



Counselling (名词)

词义:心理咨询。释义:一种有助于增强自我认知与自我接受度、促进自我成长与发展的关系。



需要找人谈谈？

与心理咨询师沟通可能有助于解决以下问题：

- > 学习
- > 个人财务
- > 具体问题的应对和解决
- > 应对困难
- > 悲痛及亲友离世
- > 与家人及他人的关系
- > 精神健康问题, 如抑郁症及焦虑症

接受心理咨询能帮助你保持冷静, 维系人际关系, 维持积极的心态。

心理咨询也是一次掌握问题解决能力、朝着更精彩生活努力的机会。

如何获得心理咨询服务？

查尔斯·达尔文大学向全体学生提供免费且保密的心理咨询服务, 任何心理健康话题均可讨论, 面对面或电话形式皆可。

欢迎预约心理咨询, 请联系公平服务部门 (Equity Services) 登陆 <https://www.cdu.edu.au/equity-services/counselling> 或致电 (08) 8946 6288

如需在非工作时段获得支持, 请拨打
本校紧急支持电话 1300 93 33 93



图片来源: www.vecteezy.com | 64798 Uniprint 02.20