

社團法人臺灣點一盞燈社會關懷協會 函

地址：106台北市大安區安東街40巷19號4樓

承辦人：廖祐葳

電話：0936857027

受文者：新竹市立培英國民中學

發文日期：中華民國110年3月9日

發文字號：點一盞燈字第1100000024號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如文 (1100000024_Attach1.pdf)

主旨：本協會擬舉辦【幸福心理學 — 人生必修的12堂課】線上自我成長課程，敬請協助公告，歡迎有興趣者踴躍報名參加。

說明：

- 一、此系列課程從探討自己個性的盲點開始，到為自己的人生遭遇負起責任，不當受害者，找回力量創造你真正想要的幸福人生。
- 二、課程內容包括：1. 談自我覺察 — 深度認識自己；2. 談原生家庭 — 人格的塑造與養成；3. 談創傷 — 疼惜內在的孩子；4. 談自我價值 — 從自卑到自尊；5. 談情緒 — 調穩情緒好生活；6. 談壓力 — 抒解壓力不生病；7. 談溝通 — 表達與傾聽、同理；8. 談愛情 — 從浪漫到現實；9. 談婚姻 — 相愛容易相處難；10. 談親子關係 — 成為孩子喜愛的父母；11. 真實做自己，學習愛自己；12. 災難背後的生命禮物是什麼？
- 三、講師楊依靜(楊舒涵)簡介：1. 曾接受完形心理治療、家族治療、父母效能訓練、舞蹈戲劇治療訓練。2. 創辦身心靈

輔導室 110/03/10 08:52



1100001147

有附件

桃花源成長中心、點一盞燈社會關懷協會、阿含生命傳記劇場。3. 長期於各企業、學校、家扶中心、單親中心帶領成長團體，共計二十年以上。

四、上課時間：110年4月13日至110年7月1日，每週二、四晚上19:30~21:00，共24次。

五、上課方式：使用網路會議軟體Zoom進行直播

六、課程費用：免費（但需繳交保證金1000元，參加20次課程者，可全額退費）

七、報名對象：一般社會大眾。（本課程採Zoom線上教學，請確定可以使用再報名）

八、報名方式：線上報名：[https://forms.gle](https://forms.gle/mWRE3KRLFKNgYPbLA)

/mWRE3KRLFKNgYPbLA 或網站下載報名表：[http://www.](http://www.light-up.org.tw/)

light-up.org.tw/ 『父母成長』下拉選單 寄至E-mail：

lightup9595@gmail.com，報名後需等回覆錄取並繳完保證金，才算完成報名手續。

九、聯絡電話：0936-857-027。

正本：新北市三重區二重國民小學、新北市泰山區明志國民小學、新北市三重區正義國民小學、新北市立新泰國民中學、新北市五股區成州國民小學、新北市三重區三光國民小學、新北市新莊區思賢國民小學、新北市三重區碧華國民小學、新北市林口區瑞平國民小學、新北市新莊區丹鳳國民小學、新北市蘆洲區蘆洲國民小學、新北市三重區興穀國民小學、新北市林口區興福國民小學、新北市立福營國民中學、新北市蘆洲區鷺江國民小學、新北市三重區光興國民小學、新北市三重區永福國民小學、新北市三重區三重國民小學、桃園市桃園區青溪國民小學、桃園市蘆竹區錦興國民小學、桃園市立陽明高級中等學校、桃園市立桃園特殊教育學校、桃園市新屋區埔頂國民小學、高雄市大寮區溪寮國民小學、澎湖縣白沙鄉後寮國民小學、屏東縣瑪家鄉長榮百合國民小學、新北市立八里國民中學、新北市立石門國民中學、淡江大學學校財團法人淡江大學、真理大學、聖約翰科技大學、新北市立金山高級中學、新北市立萬里國民中學、新北市立淡水國民中學、新北市立三芝國民中學、新北市萬里區野柳國民小學、新北市金山區中角國民小學、新北市三芝區三芝國民小學、新北市八里區長坑國民小學、新北市淡水區天生國民小學、新北市淡水區文化國民小學、新北市八里區八里國民小學、新北市石門區乾華國民小學、新北市淡水區坪頂國民小學、新北市萬里區萬里國民小

學、新北市三峽區北大國民小學、桃園市立青埔國民中學、新北市私立南強高級工商職業學校、新北市私立開明高級工業商業職業學校、天主教崇光學校財團法人新北市崇光高級中學、新北市立文山國民中學、新北市立烏來國民中小學、新北市立石碇高級中學、新北市立坪林國民中學、新北市立五峰國民中學、韻鏗學校財團法人臺北市協和祐德高級中等學校、高雄市立鳳翔國民中學、臺中市烏日區僑仁國民小學、雲林縣立古坑華德福實驗高級中學、新北市平溪區十分國民小學、新北市瑞芳區九份國民小學、新北市汐止區北峰國民小學、新北市立平溪國民中學、新北市平溪區平溪國民小學、新北市瑞芳區瓜山國民小學、新北市瑞芳區吉慶國民小學、新北市立汐止國民中學、新北市汐止區汐止國民小學、新北市雙溪區牡丹國民小學、新北市立秀峰高級中學、新北市汐止區東山國民小學、新北市汐止區長安國民小學、新北市貢寮區和美國民小學、時雨學校財團法人新北市私立時雨高級中學、方曙學校財團法人桃園市方曙商工高級中等學校、新北市汐止區崇德國民小學、崇義學校財團法人新北市崇義高級中學、新北市瑞芳區瑞亭國民小學、新北市貢寮區澳底國民小學、新北市立瑞芳高級工業職業學校、新北市立貢寮國民中學、新北市立瑞芳國民中學、新北市瑞芳區濂洞國民小學、新北市立雙溪高級中學、新北市雙溪區雙溪國民小學、新北市汐止區保長國民小學、新北市汐止區北港國民小學、新北市貢寮區貢寮國民小學、新北市瑞芳區瑞芳國民小學、新北市瑞芳區義方國民小學、新北市瑞芳區猴硐國民小學、新北市雙溪區上林國民小學、新北市雙溪區柑林國民小學、新北市平溪區菁桐國民小學、新北市貢寮區福隆國民小學、新北市瑞芳區瑞柑國民小學、新北市汐止區白雲國民小學、新北市汐止區樟樹國民小學、新北市瑞芳區鼻頭國民小學、新北市貢寮區福連國民小學、新北市汐止區秀峰國民小學、新北市汐止區金龍國民小學、臺中市西屯區東海國民小學、法鼓學校財團法人法鼓文理學院、宜蘭縣立中華國民中學、國立宜蘭高級商業職業學校、宜蘭縣立宜蘭國民中學、宜蘭縣立頭城國民中學、宜蘭縣立礁溪國民中學、宜蘭縣立員山國民中學、宜蘭縣立壯圍國民中學、宜蘭縣立復興國民中學、國立蘭陽女子高級中學、國立宜蘭高級中學、國立頭城高級家事商業職業學校、宜蘭縣宜蘭市光復國民小學、宜蘭縣立吳沙國民中學、宜蘭縣宜蘭市黎明國民小學、宜蘭縣立內城國民中小學、宜蘭縣員山鄉大湖國民小學、宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學、宜蘭縣立利澤國民中學、宜蘭縣頭城鎮大溪國民小學、宜蘭縣員山鄉深溝國民小學、宜蘭縣宜蘭市育才國民小學、宜蘭縣礁溪鄉玉田國民小學、宜蘭縣宜蘭市凱旋國民小學、宜蘭縣壯圍鄉大福國民小學、宜蘭縣壯圍鄉公館國民小學、宜蘭縣大同鄉大同國民小學、宜蘭縣員山鄉同樂國民小學、宜蘭縣員山鄉七賢國民小學、宜蘭縣礁溪鄉四結國民小學、輔仁大學學校財團法人基隆市輔大聖心高級中學、高雄市三民區河堤國民小學、宜蘭縣立三星國民中學、宜蘭縣立五結國民中學、宜蘭縣立冬山國民中學、國立羅東高級工業職業學校、宜蘭縣立文化國民中學、宜蘭縣立東光國民中學、宜蘭縣立國華國民中學、宜蘭縣立興中國國民中學、宜蘭縣立順安國民中學、宜蘭縣立蘇澳國民中學、國立蘇澳高級海事水產職業學校、國立羅東高級中學、國立羅東高級商業職業學校、宜蘭縣立羅東國民中學、宜蘭縣羅東鎮成功國民小學、宜蘭縣五結鄉中興國民小學、宜蘭縣五結鄉五結國民小學、宜蘭縣三星鄉大隱國民小學、宜蘭縣羅東鎮羅東國民小學、宜蘭縣冬山鄉武淵國民小學、宜蘭縣大同鄉寒溪國民小學、宜蘭縣三星鄉萬富國民小學、宜蘭縣羅東鎮公正國民小學、宜蘭縣立南安國民中學、宜蘭縣冬山鄉大進國民小學、宜蘭縣蘇澳鎮士敏國民小學、新北市林口區新林國民小學、宜蘭縣蘇澳鎮育英國民小學、宜蘭縣五結鄉學進國民小學、宜蘭縣蘇澳鎮岳明國民小學、宜蘭縣立南澳高級中學、宜蘭縣蘇澳鎮南安國民小學、宜蘭縣蘇澳鎮馬賽國民小學、宜蘭縣蘇澳鎮蘇澳國民小學、宜蘭縣五結鄉孝威國民小學、新竹縣竹北市安興國民小學、新竹縣立東興國民中學、臺北

市私立薇閣國民小學附設幼兒園、臺北市和平實驗國民小學、桃園市立文昌國民中學、桃園縣私立成功高級工商職業學校、桃園市立桃園高級中等學校、國立臺北科技大學附屬桃園農工高級中等學校、桃園市立武陵高級中等學校、天主教振聲學校財團法人桃園市振聲高級中等學校、桃園市立青溪國民中學、桃園市立竹圍國民中學、桃園市立桃園國民中學、桃園市立八德國民中學、桃園市立大竹國民中學、桃園市立南崁高級中等學校、桃園市立大溪國民中學、桃園市立大崗國民中學、桃園市立仁和國民中學、新興學校財團法人桃園市新興高級中等學校、桃園市立草漯國民中學、桃園市立建國國民中學、桃園市桃園區南門國民小學、桃園市桃園區成功國民小學、桃園市蘆竹區海湖國民小學、桃園市桃園區東門國民小學、桃園市桃園區西門國民小學、桃園市桃園區中山國民小學、桃園市龜山區龜山國民小學、桃園市龜山區山頂國民小學、桃園市龜山區新路國民小學、桃園市桃園區建國國民小學、桃園市蘆竹區頂社國民小學、桃園市桃園區中埔國民小學、桃園市桃園區會稽國民小學、桃園市大園區大園國民小學、桃園市蘆竹區蘆竹國民小學、桃園市大園區內海國民小學、桃園市大園區五權國民小學、桃園市大園區菓林國民小學、桃園市大園區溪海國民小學、桃園市龜山區大坑國民小學、至善學校財團法人桃園市至善高級中等學校、桃園市龜山區福源國民小學、桃園市大園區沙崙國民小學、桃園市大園區后厝國民小學、桃園市八德區八德國民小學、桃園市大溪區大溪國民小學、桃園市大溪區員樹林國民小學、桃園市八德區大勇國民小學、桃園市復興區三民國民小學、桃園市八德區廣興國民小學、桃園市大園區竹圍國民小學、桃園市立中興國民中學、桃園市復興區光華國民小學、桃園市大溪區僑愛國民小學、桃園市立山腳國民中學、桃園市中壢區內定國民小學、桃園市蘆竹區新興國民小學、桃園市復興區奎輝國民小學、桃園市八德區霄裡國民小學、桃園市立大成國民中學、桃園市蘆竹區南崁國民小學、桃園市桃園區文山國民小學、桃園市立介壽國民中學、桃園市蘆竹區新莊國民小學、桃園市大園區陳康國民小學、桃園市八德區大成國民小學、桃園市蘆竹區大竹國民小學、桃園市復興區巴陵國民小學、桃園市復興區介壽國民小學、泉僑學校財團法人桃園市漢英高級中等學校、桃園市大溪區南興國民小學、桃園市龍潭區龍潭國民小學、桃園市復興區羅浮國民小學、桃園市大溪區福安國民小學、桃園市龍潭區潛龍國民小學、桃園市龍潭區武漢國民小學、桃園市復興區長興國民小學、桃園市大溪區中興國民小學、桃園市大溪區仁善國民小學、桃園市立石門國民中學、桃園市龍潭區德龍國民小學、桃園市立龍潭國民中學、桃園市龍潭區三和國民小學、桃園市立瑞原國民中學、桃園市平鎮區宋屋國民小學、桃園市中壢區新街國民小學、桃園市平鎮區新勢國民小學、桃園市平鎮區忠貞國民小學、桃園市平鎮區山豐國民小學、桃園市觀音區育仁國民小學、桃園市觀音區新坡國民小學、桃園市中壢區大崙國民小學、桃園市觀音區觀音國民小學、桃園市中壢區內壢國民小學、桃園市楊梅區大同國民小學、桃園市新屋區頭洲國民小學、桃園市中壢區普仁國民小學、桃園市新屋區笨港國民小學、桃園市立中壢家事商業高級中等學校、國立中央大學附屬中壢高級中學、桃園市新屋區東明國民小學、桃園市立中壢國民中學、六和學校財團法人桃園市六和高級中等學校、治平學校財團法人桃園市治平高級中等學校、永平學校財團法人桃園市私立永平工商高級中等學校、桃園市楊梅區高榮國民小學、桃園市立平鎮國民中學、桃園市立富岡國民中學、桃園市立龍岡國民中學、中原大學、清華學校財團法人桃園市清華高級中等學校、桃園育達學校財團法人桃園市育達高級中等學校、桃園市立凌雲國民中學、健行學校財團法人健行科技大學、桃園市立楊梅高級中等學校、國立中央大學、桃園市立新明國民中學、桃園市立楊梅國民中學、桃園市立興南國民中學、桃園市立龍潭高級中等學校、桃園市立觀音國民中學、桃園市立永安國民中學、桃園市楊梅區上湖國民小學、桃園市中壢區中正國民小學、桃園市觀音區大潭國

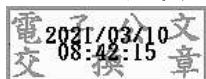
電子文

9

民小學、桃園市新屋區蚵間國民小學、桃園市楊梅區楊梅國民小學、桃園市中壢區中壢國民小學、桃園市觀音區樹林國民小學、桃園市中壢區自立國民小學、桃園市立平南國民中學、桃園市楊梅區四維國民小學、桃園市中壢區新明國民小學、桃園市楊梅區水美國國民小學、桃園市中壢區山東國民小學、桃園市立自強國民中學、桃園市中壢區信義國民小學、桃園市中壢區龍岡國民小學、桃園市中壢區中平國民小學、桃園市觀音區草漯國民小學、桃園市中壢區芭里國民小學、桃園市觀音區上大國民小學、桃園市觀音區崙坪國民小學、桃園市平鎮區復旦國民小學、南投縣信義鄉豐丘國民小學、苗栗縣頭份市后庄國民小學、雲林縣立東仁國民中學、臺中市西屯區長安國民小學、苗栗縣頭份市斗煥國民小學、臺中市立福科國民中學、財團法人南投縣私立普台高級中學、桃園市楊梅區富岡國民小學、桃園市楊梅區瑞埔國民小學、桃園市立大坡國民中學、桃園市楊梅區瑞梅國民小學、桃園市新屋區社子國民小學、桃園市新屋區永安國民小學、桃園市楊梅區瑞原國民小學、新竹縣立石光國民中學、新竹市立光武國民中學、新竹市立光華國民中學、新竹縣立竹北國民中學、新竹市立成德高級中學、新竹縣私立內思高級工業職業學校、新竹縣私立忠信高級中學、新竹市私立曙光女子高級中學、明新學校財團法人明新科技大學、新竹市立建華國民中學、國立新竹高級工業職業學校、國立新竹女子高級中學、國立新竹高級商業職業學校、國立新竹高級中學、新竹市立香山高級中學、國立清華大學、新竹市立培英國民中學、新竹縣立湖口高級中學、新竹縣立六家高級中學、新竹縣立富光國民中學、新竹縣立照門國民中學、新竹縣立新豐國民中學、新竹縣立關西國民中學、國立關西高級中學、新竹縣立寶山國民中學、新竹縣竹東鎮竹中國國民小學、新竹縣竹東鎮陸豐國民小學、新竹縣峨眉鄉峨眉國民小學、新竹縣竹東鎮二重國民小學、新竹縣芎林鄉碧潭國民小學、新竹縣五峰鄉五峰國民小學、新竹縣竹東鎮大同國民小學、新竹縣橫山鄉大肚國民小學、新竹縣橫山鄉內灣國民小學、新竹縣尖石鄉尖石國民小學、新竹縣尖石鄉玉峰國民小學、新竹縣芎林鄉芎林國民小學、新竹縣橫山鄉田寮國民小學、新竹縣立精華國民中學、新竹市東區關東國民小學、新竹市北區北門國民小學、新竹市北區西門國民小學、新竹縣新埔鎮新星國民小學、新竹市東區新竹國民小學、新竹市香山區香山國民小學、新竹縣湖口鄉長安國民小學、新竹縣竹北市新社國民小學、新竹縣關西鎮南和國民小學、新竹縣新埔鎮文山國民小學、新竹縣竹北市六家國民小學、新竹縣關西鎮東安國民小學、新竹縣新埔鎮枋寮國民小學、新竹市北區民富國民小學、新竹市北區載熙國民小學、新竹縣新埔鎮清水國民小學、新竹市香山區港南國民小學、新竹縣新豐鄉瑞興國民小學、新竹縣關西鎮錦山國民小學、新竹縣竹北市中正國民小學、國立清華大學附設實驗國民小學、新竹市香山區內湖國民小學、新竹縣湖口鄉湖口國民小學、新竹市香山區朝山國民小學、新竹縣關西鎮東光國民小學、新竹縣竹北市新港國民小學、新竹市東區建功國民小學、新竹縣寶山鄉寶山國民小學、新竹市香山區大庄國民小學、新竹縣立中正國民中學、國立新竹科學園區實驗高級中等學校、新竹市私立曙光國民小學、新竹市北區南寮國民小學、雲林縣立古坑國民中小學、麗喆學校財團法人臺中市麗喆國民中小學附設私立麗喆幼兒園、臺中市立善水國民中小學、高雄市立文府國民中學、高鳳學校財團法人屏東縣崇華國民小學、新竹縣立二重國民中學、新竹縣立五峰國民中學、大華學校財團法人敏實科技大學、新竹縣立北埔國民中學、新竹縣立竹東國民中學、新竹縣立芎林國民中學、國立竹東高級中學、新竹縣立峨眉國民中學、新竹縣立員東國民中學、新竹縣立華山國民中學、財團法人中國文化大學附設臺北市私立文化幼兒園、苗栗縣後龍鎮大山國民小學、苗栗縣立三義高級中學、苗栗縣頭份市六合國民小學、苗栗縣苗栗市文山國民小學、國立聯合大學、苗栗縣立明仁國民中學、國立大湖高級農工職業學校、國立苗栗高級中學、國立苗栗高級農工職業學校、苗栗縣立苑裡高

級中學、苗栗縣立西湖國民中學、苗栗縣三義鄉建中國民小學、苗栗縣立文英國民中學、苗栗縣頭份市信德國民小學、苗栗縣立致民國民中學、苗栗縣立泰安國民中小學、苗栗縣立通霄國民中學、苗栗縣立照南國民中學、苗栗縣立獅潭國民中學、苗栗縣立新港國民中小學、苗栗縣苗栗市僑育國民小學、苗栗縣立維真國民中學、苗栗縣頭份市僑善國民小學、苗栗縣立大湖國民中學、國立卓蘭高級中等學校、苗栗縣立文林國民中學、苗栗縣立苗栗國民中學、苗栗縣頭份市頭份國民小學、國立苗栗高級商業職業學校、苗栗縣立南和國民中學、苗栗縣立頭屋國民中學、苗栗縣立鶴岡國民中學、苗栗縣銅鑼鄉銅鑼國民小學、苗栗縣苑裡鎮林森國民小學、苗栗縣苗栗市建功國民小學、苗栗縣通霄鎮坪頂國民小學、苗栗縣苑裡鎮文苑國民小學、苗栗縣苑裡鎮苑裡國民小學、苗栗縣獅潭鄉豐林國民小學、苗栗縣頭屋鄉頭屋國民小學、苗栗縣苑裡鎮中正國民小學、苗栗縣後龍鎮龍坑國民小學、苗栗縣三義鄉鯉魚國民小學、苗栗縣泰安鄉士林國民小學、苗栗縣立福興武術國民中小學、苗栗縣泰安鄉泰興國民小學、苗栗縣苗栗市大同國民小學、苗栗縣卓蘭鎮豐田國民小學、苗栗縣通霄鎮烏眉國民小學、苗栗縣泰安鄉清安國民小學、苗栗縣大湖鄉大湖國民小學、苗栗縣大湖鄉南湖國民小學、苗栗縣泰安鄉象鼻國民小學、苗栗縣泰安鄉汶水國民小學、苗栗縣頭屋鄉明德國民小學、苗栗縣卓蘭鎮卓蘭國民小學、苗栗縣立烏眉國民中學、苗栗縣泰安鄉梅園國民小學、苗栗縣銅鑼鄉中興國民小學、苗栗縣通霄鎮五福國民小學、苗栗縣銅鑼鄉新隆國民小學、苗栗縣苑裡鎮蕉埔國民小學、苗栗縣通霄鎮城中國民小學、苗栗縣銅鑼鄉九湖國民小學、苗栗縣西湖鄉五湖國民小學、苗栗縣西湖鄉僑文國民小學、苗栗縣大湖鄉武榮國民小學、苗栗縣通霄鎮通霄國民小學、苗栗縣大湖鄉東興國民小學、苗栗縣通霄鎮圳頭國民小學、苗栗縣後龍鎮後龍國民小學、苗栗縣竹南鎮照南國民小學、苗栗縣後龍鎮同光國民小學、苗栗縣竹南鎮竹南國民小學、苗栗縣南庄鄉南埔國民小學、苗栗縣後龍鎮外埔國民小學、苗栗縣竹南鎮海口國民小學、苗栗縣三灣鄉三灣國民小學、苗栗縣造橋鄉談文國民小學、苗栗縣立大西國民中學

副本：



理事長 王惠仙