

「做自己的主人」靜觀認知課程(MBCT)

小組報名表

中文姓名：_____ 英文姓名：_____ 年齡：_____

聯絡電話：_____ 電子郵箱：_____ 性別：_____

住址：_____

職業：_____ 學歷：_____

遇上緊急事故可聯絡親屬的姓名：_____ 電話：_____

你曾參加任何靜坐或禪修課程/退修嗎？ 有___ 沒有___ (請用「✓」表示選項)

有過心理輔導或身心靈治療的經驗嗎？ 有___ 沒有___

你件會參加靜觀認知課程簡介會嗎？ 會___ 不會___

(注意：20/2/2019 7:30pm-9:30pm 的課前講座是必須出席的)

你參加這個課程，希望有甚麼收獲呢？

你能夠在課程期間按要求完成練習嗎？

可以___ 不肯定___ 不會做練習___

梁錦萍博士將會在舉行小組之前和完成小組之時，跟組員進行 30-45 分鐘個別會面；請你在合適會面的時段打「✓」，請選三個或以上時段。

	星期一	星期二	是期三	星期四	星期五	星期六	星期日
11:00am-12:00pm							
12:00pm-1:00pm							
1:00pm-2:00pm							
2:00pm-3:00pm							
3:00pm-4:00pm							
4:00pm-5:00pm							
5:00pm-6:00pm							
6:00pm-7:00pm							
7:00pm-8:00pm							
8:00pm-9:00pm							