

金融海嘯下的心理急救

免費課程

金融海嘯下的心理急救 工作坊

財富或積蓄一夜蒸發，退休計劃遙遙無期，如何面對這場世紀風暴？
無論損失是否嚴重，我們都需要學習如何面對經濟上或計劃上的損失和延誤，了解自己是否仍處於健康心理狀態……

內容：

- 1 · 損失心理學：健康和 unhealthy 反應
- 2 · 損失與哀傷期：如何健康地面經歷哀傷
- 3 · 評估嚴重度：甚麼是焦慮反應？甚麼是重大創傷反應？為何會觸發抑鬱症狀
- 4 · 心理急救法簡介：從驚恐到了解損失，從混亂到重新計劃
- 5 · 快速眼球脫敏法：幫助受損者不再滯留於驚恐裡
- 6 · 揮去模式：從低潮心理狀態再次起動
- 7 · 何幫助面對重大損失的家人或朋友
- 8 · 重訂人生次序：從理解層次看信仰在創傷裡的價值

講員：葉萬壽先生 (B.A., M.A., M.Div., 資深心理輔導員, NLP, MBTI 及九型性格學培訓師)

日期：12月7日下午 2:30-6:30

地點：灣仔駱克道 194-200 號東新商業大廈 1702 室

費用：全免

查詢電話:61865939 唐小姐

報名方法：報名方法：填妥下列表格寄回

香港灣仔駱克道 194-200 號東新商業中心 1701 室心自寬輔導

曾報讀中心課程 _____ 未曾報讀中心課程 _____

姓名：_____ (人數 _____)

地址：_____

手提電話：_____ 電郵：_____