

整全心靈醫治系列
05/2017 拉法加拿大基督教發展中心舉辦
Level 1: 情緒四重奏成人密集課程 - 表達篇(粵語)
課程簡介

| | | | | |
|---------|--|----------------|------------|------------------------|
| 課程編號 | VC112-0310L6G6I (Leader: Anthony Lo) | | | |
| 課程目的 | 表達篇課程幫助學員學習真實地表達自己的感受。並且意識自己的防衛如何導致人與人之間的誤解。同時也認識自己的行為模式，如何在人際關係互動中，不自覺地將自己過去原身家庭的傷害延續下去。除了人際關係之外，情感表達的困難亦影響我們自己及與上帝的連繫！ | | | |
| 課程簡介 | 學員必須完成醫治篇及自覺篇，容易意識自己情緒的防衛及自覺自己內在不表達的信息，意識情緒與思想、行為模式及身體反應的密切連繫，透過自覺身體的反應，更真實地學習接納及表達自己！ | | | |
| 課程結構 | 課堂 | 內容 | 形式 | 日期 |
| | 第一講 | 意識內在不被接納的自己 | 講座 1 (DVD) | 5/13/2017 星期六 10am-1pm |
| | 第二講 | 人際關係如何隱藏自己 | 講座 2 (DVD) | 5/13/2017 星期六 2pm-5pm |
| | 問題解答 | (*葛博士透過視像問題解答) | *問題解答 | 5/13/2017 星期六 6pm-7pm |
| | 第三講 | 學習表達真實的感受 | 講座 3 (DVD) | 5/20/2017 星期六 10am-1pm |
| | 小組討論一 | 第一講工作紙 | 小組 1 | 5/27/2017 星期六 10am-1pm |
| | 小組討論二 | 第二講工作紙 | 小組 2 | 5/27/2017 星期六 2pm-5pm |
| | 第四講 | 勇敢承認真實的自己 | 講座 4 (DVD) | 6/3/2017 星期六 10pm-1pm |
| | 第五講 | 表達的實踐 | 講座 5 (DVD) | 6/3/2017 星期六 2pm-5pm |
| | 小組討論三 | 第三講工作紙 | 小組 3 | 6/10/2017 星期六 10pm-1pm |
| | 小組討論四 | 第四講工作紙 | 小組 4 | 6/10/2017 星期六 2am-5pm |
| | 小組討論五 | 第五講工作紙 | 小組 5 | 6/17/2017 星期六 10am-1pm |
| | 小組討論六 | 第五講工作紙 | 小組 6 | 6/17/2017 星期六 2pm-5pm |
| | 總結 | (*葛博士透過視像問題解答) | *問題解答 | 6/17/2017 星期六 6pm-7pm |
| 講員 | 葛琳卡博士 (臨床心理學家) * 透過視像解答問題與分享 | | | |
| 語言 | 第一堂至第五堂講座播放粵語版 DVD | | | |
| 備註 | **繪畫練習，請帶備一盒顏色筆。 | | | |
| 講座/小組地點 | 拉法辦公室@ 200 - 8877 Odlin Crescent, Richmond, BC, Canada. | | | |
| 截止報名日期 | 2017 年 4 月 15 日 (星期六) | | | |
| 費用 | <p>(1) 課程費用 CAN \$160 - 由於編排小組過程繁複，學員需於截止日期前繳交報名表格及費用，否則需多繳 CAN\$15 作遲交費；凡此日期後報名者，費用為 CAN \$175。(一經報名，如因任何緣故需要退出，費用概不發還，但可以用作參加下一次課程。(有效期為兩年)</p> <p>(2) 如因經濟問題未能負擔全部或部份費用，可申請資助。請電郵 CanadaRaphael@gmail.com。查詢資助申請表，所提供的有關資料，絕對保密。申請表必須在優惠期內遞交方為有效。申請人不用先繳交擬申請資助金額，直至接獲審批結果通知，惟申請人必須於上課前 2 星期交齊報名表，問卷調查表，課程資助申請表，並一併繳交可負擔之費用；否則，需於開課後繳付全費。本會將於上課前，將審批結果以電話或電郵方式通知申請人。</p> <p>(3) 重讀學員、全職神學生、65 歲或以上長者 - 課程費用 CAN \$128 (報名費八折)或 CAN \$145</p> | | | |

| | |
|------|---|
| | (遲交報名費)。 (4) 旁聽學員(不參加小組者) - 課程費用 CAN \$128 (報名費八折) 或 CAN \$145 (遲交報名費)。 |
| 旁聽席 | 講座可提供旁聽席予不參加小組人士，所有旁聽參加者在講座進行期間均 <u>不獲安排及切勿自行參加小組討論</u> ，以免影響其他參加者進度及產生行政混亂。 |
| 課程要求 | <p>(1) 參加者<u>必須</u>購買以下書本(原價加稅，學員優惠價包稅) CAN\$17《<u>情緒四重奏-同行生命中的憂怒哀樂</u>》<繁體字>(葛琳卡--基道出版社 2008) 或 CAN\$16《<u>情緒四重奏-超越自我潛能</u>》<繁體字>(葛琳卡--星島 2011)</p> <p>(2) 參加者<u>必須</u>在開課前<u>閱讀完畢全書</u>。</p> <p>(3) 每堂講座均附有講義及工作紙，請<u>完成工作紙</u>後帶同出席小組討論。</p> <p>(4) 學員需要委身參加<u>全部講座及小組時間</u>，否則有可能跟不上進度及影響其他學員的學習。</p> <p>(5) 學員在講座和小組所學習的有關練習<u>只作個人運用</u>，而組長的領組是經過專業訓練及講員的督導。</p> <p>(6) 學員<u>必須</u>畢業 Level 1 (111 醫治篇及 101 自覺篇)才可參加 112 表達篇，Level 2 或 Level 3 (Level 2 可不跟次序參加)。<u>Level 2 或更進深課程，每個課程的講座和小組可各缺席一次</u>。(有關其他課程內容可參法拉法基金會網頁瞭解詳情：www.raphahk.org)</p> <p>(7) 學員在課程前及後<u>必須</u>完成「情緒及靈命狀況問卷」及課程後之回應表，以幫助講者瞭解課程對學員在情緒及靈命兩方面的幫助。當學員完成全部講座及小組課程後，並交回課程後之「情緒及靈命狀況問卷」及回應表，可獲拉法基金會頒發課程出席證書。</p> |
| 報名方法 | <p>參加者<u>必須</u>在 2017 年 4 月 22 日(星期六) 截止日期前繳交報名表格及「情緒及靈命狀況問卷」，連同<u>支票抬頭請寫“Rapha Christian Development (Canada) Association”(恕不接受信用咭)</u>： 親臨或郵寄報名表格，支票及「情緒及靈命狀況問卷」到以下地址： Rapha Canada 200 - 8877 Odlin Crescent, Richmond BC V6X 3Z7 Attention: Course 112 Coordinator 〔恕不接受電話 / 向本會義工 / 網上報名〕</p> <p>報名詳情及查詢：請電郵 CanadaRaphael@gmail.com 或 電話留言 604-700-8883 給聯絡人 Easter Yeung，或登入拉法基金會網頁瞭解詳情：www.raphahk.org</p> <p>由於小組名額有限(8 位)，本會採用<u>先到先得</u>形式，額滿後將會列入等候名單。如因參加人數過多，未能分配合適小組，或因資料遺缺等原因不能參加是次講座者，將由負責人個別通知。</p> |
| 教材 | <p>如欲購買指定 Level I 情緒四重奏課本及粵語版 DVD (2011 更新加長版;全套 6 隻)。</p> <p>請電郵: CanadaRaphael@gmail.com 或 電話留言 604-700-8883 給聯絡人 Easter Yeung 安排購買。</p> |
| 其他細節 | <p>小組名單確認細節：有關小組名單將於第一堂公佈、如有任何疑問，請即場向組長查詢。</p> <p>危機輔導：如果學員在課程期間出現情緒起伏或困擾，可約見/其他聯絡途徑安排一次免費的危機輔導，(限期為課程期間至課程後一個月內)，請自行聯絡組長。</p> <p>現場購買：拉法基金會書本，DVD 及 CD，學員可享有優惠價。</p> <p>特別安排：如因天氣惡劣，而決定取消講座和/或小組，負責人將於 24 小時前以 email 或電話通知學員下次講座或小組日期和時間。</p> |