

## 法務部矯正署綠島監獄 110 年度「壓力調適班」團體治療課程

110 年 1 月 20 日生命教育課程-自我實現

本次課程以「何為福報？」為啟發，引導學員對於自我實現的理解和認識，並了解在自我實現之前，要先認識自己才能達成自我實現的目標，請學員思考曾經被別人如何形容？在課程的當下又會運用哪一些形容詞來描述自己？並在最後進行屋樹人測驗，讓學員了解自己內心可能是怎麼想的，看見未曾意識到的想法和感受，並重新審視自己與重要他人的關係。

課程照片



課程照片

