

## 專業心理諮商 Online提建議

學生新聞

【記者柯俐如淡水校園報導】學務處諮商輔導組設立了「心理健康操Online」電子信箱，提供全校教職員生更便利的諮商與專業諮詢管道。透過e-mail的連絡方式，讓大家都

都能隨時隨地上網向輔導老師傾訴生涯、家庭、愛情、壓力等煩惱，輔導老師也會定時回信，提供您更多元的思維角度與專業建議。

另外，擔心自己秘密被他人發現的也別怕！電子信件會以密件方式控管，加上2008年結合學務處e化系統的帳號、密碼登入功能，除了避免他人冒用身分來信外，更確保個人的權益與隱私。

你已迫不及待想跟輔導老師吐露心事嗎？現在不必預約了，趕快進入淡江大學網頁的學生事務處，點選諮商輔導組，進入心理健康操頁面，把你想說的話向專業的輔導老師傾吐，瞬間心情就會平復許多哦！