

台灣安寧緩和護理學會

《好好練習告別》一日工作坊



我們每天都在照顧病人，卻很少有機會整理我們如何面對死亡、遺憾與告別。
《好好練習告別》是一場關於生命照護的深度體驗工作坊。在六個小時里，馮以量老師將邀請學員們共同創造一至兩個模擬家庭，並透過角色演練與現場觀察，一同看見病人、家屬與照顧者在生命末期所面對的情感、關係與抉擇。

我們將一起探索：

- 如何幫助病人善終——在生命最後階段，活得有尊嚴、有選擇、有溫度。
- 如何陪伴家屬善別——減少遺憾，完成未竟的話語與情感。
- 如何支持留下來的人善生——讓哀傷能夠被理解，讓生命得以繼續前行。

這不僅是一堂關於死亡的課程，更是一堂關於陪伴的課程。
因為真正困難的，從來不是死亡本身，而是在死亡來臨之前，我們如何陪伴一個人活著。

讓即將離去的病人得到善終、
讓我們彼此的關係得到善別、
讓失去親人的家屬得以善生。

講師介紹：

馮以量老師，馬來西亞家族治療及臨終關懷推手

目前任職馬來西亞孝恩集團輔導與諮商部門之資深顧問及已亮出版社執行長。畢業於澳洲南澳大學社會科學（輔導）碩士學位。曾任職新加坡雅西西慈懷病院資深醫療社工、新加坡善友輔導中心輔導員兼訓練部主管及新加坡甘露關懷協會安寧志工督導。

擁有20多年家庭關懷與安寧療護實操經驗、協助超過1000位夫妻及青少年、陪伴超過1000位臨終病人及喪親者、提供超過1000場演講（覆蓋40多萬觀眾）。受邀為馬來西亞國家電台愛FM嘉賓主持、開設300餘場有關家庭重塑以及臨終關懷深度學習工作坊、授權及參與30餘場改編自《善終》的戲劇公演、授權及參與10餘場改編自《把愛帶回家》的戲劇公演、創立馬來西亞首個生死特展（MY DEATHFEST 2018）、帶領20餘場線上讀書會、也曾受邀為訪問網專欄作者等。

2011年入圍馬來西亞十大傑青、2011年獲馬來西亞《星洲日報》讀者票選為十大本地最受歡迎作家、及2009年新加坡總統頒發「醫療仁心獎」。

著有《父能量》、《你背負了誰的傷》、《允許自己選擇愛》、《允許悲傷》、《最好的告別》等著作。



工作坊資訊：(距開課前三天請自行觀看學會網站最新消息公告之學員通知單)

北部場次-2026年10月14日（星期三）09:30-12:30 / 14:00-17:00 ● 台北 淡水馬偕安寧療護示範中心

南部場次-2026年10月22日（星期四）09:30-12:30 / 14:00-17:00 ● 台南 成大醫院

工作坊費用：會員\$1,500元/非會員\$2,000元

工作坊時間：上午9:00 報到 - 下午5:00 簽退 (中午12:30-14:00 午餐休息)

參加對象：護理人員

人數限制：50-80人

報名方式：請洽台灣安寧緩和護理學會網站報名

工作坊積分：相關積分申請中