

# 參加者回饋

- ◆ 用一些有趣的方法(輔導卡片)了解自己，同時讓自己更了解身邊的工作伙伴
- ◆ 同事的按摩令我感到溫暖
- ◆ 能達致安靜放鬆，整個身體很輕，不似坐著的感覺。在安靜後能選擇出自己最重要的東西，並排優次，很好的提醒
- ◆ Every workshop should be like this
- ◆ 令身體尋回遺忘以久的安靜，透過按摩，覺知身體給自己的信號
- ◆ 能夠有機會更深入認識及感受自我的內在需要
- ◆ 運用卡片媒材發現自己的需要，好 work!
- ◆ 導師很專業
- ◆ 導師即場示範，感覺香薰按摩療效之實在
- ◆ 謝謝導師，真的衷心！讓我有機會認識自己！
- ◆ 如此抽象的工作坊，也能帶出理想效果！
- ◆ 紅花卡、能力卡、渴望卡可以具體告知自己的需要
- ◆ 導師專業細心的教導及引導，令人難忘
- ◆ A fresh workshop
- ◆ 再一次了解自己多一點，努力學習去愛、去改變
- ◆ 希望有更多類似工作坊，讓更多人接觸到自己的內心和情緒
- ◆ 期待有延續的工作坊，進深學習，照顧自己的身心靈
- ◆ 按摩，感覺到自己身體對被按摩的反應及悸動，即使輕柔，卻比一般的按摩更舒服

