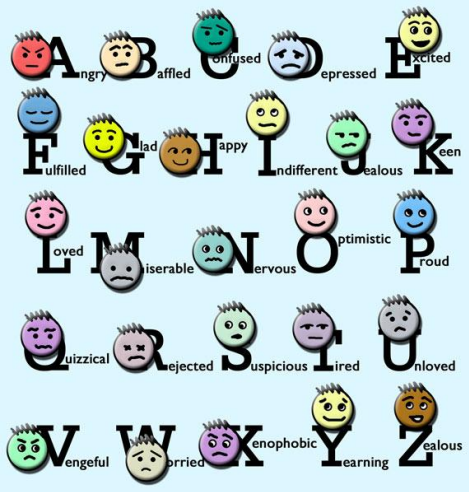

「安心、安靜—同情緒做個 friend」

靜觀為本

社交情緒訓練小組

日期：	18/2, 25/2, 4/3, 11/3, 18/3, 25/3, 1/4, 8/4/2017（逢星期六）
時間：	上午 12:15-13:15（請於 12:00 到達，填問卷，點名，warm up）
地點：	曜思醫療中心 九龍尖沙廣東道 5 號海洋中心 14 樓 1419 室 或 迅康復康治療中心PRIME 觀塘成業街7號寧晉中心30樓G室（觀塘港鐵站B1出口） (視乎報名人數情況而安排上堂地點)
對象：	就讀於主流學校，有情緒行為問題的小學生/有社交困難的小學生 有專注力困難的小學生/想改善親子關係的小學生
內容：	根據研究顯示，靜觀訓練能改善兒童的專注力、情緒管理及減少其衝動性行為，並減少家長抑鬱和焦慮的情緒，令親子關係亦得以改善（Shapiro et al., 2006；Zylowska et al., 2009）。本課程透過互動遊戲、靜觀進食、身體掃瞄、靜觀運動與伸展、呼吸空間等練習,讓兒童增加專注覺察力，學習與情緒相處，改善情緒行為問題。本小組更加入社交思考(social thinking)的元素，讓兒童學習用眼睛思考，留意別人的面部表情、語調、動作、身體語言，用透視人心大法去明白別人的情緒、思想、用意等等。訓練兒童的社交技巧,透過角色扮演,對話,模擬不同的社交情節,讓小朋友學習與人相相處。
名額：	6-8 位
節數：	8 節(名額有限，先到先得)
導師：	臨床心理學家 饒方莉女士 (修畢英國牛津中心及香港靜觀中心合辦的靜觀認知治療導師基礎課程 專注力失調及過度活躍症、自閉症青少年和家長靜觀課程(MYmind)的導師)
費用：	HK$4000（共 8 節）早報優惠:$3800（1 月 23 日或以前）
查詢電話/電郵：	2793 9899/ cp.venusyiu@gmail.com

「安心、安靜—同情緒做個 friend」

靜觀為本

社交情緒訓練小組

報名表格

兒童姓名：＿＿＿＿＿＿＿＿ 性別：☐ 男 ☐ 女 出生日期/年齡：＿＿＿＿＿＿＿/＿＿＿＿

家長姓名：＿＿＿＿＿＿＿＿ 日間聯絡電話/手提電話：＿＿＿＿＿＿＿/＿＿＿＿＿＿＿

就讀學校：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿ 級別：＿＿＿＿＿ 上午 / 下午 / 全日

通訊地址：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

電郵地址：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

學童曾否接受評估？ ☐否 ☐是 (評估結果：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿)

從何處知道這個小組? ☐ 學校 ☐ 網頁 ☐ 朋友 ☐ 其他＿＿＿＿＿(請註明)

本人已細閱報名方法及須知。 家長簽署：＿＿＿＿＿＿＿＿＿ 日期：＿＿＿＿＿＿＿

✂ ✂

報名方法及須知 (請參加者細閱並保留此部份)

1. 參加者請填妥報名表，請在 2 月 11 日或之前轉賬至 Hinny & Brothers Ltd 渣打銀行戶口 44010341571。 將入數紙及表格電郵至 cp.venusyiu@gmail.com 。如繳交現金，請親臨觀塘成業街迅康復康治療中心 PRIME 辦理報名手續。
2. 參加者於繳交費用後不可換人、取消報名或要求退款。參加者若自行選擇退出活動，則所繳費用恕不退還。若參加者因個人或健康理由未能出席，亦恕未能退款。
3. 若因特殊理由而將課程堂延期或取消，令致參加者未能出席，中心將安排退款。
4. 若在課堂前兩小時內遇上惡劣天氣，即天文台懸掛三號或以上風球、紅色或黑色暴雨警告時，則該活動或課堂便會取消或改期。若中心因天氣影響課堂，中心將盡量安排補課，若參加者未能出席補課，中心恕不安排退款。但若因未能安排補課而致課堂取消，中心將按比例退回該節款項予參加者。
5. 若天文台只懸掛一號風球或黃色暴雨警告，活動及小組課堂將照常舉行。
6. 若兒童有發燒或傳染病徵狀，中心會勸喻家長帶兒童離開中心，敬請家長體諒及作出配合。