




愛 + 人 『有教·無慮』家庭和諧計劃 研究新聞發佈會

二零一零年五月八日



第一部分 致詞

蘇彰德先生
香港賽馬會慈善、法律及公司秘書事務
執行總監

第二部分

「愛+人」計劃:支援項目概覽

林大慶教授

「愛+人」計劃項目首席調查研究員

羅旭龢基金公共衛生學教授


香港大學公共衛生學院院長

3

「愛+人」計劃:支援項目概覽

- 促進家庭健康、快樂及和諧
- 針對家庭生活的關鍵轉折期
- 開展循證研究 (evidence-based studies)
- 採用隨機對照試驗 (randomized controlled trials)
- 應用公共衛生學的理念
 - 預防為主
 - 高效率
 - 可持續性

4



第三部分 香港明愛家庭服務

黎鳳儀
香港明愛
家庭服務總主任

5



香港明愛家庭服務之發展

- 六十年代開始為香港家庭提供輔導及福利服務
- 七十年代發展家庭生活教育
- 八十年代開始婚前及產前預備課程
- 九十年代成立男士成長中心，推動男性積極建立和諧的家庭關係
- 新世紀初成立家長教育學院，鼓勵家長持續進修

6

親職教育經驗總結

- 整理經驗，結集為資料冊及參考書籍



7

親職教育經驗總結

- 零散的成效研究及使用者滿意調查
- 因資源限制，欠缺系統性及科學化之成效研究

8



參與「愛+人」計劃

- 以隨機對照試驗的科學方法進行臨床研究
- 可大規模推行試驗性小組活動
- 香港賽馬會慈善信託基金的支持，令參與計劃的社工可專注於研究計劃

9



與香港大學為合作伙伴

- 與香港大學研究小組合作，結合前線經驗與學術研究
- 更深入了解學術研究的要求，及如何應用於整理實戰經驗
- 香港大學提供強大的研究分析及學術支援，補充前線機構在這方面的不足
- 由內容設計開始，社工與研究專家有充分溝通，令機構了解如何以實證的研究方式應用於社會服務上

10

第四部分

「愛 + 人」 「有教·無慮」 家庭和諧計劃 之發展

彭淑儀姑娘
項目主任
香港明愛

11

概覽

- 評估服務需要：
 - 工作上的觀察：
 - 當孩子在初小階段，家庭過於重視孩子的學業成績，較容易帶來親子間的衝突
 - 討論小組：
 - 家長表示需要有關的課程來處理在孩子管教上的個人情緒
- 計劃目標：
 - 提升家長在管教孩子上的情緒控制技巧
 - 促進家庭健康、快樂及和諧
- 對象：
 - 居於天水圍及元朗，育有小一至小三之家長

12



研究設計

- 隨機對照試驗
 - 支援組 (共42人)
 - 對照組 (共44人)

- 評估
 - 計劃開始前
 - 計劃完成後
 - 計劃完成後三個月

13



支援計劃

- 共四次，每次各兩小時

- 內容：
 - 提高家長對自己情緒的注意
 - 認識和練習情緒管理的技巧
 - 透過治療性活動調節情緒
 - 培育朋輩支援和建立正面思想

- 方式：
 - 小組討論、體驗遊戲、角色扮演、家課

14

活動情況



參加者正在預備角色扮演的環節

15

活動情況： 調節情緒的方法



參加者正在進行呼吸練習



參加者在學習放慢腳步，
感受內心平靜

16

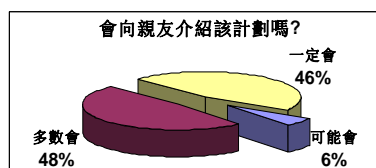
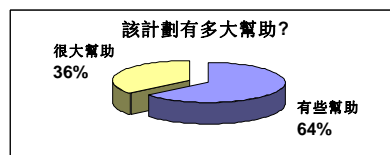
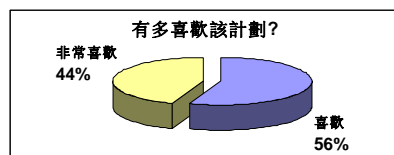
第五部分 結果

于肖楠博士
「愛 + 人『有教·無慮』家庭和諧計劃」
項目調查研究員
香港大學公共衛生學院

17

參加者的接受性

支援組參加者的滿意度
(共36人)



18

參加者的接受性

家長的心聲

支援組的參加者認為計劃內容十分有用，能夠幫助他們有效地改善情緒及促進家庭關係。

- 「我肯聽孩子的說話，自己又情緒好左。覺得家中安靜，大家都沒有發脾氣。」— 孫太
- 「我丈夫變得更投入家庭生活。過往，他總是無視我和孩子，現在，家庭氣氛的轉變令大家的關係變得更和諧、更快樂。」— 劉太

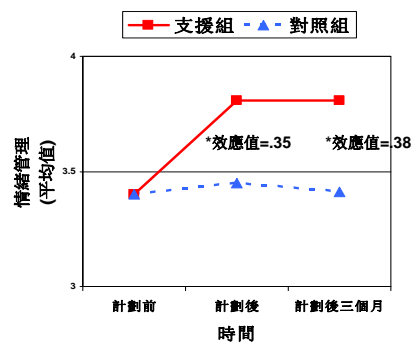
19

研究結果：情緒管理

在完成支援計劃後，支援組較對照組更能有效地管理情緒

情緒管理 - 對情緒的調控和紓解

- 冷靜地面對子女的不聽話情況
- 控制自己的憤怒情緒
- 在有壓力時，跟朋友或家人傾談
- 尋找一些自我放鬆的方法



* $p < .05$ ，具有統計學意義

注釋1. 所有比較均控制了基礎值

注釋2. 效應值(Effect Size), 小 = .10, 中 = .25, 大 = .40

20

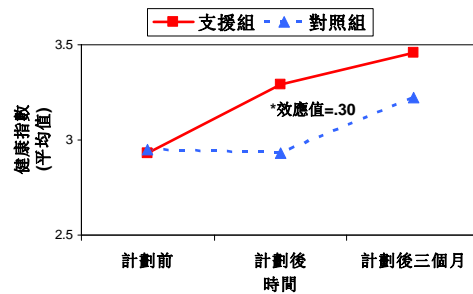


研究結果 : 健康指數

在完成支援計劃後，支援組較對照組的健康狀況更好

總括來說，你認為你的健康狀況是：

- ① 差
- ② 一般
- ③ 好
- ④ 很好
- ⑤ 極好



* $p < .05$ ，具有統計學意義

注釋1. 所有比較均控制了基線值

注釋2. 效應值(Effect Size), 小 = .10, 中 = .25, 大 = .40

21

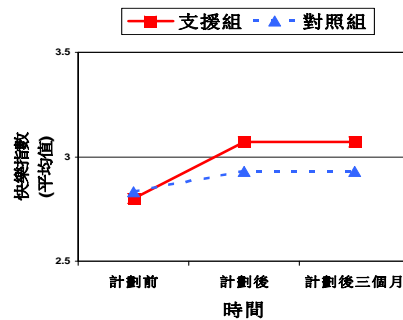


研究結果 : 快樂指數

在完成支援計劃後，支援組較對照組的快樂指數稍微提高

總括來說，你覺得你是：

- ① 完全不快樂
- ② 不甚快樂
- ③ 快樂
- ④ 非常快樂



注釋: 所有比較均控制了基線值

22



研究結果:和諧指數

在完成支援計劃後三個月，支援組的家庭和諧指數高於對照組

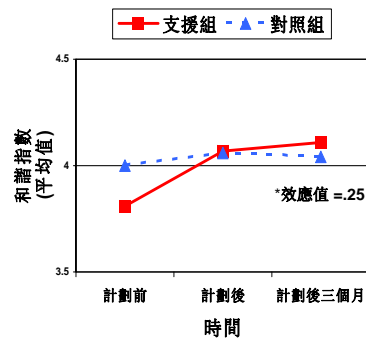
題目舉例

- 我的家庭是和諧的
- 我家各人相處融洽
- 一家人住在同一屋簷下很開心
- 相比其他家庭,我家各人的關係很密切

* $p < .05$ ，具有統計學意義

注釋1. 所有比較均控制了基線值

注釋2. 效應值(Effect Size), 小 = .10, 中 = .25, 大 = .40




23



總結


- 參加者的接受性高
- 先導計劃有效地提高了
 - ✓ 情緒管理技巧
 - ✓ 健康指數
 - ✓ 家庭和諧指數

24



第六部分
參加者分享

25



第七部分
未來計劃

彭淑儀姑娘
項目主任
香港明愛

26



展望將來

- 預備開展主計劃
 - 改善計劃內容
 - 增加參加人數
 - 涵蓋其他地區
 - 擴展到普通話人士
 - 延長跟進期

27



第八部分 問答

28



愛 + 人
『有教·無慮』家庭和諧計劃
研究新聞發佈會

二零一零年五月八日

