

课程简介

课程编号	MA01-0175L6G6I (國語)				
课程目的	完成本课程后, 希望学员能够借着了解自己的情绪运作, 更能适切地接纳、表达、转化及管理自己的情绪。				
课程简介	本课程包括讲座及小组交流。当中学员需要面对个人内在情绪起伏及过去的经历。				
课程结构	需时	日期	时间	内容	
	3 小时	堂會安排 建議 2 月尾至 3 月初完成		第一讲：情绪的成因与运作、情绪的意识 and 防卫机制(播 DVD)	
	半小时			视像 - 问题解答 (葛琳卡博士亲自主讲)	
	4 小时			第二讲：情绪的接纳 (播放 DVD)	
參加者須自備 早、午、晚餐(禁食者自備飲料), 因課程內容緊湊, 進餐時間, 可於休息時段或課堂中進行。					
		MA1 組 時間表		MA2 組 時間表	
		3 月 15 日(日)			
0.5 小时	晚上 6:15-7:00	问题解答(葛琳卡博士亲自主讲)		/	/
3 小时	晚上 7:00 -9:30	小组 1：讨论 第一讲工作纸		/	/
		3 月 16 日(一)			
3 小时	上午 9:00-12:00	小组 2：讨论第二讲工作纸		问题解答 (葛琳卡博士亲自主讲)	上午 11:30-12:00
3 小时	下午 12:00 -3:00	第三讲：情绪的经历 (播放 DVD)		小组 2：讨论第二讲工作纸	下午 12:00-3:00
2.5 小时	/	/		小组 3：讨论第三讲工作纸	下午 3:00-5:30
3 小时	下午 5:30 - 8:30	小组 3：讨论第三讲工作纸		第三讲：情绪的经历 (播放 DVD)	下午 5:30-8:30
2 小时	晚上 8:30 - 10:30	晚会：体验耶稣练习(葛博士亲自主讲)			
		3 月 17 日(二)			
3 小时	上午 9:00-12:00	第四讲：情绪的调节 (播放 DVD)		小组 3：讨论第三讲工作纸	上午 9:00-12:00
3 小时	下午 12:00 -3:00	小组 4：讨论第四讲工作纸		第四讲：情绪的调节 (播放 DVD)	下午 12:30 -3:30
4 小时	下午 3:00 - 7:00	第五讲：情绪的转化 (播放 DVD)		小组 4：讨论第四讲工作纸	下午 3:30 - 7:00
1.5 小时	晚上 7:00-8:30	小组 5：讨论第五讲工作纸		第五讲(上)：情绪的转化 (播放 DVD)	晚上 7:00-8:30
2 小时	下午 8:30 - 10:30	晚会：体验耶稣练习(葛博士亲自主讲)			
		3 月 18 日(三)			
3 小时	上午 9:30 -11:30	小组 5：讨论第五讲工作纸		第五讲(下)：情绪的转化 (播放 DVD)	上午 9:00 -11:30
2.5 小时	下午 11:30 - 2:00	小组 6：讨论第五讲工作纸		小组 5：讨论第五讲工作纸	下午 11:30 - 2:00
3.5 小时	/	/		小组 6：讨论第五讲工作纸	下午 2:00 - 5:30
2 小时	下午 6:00-8:00	第六讲：总结—问题解答与分享 (葛琳卡博士亲自主讲)			
小 组	除上课时间外, 学员务必参加小组的讨论时间。 小组名单将于第一次讲座时公布。				
地 点	春雨復興教會 SPRING RAIN REVIVAL CENTRE 地址：16A, Jalan PS 8/1, Prima Selayang, Batu Caves 68100, Selangor.				
讲 员	葛琳卡博士 (临床心理学家)				
费 用	一般收費：MYR410 、 教牧同工/全职神学生/65 歲以上長者優惠：MYR 340 如因经济问题未能负担全部费用者, 可向本会申请资助。详情请参下栏「申请资助」。				
截止日期	2015 年 2 月 8 日(日)				
名 额	因名额有限, 报名以先到先得, 额满即止, 并以收受缴交报名费为准。				
报 名 及	请填写附页之报名表格, 及「情绪及灵命状况问卷」一并递交。				

<p>查询</p>	<p>联络人: Siew Moi , 电话: 03-61275883 马来西亚报名者: 请在办公时间将以上文件及费用缴交春雨复兴教会 由于小组人数有限, 如因参加人数过多, 未能分配小组或因资料遗缺等原因不能参加是次讲座者, 将个别通知。 并退回报名费。</p>
<p>课程要求</p>	<p>(1) 参加者必须购买: 葛琳卡。《情绪四重奏—同行生命中的忧怒哀乐》- 繁体版。香港: 基道, 2008。售价: MYR 42。 或 葛琳卡。《情绪四重奏—超越自我潜能》- 精华版。香港: 星岛, 2011。售价: MYR 40。 或 葛琳卡。《情绪四重奏—同行生命中的忧怒哀乐》- 简体版。深圳: 海天。售价: MYR36。</p> <p>(2) 参加者必须在开课前, 读毕全书。</p> <p>(3) 每堂讲座均附有工作纸, 完成后必须带同出席小组讨论。</p> <p>(4) 学员需要委身参加全部讲座及小组时间, 否则有可能跟不上进度及影响其他学员的学习。</p> <p>(5) 课程出席证书: 将于每年的周年纪念会上颁发。学员出席率达 100%, 才可获颁发证书。<u>否则, 将不获发出席证书及必须补课才能参加其他阶段的课程。</u></p> <p>(6) 学员在课程前及后必须完成「情绪及灵命状况问卷」及课程后之回应表, 以帮助讲者了解课程对学员在情绪及灵命两方面的帮助。当学员完成讲座及小组课程后, 并交回课程后之「情绪及灵命状况问卷」及响应表, 可获拉法基金会颁发课程出席证书。 (备注: 所填写的「个人资料」只作本课程、及本会活动之用。所收集的「情绪问卷」数据也只用于相关的研究/正当事务上。)</p> <p>(7) 学员必须完成 Level I 才可参加其他 Level 的课程。(详细内容可参考本会网址: www.raphahk.org)</p> <p>(8) 开课后, 为小组有更好的互动, 尽量以不改动小组为原则。</p> <p>(9) 学员在讲座和小组所学习的有关练习只作个人运用。而组长的领组是经过专业训练及讲员的督导。</p>
<p>申请资助</p>	<p>如因经济问题未能负担全部费用, 可登入本会网页下载「申请课程资助表格」申请资助, (网址: http://www.raphahk.org/download/course_assiForm.pdf)。 申请人必须于上课前 2 星期交齐报名表, 问卷调查表, 课程资助申请表, 并一并缴交可负担之费用, 予合办机构; 否则, 需于开课后缴付全费。 本会将于上课前, 将审批结果以电话或电邮方式通知申请人。</p>
<p>其它细节</p>	<p>危机辅导: 学员在课程期间出现情绪起伏或困扰, 请告诉组长或牧者, 可以安排在训练期间提供个别的辅导。 如有任何疑问, 请致电拉法基金会(852) 2600 4288 查询。</p>

以上内容如有更改, 恕未能个别通知。

(更新日期: 2015 年 1 月 7 日)

本会保留最终决定权。