



東華三院

Tung Wah Group of Hospitals

家庭成長中心

Centre on Family Development

成長樂

2024年5月至8月



我們的信念

家庭是社會的基本單元，是每個人成長、建立道德及價值觀的重要根據地；是獲得愛和歡樂的地方；是挫折時得到支持，滋養和蔭庇的地方。

我們相信家庭在面對挑戰和困難時有自行修復的能力；我們相信家庭的潛能無限。

中心目標

- 以家庭為本，為家庭提供全面支援服務，促進家庭和諧及增強家庭凝聚力。
- 為家庭提供親職服務，促進和諧及親密的親子關係。
- 促進家庭成長，發展家庭及成員的潛能，提昇家庭生活質素。

輔導服務

所有輔導服務必需預約

(本中心未能提供即時服務予未經預約者)

親子互動輔導服務(PCIT)

親子互動輔導服務(PCIT)着重及早介入，強調儘快於兒童幼兒期糾正家長的不良管教及協助家長建立良好的親子互動模式。兒童及家長會獲安排共同參與為期十四至二十個星期，每星期一次，每次一小時的密集式治療。治療師會透過單面反光鏡及無線耳筒裝置，即時指導家長如何與子女建立關係和處理子女不良行為的技巧，讓家長即時領略良好親子互動模式的果效，以及具體掌握有效的管教技巧。

- 參與計劃的家長及子女每次會一同被安排於遊戲治療室進行輔導。
- 治療師透過單面反光鏡觀察遊戲治療室裡親子互動的情況，即時及直接指導家長實踐各種建立親子關係及管教孩子的技巧。
- 家長可即時領略良好親子互動模式的效果，和具體掌握有效的管教技巧。

服務對象：

- 面對管教困難及感到親職壓力的家長
- 本服務適合2至7歲並出現以下行為特徵的兒童：
 - 經常有攻擊性行為
 - 經常不服從指示
 - 經常發脾氣
 - 經常不守規矩
 - 在學校出現適應困難



服務收費：

評估\$100，每期\$3200，整個輔導分2期，共收費\$6500 (完成第一期後可視乎情況決定是否參與第二期)

服務查詢及申請方法：

致電2267 6322 查詢及索取申請表格或到網址：

<https://jc-parents-at-ease-2.tungwahcsd.org/> 下載申請表格



輔導服務

所有輔導服務必需預約

(本中心未能提供即時服務予未經預約者)

兒童為本遊戲治療(CCPT)

服務目標：

- 透過遊戲抒發內心感受，預防及減輕情緒、行為問題
- 透過遊戲建立自信心，增強能力感及解決問題的能力
- 透過遊戲學習接受限制，增強自制能力

服務對象：

- 3 - 10 歲兒童
- 在日常生活中遇到難以舒緩的負面情緒及面對沉重壓力之兒童
- 曾經歷特別事故(如目擊暴力事件)、面對家庭變故(如父母離異)、父母患病及親人離世等兒童優先考慮

服務收費：

每節收費(45-60分鐘)\$450



服務查詢及申請方法：

致電2267 6322 查詢及索取申請表格或到網址：
<https://cfcd.tungwahcsd.org/> 下載申請表格



賽馬會 「家長樂輕鬆」計劃2.0

計劃背景和目的

「家長樂輕鬆」計劃2.0是由香港賽馬會慈善信託基金捐助的親子輔導及家庭支援服務。計劃服務專為育有二至十二歲、因特殊學習需要或家庭關係問題而引致行為、情緒、社交、專注及感覺統合困難之兒童及其家長。目的是支援家長成為孩子的成長教練，以協助兒童減少情緒及行為困難及增強家長親職的能力及信心，讓家長重拾作為父母的「樂」趣，「輕鬆」地面對教養上的挑戰，達至整個家庭和諧發展。

服務對象

- 面對管教困難及感到親職壓力的家長
- 2至12歲並因以下情況而引致情緒或行為困難的兒童
 - 懷疑或被診斷為專注力不足/過度活躍、自閉症譜系障礙(高功能)、感覺統合障礙或焦慮症
 - 經歷家庭關係問題



服務特色

1. 個別評估及計劃
輔導員會為申請服務的親子進行全面評估，包括面談、問卷評估及親子互動觀察等，以制訂個別的訓練及輔導計劃。
2. 即時指導
家長透過輔導員的即場直接指導以掌握支援孩子需要之技巧。

「家長教練」親子輔導



輔導員會邀請家長及兒童一同參與此輔導，協助家長學習各項兒童輔導或訓練技巧，並運用即時指導的方式，現場指導家長應用所學：

親子互動輔導服務



內容：專為出現**行為困難**的兒童及其家長而設，透過14至20節、每週一節的輔導，進行關係促進及合作性改善兩部份的輔導，提昇家長處理兒童行為問題的能力，減少孩子的行為困難及建立正面的親子關係。

對象：家長及其**2-7歲**出現以下行為特徵的孩子：**經常有攻擊性行為、不服從指示、易發脾氣、不守規則**



社交能力提昇親子輔導



內容：專為出現**社交困難**的兒童及其家長而設，於10節輔導中透過親子互動及特別設計的練習，以改善兒童以下五方面的社交能力：運用五官及身體溝通、理解個人及他人情緒和想法、給予適當反應、說話對題及彈性思維以解決問題。

對象：家長及其**4至12歲**懷疑或被診斷為**自閉症譜系(高功能)**，並出現社交困難的孩子

親子遊戲輔導

內容：專為出現情緒困難的兒童及其家長而設，透過「兒童情緒」家長工作坊及8節的個別「親子遊戲輔導」，協助家長藉遊戲進入孩子的內心，幫助孩子理解個人情緒、舒緩壓力、提昇自尊自信，及建立親密的親子關係。

對象：家長及其3至11歲出現情緒困難的孩子



專注力提昇親子輔導

內容：專為出現專注力困難的兒童及其家長而設，於10節輔導中透過特設的專注力訓練，協助家長促進孩子的持續性專注、選擇性專注、轉換性專注等能力。

對象：家長及其6至11歲出現專注力困難的孩子



備註：

- 1.申請者須經評估以確定適合參與以上各項服務
- 2.輔導員會根據孩子及家長的需要和意願安排以上一項或多項服務

網上親子直接指導服務



服務特色：

為幫助家長將所學之親職管教策略應用於日常生活中，輔導員會邀請合適家庭參與網上親子直接指導服務。接受此服務的家庭可在家中與孩子進行特定訓練活動時，即時得到輔導員的直接指導。



服務對象：

參與本計劃「家長教練」親子輔導服務，並經計劃社工評估後推薦之家庭

感覺統合功能提昇親子輔導



服務內容：

專為出現感覺統合困難的兒童及其家長而設，於10節輔導中透過本院研發的手機應用程式以輔助有感覺統合困難的親子進行一對一的訓練，協助家長促進兒童對身體的意識、身體協調、學習能力和自信心。



服務對象：

家長及其3至11歲出現感覺統合障礙的孩子

備註：申請者須經評估以確定適合參與以上服務

家庭支援服務

1. 「身心靈得力」家長工作坊
2. 「從新連繫」夫婦成長小組/活動



*活動舉行日期、時間及其他詳情請參考每季活動通訊或致電22676322查詢

服務地點

總辦事處

東華三院家庭成長中心

地址：九龍黃大仙竹園南邨貴園樓地下109-110室(總辦事處)及
九龍黃大仙竹園南邨榮園樓地下104-105室(榮園樓辦事處)

電話：2267 6322

傳真：2194 7311

其他服務單位

東華三院賽馬會天水圍綜合服務中心

東華三院賽馬會沙田綜合服務中心

服務收費

個案服務

按家庭總收入比例收費，
經濟有困難者可申請減費(須出示相關證明文件)

項目

收費

- | | |
|-----------|----------------------|
| 1. 親子互動輔導 | 全期收費由港幣1200元至6500元不等 |
| 2. 各親子輔導 | 全期收費由港幣600元至1200元不等 |

*其他服務收費詳情請參考每季活動通訊或致電2267 6322查詢。

申請個案服務及查詢方法

申請個案服務

- 於本服務網頁下載或致電 2267 6322 索取服務申請表，填妥後郵寄或傳真到本服務總辦事處
- 由社會服務機構、學校或醫療單位轉介

服務查詢

東華三院家庭成長中心 (總辦事處)

電話：2267 6322

地址：九龍黃大仙竹園南邨貴園樓地下109-110室

網址：<https://jc-parents-at-ease-2.tungwahcsd.org>



S Power - 學童及照顧者同行網絡

孩子升讀小學後，特別是就讀有特殊學習需要 (SEN) 的學童，或需面對更多的挑戰，而當中的困難或會影響到親子關係。因此，本計劃於黃大仙區推行支援就讀主流小學而有特殊學習需要 (SEN) 的學童及其家長，透過中心家長小組，讓家長建立同路人互助支援網絡，以舒緩家長的壓力及無助感，營造關愛共融的社區。



(計劃網址)



(SEN 服務資料庫)*
網址提供 SEN 的服務資訊及 SEN 相關資料。



主要社區活動

1. 「S Power」家長互助小組

內容：以親子遊戲輔導的概念，為家長提供管教 SEN 學童的技巧，建立家長和孩子的情感連結，並協助家長建立同路人網絡，促進他們發揮互助互愛的精神。

2. S Power 關懷大使

內容：透過學習自我關顧、關懷他人技巧 (Counseling skills)、支援 SEN 學童技巧及社會資本理念等，鼓勵 SEN 學童照顧者的角色轉化，成為助人者，支援同路人，亦會透過籌備關愛活動，運用自身經驗及培訓所學的知識，去連結及關懷未被接觸的 SEN 學童及家庭。

對象：就讀主流小學而有特殊學習需要 (SEN) 的學童及其照顧者。



親職教育



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

身心靈得力·「正念」六周課

賽馬會「家長樂輕鬆」計劃 2.0

課程編號：P24005

簡介：

透過「正念」六周課認識「正念」，並且學習如何以「正念」融入生活來提升親子關係、學習運用非暴力正念溝通來幫助家庭溝通、鼓勵自我關懷及透過正念舞動學習與自己及他人連結，從而改善人際關係，促進個人成長及家庭和諧。

「正念」益處：

- (1) 家庭成員之間建立親密、支持和良好的互動關係，從而提升家庭關係的質量。
- (2) 幫助家庭成員緩解壓力、調適情緒、提高自尊心等，從而促進心理健康。
- (3) 有助於家庭成員對生活保持感恩和知足的態度，從而提高生活滿意度和幸福感。
- (4) 有助於家庭成員在自我覺察、人際溝通等方面的成長，提升個人素質。
- (5) 學習當下專注，放下過去的不愉快和未來的擔憂，進而增強家庭成員的信心和勇氣。

簡介會（必須出席其中一節）：

A. 日期：20/6/2024（星期四）
時間：上午10:00至11:00

B. 日期：27/6/2024（星期四）
時間：上午10:00至11:00



親職教育



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

六週課

日期：4/7、11/7、18/7、25/7、1/8、8/8（星期四）

時間：上午10:00至 中午12:00

內容：

- 1) 駕禦個人和家庭自動導航
- 2) 靜觀自我關懷
- 3) 促進家庭和諧的非暴力正念溝通（一）
- 4) 促進家庭和諧的非暴力正念溝通（二）
- 5) 正念舞動
- 6) 正念生活



正念家庭
重建和諧關係



重聚日

日期：22/8/2024（星期四）

時間：上午10:00至中午12:00

地點：本中心活動室（黃大仙竹園南邨榮園樓地下）

對象：育有2至12歲兒童之家長

名額：10名

講者：戴姑娘

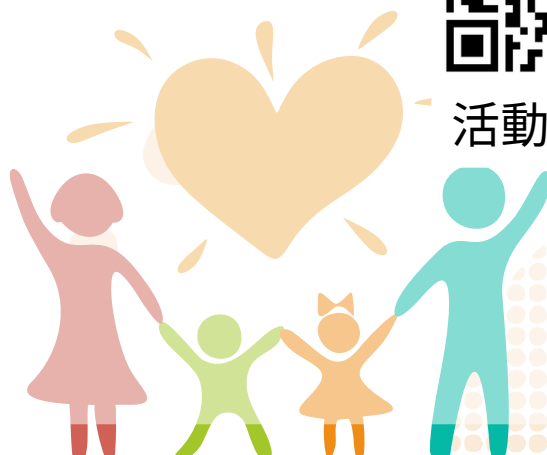
費用：全免

備註：

- 1) 必須出席其中一節簡介會
- 2) 建議穿著舒適服裝
- 3) 參加者可獲得《正念家庭-重建和諧關係》實體書乙本
- 4) 不設託管



活動報名



親職教育



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

「親子遊戲治療法一家長工作坊」

賽馬會「家長樂輕鬆」計劃 2.0

課程編號：P24009

活動簡介：

家長可以透過參加這工作坊認識「兒童為本的遊戲治療」的理念，幫助家長明白子女的行為及情緒。此外，工作坊會分享與子女遊戲的技巧，家長可以通過練習及實踐相關技巧，有助家長更有信心處理子女的情緒及行為的需要。

對象：育有3-12歲兒童之家長

日期：24/5及31/5/2024 (星期五)

時間：晚上7:00至晚上10:00

節數：2節

地點：本中心榮園樓辦事處

導師：社工譚Sir

費用：\$100/位

名額：15名

備註：

- 1) 活動不設託管服務
- 2) 如參加人數超過15人，活動地點需另作安排，地點會安排九龍區地鐵沿線



活動報名

親職教育



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

「身心靈得力」家長工作坊 「正念X非暴力溝通」教養講座

賽馬會「家長樂輕鬆」計劃 2.0

課程編號：P24010

簡介：

透過體驗活動及遊戲讓家長了解「正念X非暴力溝通」的概念，認識及學習自我連結及自我同理，探索自身內在感受及需要，並掌握如何有效直接表達。同時，讓家長學習如何將「正念·非暴力溝通」概念應用於管教上，以新角度出發，重新與孩子連結及互動，從而提昇親子關係。

對象：育有2-12歲兒童之家長

日期：9/5/2024 (星期四)

時間：上午10:00 至 中午12:00

節數：1節

地點：本中心榮園樓辦事處

導師：社工戴姑娘

費用：免費

名額：15名

備註：

1) 不設託管服務

2) 首次報名參加「正念體驗活動」之參加者，可獲優先錄取



活動報名



親職教育



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

「身心靈得力」家長工作坊 「正念X非暴力溝通」夫婦講座

賽馬會「家長樂輕鬆」計劃 2.0

課程編號：P24011

簡介：

透過體驗活動及遊戲讓參加者了解「正念X非暴力溝通」的概念，認識及學習自我連結及自我同理，探索自身內在感受及需要，並掌握如何有效直接表達，藉以增加對自身及伴侶的了解，重新連結彼此，增潤夫婦關係。

對象：育有2-12歲兒童之家長（鼓勵夫婦一同參加）

日期：23/5/2024 (星期四)

時間：上午10:00 至 中午12:00

節數：1節

地點：本中心榮園樓辦事處

導師：社工戴姑娘

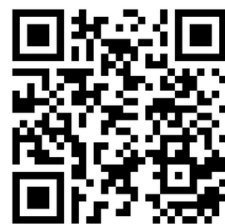
費用：免費

名額：12名

備註：

1) 不設託管服務

2) 首次報名參加「正念體驗活動」之參加者，可獲優先錄取



活動報名





砌模型x專注力訓練小組 2.0

賽馬會「家長樂輕鬆」計劃 2.0

課程編號：P24006

活動簡介：

砌模型是一項需要參加者計劃組裝次序、細心分配組件、耐性打磨組件和專注組合模型零件的活動。此外，模型更可以重新著色，參加者可以設計獨特配色的模型，透過模型組裝過程及著色過程提升兒童的專注力，參加者更可以將完成的作品帶回家！

對象：7 - 12歲兒童

日期：24/7, 26/7, 31/7, 2/8, 7/8, 9/8/2024(逢星期三及五)

時間：上午10:00 至 中午 12:30

節數：6節

地點：本中心榮園樓辦事處

導師：社工譚Sir 及 導師張Sir

費用：\$350 (已包材料費用)

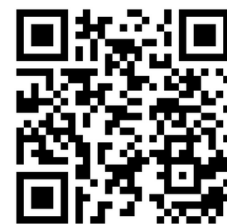
名額：6名

備註：

- 1) 如參加者獲全額書簿津貼或者正領取綜援家庭，可申請費用減免\$300
- 2) 最後一節需要家長一同參與，分享參加者成果



(圖片只供參考)



活動報名



兒童社交智能小組-「我要給人好印象」 (初小組)

賽馬會「家長樂輕鬆」計劃 2.0

課程編號：P24007

活動簡介：

社交情緒的發展對兒童成長十分重要。他們不但需要察覺自己的情緒，洞悉他人的感受，而且亦要運用適當的社交技巧與他人溝通。小組以美國所提倡的「社交思考」(Social Thinking) 概念協助兒童認識情緒、留意別人的感受及理解他人的想法，從而促進兒童的社交智能，提升兒童解難及與他人協調能力。

對象：小一至小三學生

活動地點：本中心榮園樓辦事

導師：社工郭姑娘

節數：小組前活動1節及
小組活動7節

費用：\$500

名額：6名兒童

(一) 小組前活動

日期：10/7/2024 (星期三)

時間：下午4時 - 下午5時15分

(二) 小組活動

日期：17/7、24/7、31/7、7/8、
14/8、21/8、28/8/2024

(星期三，共七節)

時間：下午4時 - 下午5時15分

備註：

參加者需參與由社工安排之小組前活動，以了解兒童是否適合參與小組



活動報名



兒童社交智能小組-「我要給人好印象」 (高小組)

賽馬會「家長樂輕鬆」計劃 2.0

課程編號：P24008

活動簡介：

社交情緒的發展對兒童成長十分重要。他們不但需要察覺自己的情緒，洞悉他人的感受，而且亦要運用適當的社交技巧與他人溝通。小組以美國所提倡的「社交思考」(Social Thinking) 概念協助兒童認識情緒、留意別人的感受及理解他人的想法，從而促進兒童的社交智能，提升兒童解難及與他人協調能力。

對象：小四至小六學生

活動地點：本中心榮園樓辦事

導師：社工怡姑娘

節數：小組前活動1節及
小組活動7節

費用：\$500

名額：6名兒童

(一) 小組前活動

日期：12/7/2024 (星期五)

時間：下午3時 - 下午4時15分

(二) 小組活動

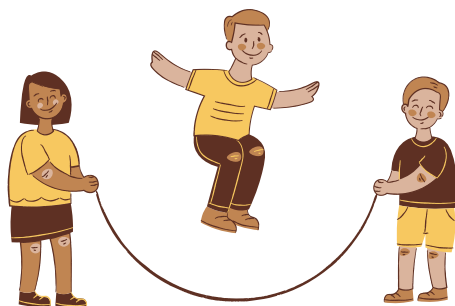
日期：19/7、26/7、2/8、9/8、
16/8、23/8、30/8/2024

(星期五，共七節)

時間：下午3時 - 下午4時15分

備註：

參加者需參與由社工安排之小組前活動，以了解兒童是否適合參與小組



活動報名

東華三院家庭成長中心 活動報名表格

申請者姓名: _____ 聯絡電話: _____ 電郵: _____

住址: _____

如參加親子/兒童活動，請填寫以下資料:

兒童姓名: _____ 性別: _____ 出生日期: _____ 年級: _____

你從何處得知活動資訊： 中心電郵 中心郵寄之通訊 中心服務使用者 朋友介紹
 學校 中心Facebook專頁 本中心社工介紹 其他中心社工介紹
 其他: _____

活動編號	活動名稱	費用
總數		

備註： (1)如活動名額不足，則接收表先後決定參與次序
 (2)如未被取錄者，則另行通知

本人明白及同意，根據個人資料(私隱)條例，本人向中心所提供的個人資料，將會供中心為本人提供服務使用，有關本人的個人資料將被保密處理。有關活動期間拍攝的相片，將會作本中心宣傳活動用。如有異議者，請與活動負責職員聯絡。

申請人簽署: _____ 簽署日期: _____

繳費方法

- 親臨東華三院家庭成長中心 - 以現金或支票繳交。
- 郵寄劃線支票到本中心繳費，抬頭請寫『東華三院』，支票背後請寫申請者姓名、聯絡電話、報讀之活動名稱。

職員專用：

登記編號: _____ 收集日期: _____ 總金額: _____ (支票號碼: _____)

電話: 2267 6322

傳真: 2194 7311

報名地點: 九龍黃大仙竹園南邨貴園樓地下109-110室

東華三院家庭成長中心

中心活動備忘

1. 參加者必須於報名時，自行核對清楚有關活動的時間及上課地點，避免相撞；收費一經作實，中心不會接受退款、改班或轉名。
2. 如活動因人數不足或其他原因而需要取消，中心將於活動進行日三天前通知已報名人士，並安排退款、延期或改班。
3. 如因天氣惡劣導致活動不能如期舉行，中心將以順延形式或另行安排日子補回（以較多人數可參與的日子為原則，日子確定後即使參加者不能出席，亦不作個別補堂）。
4. 繳費後，參加者須於指定時間及地點出席有關活動，如有遲到或缺席，一概不候，亦不能安排退款。
5. 活動中所拍的照片及影片，可能會被安排刊登於通訊 / 服務單張 / 短片內作宣傳用途，如有異議者，請與中心職員聯絡。
6. 如遇特別情況，中心會保留更改活動導師、時間及地點之權利。
7. 退款安排
 - 由中心主動更改服務內容或取消活動，參加者可退回已繳交的活動費用。
 - 中心職員會通知申請人領回退款。
 - 申請人須帶備活動收據正本於通知日起 1 個月內前往中心辦理退款手續。逾期仍未領取退款者，有關之收費將當作中心捐款處理。
 - 若申請人不慎遺失收據，必須簽署「遺失收據聲明」表格，經中心職員核實後方可退回有關款項。
 - 如申請人並非親自領回有關款項，申請人必須填寫「委託代辦聲明書」，委任他人前往中心領取退款。

8. 颱風及暴雨信號懸掛後中心開放及活動安排

服務 信號	中心開放	班 / 組活動及 其他室內活動	戶外活動 / 校外活動
雷暴警告信號	✓	✓	☎
黃色暴雨	✓	✓	☎
紅色暴雨	✓	☎	×
黑色暴雨	*	●	×
1 號戒備信號	✓	✓	☎
3 號強風信號	✓	☎	☎
8 號烈風或暴風 或以上信號	×	×	×

✓ 中心照常開放 / 活動繼續進行。

× 中心暫停開放 / 活動取消。

☎ 請致電中心查詢最新安排：電話 2267 6322。

* 於黑色暴雨警告懸掛時，

- 如中心尚未開放，則中心會暫停開放。於黑色暴雨警告除下後 2 小時，中心會重新開放。
- 如中心已開放，中心會維持有限度的開放。

● 如活動舉行前兩小時仍懸掛黑色暴雨警告，則該活動會改期或取消。

● 於黑色暴雨警告懸掛時，如該室內活動正進行中，會繼續至完結。

中心地圖



活動報名時間

星期一、三、四、六：上午九時半至下午一時、下午二時至六時正
星期二、五：下午一時至六時正
星期日及公眾假期休息

聯絡資料

中心電話 :2267 6322

中心傳真 :2194 7311

郵寄 / 親身報名地點：

九龍黃大仙竹園南邨貴園樓地下 109-110 室

網上報名網址：

<https://forms.gle/KyFSWLYADuEHpVc3A>



Scan me

