



香港國際社會服務社

天水圍(北)綜合家庭服務中心

地址:天水圍天悅邨服務設施大樓 2 至 3 樓

電話:2446 1223

傳真:2446 3313

電郵:tswnifsc@isshk.org

服務宗旨:我們本著專業的服務精神,為有需要的人士及家庭提供「一站式」及「多元化」的綜合家庭服務

IFSC-TSW-050521-300621-JC

靜觀教養家長小組

此小組是根據荷蘭阿姆斯特丹大學心理學系 Professor Susan Bogels 研發的家長課程而設。靜觀是指培養有意的、不加批判地留心當下此刻的覺察力。將靜觀運用於教養,父母不是將注意力放在孩子身上和急於處理問題,而是靜下來,把注意力帶回到自己的當下,培養加強察覺力,使心靈便有多點的空間去「觀看」孩子的行為,以一顆慈心感受孩子的需要。當心眼較為清晰時,父母原本擁有的管教智慧也更能發揮。

日期:2021年5月5日至6月30日

(逢星期三,共8節;5月19日公眾假期除外)

時間:上午9:30至11:30

地點:本中心三樓小禮堂

對象:有意學習以靜觀舒緩親職管教壓力的家長

名額:16人(須滿8人參加才舉行)

收費:每位\$40 負責職員:李太

報名日期:現已接受報名(透過二維碼進入網頁報名)

備註:

1. 如教育局宣佈中小幼學生未全體回校上面授課,小組會以實體及網上形式同時進行。如中小幼全校恢復面授課,小組只以實體形式進行。
2. 參加者必須經過一次組前 zoom 視像或實體面談,以確定可受惠於此小組,然後才親臨本中心繳費。
3. 參加者需於課程期間在家中每日天練習約 15-30 分鐘,以獲得最大效益。
4. 此小組與新生精神復康會合辦,本中心社工李陳凱茵女士及新生精神復康會社工黃子峰先生均已接受靜觀教養進階導師培訓。



(掃描二維碼報名)

注意事項: 1)當遇上8號或以上颱風訊號,黑色暴雨警告,此活動將會改期。

2)活動期間所拍攝的照片,部分會用作本社宣傳及出版等用途。如有異議,請以書面通知本社職員

- 閣下提供的資料將會用作申請本社服務、活動聯絡、紀錄、通訊、服務推廣、籌募及收集意見等用途。根據個人資料(私隱)條例,閣下有權查閱及改正本機構所保存有關閣下的資料。如有任何疑問包括要求查閱或改正資料,請聯絡有關職員或服務總監。
- 如閣下反對本社將閣下的個人資料作為上述之用途,煩請以書面通知本社。

2021年3月編