

# 心柑



## Nov. & Dec.

新北高中輔導刊物

生涯輔導-

【職涯達人講座】：《年輕不打安全牌》  
【校系介紹講座】

生命教育-

〈我與你與我〉人際支持與環境適應團體

性別教育-

〈關係中的一百種味道〉親密關係探索團體  
〈放心窩〉全校尋寶與傳情活動

# 【職涯達人講座】

110-1 生涯發展教育活動

【職涯達人講座】

## 年輕不打安全牌

許峰源 律師

Nov. 19 2021, 13:00 - 15:00

行政大樓5樓會議室



馬不停蹄的職涯講座，讓學生在高中三年探索未來更多可能。

### 《年輕不打安全牌》

講師獨具魅力的風格分享人生心路歷程，簡潔有力的座右銘，一句句的擊中同學的心！





# 【校系介紹講座】

生涯輔導

## 逢甲大學 - 水利工程與資源保育學系



水一直是生活中不可或缺的東西，台灣又是多雨的地方，不管是提供用水的水庫，還是疏通洪水的水道，甚至是集水區的生態保育都與該系有關，新北高中所在的三重地區，也是容易淹水的地方，從是學校旁邊的堤坊到二重疏洪道、到不久前在學校蓋的滯洪池，可以看出過去到現在對於整治洪水的想法的改變，另外水庫也很重要，從最近的缺水就可以知道台灣雖然多雨，但是缺水，原因之一就是水庫淤積，所以這次許多水庫趁著這次缺水趕緊多清一些淤泥，這也是水利工程的工作，另外清淤泥非長久之計，最重要的還是要做好上游集水區的水土保持，淤泥的來源都是上游沖刷下來的，做好水土保持，減少上游開發，保育生態，也是水利工程的課題，水利工程並不只是單純的蓋個堤防或是挖挖淤泥就好，它與生態環境的保育是一體的。

— 31005呂佳宸

感謝老師遠道而來，

熱情分享最新資訊

# 【校系介紹講座】

## 逢甲大學 - 水利工程與資源保育學系

會想參加這個講座的原因是因為逢甲大學算是不錯的理工學校，再加上自己不了解水利工程這個科系在學什麼，以及未來的出路，並且看看自己對這個科系有沒有興趣。

一開始看到簡章就覺得宿舍和廁所很乾淨，有種飯店的感覺，這大概是我最印象深刻的地方了。至於教授講解的部分也解釋的滿清楚的，再配合跟我們的小問答，來解除我們的睡意，可以更專心的了解水利工程的課程，以及此校的歷史。因為這次的演講，使我受益良多。

— 31019 許賜維

我覺得本次的講座讓我了解了很多東西，我不僅了解了本科系的內容以及有關科系創立與拆分。我也更了解了逢甲大學的校園環境，不只校內的各種設施環境優美，外面還有很多觀光景點可以去。本次的講座讓我了解了很多我不知道的事，使我在之後的升學有更多的相關知識可以使用。

— 31024 陳渝翔

生涯輔導

講座讓同學對於校園環境、

學系特色及未來發展有更多的認識



# 〈我與你與我〉 人際支持與自我成長團體

〈我與你與我〉

人際支持與自我成長小團體

「我是誰？」「與人相處時，我又是誰？」你是否也常常有這種疑惑，跟別人相處時，似乎自己不再是原本的那個自己。〈我與你與我〉人際支持與自我成長小團體，歡迎你一同來探索人際互動中的眉眉角角！

- 報名須知：(1) 名額有限，依報名順序錄取。  
(2) 準時進場，防疫期間全程配戴口罩。  
(3) 場內禁食，請先自行於下課時間完成用餐。
- 報名方式：填寫表單（掃右下方QR CODE）
- 活動地點：團輔室（輔導室旁邊的教室）
- 活動時間：12/07（二）、12/14（二）、12/21（二）  
中午12:15-12:55



透過牌卡及創作等新鮮的活動

協助同學探索人際關係中的自我





# 〈關係中的100種味道〉 親密關係探索團體

性別教育



## 關係中的一百種味道

### —— 親密關係探索團體

親愛的你/你，最近是不是...

充滿好奇，想要瞭解自己在親密關係中樣貌？

或是 怦然心動，想要探索這份難以言喻感受？

還是 輾轉難眠，不知道該怎麼和他/她溝通？

親密關係真的是一件不簡單的事，

無論你/妳有沒有過戀愛經驗，都歡迎來參加我們的團體～

一起認識愛與被愛、品嚐關係中的各種滋味吧！



◆ 對象：高一至高三，對於親密關係有興趣的同學。

◆ 時間：11/05、11/12、11/19、11/26 每週五中午12:10-12:55。

◆ 地點：團輔室（輔導室隔壁）。

◆ 報名方式：掃描下方QRCode填寫表單。

報名截止日為10/29(五)17:00。

成員上限8位，人數超過將視情況篩選，欲參加者請儘速報名！！



請掃描這裡



參加這個活動，本來就是想要知道更多有關於感情的事情，然後團體所做的都有符合我的期待。這個期間，我很開心認識了許多人，聽到許多人的故事，他們的感情觀，他們的想法。對於一件事情，可以有許多不同種的解法，並不是只有單一一種。這段時間裡，對於這個團體，我非常的信任，所以也非常的放鬆在分享。這是一個對於我來說，非常有幫助的活動！

— 11322林宇晴

# 〈放心窩〉

## 校園尋寶與傳情活動

邀請輔導室小義工，從自己日常的煩惱出發，以「放心」為意圖，由保麗龍球與輕質土媒材，讓小義工接力製成了蛋的意象，每顆蛋的孵化都受到小義工的祝福，與承接著祝福、生活感受的扭蛋一起，形成了「放心窩」，散佈在校園各處。

感謝輔導室小義工的努力

讓活動得以順利完成



性別教育







## 性別教育



## 連貓咪也來光顧放心窩！



放心窩散佈在校園的每個角落

同學可以去打開裡面的扭蛋

尋找自己感覺的紙條



# 性別教育



即便不認識彼此，也可以互相打氣！  
同學們寫下生活的煩惱、分享喜歡的歌詞