

## 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：花蓮縣花蓮市明恥國民小學

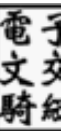
發文日期：中華民國110年3月9日

發文字號：點一盞燈字第1100000024號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如文 (1100000024\_Attach1.pdf)



主旨：本協會擬舉辦【幸福心理學 — 人生必修的12堂課】線上自我成長課程，敬請協助公告，歡迎有興趣者踴躍報名參加。

說明：

- 一、此系列課程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、課程內容包括：1. 談自我覺察 — 深度認識自己；2. 談原生家庭 — 人格的塑造與養成；3. 談創傷 — 疼惜內在的孩子；4. 談自我價值 — 從自卑到自尊；5. 談情緒 — 調穩情緒好生活；6. 談壓力 — 抒解壓力不生病；7. 談溝通 — 表達與傾聽、同理；8. 談愛情 — 從浪漫到現實；9. 談婚姻 — 相愛容易相處難；10. 談親子關係 — 成為孩子喜愛的父母；11. 真實做自己，學習愛自己；12. 災難背後的生命禮物是什麼？
- 三、講師楊依靜(楊舒涵)簡介：1. 曾接受完形心理治療、家族治療、父母效能訓練、舞蹈戲劇治療訓練。2. 創辦身心靈



110/03/10



1100000899

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、家扶中心、單親中心帶領成長團體，共計二十年以上。

四、上課時間：110年4月13日至110年7月1日，每週二、四晚上19:30~21:00，共24次。

五、上課方式：使用網路會議軟體Zoom進行直播

六、課程費用：免費（但需繳交保證金1000元，參加20次課程者，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/mWRE3KRLFKNgYPbLA> 或網站下載報名表：<http://www.light-up.org.tw/> 『父母成長』下拉選單 寄至E-mail：

[lightup9595@gmail.com](mailto:lightup9595@gmail.com)，報名後需等回覆錄取並繳完保證金，才算完成報名手續。

九、聯絡電話：0936-857-027。

正本：崇右學校財團法人崇右影藝科技大學、國立臺灣海洋大學附屬基隆海事高級中等學校、基隆市立正濱國民中學、基隆市立成功國民中學、基隆市私立培德高級工業家事職業學校、基隆市立銘傳國民中學、基隆市立南榮國民中學、基隆市立中正國民中學、基隆市立中山高級中學、基隆市立安樂高級中學、基隆市立明德國民中學、基隆市立暖暖高級中學、基隆市立信義國民中學、國立基隆高級中學、國立基隆高級商工職業學校、基隆市安樂區安樂國民小學、基隆市中正區八斗國民小學、基隆市中正區正濱國民小學、基隆市仁愛區成功國民小學、基隆市安樂區西定國民小學、基隆市信義區中興國民小學、基隆市七堵區五堵國民小學、基隆市立百福國民中學、二信學校財團法人基隆市二信高級中學、基隆市中正區忠孝國民小學、基隆市信義區月眉國民小學、基隆市立建德國民中學、基隆市安樂區建德國民小學、基隆市暖暖區暖江國民小學、基隆市信義區深澳國民小學、基隆市立八斗高級中學、基隆市中山區中山國民小學、國立基隆女子高級中學、基隆市中山區德和國民小學、臺北市北投區大屯國民小學、臺北市北投區文化國民小學、臺北市士林區蘭雅國民小學、臺北市立石牌國民中學、臺北市立關渡國民中學、元智大學、臺北市中山區長安國民小學、財團法人台北市私立強恕高級中學附設臺北市私立幼兒園、臺北市大安區銘傳國民小學、臺北市中正區南門國民

小學、國立暨南國際大學、臺北市立敦化國民中學、臺北市信義區博愛國民小學、臺北市立內湖高級中學、臺北市立西湖國民中學、臺北市內湖區明湖國民小學、臺北市南港區修德國民小學、臺北市立成德國民中學、臺北市文山區萬興國民小學、臺北市文山區興華國民小學、臺北市文山區萬福國民小學、臺北市文山區辛亥國民小學、臺北市士林區平等國民小學、臺北市立士林國民中學、華興學校財團法人臺北市私立華興高級中等學校、臺北市士林區三玉國民小學、臺北市士林區芝山國民小學、臺北市立百齡高級中學、臺北市立天母國民中學、彰化縣大城鄉頂庄國民小學、新北市立新埔國民中學、新北市土城區廣福國民小學、新北市板橋區文德國民小學、新北市樹林區樹林國民小學、新北市板橋區實踐國民小學、新北市樹林區三多國民小學、新北市三峽區安溪國民小學、新北市樹林區彭福國民小學、新北市板橋區大觀國民小學、新北市鶯歌區建國國民小學、新北市板橋區信義國民小學、新北市新莊區昌隆國民小學、國立空中大學、新北市立頭前國民中學、新北市新莊區頭前國民小學、新北市新莊區光華國民小學、新北市新莊區榮富國民小學、新北市泰山區義學國民小學、新北市立淡水高級商工職業學校、新北市金山區三和國民小學、新北市三芝區興華國民小學、新北市萬里區大坪國民小學、新北市三芝區橫山國民小學、新北市金山區金美國國民小學、新北市淡水區鄧公國民小學、新北市淡水區新興國民小學、新北市立正德國民中學、新北市立竹園高級中學、新北市石碇區石碇國民小學、景文科技大學、新北市中和區景新國民小學、宜蘭縣宜蘭市中山國民小學、宜蘭縣頭城鎮二城國民小學、宜蘭縣壯圍鄉新南國民小學、宜蘭縣宜蘭市新生國民小學、宜蘭縣頭城鎮竹安國民小學、宜蘭縣頭城鎮頭城國民小學、國立宜蘭大學、宜蘭縣頭城鎮大里國民小學、宜蘭縣冬山鄉冬山國民小學、宜蘭縣三星鄉三星國民小學、宜蘭縣大同鄉四季國民小學、宜蘭縣蘇澳鎮永樂國民小學、宜蘭縣立大同國民中學、宜蘭縣大同鄉南山國民小學、宜蘭縣南澳鄉澳花國民小學、宜蘭縣五結鄉利澤國民小學、桃園市新屋區北湖國民小學、桃園市新屋區啟文國民小學、桃園市龜山區樂善國民小學、桃園市大園區圳頭國民小學、桃園市桃園區龍山國民小學、桃園市八德區大安國民小學、桃園市龜山區壽山國民小學、桃園市平鎮區北勢國民小學、桃園市立東興國民中學、桃園市平鎮區東安國民小學、復旦學校財團法人桃園市復旦高級中等學校、桃園市大溪區美華國民小學、桃園市龍潭區石門國民小學、桃園市大溪區永福國民小學、桃園市大溪區百吉國民小學、桃園市復興區三光國民小學、桃園市復興區霞雲國民小學、桃園市復興區義盛國民小學、新竹縣竹北市鳳岡國民小學、新竹縣新豐鄉福興國民小學、新竹縣竹北市麻園國民小學、新竹縣湖口鄉和興國民小學、新竹縣湖口鄉華興國民小學、新竹縣竹北市豐田國民小學、國立竹北高級中學、新竹縣五峰鄉花園國民小學、新竹縣北埔鄉大坪國民小學、新竹縣尖石鄉石磊國民小學、新竹縣尖石鄉錦屏國民小學、新竹縣峨眉鄉富興國民小學、新竹縣竹東鎮瑞峰國民小學、新竹縣橫山鄉沙坑國民小學、新竹縣竹東鎮中山國民小學、新竹縣五峰鄉桃山國民小學、新竹縣立橫山國民中學、新竹縣橫山鄉橫山國民小學、新竹縣竹東鎮員嶼國民小學、新竹縣竹東鎮上館國民小學、新竹市東區三民國民小學、新竹市香山區南隘國民小學、新竹市立南華國民中學、苗栗縣竹南鎮頂埔國民小學、苗栗縣南庄鄉蓬萊國民小學、苗栗縣造橋鄉造橋國民小學、苗栗縣頭份市永貞國民小學、苗栗縣立興華高級中學、臺中市北屯區大坑國民小學、臺中市北區立人國民小學、臺中市立文華高級中等學校、國立臺中教育大學附設實驗國民小學、大同大學、中央警察大學、臺北市立永春高級中學、馬偕學校財團法人馬偕醫護管理專科學校、育達學校財團法人臺北市私立普林思頓高級中等學校、國立臺北教育大學、國立臺北護理健康大學、國立臺灣師範大學、開南學校財團法人臺北市開南高級中等學校、臺北市立民權國民中學、臺北市民族實驗國民中學、臺北市立螢橋國民中學、臺北市立

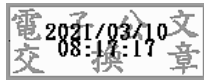


南門國民中學、臺北市立蘭州國民中學、臺北市立新興國民中學、臺北市立民生國民中學、臺北市立大理高級中學、臺北市立興雅國民中學、臺北市立長安國民中學、臺北市立北安國民中學、臺北市立懷生國民中學、臺北市中山區中山國民小學、臺北市立介壽國民中學、臺北市立大同高級中學、臺北市立西松高級中學、臺北市立弘道國民中學、臺北市立忠孝國民中學、臺北市立大學、臺北市立華江高級中學、臺北市立士林高級商業職業學校、臺北市立成功高級中學、臺北市立中山女子高級中學、國立臺北商業大學、臺北市立萬華國民中學、臺北市立建成國民中學、臺北市立古亭國民中學、臺北市立成淵高級中學、臺北市立第一女子高級中學、臺北市立建國高級中學、臺北市立大安高級工業職業學校、臺北市立雙園國民中學、臺北市私立延平高級中學、臺北市立松山高級工農職業學校、臺北市立大直高級中學、臺灣警察專科學校、臺北市立木柵國民中學、臺北市立北政國民中學、世新大學、臺北市私立滬江高級中學、國立政治大學、臺北市立景美國國民中學、臺北市立景美女子高級中學、臺北市立實踐國民中學、臺北市立南港高級中學、臺北市立內湖國民中學、臺北市內湖區碧湖國民小學、國立臺灣科技大學、臺北市信義區永春國民小學、臺北市中山區五常國民小學、臺北市立大學附設實驗國民小學、臺北市萬華區福星國民小學、臺北市中正區忠孝國民小學、臺北市內湖區內湖國民小學、臺北市立誠正國民中學、臺北市南港區舊莊國民小學、臺北市內湖區東湖國民小學、臺北市南港區成德國民小學、臺北市立麗山國民中學、臺北市內湖區西湖國民小學、臺北市南港區胡適國民小學、臺北市私立文德女子高級中學、臺北市內湖區康寧國民小學、臺北市南港區南港國民小學、臺北市中山區長春國民小學、臺北市立中山國民中學、臺北市中山區大佳國民小學、臺北市士林區劍潭國民小學、臺北市中山區懷生國民小學、國防大學、臺北市中山區大直國民小學、臺北市大同區大橋國民小學、臺北市大同區大龍國民小學、臺北市信義區興雅國民小學、臺北市松山區西松國民小學、臺北市信義區三興國民小學、臺北市松山區民權國民小學、臺北市松山區敦化國民小學、臺北市松山區松山國民小學、臺北市立永吉國民中學、臺北市信義區吳興國民小學、臺北市信義區福德國民小學、臺北市松山區民族國民小學、臺北市信義區永吉國民小學、臺北市松山區三民國民小學、臺北市南港區東新國民小學、臺北市立三民國民中學、臺北市大安區建安國民小學、臺北市大安區金華國民小學、國立臺北教育大學附設實驗國民小學、臺北市大安區龍安國民小學、臺北市大安區幸安國民小學、臺北市大安區大安國民小學、臺北市大安區仁愛國民小學、臺北市立中正國民中學、臺北市大同區日新國民小學、臺北市大同區蓬萊國民小學、臺北市國語實驗國民小學、臺北市中正區螢橋國民小學、臺北市中正區忠義國民小學、臺北市大安區公館國民小學、臺北市萬華區西門國民小學、臺北市萬華區西園國民小學、臺北市萬華區東園國民小學、臺北市萬華區老松國民小學、臺北市立龍山國民中學、臺北市萬華區華江國民小學、臺北市萬華區萬大國民小學、臺北市萬華區大理國民小學、臺北市文山區實踐國民小學、臺北市文山區興隆國民小學、臺北市文山區武功國民小學、臺北市文山區木柵國民小學、臺北市文山區景美國國民小學、臺北市文山區志清國民小學、臺北市文山區興德國民小學、臺北市文山區指南國民小學、臺北市博嘉實驗國民小學、臺北市文山區景興國民小學、臺北市文山區永建國民小學、臺北市文山區萬芳國民小學、臺北市文山區溪口國民小學、臺北市立景興國民中學、臺北市文山區力行國民小學、澎湖縣白沙鄉講美國國民小學、臺中市立中山國民中學、臺北市萬華區新和國民小學、臺北市中正區河堤國民小學、臺中市南屯區春安國民小學、臺中市清水區東山國民小學、臺中市梧棲區中正國民小學、臺中市梧棲區梧棲國民小學、臺中市外埔區安定國民小學、臺中市立和平國民中學、彰化縣彰化市忠孝國民小學、彰化縣彰化市石牌國民小學、彰化縣福興鄉日新國民小學、彰化縣福興鄉文昌國民

小學、彰化縣彰化市快官國民小學、彰化縣彰化市三民國民小學、彰化縣和美鎮和美國民小學、彰化縣福興鄉永豐國民小學、大葉大學、彰化縣埔心鄉明聖國民小學、彰化縣永靖鄉福德國民小學、彰化縣埔心鄉羅厝國民小學、彰化縣永靖鄉德興國民小學、彰化縣民權華德福實驗國民中小學、彰化縣大城鄉美豐國民小學、南投縣信義鄉潭南國民小學、南投縣仁愛鄉南豐國民小學、南投縣仁愛鄉廬山國民小學、南投縣立北梅國民中學、南投縣魚池鄉新城國民小學、南投縣仁愛鄉清境國民小學、雲林縣古坑鄉新光國民小學、雲林縣斗南鎮文安國民小學、環球學校財團法人環球科技大學、國立雲林科技大學、嘉義市博愛國民小學、嘉義市林森國民小學、嘉義市興安國民小學、嘉義縣番路鄉大湖國民小學、國立中正大學、嘉義縣布袋鎮布新國民小學、臺南市立文賢國民中學、臺南市亞洲高級餐旅職業學校、臺南市安南區和順國民小學、臺南市安南區海佃國民小學、臺南市新營區新生國民小學、臺南市東山區聖賢國民小學、臺南市後壁區新嘉國民小學、臺南市下營區賀建國民小學、臺南市官田區隆田國民小學、臺南市後壁區樹人國民小學、臺南市東山區吉貝耍國民小學、臺南市官田區官田國民小學、臺南市西港區港東國民小學、臺南市七股區光復生態實驗小學、臺南市學甲區學甲國民小學、臺南市西港區後營國民小學、臺南市七股區龍山國民小學、臺南市七股區建功國民小學、高雄市大寮區昭明國民小學、高雄市鳳山區大東國民小學、高雄市鳥松區大華國民小學、高雄市大樹區小坪國民小學、高雄市鳳山區鎮北國民小學、高雄市大寮區翁園國民小學、高雄市鳳山區中山國民小學、高雄市鳳山區誠正國民小學、高雄市美濃區美濃國民小學、高雄市美濃區吉洋國民小學、高雄市美濃區龍肚國民小學、高雄市桃源區興中國國民小學、高雄市那瑪夏區民權國民小學、高雄市那瑪夏區民生國民小學、高雄市杉林區杉林國民小學、高雄市內門區景義國民小學、高雄市立寶來國民中學、高雄市杉林區集來國民小學、高雄市旗山區旗尾國民小學、高雄市內門區金竹國民小學、高雄市旗山區圓潭國民小學、高雄市旗山區鼓山國民小學、高雄市甲仙區小林國民小學、高雄市桃源區建山國民小學、高雄市茂林區多納國民小學、高雄市內門區溝坪國民小學、高雄市旗山區溪洲國民小學、高雄市桃源區樟山國民小學、高雄市桃源區寶山國民小學、高雄市甲仙區甲仙國民小學、高雄市立圓富國民中學、高雄市六龜區寶來國民小學、高雄市六龜區新發國民小學、高雄市六龜區六龜國民小學、高雄市六龜區龍興國民小學、高雄市美濃區龍山國民小學、高雄市岡山區嘉興國民小學、高雄市路竹區大社國民小學、義守大學、高苑科技大學、高雄市橋頭區興糖國民小學、屏東縣瑪家鄉佳義國民小學、屏東縣萬丹鄉興華國民小學、屏東縣高樹鄉舊寮國民小學、屏東縣屏東市和平國民小學、屏東縣長治鄉長興國民小學、屏東縣瑪家鄉北葉國民小學、屏東縣佳冬鄉昌隆國民小學、屏東縣琉球鄉白沙國民小學、屏東縣琉球鄉全德國民小學、屏東縣來義鄉來義國民小學、屏東縣春日鄉古華國民小學、屏東縣內埔鄉榮華國民小學、屏東縣內埔鄉隘寮國民小學、屏東縣恆春鎮墾丁國民小學、屏東縣牡丹鄉高士國民小學、屏東縣滿州鄉滿州國民小學、屏東縣枋山鄉楓港國民小學、臺東縣延平鄉紅葉國民小學、臺東縣臺東市豐源國民小學、臺東縣臺東市馬蘭國民小學、臺東縣東河鄉東河國民小學、臺東縣卑南鄉利嘉國民小學、臺東縣太麻里鄉美和國民小學、花蓮縣秀林鄉銅門國民小學、花蓮縣壽豐鄉志學國民小學、花蓮縣秀林鄉秀林國民小學、花蓮縣光復鄉光復國民小學、花蓮縣秀林鄉文蘭國民小學、花蓮縣花蓮市中華國民小學、花蓮縣鳳林鎮鳳仁國民小學、花蓮縣壽豐鄉壽豐國民小學、花蓮縣花蓮市國福國民小學、花蓮縣秀林鄉水源國民小學、花蓮縣壽豐鄉月眉國民小學、花蓮縣秀林鄉富世國民小學、花蓮縣壽豐鄉溪口國民小學、花蓮縣鳳林鎮鳳林國民小學、花蓮縣秀林鄉西寶國民小學、花蓮縣秀林鄉三棧國民小學、花蓮縣光復鄉西富國民小學、花蓮縣萬榮鄉紅葉國民小學、花蓮縣豐濱鄉靜浦國民小學、花蓮縣萬榮鄉明

利國民小學、花蓮縣萬榮鄉萬榮國民小學、花蓮縣光復鄉太巴塢國民小學、花蓮縣光復鄉大進國民小學、花蓮縣立萬榮國民中學、花蓮縣光復鄉大興國民小學、花蓮縣鳳林鎮長橋國民小學、花蓮縣立平和國民中學、花蓮縣鳳林鎮大榮國民小學、花蓮縣鳳林鎮北林國民小學、花蓮縣吉安鄉北昌國民小學、花蓮縣秀林鄉和平國民小學、慈濟學校財團法人慈濟科技大學、花蓮縣豐濱鄉港口國民小學、花蓮縣豐濱鄉豐濱國民小學、國立花蓮特殊教育學校、花蓮縣立自強國民中學、國立東華大學附設實驗國民小學、慈濟學校財團法人慈濟大學、花蓮縣壽豐鄉豐山國民小學、花蓮縣花蓮市明恥國民小學、花蓮縣豐濱鄉新社國民小學、國立光復高級商工職業學校、花蓮縣萬榮鄉馬遠國民小學、花蓮縣新城鄉新城國民小學、國立東華大學、花蓮縣壽豐鄉水璉國民小學、花蓮縣玉里鎮觀音國民小學、花蓮縣富里鄉萬寧國民小學、花蓮縣富里鄉吳江國民小學、花蓮縣富里鄉富里國民小學、花蓮縣卓溪鄉卓楓國民小學、花蓮縣瑞穗鄉鶴岡國民小學、花蓮縣瑞穗鄉奇美國國民小學、花蓮縣瑞穗鄉瑞北國民小學、國立玉里高級中學、桃園市中壢區中原國民小學、花蓮縣富里鄉東里國民小學、花蓮縣富里鄉永豐國民小學、花蓮縣玉里鎮中城國民小學、花蓮縣瑞穗鄉富源國民小學、花蓮縣玉里鎮源城國民小學、花蓮縣富里鄉明里國民小學、花蓮縣富里鄉學田國民小學、花蓮縣卓溪鄉崙山國民小學、花蓮縣卓溪鄉立山國民小學、花蓮縣玉里鎮高寮國民小學、花蓮縣玉里鎮德武國民小學、花蓮縣玉里鎮樂合國民小學、澎湖縣白沙鄉中屯國民小學、澎湖縣馬公市中正國民小學、澎湖縣立七美國國民中學、澎湖縣立白沙國民中學、高雄市立鼎金國民中學、高雄市三民區光武國民小學、高雄市三民區愛國國民小學、高雄市三民區博愛國民小學、高雄市鹽埕區光榮國民小學、高雄市鹽埕區忠孝國民小學

副本：



理事長 王惠仙