# 「石牆樹·石罅再生」男士小組

受到家庭暴力的男士不單承受伴侶的**身體及精神傷害**，還要面對社會、旁人的**目光**。

受虐男士常被外在問題支配，忘卻自身應對問題的**能力**、 **價值和方法**，從而影響他們對自身的理解及自我身份的認同。

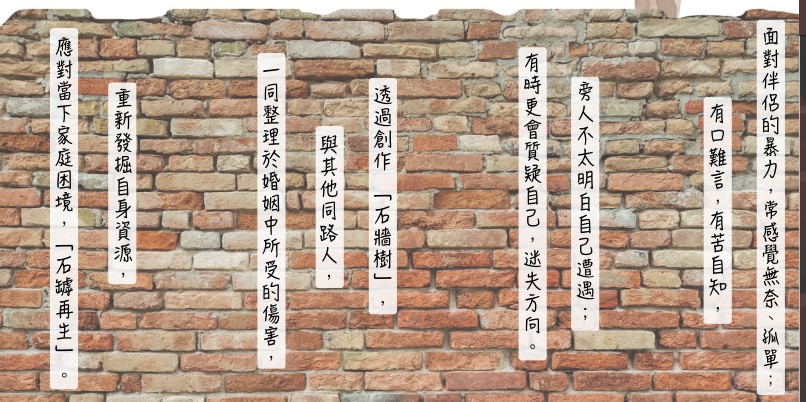
小組以敘事實踐理論，透過創作「**石牆樹**」，共同探索應對暴力的策略，拆解主流論述，讓參與者發掘潛藏的知識、能力、技巧，重寫他們所喜愛的故事，從而獲得轉化，建構一個**新的身份**。

**小組內容（共 6 節 | 每節 1.5 小時）：**

- 創作石牆樹各部份
  （樹根、地面、樹幹、樹枝、樹葉、石牆、果實等）
- 外化對話 —人與問題分開
  （描述、命名、評估、定位）
- 探索應對暴力關係的方法及知識
- 思考主流論述對男人的影響

* 所有小組物資材料由和諧之家提供

對象：面對婚姻衝突的男性
人數：6 人




# 「從電影出發」成長工作坊

透過電影媒介，參與者能從特定主題的情節及片段，自由聯想到**現實生活**的問題，把**內心衝突**融入電影故事裡，令積藏在心裡的情緒和情感得以呈現和抒發。

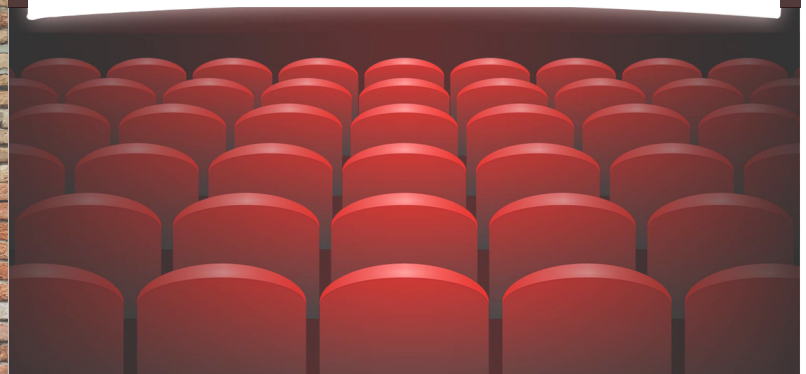
由於投射和認同的對象是電影中的角色，參與者能減低心理防衛，透過探討電影角色，擴闊**自我認識**及尋求**啟發**。

戲如人生，電影故事的主題包含人生經歷和心靈體驗的各種光譜，從虛幻到寫實。

**工作坊內容（共 1 節 | 每節 3 小時）：**

- 共同觀看一套關於伴侶關係的電影
- 揣摩電影角色如何從伴侶間的矛盾和誤解，慢慢找到理解和認同
- 透過體驗活動和討論，幫助參與者打開反思和溝通的大門，探索內在的情感和需要，獲得新的領悟

對象：追求改善親密關係的伴侶
人數：4 對伴侶



主辦機構 Organised By:

和諧之家 HARMONY HOUSE

# 賽馬會「男」天再現計劃

## 到訪服務簡介

小組—講座—工作坊

捐助機構 Funded By:

香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER

# 致同工們：

在你服務的個案中 ...
有沒有面對家暴受虐的男性？
有沒有曾於親密關係中使用暴力的女性？
有沒有高衝突的伴侶？

本計劃為 貴機構提供支援服務予
上述有需要的群組，並因應 貴機構
的個案需要，以到訪形式進行小組、
講座及工作坊。

歡迎合作和轉介。

賽馬會「男」天再現計劃

## 聯繫我們


電話：2342-0072 / 6418-3405 (WhatsApp)
電郵：heprojecthk@harmonyhousehk.org
地址：九龍觀塘樂華南邨安華樓地下 B 翼
網址：www.heprojecthk.com (Online Chat)
負責同事：劉嘉豪先生 | 余蓉嵐姑娘


HE Channel
男士家庭健康台

@he.channel

和諧之家

立即追蹤

# Hear-ME, Healing-ME
# 「女人·閑療」小組

在親密關係相處及照顧家庭的**拉扯**之中，
女性往往背負著不同的**期望和責任**，
牽動著難以言喻的複雜心情。

過程中難免感到疲累、情緒起伏甚至迷失自我，
就讓自己停下來，學習陪伴和接觸自己，
透過體驗和分享，讓自己有**喘息和整理**的機會。

聆聽內心 讓自己抖抖

**小組內容（共 4 節 | 每節 1.5 小時）：**
- 以生命自覺及聲音療癒 (Focusing & Sound Healing)，讓女士學習生活中停一停，尋回自己的需要
- 透過小組分享，彼此聆聽
- 回顧親密關係喜與悲
- 反思社會對親密關係及自我的影響

對象：曾於親密關係中使用暴力的女性
人數：6-8 人

# 「言教？身教？境教？」
# 家長教育講座

由子女出生開始，
「管教」成為父母在家庭中的**首要天職**。
子女的言行吸引了父母的注意力，
而父母本身的言行和關係，
卻是子女**成長的土壤**。

**講座內容（每節 2 小時）：**
- 管教的語言藝術（言教）
- 父母是子女的鏡子（身教）
- 別讓子女成夾心（境教）

對象：有意提升管教效能的父母
人數：15-30 人

父母關係是構成子女成長環境的重要部分。
研究指出，父母高衝突的環境對子女的
**情感識別**和**處理能力**帶來負面影響。
高衝突的父母更令子女的成長環境暗藏**暴力**，
讓子女在成長的過程中，
不知不覺成為父母間的精神和語言暴力的**犧牲者**。

讓我們從「言教」、「身教」、「境教」的角度，
逐步切入父母關係對管教子女的重要。