

費用全免

隨時隨地上網學習



賽馬會抗逆有「家」計劃
Jockey Club "Promoting Family Resilience" Project



理論與實踐並重



獲得由香港理工大學
所頒發的證書



課程特色

01

02

03

04

課程宣傳片段

<https://youtu.be/Rp583NbMwgU>



免費報讀課程

<https://bit.ly/39gtEyl>



網上家庭活動

<https://family-fhss.polyu.edu.hk/tc/family.php>



查詢

電話: 3400 8513

電郵: family.resilience@polyu.edu.hk



<https://family-fhss.polyu.edu.hk>



賽馬會抗逆有家計劃

「家庭抗逆力」 網上學習證書課程

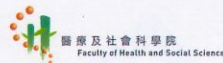
費用
全免



主辦機構:



THE HONG KONG
POLYTECHNIC UNIVERSITY
香港理工大學



捐助機構:



香港賽馬會慈善信託基金

課程簡介

網上學習證書課程由香港理工大學設計，是賽馬會抗逆有「家」計劃其中一個項目。課程目的是讓家長認識「家庭抗逆力」的概念，反思自己的家庭狀況，並將所學到的東西應用在自己的家庭裏，從而提升家庭面對逆境的能力和信心。

課程內容

應用實踐



反思



學習理論



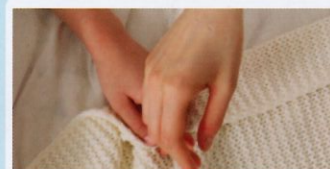
學習歷程



完成基礎課程及每一個核心範疇均會獲得證書一張



具體理論



真實案例



專家訪問



寓言動畫



內容包括



家庭故事



靜心時刻

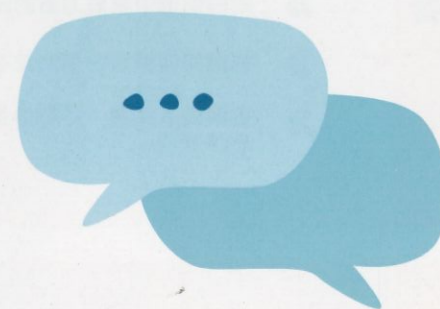


家庭大作戰



親子對話

網上家長 講座系列



網上家長講座系列



如何讓孩子提升 自尊自信，拉近 家長與孩子的關係

小學家長 1.5小時

Zoom 網上視像會議

- » 了解孩子的行為及動機
- » 協助孩子提升自尊自信，促進親子溝通及關係
- » 透過認識兒童為本遊戲治療，了解各種回應對孩子的影響



沒有爭吵的學習

小學家長 1.5小時

Zoom 網上視像會議

- » 理解學習上衝突的根源
- » 幫助孩子培養正向積極的學習態度
- » 跟孩子一起探索合適的學習方法



透過共讀繪本培養 「家庭抗逆力」

小學家長 1.5小時

Zoom 網上視像會議

- » 明白逆境中家庭力量的由來
- » 認識如何揀選合適的繪本
- » 透過親子共讀，了解培養「家庭抗逆力」的技巧與心路歷程



尋回父母的初心

小學家長 1.5小時

Zoom 網上視像會議

- » 探索大社會的價值觀對教養孩子的衝擊
- » 共同尋回作為父母的初心

講者團隊

黎沛瑜姑娘 O'Nes

計劃高級培訓主任

為資深社工，畢業於香港中文大學社會工作碩士，擁有超過15年個人及家庭輔導經驗，擅長處理有關情緒困擾、失去與哀傷、家庭關係、兩性關係、親子關係、創傷後成長等範疇。她亦有豐富培訓經驗，曾多次到不同企業、大學、機構、教會和學校提供培訓及講座，題目涉及個人成長、家庭關係、親職管教、生命教育，以及壓力管理。

謝穎儀姑娘 Winnie

計劃培訓主任

為資深社工，畢業於香港理工大學社會工作學士及香港中文大學家庭輔導及家庭教育碩士，擁有十多年於青少年中心、中學及心理健康的前線服務經驗，幫助特殊學習需要青少年面對成長的挑戰，並致力促進普羅大眾的身心健康，建立良好的家庭關係。除個人及家庭的輔導工作外，亦有豐富的培訓經驗，曾為中小學、大專院校及不同類別的社會服務機構提供培訓及講座。

吳天行先生 Wally

計劃培訓主任

為資深社工、NLP執行師、一級低結構及高結構歷奇導師，畢業於香港理工大學社會工作碩士，擁有超過八年於青少年、兒童、幼兒及家庭的社會工作經驗，擅長處理家長管教及特殊學習需要兒童的成長發展需要，並會為幼兒進行兒童為本遊戲治療。他亦有豐富培訓經驗，曾為不同企業、大專院校、中小學、社區服務中心提供培訓及講座。

黎子健先生 Alex

計劃培訓主任

為資深社工，畢業於香港大學社會工作學士及香港中文大學家庭輔導及家庭教育碩士，擁有超過八年兒童及家庭社會工作經驗，致力培養家長親職效能及處理兒童行為問題。他擅長靜觀為本介入，曾修畢八星期靜觀認知治療及非暴力正念溝通基礎課程，同時為註冊瑜伽導師及親子互動輔導治療師。他亦有豐富培訓經驗，曾為大專院校、小學、幼稚園、機構及企業提供培訓及講座。