

课程简介

课程编号	MA101-0280L5G5I (华语)			
课程目的	自觉篇课程能让帮助学员更深经历情绪,意识情绪如何影响思想、行为模式及身体的反应,彼此密切的连系,透过生命自觉及身体经验练习去认识自己内在隐藏的情绪及需要,并且学习接纳及表达!			
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。			
对象	任何人仕			
课程结构	日期	时间	需时	自觉篇 (Focusing)
	11月 1 - 6	学员必须要在安排的日子内看完 DVD	3 小时	第一讲：情绪与我面面观 (播放 DVD)
	11月 7 - 13		3 小时	第二讲：从生命自觉认识自己 (播放 DVD)
	11月 14 - 20		3 小时	第三讲：接纳情绪的奇妙 (播放 DVD)
	11月 21 - 27		3 小时	第四讲：表达真我的自由 (播放 DVD)
	参加者须自备早、午、晚餐 (禁食者自备饮料)，因课程内容紧凑， 进餐时间，可于休息时段或课堂中进行			
	11月 30日 (三)	早上 9:00am - 12:00noon	3 小时	小组 1
		下午 12:00noon - 1:00pm	1 小时	午餐
		下午 1:00pm - 4:00pm	3 小时	小组 2
		傍晚 4:00pm - 7:00pm	3 小时	小组 3
		晚上 7:00pm-8:00pm	1 小时	晚餐
		晚上 8:00pm - 10:00pm	2 小时	呐喊 / 体验耶稣练习
	12月 1日	下午 12:00noon - 3:00pm	3 小时	小组 4
		下午 3:00pm - 5:00pm	2 小时	呐喊 / 体验耶稣练习
傍晚 5:00pm - 8:00pm		3 小时	小组 5	
临时决定	晚上 7:30pm - 10:00pm	2.5 小时	总结及实践问题解答及回馈分享 (葛琳卡博士主讲)	

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	Green Terrain Prima Villa, Cheras
讲员	葛琳卡博士（临床心理学家）
费用	一般收费：MYR 596 (MYR526 + 行政费MYR70) 优惠价: MYR520 (MYR450 +行政费MYR70) 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	2016年9月30日 *如截止日期后报名,需另加行政费 MYR50
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。
报名及查询	请填写妥附页之报名表格，及「情绪及灵命状况问卷」一并递交。 联络： malaysia.rapha@gmail.com 电话：011-2655 1988 sfeng423@yahoo.com 电话：012-934 7177 马来西亚报名者：请在办公时间将以上文件及费用缴交 Green Terrain Prima Villa, Cheras 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。
课程要求	(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 50。 或 葛琳卡。《情绪四重奏—超越自我潜能》- 精华版。香港：纸艺轩，2011。售价：MYR 50。 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：MYR40。 (2) 参加者必须在开课前，读毕全书。 (3) 每堂讲座均附有工作纸，完成后必须带同出席小组讨论。 (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。 (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。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。 (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。) (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) (8) 开课后，为小组有更好的互动，尽量以不改动小组为原则。 (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。
申请资助	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。
其它细节	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。

以上内容如有更改，恕未能个别通知。

(更新日期：2016年9月27日)

本会保留最终决定权。