

交流分析學(Transactional Analysis) 與人際關係輔導基礎證書課程

「如果我是一個孤島，我就可以不需要友誼。因為友誼實在令人痛苦，因此，我情願自己只是一塊不會有感覺的石頭。」

以上出自Simon & Garfunkel 的名曲 <<I am a rock>>的深情表白，正好道盡了世人對「人際關係的複雜體驗及難以突破」所產生的困愁心聲。

許多心理學家、人類學家及社會學家，都已努力嘗試使用自己的渾身解數，試圖為人際關係的複雜提供解答。而在此等云云的心理分析中，講者對Eric Berne(1910-1970)「交流分析理論(Transactional Analysis)」的喜愛，比對流行的「九型人格分析」，尤有過之。

透過是次這個共12小時的<<交流分析學與人際關係輔導之應用>>證書課程，講者將會帶你進入「交流分析學」的思考世界之中遨遊，同時又帶你到輔導的領域中，參與一個又一個的深入個案討論。相信，將會這將會成為你一次念念不忘的學習經歷。

內容

- 一. 認識Transactional Analysis解交流分析學派的四大分析支柱
 - a. 結構分析(Structure Analysis)
 - b. 交流分析(Transactional Analysis)
 - c. 遊戲分析(Game Analysis)
 - d. 腳本分析(Script Analysis)
- 二. 講解交流分析學派的各個核心概念，包括：安撫、污染、排除、漠視、心理遊戲、時間運用、劇本及扭曲。
- 三. 實際探討：交流分析學與人際關係輔導之應用

日期：2008年7/3, 14/3, 28/3, 11/4 (共4堂) 時間：6:45-9:45pm

課程舉行地點：九龍彌敦道 331號高信大廈四樓A室

費用：\$ 1,200 (教牧、全時間學生、殘疾人士、六十歲以上長者、APCA會員) \$ 1,400 (於2月22日後報名者) (*完成四堂將會獲頒心暖心輔導中心及亞洲專業輔導協會(香港)頒發證書) 修畢課程可繼而修讀進階證書課程。

對象：所有希望加強自己輔導能力的人士,包括: 教師、導師、輔導員、人事管理主管、社會工作者、及對心理分析及輔導應用有興趣的人士。

講者簡介

謝佩芝女士是一位資深的兒童、青少年、婚姻及家庭輔導員，多年來不斷主領有關兒童及青少年心理輔導、婚姻及家庭心理輔導、輔導技巧課程、九型人格、交流分析、人際溝通、個人成長等課程，能揉合生活和輔導的智慧，以有趣而富教育性的方式培訓不少專業輔導員。她深入淺出的教授方法，總能讓學員掌握如何妥善處理人際關係的複雜性之道。

謝女士畢業於中國神學研究院道學碩士(主修輔導)，現任香港樹仁大學輔導及心理學系高級講師及輔導實習統籌、亞洲專業輔導協會(香港)主席、香港心理暨輔導中心專業輔導員、培訓導師及輔導訓練督導、循道衛理中心、輔導及就業綜合服務督導、心暖心輔導中心顧問。著作有<<故事—打開兒童成長大門的金鑰匙>>等。



原價：\$55
專獻價：\$45
(作者將一切收益作本中心之奉獻)

如欲購買請致電2797 6888查詢

特別書籍推介~ 「驛動的心」

現今的青年人喜歡多姿多彩的書籍，傳統的差傳書籍卻多是以文字來表達，相對地比較難吸引青年的信徒。在兩年前神讓我看見需要用另一種方法去鼓勵信徒關心並參與差傳事工，所以便構思出版這本書，希望能透過照片和簡單的文字來觸動信徒宣教的心，以下是神讓我們看見這書應有的幾個主要“脈絡”：

1. 對象是年青信徒：因宣教工場正缺乏年青的宣教士(按香港差傳事工委會報告，香港被差出去的宣教士平均年齡是47歲)。
2. 鼓勵帶職宣教：因現今越來越多的國家拒絕宣教士的入境簽證，帶職宣教可能是唯一的方法。
3. 關注穆斯林群體福音的需要：因香港教會在這方面的認知實在很少。

這書無論在版面的設計、紙張的使用(採用普通紙)、尺寸、照片以及內容都盡量是迎合年青信徒的“口味”。我相信這是在中文世界裡第一本以大量照片和簡單的文字來推動差傳的書，願神大大地使用它。讓我們一起鼓勵年青的一代關心差傳，一起作基督的精兵。宣教工場實在需要年青的信徒擔起傳福音的棒子。

外展服侍回顧 (六月至九月)

日期	主題	邀請機構
6月	幼兒情緒管理 主日禮道—父親的角色	禮賢會幼稚園 九龍城基督會博康堂
6-7月	婦女成長小組	基督教巴拿巴愛心服務團戒藥康復服務
7月	工作壓力講座 主日禮道—接納與包容	觀塘平安福音堂 協基會馬可堂
8月	仍然自由的魅力—單身生活工作坊 婚前十五六一 談談委身婚姻前的重要考慮 繼續戀愛—夫婦成長工作坊 夫婦溝通—如何處理夫妻間的衝突 家長小組籌備 主日禮道—活出夢想的一代(青少年主日) 主日禮道—愛、饒恕 幼兒專注力	香港華人基督會麗禾堂 香港華人基督會麗禾堂 香港華人基督會麗禾堂 觀塘神召會 協基會馬可堂 宣道會欣澳堂 青衣惠荃堂 蔡冠心幼稚園 禮賢會大埔堂
9月	提昇喜樂元素	

你的支持，使我們可以服侍更多的人

回應表

我(個人) / 公司 / 教會 / 團體 願意支持「心暖心輔導中心」：
\$500 \$1,000 \$2,000 \$ _____
我願意加入成為義工，請聯絡我。
以禱告支持

姓名(中文) _____ 先生/女士/小姐(英文) _____ Mr / Mrs. / Ms
 地址： _____
 電話(住宅)： _____ (手提) _____
 傳真： _____ 電郵： _____

*以上資料只作內部用途，如不欲索取資料，請以書面通知，謝謝。
 • 凡捐款港幣\$100或以上者，均可獲發免稅收據。
 • 支票或本票抬頭請寫：「心暖心輔導中心有限公司」或「Praying Hearts Counselling Centre Ltd.»
 • 款項則請存入恒生銀行戶口264-087628-001
 • 請把支票/本票/銀行收據連同回條寄回九龍彌敦道331號高信大廈7樓A室

服務時間：星期一至六早上十時至晚上十時，星期日晚上六時至十時。熱線服務：8101-2929

- 課程及活動花絮 p.2
- 新同工介紹 p.3
- 再見小師妹 p.4
- 交流分析學課程 p.5



心暖心輔導中心

通訊

Vol 16 11/2007

香港九龍彌敦道331號高信大廈7樓A室
 Rm 7A, Koshun House, 331 Nathan Road, Kowloon
 電話Tel: 2797 6888 傳真Fax: 2799 2615
 網址website: www.prayinghearts.org.hk

父母的生命質素

總幹事：徐雲生

若留意新聞的話，可曾注意有關家庭悲劇的報導？筆者就經常留意這類新聞。每每看到父母把剛出世的嬰兒遺棄在公共垃圾桶中，任他/她自生自滅(有點無良)，或把嬰兒帶到警署作「拾到棄嬰」案處理(有點良心)，又或是自殺前把兒女先殺死，怕死後沒人照顧他們。林林總總的情況，都給傳媒活龍活現地報導出來，仿如親眼所見一般。當別人問筆者為何有這些父母時，真的是無言以對。同時，亦體會到人性的軟弱或醜惡，在此表露無遺，只感到無限唏噓，惆悵與無奈。

但究竟應如何當父母或作為父母應有什麼質素呢？抱歉地說，正規的學校沒有教過，但在學校裏可能會舉辦一些「親職教育」的講座供父母參考如何作稱職的家長。但兩三次的講座或工作坊，是否足夠呢？

筆者認為，父母首要的質素是對兒女的態度。他/她們是天父所委託的產業，或是性愛的副產品(by-product)呢？前者的話，父母會珍惜孩子，好好管教他/她們，用聖經的原則教導他/她們成才；後者的話，把兒女當作重擔，缺少了關懷與愛護，令他/她們得不到合適的關懷。

其次是父母「教養子女」的信念，用什麼方法教導子女是最令父母頭痛的，要不溫不燥，不剛不柔地對待子女。當然還要不眠不休，但切忌不冷不熱，否則子女便會變得不倫不類，便自我受罪了。作為基督徒，可說是較「幸運」，因為可以用聖經中的原則教養孩子，其中尤以十誡為是。首四誡教導我們以神為中心，並以祂為方向，後六誡教導我們如何與他人相處和為人的態度。

另外，父母的情緒及其處理方法對子女也有生命的影響。每個人都有喜怒哀樂，作為父母也不例外，筆者相信家長可以向子女流露不滿或憤怒。如在工作中受到上司的無理取鬧，回到家中見到子女向你/妳跑過來，你/妳會說：「彈開啦！熱辣辣的，抱什麼！快些做功課啦！仲唔做打到你飛起呀！」或是你會：「抱爸爸/媽媽真乖！來坐在我的腿上，讓我告訴你今天我在公司的氣憤之事…」同一情緒，兩個處理方法，聰明的父母必定知道如何選擇，而你們的選擇亦會是子女們將來的取向。

此外，父母本身的早期家庭經歷也塑造子女日後的成長。多數的家庭治療師都認同家庭模式(family pattern)是會不斷重演的。若自己的父母在童年時經常對自己打打罵罵，自己對子女也較取向於打罵的教導。若父母對自己關心不斷，無微不至，待自己的子女也較多關懷和愛護。若父母的婚姻遭遇挫折(如離婚)，自己離婚的機會會較高，甚至影響子女將來的婚姻或婚姻觀。若父母對自己的期望未能達成，這些期望亦會傳遞到子女身上。所以，作父母的，要提高自我的意識，反思一下有否把早期的家庭經歷放在子女身上。當然，正向的經驗(如被關懷)是值得保留且給予子女的，但負面的(如被虐待等)，便需要疏導的方法或空間，不致於不自覺地傳留到下一代。

當然，父母的生命質素當然不止上述幾點，但重要的是以身作則，把天父賜下的準則活出來，使子女到老也不偏離天父，這樣的話，作家長的，又夫復何求呢？

姓名：(中文) _____ (英文) _____
 年齡： _____ 性別： _____ 宗教信仰： _____ 婚姻狀況：(未婚/已婚/其他 *) _____
 職業： _____ 教育程度：(小學/中學/大專或以上*) _____
 聯絡電話： _____ 電郵： _____
 通訊地址： _____
 報讀課程(請加√號)：

課程名稱	日期	時間	費用(港幣)
交流分析學(Transactional Analysis)與人際關係輔導基礎證書課程	2008年7/3, 14/3, 28/3, 11/4	6:45-9:45pm	\$ 1,200 / \$ 1,400
合共 \$			

報名方法：請填妥報名表後，連同劃線支票(抬頭：「心暖心輔導中心有限公司」)寄回九龍彌敦道331號高信大廈七樓A室辦理報名手續。

如何得知此活動：*中心網頁/教會/學校/書室/時代論壇/家人/朋友/其他(*請圈出適用者)以上個人資料只作「心暖心輔導中心」通訊用途，絕對保密。

本中心專用
 收據號碼： _____ 日期： _____ 經手人簽署： _____

如有需要，可自行影印此報名表格

自我區別

Differentiation of Self

這是家庭治療的理論及實踐裏一個重要的步驟，包括精神上的區別 (Intrapsychic differentiation) 以及家庭成員間的區別 (Interpersonal differentiation)。目的是要幫助家庭成員能成熟地區別情緒和思想，以致在擁有強烈情緒的同時，亦有足夠的客觀度適當地調節這份情緒，並能從原生家庭裏區別出來，即不盲目地受其影響而能自主地選擇適合自己的生活模式及溝通方法，從而建構出一種穩健的自我感 (sense of self)。



兒童故事治療初探

講座花絮

一連4次的「兒童故事治療初探」講座已於9月底順利完成。學員們每次懷著熱衷學習的心投入故事世界，以他們無窮的創意來演譯講故事方法，將每人內心故事深化入生活中，亦學習將日常生活所遇見的人及事，用生動有趣的方法表達出來，將孩子與成人的心拉近。

其中，學員們最踴躍學習了解的是不同孩子的獨特學習風格，選擇適合的故事內容，加上發掘自己的想像力，在生活中與孩子活潑地溝通，謝佩芝教導學員們如何「聽」——聽出孩子的心聲，如何「講」——幫助孩子講出內心渴求。

由於收到很多學員要求為這課程加開進深班，我們亦期待未來謝姑娘能在百忙中，再加開進深班。



香港警察心聆團隊(Carelinks) 參觀及交流熱線輔導服務花絮

於本年九月二十八日心聆團隊十多位成員就未來的籌備及發展到本機構作學習及參觀。我們除了解釋熱線輔導服務歷及發展、日常工作程序、資料儲存、義工訓練和支援外，參觀者對我們中心裏一套完善的電話系統更感興趣。同工們都深受這班熱誠學習及積極服務的警務人員所感動，他們在工餘還計劃透過熱線輔導計劃互相幫助，並以互勵互勉的精神彼此鼓勵及支持。我們盼望日後在熱線服務工作上能有更多交流經驗的機會。

課程及活動花絮

輔導員——

馮建笙 Allison

相信每個小學生總寫過「我的志願」、「我的理想」等文章，而我的志願是幫助人。但因家庭的影響，我在大學修讀了商科，並在畢業後從商。可是我發現我並不熱衷於商業，一年後遂毅然轉執教鞭實踐小時候的理想。

面對一群邊緣青年，我埋頭苦幹、拼命地做好老師的本分。然而我深深發現，若要有有效地教育、幫助和指引下一代，父和母個性的建立、婚姻關係的修補、價值觀的重整、教養方法的改善，都是不可或缺的。於是我再跨前一步，在心理、家庭和婚姻輔導方面進修。

經過了三年神學和輔導整合的學習，我不單對自己的體會更加肯定，更有嶄新的角度：生命的破損、夫妻關係的破裂或無法完全醫治的精神、情緒困擾，心理輔導確實能有效地協助對象作出改變，但若若裡外更新，心靈得到醫治，就只有經歷主耶穌的愛。願神保守我的輔導工作，又願祂賜福予每一位輔導對象，在輔導的過程中，一起經歷祂的愛。

行政同工——

許美華 Cindy

我在7月中成為心暖同心工的一員——行政助理，三個多月來工作得開心而踏實，覺得自己是有所為而為，不像過去總是不知為何而忙。我出生於香港，就讀天主教小學及中學，畢業後專修一年秘書課程，於商業機構任職秘書至2005年中，我真正近距離接觸這個大千物質世界，努力工作，晚上繼續進修，爭取成績，精通兩文

三語，薪酬不薄。對於我，這些年來生活的意義是工作，工作的目的為賺錢，所思念所關心所愛慕的，自然是物質世界，人事物常轉變，客觀的環境我改變不到，但我可以靠自己去打造一座金鐘罩，減少外來對自己的影響，心想前途握在掌心。

如今心態與盼望都已改變，誰知道以後如何，只憑聖靈引導我內心過每天，整個人安定下來！

如果可以，我希望早點去建立與親人間的親密關係，支持家人，去接受其他人對我的愛。多謝我的父母，因為他們的寬容，我才享有無比自由的童年成長階段，使我至今仍擁有不斷探索的心靈，嘗試接受新的事物，聆聽別人心底說話，更有信心過我的明天。

新 同 工 介 紹



再見 小師妹

這篇文章是跟大家說再見的。

今年是我全職加入輔導行列的第五年，去年因為肯定自己對輔導工作的委身，跑了去進修，現在已是第二年了，我了解到自己並不是一個可以一心二用的人，於是好幾個月來思前想後，再經過祈禱，便作了一個殊不容易的決定：還是專心讀書吧！

要離開一個熟悉的安舒區，對將來全未有安排就進入一個未可知的境界，本不是我的個性，但是神卻指引我走這一條路，走起來亦有出人意外的平安。在這個要跟一班相處多年的同工分離，也是一個很難得的學習過程：彼此磋商如何安排工作交接，慢慢的讓我由全職退至半職，再完全淡出，相信這是個不錯的離別過程，畢竟，在這裡同工間的相處，總比同事關係多一點點，如果真的小別，恐怕雙方都難以接受。

面對分離，道別是一個極為重要的步驟，欠了，總會有一天感到遺憾；若在分離前沒有收到告別的通知，則生命總有一種不安和被遺棄之感。

兩個月來，紛紛要跟服務使用者及熱線義工交代我的辭任，雖然要跟每一位都說一遍，但總不厭其煩；收到的回應，或祝福、或不捨、或淡然、或失望，我都接受，因為我可與他們再談一下感受，讓大家都機會表露，以致舒解。可是無奈仍有一些是我沒法聯絡得上，或在最後一次會談時沒有出現的，我猜想總有一部份是基於一種對分離所產生的莫名恐懼感，我嘆息他們未能從離別中學習。

最後的特別鳴謝：

感謝神，讓我知道我是有價值的，也帶領我事業上的每一步

前中心總幹事Belinda，多謝你的提掖，沒有你，也許要再走一段路才能入行

前中心主任Joanna，沒有你，沒有「輔導小師妹」的出現

中心所有董事、上下所有共事過的同工，你們讓中心由一個夢想變成一個有生氣的現實，也讓我相信工作環境可以互相支持所有熱線義工和求助者，多謝你們對我信任，尤其在我經驗尚淺的時候

在這裡，真的欣賞一位求助者。由於他的生命有許多被放棄的經歷，也不易表達自己，我需要特別早一點向他說再會，我起初足足花了一節的時間和他談對於離別的感受，對他來說，似乎不容易消化，我可以做的，只有給予空間，不給予假希望；及後還有一至兩節的面談，到最後，他選擇接受現況和終止輔導，在臨別的時間，他還竟然主動為我祈禱。我感到振奮，他終於學會了離別，比以前的被動、埋怨和無奈，他已把握了時機，做他可做的事。

至於我個人方面，這陣子實在經歷了不少的別離，外祖父和祖父先後在十天內悄悄的離世，沒有親人可以親自跟他們說再見，這讓我驚覺，道別需要機會，在這裡要多謝中心總幹事徐雲生先生，在我離開中心後仍給我機會撰寫本文。