



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



本計劃由香港公益金資助
This project is supported by The Community Chest

計劃簡介

本計劃於二零二一年七月獲香港公益金撥款資助，推展為期三年（2021-2024）的支援服務予受焦慮情緒困擾的學生，減輕焦慮情緒對他們造成的負面影響。

本計劃服務運用接納與承諾治療作為藍本，並以表達藝術治療作為介入手法，為受焦慮情緒困擾的學生提供及早預防、及早辨識與及早介入的支援，減輕焦慮情緒。計劃同時為家長及教師提供支援和培訓，並裝備社區人士成為學生的生命導師，共同協助學生處理焦慮問題。





計劃目標

- 增加學生對焦慮情緒的認識，學習正面面對逆境及處理焦慮的方法，提升他們面對焦慮情緒的能力，減低焦慮情緒對他們的影響。
- 為家長及教師提供培訓，協助他們識別受焦慮情緒困擾的學生，及早為他們提供支援。
- 支援家長照顧受焦慮情緒困擾的孩子，以減輕照顧者的壓力。
- 透過生命導師的支援，協助受焦慮情緒困擾的學生更有效地重新融入社區。
- 提升大眾對學生焦慮情緒的關注及認識，共建關愛、共融及支持的社區。

服務地區

九龍東區 (觀塘、黃大仙及將軍澳)

服務對象

- 10-18歲的學生
- 家長 / 教師
- 社工 / 相關之兒童及青少年工作者
- 社區人士

服務收費

全免



如有查詢，歡迎與當值社工聯絡。

電話：2580 8351 / 2706 5262

傳真：2580 8355 / 2706 5776



計劃內容

學生情緒 / 精神健康輔導服務

- 個案輔導
- 學生/家長小組輔導
- 心理健康評估及建議
- 精神科醫生及臨床心理學家專業服務轉介

情緒 / 精神健康教育活動

學生

- 講座 (與情共舞－認識學生常見的情緒病、與你同行－身心健康 TakeACtion)
- 工作坊 (「抗焦減壓」Take ACtion 工作坊、「藝力抗焦」表達藝術治療工作坊)
- 治療小組 (「色彩裡情」Take ACtion 小組、「畫動心情」表達藝術治療小組)
- 情緒健康攤位活動

教師

- 專業培訓工作坊 (「心晴起動」處理學生的情緒困擾工作坊、「藝力對焦」表達藝術抒壓工作坊)

家長

- 家長教育工作坊 (「心晴起動」處理子女的情緒困擾工作坊、「藝力對焦」表達藝術抒壓工作坊)
- 藝力同行正向家長教育小組
- 親子表達藝術創作工作坊

社區情緒 / 精神健康教育活動 (線上 / 線下)

「抗焦有你」生命導師培訓計劃

- 生命導師培訓課程
- 內容包括：認識精神健康知識、溝通及助人技巧、藝術創作助人技巧、角色及導師守則
- 與受情緒困擾學生進行配對及關心探訪 / 電話
- 定期「抗焦有你」同行活動