

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：臺北市立明湖國民中學


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





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/mWRE3KRLFKNgYPbLA> 或網站下載報名表：<http://www.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：高雄市立中正高級中學、高雄市旗津區旗津國民小學、高雄市旗津區大汕國民小學、高雄市旗津區中洲國民小學、高雄市左營區新民國民小學、高雄市左營區屏山國民小學、高雄市立三民高級家事商業職業學校、高雄市立中山高級中學、高雄市前鎮區仁愛國民小學、高雄市私立高鳳高級工業家事職業學校、高雄市立前鎮高級中學、高雄市立小港國民中學、高雄市立前鎮國民中學、高雄市前鎮區愛群國民小學、高雄市小港區太平國民小學、高雄市立中山國民中學、高雄市前鎮區獅甲國民小學、高雄市前鎮區復興國民小學、高雄市前鎮區明正國民小學、彰化縣彰化市中山國民小學、桃園市中壢區興國國民小學、桃園市中壢區華勛國民小學、桃園市觀音區保生國民小學、桃園市中壢區富台國民小學、高雄市大樹區大樹國民小學、高雄市鳳山區忠孝國民小學、高雄市大寮區潮寮國民小學、高雄市鳳山區鳳西國民小學、高雄市鳥松區鳥松國民小學、高雄市鳳山區南成國民小學、高雄市大樹區興田國民小學、高雄市鳳山區文山國民小學、高雄市立溪埔國民中學、高雄市大社區大社國民小學、高雄市立大社國民中學、高雄市立中芸國民中學、國立鳳新高級中學、新北市土城區樂利國民小學、新北市板橋區溪洲國民小學、新北市板橋區重慶國民小學、新北市樹林區育林國民小學、新北市立清水高級中學、新北市立溪崑國民中學、新北市土城區安和國民小學、新北市立中

正國民中學、臺北市內湖區麗山國民小學、臺北市立明湖國民中學、臺北市立東湖國民中學、臺北市內湖區文湖國民小學、臺北市內湖區新湖國民小學、臺北市內湖區南湖國民小學、臺北市立麗山高級中學、南華大學、花蓮縣花蓮市中原國民小學、桃園市大溪區內柵國民小學、新北市立達觀國民中小學、基隆市暖暖區暖暖西國民小學、桃園市大溪區仁和國民小學、臺中市立神圳國民中學、國立高雄餐旅大學附屬餐旅高級中等學校、高雄市立那瑪夏國民中學、高雄市立桃源國民中學、麗喆學校財團法人臺中市麗喆國民中小學、南投縣草屯鎮平林國民小學、高雄市茂林區茂林國民小學、國立南科國際實驗高級中學、宜蘭縣立凱旋國民中學、桃園市立瑞坪國民中學、新竹縣尖石鄉嘉興國民小學、新竹市東區青草湖國民小學、嘉義市港坪國民小學、慈濟學校財團法人臺南市私立慈濟高級中學、高雄市大樹區龍目國民小學、均一學校財團法人臺東縣均一國際教育實驗高級中等學校、新竹縣立北平華德福實驗學校、桃園市立大園國際高級中等學校、桃園市立壽山高級中等學校、桃園市立大溪高級中等學校、宜蘭縣冬山鄉清溝國民小學、新北市林口區頭湖國民小學、新北市三峽區龍埔國民小學、新北市立佳林國民中學、臺南市東區裕文國民小學、嘉義市文雅國民小學、南投縣集集鎮和平國民小學、國立成功商業水產職業學校、臺東縣鹿野鄉龍田國民小學、臺東縣長濱鄉長濱國民小學、臺東縣卑南鄉初鹿國民小學、慈濟學校財團法人慈濟大學附屬高級中學、桃園市龜山區楓樹國民小學、新竹縣關西鎮關西國民小學、新竹縣立新埔國民中學、桃園市新屋區大坡國民小學、新竹縣竹北市光明國民小學、國立中興大學附屬高級中學、花蓮縣立體育高級中等學校、桃園市立幸福國民中學、桃園市中壢區元生國民小學、臺中市豐原區福陽國民小學、桃園市桃園區莊敬國民小學、桃園市龜山區自強國民小學、臺中市立公明國民中學、國立苑裡高級中學、南山學校財團法人新北市南山高級中學附設私立員工幼兒園、桃園市中壢區青埔國民小學、屏東縣立萬新國民中學、臺中市大肚區瑞井國民小學、高雄市左營區新光國民小學、花蓮縣立南平中學、高雄市岡山區壽天國民小學、新北市立桃子腳國民中小學、臺北市中山區吉林國民小學、臺北市立五常國民中學、國立屏北高級中學、嘉義縣大林鎮平林國民小學、苗栗縣立大同高級中學、桃園市平鎮區東勢國民小學、新北市淡水區竹圍國民小學、新北市立豐珠中學、恕德學校財團法人附設臺北市私立恕德幼兒園、高雄市左營區文府國民小學、宜蘭縣立人文國民中小學、宜蘭縣立慈心華德福教育實驗高級中等學校、臺南市永康區勝利國民小學、桃園市平鎮區新榮國民小學、桃園市立平鎮高級中等學校、臺中市立龍津高級中等學校、桃園市立會稽國民中學、桃園市立楊光國民中小學、桃園市立龜山國民中學、澎湖縣立烏嶼國民中學、桃園市立大有國民中學、苗栗縣頭份市信義國民小學、屏東縣東港鎮東光國民小學、高雄市鳳山區文德國民小學、財團法人南投縣私立普台國民小學、臺中市西屯區上安國民小學、高雄市前鎮區樂群國民小學、高雄市立翠屏國民中小學、高雄市左營區新上國民小學、高雄市左營區福山國民小學、高雄市前鎮區民權國民小學、高雄市小港區港和國民小學、臺南市新營區新泰國民小學、高雄市大寮區後庄國民小學、臺東縣東河鄉興隆國民小學、高雄市立大灣國民中學、新北市立忠孝國民中學、誠正中學、桃園市中壢區忠福國民小學、桃園市大溪區田心國民小學、桃園市平鎮區平興國民小學、新北市鶯歌區昌福國民小學、新北市蘆洲區忠義國民小學、新北市三峽區中園國民小學、康寧學校財團法人康寧大學、桃園市平鎮區義興國民小學、新竹市東區陽光國民小學、新北市立鷺江國民中學、桃園市八德區瑞豐國民小學、桃園市中壢區興仁國民小學、臺南市北區文元國民小學、澎湖縣馬公市興仁國民小學、臺南市立左鎮國民中學、嘉義縣朴子市祥和國民小學、臺中市清水區吳厝國民小學、雲林縣立林內國民中學、臺中市大里區立新國民小學、彰化縣和美鎮和仁國民小學、臺中市梧棲區大德國民小學、福智學校財團法人雲林縣福智國民小學、



裝

訂

線



電子文時

3

臺中市東勢區東新國民小學、臺中市霧峰區僑榮國民小學、臺中市立光德國民中學、彰化縣立彰泰國民中學、臺中市立立新國民中學、彰化縣立成功高級中學、南投縣南投市西嶺國民小學、維多利亞學校財團法人雲林縣維多利亞實驗高級中學、苗栗縣竹南鎮山佳國民小學、新竹縣竹東鎮竹東國民小學、新竹縣竹北市東海國民小學、桃園市立內壢國民中學、新北市石門區石門國民小學、新竹縣立鳳岡國民中學、新竹市北區舊社國民小學、新竹市私立光復高級中學附設實驗幼兒園、屏東縣屏東市信義國民小學、嘉義縣梅山鄉梅北國民小學、臺南市東區崇學國民小學、屏東縣三地門鄉青葉國民小學、屏東縣九如鄉三多國民小學、高雄市立中崙國民中學、高雄市林園區王公國民小學、屏東縣里港鄉塔樓國民小學、高雄市桃源區桃源國民小學、屏東縣東港鎮東興國民小學、中信學校財團法人中信金融管理學院、高雄市立仁武特殊教育學校、東莞台商子弟學校、國立臺灣大學醫學院附設醫院附設臺北市私立員工子女幼兒園、桃園市龍潭區三坑國民小學、桃園市楊梅區瑞塘國民小學、桃園市楊梅區楊心國民小學、桃園市龜山區南美國民小學、桃園市立同德國民中學、高雄市立福山國民中學、財團法人東海大學附屬高級中等學校、苗栗縣苑裡鎮客庄國民小學、雲林縣二崙鄉義賢國民小學、苗栗縣頭份市蟠桃國民小學、常春藤學校財團法人臺中市常春藤高級中學、明道學校財團法人明道大學、臺中市立爽文國民中學、臺中市南屯區永春國民小學、苗栗縣公館鄉仁愛國民小學、國立雲林特殊教育學校、臺中市潭子區頭家國民小學、彰化縣二林鎮中興國民小學、彰化縣社頭鄉舊社國民小學、南投縣信義鄉久美國民小學、義峰學校財團法人雲林縣義峰高級中學、桃園市楊梅區上田國民小學、花蓮縣壽豐鄉豐裡國民小學、臺北市中山區濱江國民小學、臺北市中山區中正國民小學、桃園市立仁美國民中學、花蓮縣吉安鄉南華國民小學、花蓮縣花蓮市北濱國民小學、花蓮縣秀林鄉佳民國民小學、臺灣大華學校財團法人桃園市私立大華高級中等學校、花蓮縣花蓮市信義國民小學、新北市立尖山國民中學、四維學校財團法人花蓮縣四維高級中學、桃園市立永豐高級中等學校、基隆市中山區仙洞國民小學、桃園市復興區高義國民小學、新北市立二重國民中學、新竹縣立博愛國民中學、新竹縣立仁愛國民中學、桃園市龍潭區龍星國民小學、桃園市立內壢高級中等學校、新北市立鶯歌高級工商職業學校、新北市立鳳鳴國民中學、桃園市立光明國民中學、花蓮縣花蓮市明禮國民小學、桃園市龍潭區龍源國民小學、國立宜蘭特殊教育學校、新竹縣湖口鄉新湖國民小學、國立高雄大學、高雄市立楠梓特殊學校、高雄市小港區華山國民小學、國立基隆特殊教育學校、基隆市立碇內國民中學、基隆市立武崙國民中學、花蓮縣立化仁國民中學、新竹市立虎林國民中學、臺北市大安區新生國民小學、嘉義縣布袋鎮新岑國民小學、高雄市大社區嘉誠國民小學、屏東縣潮州鎮潮昇國民小學、澎湖縣馬公市文澳國民小學、高雄市橋頭區橋頭國民小學、屏東縣鹽埔鄉新圍國民小學、臺南市安平區安平國民小學、高雄市立一甲國民中學、高雄市立青年國民中學、臺南市永康區西勢國民小學、臺南市鹽水區仁光國民小學、屏東縣鹽埔鄉彭厝國民小學、臺中市大里區永隆國民小學、臺中市大里區美群國民小學、臺中市立豐陽國民中學、臺中市豐原區葫蘆墩國民小學、臺中市立臺中特殊教育學校、臺中市西屯區國安國民小學、臺北市信義區信義國民小學、國立中山大學附屬國光高級中學、南投縣中寮鄉清水國民小學、彰化縣田尾鄉仁豐國民小學、南投縣中寮鄉爽文國民小學、臺中市北屯區仁美國民小學、南投縣中寮鄉至誠國民小學、南投縣信義鄉雙龍國民小學、南投縣南投市僑建國民小學、桃園市龜山區大埔國民小學、有得學校財團法人桃園市有得國民中小學、高雄市鳳山區文華國民小學、彰化縣埔鹽鄉天盛國民小學、南投縣名間鄉田豐國民小學、彰化縣溪湖鎮湖北國民小學、南投縣信義鄉愛國國民小學、南投縣信義鄉隆華國民小學、澎湖縣馬公市文光國民小學、臺南市立海佃國民中學、彰化縣芳苑鄉後寮國民小學、彰化縣竹塘鄉田

裝

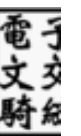
訂

線

18

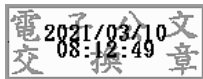
18

頭國民小學、彰化縣田尾鄉南鎮國民小學、彰化縣二林鎮新生國民小學、彰化縣大城鄉大城國民小學、彰化縣大城鄉西港國民小學、彰化縣芳苑鄉路上國民小學、彰化縣芳苑鄉漢寶國民小學、彰化縣芳苑鄉芳苑國民小學、彰化縣二林鎮中正國民小學、彰化縣芳苑鄉育華國民小學、彰化縣二林鎮萬合國民小學、彰化縣立原斗國民中小學、彰化縣二林鎮育德國國民小學、彰化縣芳苑鄉新寶國民小學、彰化縣二林鎮萬興國民小學、臺中市梧棲區中港國民小學、臺中市西屯區惠來國民小學、南投縣立營北國民中學、國立中科實驗高級中學、臺中市立大墩國民中學、臺中市南屯區大墩國民小學、上海台商子女學校、學校財團法人中華浸信會基督教台灣浸會神學院、嘉義縣立永慶高級中學、高雄市鳳山區鳳翔國民小學、嘉義市立蘭潭國民中學、國立屏東特殊教育學校、高雄市楠梓區油廠國民小學、國立新竹特殊教育學校、國立臺東大學附屬特殊教育學校、桃園市立觀音高級中等學校、新竹縣竹北市興隆國民小學、新竹縣竹北市東興國民小學、國立南投特殊教育學校、雲林縣崙背鄉中和國民小學、雲林縣立馬光國民中學、新竹市東區高峰國民小學、桃園市龍潭區高原國民小學、新北市烏來區信賢種籽親子實驗國民小學、桃園市八德區茄苳國民小學、桃園市立武漢國民中學、新竹市立竹光國民中學、新竹市立新科國民中學、幼華學校財團法人臺北市幼華高級中等學校、臺北市立至善國民中學、東吳大學、臺北市私立泰北高級中學、臺北市立復興高級中學、臺北市私立惇敘高級工商職業學校、臺北市立陽明高級中學、臺北市立格致國民中學、臺北市立新民國民中學、新北市淡水區新市國民小學、新竹縣立成功國民中學、新北市立三多國民中學、臺北市北投區文林國民小學、臺北市北投區石牌國民小學、臺北市士林區富安國民小學、臺北市士林區社子國民小學、臺北市北投區北投國民小學、臺北市北投區桃源國民小學、臺北市士林區陽明山國民小學、臺北市立蘭雅國民中學、臺北市北投區關渡國民小學、臺北市北投區清江國民小學、臺北市士林區雨農國民小學、臺北市北投區湖山國民小學、臺北市溪山實驗國民小學、臺北市士林區福林國民小學、臺北市泉源實驗國民小學、臺北市北投區明德國民小學、臺北市士林區雙溪國民小學、臺北市北投區立農國民小學、臺北市士林區天母國民小學、臺北市士林區文昌國民小學、臺北市湖田實驗國民小學、臺北市士林區雨聲國民小學、臺北市立桃源國民中學、臺北市士林區士東國民小學、新竹縣尖石鄉秀巒國民小學、馬偕學校財團法人馬偕醫學院、桃園市立南崁國民中學、中華中學學校財團法人新北市中華高級中學、新北市立永平高級中學、宏國學校財團法人宏國德霖科技大學、致理學校財團法人致理科技大學、南山學校財團法人新北市南山高級中學、辭修學校財團法人新北市私立辭修高級中學、新北市立板橋高級中學、國立華僑高級中等學校、華夏學校財團法人華夏科技大學、新北市立永和國民中學、新北市立板橋國民中學、新北市立土城國民中學、新北市立海山高級中學、新北市立三峽國民中學、天主教光仁學校財團法人新北市光仁高級中學、新北市立樹林高級中學、新北市立積穗國民中學、新北市立林口國民中學、新北市淡水區淡水國民小學、新北市淡水區育英國民小學、新北市淡水區興仁國民小學、新北市淡水區水源國民小學、新北市石門區老梅國民小學、新北市金山區金山國民小學、新北市萬里區大鵬國民小學、新北市八里區米倉國民小學、新北市萬里區炭腳國民小學、新北市淡水區屯山國民小學、新北市淡水區中泰國民小學、新北市新店區安坑國民小學、能仁學校財團法人新北市能仁高級家事商業職業學校、新北市新店區中正國民小學、新北市新店區新店國民小學、新北市新店區雙城國民小學、新北市石碇區雲海國民小學、新北市石碇區和平國民小學、新北市新店區雙峰國民小學、新北市新店區大豐國民小學、新北市新店區直潭國民小學、新北市新店區屈尺國民小學、新北市烏來區福山國民小學、新北市深坑區深坑國民小學、新北市立安康高級中學、新北市石碇區永定國民小學、新北市新店區青潭國民小學、新北市坪林區坪林國



民小學、新北市新店區龜山國民小學、新北市立深坑國民中學、新北市立重慶國民中學、新北市永和區網溪國民小學、新北市板橋區埔墘國民小學、新北市三峽區三峽國民小學、新北市板橋區新埔國民小學、新北市永和區頂溪國民小學、新北市三峽區建安國民小學、新北市永和區秀朗國民小學、新北市板橋區沙崙國民小學、新北市中和區中和國民小學、新北市板橋區板橋國民小學、新北市樹林區武林國民小學、新北市中和區積穗國民小學、新北市板橋區江翠國民小學、新北市立江翠國民中學、新北市土城區土城國民小學、新北市鶯歌區鶯歌國民小學、新北市三峽區成福國民小學、新北市板橋區國光國民小學、新北市樹林區大同國民小學、新北市土城區清水國民小學、新北市土城區頂埔國民小學、新北市三峽區插角國民小學、新北市鶯歌區中湖國民小學、新北市樹林區柑園國民小學、新北市板橋區莒光國民小學、新北市中和區秀山國民小學、新北市板橋區海山國民小學、新北市板橋區後埔國民小學、新北市中和區復興國民小學、新北市立福和國民中學、新北市中和區興南國民小學、新北市永和區永和國民小學、新北市立漳和國民中學、新北市中和區自強國民小學、新北市立新北高級工業職業學校、新北市板橋區中山國民小學、新北市樹林區文林國民小學、新北市立柑園國民中學、新北市三峽區大成國民小學、新北市三峽區大埔國民小學、新北市樹林區山佳國民小學、新北市立中山國民中學、新北市三峽區有木國民小學、新北市鶯歌區鳳鳴國民小學、新北市立明德高級中學、新北市板橋區文聖國民小學、新北市三峽區民義國民小學、新北市永和區永平國民小學、新北市立北大高級中學、新北市立三重高級中學、新北市立三重高級商工職業學校、新北市立五股國民中學、鄭義燕學校財團法人新北市私立格致高級中等學校、剛恆毅學校財團法人新北市天主教恆毅高級中學、金陵學校財團法人新北市金陵女子高級中學、新北市私立徐匯高級中學、新北市立泰山高級中學、新北市立泰山國民中學、清傳學校財團法人新北市清傳高級商業職業學校、新北市立明志國民中學、新北市立蘆洲國民中學、新北市立光榮國民中學、新北市林口區嘉寶國民小學、新北市五股區五股國民小學、新北市新莊區中港國民小學、新北市立碧華國民中學、新北市泰山區泰山國民小學、新北市三重區修德國民小學、新北市新莊區民安國民小學、新北市三重區光榮國民小學、新北市新莊區新莊國民小學、新北市三重區厚德國民小學

副本：



理事長 王惠仙