



马来西亚生命线协会 (PPM 009 14 08041993)
Life Line Association Malaysia
Persatuan Life Line Malaysia

2020年 5月份 《活动报告》

游戏治疗组



线上会议

日期| 5月29日 (周五)
 时间| 9.30PM-11.50PM
 时间| 9.30PM-11.50PM

为儿童之家的孩子准备小手册，把原本今年办的活动，纳入手册给他们



关怀组

社会教育组



Ai FM 《左右不为难》直播访谈

日期| 5月4日 (周一)
 时间| 9PM-10PM
 主题| 行动管制令丈夫生理需求高涨，我打理家已经忙得很累了...
 嘉宾| 陈云娟_本会资深讲师
 重温| <http://tiny.cc/t58koz>



Ai FM 《天方夜谈》直播访谈

日期| 5月5日 (周二)
 时间| 9PM-10PM
 主题| 行动管制令后 新生活的适应
 嘉宾| 陈云娟_本会资深讲师
 重温| <http://shorturl.at/gkE02>





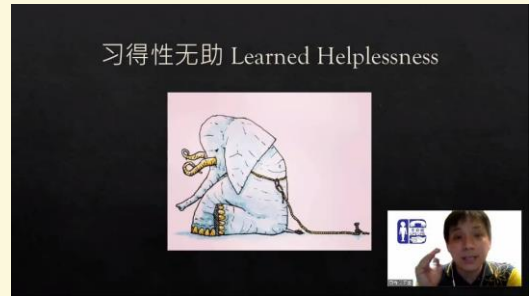
【你有问题吗】8

日期| 5月7日 (周四)
 时间| 2.30PM-4.30PM
 平台| Zoom
 主题| 关爱青少年情感世界的20个疑问
 导师| 黄玉燕和黄玉玲硕士
 出席| 62位公众



【你有问题吗】9

日期| 5月8日 (周五)
 时间| 8PM-9.30PM
 平台| Zoom
 主题| 关于焦虑的20个疑问
 导师| 蔡持兴硕士_本会讲师兼辅导义工
 出席| 72位公众



【线上透透气】6

日期| 5月10日 (周日)
 时间| 10AM-11.30AM
 平台| Zoom
 主题| 从绘画里看见内心流动的能量
 导师| 黄玉燕_本会资深讲师
 出席| 22位公众



Ai FM 《左右不为难》直播访谈

日期| 5月11日 (周一)
 时间| 9PM-10PM
 主题| 不能上学·好无聊...
 嘉宾| 黄玉燕_本会资深讲师
 重温| <http://tiny.cc/xjaxoz>





【你有问题吗】10

日期| 5月12日 (周二)
 时间| 8PM-9.30PM
 平台| Zoom
 主题| 关于过动儿的20个疑问
 导师| 谢成硕士_本会行政主任兼讲师
 出席| 63位公众



【你有问题吗】11

日期| 5月14日 (周四)
 时间| 8PM-9.30PM
 平台| Zoom
 主题| 关于亲子沟通的20个疑问
 导师| 廖翠薇_社会教育组组长兼讲师
 出席| 67位公众



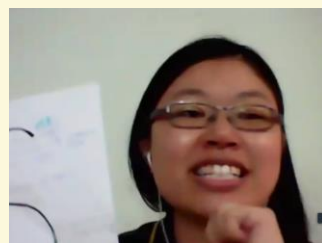
【线上透透气】7

日期| 5月16日 (周六)、23日 (周六)、
 24日 (周日)、30日 (周六)
 时间| 10AM-11.30AM
 平台| Zoom
 主题| 透过绘本, 认识情绪, 看懂自己
 导师| 廖翠薇_社会教育组组长兼讲师
 出席| 14位6至12岁孩子



【线上透透气】9

日期| 5月17日 (周日)
 时间| 10AM-12PM
 平台| Zoom
 主题| 叙事之美-从生活故事中体会生命的礼物
 导师| 黄玉玲硕士_讲师兼辅导、游戏治疗及关怀义工
 出席| 20位公众





TEA FM预录访谈

日期| 5月17日 (周日)
 时间| 2PM-3PM
 主题| 家暴议题
 嘉宾| 王妤娴硕士_督导组组长兼资深讲师
 重温| <http://bit.ly/341afdK>



【线上透透气】8

日期| 5月18日 (周一)、20日 (周三)
 、22日 (周五)
 时间| 8.30PM-9.30PM
 平台| Zoom
 主题| 透过正念觉察·找回自我关怀的力量
 导师| 曾文豪_本会讲师兼辅导及游戏治疗义工
 出席| 17位公众



Ai FM《爱生活》直播访谈

日期| 5月20日 (周三)
 时间| 11AM-12PM
 主题| 如何引导孩子认识情绪?
 嘉宾| 奚诗韵_本会讲师兼辅导义工
 重温| <http://tiny.cc/q91gpz>



《东方日报》采访

日期| 5月23日 (周六) 主题| 行管令放宽前后的心理状态
 时间| 1PM 嘉宾| 陈云娟_本会资深讲师兼督导





【你有问题吗】12

日期| 5月23日 (周六)
 时间| 2PM-3.30PM
 平台| Zoom
 主题| 关于两性关系的20个疑问
 导师| 王莲明硕士_本会资深讲师
 出席| 64位公众



【你有问题吗】13

日期| 5月25日 (周一)
 时间| 2.30PM-4.30PM
 平台| Zoom
 主题| 关爱青少年失落与哀伤的20个疑问
 导师| 黄玉燕和黄玉玲硕士
 出席| 41位公众



Ai FM 《左右不为难》直播访谈

日期| 5月25日 (周一)
 时间| 9PM-10PM
 主题| 从小就因为很乖被赞赏，但长大被批评没主见，人生好难...
 嘉宾| 谢成硕士_本会行政主任兼讲师
 重温| <http://tiny.cc/hspspz>



Ai FM 《天方夜谈》直播访谈

日期| 5月26日 (周二)
 时间| 9PM-10PM
 主题| 你到底有多自恋?
 嘉宾| 谢成硕士_本会行政主任兼讲师
 重温| <http://tiny.cc/yvpspz>





Ai FM 《爱生活》直播访谈

日期| 5月27日 (周三)
 时间| 11AM-12PM
 主题| 如何避免对孩子造成情感创伤?
 嘉宾| 黄玉玲硕士_讲师兼辅导、游戏治疗及关怀义工
 重温| <http://tiny.cc/4xpspz>



【你有问题吗】14

日期| 5月28日 (周四)
 时间| 8PM-9.30PM
 平台| Zoom
 主题| 关于婚姻的20个疑问
 导师| 陈云娟_本会资深讲师
 出席| 73位公众

五个小秘诀，恢复亲密关系

1. 握领爱的存折，消除怒气：
 闭眼回忆对方吸引你的特质、两人曾有的美好经验，再想想自己还要不要这个婚姻，还要不要对方。如果答案是肯定的，请告诉自己：“我接受他的不完美”。
2. 服务对方：可以为对方切盘水果或泡杯茶，表达柔和的照顾。不见得变端到对方眼前，放在对方一定看得到的地方即可。不要期待对方会对你的服务有所回应，他有还债勇气、拒绝服务的权利。
3. 选对时机沟通：想打破冷战的局面，先观察对方的情绪。选一个双方情绪不再高涨、不忙也不累的时间，再来冷静讨论问题。打破僵局的第一句话，请先肯定对方的感受。
4. 肢体接触：婚姻专家公认最有效、最简单的消怒气，是“从背后拥抱对方”。
5. 善用幽默：想幽默，又实在讲不出话来，不妨善用科技。



《中国报》采访

日期| 5月29日 (周五) 主题| 报复性消费
 时间| 2.30PM 受访| 廖翠薇_社会教育组组长兼讲师



《马新社电视》预录访谈

日期| 5月29日及30日
 主题| 家暴议题
 嘉宾| 王妤娴硕士_督导组组长兼资深讲师
 重温| <http://tiny.cc/fr22pz>





《东方日报》采访

日期| 5月30日 (周六) 主题| 长期照顾议题
 时间| 9PM 嘉宾| 廖翠薇_社会教育组组长兼讲师



【你有问题吗】15

日期| 5月30日 (周六)
 时间| 2.30PM-4.30PM
 平台| Zoom
 主题| 关于如何谈青少年性教育的20个疑问
 导师| 黄玉燕和黄玉玲硕士
 出席| 65位18岁以上公众



【你有问题吗】16

日期| 5月31日 (周日)
 时间| 2.30PM-4.30PM
 平台| Zoom
 主题| 关于青春期性教育美好的20个疑问
 导师| 黄玉燕和黄玉玲硕士
 出席| 39位13至15岁青少年



线上辅导说明会

日期 5月8日(周五)	日期 5月13日(三)	日期 5月23日(周六)
时间 9PM-10.50PM	时间 10PM-11.30PM	时间 8.00-10.30pm
主题 组长会议(二)	主题 组长会议(三)	主题 新任组长会议(工作交接)
日期 5月11日(周一)	日期 5月16日(六)	日期 5月31日(周日)
时间 10.30PM-12AM	时间 8.00-9.20pm	时间 8.00-10.35pm
主题 组长会议(辅导组、督导组)	主题 [Zoom/WeChat/Divert Call] 线上辅导说明会	主题 新任执委干部会议

