



People talking without speaking.
People hearing without listening.

用心聽(一)

有很多說話是不能用言語來表達的。
單靠一雙耳朵，你又能聽到多少？

都市人生活節奏急速、學習或工作壓力大，社會上充斥著各種各樣的不公義，容易積累過大的壓力和負面情緒。在互聯網和智能電話普及的年代，社交媒體湧現，遍地理應盡是暢所欲言的好平台。人與人之間溝通竟然沒有因此而改善。

社會大氣候如是，基督徒圈子亦如是。不少信徒即使身邊圍繞著眾多肢體，由於缺乏深度性的傾訴對象，仍感覺孤單困惑。他們或許因害怕自己的心思不被接納、被論斷、受非議，寧可隱藏自己，甘願帶上假面具，甚至乾脆離開教會。無奈的是，教會同時存在很多有心人想伸出援手，幫助孤單者，卻又無從入手。

課程介紹

8小時的「用心聽」課程設計，希望培訓一群對關顧抱有負擔、有恩慈、願意接納和謙卑的肢體，教授他們適當的聆聽態度和技巧，為受助的一方建立安全、開放並相互尊重的溝通關係。

事實上聆聽也是靈命塑造的基礎訓練，過程中聆聽者被塑造、被引導、被更新，生命的轉化由此被孕育出來。

「用心聽」(一)的課程設計，旨在讓學員從明白對方的真正需要開始，理解自己作為「同行者」的角色和應具備的素質，留心在聆聽過程上普遍出現的盲點，透過指導學員適當的聆聽方法、技巧和課堂練習，幫助學員掌握和熟練「愛的聆聽」。

課堂聚焦於

| 三 | 大 | 方 | 向 |

用心的
聆聽

1 以對方為中心的聆聽

2 識別對方說話的深層意思、表達重點及反映情緒

3 以對方為中心的回應

用心聽(-)

KIT 在報讀中信中心的用心聽課程之前，只希望能夠對傾訴者有所幫助，但沒想到竟然得益的反是自己——作為聆聽的那一個。課後我好醒覺地學以致用，發覺方法容易掌握，效果也很好；但令我更喜悅的是明白聆聽者只是個同行者，是不用千方百計為人家解決問題，覺得輕省容易得多，更容易保持大家的好關係，繼續同行！

JESSY 這個課程不單幫助我懂得如何與家人溝通，還給了我一個新的溝通提示，最大的益處就是可以在小組裡應用，面對一些「奇難雜症」時，讓我可以有效地使用所學的。原來懂得「聽」是一種享受，期盼很快可以繼續上第二課。

MARINE 不少主內肢體都願意去關懷別人。可惜，做得不恰當，弄巧反拙。感謝主，使用【用心聽】講座教導我們如何謙卑地專注對方，明白對方的感受，適當地反映對方的情緒，讓對方感到有人與他同行。願大家所作的都榮神益人！

MARISSA 聆聽是值得每個人都去學習的事情，於朋友、家人或教會肢體關係上都用得著。特別與子女相處，父母不自覺地一味的以教訓口吻與子女對話，課程提醒我要明白對方的感受，子女覺得你尊重他，溝通的大門便自然打開了。

NELSON 課程沒有很高深的理論，可是實習起來殊不簡單，幸好課程中有很多技巧鍛鍊的機會。聆聽別人說話，會引起自己內心很多的掙扎，對自我成長很有幫助。

ROSI TY 好高興能夠參加這個課程，令我們得益良多。感謝你的勞苦！願上帝繼續使用你和這個課程。

亞蘭 學到很多，用心聽很重要，需要留心，專注去聽，才不會捉錯用神。學好聆聽，才可以回應得合宜，講話也能講得合宜，更不是要隨便快快幫人判斷。八小時學習覺得不足夠呢！

「用心聽」課程自2015年開辦

足跡遍及加拿大

6

大城市

CALGARY
EDMONTON
MONTREAL
TORONTO
VANCOUVER
WINNIPEG

共舉辦

21

次課程

培訓

250

位學員

卡城南播中信小城宣教隊
卡城華人浸信會
卡城華人宣道會
愛城恩福浸信會中信小城宣教隊
愛城華人浸信會中信小城宣教隊
愛城宣道會城南堂
愛城宣道會城北堂
愛城華人基督教福音堂
滿地可南岸華人宣道會滿恩堂
溫城華人宣道會

團隊包括
合作教會及

主辦機構／卡城中信中心

導師／許婉華女士(卡城/愛城中信中心主任、亞省註冊社工、資深輔導員、屬靈導師)

名額／12人

課程及收費查詢／403-233-8763 或電郵calgary@ccmcanada.org