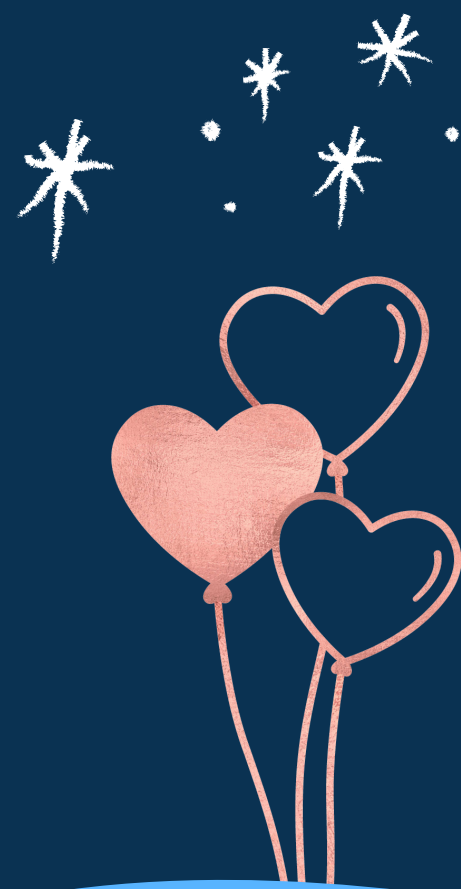




國立東華大學心理諮商輔導中心
NDHU Psychological Counseling Center



" 此刻腦筋急轉彎 "

- 情緒探索與經驗團體



招募對象： 約6-8位東華大學學生
對情緒議題有興趣
有意願進一步探索與體驗情緒
與發展紓壓方式者

團體時間： 3/17(一)、3/24 (一) 、3/31(一)、
4/9(三)、4/21(一)、4/28(一)，晚上 6:40 ~ 8:40

團體地點： 學生活動中心二樓 團諮室

團體帶領者： 葉妤恩 實習心理師
指導老師： 魏凡涓 諮商心理師

報名期間： 2/19~3/11



請掃描QRcode
填寫報名資料

報名完成後，將與您聯繫
團體前會談時間

我們總是急著要不哭泣、生氣、焦慮，
成為具情緒價值的人，
壓抑的情緒能量逐漸積累，
變成火山大爆發！

擁抱自己，不妨先瞭解與照顧自身情緒，
狀態好的時候打預防針，
體驗緩下腳步，經驗情緒，
發展情緒調適的方法，
自我療癒，從情緒的感受開始！

任何活動問題請洽：

葉妤恩 (03) 8906279
temp1076@gms.ndhu.edu.tw

額滿將提早結束招募，
有意者請把握時間呦！

