

課程名稱 | 用愛去活

課程屬性 生命與健康

課程編號 982-97

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 2009年09月09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

人際關係管理與溝通技巧是現代人必修的功課，太多的人際謬思、不當的溝通技巧傷害了我們自己及人際關係。我們可透過一套有系統的方式，對自己的人際關係加以瞭解、管理，並使用正確的人際觀念和實用的溝通技巧解決人際問題，進而自我激勵，甚至協助他人也學會管理好自己的關係，為創造多彩多姿的生活打下良好的基礎。

2. 修此門課需具備什麼條件？

凡年滿18歲以上，有興趣學習有效能的人際關係管理及實用的溝通技巧的朋友，我們都歡迎你的加入。

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、個人實際狀況討論、技巧實作練習等等。
2. 學生除了可以學習各種實用的人際關係及溝通技巧的理論和方法之外，更可以針對自己人際關係及溝通上的困擾進行討論，獲得更實際的協助。

4. 如何取得學分？（評量方式）

出席率30%；上課投入度40%；心得寫作30%。

教材費 | 650 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 | 3 學分 3000 元（18 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	2009-09-09 晚上07:00~09:50	用愛看生死	1. 分享及討論個人對生與死的相關疑惑 2. 學習以「愛」的觀點來重新看待生與死
2	2009-09-16 晚上07:00~09:50	死亡概念怎麼來？——兒童對死亡的認知發展歷程	1. 瞭解什麼是成熟的死亡概念 2. 瞭解死亡事件對兒童死亡觀念建構的影響 3. 學習協助兒童面對死亡的方法
3	2009-09-23 晚上07:00~09:50	佛陀、耶穌大不同——宗教生死觀	1. 探討佛教的生死觀 2. 探討基督徒的生死觀
4	2009-09-30 晚上07:00~09:50	歡喜看成長——生命禮俗	1. 瞭解儀式與節慶的意義 2. 瞭解出生禮、成年禮、婚禮的儀式過程及意義
5	2009-10-07 晚上07:00~09:50	臺灣傳統喪葬禮俗	1. 瞭解臺灣傳統喪葬禮俗的儀式過程及意義 2. 瞭解臺灣現代喪禮的轉變及影響
6	2009-10-14 晚上07:00~09:50	臺灣傳統喪葬陣頭	1. 瞭解臺灣傳統喪葬陣頭的種類、儀式過程及意義 2. 探討現代人對臺灣傳統喪葬陣頭的觀感
7	2009-10-21 晚上07:00~09:50	告別式練習曲——我的喪禮	1. 設計自己想要的喪禮 2. 生之告別式
8	2009-10-28 晚上07:00~09:50	最後宣言——我的遺書	1. 討探遺書的目的、意義、功能及格式。 2. 遺書寫作練習
9	2009-11-04 晚上07:00~09:50	影片賞析——美夢成真	1. 「美夢成真」影片欣賞及討論 2. 探討古今人們對死後世界的想像
10	2009-11-11 晚上07:00~09:50	失落與悲傷	1. 認識各種形式的失落 2. 瞭解悲傷的反應 3. 瞭解哀悼的歷程與任務
11	2009-11-18 晚上07:00~09:50	悲傷之自助與助人技術	1. 學習悲傷的自我調適方法 2. 學習協助悲喪者因應失落與悲傷的方法 第二節--生命閱讀週（11/16-11/21） 一起討論的書目《教海飛行的貓》 生命閱讀週為「生命與健康學程」的公共參與活動，
12	2009-11-25 晚上07:00~09:50	醫學與生死	1. 探討醫療與死亡的關係 2. 瞭解臨終的過程和瀕死經驗
13	2009-12-02 晚上07:00~09:50	臨終關懷與安寧療	1. 探討器官捐贈的意義及現況 2. 瞭解臨終關懷的重要性 3. 瞭解安寧療護及其在臺灣的現況

14	2009-12-09 晚上07:00~09:50	死亡大難題—— 安樂死、協助自 殺與自殺	1. 探討安樂死的原因 2. 瞭解協助自殺及其道德問題 3. 瞭解自殺的類型及原因
15	2009-12-16 晚上07:00~09:50	生命的尊嚴與死 亡的價值	1. 探討生命的意義與尊嚴 2. 探討死亡的價值 3. 學習解決問題的重要原則
16	2009-12-23 晚上07:00~09:50	生命的苦難與超 越	1. 探討生命苦難的成因及影響 2. 學習面對生命苦難的有效方法
17	2009-12-30 晚上07:00~09:50	心靈創傷與自我 重生	1. 探討童年創傷的成因及影響 2. 學習醫治童年創傷的自助方法
18	2010-01-06 晚上07:00~09:50	生命的奇蹟	1. 探討生命的奇蹟從何而來 2. 學習修煉及提升心靈的有效方法