



與『完美主義』有約工作坊 (PGSS1111)

簡介

- ✧ 你認為凡事應以「追求完美」為終極目標嗎?
- ✧ 你做任何事是否都對自己的表現定下很高標準?
- ✧ 當結果遜於預期，你是否易感到氣餒?

如你有以上的各想法，歡迎你參加「與完美主義有約」工作坊，學習及分享有關完美主義知識。

活動種類 /程度

個人成長及社交發展基礎工作坊 ([代幣課程](#)) (核心課程)

導師

程永德先生(香港資優教育學苑教育心理學家)

對象



- 中一至中三香港資優教育學苑學員
- 名額：25
(從未就讀學苑舉辦的課程的學員將獲優先考慮)

授課語言



粵語，備有中文及英文筆記

證書



學員必須達到以下要求方能完成此課程，並獲發證書：

- ✧ 出席 **所有** 課堂；及
- ✧ 完成課程習作並其表現良好

預期學習成果



完成本課程後，學員應能：

1. 探討完美主義者的類型及特質
2. 比較健康與不健康完美主義
3. 分析完美主義對他們的影響
4. 評估完美主義對個別人士的影響

甄選



請作答於網上報名表格的甄選題目

*甄選題目旨在讓學員對所報讀的課程內容及程度有更深入的了解。題目必須由學員作答。學員只可作答一次，報名表格一經提交，學員不得更改答案。學苑將根據學員的答題表現甄選同學。

截止報名日期

2015年7月6日

報名結果發佈日期

2015年7月10日

學員可於此日期前取消報名。否則，代幣將不獲退還。

日程表



課節	日期	時間	地點 (香港資優教育學苑)
1	8月19日	上午 10:00 – 下午 1:00	204 室
2		下午 2:00 – 下午 5:15	
3	8月26日	上午 10:00 – 下午 1:00	403 室
4		下午 2:00 – 下午 5:15	

查詢



如有查詢，請致電 3940 0180 或 3940 0102 與我們聯絡。