

小學生情緒健康系列 2017-18

隸屬基督教聯合那打素社康服務（非牟利團體）的聯合情緒健康教育中心及倡健學校計劃，希望透過心理教育過程，幫助學生及家長，學習正面的思考方法，認識及培養正面情緒和行為，發掘長處，以樂觀和積極的態度面對生活。本中心舉辦的到校小組及講座包括：

學生小組

情緒健康支援小組

- A. 靜觀體驗小組
- B. 執行功能訓練小組
- C. 情緒學習小組

家長講座

情緒健康教育講座

- A. 正向心理在親子關係的運用
- B. 遇挫不折-增強子女抗逆力
- C. 正向情緒管教子女

有關活動內容，請翻後頁

查詢活動詳情，歡迎致電2349 3212

www.ucep.org.hk



活動內容介紹

範疇	內容簡介	適合對象	參與人數	活動時數	收費
小組	<p>A. 靜觀體驗小組</p> <p>引用靜觀的理念，用易懂、好玩的方法，培養學童專注力、平衡情緒和舒緩壓力。</p>	小一至小六學生	每組 8 至 10 人；按年級分組	共 6 節；每節 40 分鐘至 1 小時	\$1500/節 導師： 輔導心理學家
	<p>B. 執行功能訓練小組</p> <p>透過外在提示、細分步驟等技巧，提升學童的執行技巧，加強他們抑制衝動行為及自我管理的能力，以幫助他們應付在學習和社交上遇到的困難。</p>				
	<p>C. 情緒學習小組</p> <p>透過遊戲活動與分享，讓學童認識各種情緒，學習使用正確的方法，宣洩負面情緒並讓孩子從多個角度觀察，明白他人感受培養同理心。</p>				
講座	<p>A. 正向心理在親子關係的運用</p> <p>講座旨在將正向心理學理論應用在親子關係。透過個案分享和日常生活實例等互動方式，加深家長對相關理論及實踐方法的了解。</p>	小一至小六學生家長	每場 15 至 50 人	1.5 小時或以上	\$2000/小時 導師： 輔導心理學家/ 心理輔導員
	<p>B. 遇挫不折-增強子女抗逆力</p> <p>培養孩子的抗逆力是幫助他們有效處理壓力及順利渡過難關的方法。講座旨在協助家長學習培養子女樂觀感和希望感的方法與技巧，從而增強子女面對逆境的能力。</p>				
	<p>C. 正向情緒管教子女</p> <p>負面情緒和壓力，往往妨礙了家長以有效方法幫助子女學習與成長。講座旨在讓家長了解自身情緒的根源、釋放負面情緒的技巧及認識建立正向情緒的方法，以助家長建立愉快的親職經驗。</p>				

*以上收費會因應活動細節而有所修改，敬請留意。



致：社會服務二部（傳真號碼：2349 4454）
 小學生情緒健康系列 2017-2018 學年活動申請表

範疇	題目	擬舉行日期	擬舉行時間	參與對象	預計人數
小組/講座					

學校資料

學校名稱：_____

學校地址：_____

聯絡人姓名：_____ 職位：_____

電話(學校/手提)：_____ 傳真：_____

電郵：_____ 方便聯絡的時間：_____

本學校 *同意 / 不同意 授權基督教聯合那打素社康服務 (以下簡稱「社康」) 於以上申請的活動拍攝照片，並同意日後於推廣「社康」服務及健康教育上刊登。是次提供的資料為義務性質，不涉及收取任何酬金或版權費 *請刪去不適用者

- 備註：
- *建議有特殊學習需要(SEN)學生與非SEN學生分開進行小組活動，因各有不同需要。
 - *若小組參加者中有SEN學生，請填妥以下資料，以便中心作出相應安排。
 - *未經許可，請勿拍攝或錄影講座內容。

小組參加者補充資料（若適用）

小組參加者中SEN學生為_____位

請列明以上學生的需要和特點：_____

收到此表格的兩星期內，本中心會致電學校商討和確認有關安排

如未接獲來電確認，請與本中心職員聯絡

所有活動需待本中心發出、學校簽署並交回「活動確認信」後才能確認申請