情緒導向治療學院(亞洲)
Institute of Emotion Focused Therapy (Asia)
IEFTA

INTERNATIONAL SOCIETY for EMOTION FOCUSED THERAPY

Certified Emotion-Focused (Individuals) Therapy Level A Training Oct 2026

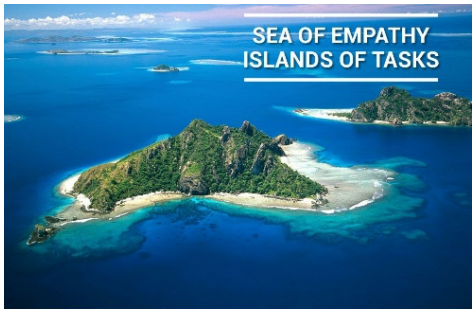
2026年10月情緒導向（個人）治療 A 階認證課程

情緒導向治療（EFT）簡介：

「情緒導向治療」(EFT)是一門以體驗為本的輔導心理學理論，其焦點在於協助人們覺察和表達情緒，從而學習接納及調適它們，並對情緒作出反應，以致最終能深入了解及轉化它們，是一門既有系統又極具彈性的理論，讓人們透過覺察情緒的過程，能在日常生活中善用情緒。

當我們以情緒作為導引時，我們會曉得在不同的情境中，了解在情緒中自身的需要，從而知道甚麼對我們來說是重要的。基本上，情緒具其適應性(adaptive)，對我們的生存及成長有著不可或缺的重要性，更有助促進生命中親密關係的建立。

近年「情緒導向治療」越來越受關注，除了由於此理論以驗證事實為根據而為它奠定了地位外，它更能廣泛應用於不同層面上，如有效治療抑鬱、焦慮、創傷，並有助提升情緒智商、領袖訓練、教養子女、建立親密關係、自閉症等，為驗證心理治療開拓更寬廣的可能性。



本認證課程從2014年起於內地及香港至今已共舉辦了十九期，適合從事心理治療的助人專業，包括心理學家、心理治療師、社工等人士報讀，第二十一期認證課程於2026年10月開課，為期八個月，現正招生。

課程導師：　梁何昭文女士 Mrs. Selina Leung Ho Siu Man

導師簡介：　梁何昭文女士是香港心理學會的執業註冊輔導心理學家、國際情緒導向治療協會（isEFT）認證治療師及認可督導及培訓師、香港專業輔導協會副院士及認可輔導督導。

梁女士畢業於加拿大多倫多大學心理學系，並於加拿大安大略省神學院（現天道大學）修讀輔導及神學碩士。隨後於當地社會服務機構任長者、成人輔導及青年生涯規劃共

七年。回港後一直於香港中文大學從事心理輔導工作達二十一年，至2013年9月榮休。在過去三十多年的輔導工作，梁女士積累了超過二千多個個案經驗，包括個人成長、親子、夫妻關係、抑鬱、焦慮、創傷、性格障礙、自殘、自殺及危機處理等等。退休後活躍於不同機構參與義務工作，並私人執業，積極推廣精神健康、家長及子女情緒教育(EFFT)及 EFT 的專業培訓工作。

梁女士自2007年起，師承於 Emotion-Focused Therapy 始創人 Prof. Leslie Greenberg，在香港及加拿大接受訓練，成為國際認證情緒導向治療師及培訓師，從2012年起至今她更協助 Prof. Greenberg、Prof. Rhonda Goldman 及 Prof. Robert Elliott 致力於香港、內地及亞洲等地區的培訓工作，並在 Prof. Greenberg 的支持下於2015年成立情緒導向治療學院(亞洲)（IEFTA）。更於2016年4月開始跟隨情緒導向家庭治療(EFFT)原創人 Dr. Joanne Dolhanty 及 Dr. Adele Lafrance 學習，並獲取國際 EFFT 協會 (IIEFFT) Certified Workshop Facilitator 及 Advanced EFFT Therapist 資格。梁女士於2021年6月推出最新著作《擁抱情緒》一書，內容從淺析 EFT 理論到深化實踐，亦包含了16位治療師分享學習 EFT 中從自療到治療的心路歷程，同時得到 EFT 之父 Prof. Leslie Greenberg 撰文推薦，並於2022年尾推出《擁抱情緒》第二版。

助教 (Certified isEFT Therpist & Facilitator)：

何美嫦博士、陸嘉星先生、杜訓怡女士及陳紫珊女士

課程重點：

1. 情緒導向治療的基本理論
2. 運用情緒導向治療的重要元素, 如高度的共情同理
3. 情緒導向治療的四個方針：評估、標記、轉化過程及個案解構
4. 情緒導向治療方法及技巧, 如聚焦、空椅、雙椅、情緒調適及安撫等
5. 學員課堂內個人體驗和練習及課堂外實習

對象：

1. 從事心理治療的助人專業，包括：心理學家、心理治療師、社工等
2. 具專業輔導學歷及三年或以上成人輔導經驗者優先

課程目標：

- 促進助人專業者了解各種與情緒相關的理論

- 提升同理、共情的能力
- 有效辨析、評估及調節受導者情緒，以促進受導者情緒轉化的過程

課程模式：教授理論、個人體驗、小組練習、錄像示範、個案分享

課程內容及結構	上課日期及時間
(一)主要理論與技巧培訓 (共八天)	模組一：2026年10月16、17日(五及六) 上午10時至下午5時 模組二：2026年11月13、15日(五) 上午10時至下午5時 (日) 下午2時至7時 模組三：2026年12月11、13日(五) 上午10時至下午5時 (日) 下午2時至7時 模組四：2027年1月29、30日 (五及六) 上午10時至下午5時
(二)小組實習督導 (共八節，每節三小時)	2026年10月至2027年5月期間 (開課後與導師及學員協商)
(三)朋輩學習小組 (共六節，每節三小時)	2026年10月至2027年5月期間 (學員自行組織及商議小組時間)

授課地點：

九龍長沙灣道681號貿易廣場811-813室

授課語言：

廣東話輔以英語



學費：

早鳥優惠--2026年9月12日或以前報名

- **每人 HK$21,500**
- **每人 HK$20,500 (二人或以上同行)**

原價：

- 每人 HK$23,000
- 每人 HK$22,500 (二人或以上同行)

出席及認證：

學員總出席率須達 80%方獲頒發聽講證書。通過導師評核合格及參與由本學院邀請 isEFTA 認可國際培訓師舉辦之講座，方可獲得認證。而本課程乃受國際情緒導向治療協會（isEFT）所承認及根據其認證標準而釐定認證資格，詳情請參閱 http：//www.iseft.org/Standards 。

本課程獲註冊社會工作者自願持續專業發展計劃認可課程，完成課程後可獲九十六學分。

報名方法及須知：

1. 在網上填寫好表格
2. 繳交學費，銀行現金入數或過數 ：
   請將課程費用款項於五天內存入本院於恆生銀行(香港) 之帳戶【IEFTA】，帳戶號碼：255-752990-883，在入數存根上寫上姓名電郵到 register@iefta.com 或 WhatsApp 至 91588212。
3. 報名以本院確認收妥閣下之入數存根為準，合資格報名人士按先到先得方式取錄。
4. 本院收到閣下的入數存根後，將於五天內以電郵確認收妥，未有收信者請聯絡本院職員。
5. 報名人士如提供不正確或不完整的資料，其報名將不獲考慮。
6. 倘若報名不獲取錄，本學院將安排全數退款，有關款項將以劃線支票退回。
7. IEFTA 有權就課程相關內容及安排作出任何修改。