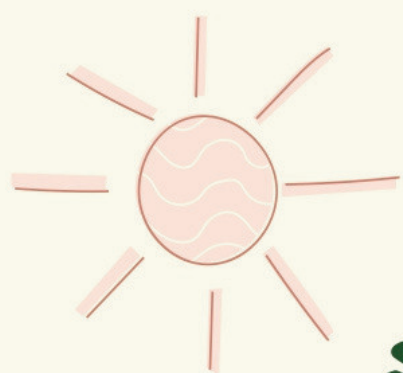




讓盛夏的微風



Let the midsummer breeze

隨心而來

come as it pleases

浸泡在學期末繁重的課業及生活任務中，
總會讓我們有許多沮喪、不斷反省自己的時刻。
在準備迎接暑假之際，請讓自己隨風而行。
試著整理並看見自己這一年的付出與努力吧！

Being immersed in the heavy workload and life tasks at the end of the semester always makes us feel frustrated and reflect on ourselves. As you prepare for summer vacation, let yourself go with the flow. Try to sort out and see your own efforts and hard work this year!

1. 像貓一樣活著：自由的成為你自己
2. 勇敢面對自己的脆弱--活出真實的我
3. 擁抱自己的「不夠好」：淺談冒牌者症候群
4. 討厭～到底為什麼事情總是做不完啊？：來看看「拖延心理學」怎麼說
5. 薛西佛斯的謊言_永遠的「不夠」努力
6. 活出「角落生物」的美好—擁抱不完美，當自己生命的主角
7. 孤獨，不孤單—練習健康獨處
8. 逆境的禮物—走出低潮，強化你的心理韌性
9. 透過文字的溫度認識自己—淺談書寫與自我療癒
10. 成功的最後一塊拼圖—談自我慈悲

掃描QR code
看本月推薦文章



國立台灣師範大學學務處學生輔導中心

