

附件一

11月16日	課程安排	講師
9:10~9:30	報到	大灣團隊
9:30~10:30	大腦科學	郭進成
10:30~10:40	休息	
10:40~12:30	童年往事/內在探索	林美杏
12:30~13:30	午餐休息	大灣團隊
1330~1420	傾聽核對(角色樹)	郭進成
1420~1430	休息	
1430~1520	快樂清單	林美杏
1520~1530	休息	
1530~1630	對話練習	郭進成

11月17日	課程安排	講師
9:10~9:30	報到	大灣團隊
9:30~10:30	生命數字/情緒覺察	郭進成
10:30~10:40	休息	
10:40~12:30	生命故事/生命書寫	陳瓊玉
12:30~13:30	午餐休息	
13:30~14:20	對話原則/自我照顧	郭進成
14:20~14:30	休息	
14:30~15:20	對話練習	陳瓊玉
15:20~15:30	休息	
15:30~16:30	課程總結	郭進成