

課程名稱 | 讓愛回家——自我重生的新契機

課程屬性 生命與健康

課程編號 991-991H23

授課老師 龔萬侯

最高學歷/ 南華大學生死學碩士

相關學經歷/

- 南華大學生死學系兼任講師、台南人間大學講師、台南市家庭情緒智商發展協會理事長、秘書長。
- 2000年迄今 曾於百餘所各級學校、政府部門、企業、機關團體帶領各類心靈成長課程及人力資源培訓課程、工作坊；並多次獲邀到馬來西亞及中國大陸帶領心靈成長工作坊。
- 2011~2017年 台南市家庭情緒智商發展協會理事長。
- 2005~2011年 台南市家庭情緒智商發展協會秘書長。
- 2005~2006年 台南市社區大學婦女教育中心召集人。
- 2004~2007年 台南監獄榮譽教誨師。
- 2004~2005年 安溪寮家庭心靈活化計畫專案執行人。
- 2000~2005年 MRA家庭EQ發展中心主任。
- 2000~2004年 MRA高中青年志工服務隊召集人、導師。
- 2000年 與劉仁州老師共同創立「MRA家庭EQ發展中心」。
- 1999~2003年 道德重整協會理事、監事。
- 1997年 南台科技大學道德重整青年團指導老師。

現職/ 台南市家庭情緒智商發展協會 理事長

上課時間 每週三晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2010年04月21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

這是一門探討自己原生家庭的課程，原生家庭對我們的影響之深刻是遠遠超過一般人的想像的，若我們能探索原生家庭對自己的影響所在，才能為自己及現在的家庭找回愛與幸福。這是一條充滿驚異和喜悅的尋愛之旅，希望你能以勇氣和信心跟我們一起學習和成長。

2. 修此門課需具備什麼條件？

凡年滿18歲以上，有興趣了解原生家庭對你的影響、想要改目前自己的困境和現在家庭的困境、想要創造充滿愛與幸福的家庭的朋友，我們都歡迎您的加入。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

1. 本課程的進行方式包括理論講授、實作練習、個人疑惑討論等等。
2. 學員除了可以學習與原生家庭有關的正確知識之外，還可了解原生家庭對自己的影響所在，並且可以學習自我重生的有效方法。

4. 如何取得學分？（評量方式）

出席率40%；上課投入度40%；心得20%。

使用教材| 《家庭會傷人》，約翰·布雷蕭 著，鄭玉英、趙家玉 譯，張老師文化 出版

教材費| 280 元

講義費| 50 元（由各班自行收取）

招生人數| 35 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費| 2 學分 2000 元（12 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	2010-04-21 晚上07:00~09:50	危機潛藏的家庭	1. 一個故事的開始 2. 了解家庭有哪些潛藏的危機
2	2010-04-28 晚上07:00~09:50	家庭是一個系統	1. 學習家庭系統理論 2. 探討出生序位對一個人的影響
3	2010-05-05 晚上07:00~09:50	健全家庭的素描	1. 了解健全家庭有何特色 2. 學習良好的溝通方式 3. 了解什麼是良好的家規
4	2010-05-12 晚上07:00~09:50	不健全家庭的素描	1. 了解不健全家庭有何問題 2. 了解不健全家庭對個人有何不良影響
5	2010-05-19 晚上07:00~09:50	上癮的父母	1. 探討上癮行為從何而來 2. 了解上癮行為對個人及家庭有何不良影響 3. 檢視自己的原生家庭是否具有上癮問題
6	2010-05-26 晚上07:00~09:50	我是壞小孩嗎？	1. 探討家庭的黑暗面 2. 探討家庭中的情緒虐待問題
7	2010-06-02 晚上07:00~09:50	扭轉未來	1. 透過影片欣賞了解原生家庭對人的深遠影響 2. 了解探討原生家庭問題的目的及益處
8	2010-06-09 晚上07:00~09:50	家庭真正的病根	1. 了解共依存問題對家庭的影響 2. 檢視自己的原生家庭的共依存問題
9	2010-06-23 晚上07:00~09:50	自我重生第一步 ——重振意志	1. 學習尋回自由意志的方法 2. 了解十二步驟復原計劃
10	2010-06-30 晚上07:00~09:50	自我重生第二步 ——尋回自我	1. 學習尋回自我的方法 2. 實際操作對內在小孩對話
11	2010-07-07 晚上07:00~09:50	自我重生第三步 ——返璞歸真	1. 學習聆聽內在的方法 2. 實際操作聆聽內在與分享
12	2010-07-14 晚上07:00~09:50	讓愛回家吧！	1. 學習對父母的愛與尊重 2. 課程總回饋