



熱烈報名中

迦樂醫院
觀十訓練體驗營



觀十初階營課程表

	第一天	第二天	第三天	第四天	第五天
晨間		直觀五區 觀察自我與環境	直觀五區 觀察自我與環境	直觀五區 觀察自我與環境	直觀五區 觀察自我與環境
上午	門診治療 討論個別目標	生活經營	生活經營	生活經營	生活經營
下午	環境介紹	認識自我	認識自我	認識自我	認識自我
晚間	夜間活動 社會參與	夜間活動 社會參與	夜間活動 社會參與	夜間活動 社會參與	夜間活動 社會參與



	第六天	第七天	第八天	第九天	第十天
晨間	直觀五區 觀察自我與環境	直觀五區 觀察自我與環境	直觀五區 觀察自我與環境	直觀五區 觀察自我與環境	直觀五區 觀察自我與環境
上午	生活經營	生活經營	生活經營	生活經營	生活經營
下午	認識自我	認識自我	認識自我	認識自我	認識自我
晚間	夜間活動 社會參與	夜間活動 社會參與	夜間活動 社會參與	夜間活動 社會參與	夜間活動 社會參與

直觀5P訓練課程6週

直觀課程講

1 直觀課程講述及討論1週

4

自我直觀訓練1週

2

現象學講述及討論1週

5

雙D組長實習1週

3

框景培養1週

6

5P小組實習1週



直觀課程綱要



1. 認識自我

- 1 描述自己以及與自己相關的人事物。 (初階)
- 2 認識自己在家庭的角色。 (初階)
- 3 欣賞與表現自己的長處，並接納自己。 (初階)
- 4 參與各式各類的活動，探索自己的興趣與專長。 (初階)
- 5 欣賞並接納他人。 (進階)
- 6 尊重與關懷不同的族群。 (進階)
- 7 在日常生活中，持續發展自己的興趣與專長。 (進階)
- 8 舉例說明社會中的各種文化活動，並分享自己參與這類活動的體驗。 (進階)
- 9 了解學習直觀的方法，並實際應用於生活中。 (進階)
- 10 了解自己與環境的關係，並能說出自己的角色。 (進階)
- 11 體會生命的發展過程，並分享個人的經驗與感受。 (高階)
- 12 透過不同的活動或方式，展現自己的興趣與專長。 (高階)
- 13 描述自己的文化特色，並分享自己對文化所建立的意義與價值。 (高階)
- 14 應用多元的能力，展現自己對文化的理解與學習。 (高階)



2.生活經營

- 1 經常保持個人的整潔，並維護病室的秩序與整潔。（初階）
- 2 分享自己如何安排時間、金錢及個人生活的經驗。（初階）
- 3 蒐集相關資料並分享各類休閒生活。（初階）
- 4 認識並欣賞週遭環境。（初階）
- 2-2-1 實踐個人生活所需的技能及一般禮儀。（進階）
 - 1 參與醫院活動，分享個人維持家庭生活的經驗。（進階）
 - 2 觀察生活中自然現象的變化。（進階）
 - 3 規劃改善自己的生活所需要的策略與行動。（進階）
 - 4 覺察自己與家人溝通的方式並學習體驗家庭生活。（高階）
 - 5 規劃適合自己的休閒活動並學習自我獨處生活的能力。（高階）
 - 6 規劃並準備自己職業生涯，同時了解自己選擇的理由。（高階）



3. 社會參與

- 1 舉例說明自己參與的團體，並分享在團體中與他人相處的經驗。（初階）
- 2 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。（初階）
- 3 參與團體自治活動並養成負責與尊重紀律的態度。（進階）
- 4 參加團體活動，了解自己所屬團體的特色，並能表達自我以及與人溝通。（進階）
- 5 參與醫院服務活動，並分享服務心得。（進階）
- 6 認識並了解社會資源對日常生活的重要。（進階）
- 7 認識參與團體自治活動應具備的知能，並評估自己的能力。（高階）
- 8 體會參與醫院服務的意義。（高階）
- 9 熟悉各種資源及支援系統，並幫助自己及他人。（高階）
- 10 認識不同的文化，並分享自己對多元文化的體驗。（高階）
- 11 體會參與團體活動的意義，並嘗試組織團體活動。（高階）
- 12 認識世界各地的生活方式，了解在多元社會中生活所應具備的能力。（高階）



4.觀察自我與環境

- 1 觀察醫院週遭環境，並知道保護自己的方法。（初階）
- 2 整理自己的生活空間，成為安全的環境。（初階）
- 3 知道環境保護與自己的關係。（初階）
- 4 辨識各種人為的危險情境，並學習自我保護的方法。（進階）
- 5 妥善運用空間，減低危險的發生。（進階）
- 6 了解自己在各種情境中可能的反應，並學習抗拒誘惑。（進階）
- 7 舉例說明保護及改善環境的活動內容。（進階）
- 8 認識各種情境，並說出如何應對。（高階）
- 9 探討環境的改變與破壞可能帶來的危險，討論如何保護或改善環境。（高階）
- 10 覺察人與自然的關係，並能對日常生活中的事物做有系統的觀察與探究，發現及解決問題。（高階）
- 11 了解人為和自然環境可能發生的危險與危機，擬定並執行保護與改善環境之策略與行動。（高階）



Muggle Transformation and Transcendence to loofa

