

# 广州干货满满OH卡哪家好

发布日期：2025-09-21

OH卡可以说是一面照见心灵的镜子，选择任意一张图画卡放进任意一张文字卡，就会有7744种不同的组合情况，这些组合能够让你籍着这面镜子来觉察和梳理自己内在的情绪情感、思维模式、信念模式，还可以培养你的创造力、提升直觉力。OH卡团体引导实战工作坊重点是利用德国心理学工具OH卡打造团队、融合组织、发想商业模型、解决企业困扰、建立共识、找到解决方案。通过以下4个不同维度（团队融合、团队共创、团队培训、团队管理），结合引导框架，打造适合企业应用的课程。通过这张OH卡牌，你看到了什么，想到了什么？有什么样的感受？广州干货满满OH卡哪家好



我们每个人都有个心理的自己，长久以来难以被照见。OH卡牌像是心灵的一面镜子，可以让你注意到从未注意的自己，更理解自我。OH卡牌也可以帮你更理解他人，在生活中慢慢学会去区分自己和他人，促进沟通表达能力。当自己有情绪或感受时，学会更细致的觉察、更真实的表达、更的沟通。这便是在潜意识深处与自己、与他人相遇的过程。跟自己对话，启动自我修复过程，我们才能重新赢回真正的幸福与平静。想进一步学习这个神奇的工具吗？欢迎你来参加Lily老师的OH卡带领实战工作坊。广州干货满满OH卡哪家好。欧卡每一张卡牌的解释是什么？有标准答案吗？



OH卡牌是可以随身携带的心灵的镜子，只要你愿意，随时随地都可以籍着这面镜子来照见自己眼睛看不到，手脚走不进，大脑想不了的内心世界，它投射自己内在潜意识，反应人性没察觉到的矛盾及背心态。图卡和字卡的搭配会告诉你某种讯息，可以瞬间刺激每个人的自由联想，有助于启发每个人的创造力、直觉力、想象力、觉察力和洞悉能力。它的原理就是一种心理投射。借助这样一种卡片工具，借助自己的随心所欲的真实的解读，来把堆在潜意识的东西，呈现出来，并在使用中有所顿悟和整理。特别是那些一直以来被你的意识忽略掉，歪曲掉的，却又一直在影响你的东西，呈现到意识层面。想了解更多的oh卡知识，快来参加Lily老师的0基础玩转oh卡课程吧~

使用OH卡时，我们尊重每个人的隐私。参与者可以选择放弃手中翻出的卡牌，可以选择解释或不解释，也可以选择揭开卡牌或放弃揭开。任何人都不能挑战或询问他人放弃的权利。使用OH卡时，我们尊重每个人的时间，任何人都不能打断他人。使用OH卡时，我们尊重每个人的见解与想象。任何人都不能重新诠释或解释他人的卡，即使是藏在我心中的秘密。参与者需记住这副卡是没有任何正确的阐释答案。我们尊重每个人的独特性与完整性，我们要竭尽所能帮助参与者的想象力飞跃。Lily老师的零基础玩转OH卡，带你360°了解OH卡基本原理，更有10种以上玩法，用来自我觉察。快来学习吧！欧卡牌的心理学用途有哪些？除了心理咨询，欧卡还可以用于哪些场景？



OH卡就像一本变化无穷的宝藏书，每次总会带领我们进入一个崭新的冒险。摊开卡牌，我们会发现在愚蠢的故事里充满着笑声；在爱与欢乐中浮现可爱的诗句；在悲伤的故事中烦忧与痛苦…。仿佛轻柔地在一中无声的房间中，私密地诉说着□OH卡由两种卡牌组成：由88张的缩小版水彩画图像卡反应我们的日常生活；另外88张文字卡则提供一个口述的背景，能够自由延伸幻想的空间。当所有的图像卡都放置且对应到文字卡上，这副卡牌将会提供7744种可能性的组合。跟着Lily老师的零基础玩转OH卡课，学习更多OH卡玩法！为何建议你学OH卡牌？学习后，对我有什么益处？广州干货满满OH卡哪家好

欧卡学会了就能上手吗？哪些人适合学习欧卡？广州干货满满OH卡哪家好

我们将能够在图文组合中找寻到自己，并且能够尝试着分享一些从中获取的洞察力。由于没有任何对错的解释，因此也没有人能够告诉我们应当看到什么。这些卡片会着我们、刺激我们的良知，并透过图像展现来显露内在情感面（右脑方面），与文字来振奋我们的理性还有分析能力（左脑部分）。追溯这些刺激，知道我们找到一个综合的结论。无论是我们自己玩或者与他人一同探索，过程都是相同的。当我们与他人一同探索时，他将提供我们的方式来遵循一些简单的规则，或者礼仪规范的建议。想系统的学习OH卡课程，欢迎来报名Lily老师零基础玩转OH卡。广州干货满满OH卡哪家好

上海欧学管理咨询有限公司是一家服务型类企业，积极探索行业发展，努力实现产品创新。欧卡教练中心是一家有限责任公司（自然）企业，一直“以人为本，服务于社会”的经营理念；“诚实守信，持续发展”的质量方针。公司业务涵盖欧卡培训，一对一教练，团队教练，企业定制培训，价格合理，品质有保证，深受广大客户的欢迎。欧卡教练中心自成立以来，一直坚持走正规化、专业化路线，得到了广大客户及社会各界的普遍认可与大力支持。