

課程名稱 | 星夜來談心5-心靈訪客

課程屬性 生命與健康

課程編號 1092-1092H30

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 每週四晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2020年09月10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

生命中最有價值的事物～

不一定是眼睛能夠看到的，我們必須用心去感受，
心靈像降落傘，當傘打開時生命才有機會重新開始。

走進愛中，打開心以感受生命的真正價值和意義，
試著去發現生活的樂趣和值得珍惜的事物。

經過學習+練習～

我們就有能力可以選擇更好的生活，
在愛中飛翔，從心感受人生，享受生命的喜悅！

2. 修此門課需具備什麼條件？

每天我打開生命之窗，迎進滿室的陽光，
希望能帶給人生燦爛和溫暖，你願意與我為伴嗎？
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

《用心去活》伊莉莎白·庫伯勒·羅斯、大衛·凱斯勒 著，張老師文化出版社
《世界在你之內》喬布拉 著，汪芸 譯，天下文化出版社
《愛與和解》周鼎文著，心靈工坊出版社
《愛、自由與單獨》奧修著，生命潛能出版社

【報名人數須知】

共收25人

109/7/5(日)早上9:00起~ 7/10(五)舊生報名期：收20人。

109/7/12(日)早上9:00起，新、舊生報名期：依先後順序收5人。

額滿後，依照先後順序登記後補至10人。

(建議登記前6位後補者，第一堂課要出席)

講義費 | 50 元（由各班自行收取）

招生人數 | 28 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	2020-09-10 晚上07:00~09:50	心靈訪客	請打開心門，許自己美好的可能！ 千萬不要錯過~最後一班回家的車和一個深愛你的人！
2	2020-09-17 晚上07:00~09:50	久違了，內在的我！	你怎麼看自己，你就成為怎麼樣的人。 (活動：鏡中的自己)
3	2020-09-24 晚上07:00~09:50	戲劇治療	*特別來賓-戲劇治療師楊心柔老師：『身體知道心裡的傷』 英國HCPC註冊戲劇治療師、高雄醫學大學心理學系兼任講師 寬欣心理治療所心戲劇輔療師、英國University of Roehampton戲劇治療碩士
4	2020-10-08 晚上07:00~09:50	往事只是「曾經」？	玫瑰追憶：幸福不是個人經歷過的事，而是個人記得的事。 (活動：時空光影)
5	2020-10-15 晚上07:00~09:50	在愛中飛舞	愛像一支舞，順著生命的節奏，身心共舞。 (活動：施與受的平衡)
6	2020-10-22 晚上07:00~09:50	在困境中覺醒	*影片導讀與學習：《偷書賊》The Book Thief 1、當一萬個靈魂將頭埋在恐懼中顫抖，一名猶太人感謝上蒼讓他仰望星星！
7	2020-10-29	愛與和解	心地耕善，福歸自己；

	晚上07:00~09:50		愛出者愛返，福往者福來。 (活動：覺察生命的罪與痛)
8	2020-11-05 晚上07:00~09:50	心動的感覺	真正的愛，沒有人需要委屈。 接受不完美比努力成為完美，對人生更具深意和價值。
9	2020-11-12 晚上07:00~09:50	分手的旅程	*影片賞析與學習：婚姻故事 (Marriage Story) 1、點醒你曾經忽視的遺憾 2、看見我痛苦和知道我痛苦是不一樣的
10	2020-11-19 晚上07:00~09:50	心靈鑰匙	愛是療癒，是生命中最大的力量，能使生命起死回生。 (活動：精心時刻)
11	2020-11-26 晚上07:00~09:50	化恐懼為愛	人生像一場電影，想法決定了轉機和結局。 (冥想：與心對話)
12	2020-12-03 晚上07:00~09:50	走進愛中從心感受	1、愛就是～引導走向自己的一個輕柔的過程。 2、心中有愛口中有善，人生就可以在心安和溫暖中重來。