

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：新北市私立聖心女子高級中學

發文日期：中華民國112年1月30日

發文字號：點一盞燈字第11200000014號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如文 (11200000014_Attach1.pdf)

主旨：本協會擬舉辦【人生必修的13堂心理學—成為更好的自己】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、本課程將透過十五堂線上課程，幫助學員獲得領悟與成長。從探討自己個性的盲點開始，到為自己的人生遭遇負起責任，不當受害者，找回力量，創造你真正想要的幸福人生。
- 二、課程內容如下：1. 談自我覺察：了解自己才能掌握人生（佛洛伊德學派、溝通交流分析學派），2. 談B型人格：自戀型人格、戲劇型人格、邊緣型人格、反社會人格，3. 家庭會傷人：五種內在小孩，五種父母類型，4. 談自我價值：阿德勒心理學《自卑與超越》，5. 談情緒：調整非理性思考歷程（認知行為療法），6. 談溝通：溝通不好，關係一定不好（P. E. T. 與 NLP 理論），7. 談溝通：成為表裡一致真誠的人（薩提爾家族治療理論），8. 談愛情：愛情創傷來自童年創傷（談依附理論），9. 談婚姻：有好

的婚姻才有好的家庭氛圍，孩子才能不受傷的長大，10. 談外遇：探討外遇類型與處置，11. 談親子教養：陪行與引導，看見並回應，12. 談焦慮和憂鬱：現代人的兩大心理疾病，13. 談受害者情結：人這一生都糾結在受害、加害、拯救三角關係，14. 談韌性：個性越有彈性，越能挺過生命挫折，15. 談自愛：修補內心的洞，把自己愛回來。

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、舞蹈戲劇治療等專業訓練。2. 創辦身心靈桃花源成長中心、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3月12日至6月18日，每週日下午2:30~5:00，共15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2,000元，全勤者可全額退費）

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

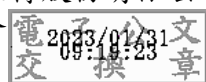
十、聯絡電話：0936-857-027, 0926-322-943。

十一、主辦單位：社團法人臺灣點一盞燈社會關懷協會

正本：新北市政府消防局、新北市政府市場處、新北市政府動物保護防疫處、新北市政府採購處、新北市政府稅捐稽徵處三重分處、新北市政府稅捐稽徵處板橋分處、新北市政府教育局、新北市政府稅捐稽徵處新店分處、新北市政府法制局、新北市政府水利局、新北市政府觀光旅遊局、新北市政府稅捐稽徵處汐止分處、新北市政府稅捐稽徵處三鶯分處、新北市政府原住民族行政局、新北市政府工務局、新北市政府勞工局、新北市政府、新北市八里區公所、新北市八里區衛生所、新北市三芝區衛生所、新北市三重戶政事務所、新北市三重區公所、新北市三重區衛生所、新北市土城區公所、新北市土城區衛生所、新北市中和區公所、新北市中和區衛生所、新北市五股戶政事務所、新北市五股區衛生所、新北市平溪區衛生所、新北市永和區衛生所、新北市石門區公所、新北市石門區衛生所、新北市汐止戶政事務所、新北市汐止區公所、新北市汐止區衛生所、新北市板橋戶政事務所、新北市板橋區衛生所、新北市金山戶政事務所、新北市烏來區公所、新北市貢寮區公所、新北市貢寮區衛生所、新北市淡水戶政事務所、新北市深坑區衛生所、新北市新店戶政事務所、新北市新店區公所、新北市新店區衛生所、新北市瑞芳戶政事務所、新北市瑞芳區衛生所、新北市樹林區公所、新北市雙溪區公所、新北市雙溪區衛生所、新北市蘆洲區公所、新北市蘆洲區衛生所、新北市樹林區育德國民小學、新北市瑞芳區瑞濱國民小學、新北市新莊區國泰國民小學、新北市新莊區豐年國民小學、新北市林口區南勢國民小學、新北市新莊區興化國民小學、新北市中和區光復國民小學、新北市立忠山實驗小學、新北市三峽區介壽國民小學、新北市林口區麗林國民小學、新北市八里區大崁國民小學、新北市立新莊國民中學、新北市立中和國民中學、新北市立自強國民中學、新北市立中平國民中學、新北市立三和國民中學、新北市立大觀國民中學、新北市立中和高級中學、新北市立林口高級中學、新北市立新北高級中學、新北市私立淡江高級中學、新北市私立聖心女子高級中學、新北市私立醒吾高級中學、新北市私立竹林高級中學、新北市私立及人高級中學、新北市立三民高級中學、新北市立錦和高級中學、新北市私立復興高級商工職業學校、新北市私立豫章高級工商職業學校、新北市私立莊敬高級工業家事職業學校、桃園市桃園區桃園國民小學、桃園市蘆竹區外社國民小學、桃園市大園區潮音國民小學、桃園市平鎮區南勢國民小學、桃園市蘆竹區大華國民小學、桃園市桃園區同安國民小學、桃園市八德區大忠國民小學、桃園市桃園區建德國民小學、桃園市中壢區林森國民小學、桃園市平鎮區文化國民小學、桃園市平鎮區祥安國民小學、桃園市桃園區慈文國民小學、桃園市桃園區大業國民小學、桃園市桃園區同德國民小學、桃園市蘆竹區光明國民小學、桃園市龜山區文華國民小學、桃園市楊梅區楊明國民小學、經國管理暨健康學院、台灣展翅協會、社團法人中華兒童與家庭促進協會、中華民國腦性麻痺協會、財團法人中華民國佛教慈濟慈善事業基金會、財團法人紙風車文教基金會、財團法人勵馨社會福利事業基金會、財團法人心路社會福利基金會、財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會附設新北市私立家扶發展學園、財團法人癌症希望基金會、財團法人天主教善牧社會福利基金會、財團法人和春文教基金會、財團法人法鼓山社會福利慈善事業基金會、財團法人罕見疾病基金會、財團法人中華文化社會福利事業基金會台北兒童福利中心、財團法人陽光社會福利基金會、財團法人瑪利亞社會福利基金會、財團法人資源及環境保護服務基金會、財團法人富邦文教基金會、財團法人人禾環境倫理發展基金會、財團法人台北市文化基金會、社團法人台灣關愛之家協會、社團法人台灣彩虹愛家生命教育協會、

社團法人中華婦幼新知推展協會、財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會基隆分事務所、財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會新北市分事務所、財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會新竹分事務所、新北市土城區頂欣社區發展協會、社團法人台灣數位有聲書推展學會、社團法人臺北市觀音線心理暨社會關懷協會臺北市東區單親家庭服務中心、中華民國中小學校長協會、財團法人老五老基金會、財團法人伊甸社會福利基金會、財團法人真善美基金會、財團法人天主教白永恩神父社會福利基金會、社團法人台北市保母協會、社團法人台北市教師會、財團法人現代婦女教育基金會、財團法人台北市基督教勵友中心、合作金庫商業銀行、台北富邦商業銀行股份有限公司、國泰世華商業銀行股份有限公司、臺灣銀行、臺灣土地銀行、華南商業銀行股份有限公司、第一商業銀行股份有限公司、彰化商業銀行股份有限公司、中國信託商業銀行股份有限公司、玉山商業銀行股份有限公司、永豐商業銀行股份有限公司、台新國際商業銀行股份有限公司、臺灣新光商業銀行股份有限公司、元大商業銀行股份有限公司、淡水第一信用合作社、新北市淡水信用合作社、花旗(台灣)商業銀行股份有限公司、渣打國際商業銀行股份有限公司、上海商業儲蓄銀行股份有限公司、兆豐國際商業銀行股份有限公司、臺灣中小企業銀行股份有限公司、桃園大眾捷運股份有限公司、新北大眾捷運股份有限公司、基隆市第二信用合作社、瑞興商業銀行股份有限公司、台北市第五信用合作社、板信商業銀行股份有限公司、台灣自來水股份有限公司、有限責任基隆第一信用合作社、全國農業金庫股份有限公司、菲商菲律賓首都銀行股份有限公司台北分公司、王道商業銀行股份有限公司、中華開發金融控股股份有限公司、香港商香港上海匯豐銀行股份有限公司台北分公司、陽信商業銀行股份有限公司、華泰商業銀行股份有限公司、聯邦商業銀行股份有限公司、遠東國際商業銀行股份有限公司、日盛國際商業銀行股份有限公司

副本：社團法人臺灣點一盞燈社會關懷協會



理事長 王惠仙