

香港大學社會科學學院
賽馬會安寧頌

自我催眠與身心症狀的處理 – 艾歷森模式與傳統模式的整合運用

日期: 2016 年 9 月 7、14 及 21 日(星期三)
時間: 上午九時三十分至下午五時正
地點: 香港薄扶林道香港大學賽馬會教學樓 11 樓活動室
導師: 尹婉萍女士
香港大學社會工作及社會行政學系榮譽講師、註冊社工

第一天：9月7日 時間	內容
9:30am	歡迎辭
9:35am	自我催眠 – 症狀處理 (一) 催眠意境與導入法的運用
11:00am	小休
11:15am	自我催眠 – 症狀處理 (一) 催眠意境與導入法的運用
12:30pm	上午環節結束
2:00pm	自我催眠 – 症狀處理 (一) 催眠意境與導入法的運用
3:15pm	小休
3:30pm	自我催眠 – 症狀處理 (一) 催眠意境與導入法的運用

第二天：9月14日 時間	內容
9:30am	自我催眠 – 症狀處理 (二) 改善睡眠質素
11:00am	小休
11:15am	自我催眠 – 症狀處理 (二) 改善睡眠質素
12:30pm	上午環節結束
2:00pm	自我催眠 – 症狀處理 (二) 改善睡眠質素
3:15pm	小休
3:30pm	自我催眠 – 症狀處理 (二) 改善睡眠質素

第三天：9月21日 時間	內容
9:30am	自我催眠 - 症狀處理 (三) 痛症與腸易激綜合症的處理
11:00am	小休
11:15am	自我催眠 - 症狀處理 (三) 痛症與腸易激綜合症的處理
12:30pm	上午環節結束
2:00pm	自我催眠 - 症狀處理 (三) 痛症與腸易激綜合症的處理
3:15pm	小休
3:30pm	自我催眠 - 症狀處理 (三) 痛症與腸易激綜合症的處理

活動將以廣東話進行

參加者須知:

- 參加者必須出席全部三天的課程