

# 【發放正能量 活出真潛能】— 第四屆香港感恩日《中小學生感恩種籽計劃》體驗工作坊

第四屆香港感恩日

《中小學生感恩種籽計劃》體驗工作坊—【發放正能量 活出真潛能】

適合對象：小三至中四學生

\*\*有沒有發現，身邊的人越來越唔了解自己，又或者連自己都唔了解自己？我有幾得？有時真係好唔開心，但又唔知點算好？\*\*

問得好，這正正是長大的必經階段啊！每個人都想知道「我是誰」，都想發現自己內在究竟有多少能力？有怎麼的潛能？如何才可以做到自己非常喜歡自己，身邊的人也很喜歡自己？

研究發現，人的無限潛能在於「心」，而不只在智力層面。學懂啟動自己「心的力量」，打開自己內在的「心智寶庫」，栽培和澆灌裡面的種籽，便可以有效誘發自有潛能，讓自己更有信心、恆心和動力去創造屬於自己的美好人生。

- 同學們想學會如何啟動自己的內在潛能嗎？
- 又或者您為人父母，渴望孩子能學會啟動自有潛能。

只需要付出一點點時間，加上一點點勇氣，來參加這個工作坊，就可以學到：

- 簡單、易學又湊效的方法，幫助自己隨時隨地轉化負面情緒
- 透過體驗式遊戲，掌握如何發放正能量的秘訣
- 發現內在潛能，活出真性情，做自己的快樂源頭
- 啟動自己「心的力量」，提升內在能力，發揮感染力

日期：2016年5月13日 下午 16:30 至 18:30

地點：灣仔皇后大道東 43 號東美中心 2107 室 (自在社會址)

策劃：「種籽計劃」課程設計導師謝清美(May Tse)

導師：「種籽計劃」培訓團隊

費用：免費

報名：<https://goo.gl/evmeJi>