**106學年度第一學期進修部導師團體輔導知能研習**

(主題:哈科米工作坊～「愛的同在」)

1. 工作坊內容:

哈科米(Hakomi)取向是由心理成長大師朗·克茲(Ron Kurtz)結合東方的正念(mindfulness)與西方的科學理論所發展出的個人成長與內在探索取向。經

由自我研究與治療師支持性的引導，我們可以學習如何脫離難過與絕望的情緒，處於安全,滿足與謙和的情緒狀態。長時間下來，大腦結構也會因此而改變。哈科米非暴力，尋找個人內在潛力的方式，對於從事創傷治療或

教學工作的專業人士特別有所幫助，也很容易能搭配其他的取向。1月22日(週一)–23日(週二)工作坊的設計是協助個人在自我與人際關係上有更多自我的內在覺察。

二. 時間:106年3月24–25日(週六.週日) 9:00-16:00

三. 地點:醫學院國璽樓學生輔導中心團輔室 MD145

四. 注意事項:**完整參加3月24/25工作坊者(不缺課超過兩個小時)可獲得哈科 米「愛的同在」工作坊證書**

五.進行流程

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 時間 | 3月24日(六) | 3月25日(日) |
| 08:45-09:00 | 報到 | |
| 09:00-1200 | **覺察自己與人接近的信念與模式** | **人際滋養的體驗** |
| 12:00-13:00 | 中午休息 | |
| 13:00-16:00 | **練習習慣模式之外開放與享受的心態** | **「愛的同在」的介紹與練習** |

六.講師簡歷:

**貝雋文 Rob Bageant**

專長: 以身體為中心，靜心取向的心理治療，自我覺察與成長，身心靈整合，跨文化適應與溝通。

認證: 哈科米督導/訓練師/講師/治療師

經歷: 台灣哈科米中心創辦者與訓練者，美國華盛頓州諮商師/身體按摩師/ 哈科米治療師