

# 2026NLP 自助助人系列專業訓練團體

## 杜華心苑心理諮商所及臺灣心智科學學會聯合辦理

### ★ 「什麼是 NLP(神經語言程式學)呢？」

NLP 是一門結合心理學、生理學、神經學、語言學的應用心理科學，NLP 能幫助人們學習如何調控大腦，快速有效的改變思考、情緒與行為，以達成目標、解決困擾、發揮潛能，因而自 1970 年代迄今盛行於美國，並於 90 年代引進臺灣，在天主教新竹社會服務中心由王輔天神父及趙淑華老師共同致力推廣，舉辦過 100 場以上的 NLP 相關團體，協助上千名曾參與過此團體的學員，學習如何運用 NLP 的技巧，協助自己及他人轉化困境以經驗生命的美好。

自 2016 年起，杜華心苑心理諮商所、臺灣心智科學學會、清華大學認知與心智科學中心及臺灣諮商心理學會共同辦理「NLP 自助助人系列專業訓練團體」，由趙淑華心理師擔任帶領者，將 NLP 以系統性的規劃，提供對 NLP 有興趣的學員從初階到進階訓練，全方位深入學習活用 NLP 自助助人的方法。

### ★ 「誰適合參加呢？」

- 想要培養敏銳的觀察力、改善溝通以增進人我關係，並學習情緒調適及化解內在衝突的能力、鬆動及改變過去困境的學習者，或希望將 NLP 帶入自身專業的助人工作者、教師、醫護人員；以及對 NLP 有興趣的民眾。每堂課限額 30 人。
- NLP 突破信念團體：適合想要學習及運用不同方式擴展覺知、轉化舊有慣性，以產生及增強新的增益性信念，並能夠促使行動的發生及延續，以突破自己與他人的限制性信念的學習者。
- NLP 編碼圓滿人生團體：適合想要學習如何探索及轉化個人生命隱喻，並藉由調整經驗層次的一致性，將增益性信念植入個人信念系統以助於圓滿人生目標的學習者。
- NLP 神乎奇口團體：想要在談話中鬆動對方的限制性信念，使其跳脫束縛已久的舊有慣性，並學習如何調整內在的時間知覺，以運用其更新記憶、轉化情緒與創傷，讓生命可以活得更加自由自在的學習者。

以下提供 2026 年 3 堂 NLP 團體的相關資訊，歡迎有興趣的朋友們踴躍報名、與我們一同學習！也歡迎來訊洽詢~

淑華說：

您若視 NLP 為技巧，它將服侍人的頭腦；  
您若賦予 NLP 靈魂，它將服侍人的靈魂，  
這取決於您的決定。

邀請您與淑華共同探索 NLP 的奧妙，  
開啟生命的新可能！

【活動專頁】[https://www.dowdslove.url.tw/?page\\_id=2665](https://www.dowdslove.url.tw/?page_id=2665)

【學員心得】<https://www.dowdslove.url.tw/?cat=4>

【主辦單位】杜華心苑心理諮商所、臺灣心智科學學會

【協辦單位】清華大學認知與心智科學中心、臺灣諮商心理學會

【師資介紹】趙淑華諮商心理師

美國舊金山大學諮商碩士、NLP 專業訓練團體帶領近三十年經驗、九型人格團體帶領、心理諮商實務及諮商專業督導二十多年經驗、近年致力於帶領有關安在當下、慣性力量與信念之覺察及轉化團體。

【團體活動時間及內涵】

### 1 NLP 突破信念團體(實體團體)

時間：2026/1/10、11、17、18，每日 9:00-16:30

地點：清華大學

在本團體中您將學習到：

1. 自然法則法—應用信念改變的自然循環，產生新的信念，並將限制性信念帶入歷史。
2. 限制性信念擴展法—應用時間與知覺角度以擴展對限制性信念的瞭解。
3. 信念鍊—以產生有益的信念。
4. 信念改碼—運用次感元調整信念。
5. 準則階層法—超越限制性準則，以做出期望的行為。
6. 抉擇終結者—創造正向的烙印經驗，以轉化舊有的人生抉擇。
7. 共鳴法—聆聽心靈導師的智慧以增強自己的信念或使命。

## **2 NLP 編碼圓滿人生(線上團體)**

時間：2026/4/11、12、18、19，每日 9:00-16:30

在本團體中您將學習到：

1. 揭開生命隱喻的薄紗。
2. 調整生命隱喻。
3. 從經驗的六個層次瞭解自己目前的狀態。
4. 經驗層次甦醒法—調整經驗各層次，使各層次方向一致，能量流暢行無阻，邁向目標。
5. 開創圓滿之路—將有助於達成圓滿人生的信念植入未來生活。
6. 魅力未來—創造令您心動且忍不住要行動的圓滿人生藍圖。

## **3 NLP 神乎其口(線上團體)**

時間：2026/6/6、7、13、14，每日 9:00-16:30

在本團體中您將學習到：

如何在談話過程中運用十五種招式，鬆動對方的限制性信念，使其跳脫那些束縛自己的陳年習性，讓生命可以活得更加自由自在。

**【活動說明】**本活動為心理教育暨助人專業成長培訓團體，不具備心理諮商與心理治療效果，如有心理諮商/治療需求，請另行預約個別心理諮商服務(Line 線上洽詢:@dowdslove)

**【團體費用】**單場訓練團體 10,000 元(4 天共 24 小時的團體)。

**【收費標準】**以下方案擇一

1. 單門早鳥(開課前 45 天報名)、臺灣諮商心理學會會員、現職學生、全國教育產業總工會會員、清大校友或教職員工、TSMC 台積電員工、三人同行、杜華心苑 Line@好友：實體 8,500 元；線上 8,000 元。
2. 單門早鳥三人同行共學方案：實體 8,000 元；線上 7,500 元
3. 單人同年度 NLP 兩門合報 A(實體+線上)：16,000 元
4. 單人同年度 NLP 兩門合報 B(線上+線上)：15,500 元
5. 單人同年度三門全報(1 實體+2 線上)：2,3500 元。

\* 說明：以上方案需同時報名並完成全額繳費方符合資格。

\* 2026NLP 系列團體共三門：(1)突破信念(2)編碼圓滿人生(3)神乎其口

**【報名時間】**即日起，額滿截止(以完成報名費匯款的順序為準)。

**【線上報名】**[https://www.dowdslove.url.tw/?page\\_id=2665](https://www.dowdslove.url.tw/?page_id=2665)

**【繳費方式】**ATM 轉帳繳費（合作金庫銀行光復分行，銀行代碼 006，帳號 1575717208184），請於繳費完成時將匯款證明以電郵確認，報名始完成。

**【活動洽詢】**03-5736178、0965398978；Line@：[@dowdslove](mailto:@dowdslove)；[dowdslove@gmail.com](mailto:dowdslove@gmail.com)

**【積分認證】**

1. 諮商心理師繼續教育積分。
2. 公務人員終身學習時數認證。
3. 本團體由主辦單位頒發研習證書。

**【備註】**

1. 2027 年之後將持續辦理趙淑華老師 NLP 初進階系列訓練團體，全程參加者頒發全修證書。
2. NLP 突破信念訓練團體以實體方式進行，如遇疫情、天災或其他不可抗力因素，主辦單位得改採線上方式進行。
3. NLP 編碼圓滿人生、神乎其口訓練團體以互動式線上團體方式進行。
4. 線上團體進行方式採用 ZOOM 平台，建議使用電腦視訊效果較佳，請預先熟悉操作確認設備良好運作，初次參與團體者，請參加主辦單位辦理之行前連線測試活動(將於活動前 1~2 周進行)。並請於獨立空間參與線上團體，並為保障所有成員之隱私，請勿私下對團體內容進行截圖、錄影、錄音，或有他人旁聽，或進行網路直播等活動。
5. 如遇不可抗力之因素，主辦單位保留更動時間、地點、活動進行方式及取消本訓練團體之權利。
6. 如有不可抗力因素導致無法辦理本團體，將全額退費。
7. 杜華心苑提撥本團體盈餘 20% 投入本所公益心理服務。

**NLP 突破信念**

杜華心苑  
David's Love

在這次課程中您將學習到：

1. 自然法則法  
—應用信念改變的自然循環，產生新的信念，並將限制性信念帶入歷史。
2. 限制性信念擴展法  
—應用時間與知覺角度以擴展對限制性信念的瞭解。
3. 信念鍊—以產生有益的信念。
4. 信念改碼—運用次感元調整信念。
5. 準則階層法—超越限制性準則，以做出期望的行為。
6. 抉擇終結者—創造正向的烙印經驗，以轉化舊有的人生抉擇。
7. 共鳴法—聆聽心靈導師的智慧以增強自己的信念或使命。

**趙淑華 諮商心理師 帶領**

美國舊金山大學諮詢碩士/諮詢專業督導近30年  
NLP專業訓練團體及心理諮詢20多年實務經驗

活動時間:2026/01/10、11、17、18 每日9:00~16:30(共四日)  
活動方式:清華大學光復校區  
主辦單位:杜華心苑心理諮詢所；臺灣心智科學學會；協辦單位:清華大學認知與心智科學中心、臺灣諮詢心理學會  
報名洽詢:03-5736178 <http://dowdslove.url.tw> [dowdslove@mail.com](mailto:dowdslove@mail.com) Line:@dowdslove  
備註:2027年將持續辦理趙淑華老師NLP系利出進階團體，全程參加者頒發團體全修證書

**NLP 自助助人系列應用  
編碼圓滿人生**

杜華心苑  
David's Love

在這次課程中您將學習到：

1. 揭開生命隱喻的薄紗。
2. 調整生命隱喻。
3. 從經驗的六個層次瞭解自己目前的狀態。
4. 經驗層次甦醒法  
—調整經驗各層次，使各層次方向一致，能量流暢行無阻，邁向目標。
5. 開創圓滿之路  
—將有助於達成圓滿人生的信念植入未來生活。
6. 魅力未來—創造令您心動且忍不住要行動的圓滿人生藍圖。

美國舊金山大學諮詢碩士/諮詢專業督導近30年  
NLP專業訓練團體及心理諮詢20多年實務經驗

活動時間:2026/04/11、12、18、19 每日9:00~16:30(共四日)  
活動方式:ZOOM體驗式線上互動團體  
主辦單位:杜華心苑心理諮詢所；臺灣心智科學學會；協辦單位:清華大學認知與心智科學中心、臺灣諮詢心理學會  
報名洽詢:03-5736178 <http://dowdslove.url.tw> [dowdslove@mail.com](mailto:dowdslove@mail.com) Line:@dowdslove  
備註:2027年將持續辦理趙淑華老師NLP系利出進階團體，全程參加者頒發團體全修證書

# NLP 自助助人系列進階 神乎其口



在這次課程中您將學習到：  
如何在談過程中運用十五種招式，  
鬆動對方的限制性信念，  
使其跳脫那些束縛自己的陳年習性，  
讓生命可以活得更加自由自在！

**趙淑華** 諮商心理師 帶領

美國舊金山大學諮商碩士/諮商專業督導近30年  
NLP專業訓練團體及心理諮商20多年實務經驗

活動時間:2026/06/06、07、13、14 每日9:00~16:30(共四日)  
活動方式:ZOOM體驗式線上互動團體

主辦單位:杜華心苑心理諮詢所；臺灣心智科學學會；協辦單位:清華大學認知與心智科學中心、臺灣諮商心理學會  
報名洽詢:03-5736178 <http://dowdslove.url.tw> dowdslove@mail.com Line:@dowdslove  
備註:2027年將持續辦理趙淑華老師NLP系利出進階團體，全程參加者頒發團體全修證書

