

# 高齡者心靈旅程系列講座 (二)

## 邁向真實自我~高齡者自我覺察與肯定

講師：陳儀芸老師/高雄醫學大學正向心理學中心顧問

專長：遊戲治療、人際關係議題、沙盤治療、正向心理學、非暴力溝通戲劇應用、桌遊與藝術媒材使用

### 講座內容~

透過書目「總有一天你會懂：從0到100歲，該學會的人生大事，都在這些生活的小事裡了」，討論對自我生心理的認識與覺察，在生理功能逐漸退化時，能夠面對不一樣的自己，進而能肯定自我價值，並提升自我功能。

【指導單位】：高雄市政府社會局

【主辦單位】：高雄市老人研究發展中心

高雄醫學大學長期照顧研究中心

【日期與時間】：113年04月15日(星期一) 上午10:00~12:00

【書目介紹】：<https://reurl.cc/N4Mjk6>



【地點】：高雄市政府社會局長青綜合服務中心 3樓301室

【費用】：免費參加，可獲得2小時時數條。

【報名資格】：年滿55歲以上市民/照顧者，**需事先報名**，**額滿為止**。

【報名方式】：

- ① 電話報名：(07)771-0055 轉 3703/(07)727-7620 陳專員
- ② 至辦公室報名：高雄市老人研究發展中心 (圖書室內)
- ③ 電子郵件報名：[98elder@gmail.com](mailto:98elder@gmail.com)



## 【講師介紹】

陳儀芸 老師

## 【學歷】

- 1.高雄醫學大學 一般心理學 碩士
- 2.國立臺南大學 諮商與輔導 碩士

## 【現任】

- 1.正向心理學中心 認證講師
- 2.高雄醫學大學正向心理學中心 顧問
- 3.高雄市諮商心理師公會 媒體與公共關係組
- 4.【貓先生的魔藥鍋】強項桌遊設計者與推廣講師



## 【經歷】

- 1.高雄忠孝/三民國小課後社團 講師
- 2.高醫正向心理學中心合作莊敬國小兒童強項課 講師
- 3.正修科技大學幼保系 兼任講師
- 4.中臺科技大學 專任心理師
- 5.芙樂奇心理成長心理諮商所 專任心理師

## 【專長】

遊戲治療、人際關係議題、沙盤治療正向心理學、非暴力  
溝通戲劇應用、桌遊與藝術媒材使用