

# 心靈DJ 期初大會



113-2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

服務學習活動

# 諮商中心公告 DJ業務說明

# 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

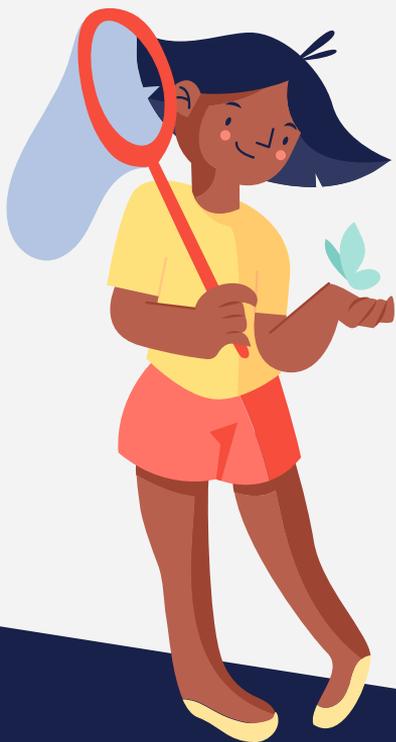
S212

## ◆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



# 諮商中心老師介紹

負責學院	系諮商師	分機	EMAIL
心理系、犯防系、公行系	涂鴻安	5389	anan@mail.mcu.edu.tw
資管系、資工系、電子系、電通系、 半導體應用學士學位學程	黃千珊	3166	huangcs@mail.mcu.edu.tw
應中系、應英系、應日系、華教系	蘇詠園	5389	suyy@mail.mcu.edu.tw
健康科技學院、人智系、 數媒系、動漫學程	謝蕙旭	5362	huihsu@mail.mcu.edu.tw
觀光學院、金融科技學院	張婉琄	5362	wanchun@mail.mcu.edu.tw
商設系、品設系、建築系、都防系	鄭有順	3166	e2956@mail.mcu.edu.tw
國際學院(桃)、總個管心理師	許玫倩	3767	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
蘇意慈 老師	5382	mink@mail.mcu.edu.tw





# 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
班級職涯探索活動	職涯解測 培養軟實力等	114年 3月至5月	班會課	電腦教室或 一般教室	由 <b>導師</b> 依班級需求申請
職涯知能主題 工作坊	完美掌握 溝通技巧	114年 3月19日(三)	18:00-20:00	金融科技 大樓S213	請至 <b>eform</b> 平台報名
	應對職場壓力的 智慧與技巧	114年 3月26日(三)	18:00-20:00	金融科技 大樓S213	

## 職涯輔導活動規劃(二)

活動項目	活動主題	活動時間及地點	參加方式
實習計畫 說明會	2026年雄獅菁英學苑實 習計畫說明會	2025年03月11日(二) 10:10-11:30 桃園校區P101	請至eForm報名系統報名 <a href="https://eform.mcu.edu.tw/node/3488">https://eform.mcu.edu. tw/node/3488</a>

## 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	長榮航空飛航員(機師)招募說明會	3月17日(一)	12:30-13:30	P101教室	請至eForm平台報名，如有異動，請以eForm平台公告為主
	觀光學院企業說明會II	3月18日(二)	10:10-12:00	P102教室	
	微星科技企業說明會	3月18日(二)	13:00-15:00	S104教室	
	台灣普客二四企業說明會	3月20日(四)	12:10-12:40	P101教室	

## 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	3月21日(五)	09:30-11:30	S104教室	請至eForm平台報名，如有異動，請以eForm平台公告為主
	昇士達科技企業說明會	3月25日(二)	12:10-12:40	S308教室	
	專加系統科技企業說明會	3月26日(三)	12:10-12:40	S104教室	
	全球風尚公司企業說明會	3月27日(四)	12:10-12:40	P101教室	

# 職涯輔導活動規劃(五)

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	鼎泰豐徵才說明會	4月24日(四)	12:10-12:40	P101教室	請至eForm平台報名，如有異動，請以eForm平台公告為主
	星宇航空客艙組員校園招募(現場甄試)	4月26日(六)	09:00-16:00	S104及週邊教室	
	鴻佰科技企業說明會	4月29日(二)	12:10-12:40	S308教室	
就業博覽會	2025企業博覽會	5月8日(四)	10:00-15:00	體育一館3F室內籃球場	現場面談 集點抽獎

# 前程規劃處活動報名

銘傳首頁

→行政單位

→前程規劃處

→首頁下方快速連結

→活動報名系統

可篩選主辦單位、活動  
類型、辦理校區...等

前程規劃處  
Career Planning and Counseling Division

最新消息 簡介 諮詢輔導中心 職涯發展中心 USR專區 法規及程 創議標誌 表格下載 FAQ/聯繫 繁體中文

## 職涯發展中心

### CAREER DEVELOPMENT CTR

最新消息  
LATEST NEWS

- 銘傳大學  
MCU Career, We C
- 【2024.02.27】畢業生流向
- 公告！  
職涯發展中心  
MCU Career, We Care
- 112學年度寒轉學生「抵免
- 113年度「大專青年  
暑期校園工讀訓練
- 彰化縣政府辦理113年度大
- 「2024伊甸暑假服務學習

快速連結

- MCU JOBS
- 就業職訓專區
- Here
- 職涯測評專區
- 活動報名系統
- 職涯發展中心  
FB粉絲專頁
- 心靈快報
- 個資保護專區  
隱私權聲明
- USR大學社會推動  
責任辦公室

# 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

提供校外工讀、實習、  
求職機會  
(校內工讀請洽各單位)

前程規劃處  
Career Planning and Counseling Division

最新消息 簡介 諮詢輔導中心 職涯發展中心 USR專區 法規法投 相關連結 名師下鄉 FAQ與學區 繁體中文

## 職涯發展中心

### CAREER DEVELOPMENT CTR

最新消息  
LATEST NEWS

【2024.02.27】畢業生流向

112學年度寒轉

2024伊甸暑假服務學習

#### 快速連結

- MCU JOBS
- 就業職訓專區
- 7+1實習專區
- 企業求才專區
- 職涯測評專區

# 服務學習活動規劃(2-1)

活動項目	活動主題	活動日期	活動時間	活動地點	名額
專題講座	大一週會：大學生可以做的服務與學習	114.03.14(五)	12:50-13:40	體育一館	限桃園大一學生參加
成果發表會	志工基礎：志願服務經驗分享	114.03.18(二)	18:00-19:30	S213教室	70人
成果發表會	大二週會：開啟服務冒險心	114.03.28(五)	12:50-13:40	體育一館	限桃園大二學生參加
專題講座	志工基礎：志願服務法規認識	114.04.10(四)	18:00-19:30	S213教室	70人

- 需事先於學校eForm平台報名。如有異動，請以公告為主。



# 服務學習活動規劃(2-2)

活動項目	活動主題	活動日期	活動時間	活動地點	名額
成果發表會	攀上樹與自然對話	114.04.25(五)	12:00-13:40	S213教室	70人
成果發表會	志工基礎：志願服務倫理與內涵	114.04.30(三)	18:00-19:30	S210教室	70人
專題/成果	國際學院週會： From Compassion to Action	114.05.02(五)	12:50-13:40	體育一館	限桃園國際學院學生參加
專題/成果	服務決定你的影響力	114.05.09(五)	12:00-13:40	S213教室	70人

- 需事先於學校eForm平台報名。如有異動，請以公告為主。



# 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15:00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  
前程規劃處官網



第二步  
【桃園校區】



第三步  
進入EFORM

最新消息 簡介 諮詢輔導中心 職涯發展中心 USR專區 生涯課程 相關連結 表冊下載 FAQ與聯絡 繁體中文

更多職能訊息

快速連結

- MCU IRBS
- 職業規劃專頁
- 7+1實習專頁
- 企業家才專頁
- 職涯測評專頁
- 活動報名系統
- 職涯發展中心 Facebook 專頁
- 心靈快報
- 僑資保護專頁 隱私權聲明
- USC 大學社 僑務熱 責任辦公室

最新消息 簡介 諮詢輔導中心 職涯發展中心 USR專區 生涯課程 相關連結 表冊下載 FAQ與聯絡 繁體中文

心靈快報

台北校區 桃園校區

最新消息 簡介 諮詢輔導中心 職涯發展中心 USR專區 生涯課程 相關連結 表冊下載 FAQ與聯絡 繁體中文

心靈快報\_桃園校區

心靈DJ請每週至EFORM簽到領取快報

第四步  
登入 帳號密碼



第五步  
請領取 心靈快報



第六步  
簽到按送出

FrontPage) 所有表單 (All Forms) 即將來臨的活動 (Upcoming) 搜尋 (Search) 新增傳真函 (CPC)

This must login to view this item.

登入

帳號密碼登入

【桃園校區】

帳號：學號@mcu.edu.tw  
密碼：與學生資訊系統相同

請登入帳號!!!

\*桃園校區 心靈快報\*

- \*請於當週一早上9時開始至週五17時截止。
- \*請於週五17時前下載並完成簽到，才予以對分。

心靈快報第一期1101004-1101008請點選下載
心靈快報第二期1101011-1101015請點選下載
心靈快報第三期1101018-1101022請點選下載
心靈快報第四期1101025-1101029請點選下載
心靈快報第五期1101101-1101105請點選下載
心靈快報第六期1101108-1101112請點選下載
心靈快報第七期1101115-1101119請點選下載

行事曆 calendar

九月

FrontPage) 所有表單 (All Forms) 即將來臨的活動 (Upcoming) 搜尋 (Search)

首頁

\* 同質使用說明：本平台個人資訊僅供家群單位使用。

【桃園校區】心靈快報專區

檢視View 編輯Modify Webform 結果

活動類型：心靈快報初次審  
發布單位：桃園轉運中心  
辦理校區：桃園  
舉辦門部：非屬黨門部  
活動日期：週一至，十月4, 2021 to 星期五, 十二月17, 2021

請登入帳號!!

\*桃園校區 心靈快報\*

- \*固定於當週一早上9時發佈至週五15時截止。
- \*請於週五15時前下載並完成簽到，才予以對分。

心靈快報第一期1101004-1101008請點選下載
心靈快報第二期1101011-1101015請點選下載
心靈快報第三期1101018-1101022請點選下載
心靈快報第四期1101025-1101029請點選下載

點選下載

心靈快報第一期1101004-1101008請點選下載  
心靈快報第二期1101011-1101015請點選下載  
心靈快報第三期1101018-1101022請點選下載  
心靈快報第四期1101025-1101029請點選下載  
心靈快報第五期1101101-1101105請點選下載  
心靈快報第六期1101108-1101112請點選下載  
心靈快報第七期1101115-1101119請點選下載  
心靈快報第八期1101122-1101126請點選下載

週末回銷表

心靈快報第九期1101129-1101203請點選下載
心靈快報第十期1101206-1101210請點選下載

\*本系統僅限於心盟101班、歡迎踴躍登錄紀錄、指導地老師(分機362; hshu@mail.mcu.edu.tw)

系統 (時間：觀光二甲、應中三乙)

學號：

Submit

簽到、按送出

# 性別平等系列活動

活動項目	活動主題	活動日期	活動時間	活動地點	講師
團體輔導	「串起你的戀愛小圈圈」 手作工作坊與團體輔導	114.03.25(二)	18:30~20:30	S210	吳倖君 輔導員
	「秘密情書~愛心手作訊息蠟燭」 手作工作坊與團體輔導	114.03.26(三)	18:00-20:00	S210	呂婷以 老師
專題講座	愛的界限：親密關係互動與界限 專題講座	114.04.29(二)	10:00-12:00	S210	戴筱涵 心理師
	打破情感束縛：重拾自主與平衡~ 情勒專題講座	114.05.02(五)	12:00-14:00	S210	蔡秀娟 心理師

# 其他活動

活動項目	活動主題	活動日期	活動時間	活動地點	講師
手作團體	打造泥的家-微型家具水泥DIY	114.04.22(二)	18:00-20:00	Q101 團輔室	賴信吉 老師
牌卡活動	牌卡團體	114.03.24(一)	18:00-20:00	Q101 團輔室	蘇盈瑜 心理師
自殺防治	團體輔導- 愛的發光體-手作乾燥花發光塗 鴉留言板	114.05.05(一)	18:00-20:00	S210	葉又禎 心理師
心理測驗	賴氏人格測驗	114.03.18(二)	10:00-12:00	EE601	許格瑋 心理師

# 義工活動

03/07 (五) 12:15~13:30 期初歡樂聚會

04/14 ~04/18 (一)~(五) 期中暖心All Pass糖

04/29 (二)  
17:00~20:00  
「誰說不能玩食物！」  
正念飲食X食癒卡  
體驗工作坊  
陳慈瑤 心理師

05/08 (四)  
17:00~20:00  
「麻瓜也能學會的指  
尖魔法」和諧粉彩X  
母親節祝福工作坊  
黃郁倩 心理師

06/11 (三) 18:00~19:00 期末感恩歡樂聚

【小太陽志工】招募說明

每學期初的三周內於e-form  
招募報名 額滿為止

## 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

名額有限!!!!  
請至桃園校區Q101填單報名!

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&豐厚經歷



# 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

諮商中心的大家長

黃啟翔主任



# 精彩 專題演講

113-2心靈DJ期初大會暨專題講座

## 躺平人生

lying flat

阿姨!我不想努力了!



2025

03/14 Fri.

講師

林品如 臨床心理師

12:00 ▶ 13:40

P102會議室 在哪裡跌倒，在哪裡躺好



# 活動回饋表

