

婚姻就好像天气一样，无法天天天蓝，碰到狂风暴雨的时候。如何面对度过，享受雨后的新鲜彩虹？外遇是婚姻中的暴风雨，也给持久关系带来危机。

如果您在过去曾经碰到外遇问题至今仍阴影未除；如果您现在正碰到外遇问题而挣扎、愤怒；或正担心将会发现隐藏外遇问题；这是一个最适合您面对关系危机、治疗心底伤害、追求成长、重现幸福的机会。

面对外遇这个复杂而痛苦的问题，光是倾诉您的故事，或发泄您的愤怒、悲伤是不够的。您需要专门为您设计的知识、新的经验、及温暖了解的一群团体互相支持及打气。关怀辅导中心结合辅导经验、对外遇问题的研究，开始这个崭新的服务。

只要您有追求突破的勇气、坦诚并保密，这个团体就是您最好的选择！

团体目标

- 处理无法抑制的愤怒、责备、失望、忌妒、痛苦、悲伤
- 了解外遇背后的真正信息
- 分析外遇类型与原有关系中的问题
- 了解你我他三角关系
- 恰当的对第三者反应
- 避免权力斗争的陷阱
- 处理隐藏的外遇
- 结束外遇
- 原谅与再信任
- 克服再信任的困难
- 重拾自尊、重整自我价值、道德观
- 知道怎样对孩子说
- 分手与放手
- 获得治疗、调解、法律、辅导服务等方面的资讯

进行方式

这个团体包括大量具体的、参与式的体验活动，使您的身体、情绪、心灵及头脑有机会获得新的经验及洞察力。它结合心理、艺术、行为治疗的原理。使用以下的技巧，使您能更完整、更有效地处理痛苦与危机。

使用技巧

团体活动、Satir 沟通技巧、故事分享、深度放松活动、情绪宣泄、过来人分享、艺术与舞蹈治疗、角色演练等。

团体领导者

卓佳敏，台湾暨南国际大学硕士。现任关怀辅导中心辅导员。曾从事幼儿教育多年，培训不少本地的幼儿教育工作者。对儿童成长、心理和教养有丰富的经验和认识。对儿童辅导、家庭和婚姻治疗有浓厚的兴趣。主责个案辅导、带领婚姻小组、培训及公众教育讲座。

团体协助者

- 关怀辅导中心辅导员
- 关怀辅导中心义工
- 关怀辅导中心与暨南国际大学辅导与谘商硕士学位毕业生

新虹成长团体详情

日期：2012年2月15、22、29和3月7、14、21日(共六次)

时间：晚上7-10点

地点：关怀辅导中心
62B TOA PAYOH LORONG 4, #02-143

人数：10-13人

收费：120元（经济有困难者可寻求协助）

报名资格：只限配偶有外遇者、已离婚，想重建新生、克服阴影者，男女不拘

**报名需前来本中心进行面试以决定是否进入此团体
凡经被录取，如要退出，二十元行政费恕不退还**



