

# 課程名稱 | 夢境桃花源

課程屬性 生命與健康

課程編號 1001-1001H03

授課老師 簡依貞

最高學歷/ 國立彰化師範大學 輔導與諮商研究所

相關學經歷/ 行政院衛生署 台南醫院精神科 專任研究助理

國家專技高考合格 諮商心理師

彰化縣教育處 學生諮商中心 特約心理師

彰化縣家扶基金會 特約心理諮商員

彰化縣生命線 特約心理諮商員

全國廣播電台 全國樂活 節目主持人

彰化師範大學 社區心理諮商及潛能發展中心心理諮商所 實習心理師

彰化基督教醫院 成人精神科 實習心理師

彰化高中輔導室 實習心理師

現職/ 台南市教育局學生諮商中心 心理師

上課時間 每週一晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2011年03月07日 (星期一)

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

你對夢境好奇嗎？睡夢中是否出現過讓你困惑的人物、劇情或場景呢？無論你的夢境是可笑、反常、或是毫無邏輯，都蘊藏著豐富的內在訊息，讓我們一起來讀懂自己的夢境，學習透過夢境增加自我了解、開發潛能！

### 2. 修此門課需具備什麼條件？

年滿18歲，性別不拘，不排斥隨堂書寫、角色扮演，並希望透過夢境賞讀自我成長者皆可報名。

### 3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

1. 本課程進行方式包括理論講解、實作體驗、學員彼此回饋討論與個人心得分享等。
2. 分享與討論形式包涵口頭討論、繪畫、角色扮演與書寫。
3. 參與學員能透過學習夢境探索技巧，提升自我狀態覺察能力，增進自我了解，進而發現自我潛能。

### 4. 如何取得學分？（評量方式）

1. 夢境記錄40%
2. 隨堂參與40%
3. 出席率20%

### 5. 備註&推薦書目

100年4月4日〔一〕婦幼節停課一次。

使用教材| 1. 教師自編講義

2. 筆記本、蠟筆一盒、圓規(請自備)。

講義費| 50元(由各班自行收取)

招生人數| 20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	2011-03-07 晚上07:00~09:50	緣溪前行—認識 夢境賞讀	1. 認識夢境賞讀 2. 對於夢境解讀的經驗、心得與疑惑進行交流與討論 3. 個人夢境象徵—曼陀羅彩繪
2	2011-03-14 晚上07:00~09:50	舍船入林—學習 夢境賞讀	1. 學習夢境賞讀態度、技巧與句型 2. 分組練習句型與討論(實作練習) 3. 孵夢方法討論與應用
3	2011-03-21 晚上07:00~09:50	豁然開朗—初試 夢境賞讀	1. 句型應用與孵夢成果與討論 2. 初層夢境賞讀(一)(實作練習) 3. 讀後分享與討論
4	2011-03-28 晚上07:00~09:50	落英繽紛—再探 夢境賞讀	1. 夢境賞讀心得分享 2. 初層夢境賞讀(二)(實作練習) 3. 讀後分享與討論
5	2011-04-11 晚上07:00~09:50	芳草鮮美—熟悉 夢境賞讀	1. 夢境賞讀心得分享 2. 初層夢境賞讀(三)(實作練習) 3. 讀後分享與討論
6	2011-04-18 晚上07:00~09:50	怡然自得—沉浸 夢境賞讀	1. 夢境賞讀心得分享 2. 初層夢境賞讀(四)(實作練習) 3. 讀後分享與討論
7	2011-04-25 晚上07:00~09:50	深入其林—享受 夢境賞讀	1. 夢境賞讀心得分享 2. 初層夢境賞讀(五)(實作練習) 3. 讀後分享與討論
8	2011-05-02 晚上07:00~09:50	欣然忘食—醉心 夢境賞讀	1. 夢境賞讀心得分享 2. 初層夢境賞讀(六)(實作練習) 3. 讀後分享與討論
9	2011-05-09 晚上07:00~09:50	忘懷得失—進階 賞讀(一)	1. 夢境賞讀心得分享 2. 進階夢境賞讀—療癒體驗(一)(實作練習) 3. 讀後分享與討論
10	2011-05-16 晚上07:00~09:50	如沐春風—進階 賞讀(二)	1. 夢境賞讀心得分享 2. 進階夢境賞讀—療癒體驗(二)(實作練習) 3. 讀後分享與討論
11	2011-05-23 晚上07:00~09:50	處處誌之/生命 閱讀週	1. 夢境賞讀心得分享 2. 探討單人與雙人夢境賞讀於生活中的應用。  第二節--生命閱讀週(5/16-5/27) 播放夢境解讀歷程記錄照片、學員曼陀羅圖展示與分享討論, 或透過《喪慟夢》書中文章,與同學討論夢境的療癒功能。
12	2011-05-30 晚上07:00~09:50	不足外人道—統 整與回饋	1. 發現自我潛能、覺察自我狀態 2. 課程總結與回饋