



香港青年協會  
*the hongkong federation of youth groups*

青年違法防治中心  
*Youth Crime Prevention Centre*

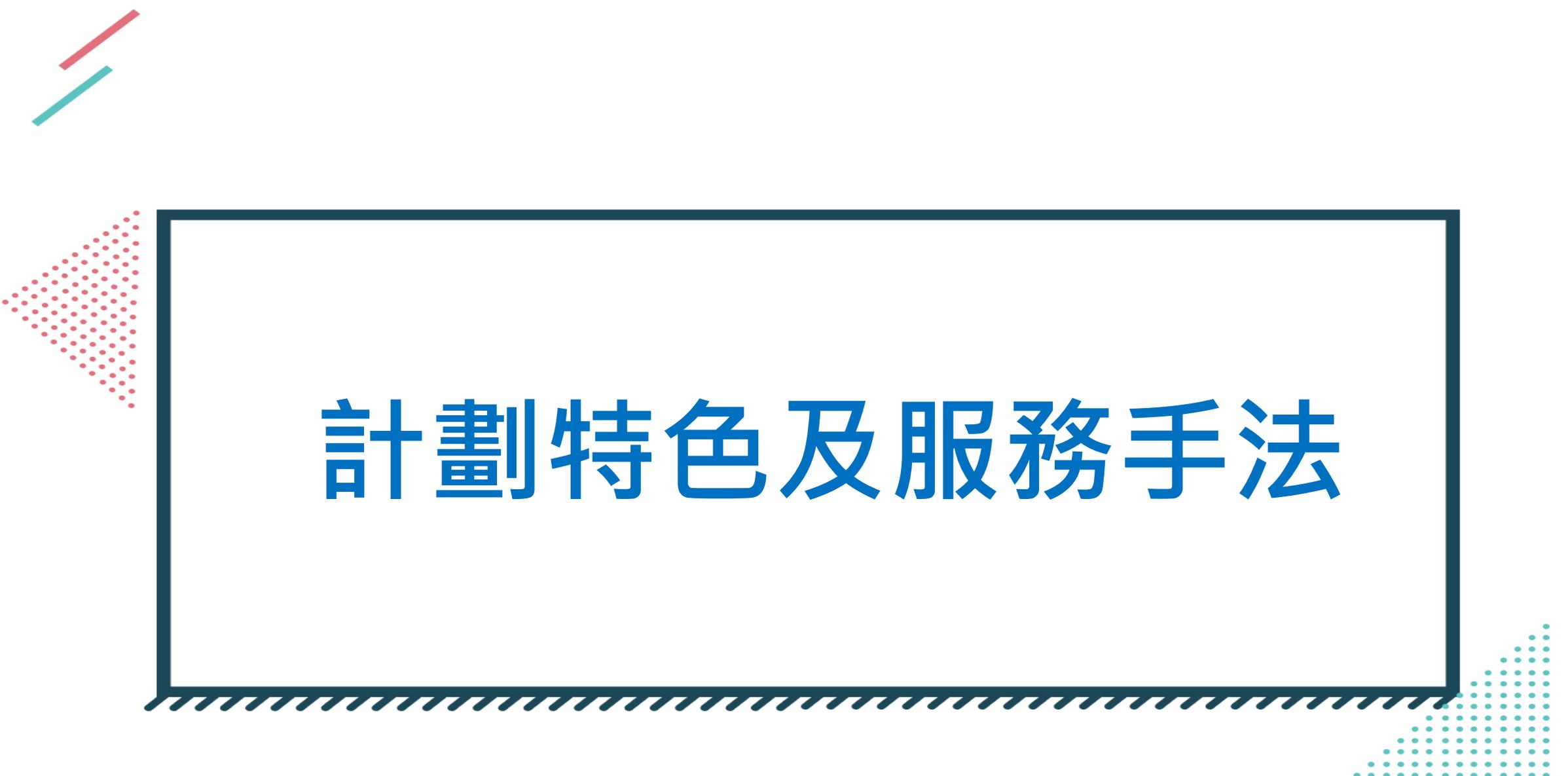
# 「從家開始II」計劃 (BDF 190001) 經驗分享

林振華  
單位主任





1. 計劃特色及服務手法
2. 計劃內容及服務推行情況
3. 計劃成果及成效
4. 實務工作分享
5. 總結及建議



# 計劃特色及服務手法

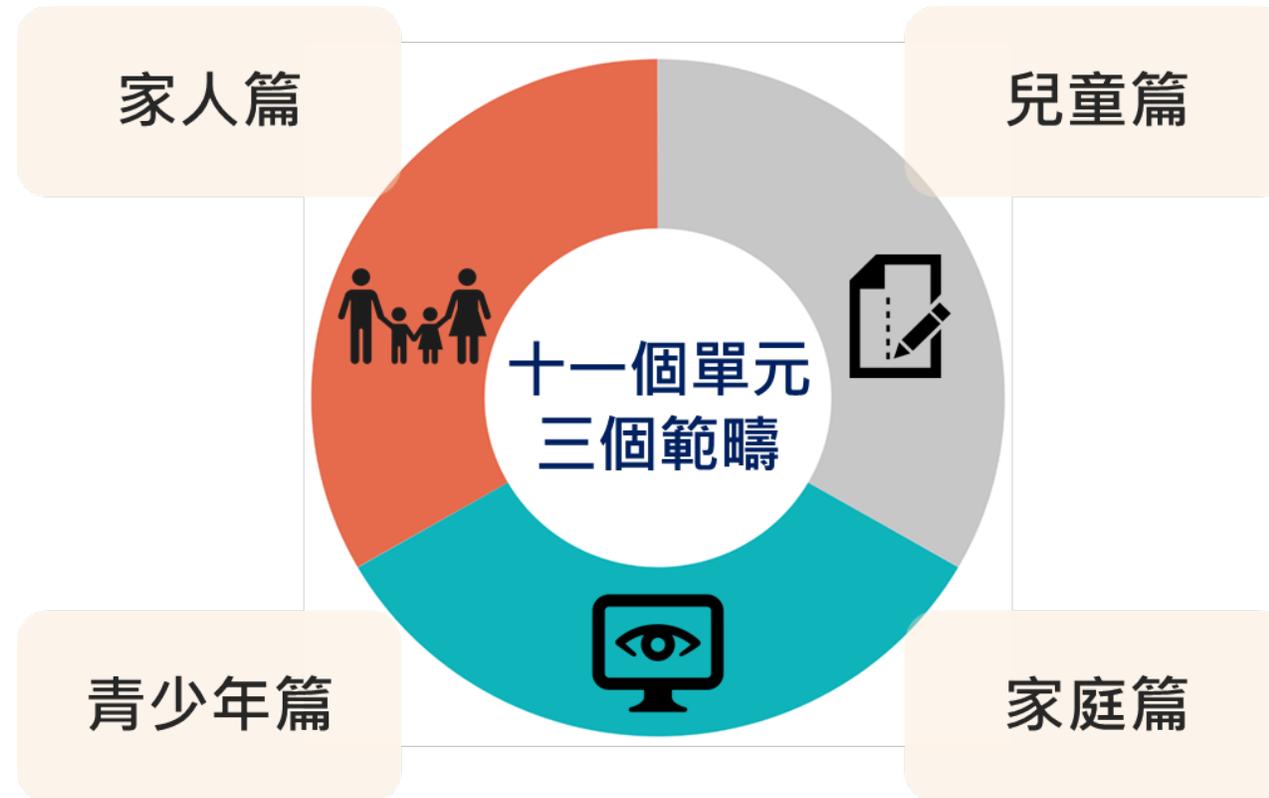
# 計劃簡介



## 計劃特色：

- 運用源自美國Strengthening Families Program(簡稱SFP)的訓練內容
- SFP於美國、歐洲及亞洲36個國家廣泛使用，是一套有系統、以實証為本的訓練課程
- 共有4個訓練篇：
  - 家人篇、兒童篇、青少年篇及家庭篇
- 每個訓練篇包含**11個單元**
  - 分為三個範疇：「建立關係」、「設定界限」及「監管行為」

# 「強化家庭功能課程」內容



# 「強化家庭功能課程」內容

## 建立關係

- 快樂家庭 - 健康大腦聯繫
- 注意與讚賞日常好事
- 良好的溝通技巧與有趣的家庭會議

## 設定界限

- 規則、獎勵與責任
- 限制與後果能鼓勵良好行為
- 解決問題與雙贏協商
- 壓力與憤怒管理技巧

## 監管行為

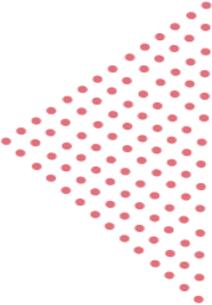
- 制定目標與契約以改變行為
- 酒精、煙草與毒品對大腦的傷害
- 選擇良好朋友與監管孩子的活動
- 建立有趣傳統、服務他人與分享家庭價值觀

## 計劃目標：

1. 透過本土化 “Strengthening Families Program” (SFP)強化家庭功能，藉此預防家中青少年的犯罪違規及吸毒行為；
2. 提昇家庭對毒品的認知及辨識能力；
3. 提昇家庭處理青少年犯罪違規及吸毒行為問題的能力及技巧；
4. 舒緩家人因面對家中高危及適應不良的青少年所帶來的情緒困擾
5. 為業界提供專業的強化家庭功能和抗毒教育培訓

## 服務對象：

高危或有犯罪違規及吸毒行為問題的**兒童/青少年**及其家人



# 計劃內容及 服務推行情況

# 計劃籌備及宣傳

- 透過會議、面談、宣傳單張、短片、宣傳品等，向不同的持份者宣傳服務

**計劃簡介**

香港青年協會青年違法防治中心得到禁毒基金資助，於2017年5月起推行一個為期三年的全港性計劃-「從家開始」(“Begin from Family”)。承蒙基金資助，計劃於2020年5月起獲延續服務三年。「從家開始II」計劃承接原有的服務理念，繼續運用源自美國“Strengthening Families Program”的訓練內容，為家長和其子女提供不同的小組訓練、家庭活動及輔導服務，旨在加強家人教養子女的技巧、建立良好的家庭關係及強化家庭功能系統，藉此減低青少年犯罪違規及吸毒行為的出現。

訓練課程共有四個訓練篇，包括家人篇(Parent Session)、兒童篇(Child Session)、青少年篇(Teen Session)及家庭篇(Family Session)，每個訓練篇亦包含11個單元，主要分為三個範疇，包括「建立關係」、「設定界限」及「監管行為」。計劃會為家庭進行評估，並選出最切合他們需要的六個單元訓練。

**計劃目標**

- 提升家人家庭管理的能力，強化家庭功能
- 增強家庭對青少年犯罪違規及吸毒行為的防禦功能
- 提升家庭對毒品的認知及辨識能力
- 紓緩家人因面對家中高危及適應不良的青少年所帶來的情緒困擾

香港青年協會  
the hongkong federation of youth groups

青年違法防治中心  
Youth Crime Prevention Centre

**從家開始II**  
BEGIN FROM FAMILY II

**服務對象**

高危及適應不良(例如有特殊教育需要、犯罪違規及吸毒行為問題)的兒童/青少年及其家人

**服務內容**

- 為家人/照顧者提供6個單元的家人篇訓練
- 為兒童/青少年提供6個單元的兒童/青少年篇訓練
- 為曾參與訓練的家庭提供3次家庭篇訓練
- 為受精神困擾的家人/照顧者提供醫療支援

**家人、兒童、青少年訓練篇內容**

- 快樂家庭-健康大腦聯繫
- 注意與讚賞日常好事
- 良好的溝通技巧與有趣的家庭會議
- 規則、獎勵與責任
- 限制與後果能鼓勵良好行為
- 解決問題與雙贏協商
- 壓力與憤怒管理技巧
- 制定目標與契約以改變行為
- 酒精、煙草與毒品對大腦的傷害
- 選擇良好朋友與監管孩子的活動
- 建立有趣傳統、服務他人與分享家庭價值觀

**家庭訓練篇內容**

將小組訓練的元素融入於不同類型的家庭活動之中，強化參加者的家庭溝通及關係

**青年違法防治中心簡介**

香港青年協會「青年違法防治中心」的成立是為了深化現有違青服務的工作策略和介入手法，為身處危機邊緣和違法的青少年所經常面對的三大問題：「犯罪違規」、「性危機」及「吸毒」，提供整合的預防教育、危機介入與評估和輔導治療，並推動專業協作和研發倡導。

違法防治熱線：8100 9669  
(星期一至星期五早上10時至晚上10時)

**聯絡方法**

- 電話：2487 6151
- 傳真：2423 8186
- 電郵：osw-tk1@hkfyg.org.hk
- 地址：新界葵涌大窩口邨富貴樓地下109-112號
- 網站：<http://ycpc.hkfyg.org.hk/youthlaw>

青法網  
Youth Law

青法網網頁

App Store  
Download Apps  
on the App Store

Google Play  
GET IT ON  
Google Play

**服務宣傳單張**

# 計劃籌備及宣傳 – 宣傳片



服務宣傳infographics短片：

[https://www.youtube.com/watch?v=Ikl\\_CFAE2Zg](https://www.youtube.com/watch?v=Ikl_CFAE2Zg)

# 「強化家庭功能及抗毒」輔導短片

- 製作了8條輔導短片，內容主要講解SFP技巧，包括與強化家庭溝通、處理情緒、減壓及抗毒相關的重點訊息，讓參加者對相關技巧更為掌握



Youtube: [https://www.youtube.com/playlist?app=desktop&list=PL-zBGzb4GqzaVGfLw\\_yWrz6c4yybVHUhJ](https://www.youtube.com/playlist?app=desktop&list=PL-zBGzb4GqzaVGfLw_yWrz6c4yybVHUhJ)

# 「強化家庭功能課程」資源套 – 電子版



以供參與家庭於訓練使用及與家人重溫

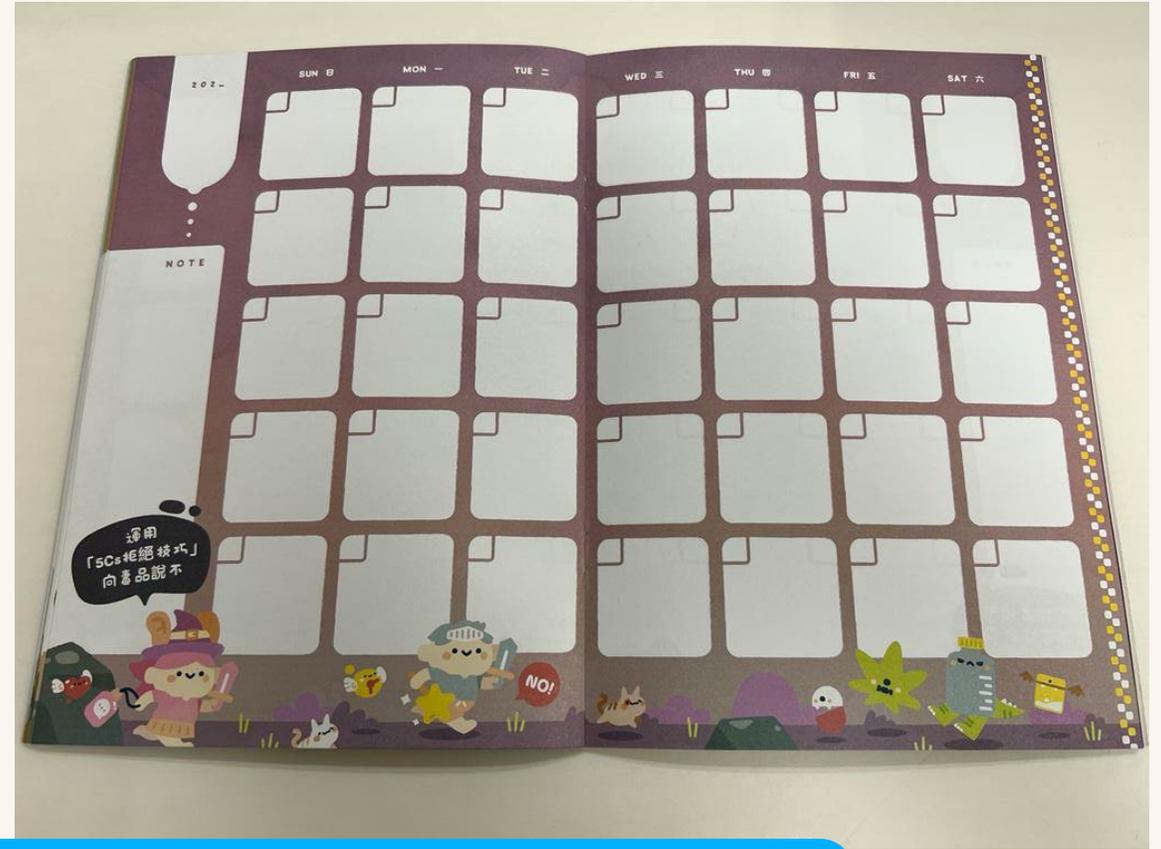
青年違法防治中心「從家開始II」計劃

# 輔導工具 - 「溝通罐」及「獎勵罐」



鼓勵家庭透過運用工具  
強化與家人的溝通

# 輔導物資 – 行事曆



向家庭傳遞及鞏固強化家庭功能及抗毒訊息

# 輔導物資 – 輔導訊息圖



就不同主題製作訊息圖，  
例如溝通、讚賞、舒緩情緒等

# 輔導物資 – 輔導訊息圖

對話前·先學會聆聽

**LUV 聆聽**

Listen 聆聽說話

Validate 確認感受

Understand 理解意思

從家開始 II  
Begin from Family II

香港青年協會  
the hongkong federation of youth groups  
青年違法防治中心

運用「我的訊息」好好說話

**「我的訊息」I-MESSAGE**

用「我」為開頭，  
以尊重的方式表達你的  
感受、需要或想法

從家開始 II  
Begin from Family II

香港青年協會  
the hongkong federation of youth groups  
青年違法防治中心

3個「即時舒壓法」

平靜的呼吸

正面的自我對話

漸進式肌肉放鬆

從家開始 II  
Begin from Family II

香港青年協會  
the hongkong federation of youth groups  
青年違法防治中心

憤怒管理 5 步曲

1 注意觸發點

2 留意身體警號

3 運用減壓法

4 多作自我提醒

5 評估反應

從家開始 II  
Begin from Family II

香港青年協會  
the hongkong federation of youth groups  
青年違法防治中心

# 家人篇訓練

- 為高危或有犯罪違規及吸毒行為問題青少年的家長提供不少於6個單元的家人篇訓練



# 兒童及青少年篇訓練

- 為高危或有犯罪違規及吸毒行為問題的兒童或青少年提供不少於6個單元的兒童/青少年篇訓練



# 家庭篇訓練

- 將家庭篇訓練的元素融入於不同的親子活動及訓練之中，讓家庭透過不同的活動，將所學到的技巧應用出來，強化家庭溝通及關係



強化親子溝通及關係



促進家人互相  
欣賞及關愛

# 家長醫療支援

- 計劃亦為20位受家中高危青少年的行為問題而帶來情緒困擾的家人提供醫療支援及減壓活動，舒緩家人的情緒及壓力，讓他們更有空間處理子女的情緒及行為問題



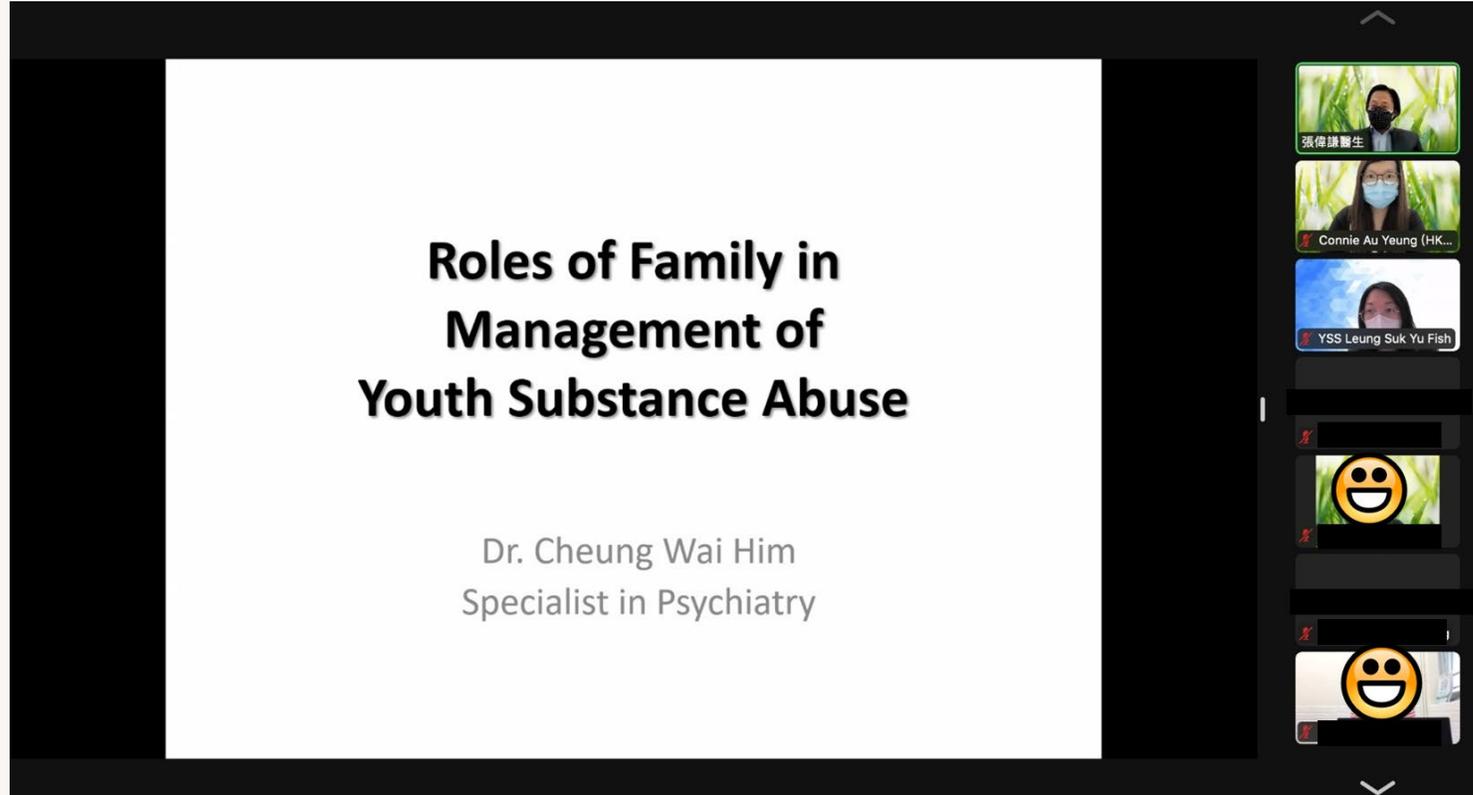
# 社工專業培訓

- 提供「強化家庭功能及抗毒教育」社工專業培訓，向業界同工講解如何運用「強化家庭功能課程訓練手冊」為家庭提供服務，及分享實務工作的技巧



訓練手冊

# 社工專業培訓



**Roles of Family in Management of Youth Substance Abuse**

Dr. Cheung Wai Him  
Specialist in Psychiatry

張偉謙醫生  
Connie Au Yeung (HK...  
YSS Leung Suk Yu Fish

😊  
😊

邀請精神科醫生講解及分享：

- 特殊教育需要(SEN)的種類與特性
- SEN兒童/青少年的診斷、治療及支援
- SEN與毒品的關係
- 如何支援有SEN子女的家庭之實務經驗分享

# 社工專業培訓



邀請**臨床心理學家**講解及分享：

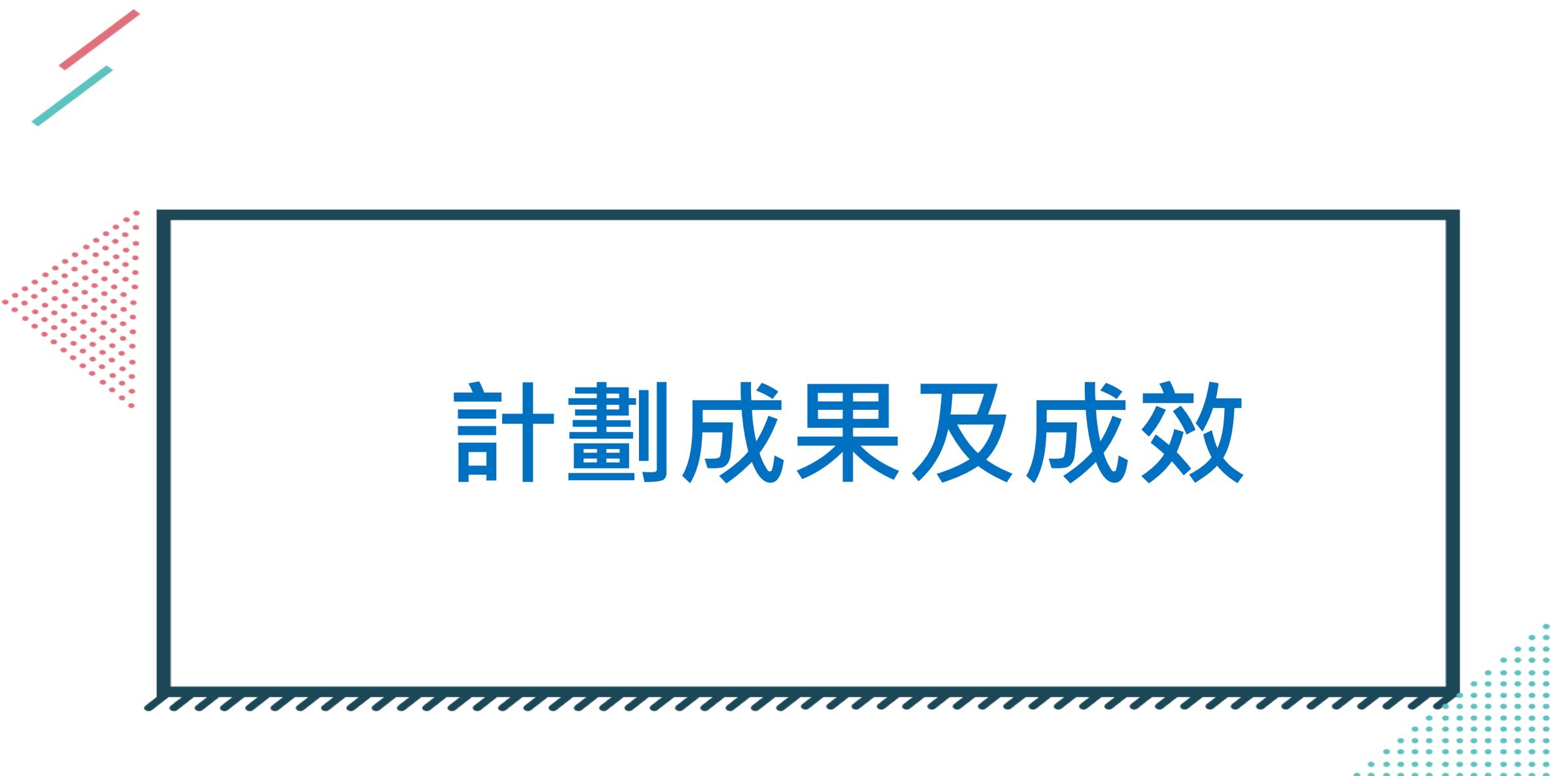
- 講解精神疾病的種類、特性及診斷
- 精神健康與毒品的關係
- 如何支援有精神健康問題的孩子及其家庭之實務經驗分享

# 成果分享會

- 以實體及網上Zoom會議形式，向社工及教育工作者分享計劃特色、教材套內容、服務推行情況、計劃成果及成效、以及實務經驗分享

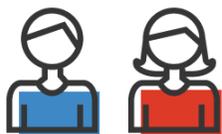


服務花絮短片



# 計劃成果及成效

# 服務成果



18個家長小組

11個子女小組



11間中/小學

3間綜合家庭服務中心

懲教院所、院舍、感化服務各1間

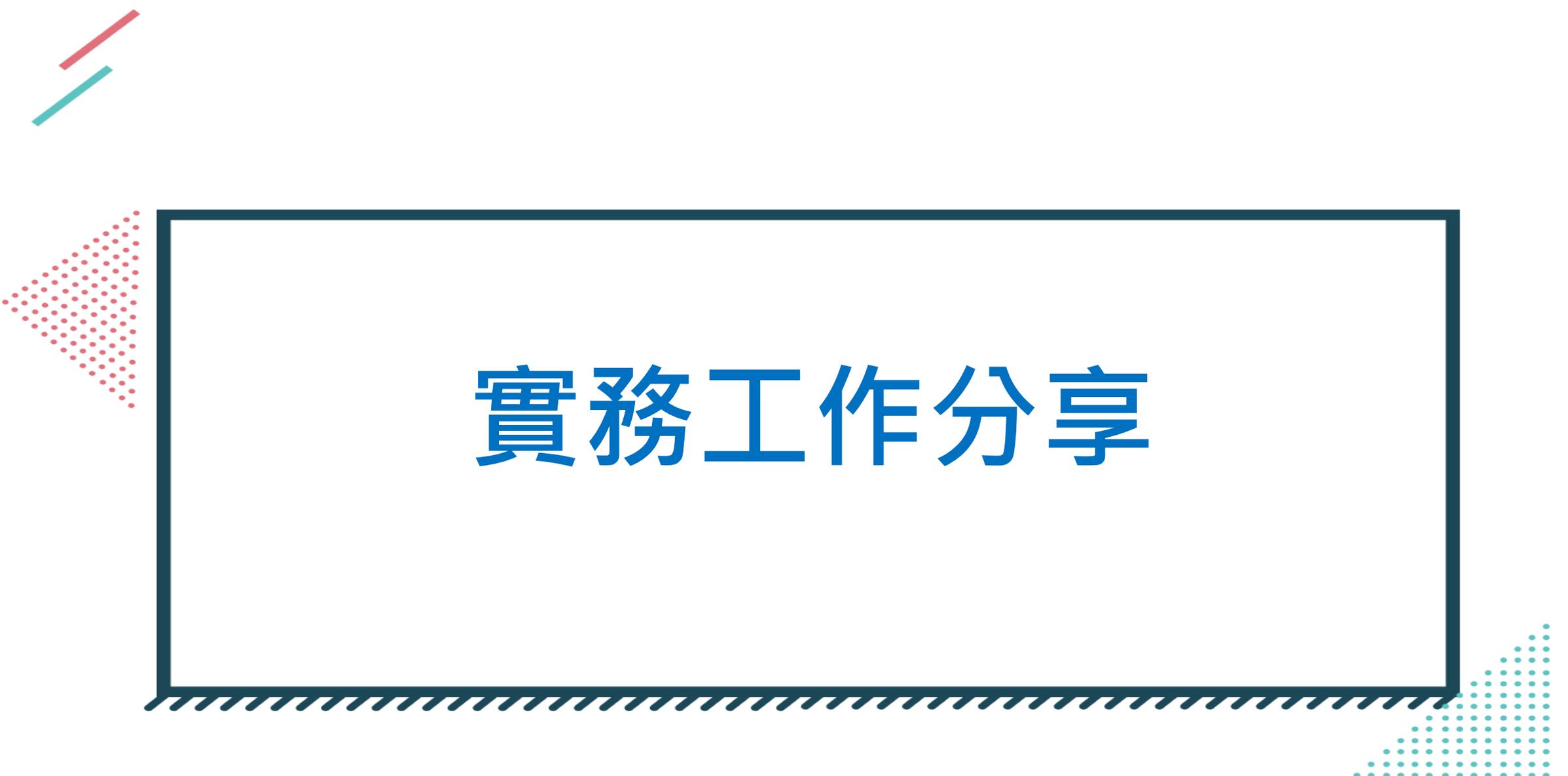


# 成果評估

成果指標	預期結果	實際成果
成果指標1	為30名社工進行不少於4節培訓，當中不少於24名參加者完成訓練	已進行 <b>4節[100.0%]</b> 培訓，合共有 <b>58名社工[193.3%]</b> 參與，當中 <b>28人[116.7%]</b> 完成訓練
成果指標2	招募120名高危或適應不良的兒童或青少年的家人或照顧者提供家人篇訓練(Parent Session)，當中80% (或96人)能完成不少於6個單元的訓練	已招募 <b>157個 [130.8%]</b> 高危或適應不良的兒童或青少年的家人或照顧者提供家人篇訓練，當中 <b>110人[114.6%]</b> 已完成不少於6個單元的訓練
成果指標3	招募84名高危或適應不良的兒童或青少年提供兒童篇訓練(Child Session)或青少年篇 (Teen Session)訓練，當中80%(或68人)能完成不少於6個單元的訓練	已招募 <b>92個 [109.5%]</b> 高危或適應不良的兒童或青少年提供兒童篇訓練或青少年篇訓練，當中 <b>80人[117.6%]</b> 能完成不少於6個單元的訓練
成果指標4	招募50個高危或適應不良的家庭提供家庭篇訓練(Family Session)，當中80%(或40個)能完成不少於3次訓練	已招募 <b>66個 [132.0%]</b> 高危或適應不良的家庭提供家庭篇訓練，當中 <b>53個[132.5%]</b> 能完成不少於3次訓練

# 成效評估

成效指標	預計成效	實際成效
成效指標1	完成訓練的家人在抗毒相關的家庭技巧上有所提升 (70%參加者完成訓練後在抗毒相關的家庭技巧上有提升)	100%參與家人能提升抗毒相關的家庭技巧
成效指標2	完成訓練的兒童及青少年人的抗毒意識有所提升 (配對樣本t檢定paired t-test顯示統計上有顯著提升，或70%參加者的抗毒意識有提升)	76.2%參與兒童及青少年能提升抗毒意識
成效指標3	完成訓練的兒童及青少年人與家人的關係有所改善 (配對樣本t檢定paired t-test顯示統計上有顯著改善，或70%參加者與家人的關係有改善)	80.6%參與兒童及青少年能改善與家人關係
成效指標4	社工對培訓的評價正面 (80%社工完成培訓後滿意並認同是次培訓實用)	100%參與社工表示滿意並認同培訓實用



# 實務工作分享

# 家長及青年分享 - 輔導工具及工作紙



家庭溝通罐



家庭樹



家庭盾牌



# SEN家庭個案分享



- ✓ 家長及青年個案輔導服務
- ✓ 家庭活動
- ✓ 家長醫療支援 – 減壓活動



- ✓ 親子平行小組及輔導服務
- ✓ 家庭活動
- ✓ 家長醫療支援 - 中醫

# 其他經驗分享及建議

- 透過社交媒體傳遞強化家庭溝通及抗毒的訊息，以及求助資訊



Instagram:  
[https://www.instagram.com/p/CrQPCRTPRh\\_/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng==](https://www.instagram.com/p/CrQPCRTPRh_/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng==)





# 總結及建議

# 總結

親子  
平行小組



高危家庭輔  
導及支援

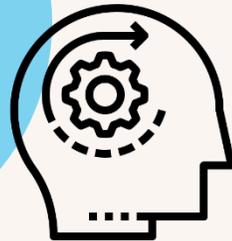


服務  
具彈性

度身訂造

家庭活動

醫療支援



及早介入



跨專業  
協作



# 總結及啟示

- 不少外國及本地研究指出，**特殊教育需要(Special Educational Needs, SEN)**與**吸毒有很大的關聯**，特別是有**專注力不足/過度活躍症(Attention Deficit / Hyperactivity Disorder, ADHD)**、**對立反抗症(Oppositional Defiant Disorder, ODD)**及**品行障礙(Conduct Disorder, CD)**情況的青少年，有較大機會吸毒
- 故此，計劃未來除了繼續支援高危及適應不良的(Maladjusted)青少年(例如SEN、犯罪違規及吸毒行為問題)及其家人之外，亦特別為**有ADHD、ODD、CD的子女**的家庭提供**個案輔導治療及支援服務**，重點為此高危群組提供抗毒及強化家庭功能的教育

# 「從家開始III」計劃

- 計劃將延續服務2年，至2025年4月

- 服務內容包括：

- 為家人、兒童、青少年及家庭提供**個案輔導服務、小組及家庭活動**
- 為受情緒困擾的家人/吸毒青少年/吸毒年輕家長提供**健康管理及醫療支援**
- 為**高危家庭提供支援及輔導服務**，例如高危及適應不良的青少年(例如有**專注力不足/過度活躍症、對立反抗症及品行障礙情況、犯罪違規及吸毒行為問題**)及其家人
- 提供**VR家庭抗毒體驗**
- 製作「**防毒專家系列**」抗毒教育節目及電台節目
- 提供**社工專業培訓**

**青年違法防治中心簡介**  
香港青年協會「青年違法防治中心」的成立是為了深化現有輔導服務的工作範圍和介入手法，為協助輔導處和律法的青少年所經常面對的三大問題：「犯罪建設」、「性危機」及「吸毒」，提供綜合的輔助教育、輔導介入與評估和輔導治療，並積極專業運作和研發服務。

**BEGIN FROM FAMILY 從家開始 III**

香港青年協會與青年違法防治中心聯同籌募基金資助，於2020年5月起推行一個為期三年的全港性計劃：「從家開始II」(“Begin from Family II”)。承蒙基金資助，計劃於2023年5月起實施服務兩年。「從家開始III」計劃承接原有的服務理念，繼續運用源自美國“Strengthening Families Program”的訓練內容，為家長和其子女提供不同的小組訓練、家庭活動及輔導服務，旨在加強家人教養子女的技巧、建立良好的家庭關係及強化家庭功能系統，藉此減低青少年犯罪率及吸毒行為的出現。

訓練課程共有四個訓練單元，包括家人篇(Parent Session)、兒童篇(Child Session)、青少年篇(Teen Session)及家庭篇(Family Session)，每個訓練單元包含11個單元，主要分為三個範疇，包括「建立關係」、「設定界線」及「監管行為」。計劃會為家庭進行評估，並選出最切合他們需要的六個單元訓練。

**計劃目標**

- 提升家人家庭管理的能力，強化家庭功能
- 增強家長對青少年犯罪建設及吸毒行為的防範功能
- 提升家長對毒品的認知及辨識能力
- 舒緩家人因面對家中高危及適應不良的青少年所帶來的情緒困擾

2396 4711 | 2395 9543 | yssi@hkfyg.org.hk  
新界屯門藍灣邨綠灣社區中心3樓  
http://ycpc.hkfyg.org.hk/youthlaw

保安局禁毒處 186 186 求助/諮詢 98 186 186



違法防治熱線：8100 9669

(星期一至星期五早上10時至晚上10時)

☎ 電話：2396 4711

☎ 傳真：2395 9543

✉ 電郵：yss@hkfyg.org.hk

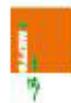
📍 地址：新界屯門蝴蝶邨蝴蝶灣社區中心3樓

🌐 網站：<http://ycpc.hkfyg.org.hk/youthlaw>

青法網  
Youth Law



青法網網頁



香港青年協會  
the hongkong federation of youth groups  
青年違法防治中心

