

# 靈性如何促進創傷後成長

**2026年6月6日 (星期六) 上午9:30 - 下午4:30**  
 香港城市大學 - 李達三葉耀珍學術樓3樓 - 李宗德講堂 (LI3505)

繼去年6月與香港城市大學合辦有關靈性與精神健康研討會後，已引發各界人士對靈性介入的興趣和重視；亦鑑於去年11月大埔發生火災事故，本團契期望回應社會需要，舉辦一場以創傷後成長為主題的靈性與精神健康研討會。

**目的：** 1. 推廣靈性在面對創傷時的角色，特別是應用於精神復元人士。  
 2. 分享不同的心理治療手法或資源，以協助處理有創傷經驗的個案。

**對象：** 社工、護士、職業治療師、輔導員、教牧、助人專業人士及學生、接受過支援復元人士訓練的義工

## 上午研討會



### 關瑞文教授

香港中文大學崇基學院神學院副院長 (教務)

### 靈性 — 應對創傷事件的一個保護因子



### 湯國鈞博士

香港大學社會工作及社會行政學系客席副教授

### 培養心理彈性作為創傷的療癒力量



### 楊劍雲教授

香港城市大學社會與行為科學系副教授 ( 社工及輔導學科主任 )

### 敘事治療：促進創傷復元的方法和果效

## 下午工作坊

名額有限，報名者必須參加上午研討會，才可報名下午工作坊，工作坊名額先到先得。

- 創傷事件後的靈性轉化：自我療癒與支持他人 (陸亮博士)
- 家庭韌性與創傷後成長 (PTG) (溫成顯先生)
- 小時光、大心臟：以創意表達探索面對創傷的韌性 (洪凱兒姑娘)
- 大自然的療癒力量：園藝靈修工作坊 (譚倩兒姑娘)

### 持續進修學分：

- CNE (護士) 及 CPD (社工)  
上午 / 下午：2 分 | 全日：4 分
- CPD (職業治療師)  
上午 / 下午：1 分 | 全日：2 分

- 僅限面授
- 以粵語進行
- 參加者全勤出席後將獲發電子證書

## 免費報名



### 網上報名表

截止報名日期  
 2026年5月22日 (五)  
 下午11:59

## 聯絡我們

### 呂姑娘及殷姑娘

2958 1770 | office@oihip.org.hk

最新資訊請瀏覽愛協團契網站：  
[www.oihip.org.hk](http://www.oihip.org.hk)

# 靈性如何促進創傷後成長

## 研討會詳情



### 靈性 — 應對創傷事件的一個保護因子

**關瑞文教授**

香港中文大學崇基學院神學院副院長 (教務)

創傷，不僅是心靈的衝擊，更是深刻的生理烙印。若要讓「靈性」成為應對創傷的保護因子，我們必須打破傳統的身心二元對立。本節講員將探討如何跨越身心的藩籬，從「具身靈性」( Embodied Spirituality ) 的視角，重新認識靈性體驗。透過將身心視為整合的療癒與預防場域，我們將發掘靈性如何深植於神經生物學的運作中，為創傷復原和預防提供強「心」健「體」的「靈」力。



### 培養心理彈性作為創傷的療癒力量

**湯國鈞博士**

香港大學社會工作及社會行政學系客席副教授

在接納與承諾治療 ( ACT ) 中培養心理彈性，能成為創傷療癒的重要途徑。它能幫助人容納痛苦的想法、情緒與身體記憶，而不被它們所支配，從而能以選擇而非恐懼作出回應。透過練習接納、靜觀與以價值為導向的行動，創傷倖存者能減少逃避，重建安全感、目標感與掌控感。隨著時間推移，這種彈性能促進韌性、自我慈悲與更深層的復原，把苦難轉化為成長與追尋意義的契機。



### 敘事治療：促進創傷復元的方法和果效

**楊劍雲教授**

香港城市大學社會與行為科學系副教授 ( 社工及輔導學科主任 )

敘事療法能夠幫助個體重新建構與創傷經驗的關係，從而促進創傷後成長，使他們從充滿失落和痛苦的敘事轉變為充滿自主性、意義感和韌性的敘事。具體而言，敘事療法能夠幫助個體重塑自我認同，從「無助的受害者」轉變為「堅韌的倖存者」，在創傷經歷中找到意義，並在失去之後認識到甚麼才是最重要的，並改善他們與上帝的關係以及對上帝的依靠。

# 靈性如何促進創傷後成長

## 工作坊詳情

### 工作坊 A



#### 創傷事件後的靈性轉化：自我療癒與支持他人

陸亮博士

基督教愛協團契義務總幹事

靈性轉化的意義是甚麼？我們可以從創傷事件倖存者身上學到哪些關於靈性健康的經驗？本次工作坊旨在探索創傷事件後如何豐富人生，並學習如何成為支持那些需要靈性關懷的人。

**對象：** 社工、護士、職業治療師、輔導員、教牧、助人專業人士及學生、接受過支援復元人士訓練的義工

### 工作坊 B



#### 家庭韌性與創傷後成長 (PTG)

溫成顯先生

註冊職業治療師

婚姻及家庭治療師

家庭韌性是創傷後成長 (PTG) 的關鍵基礎，它為創傷倖存者提供穩定、支持性的環境，幫助他們從生存走向心理轉變。工作坊將介紹家庭韌性的概念、基本組成部分及其相互作用，以及它如何促進創傷後成長。工作坊也會探討提升家庭韌性的方法。

**對象：** 對家庭韌性和創傷後成長有興趣的人士，有服務創傷倖存者的經驗更佳

# 靈性如何促進創傷後成長

## 工作坊詳情

### 工作坊 C



#### 小時光、大心臟：以創意表達探索面對創傷的韌性

##### 洪凱兒姑娘

註冊藝術（表達藝術）治療師（ANZACATA 認證）  
註冊護士

一個自在的空間：

在這裡，小小的活動時光——如像吹泡泡的輕盈呼吸——  
讓我們在忙碌與照顧他人的重量之外，  
給自己一個安靜停留片刻。

工作坊以溫和的節奏，  
邀請你透過身體覺察與創意藝術表達，  
走進內在的韌性；  
當日常承擔變得沉重，令我們偏離踏實，  
以溫柔的方式再次著地，回到安穩。

無需任何藝術經驗，只需帶著當刻的自己前來便可。

**對象：** 社工、護士、職業治療師、輔導員、教牧、助人專業人士及學生、  
接受過支援復元人士訓練的義工

**溫馨提示：** 請穿著舒適、方便活動的衣物。

### 工作坊 D



#### 大自然的療癒力量：園藝靈修工作坊

##### 譚倩兒姑娘

項目幹事（基督教愛協團契）  
園藝治療師  
園藝心靈與生命教育活動導師

本工作坊旨在透過園藝治療，協助參加者表達與處理創傷後的情緒，並  
促進心理成長與復元。

**對象：** 社工、護士、職業治療師、輔導員、教牧、助人專業人士及學生、  
接受過支援復元人士訓練的義工