

華人留學生心理健康計劃 之 心導遊 情緒探索小組

透過小組的形式, 探索以下內容,

- * 了解自己負面情緒的原因
- * 分析負面情緒及反應模式
- * 深入探索自己的思維習慣
- * 了解自己的規條與情緒的關係
- * 跳出及處理負面思想的方法

導師：黃富強教授 & 社工潘鳳賢

語言：普通話

日期 & 時間：

四月份系列：4, 14, 21 /4/2018 (星期六)

七月份系列：13, 20, 27 /7/2018 (星期五)

(連續三個星期為一套完整的系列)

時間：10am—4pm

地點：Multicultural Hub

506 Elizabeth St, Melbourne VIC 3000



(活動免費，人數有限，請提前報名)

報名方法

請同學留下你的名字，電話，電郵地址，就讀學校及課程名稱 (IS 情緒小組) 發送到

電話: 0401 718 043, 電郵: admin@chh.org.au 或 微信聯系: CHHenquiry

網站: www.chh.org.au Facebook: CHH @ Centre For Holistic Health

微信二維碼



怡康全人發展中心
Centre for Holistic Health



活動由 AusChannel 支持