

# 成長樂

## 2025年3-6月會訊

活動  
報名

活動  
內容



SCAN ME



SCAN ME



# 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。

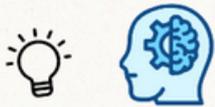
**對象：**家長及其3至11歲出現情緒困難的孩子



## 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

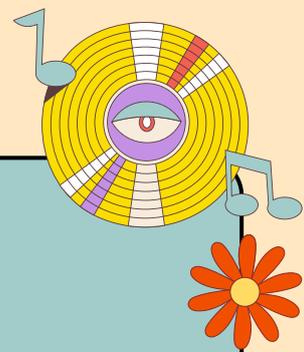
### 服務查詢

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>



# 活動目錄

**26**

March

**「身心靈得力」之家長郊遊樂 (港島篇)**

日期:26/3、30/4/2025 活動編號:P24029 P.11

**29**

Mar

**「共同管教有妙法:建構正向  
溝通橋樑」夫婦講座**

日期29/3/2025 活動編號P24030 P.12

**18**

Mar

**「身心靈得力」「愛的語言」家長減壓小組**

日期:18/3、25/3、1/4、8/4、15/4/2025  
活動編號:P25031 P.13

**16**

Apr

**「親子遊戲治療法—家長工作坊」(第八期)**

日期:16/4、23/4/2025 活動編號:P25001 P.14

**5**

May

**「身心靈得力」之夫婦拍拖遊**

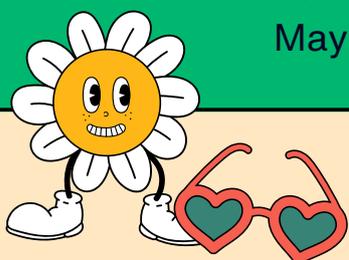
日期:5/5/2025 活動編號:P25002 P.15

**5**

May

**「身心靈得力」孩子放電營**

日期:5/5/2025 活動編號:P25003 P.16





# 「身心靈得力」 之 家長郊遊樂 (港島篇)



## 活動簡介:

活動編號：P24029

根據英國艾希特大學研究(White, 2019)調查指出，只要每星期安排2小時到郊外走走，能有效改善身心健康。因此，透過參加此活動，讓參加者遠離煩囂，接近大自然，呼吸新鮮空氣。同時，也可以欣賞大自然景色，從而減輕生活的壓力。

日期	活動內容	地點
20/2/2025(星期四)	活動簡介會 (網上) (時間: 上午10:00 至11:00)	Zoom
27/2/2025(星期四)	欣賞吊鐘花x靜觀體驗	紫羅蘭山
26/3/2025(星期三)	欣賞海岸保護區景色x靜觀體驗	鶴咀半島
30/4/2025(星期三)	欣賞島嶼x 靜觀體驗	龍脊

對象: 面對管教困難之家長  
 時間: 上午9:00 至下午2:30  
 地點: 戶外  
 導師: 社工 譚Sir  
 費用: 免費  
 名額: 16位家長

## 備註:

- 名額先到先得，額滿即止
- 參加前先衡量個人健康及體能狀況
- 每段活動路程約2至3小時
- 活動需自費乘搭公共交通工具
- 如因天氣惡劣而未能進行，活動將會改期，並另行通知


 掃QR code  
 報名

# 「共同管教有妙法： 建構正向溝通橋樑」 夫婦講座

## 活動簡介：

於現今社會中，不論家長或孩子每天都營營役役地生活，在這繁忙及急速的生活節奏，父母不自覺地只集中處理孩子的日常流程，缺乏與孩子交流及溝通的時刻，使親子關係疏離，大幅減低孩子的服從及合作性。講座利用「六色積木」讓家長體驗溝通的重要性，並從中學習正向溝通的技巧，增強親子關係，提昇孩子的合作性，從而建立更和諧的家庭氣氛。



活動編號：P24030



### 對象

已婚夫婦，並最少育有一名 2-12 歲子女  
(夫婦二人必需一同參加)



### 日期

29/3/2025  
(星期六)



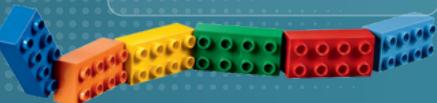
### 時間

下午2:30至  
下午5:30



### 地點

地點：本中心  
榮園樓辦事處



名額：8對夫婦

導師：社工郭姑娘

費用：全免

備註：設託管服務

(託管兒童須為2歲或以上)

## 活動報名

SCAN ME





活動編號: **P240031**

# 「身心靈得力」 「愛的語言」

費用  
全免

## 家長減壓小組

### 活動簡介:

合適的溝通的方法能令家庭成員彼此增進了解和拉近關係，促進家庭融洽，並使我們身心健康。小組運用非暴力溝通的概念，讓家長學習如何更了解自己的需要，安定自己的身心，以及更有效地表達自己及聆聽家人的感受和 demand，從而讓彼此之間的關係變得更緊密。

### 活動報名

SCAN ME



**備註:**

1. 不設託管服務
2. 建議穿著舒適服裝

日期: 18/3、25/3、1/4、  
8/4、15/4/2025(逢星期二)

對象: 面對管教困難的家長

時間: 上午10:00至11:30

地點: 本中心榮園樓辦事處

導師: 社工 黃姑娘

節數: 5節

名額: 6名

# 親子遊戲治療法

活動報名

## 家長工作坊 (第八期)



SCAN ME



活動編號：P25001



### 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。

日期：16/4及 23/4/2025 (星期三)

費用：\$100/位

時間：上午10:00 至 下午1:00

導師：社工譚SIR

節數：2 節

名額：15名

地點：本中心榮園樓辦事處

**備註： 1) 活動不設託管服務**

# 「身心靈得力」 之 夫婦拍拖遊

**費用  
全免**

活動編號: P25002

日期: **5/5/2025** (佛誕假期)

時間: 上午**9:30** - 下午**5:00**

**附送拍拖  
紀念相冊!**

## 備註:

- 參加前先衡量個人健康及體能狀況
- 行走路程約3小時
- 活動需自費乘搭公共交通工具及膳食費用
- 如因天氣惡劣而未能進行，活動將會改期，並另行通知

導師: 社工 譚Sir

地點: 東龍島

名額: 6對夫婦 (12人)

**活動報名** 

SCAN ME





活動編號：**P25003**



# 「身心靈得力」 之 孩子放電營

**備註：家長必須參加**  
**《「身心靈得力」之夫婦拍拖遊》**



日期：**5/5/2025**  
(佛誕假期)

時間：上午**9:30**-下午**5:00**

## 活動簡介：

夫婦在結婚後，二人每天都在忙工作、忙家務、忙孩子的事務等等，似乎失去了二人的「拍拖」時間，為了讓夫婦可以放心約會，提升夫婦關係，特意舉辦夫婦兒童聯乘活動。



費用：**\$50/人**  
(包膳食及營費，  
交通需自費)

導師：社工 怡姑娘

名額：**12人**

地點：鯉魚門度假村

## 活動報名

SCAN ME



# 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。



### 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: 22676322

中心傳真: 21947311

### 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

### 計劃報名網址

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



Scan me

