



如己健康
As Care

115年度 安寧照護實務研討會

生命・陪伴與 自我安頓

~關係察覺與照顧整合學習~

照顧他人的路上，我們總忙著思考該做什麼，卻少有機會停下來看見自己。

本研討會將以「你背負了誰的傷」為起點，透過關係的覺察，看見自己，也理解他人；在理解中學會陪伴，在陪伴中安頓自己，讓照顧成為一段理解、連結與成長的旅程。

2026
10/24 (六)

09:00-17:00

中臺科技大學 天機大樓大禮堂
台中市北屯區廬子里廬子路666號



講者 **馮以量**

馬來西亞家庭治療及臨終關懷推手

- 馬來西亞孝恩集團輔導與諮商部門資深顧問/已亮出版社執行長
- 澳洲南澳大學社會科學(輔導)碩士
- 著有《你背負了誰的傷》、《允許悲傷》、《最好的告別》暢銷作者
- 20多年家庭關係與安寧療護實務經驗
- 陪伴逾1000個家庭、1000位臨終病人與喪親者
- 榮獲新加坡「醫療仁心獎」、入圍馬來西亞十大傑出青年

一場結合生命故事、專業實務與關係覺察的深度分享，帶您重新思考陪伴、悲傷與生命的意義。

課程內容

上午場 09:00~12:20

你背負了誰的傷？

講師 |
馮以量 輔導諮商資深顧問

透過「家庭雕塑」，看見原生家庭如何影響我們的情緒、關係與人生選擇。當你開始理解自己，也將更有力理解他人，重新選擇未來。

下午場

13:30~16:50

當他不好時：
如何在關係中同理陪伴

面對病人與家屬的失落、悲傷或情緒反應，學習從家庭與角色脈絡理解其需要，並練習以「同在」取代急於解決問題，提供合宜的專業陪伴。

13:30~16:50

當我不好時：
如何溫柔地接住自己

面對照顧工作累積的壓力與情緒，學習辨識自身身心訊號，並透過情緒調適、正念減壓與放鬆技巧，建立可持續運用的自我照護方法。

講師 | 曾稚婷 社工師

馬偕紀念醫院社會服務室
臨床社工課組長
專長：臨床社會工作、悲傷輔導、家庭支持、安寧關懷



講師 | 張詩吟 護理師

馬偕紀念醫院安寧病房護理長
專長：安寧照護、心理腫瘤護理、病人家屬支持、身心照護策略



課程對象 | 照顧服務員、家庭照顧者或對照顧溝通與關係議題有興趣者

學分申請 | 預定申請護理師繼續教育積分、長照人員繼續教育積分、
台灣安寧緩和護理學會繼續教育積分

課程費用 | 早鳥預售票2,000元起 (僅報名上午場1,500元；下午場700元)

※另有團體票及中臺科技大學校友等優惠價，詳見連結

主辦單位 | 如己健康股份有限公司

合辦單位 | 中臺科技大學護理學院、如己居家護理所

報名連結



洽詢電話 0916-435-995