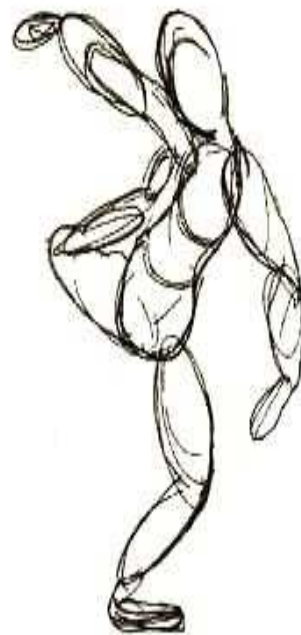


身心系列之一

解讀身體密碼

「動作反映人格與內在關係」，**身體提供豐富的線索、讓我們瞭解自己**，本課程以拉邦肢體動作分析(Laban Movement Analysis) 系統的內容。

在初階課程中，協助你認識肢體動作的語言。從各式身體動作的體驗中，加強個人對動作習慣的理解與覺察，對身體的各部位進行一連串的喚醒，建立自我並認知與環境的互動關係；進階課程則將進一步帶領你如何從身體動作的對話、創意與調整中，獲得個人內在深層的釋放與平衡。在身體、心理、情緒、認知及人際互動上的發展，達到身心合一的整體健康。



- 內 容：1. 身體的覺知與控制
2. 動作語言的意義
3. 以動作特質探索身體範圍及人際界線
4. 個人內在深層的釋放與平衡

時 間：春季班 初階：4/9-5/28
進階：6/4-7/23 (每週五晚上 7:00-9:30)
秋季班 初階：8/6-9/24
進階：10/15-12/3(每週五晚上 7:00-9:30)

帶 領：程芝鳳 倫敦大學 Goldsmiths 學院舞蹈動作治療碩士；英國合格舞蹈動作治療師(RDMT)，現任台安醫院表達性藝術治療中心舞蹈治療師；懷仁全人發展中心兼任舞蹈治療師；台北市立美術館美術教室舞蹈治療講師。

吳月美 懷仁全人發展中心兼任社工師；曾有 16 年為兒少、婦女及家庭工作的經驗，特別關注環境與人際對個人身心影響，專長於透過身心學及覺知律動協助個人身心平衡。

財團法人天主教聖母聖心會－懷仁全人發展中心
台北市中山北路一段 2 號 9 樓 950 室
電話：02-23117155 ， 傳真：02-23311193
郵撥：19652262 財團法人天主教聖母聖心會
E-Mail：huaijen@seed.net.tw
網址：http://www.huaijen.org.tw



HUIJEN CENTER
FOR
HUMAN BECOMING