



♥新竹縣政府 115 年度員工協助方案♥

委外廠商「光合心理諮商所」5-8 月公益講座訊息

	主題	日期時間	地點與講師	內容簡介	報名連結
1	當拯救變成傷害：從《章魚嗶的原罪》談關係創傷的循環	115 年 5 月 15 日(五) 19:30-21:00	光合心理諮商所 張善樂 諮商心理師	從系統觀的角度解構創傷，協助觀眾看到創傷如何在關係中循環，自救的方式又如何再次成為傷害的來源。	
2	職場生存學——向上溝通停看聽	115 年 5 月 30 日(六) 14:00-16:00	光合心理諮商所 李沐霞 諮商心理師	向上管理是許多人的痛點，透過一步步解析，幫助你分辨主管的邏輯，找出破解溝通死循環的實際方法。	
3	親職教養——引導孩子的正向人際關係	115 年 6 月 13 日(六) 14:00-16:00	光合心理諮商所 張益源 諮商心理師	協助孩子建立正向人際關係，鼓勵表達情緒、接受被拒絕，幫助孩子學習控制情緒，建立群體感與自信心。	
4	高績效文化下的陰影：認識職場霸凌與自我保護	115 年 6 月 25 日(四) 19:30-21:00	光合心理諮商所 莊雅閔 諮商心理師	剖析高績效文化如何演變為隱形壓力，幫助您辨識目標達成與職場霸凌之間的關鍵界線。	
5	【工作坊】關係的邊界：一場對於關係的思辨與對話	115 年 7 月 11 日(六) 13:00-15:00	光合心理諮商所 張榮杰 諮商心理師	透過對於關係議題的辯論、對話與思考，重新釐清並拓展我們對於關係的想像。	
6	【線上講座】囤積跟你想的不一樣	115 年 7 月 25 日(六) 14:00-15:30	線上講座 唐國章 諮商心理師	從囤積行為背後的心理機制切入，帶領大家看見雜物堆積之下，隱藏的情感需求與心理束縛。	
7	「兩顆心都迷惑，怎麼說，怎麼說都沒有救」從音樂中再一次經驗愛- 伴侶關係系列講座	115 年 8 月 15 日(六) 13:30-16:00	光合心理諮商所 祈蔚、昀儒 美國音樂治療師	伴侶關係系列講座（第一場，共九場），從音樂中再一次經驗愛。	
8	【線上講座】與高齡長輩溝通	115 年 8 月 22 日(六) 13:00-14:00	光合心理諮商所 莊凱翔 諮商心理師	幫助您了解如何與家中高齡長輩溝通。	

註：公益講座不得以公假登記參加。

2026 5-6 月 光合發現之旅 免費社區系列講座

May



職場生存學——向上溝通停看聽

- 日期：115年5月30日（週六）
- 時間：下午 14:00~16:00
- 講師：李沐霞 心理師

面對主管總是感到無所適從嗎？
透過一步步解析，幫助你分辨主管的邏輯，找出破解溝通死循環的實際方法。



報名連結



當拯救變成傷害：從《章魚嗶的原罪》談關係創傷的循環

- 日期：115年5月15日（週五）
- 時間：下午 19:30~21:00
- 講師：張善樂 心理師

從系統觀的角度解構創傷，協助觀眾看到創傷如何在關係中循環，自救的方式又如何再次成為傷害的來源。

June



親職教養——引導孩子的正向人際關係

- 日期：115年6月13日（週六）
- 時間：下午 14:00~16:00
- 講師：張益源 心理師

對於小學生而言，正向人際關係就像從「自我中心」轉向「進入群體」的關鍵指標。協助孩子建立正向人際關係，鼓勵表達情緒、接受被拒絕，幫助孩子學習控制情緒，建立群體感與自信心。



光合心理諮商所

KuangHo Psychology & Counseling

新竹市東區民生路193號11樓
kh.psy.coun@gmail.com

(+886) 0900 755 940

(+886) 03-515 2960



高績效文化下的陰影：認識職場霸凌與自我保護

- 日期：115年6月25日（週四）
- 時間：下午 19:30~21:00
- 講師：莊雅閔 心理師

剖析高績效文化如何演變為隱形壓力，幫助您辨識目標達成與職場霸凌之間的關鍵界線。



新竹縣政府
HsinChu County Government



財政部關心您

2026 7-8月 光合發現之旅 免費社區系列講座

報名連結



JULY

【工作坊】關係的邊界：一場對於關係的思辨與對話



- 日期：115年7月11日（週六）
- 時間：下午 13:00~15:00
- 講師：張榮杰 心理師

透過對於關係議題的辯論、對話與思考，
重新釐清並拓展我們對於關係的想像。



【線上講座】囤積跟你想的不一樣

- 日期：115年7月25日（週六）
- 時間：下午 14:00~15:30
- 講師：唐國章 心理師

從囤積行為背後的心理機制切入，帶領大家看
見雜物堆積之下，隱藏的情感需求與心理束縛。

August

「兩顆心都迷惑，怎麼說，怎麼說都沒有救」從音樂中再一次經驗愛- 伴侶關係系列講座

- 日期：115年8月15日（週六）
- 時間：下午 13:30~16:00
- 講師：祈蔚、昀儒 美國音樂治療師

「兩顆心都迷惑，怎麼說，怎麼說都沒有救」從音樂中再一次經驗愛- 伴侶關係系列講座
（第一場，共九場）



新竹市東區民生路193號11樓
kh.psy.coun@gmail.com

(+886) 0900 755 940
(+886) 03-515 2960



【線上講座】與高齡長輩溝通

- 日期：115年8月22日（週六）
- 時間：下午 13:00~14:00
- 講師：莊凱翔 心理師

幫助您了解如何與家中高齡長輩溝通



新竹縣政府
HsinChu County Government



財政部關心您