

課程名稱 | 關係花園

課程屬性 生命與健康

課程編號 1002-2760

授課老師 黃玉雲

最高學歷/ 臺灣師範大學教育學院

相關學經歷/ 教育部審定--高中教師

教育部審定--第一屆樂齡講師

*曾獲教育部《教學觀摩特優獎》

*曾獲台灣省《優秀青年獎章》

台北市立景美女中教師

國立台南女中教師

臺南縣立關廟國中教師

*台北市高中聯考入闈命題老師

*大學聯考全國聯合解題老師

*電視三台聯播節目「春滿大地」教學篇講師

台北醫學院「針灸研究社」指導老師

國立工業技術研究院「經絡養生社」指導老師

國立成大醫院化療室志工

中華民國自殺防治協會「小天使專線」志工

海外6個月「生命工作華人行動」心輔志工

現職/ 台南社大「生命回溯與自我成長」課程講師、家庭EQ協會講師、台南東區樂齡講師

上課時間 每週四上午09:00-11:50 第一次上課日期 2011年09月15日（星期四）

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

關係應該像花園，充滿能量、生機盎然！

生活是可以選擇的，我們可以選擇生活在叢林裡或花園中：叢林裡的關係是弱肉強食、充滿恐懼的，而花園中則是百花齊放、賞心悅目。

本來，人際關係就是用來享受，而不是用來受苦的。

經過長久用心的照料，健康的花園充滿了生命力、色彩繽紛；

美好的關係也是一樣，可以滋養每一個人，讓彼此都有空間成長，活出絢麗多彩的人生！

2. 修此門課需具備什麼條件？

生命的成長像蒲公英開花一樣，種子會擴散的，

歡迎熱愛生命，並且願意將愛傳下去的人參加！

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

藉由主題探討，延伸至生命經驗的分享，
學生可以透過實際操作，加深印象與內化所學。

4. 如何取得學分？（評量方式）

出席率40%、活動參與度40%、經驗分享20%

5. 備註&推薦書目

《擁抱你的內在小孩》克里虛納南達、阿曼娜著，方志華等譯，愛的工坊出版
《親密、孤獨與自由》楊蓓著，法鼓文化出版
《家族系統排列治療精華》史瓦吉多著，林群華、黃翎展譯，生命潛能 出版

講義費 | 50 元（由各班自行收取）

招生人數 | 34 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（13 週課程/一次上課 2.7692307692308 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2011-09-15 上午09:00~11:50	孤單沒"關係"	生命有力量的人，有關係很好，沒有關係也沒關係。 (活動:心理測驗)
2	2011-09-22 上午09:00~11:50	談情說愛	愛像一隻舞，夫妻常在做自己和讓步間，交替變換。 (活動:敏感度訓練)
3	2011-09-29 上午09:00~11:50	在關係中成長	愛情是兩人互望，婚姻是共視一方。 (分享:在關係中逐漸明白的一件事 *特別來賓一家庭EQ協會講師徐芳艾老師)
4	2011-10-06 上午09:00~11:50	命運是一種選擇	影片賞析:扭轉奇蹟
5	2011-10-13 上午09:00~11:50	非關孩子	父母對孩子要細膩陪伴，從容放手。 (活動:孩子是家庭的鏡子)
6	2011-10-20 上午09:00~11:50	無條件的愛	不要在孩子身上投射未完成的夢。 *(特別來賓一家庭EQ協會秘書長劉仁洲老師)
7	2011-10-27 上午09:00~11:50	孩子"平凡就好"	影片賞析:想飛的鋼琴少年
8	2011-11-03 上午09:00~11:50	父母的老後	要超越父母的眼光看自己，找回對父母的愛和尊敬。 *(特別來賓一台南東區樂齡中心、光華女中人事室黃玉貞主任)
9	2011-11-10 上午09:00~11:50	做自己的好父母	走出成長的迷失，活出生命的喜悅。 (活動:給父母的一封信)
10	2011-11-17 上午09:00~11:50	讓愛回家	影片賞析:在世界轉角遇到愛
11	2011-11-24 上午09:00~11:50	戶外教學	本週戶外教學活動自由參加 不列入正式課程
12	2011-12-01 上午09:00~11:50	都是關係惹的禍	生命閱讀週-高齡身心篇:塔莎老奶奶愜意的美好生活 *下半堂:特別來賓一中華民國自殺防治協會秘書長、大觀心

			理治療所院長林昆輝醫師
			備註：生命閱讀週為「生命與健康學程」的公共參與活動， 下半堂課程開放所有社大師生參與討論。
13	2011-12-08 上午09:00~11:50	關係伊甸園	愛裡開始的，唯有在愛裡才能圓滿結束。