

[爱人、爱己工作坊]

体验式

一個容易掌握、果效顯著的好方法 —

以真心為基礎，結合「沙維雅成長模式」，助你增潤與己與人的關係。

目標：

1. 明白「沙維雅模式一六步法」的理念及應用方法，以實際行動來愛自己及他人
2. 找到及肯定自己接收愛及付出愛的能力
3. 更喜歡自己，與自己有更親密和諧的關係
4. 為自己作出更適當的選擇來與人建立及增潤關係

備有
茶点

谁该参加：

任何想疼爱自己、成长自己的人。(特别適合曾经有过心灵创伤的人士)

爱人、爱己体验工作坊

日期和时间

2008 年 10 月 17 日（星期五）： 傍晚 7:00 p.m.至 10:00 p.m.
与 11 月 18 日（星期六）： 早上 10:00 a.m.至 6:00 p.m. (共十小时)

地点

新加坡福州会馆，5楼课室
德威路门牌 21 號，福州大厦（从劳明达/花拉公园地铁站步行十分钟）
Level 5 Classroom, Singapore Foochow Association, 21 Tyrwhitt Road,
Foochow Building (10mins from Lavendar/Farrer Park MRT station)

主题和培训师

[爱人、爱己工作坊]

形式：短講、体验式活動、心相引导、角色扮演、反思和分享等本來整合生理、情绪和心灵帮助您成长

內容：

1. 與己接觸：肯定自己的價值及愛的能力
2. 釐清信念、增加選擇：愛是甚麼？誰是真正关爱我的人？
3. 提昇接納與包容：愛裡沒有懼怕
4. 實踐與支援：與人建立及維持滋潤的關係

每一个当下 给自己一个重生的机会
这就是开始 生命就是源源不绝的重生与创造

团体导师简介：

刘伟雄老师(Bear), 心理諮商師、培训师，從事人性心理工作、身心整合、潜能开发及灵性探索，共计十多年，创办「Therapy-Coaching 心理諮商—教练中心」、为美国辅导会的专业会员，并于各机构、社团、学校、企业带领成长团体与培训。欲知详情，请游览网站 www.therapy-coaching.com | ☎6396 7782

费用

每人\$240
两人或以上则每人 \$200 《以小团体进行、名额只限 12 人》

报名表：我想参加以上的体验工作坊请勾选：☐ 每人 (S\$240.00) ☐ 两人或以上则每人 (S\$200.00)

姓名：(先生/女士/小姐) _____ 身份证号码： _____

公司名字： _____ 职称： _____

地址： _____ 邮区(_____)

联络电话：(家) _____ (办公室) _____ (手机) _____ 电子邮件 _____

您是如何知道这体验营？

☐ 电邮信 ☐ 朋友 ☐ 机构: _____ ☐ 媒体: _____ ☐ 其他: _____

支票抬头请填写 Therapy-Coaching 连同报名表格在 10 月 10 日前寄到 Therapy-Coaching 心理諮商—教练中心

5B-4, Tyrwhitt Road S(207526)。若有疑问，请拨电给伟雄/Bear 396 7782 或 9022 3435 做进一步的洽询。 www.therapy-coaching.com

举办机构： **Therapy-Coaching 心理諮商—教练中心**