

拉法基金會 整全心靈醫治系列
Level 1 課程：《情緒四重奏—同行生命中的憂怒哀樂》
回應表 (2013/04 版)

填表日期：_____

課程地點：_____

舉辦日期：_____

I. 講座：

1. 這課程有否及如何幫助你理解自己的情緒？

沒有幫助 小小幫助 一般幫助 有幫助 非常有幫助

2. 這課程有否及如何幫助你去面對自己情緒的波動？

沒有幫助 小小幫助 一般幫助 有幫助 非常有幫助

3. 這課程有否及如何幫助你去處理自己困擾的情緒？

沒有幫助 小小幫助 一般幫助 有幫助 非常有幫助

4. 這課程有否及如何幫助你去承擔面對痛苦情緒的困擾？

沒有幫助 小小幫助 一般幫助 有幫助 非常有幫助

5. 這課程有否及如何幫助你去改變自己舊的模式，嘗試學習新的與人相處模式？

沒有幫助 小小幫助 一般幫助 有幫助 非常有幫助

6. 你認為這課程有那些地方可以再改善：

II. 小組：

7. 你的小組組長是：_____

8. 小組對你更明白掌握上堂的材料有幾多？

沒有幫助 小小幫助 一般幫助 有幫助 非常有幫助

9. 你認為小組的討論對你有那些幫助？

10. 你認為小組的討論有那些地方可以再改善：

11. 你有任何建議或肯定給你的組長：

III. 整個課程：

12. 整體上從你今次的學習經驗中，有什麼建議給我們，可以令學習更容易：

13. 你想與我們分享的感恩見證：

你的名字或代名：_____

(以上分享，你願意 / 不願意 讓本會登在拉法基金會網頁或刊物上。)

14. 你想我們為你代禱的事項：

你的名字或代名：_____

(以上分享，你願意 / 不願意 讓本會登在拉法基金會網頁或刊物上。)

15. 請以「✓」表示你已出席的講座及小組

- 第一講 第二講 第三講 第四講 第五講 第六講 第七講
第一次小組 第二次小組 第三次小組 第四次小組 第五次小組
第六次小組 第七次小組

如果未能即日填寫交回給我們，可以寄回：拉法基金會 — 香港灣仔譚臣道 5-11 號信邦商業大廈 7 樓 A 室