

【心靈舞台.生命演出 – 活出嶄新真實的自己】 父母戲劇成長團體

我們提供一個舞台、一個劇場，讓你卸下面具，呈現最真實的自己，你生命中所有的愛恨糾結，都是那麼值得被尊重、接納。你不需要有任何戲劇訓練，你需要的是一個真實的自我，及解決自己人生困擾的意願，在戲中你為自己落淚、為自己鼓舞，為自己得到成長與突破。

本課程透過深度探索自己內在潛藏的恐懼與悲傷、渴望與夢想，找到內在的力量與智慧，處理生命的困境，並能自由表達真實情感，與人建立良性關係。課程目標是讓你更覺察、更真實、更勇敢，並練習「活在當下」的能力，不沉緬於過去也不擔憂未來，因此，你的能量就不被消耗，重新找回生命原本的力量。

成長課程結束後推出 2 場成果展演，演出你成長的心路歷程及困境突破，以自身的經驗帶給觀眾共鳴和啟發。

課程內容：105 年 9 月至 11 月(在台北市、新北市共 2 場演出)

堂次	時間	地點	主題
1	09/04 (日) PM2:00-5:00	崇友	我是誰—透視多種面貌的我
2	09/11 (日) PM2:00-5:00	崇友	家庭如何影響我
3	09/18 (日) PM2:00-5:00	美加	探索生命中重大情緒感受
4	09/25 (日) PM2:00-5:00	崇友	提升自我價值、開發潛能、突破困境
5	10/02 (日) PM2:00-5:00	崇友	學習愛自己的能力：自我支持、自我滋養
6	10/09 (日) PM2:00-5:00	美加	學習愛別人的能力：經營人際關係及家庭關係
7	10/16 (日) PM2:00-5:00	崇友	改寫生命腳本、活出積極正向的人生
8	10/23 (日) PM1:30-5:30	崇友	劇場基礎訓練：身體、聲音及創造力開發
9	10/30 (日) PM1:30-5:30	崇友	劇本集體創作
10	11/06 (日) PM1:00-5:00	崇友	進行排練
11	11/13(日) PM1:00-5:00	另訂	排練+成果展演第 1 次(台北市)
12	11/20 (日) PM2:00-5:00	另訂	排練+成果展演第 2 次(新北市)

上課地點：台北市公園路 30 號 10 樓(崇友基金會)。(近台北車站捷運 8 號出口)
台北市南陽街 50 號 3 樓 A 室 (美加英語中心)



續後頁



團體帶領人楊舒涵講師簡介：

- 1.曾接受完形心理治療、家族治療、身心靈整合、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。

課程費用：免費（但需繳保證金 1000 元，參加 10 堂課(需含最後 2 堂演出者)可退費，參加成果展演者上台演出者，每場可領 1000 元補助。）

報名對象：單親家長、繼親家長、低收入、新住民、原住民、中高齡(45-65)……優先錄取。

洽詢電話：線上報名請至：<http://goo.gl/forms/KWjrHuiIj5>，或 <http://www.light-up.org.tw/> 親職教育 下載報名表，填妥後寄至 E-mail：lightup9595@gmail.com，報名後需等回覆錄取並繳完訂金，才算完成報名手續。聯絡電話：(02)22763810、0910210986

主辦單位：社團法人臺灣點一盞燈社會關懷協會

指導單位：衛生福利部社會及家庭署（公益彩券回饋金補助）

社團法人臺灣點一盞燈社會關懷協會 『心靈舞台.生命演出 - 活出嶄新真實的自己 父母戲劇成長團體』報名表(105 年)			
姓名		性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
電話		E-mail	
地址		出生年次	民國 年
身份 (可複選)	<input type="checkbox"/> 單親家長 <input type="checkbox"/> 特境 <input type="checkbox"/> 低收入或中低收入 <input type="checkbox"/> 新移民 <input type="checkbox"/> 原住民 <input type="checkbox"/> 繼親 <input type="checkbox"/> 隔代教養 <input type="checkbox"/> 中高齡(45-65 歲) <input type="checkbox"/> 單身 <input type="checkbox"/> 其他：_____		
是否有小孩	<input type="checkbox"/> 有小孩_____人 <input type="checkbox"/> 無小孩		
領有殘障 手冊	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有【障礙別：_____ 程度： <input type="checkbox"/> 輕度 <input type="checkbox"/> 中度 <input type="checkbox"/> 重度以上】		
職業別	<input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 藝文 <input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 公 <input type="checkbox"/> 工 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 醫藥 <input type="checkbox"/> 建築 <input type="checkbox"/> 金融 <input type="checkbox"/> 商 <input type="checkbox"/> 服務業 <input type="checkbox"/> 自由業 <input type="checkbox"/> 其他：_____		
照片 同意書	<input type="checkbox"/> 同意(同意者優先錄取) <input type="checkbox"/> 不同意 ※本團體將進行照相(刊登於本會網站、fb、相關刊物、影片……)。		
個資 同意書	您願意接到協會未來開課或活動等相關訊息嗎？ <input type="checkbox"/> 願意 <input type="checkbox"/> 不願意 ※對於您個人的資料將遵循個資法規定。		
您如何得 知訊息	<input type="checkbox"/> fb <input type="checkbox"/> 協會網站 <input type="checkbox"/> 協會 E-mail 或簡訊 <input type="checkbox"/> 台灣公益資訊中心 <input type="checkbox"/> 親朋好友轉介 <input type="checkbox"/> 台北女人網 <input type="checkbox"/> 學校或機關或機構公文公告 <input type="checkbox"/> igiving 網站 <input type="checkbox"/> 善耕 365 公益媒合平台 <input type="checkbox"/> 其他：_____		
請以 100 字 內簡述您 需上此課 程的動機			

* 為響應環保請自行準備環保杯