

## 第1期 「夢與生命教育」工作坊

### 講師：汪淑媛教授

#### 學歷

博士 紐約大學應用心理所 (發展心理學系)

碩士 美國天普大學教育心理學

學士 東吳大學社會學系

#### 經歷

專任教職 國立暨南國際大學社會政策與社會工作學系專任教授

#### 工作領域

學校教學 心理學、心理衛生、讀夢團體、會談技巧、家庭暴力、社會工作倫理

實務工作 讀夢團體、成長團體、社福機構外聘督導、個案研討督導

#### 著作

1. 與己同在——寫給茫然時的你我。台北：啟示出版社。民 109
2. 好好存在——一位心理學家的療癒書寫。臺北：啟示出版社，民 107
3. 夢、覺察、轉化——南勢角讀夢團體現場。臺北：心理出版社，民 105
4. 讀夢團體原理與實務技巧，Montague Ullman 原著，汪淑媛中譯。臺北：心理出版社，民 96

#### 指定閱讀(請於參加團體前閱讀汪教授上述著作)

1. 好好存在——一位心理學家的療癒書寫
2. 夢、覺察、轉化——南勢角讀夢團體現場以及讀夢團體原理與實務技巧
3. 與己同在——寫給茫然時的你我

## 111 年云端耘心工作坊講師簡歷及團體帶領取向

### 團體帶領取向(團體規模：20 人)

夢來自潛意識，探索自己的夢是探索未知的自己，整合過去與現在，拓展內在心靈版圖，增強問題解決能力，創造生命更寬廣的舞臺。

夢與生命教育團體進行方式將運用歐曼 ( Montague Ullman ) 設計的小團體讀夢方法，實作體驗讀夢過程。每一個單元邀請一位成員志願分享近期的夢與近期生活脈絡，團體將協助投射夢境的感覺、隱喻，開發夢境的各種可能隱藏訊息，提供夢者參考，並透過彼此的提問對話，探尋夢的現實脈絡，循序漸進，揭開夢的面紗。

自願分享夢的成員，握有團體最高主導權，有完全的權力決定自己分享內容與深度，並可以隨時中斷夢的分享。為了尊重與保護夢者個人隱私，團體只能對夢者提出開放性問題，不能問引導性的問題，所有團體成員包括帶領者的觀點與想法都是投射，僅是協助的立場，夢者是詮釋自己夢的最高權威。

由於夢的誠實與智慧本質，當我們能與自己的夢連結，我們將能快速地覺察自己的情緒、資源與優勢，療癒過去創傷，統整生命經驗，有創意地因應生活挑戰，讓生命更豐富自在。