

關於輔導心理學：訪問節錄

Hong Kong Economics Times, November 2012

專研輔導知識 盡展所長 助人健康成長

輔導工作與心理學息息相關，因此亦衍生出輔導心理學這門專科。香港樹仁大學輔導心理學碩士課程助理總監、註冊輔導心理學家彭蘭施博士表示，輔導心理學與臨床心理學皆屬專業心理學，但是兩者的焦點不一樣。「前者以預防性心理健康工作為中心，重視多元文化，並強調人生不同階段均會遇到挑戰，故需藉着找出當事人內在潛能或強項，以心理學為本的輔導模式去解決人生階段性的問題。」至於臨床心理學，則涉及與精神科有關的病態模式，須透過臨床診斷找出問題關鍵，主要以認知行為的方式進行輔導。



☒ 彭蘭施博士解釋，輔導心理學以人為本，強調找出內在潛能或強項，解決人生不同時期所面對的問題。

隨着社會愈來愈關注身心健康，推動我們去追求生理和心理皆有良好質素的生活，加上不少機構或企業均看重員工的個人發展，因此擁有專業輔導知識和技巧的專才，在職場上需求甚殷。彭博士指出，輔導心理學專業並不局限於處理情緒困擾、心結等，其應用層面還包括職業去向及規劃、家庭及人際關係、子女教育等範疇。

「以在職場上遇到的問題為例，輔導心理學家不會把工作上的問題當作『獨立存在』，而是認為工作是人生的一部分，其問題

要從全人角度理解及分析，幫助當事人檢視其人生不同階段所擔任的角色，例如同時作為員工、兒子、丈夫和爸爸，從這一環扣一環的關係中，找出工作上問題的癥結所在。接着就是了解當事人有何資源處理問題，為他們作心理或生涯評估，例如找出其強項或潛能，以度過工作上的難關。」彭博士強調，輔導過程主要協助當事人把遇到的問題正常化，而非病態化。

Education Post, December 2, 2013

(<http://www.educationpost.com.hk>)

香港樹仁大學輔導心理學碩士課程

“彭博士認為本港對輔導心理學的需求正在增加，這並非指港人心理愈來愈不正常；相反，是港人對心理健康愈來愈重視：「外國輔導心理學的發展已非常成熟，香港人漸漸淡化『被標籤化』，由昔日尋求協助時會被指指點點，到現在大家遇上不同挑戰或過渡性問題時，也願意尋求專業心理學家的協助。」

不過她指出，現時的需求還未到最高峰：「始終港人在遇到實在的問題時才尋求協助，例如在人生找不到方向、想更了解自己或希望在個人成長方面有人能提供專業意見時，這些情況下已經可以約見輔導心理學家。」替求助者進行心理評估和發掘求助者潛能，這都是輔導心理學家的專長。”