



南華大學終身學習學院生死關懷系列招生簡章

【幸福生死學工作坊】第三期

I-告別與重生的力量

II-臨終關懷的陪伴

III-愛的正向連結

【I-告別與重生的力量】

心困在過去，過去的過不去，放不過自己，放不過別人，放不過記憶，沈重的過去讓生活的每一步不輕鬆。該如何擺脫過去，好希望心能好好回到當下，安住當下。這次，讓我們透過體驗死亡好好地向過去告別，讓過去的過去，讓當下重新開始，讓生命有重生的輕鬆與智慧。

【II-臨終關懷的陪伴】

人生一場，沒有人打算活著回去，但面對死亡，如何讓離開的人得到善終，讓留下的人好好活著？學會向臨終者表達關懷，以正念守護自己與臨終者，預演對臨終者的溫馨守護，以及彌補來不及表達的遺憾，是送給自己與親友最珍貴的禮物。當啟動內心深處的真心關懷，將「超越生死，看見幸福」。

【III-愛的正向連結】

生命的結束，不是愛的結束，不是關係的結束，所愛的人死了，心中的愛更加鮮活。安靜下來，喚起柔軟真心，學習向喪親者表達安全且溫暖的關懷，也學習向逝者進行真心對話，釋放喪親悲傷，並重建與逝者的正向連結關係。

授課老師： 羅耀明 博士

現 職：國立雲林科技大學通識中心兼任助理教授、台灣安寧照顧協會公關委員、台灣正念學學會正念療育資深督導師

課程目的：

1. 停下腳步好好回顧過去，為生命的告別作準備。
2. 藉由體驗向過去告別的活動，體悟重生的輕鬆與智慧
3. 學習融入正念的臨終關懷三步驟：開心、放心、信心。
4. 以正念演練臨終關懷的表達，分別體驗臨終者與關懷者的心情與感受

課程內容：請詳見課程大綱。

上課時間：

【幸福生死學 I-告別與重生的力量】工作坊：109 年 12 月 5 日(六) 9:00-18:00

【幸福生死學 II-臨終關懷的陪伴】工作坊：109 年 12 月 26 日(六) 9:00-18:00

【幸福生死學 III-愛的正向連結】工作坊：109 年 12 月 27 日(日) 9:00-18:00

上課地點：南華大學校本部（嘉義縣大林鎮南華路一段 55 號）

招生對象：

1. 想要超越死亡恐懼、追求心靈成長者
2. 希望對生命意義更加理解，從生命找到力量
3. 在實務上有臨終關懷需求的家屬或助人工作者
4. 未能圓滿臨終關懷的喪親者

招生人數：20 人。依照繳費順序錄取至額滿為止。

學費定價：單場定價\$3,000 元

學費優惠：報名幸福生死學工作坊：\$3,000 元/場
報名二場以上，第二場(含)開始優惠：\$2,500 元/場

報名手續： 1. 線上報名網址連結：<https://reurl.cc/R1Xj7Z>
並於三天內完成繳費手續。本課程將依照報名者繳費順序錄取至額滿為止。
2. 親至南華大學終身學習學院 成均館 C108 室報名。



繳費方式：

(1) 開課前至終身學習學院 成均館 C108 室繳費。

(2) 銀行匯款或 ATM 轉帳 (彰化銀行大林分行)

▲ 戶名：財團法人南華大學，帳號：(009)6204-51-163669-20(彰化銀行大林分行)

匯款或 ATM 轉帳後，請提供您的姓名、報名課程名稱、繳費日期及帳號末五碼，並拍下匯款單或收據，以附件方式，寄至 email：saudra881306@nhu.edu.tw

*完成繳費後請妥善保存繳費憑據。

結業：修業期滿，由本學院核發推廣教育研習證明書。

其他事項：

(1) 本班為研習課程班(非學分班)，不授予學分、學位證書及不發成績單。

(2) 本學院有權保留課程變動及時間調整之權利，課程若有變更將會提前告知學員。

(3) 如遇天然災害(颱風、地震、洪水、豪雨)，嘉義縣市政府宣佈停課，當日課程原則上將另擇日補課乙次，惟時間須與任課老師協商後再行通知。

(4) 依教育部頒訂「專科以上學校推廣教育實施辦法」之規定：學員自報名繳費後至開班上課日前退費者，退還已繳學費之九成。

自開班上課之日算起未逾全期三分之一者，退還已繳學費之半數。開班上課時間已逾全期三分之一者，不予退還。

(i) 申請退費必須附上收據正本及申請書，缺一不可，否則不予受理。

(ii) 本學院退費係以匯款方式辦理，受款人依當時學費收據抬頭為主，若需更改受款人，須將相關切結書及同意書填妥並蓋公司大小章連同收據、申請書一併繳交始得辦理。

(5) 學員於修習期間應遵守本學院規定，如有不當行為或影響授課或影響其他學員之學習，經通知仍未改善者，本學院得取消其修讀資格，且不予退費。

(6) 患有法定傳染病者，本學院得拒絕其入學及上課。

(7) 就讀本班不得辦理兵役緩徵。

(8) 本班無補課機制，課程均須於當期修習完畢；謝絕旁聽及找人代為上課。

(9) 本簡章若有未盡事宜，本學院保留得以隨時修改之權利。

(10) 課程詳細內容洽詢電話：(05)2721001 分機 8331 月香專案經理。





南華大學終身學習學院生死關懷系列招生簡章

【幸福生死學工作坊】第三期

I-告別與重生的力量

II-臨終關懷的陪伴

III-愛的正向連結

上課時間：109年12月5日(六)、12月26日(六)、12月27日(日)

授課教師：羅耀明 博士 /台灣安寧照顧協會公關委員、
台灣正念學學會正念療育資深督導師

※本學院保留課程安排及師資調整異動之權利，授課日期、時間、地點或單元主題，如有調整將會另行提前通知。

	12/5 別與重生的力量	12/26 臨終關懷的陪伴	12/27 愛的正向連結
08:30-08:50	報 到 課前宣導及安全需知		
08:50-09:00			
09:00-10:50	1. 相見歡 2. 正念呼吸練習 3. 正念回顧生命	1. 正念呼吸練習 2. 昨日課程體悟 3. 正念覺察臨終者的生理反應	1. 認識喪親者的悲傷與實用的理論
10:50-11:10	休 息		
11:10-12:00	1. 死隨念 2. 預立遺囑	1. 認識臨終關懷的要領	1. 以體驗方式，釋放喪親者對逝者的悲傷
12:00-13:00	午餐時間	午餐時間	午餐時間
13:00-15:00	1. 正念身體掃描 2. 美麗的相有力量	2. 正念身體掃描 3. 臨終關懷前需具備的態度	1. 喚起逝者的愛與力量
15:00-15:15	休 息		
15:15-18:30	1. 正念觀想死亡 2. 告別與重生體驗 3. 學員心得分享	1. 臨終關懷的步驟 2. 臨終關懷體驗	3. 與逝者的對話 4. 正向連結關係，讓逝者的力量持續相伴。
18:30-18:40	頒發研習證書及大合照		