

增進抗壓力，讓壓力成為你的助力

沒有人喜歡壓力
不過，壓力不見得是件壞事
用適當方式面對
壓力反而能夠成為推動我們的力量

本講座會帶你認識壓力的本質
並且提供增進抗壓力的方法

講者

黃種斌 諮商心理師
法律學院心輔室 學輔專員

地點：霖澤館1304

時間：05/10（一）12:30-13:20

人數：本講座優先提供給法律學院同學參加
（前35位報名者，提供簡易餐點一份，歡迎參加！）

有任何問題請洽 宋同學 r09a41031@ntu.edu.tw

