



## 資助事務

### 心語心願 - 心理學培訓

黃平 (黃琅中學老師)

接觸心理學是我正處在人生中的低谷時，發現身邊的學生、同事和鄰居中都常有出現心理問題的人，而我的心情也無緣無故開始鬱悶，不時會因為工作的事哭泣，失眠、發脾氣，當時心裡是那麼的無助，感覺這個世界在我眼裡是那麼的灰暗，不值得留念，一天就這麼行屍走肉的活著，毫無意義，更無生機。似乎世界是搖搖欲墜的，我這個人也是迷迷糊糊的。

在雷波進修校培訓時，第一次有幸見到了容淑儀女士和國家心理諮詢師應力老師，針對全縣中小學教師們的心理亞健康問題上的幾節心理團體輔導課，在我的心理留下了很深的印象。至今仍記憶猶新！



正當自己鬱悶無助，快崩潰時，我校在幾位校長的共同努力下，為我們的學校請來了香港苗圃團隊，讓我又見到了昔日那熟悉而嚴厲，但又可愛又可敬的容淑儀女士，並為我們請來了像彌勒佛一樣和藹可親的國家二級心理諮詢師余朝輝先生作為我們的心理培訓教師，引導我們組建心語心願團隊！此時的我似乎像抓住了救命稻草，求救的欲望令我激動、感動，一時間感謝的滋味在心間回蕩，我眼含淚珠、毫不考慮的趕緊報了名，為了自助，更為了幫助身邊更多像我一樣需要心理疏導的同事們、朋友們和學生們.....，從此我真正的心甘情願、無怨無悔的開始了心理學的學習和自學，學得那麼用力，那麼有趣。