

和 諧 之 家

HARMONYHOUSELTD.

賽馬會和諧一心家暴防治中心

Jockey Club Harmony Link

Domestic Violence Prevention Centre

2013 年 5 月 25 日

新聞稿

家暴倖存身心受創 園藝治療助 872 位受虐婦女及其子女解鬱困

自 1985 年成立至今，和諧之家一直致力於反家庭暴力的工作，推廣和諧及健康的家庭關係。而於 2010 年 5 月，我們更開展了全港首項以園藝治療為家暴倖存者提供輔導服務的項目 - 「和諧花園」- 園藝治療計劃。為期 3 年的計劃已順利完成；因此，和諧之家特於今日舉行『「和諧花園」- 園藝治療計劃經驗分享會及工作坊』，公佈由香港大學行為健康教研中心為計劃進行的成效評估，並讓同工體驗園藝治療的樂趣及成效。

「園藝治療計劃」成效數字公佈

計劃針對家暴受害人的身、心、情緒和行為特徵及需要，透過園藝治療提升參加者的自信和個人能力感，改善她/他們的人際關係和重投社會的自信，以及對個人、他者和環境的尊重，以克服家暴帶來的沮喪和心靈創傷。於項目進行的 3 年間，我們總共為 517 位及 355 位入住機構庇護中心的受虐婦女及其子女提供園藝治療小組服務，而成效亦令人鼓舞。

負責為計劃作成效評估的香港大學行為健康教研中心總監何天虹副教授指出，有分別超過 6 成及接近 8 成參加計劃的婦女表示，園藝治療小組能改善她們的抑鬱，以及壓力與焦慮程度；園藝治療亦有效將有患抑鬱症風險的婦女，由超過 7 成下降到少於 5 成；並提高她們的希望和自信，幫助她們舒緩因家暴引起的困擾及抑壓的情緒，改善其睡眠和健康狀況。評估亦指出，園藝治療活動有效令兒童及青少年參加者感覺開懷；而 3 至 5 歲的幼童在接受園藝治療後，其不安情緒亦得到明顯的改善，與別人的關係更有增強的跡象。

家暴倖存婦女分享計劃點滴

「個心好亂」、「好無助，甚至感到絕望」、「好怕屋企人同朋友知」是很多家暴倖存婦女的心聲。在分享會中，我們邀得兩位服務使用者分享園藝治療如何讓她們從家暴的困擾及抑壓情緒中釋放自己。正如其他參加計劃的婦女表示：「我在公園看花，覺得我們要好像植物一樣，我們要更加堅強一點，才能有更強的生命力和更好的人生。」園藝治療確實能令她們相信自己可以生活得更愉快，並成為她們對自己及將來重拾信心的起點。

是次計劃不但證實園藝治療對輔導家暴倖存者的成效，亦為業界提供經驗參考。我們期望與同工共同努力，將園藝治療推展至其他家暴受害人，甚或施虐者身上，以推廣健康的家庭關係，共建零暴力的和諧社會。

如蒙垂詢，歡迎於辦公時間內致電 2342 0072 或 2522 0434 與和諧之家高級社區教育主任黃慧欣女士聯絡。

Hon. Life Patron

Mrs. Betty Tung

Patron

Mrs. Regina Leung

Board of Directors

Chairperson

Judge Wong Hing Chun

Vice Chairperson

Dr. Caroline S. T. Yeung

Treasurer

Mrs. Anna C. M. Koo

Directors

Mrs. Grace M. Atkinson

Dr. C. W. Kam

Prof. Emil M. L. Ng

Mrs. Lau Yu Po Kwan

Dr. K. F. Huen

Mr. Alexander H. S. Leung

Dr. Angela O.K. Tsun