

### 線上心靈成長課程

講座名稱	講師	時間	使用軟體
情緒壓力探討與放鬆體驗	金音如心理師	6/29(六) 9:00-12:00	Microsoft Teams
愛的哲學：從關係裏頭練習愛人愛自己	張聖杰心理師	7/9(二) 14:00-17:00	Microsoft Teams
那些難分難捨的距離-談界線議題	徐琳雅心理師	8/14(三) 14:00-17:00	Microsoft Teams
人際焦慮整理師	吳佳真心理師	8/24 (六) 09:00-12:00	Microsoft Teams
職場的幸福之道:談壓力調適與正念放鬆	范書培心理師	9/18(三) 14:00-17:00	Microsoft Teams

### 實體心靈成長課程

講座名稱	講師	時間	地點
讓情緒自在流動：用陪伴五元素承接你的軟弱與堅強	李郁琳心理師	5/4(六) 09:00-12:00	屏東市林森路 7 號 2 樓 會議室
安放自我、觀照情緒-牌卡療癒體驗	王則雅心理師	6/15 (六) 09:00-12:00	屏東市林森路 7 號 2 樓 會議室
體貼的練習—指甲花彩繪與情緒療癒	劉宇庭心理師	7/19(五) 14:00-17:00	屏東市林森路 7 號 2 樓 會議室
以香療心～芳療精油自我照顧工作坊	江孟筑心理師	8/21(三) 13:30-16:30	屏東市林森路 7 號 2 樓 會議室
師焦●釋焦	楊志章心理師	10/5 (六) 09:00-12:00	屏東市林森路 7 號 2 樓 會議室

### 工作坊

講座名稱	講師	時間	地點
心靈防身術	張聖杰心理師 吳品綻 教練	5/11(六) 09:00-16:00	屏東市林森路 7 號 2 樓 會議室
喜馬拉雅頌鉢音療工作坊	陳永宏心理師	7/4(四) 10:00-16:30	屏東市林森路 7 號 2 樓 會議室