



每個兒童都會經歷

不同的情緒天氣，作為兒童的陪伴者，我們也可以成為他們的情緒天文台，了解及明白他們的情緒及預警可能遇到的狀況，及早介入及提供協助。同時，我們亦可以讓兒童了解自己可能出現的不同情緒天氣，接納自己的不同情緒及正面地處理情緒風暴的來襲。

因此，本計劃為學校的教育工作者、家長及兒童提供不同類形的講座、工作坊、小組及培訓等，為不同情緒風暴的來襲做好預防措施。

申請計劃服務方法



如對本計劃所提供之服務有任何查詢，歡迎致電向本計劃職員查詢及安排有關服務。服務申請表可自行到本計劃網頁下載，填妥表格後可傳真予本計劃。



聯絡方法

郵寄地址：將軍澳翠林邨康林樓地下
 電話：2706 5262
 傳真：2706 5776
 電郵：km@cfsc.org.hk
 機構網頁：www.cfsc.org.hk
 中心網頁：www.cfsc.org.hk/rehab/km
 版本：2016年6月
 印刷數量：3000份



基督教家庭服務中心
 Christian Family Service Centre



正向為本兒童心理健康計劃
 Strengths Based Child Mental Health Project

工作坊

培訓

講座

學校
 活動

小組

本計劃由

HSBC 滙豐

透過



香港公益金
 THE COMMUNITY CHEST

撥款資助



入校兒童精神健康教育活動



情緒天文台：精神健康偵測員培訓-教育工作者及家長培訓

教育工作者專業培訓

目標：

- 了解及處理各種兒童常見的心理/精神健康問題
- 兒童心理/精神健康危機評估及處理
- 加強兒童心理/精神健康輔導工作

一般內容：

- 學生心理及精神健康
- 教師精神健康
- 兒童常見心理/精神健康問題評估及處理

*請查詢其他培訓內容及費用



家長教育活動

目標：

- 提昇家長對兒童心理/精神健康的關注及認識
- 支援家長處理受心理/精神困擾的兒童
- 協助家長營造身心靈健康的家庭生活環境

一般內容：

- 如何有效辨識及支接受心理/精神困擾的子女
- 如何預防及協調父母與子女之間的衝突
- 如何處理子女沉溺上網或輟學所帶來的精神或心理困擾
- 如何與受心理/精神困擾的子女相處

*內容可按個別學校家長需要再作修訂

[講座：建議每次1小時，人數：約100人]

[工作坊：建議每次1.5小時，人數：約40人]



親親情緒天氣系列—讓學生了解不同情緒天氣的形成

情緒天氣預告

目標：

- 提昇兒童對精神健康的關注及認識
- 提昇兒童的精神健康質素

內容：

- 認識精神健康的重要性及相關疾病的成因和病徵
- 兒童常見的情緒困擾/情緒病
- 與情緒天氣有約—精神健康教育攤位活動

[講座：建議每次1小時，人數：約500人]

[工作坊：建議每次1.5小時，人數：約40人]

[攤位活動：建議每次1小時，人數：約100人]



情緒天文學會—正向為本取向小組

目標：

- 協助兒童發掘個人內在優勢、探索外在資源 (Internal and External Strengths)
- 建立校內有同樣需要兒童間的互相支援
- 學習欣賞自己及別人的強項及特點，促進健康、正面成長

內容：

- 以能耐為本取向，配合藝術創作活動及敘事治療手法協助學生認識及處理情緒
- 建立學生內外資源，提昇情緒處理技巧

[小組以6-8節為單元，每節約1小時，人數：8-10人，需預約服務]



情緒天氣藝術坊

目標：

- 透過藝術創作活動，讓學生認識及了解自己的情緒，並學習正面抒發情緒
- 透過藝術創作活動，讓學生認識自己的優點及強項以面對生活挑戰
- 透過團體藝術創作的互動及分享，促進學生人際關係的相處
- 引發學生對生活的想望、追尋夢想，促進學生的精神健康

內容：

- 「情緒天氣面譜創作」工作坊—透過個人面譜創作表達內心難以言語的情緒
- 「理想天氣選舉」工作坊—透過繪畫創作認識自己與情緒的關係
- 「氫氣球天氣偵察隊」工作坊—以團體合作繪畫認識個人內在優勢及互相欣賞

*內容可按個別學校需要再作修訂

[工作坊：建議每次1.5小時，人數：約40人]

