

「由身入心的情緒調節」工作坊

課程編號：1920/30

課程簡介	助人工作者多於重大的壓力下工作，而長期且累積的神經系統繃緊會誘發身心失調，影響情緒和判斷。是次工作坊介紹綜合學派的身體導向身心調整方法，讓參加者掌握入門知識和技巧
課程目的	參加者練習自我覺察、照顧的方法，並探討在工作層面的應用
課程大綱	<ul style="list-style-type: none">● 認識身心調節機制的理論● 認識助人者壓力、創傷、身心防衛機制失調的現象● 整合身體、情緒、認知、社群的多重向度介入
授課語言	廣東話
課堂形式	理論講授、個案分享、討論、自助練習活動
日期	2019年11月13日、14日
時間	上午10:00-下午5:30 (每日6小時)
地點	賽馬會新生精神康復學院 九龍南昌街332號
對象	社工、護士、心理學家、 輔導員及其他助人專業人士
費用	HK\$ 1,780
優惠	新生精神康復學院會員： HK\$ 1,680 早鳥優惠 (2019年9月30日或以前)： HK\$ 1,680 團體優惠 (二人或以上)： HK\$ 1,480
名額	40
證書	完成整個課程方可獲發證書
專業持續 進修學分	<ul style="list-style-type: none">● 社工：每小時1學分● 臨床心理學家/職業治療師： 申請批核中



蕭麗霞女士
註冊心理學家

蕭女士曾於社福機構任職臨床心理學家，其中十多年負責發展及督導心理輔導服務，並向社工與輔導人員提供相關的訓練工作。她專注於成長和複雜創傷的治療，現正嘗試整合客體心理學 (Object Relations Theory & Self Psychology)，敘事治療，EMDR，體感療癒 (Somatic Experiencing) 及其他身體導向心理治療方法，為有需要人士提供心理治療。除此之外，她曾任大學及神學院兼任講師，並為不同院校及社福機構提供臨床督導服務。