



# 個人成長課程

# 己情心

# 個人成長課程

學習認識和關心自己的情緒、內心和成長經驗，從而突破過去，  
管理當下，選擇未來，活得自由，表裡一致。

## 與「己」同行

以沙維雅成長模式 (Satir Growth Model)

學習了解自己的成長經驗，重新發現自己的

內在，冀能突破限制，生命成長。

導師：林雪文博士 (本中心主任、本院臨床心理學及輔導學副教授)

費用：\$2,600

包括營會、小組及輔導，合共約十九小時

## 與「情」同行

學習身、心、靈 (Body、Mind、Soul) 全人

關心自己的情感世界，提升自己情緒商數。

導師：劉嘉成先生 (本中心事工發展統籌、三級輔導員)

費用：\$1,600

共八堂，每堂兩小時

## 與「心」同行

以接納與承諾治療 (Acceptance & Commitment)

為經，基督教靈修為緯，學習從心接納自己。

導師：蕭柱石博士 (本中心副主任、本院臨床心理學及輔導學助理教授)

費用：\$1,600

共六堂，每堂兩小時

## 課程舉辦日期：

與情同行：2019年第四季

與心同行：2020年第一季

與己同行：2020年第二季

\* 早鳥優惠九折，本課程舊生報名八折

\* 報名後須經工作員評估始能參加，報名核實後恕不退款。

## 詳情及報名：



# 與情同行

## 主題內容

- 認識身體和情緒的關係
- 學習關心自己的身心狀態
- 認識情緒：喜、怒、哀、懼
- 深入認識怒氣、焦慮與處理
- 總結經驗重新出發

導師：劉嘉成先生（本中心事工發展統籌、三級輔導員）

名額：8-12人

日期：4/11-3/12（逢星期一，共八堂）

時間：晚上7:30-9:30

地點：同行者心靈成長中心

## 報名表

姓名（全名）：\_\_\_\_\_

性別：男  女  職業：\_\_\_\_\_ 學歷：\_\_\_\_\_

聯絡電話：\_\_\_\_\_

電郵地址：\_\_\_\_\_

### 個人聲明

- 1) 本人聲明上述填報資料，根據本人所知，均屬真確無訛。
- 2) 本人明白待貴中心收到報名費用後，才正式完成報名手續。
- 3) 本人明白報名登記後，一星期內未繳交報名費用，貴中心將會自動取消本人的報名。

本人同意以上個人聲明

參加者簽署：\_\_\_\_\_

報名後一星期內，可於以下途徑繳付費用，以確定成功報名：

- 1) 直接將現金交與本中心行政幹事收取。
- 2) 郵寄支票（抬頭：信義宗神學院）至九龍彌敦道337-339號金滿樓13樓A  
同行者心靈成長中心收。
- 3) 將學費繳付予信義宗神學院大新銀行賬戶040-645-70123889或  
匯豐銀行賬戶004-106-002330-001，並將入數單電郵至clc@lts.edu 或whatsapp 98125800。  
內文註明姓名及報名「同行者小組：如何與情緒困擾者同行？」