

**整全心灵医治系列**  
**Level I: 情绪四重奏 - 自觉篇 - 密集课程 (SG101-0395L5G5I)**  
**拉法基金会 与 裕廊基督教会合办 (2018/11)**  
**课程简介**

课程编号	SG101-0395L5G5I
课程目的	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，明白它们彼此密切的连系。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，促进身心灵的健康。
课程形式	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。
地点	<b>裕廊基督教会</b>
日期及时间	请参下页「时间表」
讲员	葛琳卡博士（临床心理学家）
费用	一般：SGD200 优惠：SGD160(牧師、传道人、全职神学生、65岁或以上长者) 如因经济问题未能负担全部费用，可向本会申请资助。详情请参下栏「申请资助」。
名额	因名额有限，报名以先到先得，额满即止，并以已缴交报名费为准。
对象	任何人士
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：杨艳 电话：手机：+65 8367 1639
课程要求	(1) 参加者必须购买 - 《情绪四重奏》葛琳卡著，其中一本； 《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：SGD16 或 《情绪四重奏—超越自我潜能》- 精华版。香港：紫藝軒，2011。售价：SGD 15 或 《情绪四重奏—同行生命中的忧怒哀乐》- 简体版。深圳：海天。售价：SGD13 (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) 学员需参加全部讲座及小组，否则有可能跟不上进度及影响其他学员的学习。 (5) 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。 (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。) (6) 学员必须完成「自觉篇」才可参加其他阶段的课程。(详细内容可参考本会网址: <a href="http://www.raphahk.org">www.raphahk.org</a> ) (7) 开课后，为小组有更好的互动，尽量以不改动小组为原则。 (8) 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： <a href="http://www.raphahk.org/download/course_assiForm.pdf">http://www.raphahk.org/download/course_assiForm.pdf</a> )。 申请人必须于 <b>上课前2星期交齐报名表，问卷调查表，课程资助申请表</b> ，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	<b>危机辅导</b> ：学员在课程期间出现情绪起伏或困扰， <b>请告诉组长或牧者，可以安排在课程期间提供个别的辅导。</b> <b>如有任何疑问，请致电拉法基金会(852) 2600 4288 查询。</b>

以上内容如有更改，恕未能个别通知。

(更新日期：2017年7月26日)

本会保留最终决定权。

整全心灵医治系列  
 Level I: 情绪四重奏 - 自觉篇 - 密集课程 (SG101-0395L5G5D)  
 拉法基金会 与 裕廊基督教会合办 (2018/11)

时间表

**I. 堂會安排, 11月初完成播放DVD**

日期	时间	自觉篇
堂會安排, 建議11月初完成		第一讲: 情绪与我面对面
		第二讲: 从生命自觉认识自己
		第三讲: 接纳情绪的奇妙
		第四讲: 表达真我的自由

**II. 工作坊時間表:**

11月23日(五)	上午9:30-12:30	工作坊1: 讨论 工作纸一
	下午12:30-1:30	午饭/ 问题解答 (葛琳卡博士亲自主讲)
	下午1:30-4:15	工作坊2: 讨论 工作纸二
	下午4:15-4:30	茶点
	下午4:30-6:00	呐喊 / 体验耶稣练习
	下午6:00	散会
11月24日(六)	上午9:30-12:30	工作坊3: 讨论工作纸三
	下午12:30-1:30	午饭/ 问题解答 (葛琳卡博士亲自主讲)
	下午1:30-3:15	工作坊4: 讨论工作纸四、五
	下午3:15-3:30	茶点
	下午3:30-6:00	呐喊 / 体验耶稣练习
	下午6:00	散会
11月25日(日)	上午11:00-12:00	午饭
	下午12:00-4:00	工作坊5: 讨论工作纸四、五
	下午4:00-4:15	茶点
	下午4:15-6:00	第五讲: 总结—问题解答与分享 (葛琳卡博士亲自主讲)
	下午6:00	散会