

MYMIND 課程

- 由荷蘭 Dr. Susan Bogels 根據靜觀及認知治療理論研發而成，能鞏固兒童的專注力和情緒調控，從而改善社交及學習能力，以及改善家長的壓力及負面情緒，並提升親子關係
- 本會參與香港中文大學賽馬會公共衛生及基層醫療學院的研究計劃，推出本地化的 MYMIND 課程，協助自閉症(ASD)及專注力不足/過度活躍症(ADHD)兒童改善社交及學習能力
- 日期：由 2018 年 6 月 - 12 月 (12 月後的課程將於稍後公佈)
- 對象：就讀於主流小學/中學的 ASD 或 ADHD 學童及其家長
- 課程目標：提升學童的專注力和情緒調控，從而促進社交及學習能力；並讓家長掌握有效的管教及溝通方法
- 導師：協康會認可 MYMIND 課程導師 費用：全免
- 地點：
 協康會大坑東中心 - 石硤尾大坑東邨東滿樓 10-14 號地下 (石硤尾港鐵站 B1 出口)
 協康會賽馬會家長資源中心 - 筲箕灣愛東村愛善樓地下 G1 室 (筲箕灣港鐵站 D2 出口)
 協康會總辦事處 - 觀塘海濱道 133 號萬兆豐中心 10 樓 J-L 室 (牛頭角港鐵站 B6 出口)
 夢創成真 - 九龍荔枝角長沙灣道 760 號 4 樓 C 室 (荔枝角港鐵站 B1 出口)



注意：

1. 為鼓勵家長掌握訓練方法，在進行 MYMIND 課程時，導師會在另一房間同時提供家長課程，家長必須參與
2. 計劃設有研究部份，有勞報名的家長留意：
 ADHD 部份：中大團隊會為報名的 ADHD 學童進行抽籤，其中一半會接受 MYMIND 課程，另一半則會接受認知行為治療(CBT)課程，在 CBT 課程完成後六個月（完成最後一次評估/問卷後），家長可再為學童報讀 MYMIND 課程
 ASD 部份：中大團隊會為報名的 ASD 學童進行抽籤，其中一半會接受 MYMIND 課程，而另一半則只需填寫問卷，家長可在六個月後再為學童報讀 MYMIND 課程

課程安排：

組別	日期	時間	地點	對象
1	6 月 29 日 - 8 月 24 日 (逢星期五) (3/8 除外)	晚上 7:00-8:30	協康會大坑東中心	8-12 歲懷疑或已確診 AD/HD 學童
2	6 月 30 日 - 8 月 18 日 (逢星期六)	下午 2:00-3:30 / 4:00-5:30	協康會總辦事處	
3	9 月 7 日 - 10 月 26 日 (逢星期五)	晚上 7:00-8:30	協康會大坑東中心	
4	6 月 28 日 - 8 月 30 日 (逢星期四) (2/8 除外)	晚上 7:00-8:30	協康會大坑東中心	10-18 歲懷疑或已確診 ASD 學童
5	7 月 7 日 - 9 月 8 日 (逢星期六) (18/8 除外)	晚上 7:00-8:30	協康會賽馬會家長資源中心	
6	9 月 1 日 - 10 月 27 日 (逢星期六)	下午 2:30-4:00	夢創成真	
7	11 月 23 日 - 1 月 25 日 (逢星期五) (28/12 除外)	晚上 7:00-8:30	協康會大坑東中心	
8	2 月 23 日 - 4 月 13 日 (2019 年)(逢星期六)	晚上 7:00-8:30	協康會賽馬會家長資源中心	8-12 歲懷疑或已確診 AD/HD 學童