

## 【原心培力工作坊】

原資中心與心輔組合作，於 10/19(四)起至 11/30(四)，分 5 場次舉辦「原心培力工作坊」。以循序漸進的方式，提供原住民學生安全的空間盡情抒發。

活動邀請高曉珊心理師及吳淑珍心理師設計一系列活動，引導學生說出自己的故事也傾聽他人的故事，並學習如何覺察自身情緒，使學生走在自我照顧的滋養中。



**原「心」培力工作坊**

親愛的同學，  
如果您常常对生活沒來由地感到無力，  
或是常常處在情緒張力非常緊繃的狀態，  
甚至是你觀察到自己對於自己情緒反應很陌生，  
我們想要邀請您一同來參與我們的工作坊，  
一起來認識自己的情緒，  
以及一起來練習如何照顧自己的情緒吧！

*You are resilient*

場次	活動日期	活動主題	活動講師	備註
1.	10/19(四)	原來你一直都在-成為自己的說書人	高曉珊 心理師	※原資中心 雲平東棟6樓
2.	10/26(四)	重寫我的故事	吳淑真 心理師	※原資中心東雲平棟6樓
3.	11/16(四)	我，與她，與他，在人際間開展自我的故事	吳淑真 心理師	※原資中心 雲平東棟6樓
4.	11/23(四)	聽見你的聲音_關係裡的情緒覺察與關照	高曉珊 心理師	※心輔組 雲平東棟3樓
5.	11/30(四)	走在自我照顧的滋養旅程中	吳淑真 心理師	※心輔組 雲平東棟3樓

## 「11、12 月份活動預告」



**原心培力工作坊**  
11/16、11/23、11/30，每周四18:30-20:00(17:30有供餐)

**2023 Native Spirit Taiwan 電影節**  
12/8(五)19:30-21:30、12/9(六)10:00-22:30  
地點:成功大學未來館3F

**文化日《Siaamece 承擔》**  
12/09(六)12:00-18:00  
地點:成功大學光復校區活動中心前草皮

歡迎訂閱關注原資中心喔!





FB
IG
Podcast