

2025-2026 年度幼稚園及小學教師培訓主題



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，服務包括各類主題的家庭服務、特殊教育需要評估及訓練、輔導服務、中心興趣班組等，並提供到校的家長、老師及學生訓練及親子活動。導師均為註冊社工，有豐富的輔導及帶領訓練的經驗。

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	工作坊名稱	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	逆流而上團隊建立	<ul style="list-style-type: none"> ● 逆境的意義及管理危機方法 ● 解難任務學 AQ 心態 ● 尋索與建設共同目標
T-4	痛症自我檢測及「自」療方法	<ul style="list-style-type: none"> ● 常見痛症類型介紹及自我檢測的方法 ● 應對痛症的伸展運動或放鬆方法 ● 日常姿勢建議
T-5	老師鬆一 Zone	<ul style="list-style-type: none"> ● 包紮鮮花花束 或 創作滴膠飾物

中心團隊

施倩俐姑娘（資深講員）

女青賽馬會家庭健康促進中心單位主任，資深註冊社工，持社會工作文學碩士(家庭本位社會工作)及荷蘭 DFA 專業花藝設計專科證書。曾接受催眠、婚前輔導、婚姻輔導、兒童心理學、兒童為本遊戲輔導及家事調解訓練，擁有逾二十年輔導及親職訓練經驗，常為不同幼稚園、小學、中學及教育局舉辦家長講座，以講解生動、例子具體實用、切合家長需要見稱，著有《一支有感染力的咪一家長講座的成功要訣》。育有兩名孩子，深明家長的需要。

葉嘉恩姑娘

女青年會家庭健康促進中心註冊社工，持社會科學(社工)碩士，曾接受正向教育導師、兒童為本遊戲治療、沙維雅成長模式、兒童感覺統合、輔導卡引導師及家事調解訓練。具豐富主持家長講座與學生活動的經驗，處理親職管教、親子關係、升中適應、兒童成長及情緒管理等。曾於小學、兒童之家和青少年服務單位工作，常接觸不同學童及家長，了解兒童特性及家長的需要。

李欣姑娘

女青賽馬會家庭健康促進中心註冊社工，持社會工作文學碩士(家庭本位實務及家庭治療)及註冊遊戲治療師(美國遊戲治療協會)，有多年服務家庭及處理兒童情緒的經驗，相信每一位兒童都有強項及克服困難的能力，願意幫助家長們明白兒童的內心，一同扶助孩子健康成長。

余思敏姑娘

女青年會家庭健康促進中心註冊社工，持社會工作學士，曾接受兒童為本遊戲治療訓練，於幼稚園提供駐校服務，負責提供兒童成長支援、遊戲輔導及家長親職管教，並推行學生小組、親子活動及升中適應服務，重視從小培養正向的親子溝通。

過去三年曾服務的小學（排名不分先後）

- 寶血小學
- 育賢學校
- 天佑小學
- 合一堂學校
- 聖博德學校
- 聖三一堂小學
- 香港潮陽小學
- 香港潮商學校
- 黃埔宣道小學
- 亞斯理衛理小學
- 天主教善導小學
- 九龍塘官立小學
- 寶血會嘉靈學校
- 仁德天主教小學
- 樂華天主教小學
- 青松侯寶垣小學
- 嘉諾撒聖心學校
- 陳瑞祺(喇沙)小學
- 樂善堂梁鍾錦學校
- 上水惠州公立學校
- 仁愛堂田家炳小學
- 聖公會聖若瑟小學
- 長沙灣天主教小學
- 慈雲山天主教小學
- 黃大仙天主教小學
- 油蔴地天主教小學
- 協恩中學附屬小學
- 聖保祿學校(小學部)
- 五旬節靳茂生小學
- 善色園主辦可信學校
- 保良局梁周順琴小學
- 港澳信義會明道小學
- 元朗屏東莞學校
- 東華三院曾憲備小學
- 天主教聖安德肋小學
- 港澳信義會明道小學
- 天主教聖安德肋小學
- 聖公會置富始南小學
- 獻主會聖馬善樂小學
- 香港浸信會聯會小學
- 佛教林炳炎紀念學校
- 順德聯誼總會李金小學
- 宣道會葉紹蔭紀念小學
- 嘉諾撒聖心學校(私立部)
- 聖公會馬鞍山主風小學
- 中華傳道會許大同學校
- 中華基督教會協和小學
- 中華基督教會基華小學
- 中華基督教會基慧小學
- 中華基督教會拔臣小學
- 林村公立黃福鑾紀念學校
- 馬頭涌官立小學(紅磡灣)
- 中華基督教會元朗真光小學
- 優才(楊殷有娣)書院小學部
- 聖公會油塘基顯小學
- 聖公會將軍澳基德小學
- 聖公會呂明才紀念小學
- 聖公會青衣邨何澤芸小學
- 救世軍林拔中紀念學校
- 保良局陳南昌夫人小學
- 聖博德天主教小學(蒲崗村道)
- 軒尼詩道官立小學(銅鑼灣)
- 勵志會梁李秀娛紀念小學
- 順德聯誼總會何日東小學
- 伊利沙伯中學舊生會小學
- 伊利沙伯中學舊生會小學(分校)
- 順德聯誼總會何日東小學
- 大埔崇德黃建常紀念學校
- 聖公會青衣邨何澤芸小學
- 元朗公立中學校友會小學
- 沙田圍胡素貞博士紀念學校
- 基督教香港信義會深信學校
- 香港四邑商工總會新會商會學校
- 元朗公立中學校友會鄧英業小學
- 救世軍中原慈善基金皇后山學校

過多年曾為教育局提供的家長講座系列

幼稚園/小學家長講座系列：

【正在學習的孩子】、【培育正向的孩子】、【培育快樂的孩子】、【喜愛學習的孩子】、【愉快學習的孩子】、
【正向學習的孩子】、【正向學習的孩子】、【健康愉快學習的孩子】

題目包括：孩子身心發展、學習方法、處理情緒行為、提升專注力、處理逆境、親子溝通、孩子壓力

分區小學派位講座：

「家校家校合作共創健康成長路」~2016, 2017, 2018, 2019, 2021, 2022, 2023, 2024

教師培訓

服務項目	活動時間	人數	收費參考
T-1 至 T-4	2 小時內	不限	\$8,000 (由資深講員負責)
T-5	2 小時內	20 位	講員費：\$6,000 材料及工具租用費(每位教職員計算)如下： ➤ 滴膠飾物 ~ 每位\$100 ➤ 鮮花花束包紮 ~ 每位\$200 運費：\$200– \$400 (視乎地區)

如因應學校要求需調節時間長度及參與人數，需另行查詢報價

如有個別查詢，可先致電 2700 1700 聯絡社工葉姑娘



女青賽馬會家庭健康促進中心
YWCA Jockey Club
Family Wellness Centre

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

2025-2026 年度小學教師培訓預約回條

加✓	編號	主題	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	逆流而上團隊建立		
	T-4	痛症自我檢測及「自」療方法		
	T-5	老師鬆一 Zone (項目: _____)		

特別備註：

學校資料：

學校名稱：	_____	地址：	_____			
聯絡人	：	_____	職位：	_____	交表日期：	_____
聯絡電話：	_____	電郵：	_____			