



德明科大辦理關懷越南生班級輔導活動



左圖：管珮君心理師演講



右圖：管心理師邀請越南生分享來台適應

德明財經科技大學學生輔導中心於11月10日辦理關懷越南生班級輔導活動，本次活動特邀請管佩君諮商心理師擔任講師，引導本校越南生討論來台灣就學的生活適應經驗。

管心理師邀請越南生分享自己來台灣多少時間、對台灣的印象、最喜歡台灣的哪種食物，越南生來台分別有2-8年，主要是先到華語文中心學習中文，對於台灣印象是乾淨、高發展及治安良好，最喜歡台灣的雞排與珍珠奶茶，在過程中管心理師與越南同學互動良好，甚至邀請他們主動分享自己來台的原因、目前遇到的困境等，從困境帶越南生思考當自己壓力大的時候，自己都是怎麼處理與面對，也讓越南生檢視自己面對壓力處在的是哪一種狀態。提醒越南生面對脆弱其實不可怕，每個人都有自己的限制，而不完美也是一種完美，這才是生命最真的樣子。管心理師鼓勵每位越南同學，不管現階段的自己對於未來是否有目標，記得要給自己多一點的時間，給自己練習的勇氣。

講座反應熱烈，越南同學用中文寫下回饋，表示從演講中學習到很多東西，更愛自己，也了解到自己不用很有壓力，最重要的是讓自己保持愉快的心情。

聯絡人：學務處學生輔導中心楊慧真主任，聯絡電話：（02）2658-5801ext:2230