

活動簡訊

臺中市身心靈研究推廣協會蒞監辦理心理講座

為促進收容人家庭關係維繫技巧及情緒管理技巧，本監分別於106年8月16日及23日邀請臺中市身心靈研究推廣協會江薇玲諮商師及陳尚綾諮商師蒞監進行「讓愛流動，依附關係與心理成長」及「找回內在的自己，智慧愛自己」心理講座，以期透過演講，使收容人學習良好的親子及人際互動，進而創造美滿的幸福生活。

演講過程中，主講人透過分享自己及案主的生命故事，進而探討每個人都有屬於自己的生命故事，當你願意找到自己、發現自己，並探索自己，就會擁有不放棄自己的勇氣，進而可以從負面情緒、挫折挑戰中，學習愛與勇氣，並找到自己的資源、優點及解決問題辦法，並期勉我們要學習建立健康與良善的關係，相信在愛與關懷下，每個人都可以開出美麗的生命花朵。



江老師以影片分享親子互動議題



陳老師教導收容人進行心理冥想