

「綻放生命的小紅花—卡片媒材新風潮」

職業憧憬卡 2.0 vs. 小紅花

報名連結



詩人魯米說：「你今天拜訪過自己了嗎？」，會不會，我們心裡的「那個火苗」，正盼望著久違的拜訪…

這場工作坊，哈克將與您們分享如何運用熱騰騰的職業憧憬卡 2.0 與小紅花，拜訪自己，和自己來一場約會，也拜訪一個人內心的「那個火苗」，走在成為的路上。

哈克不止一次在工作坊的現場，真心地看著眼前的學員暖暖的說：

「你知道嗎？當你開始嚮往，你已經走在成為的路上！當你的眼睛閃著光芒，想像著有一天也可以這樣陪伴一顆心，你那真切的帶著砰砰砰心跳很快的嚮往，你真的已經走在前往的路上了。」

每個人的生命，都有屬於自己最原本、最原初的一種湯底。你的生命裡，最有風味的，最讓人回味無窮的湯底，是什麼呢？當我們有機會真的好好的認出、品嚐了自己的湯底，就更能夠在生命裡，選擇那些適合自己的元素來到，走在那成為的路上。帶著一股熱熱的心跳，迎向更豐盛的自己。於是，活得更自由更遼闊，也更喜歡自己。

這個工作坊，哈克會帶領大家體驗「小紅花」直覺聯想的感性溫度，透過簡單又精準的回應方式，學習貼近一個人幽微但又渴望被聽見的內在嚮往，同時，搭配走入生命隱喻的「生涯探索隱喻卡（嗨卡4）」，在一個一個問句與回應裡，品嚐自己生命的湯底、最原初的樣貌，運用最新版「職業憧憬卡*2.0」，讓憧憬的職業興趣豐富我們生命，在想創造的時候添加風味、趣味，帶來多樣性與可能性。

【主辦單位】財團法人「張老師」基金會 台北分事務所

【工作坊內容】

1. 透過牌卡，哈克將示範如何交織有趣的氛圍和遼闊與溫柔的聆聽，透過語言、

眼神、語法、內在狀態，靠近一個人，陪伴一個人一步步走向自己的心跳。讓那一份帶著溫度的懂，在不知不覺中像月光忽然跳進了窗，搭起一座與人連結的橋樑。讓那心牆內的美，有機會綻放。

2. 生涯隱喻探索卡（嗨卡 4）與最新版職業憧憬卡 2.0 的帶領示範、實務運用的活動操作，探索生命的盼望。在職業憧憬卡豐富多樣性裡所扮演的角色，拓展生命的更豐盛與有趣的可能性。
3. 學習從意識、直覺兩個角度切入，跟內心深處的渴望連結。在陪伴的問句與回應中，提煉屬於主角的「生命關鍵字」；透過純粹由圖像組成的紅花卡，貼近心跳，將直覺感受在畫面中碰觸「心的語言」。

【研習時間】2024 年 4 月 27-28 日，共兩整天，合計 12 小時。

第一天：4 月 27 日 (週六) 09：00～16：30，6 小時。

09：00-12：00（哈克老師 帶領），中午休息一個半小時，

13：30-16：30（助講：李詩涵 心理師 / 詹子瑩 心理師 帶領）。

第二天：4 月 28 日 (週日) 08：30～16：00，6 小時。

08：30-11：30（哈克老師 帶領），中午休息一個半小時，

13：00-16：00（助講：李詩涵 心理師 / 詹子瑩 心理師 帶領）。

研習時間	帶領者	工作坊進程
4/27 (六) 09:00~12:00	哈克 老師	團體開場、解說 現場示範
4/27 (六) 13:30~16:30	助講，李詩涵/詹子瑩 諮商心理師	團體演練
4/28 (日) 08:30~11:30	哈克 老師	講解、回應提問、 主題活動
4/28 (日) 13:00~16:00	助講，李詩涵/詹子瑩 諮商心理師	團體演練、 回顧與前行

★【專業認證】本課程申請「諮商心理師、社工師繼續教育積分」中。

【講師介紹】

★哈克 老師



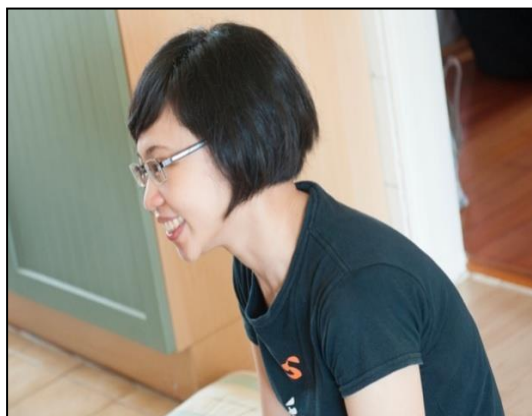
哈克 (黃士鈞) , 諮商輔導博士。專長領域：隱喻、解夢、卡片媒材帶領人訓練。

哈克特別喜歡在網球場奔馳流汗，也喜歡抱著吉他彈唱寫歌。

書籍著有：《做自己還是做罐頭》、《讓愛成為一種能力》、《陪一顆心長大》、《你的夢你的力量》、《生命的神秘配方》、《爸爸的鬼點子》、《一字一句靠近潛意識》、《翻過來看世界》、《陪伴心理學》。

卡片媒材創作：《生涯卡》、《愛情卡》、《夢境智慧探尋卡》、《嗨卡 1 - 人際溝通萬用卡》、《嗨卡 2 - 生涯探索萬用卡》、《嗨卡 3 - 親近關係萬用卡》、《嗨卡 4 - 生涯探索隱喻卡》，其中，《能力強項卡》、《職業憧憬卡》與李華璋教授合作，《熱情渴望卡》與黃錦敦老師合作。線上聲音課程：《與人連結的三個秘密》、《讓夢想著地》。

★助講 李詩涵 諮商心理師



諮商心理師證照、美國 RYS-200 瑜珈師資認證、NGH 國際催眠完訓。

跟隨哈克學習團體帶領多年，深入體會哈克之帶領，安靜而沉穩、有趣而豐富。喜愛音樂、歌唱、瑜伽、舞蹈和戲劇及身心靈整合等相關的領域。觀護協會乘風少年及微光社會福利機構特約心理師、國立臺灣藝術大學專任心理師、台北海洋技術學院專任心理師、臺中市少年輔導委員會約聘社工員。

★助講 詹子瑩 諮商心理師



諮商心理師證照、NGH 國際催眠治療師認證訓練完訓、NAHA 初階芳療師認證。

過去任職於關務署公務生涯 9 年，自 2016 年起，擔任黃士鈞老師全臺工作坊助教，深刻浸泡於哈克帶領場域近九年，溫柔澄澈中帶著鵝黃色的活力感。

熱愛透過隱喻、音樂、引導冥想與精油香氣，陪伴人觸碰內心。現為澄隅心理諮商所心理師，黃士鈞老師工作坊之助理講師，及香內芳研室合作講師，並協助黃士鈞老師工作坊邀約、籌備等相關事宜。

【卡片媒材介紹】

主角的現在，在哪裡？

主角的心，想要去哪裡？

卡片媒材，怎麼陪著他／她從現在走到想去的那裡？

卡片字面上的意思、主角的模樣、呼吸、聳肩、抿嘴、匆忙、緩慢安靜、……
這些種種，和主角口中所說出的故事，交織成一幅畫。

哈克會帶著大家，從卡片的入口進去，和主角的心在一起。

生涯探索隱喻卡（嗨卡 4）



生涯探索隱喻卡，又名「嗨卡 4」，是繼嗨卡推出以來本系列的第四波強打：生涯探索隱喻篇。嗨卡 4 和嗨卡 1、2、3 一樣，屬於輕鬆、有趣的問句卡，同時，嗨卡 4 有豐富的土地和大自然的隱喻。

如果「生命」是一片田野，生長著各種作物與原生植物，那麼嗨卡 4 一張張的問句，就像是為生命的園地重新復育、播種與耕種，同時，也開闢一道道清澈的泉水，讓這片土地能在季節的風裡，自然的豐盛、茁壯。（註：隱喻，是將真實的事物，以影射類比的方式傳達出來，是人自然又活潑的溝通方式。）裡頭的問句像是：

「動物用自然的樣貌展現自己，黑白條紋、翠綠羽毛、金色的鱗、雪白的角...，什麼是你自然、原始又喜歡的自己？」

「如果可以天馬行空的創造『美好的一天』，你想要什麼發生？」

「蚯蚓鬆開堅硬的土壤，滋養土地，也讓種子更容易發芽。在生命辛苦的時刻，如果有了誰或什麼作伴，能讓心田多些柔軟、滋養，帶來茁壯？」

職業憧憬卡 2.0

2023 年全新發行的職業憧憬卡 2.0，是職業憧憬卡距初版十二年之後重新改版推出的作品。

這十幾年來，全球的工作環境與職業選項產生了重大的改變，舉凡當今吸引年輕族群的網紅、電競遊戲相關行業，或是生活中越來越常接觸到的 Uber 外送、Uber 計程車... 等，都不是 12 年前的職業選項。

在團隊的共同努力之下，這次職業憧憬卡的改版，一舉增加了超過 100 個職業名稱，加上職業名稱之下新增的職業範例，整體職業選項增加了超過 200 個！

總括來說，新版的職業憧憬卡，比原本的更好想像、更完整，也更親近生活，誠摯邀請您一起來鑑賞這個 12 年後更成熟、更呼應世代的作品，讓孩子們的生涯想像更多元、更落地。

職業憧憬卡主要藉由挑選的過程，覺察自己有興趣的職業種類。一張一張的職業憧憬卡，是職業名稱，是人格特質，也是隱喻，當我們帶著這樣的眼光投身於自己的生涯，夢想，就可以有新的樣貌與可能性。



小紅花 x4 (表達性藝術治療萬用卡—輕巧分享版)



小紅花 x4 是為了回應多年來紅花卡愛用者的呼喚而生，由紅花卡 1 到紅花卡 3 超過 300 張影像裡面再次精選而來。

相對於紅花卡，小紅花 x4 的尺寸更小（變成明信片大小），份數也更多（每套小紅花有四副一模一樣的 100 張卡片，共 400 張），除了讓帶領者更方便攜帶，更重要的是，這些貼近內在的影像被挑選後，不再需要跟團體成員或個案要回來了！

因為份數足夠，所以每一張卡片都成了一份被可以帶回家的禮物、一份內在歷程的紀錄，或化身為一張明信片，寄給重要的人或未來的自己。

.....

【參加對象】

1. 歡迎諮商心理師、社工、教師、醫療等助人工作者、志工、研究生等報名參加。
2. 歡迎對催眠、解夢與潛意識有興趣者、對了解人、陪伴人有興趣的朋友報名參加。

【參加人數】限收 36 人（額滿截止，依完成報名繳費的先後順序）。

【研習地點】

台北「張老師」中心 台北市大直街 20 巷 18 號（捷運大直站 1 號出口，再步行 4 分鐘）

【研習費用】6,200 元（含午餐、研習手冊，研習證書、不含圖卡費）。

【優惠方案】早鳥價：5,580 元（113/3/26 前完成繳費）。

舊生價：5,580 元（請提供 2 年內舊生相關證明）。

兩人同行：5,580 元（兩人同時完成報名繳費）。

五人同行：5,270 元（五人同時完成報名繳費）。

【課程提醒】教學用卡片媒材會由帶領團隊準備。

工作坊現場也可以直接購買，也可以工作坊之前預先登記所需卡片。

【報名方式】（請擇一方式即可）

1. 報名網址：<https://reurl.cc/A0zN2Y>

2. 至「張老師」全球資訊網(<http://goo.gl/bbYDPr>)→課程訊息→北部地區登入會員後即可線上報名。

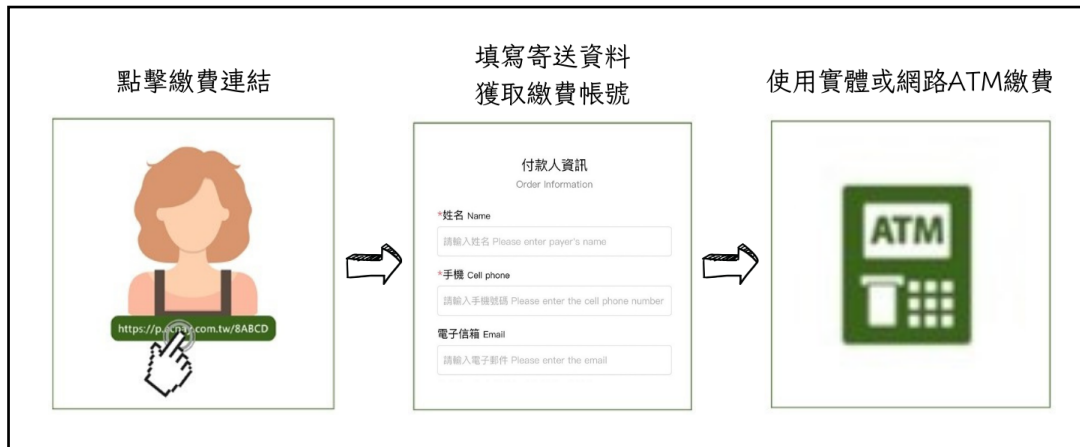
3. 聯絡電話：(02)2532-6180 聯絡人：分機 132、分機 133 陳小姐。

4. 傳真電話：(02)8509-3618。

5. 張老師全球資訊網：http://www.1980.org.tw

.....

【報名流程】



1. 填寫 google 表單報名→
2. 電子信箱收到繳費連結，並填妥繳費連結的表單→
3. 根據表單所提供的「專屬帳號」，於繳費期限三日內完成繳費→
4. 三個工作天內收到承辦單位確認函→
5. 正式報名成功

【繳費步驟】

【注意事項】

- ✿ 學員一律採線上表單報名，報名後需完成繳費才算報名成功！
- ✿ 學員填寫報名資料，請確保基本及通訊資料正確，以免影響您的上課權益。
- ✿ 開立二聯式電子發票，將於繳費後 3-5 個工作天內傳送至學員提供的電子信箱。
開立三聯式電子發票，請於報名表單確實填寫機構抬頭及統編，如任何問題請聯繫本中心。
- ✿ 開課前 5 天將以電子郵件及寄發上課通知，如未收到請務必電話洽詢。
- ✿ 為保有老師的教學品質和其他學員與上課權益，請務必準時到達現場。
- ✿ 本課程退費辦法依照台北「張老師」心理學苑。學員因故申請退費，採匯款轉帳方式退款，學員需提供本人轉入之開戶銀行、戶名、帳號及親自簽名之退費申請書，銀行轉帳手續費 30 元由主動提出取消課程者自行負擔。
- ✿ 全勤出席者，本中心將核發研習證書，請妥善保管，遺失恕不補發。
- ✿ 為尊重講師智慧財產權，所有課程請勿私自錄(攝)影與錄音，謝謝！
- ✿ 除天然災害、強烈颱風、地震等不可抗拒因素(依行政院人事行政局公佈停止上班上

課)，其餘國定假日均照常上課。

【優惠辦法】（本優惠辦法僅適用於本中心所開之課程。）

請擇一使用（任何適用優惠辦法請於繳費前提出，繳費後恕不受理）

(1)八五折優待：5人同行

(2)九折優待：

1. 兩人同時完成報名繳費。
2. 學生優惠〔限本人，並請附上學生證正反面影本〕。
3. 持張老師月刊貴賓卡〔限本人，並請附上貴賓卡影本〕。
4. 同一人同時完成繳費兩項課程。
5. 開課日前一個月完成報名繳費。
6. 持救國團終身學習卡〔限本人，並請附上學習卡影本〕。
7. 舊生持相關證明報名課程（兩年內研習證書，需於繳費前提出，繳費後不受理）

【退費方式】

- (1)開課日第30日之前辦理，可退費95%
- (2)開課日期第29日~7日前辦理，可退費90%。
- (3)開課日~6日前辦理，可退費80%。
- (4)上課時數未達1/3之前辦理，可退費50%。
- (5)上課時數已達1/3，恕不退費。

