

社會福利署沙田區二零二四至二五及二零二五至二六年度
青少年精神健康的培訓及教育活動

	活動名稱	推行日期	活動內容	對象
1	「逆同你行」學童情緒支援及壓力管理講座(小學)	2024 年 5 月 10 日	區內綜合家庭服務中心與香港神託會之精神健康綜合社區中心「創薈坊會所」合作，為馬鞍山循道衛理小學舉辦到校情緒支援及壓力管理講座，提升學生對身心靈健康的認知及介紹減壓方法。	小學學生
2	「逆同你行」學童情緒支援及壓力管理講座(中學)	2024 年 6 月 28 日	區內綜合家庭服務中心為潮州會館中學的中二、中四及中五學生，舉辦到校講座，介紹管理情緒及處理壓力的方法，內容包括認識情緒及靜觀練習，以協助學生面對考試及成績發放時的壓力。	中學學生
3	「探討如何強化跨專業（醫、社、校）協作，以幫助受情緒困擾的學童走出困局」－青少年精神健康培訓活動	2024 年 9 月 13 日	社署與教育局沙田區學校發展組合辦講座，由精神科專科醫生講解常見學童精神健康問題的表徵（如缺課、自殘行為等）及治療跟進，並探討「以學校為本」之三層應急機制下如何強化跨專業（醫、社、校）協作。	社工、老師及輔導人員

	活動名稱	推行日期	活動內容	對象
4	沙田區青少年精神健康服務概覽	2024 年 9 月 及 2025 年 9 月	社署結集區內相關服務單位舉辦的青少年精神健康計劃和到校支援服務的資訊，供中小學及相關人員參考，促進學校教職員與服務機構的協作，以支援有需要的青少年。	學校教職員、輔導人員及社工
5	「沙田區駐校社工實務資訊分享平台」	2025 年 1 月 及 2026 年 1 月	社署聯繫區內中學學校社會工作服務單位，成立分享平台以凝聚地區力量，促進服務資源分享、意見交流及服務單位專業交流。 社署亦為駐校社工舉辦聚焦培訓，提升他們識別青少年精神健康需要的敏銳度，並加強其危機處理的專業知識。	學校社工
6	走出迷「網」小組	2024 年 10 月	區內綜合家庭服務中心與香港家庭福利會及九龍城浸信會禧年(恩平)小學合辦小組，幫助家長學習適當地與子女協商及處理因上網而產生的親子衝突，支援他們情緒健康。	小學家長

	活動名稱	推行日期	活動內容	對象
7	親子言情・家校支援計劃	2024 年 12 月 至 2025 年 10 月	區內綜合家庭服務中心與基督教香港信義會禾輦信義學校合辦一系列的講座及小組活動，介紹不同的管教技巧及社區資源，協助家長面對親職路上遇到的困難及其衍生的情緒反應，並學習以開放、接納的態度承載自己及子女的情緒需要。活動同時協助學生提升對個人情緒的覺察及表達能力，強化他們的抗逆能力，親子結伴同渡逆境。	小學家長及學生
8	「家校同行、守護孩子精神健康」網絡研討會	2025 年 3 月 21 日	社署與教育局沙田區學校發展組合辦研討會，由臨床心理學家、教育心理學家及社工分享如何幫助自己和身邊年青人面對學童自殺事件。	社工、老師及家長
9	預防學童自殺講座「從認識遺書研究的啟示」	2025 年 9 月 19 日	社署與教育局沙田區學校發展組合辦講座，內容包括預防自殺的方式、從遺書中對學童自殺的案件的啟發、如何建立預防自殺的學校環境、以及如何回應有自殺念頭的學童。	社工、老師及輔導人員
10	「爸爸學堂」讓爸媽關心你	2025 年 9 月 25 日	區內綜合家庭服務中心與香港青少年服務處一微米^_^網上青年支援隊及賽馬會「家長聊闊空間」合辦家長講座，讓家長認識青少年正面對的壓力和需要，鼓勵家長與子女同行，以促進青少年的身心靈健康。	青少年家長

	活動名稱	推行日期	活動內容	對象
11	防止自殺線上課程	2025 年 10 至 11 月	社署與香港撒瑪利亞防止自殺會合辦線上課程，幫助參加者及早識別、了解有自殺傾向人士的心路歷程及需要、及早介入及提供協助以預防慘劇的發生。	社工、老師及輔導人員