

Colouring our moods,  
Colouring our lives



與抑鬱共舞協會  
Dance with Depression Association

## 認知治療小組 COGART GROUP THERAPY

余兆麒醫療基金資助

我們的思維與各種認知過程常會以意象 (Imagery) 的方式進行，處於抑鬱的朋友，腦海中往往會出現較多負面的意象。藝術創作過程協助我們以非語言方式，例如使用顏色筆、油彩或簡單物料繪畫；用雜誌裡的圖片創作拼貼畫；或用黏土創作等探索這些意象背後的含義，並結合治療師的協助，讓更深刻的情緒得到表達。在這個藝術創作及認知介入的互動過程裡，參加者將對個人困難找到新的角度，並引發出新的調節方式，及新的目標及行動，這是由 JULIA 及 HERMAN 兩位導師通過六年合作創立出的獨特工作手法。

### 計劃簡介會

- 日期：2013年1月22日  
時間：晚上7:30至9:00  
地點：聖公會聖保羅堂牧民中心  
中環己連拿利一號華昌大廈2字樓  
內容：介紹藝術認知治療及本計劃  
講者：Miss Julia Byrne、盧希皿博士  
收費：全免  
對象：本會會員、組員及對藝術認知治療有興趣的親友  
備註：藝術認知治療小組截止報名日期延至1月22日，如有興趣參加，可於簡介會當晚即時報名。

簡介會  
截止報名日期：  
2013年1月20日

### 簡介會報名方法：

1. 網頁報名：[www.dwd.org.hk](http://www.dwd.org.hk)
2. 電郵回覆：將姓名、組別、聯絡電話電郵至 [info@dwd.org.hk](mailto:info@dwd.org.hk)，郵件主旨及內容請寫「參加藝術認知治療小組簡介會」即可。
3. 電話報名：致電 9094 6592，向聯絡員 SIMON 報名
4. 填妥下列報名表格，並圖文傳真至 2124 1000 或 2332 8255
5. 填妥下列報名表格，以郵寄方式送交「九龍油麻地南京街8至20號德惠行402室」

### 藝術認知治療小組簡介會 報名表格

姓名：	性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	組別：第	組情緒支援小組
聯絡電話：	會員證編號：G		
電郵地址：			

- 我們收到你的報名後會作個別聯絡

圖文傳真：2124 1000 或 2332 8255