

成長的喜悅

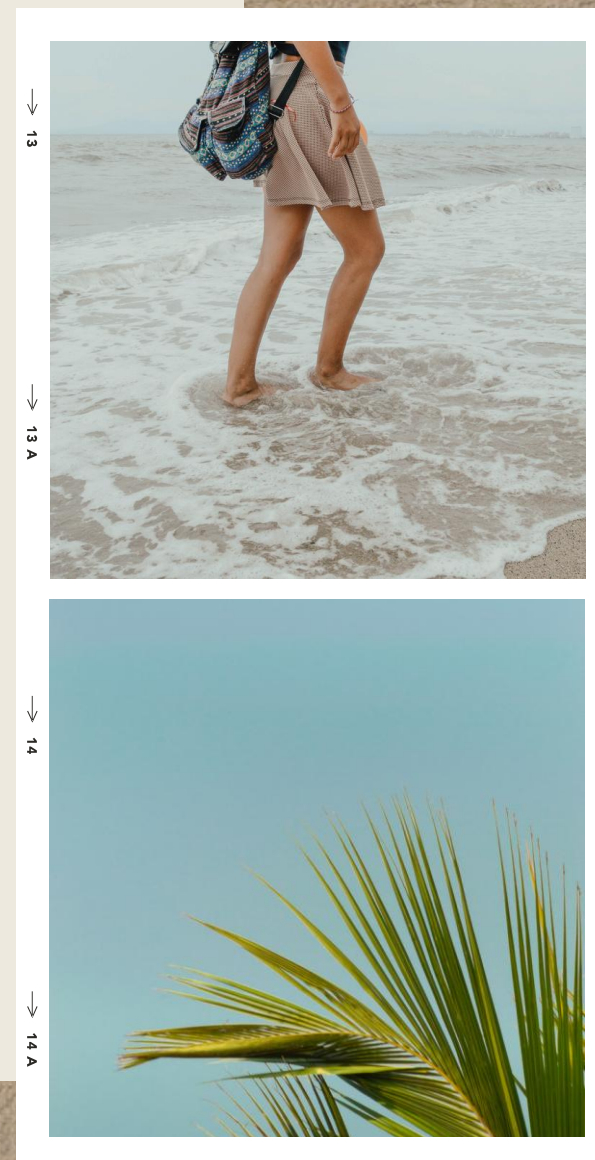
分享人：李淑伶

法號：明旌



人際風格

以往的人際風格都是表現型的，但是今年4月和老師一起去花蓮幫慈青上課，老師要我在做一次，結果所得到的答案是出乎我的意料之外，居然是表現和平易分數相同駕馭和分析一樣，老師說這樣很好，經過思惟後也覺得是好事，比較不會在如此的衝動下所做的決定而悔恨。

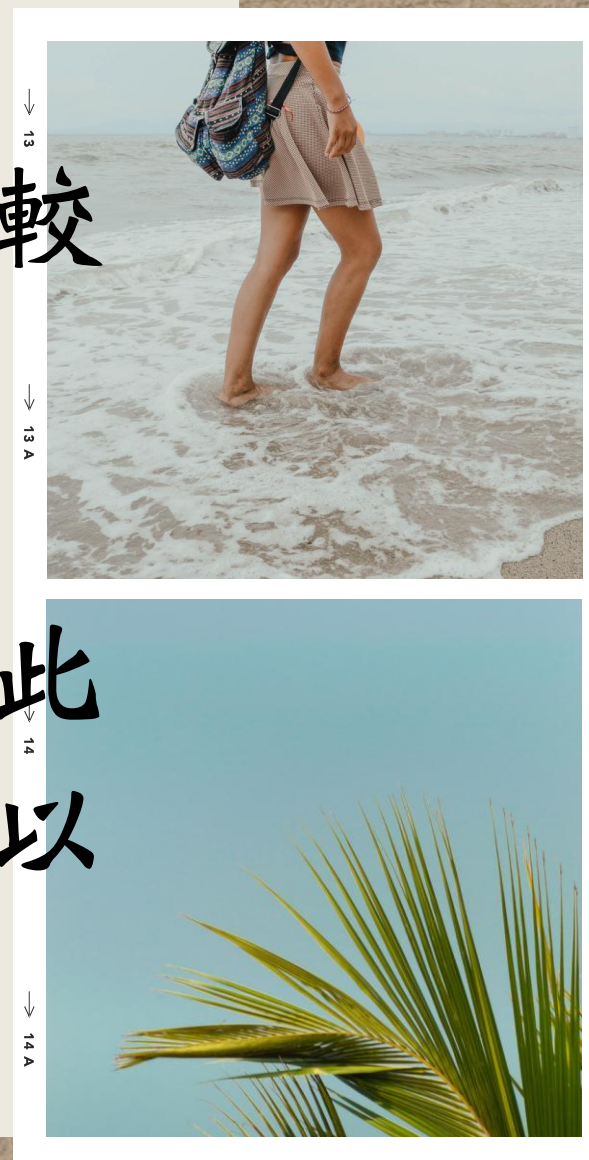


MBTI

我是E人?還是I人呢?就分數而言是同分，就我自己而言在年輕時我可能比較外向，對於現在的我視情況而定。

我現在越來越喜歡獨處，因為一個人可以比較自由自在地飛翔。

對於人格傾向我是屬於直覺感性者(NF)，在講義上寫著需要積極的社交環境和擁抱彼此傳遞愛。這個我認同但我會視情況而定。所以我選擇變色龍，因環境或情緒做改變。





2011年8月19-20新加坡教育訓練



2017年4月28-30日新加坡教育團隊和同仁營



2018年3月3-4日新加坡 四合一幹部和同仁營





2013年7月6-8日馬來西亞 同仁營





2014年5月31-6月1日
馬來西亞庇會所



2014年9月20-21日馬來
西亞砂撈越

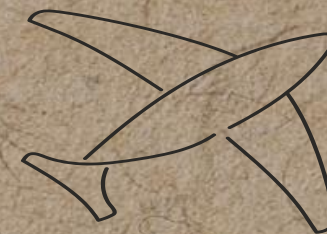




2017年7月29-30日 菲 律賓合心共識營









回憶過去

這些足跡一個人是無法完成的，是由一群人完成。早期的活動是老師一個人完成所有的的事情，課程規劃、與旅行社的聯絡、訂機票和雪隆師兄姊的討論課程，因為我們都還不夠熟練，連game老師都要找時間幫我們複習和提醒注意事項。隨著時間的積年累月，已漸漸純熟了，達到了老師的標準而可以獨立作業，很感恩老師對於我們的信任。





建立信任與默契

1. 追求卓越：一種持續進步的態度與過程。
2. 傾聽與同理心：老師會和我們討論課程聽聽我們的意見和想法，真誠的關心和我們的需求。
3. 共創經驗：透過互動合作、解決問題並分享成果的過程。
4. 分享與回饋：彼此分享課程的心得、經驗和建設性的回饋。
5. 善解包容







證嚴上人開示

自己要學會自我放鬆
要訓練自己多做但不要多想
身體可以勞動但心不要浮動
對自己要有信心
不要事事都求完美
世間並無完美的事
所以不要將事想太多
也不要想得太複雜
事情認真做就好不要執著
對人要與氣不需強求
活著就要安心自在
人生是如此無常沒什麼好計較的
要把握身心的健康好好做事







感恩聆聽

