



光愛中心

Light and love Home Ltd

個別婚前預備及婚後成長輔導

(主要採用「PREPARE / ENRICH婚前預備/婚後成長」關係評估工具)

引言：「PREPARE/ENRICH婚前預備/婚後成長」關係評估工具，是由美國著名婚姻及家庭治療師及心理學家大衛奧遜博士(Dr. David Olson) 經27年來不斷實習及改良而成，証實準確率達85%。為針對婚姻關係在不同階段的需要而設有不同種類的問卷，從不同領域（包括：性格、溝通、衝突處理及財務管理模式等）全面評估伴侶間之關係，並分析原生家庭對婚姻關係之影響。婚前輔導配合此評估工具使用(PREPARE)，能雙向地令情侶了解關係中的強弱項，擴闊二人的溝通空間，以達到裝備婚前情侶面對新婚生活帶來的挑戰。婚後成長(ENRICH) 幫助夫婦發現及發展長處和更有效地處理關係中的重要問題，鞏固彼此的婚姻及家庭生活。

A. 婚前預備 (PREPARE)

目的：利用「婚前預備」(PREPARE) 問卷辨識兩性關係中的優點和難題，繼而透過專業輔導，引導雙方預備婚後的適應和更有效建立夫婦相處之道。

對象：計劃於兩年內結婚之人士

內容：共6節，每節一小時二十分鐘

收費：每對參加者 \$2,400 (包括 \$300 PREPARE 之測試及分析費用，參加者可取回主要分析結果)

第一節 簡略介紹評估工具和填寫程序

雙方在不同的房間各自填寫問卷，需時約五十分鐘
探討雙方對婚姻的期望

預約檢閱報告時間 (約兩至三星期後)

第二節 檢閱報告，發掘關係裡的長處和有待成長的範疇

第三節 原生家庭與個人成長的關係：

解構雙方和其原生家庭的相同及相異處、原生家庭如何影響彼此關係、如何平衡雙方和原生家庭的親密度(獨處和共聚)，及如何調適角色轉變的靈活性以保持穩定的關係

第四節 溝通技巧與衝突處理：

檢閱報告，解構雙方在溝通和衝突處理方面的強項和弱項
探討雙方的溝通模式，發掘能令彼此更坦誠向對方表達自己感受和明白對方感受的方向，探討雙方處理衝突方式，發掘能更有效處理彼此分歧和達成共識的方向

第五節 財政管理與休閒時間：

檢閱報告，解構雙方在財政管理和休閒時間安排上的分歧
促進雙方處理以上分歧的能力

第六節 性生活、姻親關係及靈性生活 (基督徒適用)：

解構雙方對性生活的期望和需要能否互相坦誠表達，及在姻親關係上可能出現的問題並探討解決方法(基督徒適用)
探討雙方在靈命上的差距並為婚後靈性生活作準備

B. 婚後成長 (ENRICH)

目的：用「婚後成長」(ENRICH) 問卷幫助夫婦發現及發展長處和更有效地處理關係中的重要問題，鞏固彼此的婚姻及家庭生活

對象：已婚夫婦 (結婚2-10年)

內容：共3節，每節一小時二十分鐘

收費：每對參加者 \$1,200 (包括 \$300 ENRICH 之測試及分析費用，參加者可取回主要分析結果)

第一節 簡略介紹評估工具和填寫問卷，約需50分鐘

初步探討雙方對婚姻關係的滿意度
預約檢閱報告時間 (約兩至三星期後)

第二節 檢閱報告，發掘關係裡的長處和有待成長的範疇及訂立日後輔導的進程

第三節 輔導第一個選定的範疇：

檢閱報告，解構雙方在這範疇的強項、弱項和分歧，探索更有效處理以上分歧及增強建立夫婦相處之道的方向

結束輔導或計劃跟進輔導處理其他範疇



報名須知

1. 輔導員均持有婚姻及家庭治療碩士學位。
2. 男女雙方必需按時完成指定習作及一同出席輔導面談。
3. 參加者需於首次面談時繳交全費。
4. 完成婚前預備/婚後成長輔導後，參加者可按需要選擇參加跟進輔導服務。
5. 查詢及報名：2463 9582