

課程名稱 | 我的生命我自主

課程屬性 | 生命與健康

課程編號 | 1121-1121H29

授課老師 | 邱郁文

最高學歷/ 嘉南藥理學院工業安全衛生系

相關學經歷/ 嘉義長庚醫院安寧病房臨床靈性關懷師
柳營奇美醫院緩和病房臨床靈性關懷師
台灣教會公報社138周年慶手抄活動特優獎

現職/ 台南新樓醫院院牧部臨床靈性關懷師

上課時間 | 每週三晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2023年05月03日 (星期三)

課程理念



關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

教員與學員們一起當同學的模式，共同針對自我生命價值與意義的探詢等靈性相關議題，亦涵蓋心理/宗教/臨終自我檢測與關懷等面向。
在了解後能強化身心靈的健康強度，還能成為一位幫助者。

2. 修此門課需具備什麼條件？

1. 願意思考自我生命價值與意義
2. 願意幫助別人活出生命與意義
3. 願意與自己內心對話
4. 還有什麼也不知道的
5. 以上所有的人

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？ □

互動式教學，提供自我生命學習與成長的經驗。

4. 如何取得學分？（評量方式）

在課程中的互動性/主動性/參與時數

5. 備註&推薦書目

凝視太陽—歐文·亞隆
小屋

招生人數 | 22 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費 | 1 學分 1000 元（6 週課程/一次上課 3 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2023-05-03 晚上07:00~09:50	我的生命我自主 —認識自己	服務於醫療院所安寧緩和病房中，照顧病友的經驗裡發現身心靈健康及成熟度在在影響著善生、善別及善終的人生。

			生命議題中的基本身心靈訴求-我是誰？
			備註:112/5/10老師請假 課程順延一周
2	2023-05-17 晚上07:00~09:50	接納與新生	和解—學習與自己的過去和好 找出放不下的點並明白心中的渴望 因著心靈源頭的改變進而引導生命改變
3	2023-05-24 晚上07:00~09:50	放手讓生命流動	找出放不下的點，並明白隱藏的渴望。
4	2023-05-31 晚上07:00~09:50	情緒不會不見	透過靈性覺察，找到情緒的出口。
5	2023-06-07 晚上07:00~09:50	宗教信仰與心靈 倚靠	在宗教信仰及儀式感中覺察生命經歷的改變。
6	2023-06-14 晚上07:00~09:50	生命中的美德	學習與操練