

整全心靈醫治系列
Level I: 情緒四重奏—同行生命中的憂怒哀樂—教牧密集課程 (HK01-0106L7G7I) 教牧密集
拉法基金會主辦 (2013/07)

課程簡介

課程編號		(HK01-0106L7G7I)				
課程目的		完成本課程後，希望學員能夠藉著瞭解自己的情緒運作，更能適切地接納、表達、轉化及管理自己的情緒。				
課程簡介		本課程包括講座及小組交流。當中學員需要面對個人內在情緒起伏及過去的經歷。				
課程結構	講座及小組	日期	時間	地點	內容	
		2013年7月15日(一)	上午 10:45 - 1:30	銅鑼灣門市	第一講：情緒的成因與運作、情緒的意識和防衛機制 (播放 DVD)	
			下午 2:15 – 4:45		第二講：情緒的接納 (播放 DVD)	
			下午 4:45 - 下午 7:15		小組 1	
			下午 7:30 - 10:15		小組 2	
		2013年7月16日(二)	上午 10:45 – 下午 1:00	銅鑼灣門市	第三講：情緒的經歷 (播放 DVD)	
			下午 1:30 - 下午 1:45		葛琳卡博士視像答問	
			下午 1:45 - 下午 4:45		小組 3	
			下午 4:45 - 7:15		第四講：情緒的調節 (播放 DVD)	
		2013年7月17日(三)	上午 10:45 - 1:30	銅鑼灣門市	第五講：情緒的轉化(播放 DVD)	
			下午 1:30 - 下午 1:45		葛琳卡博士視像答問	
			下午 2:30 - 5:00		小組 5	
			下午 5:30 – 8:00		小組 6	
		2013年7月18日(四)	上午 10:45 - 下午 1:15	銅鑼灣門市	第六講：情緒的關懷 (播放 DVD)	
			下午 2:00 – 5:00		小組 7	
			下午 5:00 - 7:00		第七講：問題解答、總結與分享 (葛琳卡博士親自主講)	
		小組時間	除上課時間外，學員務必參加小組的討論時間。 小組編號：PWC2 客串資深組長：Sabrina 高妙燕女士 (腦神經心理理學家)			
		地點	拉法基金會 – 灣仔辦事處 - 香港灣仔譚臣道 5-11 號信邦商業大廈 7 樓 A 室 銅鑼灣門市 - 香港銅鑼灣紀利佐治街 1 號金百利中心 1203 室			
		第一階段退修營	《情緒四重奏－同行生命中的憂怒哀樂》退修營 - 喚醒與神阻隔的心靈 此乃課程的總結活動，幫助學員深入應用課程的教導，突破與神阻隔的心靈，建議學員參與。 ~~~ 未能參與者，不會影響課程出席率 ~~~ 目的：透過三日兩夜的營會，讓參加者更意識到自己的「適應原始性情緒」及「防衛機制」，更能經歷上帝的醫治及更新，走出情緒的困擾。 內容：包括畫畫、小組分享、體驗耶穌練習、默想等候神 資格：完成或曾修讀 level 1 課程的學員 日期：2013 年 8 月 30 日(五) 至 2013 年 9 月 1 日 (日) 地點：中華基督教青年會 - 烏溪沙青年新村 費用： 2013 年 5 月 5 日或之前(優惠期)\$1,000、2013 年 5 月 6 日或之後 \$1,100 (報名獲接納後，如因個人理由，未能出席營會，費用將不獲發還，也不設延期申請。)			
		講員	葛琳卡博士 (臨床心理學家)			
		對象	教牧、傳道人、全職神學生			
		課程報名及費用	2013 年 5 月 31 日或之前繳費(優惠期) - HK\$720 (原價\$900，教牧八折優惠)、 2013 年 6 月 1 日或之後繳費 - HK\$820 任何人仕，一經報名，如因個人原因退出課程，費用將不獲發還；但所繳之費用，經申請成功，部份費用(扣除手續費\$200後)可用作參加本會下一次的課程，但只限作一次延期申請，而有效期為24個月。 (由2013年2月25日起生效) 但學員已參加了第一次的課堂或小組者，費用則不獲發還及不能用作申請延期使用。 如因經濟問題未能負擔全部費用者，可向本會申請資助。詳情請參下欄「申請資助」。			
		名額	因名額有限，報名以先到先得，額滿即止，並以收受繳交的報名費為準。			
		課程要求	(1) 參加者必須購買 葛琳卡。《情緒四重奏－同行生命中的憂怒哀樂》。香港：基道出版社，2008。原價：HK\$83，學			

整全心靈醫治系列

Level I: 情緒四重奏—同行生命中的憂怒哀樂—教牧密集課程 (HK01-0106L7G7I) 教牧密集

拉法基金會主辦 (2013/07)

	員優價(只限於本會門市購買): HK\$70。 或 葛琳卡。《情緒四重奏—超越自我潛能》。香港: 星島, 2011。原價: HK\$78, 學員優價: HK\$65。 (2) 參加者必須在開課前, 讀畢全書。 (3) 每堂講座後均需要完成課本的習作。另外, 自行研習 DVD 的學員, 請到拉法基金會網頁 http://raphahk.org 下載講義, 完成習作後帶同出席小組討論。 (4) 學員需要委身參加全部講座及小組時間, 否則有可能跟不上進度及影響其他學員的學習。 (5) 課程出席證書: 將於每年的週年紀念會上頒發。學員出席率達 80%, 才可獲頒發證書; 即最多只可缺席一次講座及一次小組。否則, 將不獲發出證書及必須補課才能參加其他階段的課程。 (6) 學員在課程前及後必須完成「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。 (7) 學員必須完成 Level I 才可參加其他 Level 的課程。(詳細內容可參考本會網址: www.raphahk.org) (8) 因資源所限, 未能提供補課服務。若缺席 DVD 課堂者需要補課者, 可考慮參與其他地區的課堂, 或自行購買該堂的 DVD 自習, 唯必須通知本會作記錄。 (9) 開課後, 為小組有更好的互動, 盡量以不改動小組為原則; 若因要事缺席者, 最多只可調動 1 次小組, 並必須得辦公室及組長的同意、安排。 (10) 學員在講座和小組所學習的有關練習只作個人運用, 而組長的領組是經過專業訓練及講員的督導。
輔助課程活動	「拉法情軒」祈禱會, 於每月最後一個星期日舉行。內容: 分享交流、操練默想及禱告; 由葛琳卡博士主理。歡迎關心拉法的弟兄姊妹參加。 (由於課程以 DVD 形式教授, 若學員上課時的疑問需要更多的討論, 歡迎參加每月祈禱會, 葛博士樂意即場的解答及討論。) 詳情請瀏覽拉法網頁內祈禱會資訊: http://www.raphahk.org/chinese/thanksgiving.php
申請資助	如因經濟問題未能負擔全部費用, 可登入本會網頁下載「申請課程資助表格」申請資助, (網址: http://www.raphahk.org/download/course_assiForm.pdf)。 申請表必須在優惠期內遞交方為有效。 申請人暫時不用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。
旁聽席	講座可提供旁聽席予不參加小組人士。所有旁聽者, 均不獲安排、亦不得自行參加小組討論, 以免影響其他參加者的進度及產生行政混亂。
報名方法	請填妥附頁之報名表格, 小組討論時間表及「情緒及靈命狀況問卷」一併遞交, 參加者可選擇以下列方式於截止日期前報名。 網上報名 1. 請瀏覽本會網頁 http://www.raphahk.org/chinese/courses-main.php, 填妥及遞交資料。 2. 費用請於報名後 3 日內繳交, 如 11 月 1 日報名, 11 月 3 日或之前繳交。逾期繳費者, 作自動取消申請論。 3. 本會收到閣下的報名資料 及 付款通知, 報名方為有效。 親身遞交方式 拉法基金會銅鑼灣門市 (可即時購買書本及 DVD) 地址: 香港銅鑼灣紀利佐治街一號金百利中心 1203 室 星期一至五: 上午 10:30 至下午 6:30 、 星期六: 上午 9:30 至下午 5:30 郵寄方式 (郵寄後, 敬請致電查詢情況, 以免失誤。) 拉法基金會灣仔辦事處 - 香港灣仔譚臣道 5-11 號信邦商業大廈 7 樓 A 室 * 選擇此方式報名, 只接受支票或銀行存款, 須連同支票或銀行入數紙一併寄回。 # 郵政匯票恕不接受辦理 ~ 查詢可致電 2600-4288 星期一至五: 上午 9:30 至下午 6:30 、 星期六: 上午 9:30 至下午 1:00 付款方法 1. 現金: 親身遞交方式才可用此方法 2. 支票: 抬頭請寫「拉法基金會有限公司」 3. 存款: (a)中國銀行戶口: 012-80410147415 或 (b)永隆銀行戶口「020-611-201-3477-5」或 (c)香港上海匯豐銀行: 004-023-174600-838 (注意:如選擇轉帳至香港上海匯豐銀行, 敬請盡量透過櫃員機 或 網上進行轉帳。如在櫃台進行轉帳程序, 本會則會被徵收\$20 作手續費。謝謝。)

整全心靈醫治系列

Level I: 情緒四重奏—同行生命中的憂怒哀樂--教牧密集課程 (HK01-0106L7G7I) 教牧密集
拉法基金會主辦 (2013/07)

	本會恕不接受傳真報名，傳真報名者將視作不符合申請資格。另外，如在講座當天仍未收妥學員的報名表、情緒及靈命狀況問卷及課程費用(申請資助者，亦必須於講座前遞交課程資助表格)，將不獲編排小組，小組將以先到先得形式編排(先到先得是指報名時已交妥上述資料)。 由於小組人數有限，如因參加人數過多，未能分配小組或因資料遺缺等原因不能參加是次講座者，將由拉法基金會個別通知。並退回報名費。
其他細節	<u>購買 DVD</u>：(銅鑼灣門市) Level 1「情緒四重奏—同行生命中的憂怒哀樂」DVD 接受訂購，全套六隻原價 HK\$900，學員優惠價 HK\$720，而每一講為\$120，如欲購買，請與本會聯絡。 <u>危機輔導</u>：學員在課程期間出現情緒起伏或困擾，可獲安排約見一次免費的危機輔導，限期為課程期間至課程後一個月內，報名約見請致電 2881 8860。 若八號或以上颱風訊號及黑色暴雨警告於講座或小組三小時前生效，該次講座將會取消，有關調動將另行通知。

以上內容如有更改，恕不個別通知；最新資料，敬請留意本會網頁。

(更新日期：2013 年 5 月 6 日)

本會保留最終決定權。

查詢可致電拉法基金會: 2600-4288