



1

導師技巧  
level up

2

導師知能

3

導師  
自我照顧

4

校園常見  
議題

## 疫起向前走-導師增能線上講座

四大主題共12場講座，陪老師充實過暑假

●報名連結：<https://reurl.cc/VE7ajy>

## 【疫起向前走-導師增能線上講座】課程說明

類型	活動名稱	時間	活動內容
導師技巧 level up	大學的師生溝通- 如何增進師生互動	7/22(四)1330-1510	了解如何與新世代的大學生互動及維繫適當的師生關係。
	最佳陪伴者-如何傾聽與安慰	8/31(二)1430-1610	面對情緒低落學生，導師如何傾聽陪伴，學會傾聽與安慰的技巧
導師知能	認識焦慮症	7/28(三)1000-1140	了解焦慮症的成因、樣態，師長、同儕如何提供支持關懷。
	認識自閉症	8/13(五)1000-1140	了解自閉症的成因、樣態，師長、同儕如何提供支持關懷。
	認識憂鬱症	8/18(三)1000-1140	了解憂鬱症的成因、樣態，師長、同儕如何提供支持關懷。
	認識邊緣性人格	8/27(五)1000-1140	了解邊緣性人格的成因、樣態，師長、同儕如何提供支持關懷。
	認識恐慌症	9/06(一)1400-1540	了解恐慌症的成因、樣態，師長、同儕如何提供支持關懷。
導師 自我照顧	導師的壓力調適	8/20(五)1400-1540	了解壓力對身心的影響及如何調適壓力。
	導師的情緒調節	9/2 (四)1400-1540	了解情緒的特質，學習覺察與接納情緒、情緒急救及建立日常身心安心資源。
校園常見 議題	當學生說要自殺	8/03(二)1400-1540	了解大學生自殺的現象及關於自殺的迷思，師長、同儕如何關懷有自殺意念的學生，協助學生轉介及求助，成為自殺守門人。
	性不性由你- 認識性騷擾和性侵害	8/24(二)1400-1540	了解大學生常見的性騷擾及性侵害樣態，認識受害者的創傷反應，師長、同儕如何陪伴支持。
	親密關係暴力與跟蹤騷擾	9/09(四)1400-1540	了解大學生常見的親密關係暴力及跟蹤騷擾的問題，師長、同儕如何協助學生辨識危險情人及採取自我保護措施。