

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  |