



澳門學聯 升學及心理輔導中心



澳門中華學生聯合總會
Associação Geral de Estudantes Chong Wa de Macau
General Association of Chinese Students of Macao

澳門學聯
升學及心理輔導中心



升學諮詢服務

由專業輔導員透過一對一諮詢，協助學生處理升學疑惑，擬定適合的升學方向。



升學資訊查詢

提供本澳各高等院校及內地保送高校不同專業之資訊，以及海外國家升學方式、生活環境等資訊。本中心亦出版「升學秘笈」與「內地保送必讀」供學生免費取閱。



特色個性化入校服務

接受學校委託，到中、小學進行一系列生涯規劃及升學輔導講座，如「夢想啟航」、「文理分科」、「面試技巧」、「求職攻略」等，並有小班制面試工作坊、牌卡工作坊，協助學生利用測評工具更了解自我；因應學校需求組織專屬的大灣區考察團，擴拓學生就業視野。



升學及就業活動

每年不定期舉辦「青年就業博覽會」、「升大學科專業諮詢會」。



中心簡介

為各辦學機構及本澳學生提供詳盡的升學及心理資訊，並持續舉行一系列升學及心理相關活動、講座，同時設有個別諮詢服務，期望藉此協助學生以健康的心態，探索人生目標，活出更精神的未來。

許千里 澳門中華學生聯合總會
升學輔導主任

謝蓓瑩 澳門中華學生聯合總會
心理輔導主任

梁焯庭 澳門中華學生聯合總會
特約諮詢師

薛巧鳳 澳門中華學生聯合總會
特約諮詢師

服務熱線 2872 3143
傳 真 2835 8558
電 郵 sup@aecm.org.mo
辦公時間 周一至周五 - 09:30-19:00



中心網頁



Wechat

心理諮詢服務

以學生角度為主，協助學生調適生活上面對的議題，包括課業壓力調適、人際關係相處、情緒調節、時間管理等等。



心理支持性團體



透過舉辦不同主題的小組，例如：人際關係支持小組、情緒調節小組、壓力釋放小組等等，讓導師與參與成員間分享彼此經驗，藉由各自的經驗談，來達到交換經驗及互相幫助的功能。

心理健康推廣

製作圖片於線上宣傳不同的心理資訊，並以線下工作坊形式，讓學生透過活動建立正向心理概念，推廣大眾心理健康。

常見的精神病

常見的有精神分裂症、情感性精神障礙、神經衰弱、失眠症、焦慮症、強迫症等。當中以精神分裂症和情感性精神障礙最為普遍。

學生心晴

以專欄文章形式，分享學生的內心劇場，並由專業輔導員附上應對建議，解決學生日常遇到的困擾。

