

第八屆 全港精神復元人士家屬會議 2022
復元旅程的夥伴：家屬的角色
會議及工作坊內容 - 報名表

日期： 2022 年 10 月 29 日 (星期六) 及 10 月 30 日 (星期日)

時間： (29/10) 下午 2:30 - 5:00
(30/10) 上午 11:00 - 12:30；下午 2:30 - 4:30

形式： 實體 — 新界鄉議局大樓 (沙田石門安睦街 30 號) **註：場地要求參加者出示疫苗通行證**
網上 — 透過 zoom 進行直播

費用： \$120 (正價)
\$80 (主辦及支持團體家屬及復元人士會員)
\$250 (機構同工及專業人士)

對象： 精神復元人士家屬、對家屬工作有興趣之人士

簡介： 「家屬會議」每兩至三年舉辦一次，集結由各區精神復元人士家屬組成籌備委員會，旨在探討家屬的需要及倡議加強家屬支援服務，凝聚家庭的力量，以發揮家屬間的互助及自助的能力，迎向未來的挑戰。我們亦希望透過會議，引起社會人士關注復元人士家屬需要的意識，消除社會人士對精神病及精神復元人士的誤解。
誠邀各位家屬及社福同工參與，交流照顧及服務經驗，表達意見。

29/10/2022 研討會會議程序 (流程以當日為準)

時間	內容及流程
14:00	登記及接待
14:30	開幕 及 嘉賓致辭
15:00	「照顧者角色及支援需要」話劇
15:20	主題演講 主講嘉賓：黃仁龍先生, 大紫荊勳賢, SC (精神健康諮詢委員會主席) 講題：《家屬於推動精神健康工作中的角色重要性》
15:50	照顧者朋輩大使及復元人士朋輩支援工作人員分享
16:10	《「拍」住你 CPA》照顧者朋輩支援服務計劃 啟動禮
16:40	總結

#工作坊不設網上直播，部份會進行錄影，以供未能實體出席的家屬日後於中心內重溫

工作坊	內容簡介	主講 / 主持
上午 11:00 - 下午 12:30 (上午 10:30 登記)		
工作坊一 《家屬靜觀體驗工作坊》 名額 35 人 *每位家屬只可參與上午或下午其中一個靜觀體驗工作坊	家屬在長期的照顧壓力下，容易感到身心疲憊不堪。個人情緒得不到適當的照料，容易影響與復元人士的關係，並進一步影響其康復進度。「靜觀訓練」協助培養靜心觀察自己的身心反應及生活發生的事物，學習與自己的內在相處並有智慧和善巧地選擇如何回應生活和照顧關係上的難題。	潘文輝先生 (本處 精神健康綜合服務督導)
工作坊二# 《讓青少年飛翔—家長的角色與界線》 名額 170 人	在青少年成長期間，家長需要面對自身角色的轉變和適應，與此同時子女亦正在復元旅程上砥礪前行，需要適當的扶助和照顧，要拿捏得剛好著實不容易。是次工作坊請來家庭治療師，與我們一起探討作為青少年的照顧者如何調節角色與設立界線。	譚少華先生 (本處 家庭治療師)
工作坊三# 《社區的精神健康共融》 名額 50 人	社會對精神病的標籤令復元人士難被接納，增加他們在工作和就學的困難，家屬同時承受很大壓力。因此，精神病去污名化一直都是增加接納的方法。這節工作坊邀請了復元人士和家屬分享他們在社區參與去污名化工作的經驗，以及討論各界如何提升大眾對精神健康的認識，以及推動復元人士融入社區。	蘇鈺晶姑娘 (本處 家屬資源及服務中心社工) 本處 照顧者朋輩大使
下午 2:30 - 4:30 (下午 2:00 登記)		
工作坊四 《照顧者的「靜觀自我關愛」》 名額 35 人 *每位家屬只可參與上午或下午其中一個靜觀體驗工作坊	面對日常照顧事務的重擔，照顧者容易感到身心疲憊，透過體驗靜觀自我關愛練習，讓參加者認識靜觀及了解靜觀如何幫助減低在日常照顧上的壓力，調整情緒和關愛自我。	李劉穎瑩女士 (「靜觀生活學苑」創辦人)
工作坊五# 《復元路上的優勢》 名額 170 人	家屬在照顧復元人士的過程中，很多時只會發現家人的不足之處，而忽略了彼此的優勢，藉工作坊讓家屬們認識優勢模式，共同尋覓家庭中的優勢與資源，並由家屬分享以優勢為本的理念與復元人士相處時所帶來的改變。	黃敏信先生 (香港心理衛生會 助理總幹事) 陳麗麗女士 (家屬朋輩導師)
工作坊六 《家屬服務「共建模式」分享會》 名額 50 人	家屬朋輩大使(義工)會分享他們如何與社工一同共建家屬課程。分享內容包括如何構思貼合家屬需要的課程內容; 工作人員如何與義工配搭讓義工在過程中有所得著; 課程參加者分享對課程的得着。(分享課程: 照顧者療「愉」課程, 家庭復元課程, 信仰小組)	本處 照顧者朋輩大使及導師