢業門檻、修習規定時間，提醒同學上本處網站報名活動



積極參與課程

本學期安排增能課程，DJ幹部鼓勵同學多多參與相關課程



準時繳交資料

期末回饋
下學期幹部名單

銘傳大學前程規劃處 心靈DJ獎勵辦法



評分標準

1、每週領取心靈DJ快報並宣導：

每週準時至e-form領取心靈快報及簽到，每簽到一次加5分，請於當週1500截止前完成簽到。

2、參加期初大會：

準時參加心靈DJ期初大會，接受本處培訓，親自出席者加10分、同學代理加5分。

3、繳交各項資料：

準時繳回期末回饋表加10分

4、其它優良表現：

- (1)參加本處所舉辦的各項活動者加5分。
- (2)協助同學報名本處活動者加5分。
- (3)協助同學前來本處諮詢者加5分
- (4)協助系諮商老師瞭解班上同學不適應情形者加5分。



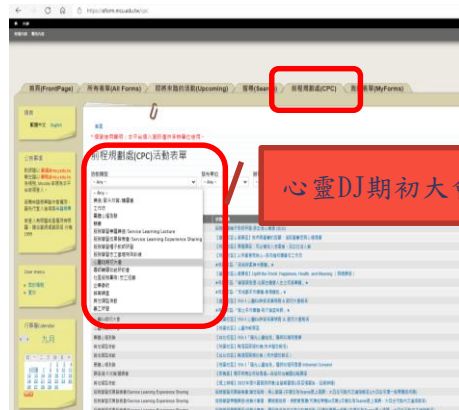
第一步
e-form



第二步
心靈DJ期初大會



第三步
【桃園校區】心
靈快報專區



性別平等系列活動

活動項目		時間	講師
大型宣導活動		03/11-03/18	前程規劃處輔導員
團體 輔導	「愛的發光體-手作乾燥花發光塗鴉留言板」手作工作坊與團體輔導	03/13(三)17:40-19:40	高翊齡心理師
	「學習愛情的真諦·小王子玫瑰花」手作工作坊與團體輔導	03/20(三)17:40-19:40	賴韻宇心理師
專題 講座	「分手後失落的自我照顧」專題講座	03/28(一)10:10-12:00	詹惠文心理師
	「網路時代的愛情守則」專題講座	03/25(一)10:10-12:00	黃柏威心理師

其他活動

活動項目		時間	講師
手作 團體	手作團體-秋日流金南瓜蠟燭	03/25(一)18:00-20:00	呂婷以老師
牌卡	生涯探索牌卡團體	03/27(三)18:00-20:00	蘇盈瑜心理師
活動	愛情卡	04/29(一)10:10-12:00	
心理 測驗	賴氏人格測驗	04/02(二)10:10-12:00	

112-2 小太陽義工團 義工招募



結交可愛夥伴
學習助人技巧
心理成長課程



義工義務

1. 參與培訓課程
2. 協辦與支援中心活動

義工福利

1. 義工服務時數認證
2. 培養服務經驗

名額有限，請於03/06(三)
前至Q101填寫報名表，
會有負責老師與你聯繫喔！

銘傳大學前程規劃處諮商輔導中心

112-2 小太陽義工團 義工活動



03/08 (五) 12:15-13:30
義工期初歡樂聚會

04/08 (一)~(五)
04/12 期中暖心all pass 糖

04/22 (一) 17:30-20:00
我想要的愛情樣貌-愛情自我探索團體
廖鈺琪心理師

04/30 (二) 17:30-20:00
舒壓、療癒、我與羊毛氈-手作工作坊
蔡育韻心理師

05/10 (五) 18:00-19:15
義工感恩歡樂聚



每學期初的三周內於e-form
招募報名 額滿為止

【小太陽志工】招募說明

小太陽在做些什麼？

- ◆ 服務台接待服務
- ◆ 協助中心辦理心理健康活動
- ◆ 業務協助
- ◆ 參與各種專屬義工的培訓課程與活動

精彩 專題演講

MZ · #Y2K

Why ain't I pretty?

談MZ世代容貌焦慮 課題



03.15 (Fri.)

12:00 ▶ 13:40

P102會議室

張瑋庭 諮商心理師



M y N A M E

活動回饋表

