

奔向圓滿 幸福校園 PERMA工作坊

NUTN

你知道要如何成為南大幸福人嗎？
快樂需要努力、幸福要有方法！
最堅強的跨校師資陣容、最精彩的實作體驗課程，
南大領先創開幸福保證班！
名額有限，還不手刀報名，一同奔向幸福！

課程主題與時間

除了5/17、5/24為晚上6:30 - 9:00，其餘皆為早上9:00 - 12:00及下午1:00 - 4:00

04/23『正向情緒和正向特質』—怡如老師

05/06『自我覺察與照顧』—麗雲老師

05/17、05/24『理解和愛你的內在家庭』—麗雲老師

05/20『樂觀與品味』—姿吟老師

05/27『正向心理學概論：幸福與圓滿』—曉楓老師

05/28『心流：團體共創圈圈畫』—曉楓老師

此系列活動全校師生皆可參與，
可折抵諮商與輔導學系點數和通識點數。

報名連結請掃QRcode !!!



活動聯絡人一苗同學 a0976722433@gmail.com