

# 政治大學「溫心社」簡介

## 一、社團名稱

溫心社（NCCU Heartful Support Club）

## 二、創社時間

2016 年 9 月 10 日

## 三、創社背景與創立初衷

「溫心社」由心理系學生主導創辦，宗旨是透過傾聽與支持，讓更多人感受到「被理解」與「被陪伴」的力量。社團不只關懷心理議題，也強調人與人之間的情感連結。

## 四、社團宗旨

「陪伴，是一種溫柔的力量。」  
願每位同學在迷惘時，都有一處可以安放心靈的地方。

## 五、主要活動內容

- 每月主題關懷活動（壓力管理、失落陪伴、自我探索）
- 「一週一問」心情留言板活動
- 舉辦「溫心夜談」靜心小聚
- 期末「黑狗走走日」關懷展與溫暖便條牆
- 與輔導中心合作心輔週推廣活動

## 六、歷年成果

- 連續三年榮獲校內「溫暖政大」社團表現獎
- 製作超過 300 則心情卡片，匿名回覆留言超過 1000 筆
- 與三間高中合作心輔志工培訓計畫

## 七、加入社團方式

- 加入時間：僅春季學期開放新生加入
- 條件：需參與初階心理覺察課程與兩次小組分享
- 報名方式：
  1. 親至心理系一樓佈告欄領取「溫心表單」
  2. 投入社團信箱或交至幹部手中
  3. 通知參與面談並完成導入小組後正式加入

## 八、社團幹部與分工

社長：何欣妤（心理系三）

副社長：楊育仁（教育系二）

活動與療癒設計：周采倫（中文系一）

溝通與匿名信組：謝維哲（社會三）

文宣設計：劉昱婕（傳院二）