

2022-2023 年度幼稚園到校服務

家長講座/工作坊/小組/活動、家庭活動

教師培訓主題



女青賽馬會家庭健康促進中心成立於2017年10月，是香港基督教女青年會第三間的家庭健康促進中心，位處何文田，以「促進家庭健康、建設共融社會」為遠象，服務包括家庭服務、特殊學習需要評估及訓練、專業培訓、到校家長及學生訓練、輔導服務、駐校服務及中心興趣班組。導師均為註冊社工，有豐富的輔導及帶領訓練的經驗。

本中心參照教育局新編訂的家長課程架構
為幼稚園家長及家庭設計不同主題服務

認識兒童發展



促進兒童健康、愉快及均衡的發展



促進家長身心健康



促進家校合作與構通



過去5年曾服務的幼稚園近40間，並每年為教育局提供幼稚園家長講座

如有查詢，請致電 2700 1700 聯絡葉姑娘
電郵：kcfwc@ywca.org.hk 傳真：2700 1710
網址：<https://fwckc.ywca.org.hk>

中心網址



範疇一：認識兒童發展

以講座、工作坊或小組形式，重視理論與實踐，讓更多家長認識兒童發展的原則及階段、促進親子關係及兒童身心健康的技巧，亦歡迎學校按需要提出建議。

編號	名稱	內容
P-1	知情識緒— 幼兒情緒發展	<ul style="list-style-type: none">● 情緒的發展● 引致孩子負情緒的因素及表現● 家長管教對幼兒情緒發展的影響
P-2	愛閱讀的孩子— 建立幼兒閱讀習慣	<ul style="list-style-type: none">● 幼兒階段的閱讀發展● 建立閱讀習慣的重要性● 親子共讀的技巧
P-3	跟你做朋友— 提升幼兒社交能力	<ul style="list-style-type: none">● 不同年齡的社交發展● 幼兒社交發展的範疇● 從遊戲及日常生活中提升幼兒社交能力
P-4	安心走出去— 建立孩子安全感	<ul style="list-style-type: none">● 安全感對幼兒的成長影響● 孩子欠缺安全感的表現● 如何提升幼兒的安全感

範疇二：促進兒童健康、愉快及均衡的發展

提升家長以「兒童為本」的育兒方式培育兒童心理、情緒及精神健康的全面發展的正向管教技巧，以理論和互動形式提升家長的參與，亦歡迎學校按需要提出建議。

編號	名稱	內容
P-5	從遊戲進入孩子的心— 運用遊戲輔導了解孩子	<ul style="list-style-type: none">● 用遊戲建立親子的信任關係● 透過遊戲了解孩子的內心● 貼心回應的技巧
P-6	愛兒有方— 教養孩子的法寶	<ul style="list-style-type: none">● 為孩子的行為立界線● 有效給指令的方法● 不同的親職管教模式
P-7	孩子壓力煲— 識別及紓緩孩子焦慮	<ul style="list-style-type: none">● 孩子壓力過大的跡象● 處理孩子的焦慮● 幫助孩子減壓
P-8	與「情」同「行」— 處理孩子的情緒及行為問題	<ul style="list-style-type: none">● 孩子行為背後的情緒需要● 處理孩子情緒及行為問題的心法● 介入孩子行為問題的技巧
P-9	電子神童— 指導幼兒使用電子產品	<ul style="list-style-type: none">● 電子產品對幼兒的影響● 家長規範幼兒使用電子產品的方法● 比電子產品更好的選擇
P-10	跌而不倒— 提升孩子抗逆力	<ul style="list-style-type: none">● 逆境在成長中的意義● 支撐孩子面對逆境的三大因素● 提升孩子解難能力的方法

P-11	成為孩子的啦啦隊— 建立欣賞的態度及管教模式	<ul style="list-style-type: none"> ● 孩子成長中需要的讚賞 ● 建立欣賞的心 ● 在生活處境中運用讚賞的技巧
P-12	還孩子一份神采— 培育自信孩子	<ul style="list-style-type: none"> ● 自信心的重要性 ● 發掘孩子的個性特質 ● 培育及發揮孩子的個性強項
P-13	孩子自己做得好— 提升孩子自理能力	<ul style="list-style-type: none"> ● 不同年齡孩子的自理任務 ● 如何在日常生活中提升自理能力 ● 家長的心態與鼓勵
P-14	孩子有品— 建立孩子的道德及品格	<ul style="list-style-type: none"> ● 同理心的重要性及幼兒道德發展的階段 ● 建立孩子好品格的步驟 ● 以「品格」糾正孩子的行為問題
P-15	「童」「理」共鳴— 與孩子溝通的良方	<ul style="list-style-type: none"> ● 幼兒語言及智力發展階段 ● 家長溝通方式對幼兒成長的影響 ● 配合孩子成長的溝通方法
P-16	喜愛學習— 提升孩子學習興趣及效能	<ul style="list-style-type: none"> ● 提升學習興趣 ● 多感官的指導方式 ● 建立生活與學習規律
P-17	專心多一點— 改善孩子的專注力	<ul style="list-style-type: none"> ● 專注力的範疇 ● 影響專注力的外在及內在因素 ● 提升幼兒專注力的方法
p-18	升小一預備— 與孩子一起預備升小一	<ul style="list-style-type: none"> ● 幼兒在升小階段中的挑戰 ● 幼兒的心理轉變及需要 ● 如何扶助孩子適應小一

範疇三：促進家長身心健康

提升家長在家庭環境中的正向思維、管理情緒的知識和技巧、面對衝突的技巧、親職效能以及自我關顧，亦歡迎學校按需要提出建議。

編號	名稱	內容
P-19	父母的心寧空間— 為人父母的減壓方法	<ul style="list-style-type: none"> ● 令家長壓力爆燈的內外原因 ● 留意情緒警號及呼聲 ● 抗壓與減壓之道
P-20	原生家庭與管教— 原生家庭如何影響家長的 管教模式	<ul style="list-style-type: none"> ● 原生家庭的概念 ● 童年的成長經歷如何塑造自己 ● 有利孩子健康成長的管教模式
P-21	耐性的考驗— 增加管教耐性的秘訣	<ul style="list-style-type: none"> ● 甚麼偷走了父母的耐性？ ● 「耐性」在管教上的影響力 ● 找回「耐性」秘訣
P-22	教得樂— 建立正向思考模式	<ul style="list-style-type: none"> ● 家長的思考模式與情緒反應的關係 ● 避免落入管教的思考陷阱 ● 在正面的氣氛下教養孩子

P-23	內在冰山的寶藏— 探索家長內在期望及溝通模式	<ul style="list-style-type: none"> ● 內在期望與行為的關係 ● 以冰山為比喻提升自我覺察 ● 一致三贏的家庭溝通模式
P-24	家長減壓系列（可選）	<ul style="list-style-type: none"> ● 和諧粉彩 ● 人像畫 ● 花藝 ● 藝術體驗

範疇四：促進家校合作與溝通

透過親子活動提升溝通和協作，亦歡迎老師參與，促進家校溝通。

F-1 「家庭暖笠笠」親子活動

人數：30 對親子

內容：1. 「暖笠笠布偶劇場」 - 一起製作獨一無二的布偶，並以小劇場增加親子溝通
2. 「同心解難」 - 親子解難任務，提升家庭抗逆力
3. 「畫人像」 - 細心觀察及繪畫家庭成員的容貌，提升家庭凝聚力

時間：每節約 3 小時(連同活動解說)

費用：每節\$6,000（包括活動物資）

F-2 「自理智多 FUN」親子活動/小組

人數：活動:20 對親子、小組:8 對親子

內容：1. 提升孩子生活自理技巧，如：穿衣、摺衣服、個人衛生和收拾個人物品等等
2. 有助強化孩子小手肌發展的親子遊戲
3. 提升家長在訓練孩子時的讚賞和指導技巧

時間：活動 - 每節約 3 小時(連同活動解說)

小組 - 每節 1-1.5 小時

費用：活動形式 \$6,000（包括活動物資）

小組形式 每節\$2,500（包括活動物資）

F-3 「和你畫」親子和諧粉彩活動

人數：20 對親子

內容：親子合作創作特定主題作品，如：家、希望、愛和連繫等，從而促進溝通和連繫

時間：每節約 2 小時（連同活動解說）

費用：\$7,000（已包括材料費）

F-4【祖父母的快樂繪本】計劃(第二屆)



目標：

1. 讓小朋友學會關心祖父母
2. 教授小朋友訪問、繪畫及製作繪本的技巧
3. 製造跨代共聚的機會，為祖父母帶來歡樂的時光

對象：

最少 12 位 K3 學生、家長及祖父母

活動時段：

10/2022-1/2023 或 2/2023-6/2023

活動內容：

	項目	對象	地點
1	家長講座及招募	家長	學校
2	委任儀式及封面設計	學生、家長及祖父母	學校
3	4 次繪本訓練	學生、家長義工	學校
4	拍攝三代全家福	學生、家長及祖父母	戶外
5	祖父母的童真	祖父母	學校
6	跨代遊戲日 暨 嘉許禮	學生、家長及祖父母	女青(何文田)

可掃描以下二維碼
觀賞計劃介紹片段



收費：是次活動獲李錦記家族基金贊助，每位參加學生\$50，另學校須負責跨代遊戲日的旅遊巴費用

範疇五：教師培訓

著重理論與實踐，融合真實例子及體驗活動，提升教師的效能，改善身心健康。

編號	名稱	內容
T-1	與家長溝通之道	<ul style="list-style-type: none"> ● 溝通中伏 ● 與三類家長溝通的策略 ● 取得家長信任的「聽」「說」技巧
T-2	臨危不亂	<ul style="list-style-type: none"> ● 危機的定義及三類受害者 ● 危險處理的原則 ● 校園危機處理演習
T-3	知情識緒	<ul style="list-style-type: none"> ● 辨識常見的的學生情緒精神問題 ● 介入的方向及技巧 ● 團隊的配搭
T-4	懷疑虐兒個案處理	<ul style="list-style-type: none"> ● 保護兒童的原則及虐兒的定義 ● 識別懷疑受虐的兒童 ● 介入處理的步驟及技巧
T-5	九型人格與團隊關係	<ul style="list-style-type: none"> ● 認識九型人格的特徵 ● 不同人格的呈現方式及需要 ● 團隊配搭的秘訣
T-6	壓力不倒翁	<ul style="list-style-type: none"> ● 檢視壓力的身心狀態 ● 回歸核心關注及處事習慣 ● 減壓練習
T-7	老師鬆一鬆	<ul style="list-style-type: none"> ● 和諧粉彩 ● 藝術 ● 花藝

收費及預約

服務	時間	收費	資深講員收費 (五年以上資歷)
家長講座或工作坊	1.5 小時內	\$3,000	\$4,000
	2-3 小時	\$4,000	\$5,000
家長小組	每次 1.5 小時，共 4 節	\$10,000	\$14,000
教師培訓	3 小時內	/	\$6,000

請填妥預約表後交本中心，將有職員聯絡你作實。

疫情處理

如因疫情影響，預約之講座均可**免費改期**，亦可轉為**網上形式**，以便學校因應需要彈性處理。

查詢：2700 1700 聯絡社工葉姑娘

致：女青賽馬會家庭健康促進中心 葉姑娘 (請致電中心職員作實收妥預約表)
傳真：2700 1710 電話：2700 1700 電郵：kcfwc@ywca.org.hk

2022-2023 年度幼稚園到校服務回條

加✓	編號	題目	人數	舉行日期及時間	需資深講員 (✓)
	P-1	知情識緒			
	P-2	愛閱讀的孩子			
	P-3	跟你做朋友			
	P-4	安心走出去			
	P-5	從遊戲進入孩子的心			
	P-6	愛兒有方			
	P-7	孩子壓力煲			
	P-8	與「情」同「行」			
	P-9	電子神童			
	P-10	跌而不倒			
	P-11	成為孩子的啦啦隊			
	P-12	還孩子一份神采			
	P-13	孩子自己做得好			
	P-14	孩子有品			
	P-15	「童」「理」共鳴			
	P-16	喜愛學習			
	P-17	專心多一點			
	P-18	升小一預備			
	P-19	父母的心寧空間			
	P-20	原生家庭與管教			
	P-21	耐性的考驗			
	P-22	教得樂			
	P-23	內在冰山的寶藏			
	P-24	家長減壓系列 ()			
	F-1	家庭暖笠笠 親子活動			
	F-2	自理智多 FUN 親子活動/小組			
	F-3	和你畫 親子和諧粉彩活動			
	F-4	祖父母的快樂繪本			

學校名稱：_____ 地址：_____

聯絡人：_____ 職位：_____ 交表日期：_____

聯絡電話：_____ 電郵：_____



致：女青賽馬會家庭健康促進中心 施姑娘 (請致電中心職員作實收妥預約表)
傳真：2700 1710 電話：2700 1700 電郵：kcfwc@ywca.org.hk

2022-2023 年度幼稚園教師培訓服務回條

加✓	編號	題目	對象及人數	舉行日期及時間
	T-1	與家長溝通之道		
	T-2	臨危不亂		
	T-3	知情識緒		
	T-4	懷疑虐兒個案處理		
	T-5	九型人格與團隊關係		
	T-6	壓力不倒翁		
	T-7	老師鬆一鬆		

學校名稱：_____ 地址：_____

聯絡人：_____ 職位：_____ 交表日期：_____

聯絡電話：_____ 電郵：_____