

豐盛人生

目的

幫助與教育有關人士，包括家長、教師、準教師、學生等……面對困難，超越自我，邁向成長與生命的豐盛。

輔導員資歷

「豐盛人生」心理輔導計劃的輔導員是一些正在修讀中文大學教育學院有關心理輔導的碩士或博士課程學員。這些輔導員，都經過嚴格訓練及挑選，擁有豐富的心理輔導和教學經驗。此外，所有「豐盛人生」心理輔導計劃的輔導員，都在中文大學教育學院接受導師提供的專業督導。

專業督導：

香港中文大學教育學院
教育心理學系教授和特約督導員

致電預約：

星期一至五上午 9:30至下午 5:30
預約電話：2603 6079

面談時間：（必須預約）

逢星期二、三、五晚六時至九時及
星期六下午二時至五時
學校假期照常，公眾假期休息
(本服務嚴格遵守輔導工作者有關「資料保密」專業守則)

面談地點：

沙田香港中文大學崇基學院
教育學院何添樓102室（電梯按1字）

收費：

每次港幣五十元正。
臨時缺席者照章收費，敬請依時出席。

什麼是心理輔導

在成長的歷程中，人難免有失意、徬徨或感困惑的時候。這包括個人心理、情緒、自我形象的困擾；和人際相處、學習，家庭關係、教養子女及工作所帶來的壓力等。這時候，您可以考慮尋求心理輔導，讓輔導員與您一起探索問題的癥結，了解自己的想法及感受、從而作出相應的選擇和行動。輔導的歷程更能協助您發揮個人及家庭成員的潛能，引導您了解問題背後的因由，尋求新方向及目標，突破成長中的障礙；使生活過得更充實，逐步邁向更豐盛的人生。

心理輔導面談，每次約五十分鐘。面談的次數，按個人需要而定。輔導過程需要進深（最少 8 至 10 次的面談），才能達至輔導的成效。