



## 南華大學終身學習學院 生死關懷系列課程-【幸福心理劇實戰班】幸福心理 劇療育系列 I (第一期)-走出生命憂谷 -課程招生簡章

本課程是幸福心理劇療育系列課程之一。在 COVID-19 肆虐、衝擊下之下，人們生存狀態、生活品質遭受空前的衝擊，人心恐慌、焦慮、自傷、自殺、人際衝突層出不窮。如何安定人心、走出生命幽谷成為現階段重要且必要課程。本課程將以心理劇形式呈現學員內在心理現象，讓學員得以觀照、止觀內心狀態，藉以療育自我生命歷程的創傷、失落，並從中茁壯出生命力道與正向意義，堅定自信地開展新的幸福人生。

### 授課老師：游金潁老師

學歷：國立台灣師範大學社會教育研究所博士

現職：南華大學兼任助理教授

著作或譯著：1. 把愛找回來：心理劇在悲傷輔導上的運用。心理出版社。

2. 回到愛裡：心理劇、社會劇、社會計量實務上的運用。心理出版社。

專業證照：1. 美國心理劇、社會計量與團體心理治療考試委員會 (The American Board of Examiners in Psychodrama, Sociometry and Group Psychotherapy) 認證合格之心理劇訓練師(Trainer)、教育(Educator)、治療師(Clinical Practitioner)

2. 社會工作師

**課程目的：**在課程中觀照自己的呼吸及肢體，進而向內觀照自己的思想及感受，將僵化的身體鬆開也將固著的思維信念鬆綁，達到壓力釋放與情緒重整。在自由舞蹈肢體的流動中享受身心愉悅的流暢與舒暢。

**課程內容：**請詳見課程大綱。

**招生對象：**孩童須年滿 12 歲以上

**上課期間：**110 年 6 月 19 日(六)、6 月 20 日(日) 9:30-16:30 (中午休息 1 個小時)

**上課地點：**南華大學校本部學慧樓 H241 地板教室 (嘉義縣大林鎮南華路一段 55 號)

**招生人數：**30 人。依照繳費順序錄取至額滿為止。本學院保留增額或不足額開班之權利。

**課程費用：**原價\$6,888 元/人 (含餐費及茶點)

**母親節感恩優惠價：**\$5,800 元/人 (含餐費及茶點)

**報名手續：**一律採線上報名，網址：<https://forms.gle/fvGonxATCnwBy1KZ8> 並於三天內完成繳費手續。本課程將依照報名者繳費順序錄取至額滿為止。

### 繳費方式：

(1) 開課前至終身學習學院 成均館 C108 室繳費。

(2) 銀行匯款或 ATM 轉帳 (彰化銀行大林分行)

▲ 戶名：財團法人私立南華大學，匯款帳號：6204-51-163669-20(彰化銀行大林分行)

匯款或 ATM 轉帳後，請提供您的姓名、報名課程名稱、繳費日期及帳號末五碼，並拍下匯款單或收據，以附件方式，寄至 email：[gengxin@nhu.edu.tw](mailto:gengxin@nhu.edu.tw) 或

[saudra881306@nhu.edu.tw](mailto:saudra881306@nhu.edu.tw)

\*完成繳費後請妥善保存繳費憑據。

**結業：**修業期滿，本課程時數可獲得(1)認列美國 ABE 心理劇證照認證時數

(2)台灣心理劇協會認證時數

(3)大愛心理劇研習證書

(4)南華大學終身學習學院研習證書





(5) 公教人員研習時數 12 小時

**其他事項：**

- (1) 本班為研習課程班(非學分班)，不授予學分、學位證書及不發成績單。
- (2) 本學院有權保留課程變動及時間調整之權利，課程若有變更將會提前告知學員。
  - (i) 申請退費必須附上收據正本及申請書，缺一不可，否則不予受理。
  - (ii) 本學院退費係以匯款方式辦理，受款人依當時學費收據抬頭為主，若需更改受款人，須將相關切結書及同意書填妥並蓋公司大小章連同收據、申請書一併繳交始得辦理。
  - (iii) 學員自報名繳費後至開班上課日前取消課程，退還已繳學費等各項費用之九成，材料費不予退費，但已購置成品者，發給成品(運費由學員自付)。
  - (iv) 學員自報名繳費後至開班上課之日取消課程，學費及材料費，全數不予退費，但已購置成品者，發給成品(運費由學員自付)。
- (5) 學員於修習期間應遵守本學院規定，如有不當行為或影響授課或影響其他學員之學習，經通知仍未改善者，本學院得取消其修讀資格，且不予退費。
- (6) 患有法定傳染病者，本學院得拒絕其入學及上課。
- (7) 就讀本班不得辦理兵役緩徵。
- (8) 本班無補課機制，課程均須於當期修習完畢；謝絕旁聽及找人代為上課。
- (9) 本簡章若有未盡事宜，本學院保留得以隨時修改之權利。
- (10) 課程詳細內容洽詢電話：(05)2721001 分機 8331、8322 林經理、周副理。





## 生死關懷系列課程-2021【幸福心理劇實戰班】 幸福心理劇療育系列 I (第一期)-走出生命憂谷 課程大綱

第一天-止觀生命現象：110年6月19日(六)

課程時間	課程內容
9:00-9:30	學員報到/始業式/課程安全須知
9:30-9:40	自我身心狀態評量
9:40-10:30	<b>【八識的心理運作模式】：</b> 了解與超克人對境遇的識知模式
10:30-11:30	<b>【憂鬱的處境及現象】：</b> 1. 了解憂鬱的行為、認知與情緒模式 2. 憂鬱的療癒思路與策略
11:30-12:30	<b>【生命之坎】：</b> 探索自我生命的坎與陷
12:30-13:30	午餐時間
13:30-14:30	<b>【觀照憂鬱困境】：</b> 觀照、覺察自我在憂鬱處境下情緒、認知、行為
14:30-15:30	<b>【走出憂鬱困境】：</b> 以心理劇行動療癒技術走出憂鬱困境
15:30-16:20	<b>【療癒憂鬱困境】：</b> 整合、提升面對憂鬱困境的能量與能力
16:20-16:40	學員心得分享/結業式/課後檢討會議





第二天-走出生命憂谷：110年6月20日(日)

課程時間	課程內容
9:00-9:30	學員報到
9:30-10:30	<b>【覺察身體意象】：</b> 以身體意象技巧覺察自我身心狀態
10:30-11:30	<b>【轉化身心意象】：</b> 以心理劇療癒方式轉化自我身心狀態
11:30-12:30	<b>【整合身心意象】：</b> 以心理劇技巧整合、提升身心意象
12:30-13:30	午餐時間
13:30-14:30	<b>【轉化憂鬱情緒的方法】：</b> 學習轉化憂鬱情緒的實用技巧
14:30-15:30	<b>【轉化憂鬱認知的的方法】：</b> 學習轉化憂鬱認知的實用技巧
15:30-16:10	<b>【轉化憂鬱行為的方法】：</b> 學習轉化憂鬱行為的實用技巧
16:10-16:20	課後身心狀態評量
16:20-16:40	結業式/課後檢討會議

※本學院保留課程安排及師資調整異動之權利，授課日期、時間、地點或單元主題如有調整將會另行通知。

