

社團法人臺灣點一盞燈社會關懷協會 函

地址：106台北市大安區安東街40巷19號4樓
承辦人：廖祐葳
電話：0936857027

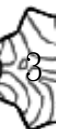
受文者：屏東縣東港鎮東興國民小學

發文日期：中華民國112年11月9日
發文字號：點一盞燈字第11200000101號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如文 (11200000101_Attach1.pdf)

主旨：本協會擬舉辦【療癒心理學－走上成長與修復的道路】公益自我成長線上課程，敬請協助公告，歡迎有興趣者踴躍報名參加。

說明：

- 一、本課程將透過十三堂線上課程，幫助學員幫助你踏上求知、成長、蛻變、重獲新生的道路，體悟到生命最猛烈的恩典原來是先賜給你困境、再讓學員透過學習找到復原力，找回對生命的希望和熱情。
- 二、課程內容如下：1. 認識自己：佛洛伊德學派與TA學派的觀點 2. 人格心理學：ABC三種人格，你屬於哪一種？ 3. 你的人生不平順，是敗在哪一點致命傷？（周哈里窗） 4. 認識情緒：情緒要對你說什麼？（完形學派） 5. 調整情緒之道（認知行為療法） 6. 人與人最難的是溝通，祕訣是什麼？（Satir 學派） 7. 如何脫下面具，做一個表裡一致真實的人（Satir 學派） 8. 最能改善關係的同理心運用：情感同理、認知同理、行動同理 9. 愛情和婚姻是照見我們內心傷痕的一面鏡子（依附理論） 10. 童年逆



境、毒性教養，形成我們一生的創傷 11. 創傷知情、創傷反應、4F原理介紹 12. 療癒的旅程：認知、情緒、生理、靈性的全面修復 13. 正念心理學與正向心理學

三、團體帶領人楊依靜講師簡介：1. 夏威夷大學心理研究所，加州 Esalan 身心靈整合學院，曾接受完形心理治療、家族治療、父母效能訓練、敘事治療、戲劇治療等專業訓練。2. 創辦身心靈桃花源成長中心、臺灣點一盞燈社會關懷協會、阿含生命傳記劇場。3. 長期於各企業、學校各企業、學校、家扶中心、單親中心帶領成長團體，共計二十年以上。

四、課程時間：2023年12月17日至2024年3月17日，每週四晚上8:00~10:30，共13堂課程

五、上課方式：Zoom線上授課

六、課程費用：免費（但需繳交保證金2500元，全勤並繳交四次以上作業者可全額退費。）全勤認定標準為每次上課出席滿150分鐘。

七、報名對象：一般社會大眾。（本課程採Zoom線上教學，請確定可以使用再報名）

八、報名方式：線上報名：<https://forms.gle/rqfzma4sxDh6F5M7A>，參加動機寫得越詳細，錄取機會越高。報名後需等回覆錄取並繳完保證金，才算完成報名手續。

九、錄取人數：限80位

十、聯絡電話：0926-322-943, 0936-857-027。

十一、主辦單位：社團法人臺灣點一盞燈社會關懷協會



正本：屏東縣里港鄉塔樓國民小學、高雄市桃源區桃源國民小學、屏東縣東港鎮東興國民小學、中信學校財團法人中信金融管理學院、高雄市立仁武特殊教育學校、東莞台商子弟學校、國立臺灣大學醫學院附設醫院附設臺北市私立員工子女幼兒園、桃園市龍潭區三坑國民小學、桃園市楊梅區瑞塘國民小學、桃園市楊梅區楊心國民小學、桃園市龜山區南美國國民小學、桃園市立同德國民中學、高雄市立福山國民中學、財團法人東海大學附屬高級中等學校、苗栗縣苑裡鎮客庄國民小學、雲林縣二崙鄉義賢國民小學、苗栗縣頭份市蟠桃國民小學、常春藤學校財團法人臺中市常春藤高級中學、明道學校財團法人明道大學、臺中市立爽文國民中學、臺中市南屯區永春國民小學、苗栗縣公館鄉仁愛國民小學、國立雲林特殊教育學校、臺中市潭子區頭家國民小學、彰化縣二林鎮中興國民小學、彰化縣社頭鄉舊社國民小學、南投縣信義鄉久美國國民小學、義峰學校財團法人雲林縣義峰高級中學、桃園市楊梅區上田國民小學、花蓮縣壽豐鄉豐裡國民小學、臺北市中山區濱江國民小學、臺北市中山區中正國民小學、桃園市立仁美國國民中學、花蓮縣吉安鄉南華國民小學、花蓮縣花蓮市北濱國民小學、花蓮縣秀林鄉佳民國民小學、臺灣大華學校財團法人桃園市私立大華高級中等學校、花蓮縣花蓮市信義國民小學、新北市立尖山國民中學、四維學校財團法人花蓮縣四維高級中學、桃園市立永豐高級中等學校、基隆市中山區仙洞國民小學、桃園市復興區高義國民小學、新北市立二重國民中學、新竹縣立博愛國民中學、新竹縣立仁愛國民中學、桃園市龍潭區龍星國民小學、桃園市立內壢高級中等學校、新北市立鶯歌高級工商職業學校、新北市立鳳鳴國民中學、桃園市立光明國民中學、花蓮縣花蓮市明禮國民小學、桃園市龍潭區龍源國民小學、國立宜蘭特殊教育學校、新竹縣湖口鄉新湖國民小學、國立高雄大學、高雄市立楠梓特殊學校、高雄市小港區華山國民小學、國立基隆特殊教育學校、基隆市立碇內國民中學、基隆市立武崙國民中學、花蓮縣立化仁國民中學、新竹市立虎林國民中學、臺北市大安區新生國民小學、嘉義縣布袋鎮新岑國民小學、高雄市大社區嘉誠國民小學、屏東縣潮州鎮潮昇國民小學、澎湖縣馬公市文澳國民小學、高雄市橋頭區橋頭國民小學、屏東縣鹽埔鄉新圍國民小學、臺南市安平區安平國民小學、高雄市立一甲國民中學、高雄市立青年國民中學、臺南市永康區西勢國民小學、臺南市鹽水區仁光國民小學、屏東縣鹽埔鄉彭厝國民小學、臺中市大里區永隆國民小學、臺中市大里區美群國民小學、臺中市立豐陽國民中學、臺中市豐原區葫蘆墩國民小學、臺中市立臺中特殊教育學校、臺中市西屯區國安國民小學、臺北市信義區信義國民小學、國立中山大學附屬國光高級中學、南投縣中寮鄉清水國民小學、彰化縣田尾鄉仁豐國民小學、南投縣中寮鄉爽文國民小學、臺中市北屯區仁美國國民小學、南投縣中寮鄉至誠國民小學、南投縣信義鄉雙龍國民小學、南投縣南投市僑建國民小學、桃園市龜山區大埔國民小學、有得學校財團法人桃園市有得國民中小學、高雄市鳳山區文華國民小學、彰化縣埔鹽鄉天盛國民小學、南投縣名間鄉田豐國民小學、彰化縣溪湖鎮湖北國民小學、南投縣信義鄉愛國國民小學、南投縣信義鄉隆華國民小學、澎湖縣馬公市文光國民小學、臺南市立海佃國民中學、彰化縣芳苑鄉後寮國民小學、彰化縣竹塘鄉田頭國民小學、彰化縣田尾鄉南鎮國民小學、彰化縣二林鎮新生國民小學、彰化縣大城鄉大城國民小學、彰化縣大城鄉西港國民小學、彰化縣芳苑鄉路上國民小學、彰化縣芳苑鄉漢寶國民小學、彰化縣芳苑鄉芳苑國民小學、彰化縣二林鎮中正國民小學、彰化縣芳苑鄉育華國民小學、彰化縣二林鎮萬合國民小學、彰化縣立原斗國民中小學、彰化縣二林鎮育德國國民小學、彰化縣芳苑鄉新寶國民小學、彰化縣二林鎮萬興國民小學、臺中市梧棲區中港國民小學、臺中市西屯區惠來國民小學、南投縣立營北國民中學、國立中科實驗高級中學、臺中市立大墩國民中學、臺中市南屯區大墩國民小學、上海台商子女學校、學校財團法人中華浸信會基督教台灣浸會神學院、嘉義縣立永慶高級中



裝

訂



線



學、高雄市鳳山區鳳翔國民小學、嘉義市立蘭潭國民中學、國立屏東特殊教育學校、高雄市楠梓區油廠國民小學、國立新竹特殊教育學校、國立臺東大學附屬特殊教育學校、桃園市立觀音高級中等學校、新竹縣竹北市興隆國民小學、新竹縣竹北市東興國民小學、國立南投特殊教育學校、雲林縣崙背鄉中和國民小學、雲林縣立馬光國民中學、新竹市東區高峰國民小學、桃園市龍潭區高原國民小學、桃園市八德區茄苳國民小學、桃園市立武漢國民中學、新竹市立竹光國民中學、新竹市立新科國民中學、幼華學校財團法人臺北市幼華高級中等學校、臺北市立至善國民中學、東吳大學、臺北市私立泰北高級中學、臺北市立復興高級中學、臺北市立陽明高級中學、臺北市立格致國民中學、臺北市立新民國民中學、新北市淡水區新市國民小學、新竹縣立成功國民中學、新北市立三多國民中學、臺北市北投區文林國民小學、臺北市北投區石牌國民小學、臺北市士林區富安國民小學、臺北市士林區社子國民小學、臺北市北投區北投國民小學、臺北市北投區桃源國民小學、臺北市士林區陽明山國民小學、臺北市立蘭雅國民中學、臺北市北投區關渡國民小學、臺北市北投區清江國民小學、臺北市士林區雨農國民小學、臺北市北投區湖山國民小學、臺北市溪山實驗國民小學、臺北市士林區福林國民小學、臺北市泉源實驗國民小學、臺北市北投區明德國民小學、臺北市士林區雙溪國民小學、臺北市北投區立農國民小學、臺北市士林區天母國民小學、臺北市士林區文昌國民小學、臺北市湖田實驗國民小學、臺北市士林區雨聲國民小學、臺北市立桃源國民中學、臺北市士林區士東國民小學、新竹縣尖石鄉秀巒國民小學、馬偕學校財團法人馬偕醫學院、桃園市立南崁國民中學、新北市立永平高級中學、宏國學校財團法人宏國德霖科技大學、致理學校財團法人致理科技大學、南山學校財團法人新北市南山高級中學、辭修學校財團法人新北市私立辭修高級中學、新北市立板橋高級中學、國立華僑高級中等學校、華夏學校財團法人華夏科技大學、新北市立永和國民中學、新北市立板橋國民中學、新北市立土城國民中學、新北市立海山高級中學、新北市立三峽國民中學、天主教光仁學校財團法人新北市光仁高級中學、新北市立樹林高級中學、新北市立積穗國民中學、新北市立林口國民中學、新北市淡水區淡水國民小學、新北市淡水區育英國民小學、新北市淡水區興仁國民小學、新北市淡水區水源國民小學、新北市金山區金山國民小學、新北市萬里區大鵬國民小學、新北市八里區米倉國民小學、新北市萬里區崁腳國民小學、新北市淡水區屯山國民小學、新北市淡水區中泰國民小學、新北市新店區安坑國民小學、能仁學校財團法人新北市能仁高級家事商業職業學校、新北市新店區中正國民小學、新北市新店區新店國民小學、新北市新店區雙城國民小學、新北市石碇區雲海國民小學、新北市石碇區和平國民小學、新北市新店區雙峰國民小學、新北市新店區大豐國民小學、新北市新店區直潭國民小學、新北市新店區屈尺國民小學、新北市深坑區深坑國民小學、新北市立安康高級中學、新北市石碇區永定國民小學、新北市新店區青潭國民小學、新北市坪林區坪林國民小學、新北市新店區龜山國民小學、新北市立深坑國民中學、新北市立重慶國民中學、新北市永和區網溪國民小學、新北市板橋區埔墘國民小學、新北市三峽區三峽國民小學、新北市板橋區新埔國民小學、新北市永和區頂溪國民小學、新北市三峽區建安國民小學、新北市永和區秀朗國民小學、新北市板橋區沙崙國民小學、新北市中和區中和國民小學、新北市板橋區板橋國民小學、新北市樹林區武林國民小學、新北市中和區積穗國民小學、新北市板橋區江翠國民小學、新北市立江翠國民中學、新北市土城區土城國民小學、新北市鶯歌區鶯歌國民小學、新北市三峽區成福國民小學、新北市板橋區國光國民小學、新北市樹林區大同國民小學、新北市土城區清水國民小學、新北市土城區頂埔國民小學、新北市三峽區插角國民小學、新北市鶯歌區中湖國民小學、新北市樹林區柑園國民小學、新北市板橋區莒光國民小學、新北市中和區秀山國民小學、新北市板橋區

裝

訂

線



海山國民小學、新北市板橋區後埔國民小學、新北市中和區復興國民小學、新北市立福和國民中學、新北市中和區興南國民小學、新北市永和區永和國民小學、新北市立漳和國民中學、新北市中和區自強國民小學、新北市立新北高級工業職業學校、新北市板橋區中山國民小學、新北市樹林區文林國民小學、新北市立柑園國民中學、新北市三峽區大成國民小學、新北市三峽區大埔國民小學、新北市樹林區山佳國民小學、新北市立中山國民中學、新北市三峽區有木國民小學、新北市鶯歌區鳳鳴國民小學、新北市立明德高級中學、新北市板橋區文聖國民小學、新北市三峽區民義國民小學、新北市永和區永平國民小學、新北市立北大高級中學、新北市立三重高級中學、新北市立三重高級商工職業學校、新北市立五股國民中學、鄭義燕學校財團法人新北市私立格致高級中等學校、剛恆毅學校財團法人新北市天主教恆毅高級中學、金陵學校財團法人新北市金陵女子高級中學、新北市私立徐匯高級中學、新北市立泰山高級中學、新北市立泰山國民中學、清傳學校財團法人新北市清傳高級商業職業學校、新北市立明志國民中學、新北市立蘆洲國民中學、新北市立光榮國民中學、新北市林口區嘉寶國民小學、新北市五股區五股國民小學、新北市新莊區中港國民小學、新北市立碧華國民中學、新北市泰山區泰山國民小學、新北市三重區修德國民小學、新北市新莊區民安國民小學、新北市三重區光榮國民小學、新北市新莊區新莊國民小學、新北市三重區厚德國民小學、新北市三重區二重國民小學、新北市泰山區明志國民小學、新北市三重區正義國民小學、新北市立新泰國民中學、新北市五股區成州國民小學、新北市三重區三光國民小學、新北市新莊區思賢國民小學、新北市三重區碧華國民小學、新北市林口區瑞平國民小學、新北市新莊區丹鳳國民小學、新北市蘆洲區蘆洲國民小學、新北市三重區興穀國民小學、新北市林口區興福國民小學、新北市立福營國民中學、新北市蘆洲區鷺江國民小學、新北市三重區光興國民小學、新北市三重區永福國民小學、新北市三重區三重國民小學、桃園市桃園區青溪國民小學、桃園市蘆竹區錦興國民小學、桃園市立陽明高級中等學校、桃園市立桃園特殊教育學校、桃園市新屋區埔頂國民小學、高雄市大寮區溪寮國民小學、澎湖縣白沙鄉後寮國民小學、屏東縣瑪家鄉長榮百合國民小學、新北市立八里國民中學、淡江大學學校財團法人淡江大學、真理大學、聖約翰科技大學、新北市立金山高級中學、新北市立萬里國民中學、新北市立淡水國民中學、新北市立三芝國民中學、新北市萬里區野柳國民小學、新北市金山區中角國民小學、新北市三芝區三芝國民小學、新北市八里區長坑國民小學、新北市淡水區天生國民小學、新北市淡水區文化國民小學、新北市八里區八里國民小學、新北市石門區乾華國民小學、新北市淡水區坪頂國民小學、新北市萬里區萬里國民小學、新北市三峽區北大國民小學、桃園市立青埔國民中學、新北市私立南強高級工商職業學校、財團法人東南科技大學、天主教崇光學校財團法人新北市崇光高級中學、新北市立文山國民中學、新北市立烏來國民中小學、新北市立石碇高級中學、新北市立五峰國民中學、韻鏗學校財團法人臺北市協和祐德高級中等學校、高雄市立鳳翔國民中學、臺中市烏日區僑仁國民小學、雲林縣立古坑華德福實驗高級中學、新北市平溪區十分國民小學、新北市瑞芳區九份國民小學、新北市汐止區北峰國民小學、新北市立平溪國民中學、新北市平溪區平溪國民小學、新北市瑞芳區瓜山國民小學、新北市瑞芳區吉慶國民小學、新北市立汐止國民中學、新北市汐止區汐止國民小學、新北市雙溪區牡丹國民小學、新北市立秀峰高級中學、新北市汐止區東山國民小學、新北市汐止區長安國民小學、新北市貢寮區和美國民小學、時雨學校財團法人新北市私立時雨高級中學、方曙學校財團法人桃園市方曙商工高級中等學校、新北市汐止區崇德國民小學、崇義學校財團法人新北市崇義高級中學、新北市瑞芳區瑞亭國民小學、新北市貢寮區澳底國民小學、新北市立瑞芳高級工業職業學校、新北市立瑞芳國民中學、新北市立欽賢國



裝

訂

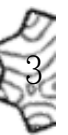
線



民中學、新北市瑞芳區濂洞國民小學、新北市立雙溪高級中學、新北市雙溪區雙溪國民小學、新北市汐止區保長國民小學、新北市汐止區北港國民小學、新北市貢寮區貢寮國民小學、新北市瑞芳區瑞芳國民小學、新北市瑞芳區義方國民小學、新北市雙溪區上林國民小學、新北市雙溪區柑林國民小學、新北市平溪區菁桐國民小學、新北市貢寮區福隆國民小學、新北市瑞芳區瑞柑國民小學、新北市汐止區白雲國民小學、新北市汐止區樟樹國民小學、新北市瑞芳區鼻頭國民小學、新北市貢寮區福連國民小學、新北市汐止區秀峰國民小學、新北市汐止區金龍國民小學、臺中市西屯區東海國民小學、法鼓學校財團法人法鼓文理學院、宜蘭縣立中華國民中學、國立宜蘭高級商業職業學校、宜蘭縣立宜蘭國民中學、宜蘭縣立頭城國民中學、宜蘭縣立礁溪國民中學、宜蘭縣立員山國民中學、宜蘭縣立壯圍國民中學、宜蘭縣立復興國民中學、國立蘭陽女子高級中學、國立宜蘭高級中學、國立頭城高級家事商業職業學校、宜蘭縣宜蘭市光復國民小學、宜蘭縣立吳沙國民中學、宜蘭縣宜蘭市黎明國民小學、宜蘭縣立內城國民中小學、宜蘭縣員山鄉大湖國民小學、宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學、宜蘭縣立利澤國民中學、宜蘭縣頭城鎮大溪國民小學、宜蘭縣員山鄉深溝國民小學、宜蘭縣宜蘭市育才國民小學、宜蘭縣礁溪鄉玉田國民小學、宜蘭縣宜蘭市凱旋國民小學、宜蘭縣壯圍鄉大福國民小學、宜蘭縣壯圍鄉公館國民小學、宜蘭縣大同鄉大同國民小學、宜蘭縣員山鄉同樂國民小學、宜蘭縣員山鄉七賢國民小學、宜蘭縣礁溪鄉四結國民小學、輔仁大學學校財團法人基隆市輔大聖心高級中學、高雄市三民區河堤國民小學、宜蘭縣立三星國民中學、宜蘭縣立五結國民中學、宜蘭縣立冬山國民中學、國立羅東高級工業職業學校、宜蘭縣立文化國民中學、宜蘭縣立東光國民中學、宜蘭縣立國華國民中學、宜蘭縣立興中國國民中學、宜蘭縣立順安國民中學、宜蘭縣立蘇澳國民中學、國立蘇澳高級海事水產職業學校、國立羅東高級中學、國立羅東高級商業職業學校、宜蘭縣立羅東國民中學、宜蘭縣羅東鎮成功國民小學、宜蘭縣五結鄉中興國民小學、宜蘭縣五結鄉五結國民小學、宜蘭縣三星鄉大隱國民小學、宜蘭縣羅東鎮羅東國民小學、宜蘭縣冬山鄉武淵國民小學、宜蘭縣大同鄉寒溪國民小學、宜蘭縣三星鄉萬富國民小學、宜蘭縣羅東鎮公正國民小學、宜蘭縣立南安國民中學、宜蘭縣冬山鄉大進國民小學、宜蘭縣蘇澳鎮士敏國民小學、新北市林口區新林國民小學、宜蘭縣蘇澳鎮育英國民小學、宜蘭縣五結鄉學進國民小學、宜蘭縣立南澳高級中學、宜蘭縣蘇澳鎮南安國民小學、宜蘭縣蘇澳鎮馬賽國民小學、宜蘭縣蘇澳鎮蘇澳國民小學、宜蘭縣五結鄉孝威國民小學、新竹縣竹北市安興國民小學、新竹縣立東興國民中學、臺北市私立薇閣國民小學附設幼兒園、臺北市和平實驗國民小學、桃園市立文昌國民中學、桃園市立桃園高級中等學校、國立臺北科技大學附屬桃園農工高級中等學校、桃園市立武陵高級中等學校、天主教振聲學校財團法人桃園市振聲高級中等學校、桃園市立青溪國民中學、桃園市立竹圍國民中學、桃園市立桃園國民中學、桃園市立八德國民中學、桃園市立大竹國民中學、桃園市立南崁高級中等學校、桃園市立大溪國民中學、桃園市立大崗國民中學、桃園市立仁和國民中學、新興學校財團法人桃園市新興高級中等學校、桃園市立草漯國民中學、桃園市立建國國民中學、桃園市桃園區南門國民小學、桃園市桃園區成功國民小學、桃園市蘆竹區海湖國民小學、桃園市桃園區東門國民小學、桃園市桃園區西門國民小學、桃園市桃園區中山國民小學、桃園市龜山區龜山國民小學、桃園市龜山區山頂國民小學、桃園市龜山區新路國民小學、桃園市桃園區建國國民小學、桃園市蘆竹區頂社國民小學、桃園市桃園區中埔國民小學、桃園市桃園區會稽國民小學、桃園市大園區大園國民小學、桃園市蘆竹區蘆竹國民小學、桃園市大園區內海國民小學、桃園市大園區五權國民小學、桃園市大園區菓林國民小學、桃園市大園區溪海國民小學、桃園市龜山區大坑國民小學、至善學校財團法人桃園市至善高級中等學校、

桃園市龜山區福源國民小學、桃園市大園區沙崙國民小學、桃園市大園區后厝國民小學、桃園市八德區八德國民小學、桃園市大溪區大溪國民小學、桃園市大溪區員樹林國民小學、桃園市八德區大勇國民小學、桃園市復興區三民國民小學、桃園市八德區廣興國民小學、桃園市大園區竹圍國民小學、桃園市立中興國民中學、桃園市復興區光華國民小學、桃園市大溪區僑愛國民小學、桃園市立山腳國民中學、桃園市中壢區內定國民小學、桃園市蘆竹區新興國民小學、桃園市復興區奎輝國民小學、桃園市八德區霄裡國民小學、桃園市立大成國民中學、桃園市蘆竹區南崁國民小學、桃園市桃園區文山國民小學、桃園市蘆竹區新莊國民小學、桃園市大園區陳康國民小學、桃園市八德區大成國民小學、桃園市蘆竹區大竹國民小學、桃園市復興區巴峻國民小學、桃園市復興區介壽國民小學、桃園市大溪區南興國民小學、桃園市龍潭區龍潭國民小學、桃園市復興區羅浮國民小學、桃園市大溪區福安國民小學、桃園市龍潭區潛龍國民小學、桃園市龍潭區武漢國民小學、桃園市復興區長興國民小學、桃園市大溪區中興國民小學、桃園市大溪區仁善國民小學、桃園市立石門國民中學、桃園市龍潭區德龍國民小學、桃園市立龍潭國民中學、桃園市龍潭區三和國民小學、桃園市立瑞原國民中學、桃園市平鎮區宋屋國民小學、桃園市中壢區新街國民小學、桃園市平鎮區新勢國民小學、桃園市平鎮區忠貞國民小學、桃園市平鎮區山豐國民小學、桃園市觀音區育仁國民小學、桃園市觀音區新坡國民小學、桃園市中壢區大崙國民小學、桃園市觀音區觀音國民小學、桃園市中壢區內壢國民小學、桃園市楊梅區大同國民小學、桃園市新屋區頭洲國民小學、桃園市中壢區普仁國民小學、桃園市新屋區笨港國民小學、桃園市立中壢家事商業高級中等學校、國立中央大學附屬中壢高級中學、桃園市新屋區東明國民小學、桃園市立中壢國民中學、六和學校財團法人桃園市六和高級中等學校、治平學校財團法人桃園市治平高級中等學校、永平學校財團法人桃園市私立永平工商高級中等學校、桃園市楊梅區高榮國民小學、桃園市立平鎮國民中學、桃園市立富岡國民中學、桃園市立龍岡國民中學、中原大學、清華學校財團法人桃園市清華高級中等學校、桃園育達學校財團法人桃園市育達高級中等學校、桃園市立凌雲國民中學、健行學校財團法人健行科技大學、桃園市立楊梅高級中等學校、國立中央大學、桃園市立新明國民中學、桃園市立楊梅國民中學、桃園市立興南國民中學、桃園市立龍潭高級中等學校、桃園市立觀音國民中學、桃園市立永安國民中學、桃園市楊梅區上湖國民小學、桃園市中壢區中正國民小學、桃園市觀音區大潭國民小學、桃園市新屋區蚵間國民小學、桃園市楊梅區楊梅國民小學、桃園市中壢區中壢國民小學、桃園市觀音區樹林國民小學、桃園市中壢區自立國民小學、桃園市立平南國民中學、桃園市楊梅區四維國民小學、桃園市中壢區新明國民小學、桃園市楊梅區水美國國民小學、桃園市中壢區山東國民小學、桃園市立自強國民中學、桃園市中壢區信義國民小學、桃園市中壢區龍岡國民小學、桃園市中壢區中平國民小學、桃園市觀音區草漯國民小學、桃園市中壢區芭里國民小學、桃園市觀音區上大國民小學、桃園市觀音區崙坪國民小學、桃園市平鎮區復旦國民小學、南投縣信義鄉豐丘國民小學、苗栗縣頭份市后庄國民小學、雲林縣立東仁國民中學、臺中市西屯區長安國民小學、苗栗縣頭份市斗煥國民小學、臺中市立福科國民中學、財團法人南投縣私立普台高級中學、桃園市楊梅區富岡國民小學、桃園市楊梅區瑞埔國民小學、桃園市立大坡國民中學、桃園市楊梅區瑞梅國民小學、桃園市新屋區社子國民小學、桃園市新屋區永安國民小學、桃園市楊梅區瑞原國民小學、新竹縣立石光國民中學、新竹市立光武國民中學、新竹市立光華國民中學、新竹縣立竹北國民中學、新竹市立成德高級中學、新竹縣私立忠信高級中學、新竹市私立曙光女子高級中學、明新學校財團法人明新科技大學、新竹市立建華國民中學、國立新竹高級工業職業學校、國立新竹女子高級中學、國立新竹高級商業職業學校、國立新竹高級中

學、新竹市立香山高級中學、國立清華大學、新竹市立培英國民中學、新竹縣立湖口高級中學、新竹縣立六家高級中學、新竹縣立富光國民中學、新竹縣立照門國民中學、新竹縣立新豐國民中學、新竹縣立關西國民中學、國立關西高級中學、新竹縣立寶山國民中學、新竹縣竹東鎮竹中國國民小學、新竹縣竹東鎮陸豐國民小學、新竹縣峨眉鄉峨眉國民小學、新竹縣竹東鎮二重國民小學、新竹縣芎林鄉碧潭國民小學、新竹縣五峰鄉五峰國民小學、新竹縣竹東鎮大同國民小學、新竹縣橫山鄉大肚國民小學、新竹縣橫山鄉內灣國民小學、新竹縣尖石鄉尖石國民小學、新竹縣尖石鄉玉峰國民小學、新竹縣芎林鄉芎林國民小學、新竹縣橫山鄉田寮國民小學、新竹縣立精華國民中學、新竹市東區關東國民小學、新竹市北區北門國民小學、新竹市北區西門國民小學、新竹縣新埔鎮新星國民小學、新竹市東區新竹國民小學、新竹市香山區香山國民小學、新竹縣湖口鄉長安國民小學、新竹縣竹北市新社國民小學、新竹縣關西鎮南和國民小學、新竹縣新埔鎮文山國民小學、新竹縣竹北市六家國民小學、新竹縣關西鎮東安國民小學、新竹縣新埔鎮枋寮國民小學、新竹市北區民富國民小學、新竹市北區載熙國民小學、新竹縣新埔鎮清水國民小學、新竹市香山區港南國民小學、新竹縣新豐鄉瑞興國民小學、新竹縣關西鎮錦山國民小學、新竹縣竹北市中正國民小學、國立清華大學附設實驗國民小學、新竹市香山區內湖國民小學、新竹縣湖口鄉湖口國民小學、新竹市香山區朝山國民小學、新竹縣關西鎮東光國民小學、新竹縣竹北市新港國民小學、新竹市東區建功國民小學、新竹縣寶山鄉寶山國民小學、新竹市香山區大庄國民小學、新竹縣立中正國民中學、國立新竹科學園區實驗高級中等學校、新竹市私立曙光國民小學、新竹市北區南寮國民小學、雲林縣立古坑國民中小學、臺中市立善水國民中小學、高雄市立文府國民中學、高鳳學校財團法人屏東縣崇華國民小學、新竹縣立二重國民中學、新竹縣立五峰國民中學、大華學校財團法人敏實科技大學、新竹縣立北埔國民中學、新竹縣立竹東國民中學、新竹縣立芎林國民中學、國立竹東高級中學、新竹縣立峨眉國民中學、新竹縣立員東國民中學、新竹縣立華山國民中學、財團法人中國文化大學附設臺北市私立文化幼兒園、苗栗縣後龍鎮大山國民小學、苗栗縣立三義高級中學、苗栗縣頭份市六合國民小學、苗栗縣苗栗市文山國民小學、國立聯合大學、苗栗縣立明仁國民中學、國立大湖高級農工職業學校、國立苗栗高級中學、國立苗栗高級農工職業學校、苗栗縣立苑裡高級中學、苗栗縣立西湖國民中學、苗栗縣三義鄉建中國國民小學、苗栗縣立文英國民中學、苗栗縣頭份市信德國民小學、苗栗縣立致民國民中學、苗栗縣立泰安國民中小學、苗栗縣立通霄國民中學、苗栗縣立照南國民中學、苗栗縣立獅潭國民中學、苗栗縣立新港國民中小學、苗栗縣苗栗市僑育國民小學、苗栗縣立維真國民中學、苗栗縣頭份市僑善國民小學、苗栗縣立大湖國民中學、國立卓蘭高級中等學校、苗栗縣立文林國民中學、苗栗縣立苗栗國民中學、苗栗縣頭份市頭份國民小學、國立苗栗高級商業職業學校、苗栗縣立南和國民中學、苗栗縣立大倫國民中學、苗栗縣立頭屋國民中學、苗栗縣立鶴岡國民中學、苗栗縣銅鑼鄉銅鑼國民小學、苗栗縣苑裡鎮林森國民小學、苗栗縣苗栗市建功國民小學、苗栗縣通霄鎮坪頂國民小學、苗栗縣苑裡鎮文苑國民小學、苗栗縣苑裡鎮苑裡國民小學、苗栗縣獅潭鄉豐林國民小學、苗栗縣頭屋鄉頭屋國民小學、苗栗縣苑裡鎮中正國民小學、苗栗縣後龍鎮龍坑國民小學、苗栗縣三義鄉鯉魚國民小學、苗栗縣泰安鄉士林國民小學、苗栗縣立福興武術國民中小學、苗栗縣泰安鄉泰興國民小學、苗栗縣苗栗市大同國民小學、苗栗縣卓蘭鎮豐田國民小學、苗栗縣通霄鎮烏眉國民小學、苗栗縣泰安鄉清安國民小學、苗栗縣大湖鄉大湖國民小學、苗栗縣大湖鄉南湖國民小學、苗栗縣泰安鄉象鼻國民小學、苗栗縣泰安鄉汶水國民小學、苗栗縣頭屋鄉明德國民小學、苗栗縣卓蘭鎮卓蘭國民小學、苗栗縣立烏眉國民中學、苗栗縣泰安鄉梅園國民小學、苗栗縣銅鑼鄉中興國民小學、苗



粟縣通霄鎮五福國民小學、苗栗縣銅鑼鄉新隆國民小學、苗栗縣苑裡鎮蕉埔國民小學、苗栗縣通霄鎮城中國國民小學、苗栗縣銅鑼鄉九湖國民小學、苗栗縣西湖鄉五湖國民小學、苗栗縣西湖鄉僑文國民小學、苗栗縣通霄鎮通霄國民小學、苗栗縣大湖鄉東興國民小學、苗栗縣通霄鎮圳頭國民小學、苗栗縣後龍鎮後龍國民小學、苗栗縣竹南鎮照南國民小學、苗栗縣後龍鎮同光國民小學、苗栗縣竹南鎮竹南國民小學、苗栗縣南庄鄉南埔國民小學、苗栗縣後龍鎮外埔國民小學、苗栗縣竹南鎮海口國民小學、苗栗縣三灣鄉三灣國民小學、苗栗縣造橋鄉談文國民小學、苗栗縣立大西國民中學、苗栗縣大湖鄉華興國民小學、苗栗縣卓蘭鎮景山國民小學、苗栗縣苑裡鎮中山國民小學、苗栗縣三義鄉育英國民小學、苗栗縣西湖鄉西湖國民小學

副本：



理事長 王惠仙



裝

訂

線



【療癒心理學～走上成長與修復的道路】

這個社會都在歌頌光明、正向、成功，很少人談論內在的陰暗與掙扎，看看臉書、IG 就知，大家曬美照、曬幸福、曬美食、曬笑臉。

如果你覺得自己在面具下隱藏著失落、孤獨、脆弱、悲傷、恐懼或自卑，你願不願意進行自我探索與剖析，面對最真實的自己，找到這些情緒的根源與療癒之道？

人生困難重重，我們這一生都在面對問題，尋求解決之道，這可能是一段非常痛苦的過程，但我們也因此學到勇氣與智慧。這個課程的設計是幫助你踏上求知、成長、蛻變、重獲新生的道路，體悟到生命最猛烈的恩典原來是先賜給你困境、再讓你透過學習找到復原力，找回對生命的希望和熱情。

課程分為四大部分：人格心理學、情緒心理學、關係心理學、創傷心理學。

課程內容：2023 年 12 月 17 日開始，每週日下午 2:30~5:00，共 13 堂課程)

	日期	主題
1	12/17	認識自己：佛洛伊德學派與 TA 學派的觀點
2	12/24	人格心理學：ABC 三種人格，你屬於哪一種？
3	12/31	你的人生不平順，是敗在哪一點致命傷？（周哈里窗）
4	01/07	認識情緒：情緒要對你說什麼？（完形學派）
5	01/14	調整情緒之道（認知行為療法）
6	01/21	人與人最難的是溝通，祕訣是什麼？（Satir 學派）
7	01/28	如何脫下面具，做一個表裡一致真實的人（Satir 學派）
8	02/04	最能改善關係的同理心運用：情感同理、認知同理、行動同理
9	02/18	愛情和婚姻是照見我們內心傷痕的一面鏡子（依附理論）
10	02/25	童年逆境、毒性教養，形成我們一生的創傷
11	03/03	創傷知情、創傷反應、4F 原理介紹
12	03/10	療癒的旅程：認知、情緒、生理、靈性的全面修復
13	03/17	正念心理學與正向心理學

團體帶領人楊依靜講師簡介：

1. 夏威夷大學心理研究所，加州 Esalan 身心靈整合學院，曾接受完形心理治療、家族治療、父母效能訓練、敘事治療、戲劇治療等專業訓練。

2. 創辦身心靈桃花源成長中心、臺灣點一盞燈社會關懷協會、阿含生命傳記劇場。續背頁
3. 長期於各企業、學校、家扶中心、單親中心帶領成長團體，共計二十年以上。

上課方式：Zoom 線上授課

課程費用：免費（但需繳交保證金 2500 元，全勤並繳交四次以上作業者可全額退費。）

全勤認定標準為每次上課出席滿 150 分鐘。

報名對象：一般社會大眾。（本課程採 Zoom 線上教學，請確定可以使用再報名）

報名方式：線上報名：<https://forms.gle/acUWe2h6eEvWsG737>，參加動機寫得越詳細，錄取機會越高。

報名後需等回覆錄取並繳完保證金，才算完成報名手續。

錄取人數：限 80 位

聯絡電話：0926-322-943, 0936-857-027。

聯絡信箱：lightup9595@gmail.com

主辦單位：社團法人臺灣點一盞燈社會關懷協會