108學年度第1學期 教師輔導知能研習

「剪貼自在生活—心靈療癒工作坊」

在忙碌的生活中，您有多久沒有好好休息了呢？平日忙碌的教學工作、日復一日的行政瑣事，照顧學生之餘，是否也讓您漸漸忘記如何照顧自己的身心，邀請您預留一段時間，一起來剪貼自在生活，在工作坊中，講師將會透過雜誌圖片挑選、拼貼，協助參與者探索不一樣的內在自我，並創作屬於自己獨一無二的療癒能量卡，讓平常忙碌的自己能在此時此刻好好的安頓及休息。

課程資訊

* 時間：

第一場次108年11月28日（星期四）下午13：00至15：00

第二場次108年11月29日（星期五）下午13：00至15：00

* 地點：行政大樓B1生涯專科教室
* 聯絡資訊：輔導處 賴有祺心理師 (03-5517330校內分機286)
* 注意事項：因課程內容豐富，請各位教師務必**準時**前來☺

講師介紹

陳揚老師。諮商心理師。臺北市立大學心理與諮商碩士。是位努力將生活與心理結合的心理師，透過攝影、繪畫、牌卡、手作小物等方式，陪伴個案與自我接觸。專長為自我探索、情感議題、壓力調適、生涯規劃等。