



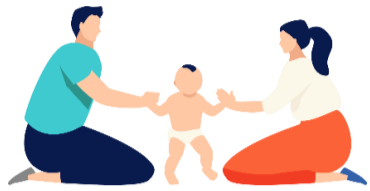
**New Life**

Psychiatric Rehabilitation Association  
新生精神康復會

JOCKEY CLUB  
**New Life  
Institute**  
OF PSYCHIATRIC REHABILITATION

賽馬會新生精神康復學院

# 應用靜觀認知療法於處理親子關係 基礎證書課程



Course Code: 2627/04



2026年4月18及25日 (星期六)  
上午9時30至下午5時



賽馬會新生精神康復學院  
香港九龍南昌街332號



名額  
35位

社工、輔導員、老師、家長及從事  
兒童服務等相關助人專業工作者

HK\$2,500

二人同行優惠  
HK\$2,200/人

★ 早鳥優惠 ★

HK\$2,200/人  
(2026年3月13日前報名)

報名截止日期

2026年4月4日(六)

## 課程導師



### 李劉穎瑩女士

- 擁有**逾30年**的心理教育及輔導經驗，分別為澳洲及英國註冊輔導及教育心理學家
- 現兼任**大學講師及輔導督導**，並為香港心理學會及香港專業輔導協會副院士
- 獲**美國布朗大學及英國牛津靜觀中心**權威認證，並獲邀成為**英國The Mindfulness Network**靜觀課程的督導
- 獲**MBCT-Ca**導師認證，擅於各類情緒困擾的介入；同獲英國MiSP「學校靜觀課程」導師，專長在校園情緒及學習支援

## 課程目標

靜觀認知療法 (MBCT) 具備深厚的臨床實證基礎，廣受全球醫療、心理及社福界採納。研究證實，當家長透過 MBCT 弱化自身的「自動化負面反應」，長期累積的焦慮與親職壓力顯著降低，孩子的行為問題往往亦會隨之改善。

有別於一般為期八週的標準 MBCT 課程，這兩天的實務工作坊，旨在裝備助人專業工作者一套高效的臨床介入手法，引導家長冷卻高壓情緒，重建具建設性的親子關係。以下為介入方向：

- 一、拆解衝突源起
- 二、覺察慣性互動
- 三、慈心接納情緒



立即報名



3552 5290



institute@nlpra.org.hk



## 應用靜觀認知療法於處理親子關係基礎證書課程

日期	2026年4月18日及25日 (星期六)
時間	9:30am - 5:00pm
地點	賽馬會新生精神康復學院 香港九龍南昌街332號
課程內容	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 辨識家長壓力的根本原因，以慈心給予理解。協助家長透過培養自我關懷從內在紓緩焦慮與內疚感。</li> <li>2. 協助家長覺察日常習慣的教養方式，引導他們看清慣性互動如何無意間影響了親子關係。</li> <li>3. 帶領家長面對教養困難時的自動反應，協助他們讓衝突降溫，避免情緒失控。</li> <li>4. 幫助家長自我調節情緒，將原本衝動的對抗轉化為善巧的回應。</li> <li>5. 掌握靜觀溝通技巧，協助家庭妥善處理親子衝突。</li> </ol>
授課形式	講授、個案討論及實務練習
授課語言	廣東話
對象	社工、輔導員、老師、家長及從事兒童服務等相關助人專業工作者
人數	35
費用	HK\$2,500 二人同行優惠：HK\$2,200 早鳥優惠：HK\$2,200 (2026年3月13日前報名)
報名截止日期	2026年4月4日(六)
證書	兩天課程共4節，出席3節或以上，可獲頒由賽馬會新生精神康復學院發出的證書
專業持續進修學分	香港社會工作專科院持續專業發展學分：申請批核中 持續護理教育學分：每小時1學分 臨床心理學家/職業治療師持續專業發展學分：申請批核中
查詢	Tel: 3552 5290 Email: institute@nlpra.org.hk