課程講師：王天興　任林教育基金會諮商心理師 / 國立台灣師範大學輔導研究所碩士

專長: 自我探索及成長、情緒處理、人際溝通、自我肯定訓練、完型治療，擁有諮商年資 25 年以上。

課程內容（課程表）:

	第一日	第二日	第三日
10:00 – 10:50	認識察覺圈：	運用自我同理處理情緒與調適壓力	察覺圈在人際溝通上的應用
10:50 – 11:00	Break	Break	Break
11:00 – 12:30	做察覺圈的主人：	正念觀照被形象化的情緒：簡單有效的情緒紓解法	雙贏的人際溝通： 我訊息及民主式意見表達
12:30 – 14:00	午餐		
14:00 – 15:20	應用察覺圈來自我陪伴、自我同理	由覺己到知人Ⅰ： 應用察覺圈來瞭解他人	察覺圈與促進人際瞭解及關懷的問話方式
15:20 – 15:30	Break	Break	Break
15:30 – 17:00	察覺圈與正念觀照	由覺己到知人Ⅱ： 知性、順性、化性-- 人際同理三部曲	案例討論分享 學習回饋與展望
17:00~	賦歸	賦歸	賦歸

2017 教師自我成長營報名表

姓 名		性 別		學 歷	
手 機		電子信箱			
通訊地址			出生年月日		
服務學校			職稱		
			年資		
是否曾參與自我成長相關課程?			□是 課程名稱: _____ □否		
對本次教師自我成長營的期待?					

填畢後，請傳真(04)2310-8527，並來電任林教育基金會台中學習中心確認是否收到傳真，聯絡人: 林社工、何社工 (04)2310-9533，感謝您的報名。