

臺北醫學大學一一三學年度推廣教育 情緒療癒工作坊第 1 期招生簡章

- 一、依據：推廣教育審查委員會議決議。
- 二、目的：
1. 從認識各種情緒到自我覺察動態情緒的能力
2. 學習情緒管理的核心能力:正向心理思考與情緒、意志力
3. 學習情緒的多元自我療癒:敘事書寫、藝術或音樂療情緒
- 三、班別：情緒療癒工作坊第 1 期，每班 30 人。
- 四、對象：對自我健康管理或是能關心及助人走出情緒困擾者都適合報名。
- 五、上課期限：113 年 12 月 08 日至 114 年 01 月 20 日，每週日 PM14:00~16:00(共計 8 小時)。
- 六、收費標準：學雜費及報名費，共計新臺幣 3,800 元整。
※報名繳費具備下列條件，擇一優惠：
(一)本校暨附屬醫院教職員生、校友或退休員工等任一資格，優惠價 3,500 元/人。
(二)10/30(含)前報名早鳥優惠價 3,200 元/人。
(三)2 人(含)以上團報，優惠價 3,200 元/人。
- 七、上課地點：採非同步/同步遠距教學(Google meet)。
- 八、報名方式：一律採線上報名-進入課程平台(<https://reurl.cc/8XZnng>)並選取欲報名的課程，正確填妥基本資料後送出。取得虛擬帳號並於三日內繳費或於課程平台使用電子支付繳費後才算完成報名手續。
- 九、報名日期：即日起至額滿為止。
- 十、退費方式：學員自報名繳費後至實際上課日前退費者，扣除報名費 200 元後退還已繳學雜費用之九成；自實際上課之日算起未逾全期三分之一者，扣除報名費 200 元後退還已繳學雜費用之五成；在班時間已逾全期三分之一者，不予退費。
- 十一、其它事項：本班為非學分班，修讀時數為 8 小時，學員修讀期滿發給推廣教育結訓證書，不授予學位證書。」

十二、課程內容：

課程說明			任課教師
12/8(日) 1400-1600	情緒定義與影響	同步直播 遠距教學	劉玉華 副教授 經歷：31 年臺北醫學大 主授『情緒管理』及心 理健康相關課程，其中 19 年兼學生心理輔導 中心主任。 專長領域：個別心理諮 商、精神疾病心理治 療、危機輔導、情緒管 理。
12/15(日) 1400-1600	1.憂鬱情緒管理：預防憂鬱症與 自殺的發生及哈佛大學正向心理 學 2.焦慮與壓力的情緒管理	同步直播 遠距教學	
12/22(日) 影片上架	1.情緒管理的核心能力：意志力 2.多元情緒的自我療癒：音樂、 藝術、旅行、敘事多元療癒	非同步遠 距教學	

十三、洽詢方式：

地 址：110 台北市信義區吳興街 250 號
電 話：(02)27361661 轉 8612 洪小姐
傳 真：(02) 2738-7348

※以上師資、課程內容、課程表、時間及場地等，本處保留變更之權利。