



香港公教婚姻輔導會  
The Hong Kong Catholic Marriage Advisory Council

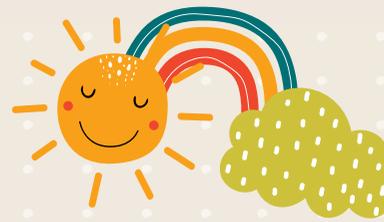
親和坊  
KIÖ First

共享親職  
支援中心  
Specialised Co-parenting  
Support Centre



# 親子聯繫手冊





## 目錄

序	離異家庭、父母傷心、孩子更傷痛 .....	02
第一章	父母分開了，孩子不會告訴父母的10句心底話.....	04
第二章	你對孩子的期望 .....	07
第三章	離異父母合作10個Like .....	08
第四章	如何跟孩子介紹親和坊.....	10
第五章	督導親子會面細則 .....	12
第六章	督導親子接送細則 .....	16
第七章	孩子最需要父母說的10句話.....	18
第八章	和你的孩子玩遊戲 .....	22
第九章	父母離異對子女之影響及建議 .....	25
第十章	從平衡到攜手 .....	28
第十一章	好書推介及網上資源 .....	30
第十二章	親和坊的服務 .....	32



## 離異家庭、父母傷心、孩子更傷痛

這本「親子連繫手冊」將羅列了離異父母和孩子保持連繫的安排和細節。目的是為孩子建構一個安全、穩定的環境，讓孩子和父母延續親子情緣，減少他們與父或母割離的痛苦。

孩子與父母的連繫是一生一世，他們需要父母持續的愛和關懷。縱使父母離異，父母仍秉承「共享親職」的精神，讓孩子得以健康成長。

在「親和坊」各項服務、流程、提示和叮嚀的背後，是我們對父、母和孩子的三個願望。我們希望大家經歷到3個“R”，「即是**Recovery**（療癒）、**Reconnect**（重新連結）和**Rekindle Hope**（重燃希望）。」



## Recovery（療癒）：

釐清個人憤怒、怨恨、傷心、恐懼和迷惘、以致重新發現自己、發現別人，再上路。

## Reconnect（重新連結）：

讓個人先與自己復和，從而以和平方式和前配偶調解彼此紛爭，並重建父母與孩子的連繫。

## Rekindle Hope（重燃希望）：

讓個人走出黑暗的日子，離開自憐和自責，重建生活目標和意義。

願意我們和大家的同行、分享和互勉，可以讓父母與怨憤「道別」，「伸手」牽著孩子的手，撥開陰霾，抖擻上路。



趙崔婉芬

香港公教婚姻輔導會總幹事

與孩子聯繫，為孩子做好準備，聽聽孩子聲：

# 父母分開了， 孩子不會告訴父母的 10句心底話

關於父母離異的事，有時候孩子為了安慰父母失落憤怒的心情，不讓他們擔心而隱藏心底話，總說：「無野嗰、我ok啊！」或「我都唔想見佢」。

有些孩子也許未能接受父母離異的事實而感到困擾，會說「唔關我事」、「唔好問我」，「唔知道」……等等。亦有可能把傷痛、失落及憤怒等情緒積壓在心頭，也不懂得從何說起，以致透過行為宣洩情緒。



其實他們心裡的話是：



- 01\_ 爸爸、媽媽，你們雖然離婚了，但不要拋棄我。
- 02\_ 我知道你們不開心，所以我很擔心，也很害怕。
- 03\_ 爸爸、媽媽：我不想你們再爭吵，當你們互相攻擊時，可否也理會我的感受呢？
- 04\_ 不要叫我選擇你們其中一位，我要爸爸也要媽媽，有你們我才可以安心睡覺。
- 05\_ 你們大人之間的事我受不了，不要再煩我了！我很憤怒，也很失望，你們是否已經不再愛我了！
- 06\_ 我只是小孩子，不想為你們傳話，不懂得怎樣安慰你們，也不懂得分辨你們誰對誰錯，更不希望你們向我訴苦或亂發脾氣。
- 07\_ 我不懂得表達自己的感受，請你們留意我，聆聽我的心聲。
- 08\_ 我要為自己築起圍牆，因為世界變黑了，充滿孤單、恐懼和不安。
- 09\_ 我有時也許會發脾氣，但請你們忍耐，相信一段時間之後我的心情會好轉。
- 10\_ 我希望你們開心，也想我們一起渡過開心愉快的時刻，但更想我們回復以前一樣！

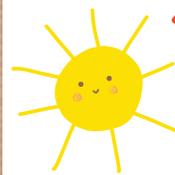
取材自《聽聽孩子心底話—離異孩子心底話 第二章P.9-10》



分開如果是無可避免的事，  
父母可以做的，是以開放關愛的態度聆聽孩子的心，  
盡量不問及他們對父母離異的立場，  
尊重孩子表達心聲的意願，讓他們慢慢適應這改變。  
.....  
若父母能為著孩子而放下婚姻的恩怨，  
尊重孩子被另一方父母關愛的權利，  
各自持續地以和平愉快的方式與孩子相聚，  
將是給予他們最寶貴的禮物。他們能因此深刻體認到，  
父母分開不是孩子做錯什麼而導致的，  
只是父母未能繼續相處下去而作出這個決定。



這些都對孩子建立正面的自我形象有幫助，  
並成為他們日後面對生活各種挑戰、  
與人建立坦誠互信的關係，  
接納和肯定自己的價值的重要基礎。



## 你對孩子的期望

你對他/她有甚麼期望或祝願呢？

例如：身體強健、樂觀、自信、和善，  
有責任感、有同理心、有好品格、  
有創意、有抗逆力或享受生命。



作為爸爸 / 媽媽，我對\_\_\_\_\_ (孩子的姓名)  
的期望 / 祝願是：



你希望孩子認為你是一個怎樣的父母呢？

例如：公平、幽默、有智慧的媽媽或善解人意的爸爸



我希望孩子認為我是.....



你有想過你的一言一行，就是孩子的榜樣嗎？

# 離異父母合作 10個like



沒有父母想傷害孩子，但面對離異的痛楚，父母可能被關係當中的仇恨與負面經驗影響，不經意把孩子的事宜變成爭執衝突的引發點。



其實，選擇用甚麼態度去面對離異，在乎你們的抉擇，也決定孩子的未來！

01 尊重並優先考慮  
孩子的意願、需要及福祉。

02 為着孩子的福祉，  
建立和諧及互相尊重的伙伴  
合作關係。

03 支持孩子和另一位父母  
建立良好的關係，讓孩子知道  
他們可以愛媽媽亦同時愛爸爸。

04 支持孩子與另一位父母的親友  
保持接觸，以建立更強健的



05 避免在孩子面前爭拗或衝突，  
別把他們當作父母的傳聲筒、  
間諜或法官。



06 不能把珍貴的孩子當作籌碼，  
他們與另一位父母的聯繫，  
不應與父母支付生活費掛勾。

07 尊重各方的不同，  
以三贏的思維模式  
去解決爭議。



08 接納雙方父母或其親友有不同的  
管教方式，並相信大家都有着  
於孩子的長遠益處。嘗試理性  
討論解決方案，如有需要，可以  
尋求共親職社工協調。

09 為着孩子長遠的福祉，  
尊重及盡力實踐協商後的  
親職協議。

10 避免翻舊帳，活在當下，  
積極生活。

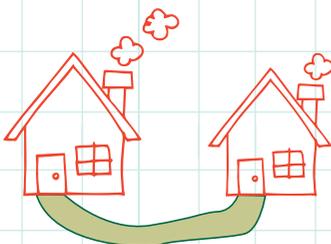
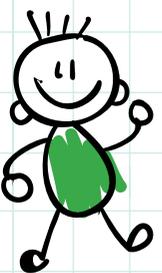
父母的互諒和合作，最大的得益是孩子！

# 如何跟孩子介紹親和坊

**孩子：**「為什麼我要去「親和坊」見爸爸/媽媽？」

**家長：**「爸爸和媽媽相處上出了一些問題，無法再一起生活，需要分開了。」

過去可能你會見到爸爸媽媽吵架，可能會令你驚慌和擔心。爸爸媽媽不希望這些事情再次發生，所以會帶你去「親和坊」。在那裡爸爸媽媽不需要碰面，你可以安心地在那裡與爸爸/媽媽見面，同時會有社工陪伴你，有什麼需要也可以告訴社工。」



**孩子：**「我幾時會去「親和坊」？」

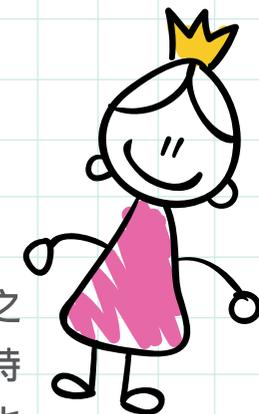
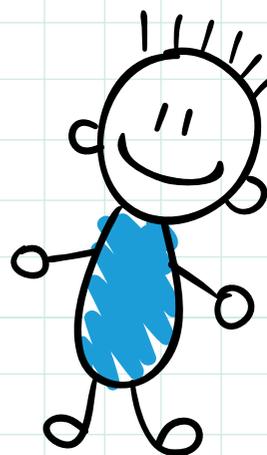
**家長：**「在第一次跟爸爸/媽媽去「親和坊」見面之前，我們會先參觀中心及認識社工，看看到時候可以與爸爸/媽媽玩什麼。社工也會與我們一起訂下一次見面的日期和時間。」



到了跟爸爸/媽媽見面的日子前，我會預先提醒你，並按時帶你去與爸爸/媽媽玩，見面後我會到中心接你回家。」

**孩子：**「我不知道見到爸爸/媽媽時怎樣才好。」

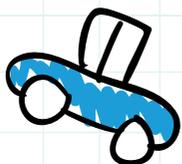
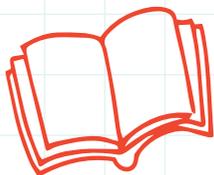
**家長：**「這麼久沒有見到爸爸/媽媽，感到緊張或不安是很正常的，你可以告訴我，我很想聆聽你的感受和想法，我們可以一起想辦法啊！你想到任何問題也可以隨時問爸爸/媽媽/社工的。我們都希望你可以安心地與爸爸/媽媽繼續聯繫，因為我們都愛你，重視你。」



## 同住父母安排孩子到「親和坊」與另一位父母進行親子會面的注意事宜

### 親子會面前……

- 01\_ 根據孩子的適應能力，預早告訴孩子將會與另一位父母在「親和坊」會面。
- 02\_ 親子會面當日，同住父母與孩子建立及保持出發前的習慣，例如：玩一個簡單的遊戲，或看一段短片，讓父母和孩子保持輕鬆平和的心情。
- 03\_ 孩子需要穿著襪子，並帶備孩子所需物品如毛巾、水壺、外套、口罩、其它個人用品或藥物（如適用）。
- 04\_ 就著嬰幼兒的個別需要，預備足夠的相關物品，例如：尿片、替換衣物、嬰兒食物、奶粉、奶樽、熱水……等。在會面前先與另一位父母就著所需的配合有充足的溝通。
- 05\_ 帶備孩子心愛的物品作為陪伴，讓孩子情緒安穩。



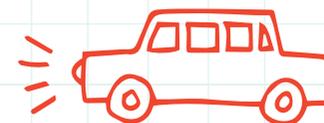
### 到達「親和坊」……

- 01\_ 按子女需要提早到達「親和坊」預留時間安頓孩子。
- 02\_ 避免要孩子做一些陷入忠誠矛盾，影響親子關係的事情，例如：要子女向另一位父母傳話、追討贍養費、傳遞文件或打探消息等。
- 03\_ 就孩子與另一位父母相聚的安排。保持鼓勵、接納、平和的態度。
- 04\_ 向共親職社工交代是次探視所需關注孩子的狀況和需要合作的任務，例如孩子當天的健康狀況、服藥安排等。
- 05\_ 以簡單和正面的態度向孩子道別。例如：擁抱一下孩子、牽牽手或輕拍孩子的肩膀，並從容地說：「一陣見」。
- 06\_ 尊重孩子與另一位父母在安全的環境中聯繫的權利，相信這有助孩子的成長。



### 親子會面後，接回孩子時……

- 01\_ 於親子會面時間完結前五分鐘到達「親和坊」的接待處等候孩子。
- 02\_ 以從容的態度迎接孩子。
- 03\_ 若發現孩子收到一些之前未有共識過的物品，並認為不適合帶回家的話，同住父母可溫和地跟孩子說明：「這是爸媽未商議過的物品，是次不帶回家了，等爸媽商議後認為適合再帶回家吧。」在孩子表示同意後，可交給共親職社工處理。
- 04\_ 不追問孩子有關親子會面過程中的內容或打聽另一位父母的資訊。



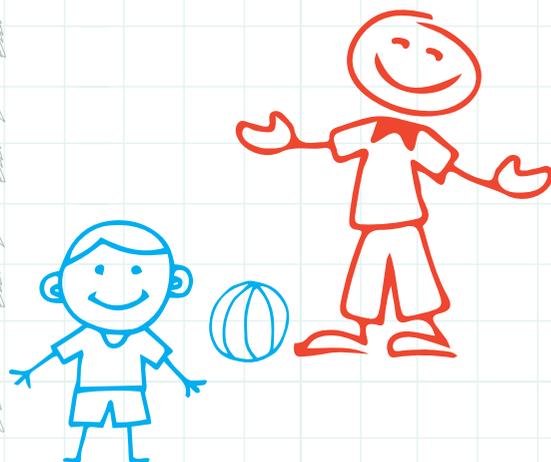
## 非同住父母到「親和坊」 進行親子會面的注意事宜

### 親子會面前……

- 01\_ 計劃如何與孩子共度會面的時間，預備符合孩子的年齡、能力或興趣的內容和遊戲/活動。
- 02\_ 若要攜帶食物或禮物給孩子，需事前盡早與同住父母商量並取得共識。如有需要，可向共親職社工查詢或透過社工與同住父母協調。
- 03\_ 如果非同住父母有親友想同時與孩子會面，需要在簡介會時或盡早告知共親職社工，以便社工與同住父母溝通。
- 04\_ 如需要拍照，可預先與共親職社工商議，預約使用「親和坊」所提供的相機拍攝。



- 05\_ 保持輕鬆平和的心情，預備自己專注及樂在寶貴的親子會面時刻中，暫時放下與同住父母因溝通困難而產生的情緒。

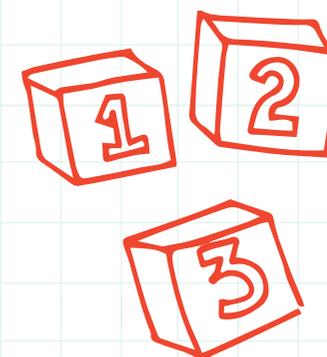


### 到達「親和坊」……

- 01\_ 預早15-20分鐘到達「親和坊」。
- 02\_ 請把個人物品、電子產品及手提電話寄存於中心提供之儲物櫃內。
- 03\_ 請在預先安排的房間等候共親職社工簡介及孩子的出席。

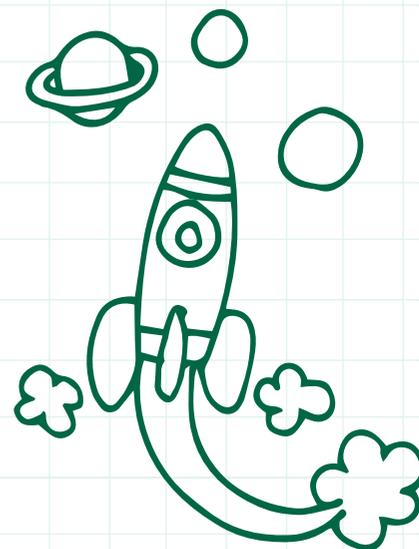
### 親子會面時……

- 01\_ 父母可在指定的房間內與孩子會面。
- 02\_ 會面期間多留意孩子的表現、個性和特質，適當地加以讚賞和肯定。
- 03\_ 專心和耐心地聆聽孩子分享的事情和心聲。
- 04\_ 不讓孩子作傳聲筒或探子，向另一位父母傳口訊或打探對方消息，以免孩子陷入忠誠矛盾中。



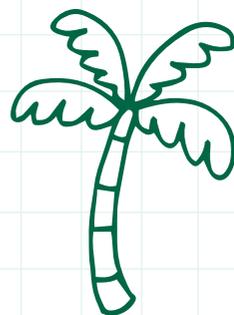
### 親子會面後……

- 01\_ 安坐在會面室內等候，讓共親職社工帶孩子會合同住父母，直至同住父母和孩子先行離開「親和坊」。
- 02\_ 共親職社工返回會面室，與非同住父母一起回顧及檢討是次親子會面的過程。如有需要，共同解決一些親職困難及計劃下一次的會面方案。



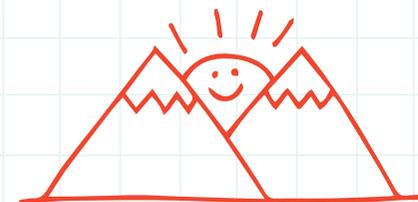
### 非同住父母到「親和坊」 進行親子接送的注意事宜

- 01\_ 計劃及預備與孩子相聚的內容及時間表。
- 02\_ 如果由非同住父母的親友分擔接送，需要在簡介會時或盡早告知共親職社工，以便社工與同住父母溝通。是項安排必須得到同住父母同意後方可進行。



### 到達「親和坊」/ 中心以外的指定接送地點……

- 01\_ 預早15分鐘到達「親和坊」的接待處 / 法官判令內指定 / 共享親職計劃內雙方議定的地點。
- 02\_ 等候孩子到達「親和坊」時，從共親職社工了解是次探視所需關注孩子的狀況和需要合作的任務（特別在健康和學習方面）。
- 03\_ 在約定送回孩子時間前15分鐘回到指定接送地點，讓孩子可以安頓心神，檢查清楚孩子帶回家的物品是否齊備。如有需要，可將要同住父母需注意孩子的狀況或合作事宜的進展透過共親職社工轉達。
- 04\_ 等候共親職社工帶孩子會合同住父母，直至同住父母和孩子先行離開「親和坊」或接送地點。



### 同住父母安排孩子到「親和坊」/中心以外的 指定地點與另一位父母進行接送的注意事宜

請參照P.12-13「督導親子會面」之內容。

# 孩子最需要 父母說的 10句話



不同年紀的孩子都希望了解父母作出離婚的原因，而他們如何解讀父母的情況亦不容易讓外人理解。當孩子一直尋找答案，他們有機會把父母離異的決定歸咎在自己身上。父母一句合宜的說話，可以成為孩子釋懷的良藥和勇敢成長的動力。

## 「離婚是成年人的決定」

離婚的決定是父母努力嘗試改善關係後，仍然無法修好的結果，這完全是父母的決定。

## 「爸媽分開不是你的錯」

孩子可能會認為爸爸媽媽分開會與自己曾經做過或沒有做什麼有關，而事實是父母不能夠再一起生活，並非孩子的錯，希望孩子能明白和安心。



## 「我們會常常把你放在首位」

孩子的長遠福祉應該是父母協商共親職計劃時首要的關注。即使離異後在共同管養孩子方面遇到困難，父母仍會一起合作，務要將孩子的需要放在首位。

## 「我們兩個都愛你」

父母肯定地告訴孩子，雖然離婚會帶來不少轉變，但對他們的愛卻是不會改變的。



## 「我們不會離棄你」

父母離婚後不再一起生活，縱然中斷了婚姻關係，但不要中斷親子關係。



## 「你感到複雜和困擾情緒是很自然的」

當經歷離婚，當事人會感到強烈的傷痛、憂鬱、憤怒、擔憂、失落和恐懼。孩子也一樣，會經歷這些複雜而強烈的感受，甚至有切膚的傷痛，這是很自然的。當父母在這些痛楚上起起落落之時，別忘記留意孩子的需要及感受，嘗試多聆聽及關注他們。



## 「你可以愛爸爸也愛媽媽」

家庭雖然轉變，但不會改變孩子與父母之間的愛。父母應讓孩子無需陷於「忠誠矛盾」之中，即是不會因為對其中一位父母友善而需要對另一位感到內疚，愛其中一位父母不等於背叛另一位；父母應肯定孩子可以自主地去愛兩位父母。



## 「孩子你不孤單，我會陪伴你」

孩子這個時候更需要父母在旁，請繼續陪伴在他們身邊，讓他們知道自己並不孤單，也不會被遺棄。

## 「我們需要一些時間學習適應」

父母需要時間持續學習如何好好合作，將離異對孩子的影響及傷痛盡量減至最低，並保持穩定的聯繫。



## 「我們仍是家人」

雖然父母最終要作出分開的決定，但孩子和父母及其他親友仍是家人和親屬，大家仍然深愛孩子，父母離異後孩子仍然能夠與他們保持聯繫。



取材自《聽聽孩子心底話—離異孩子心底話 第六章P.24-28》

我們希望父母在「親和坊」與孩子有愉快的親子時光，同時希望父母與孩子能一起成長，學習明白孩子的真正需要、親子溝通及相處技巧；並以父母之間如何建立平和及有效的溝通工作為大前提，以扶助子女成長，並為雙方將來能夠自行協調作準備。





## 玩法

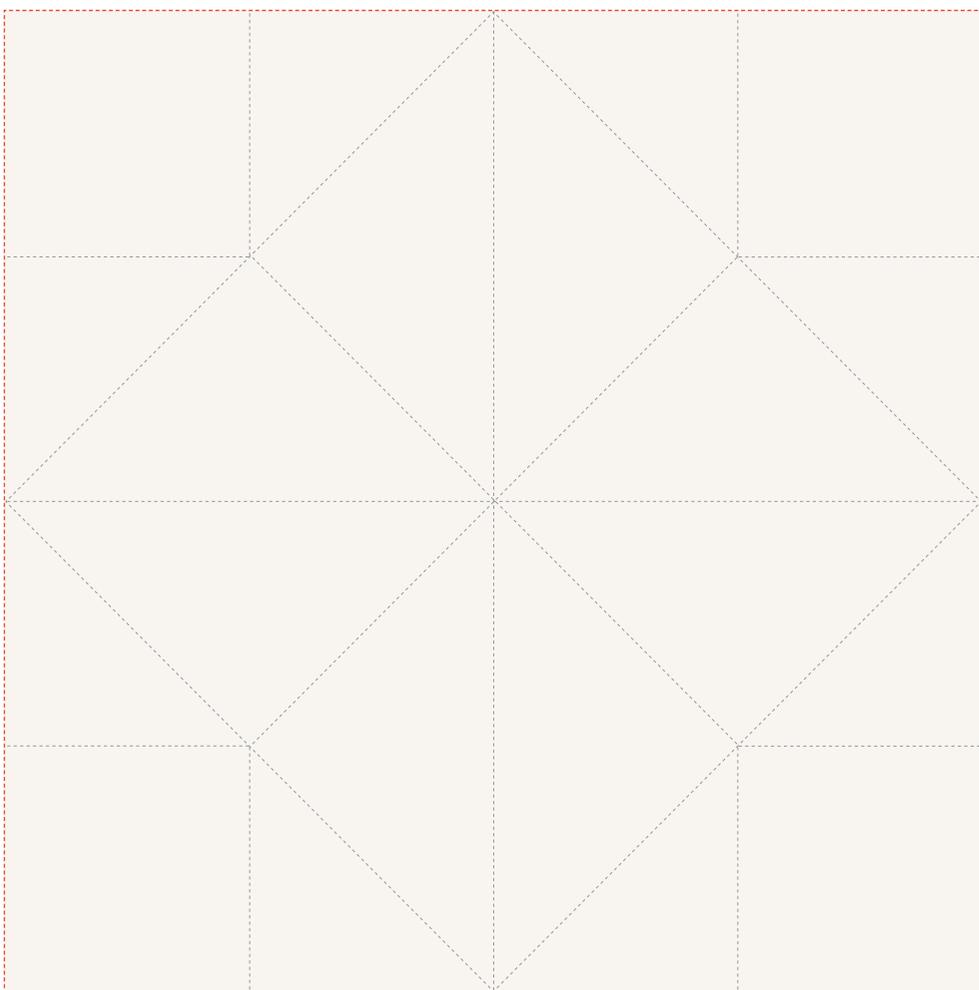


首先準備一張正方形紙，摺出「東南西北」玩盤後，就在外面寫上4個方位，發出指令的玩家就要說出心水方位，

再指出由上下或左右開始打開，

然後說出數字，代表打開次數，例如：東上10下。

接受指令的玩家就要根據相應方位上的字句，執行指令。



## 第九章



# 父母離異 對子女之影響及建議

## 3歲以下嬰幼期



- 需要依附父母/照顧者建立安全感及信任。
- 容易哭鬧、焦慮和不安、黏著大人。

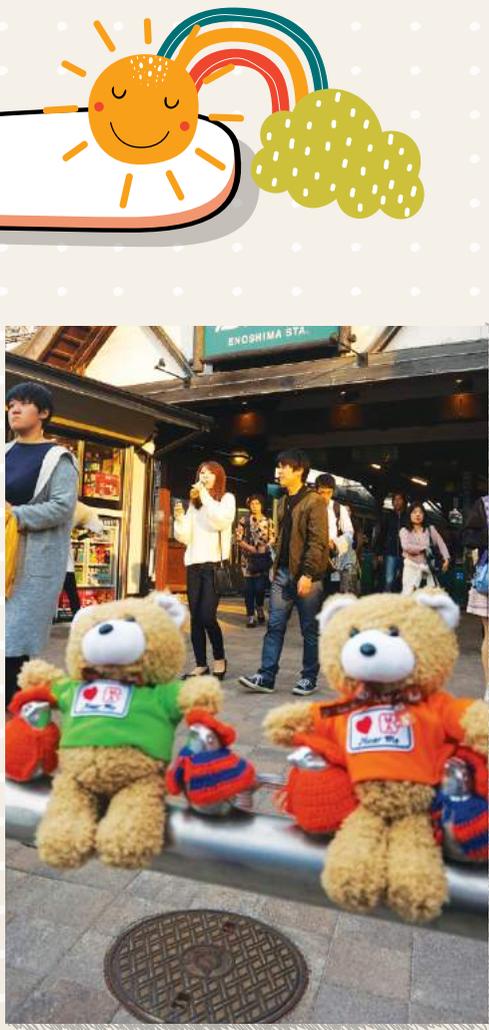
### 建議：

多些擁抱及表達對他的愛，生活作息要有規律。

保持與父母接觸，建立安全的依附關係。



## 3-5歲幼稚園階段



- 對身邊事物充滿好奇，建立自信探索世界。對父母分居或離婚不太明白，但對父母的情緒十分敏銳。
- 長時間擔憂容易出現倒退行為，例如尿床、發惡夢、發脾氣甚至出現攻擊自己或他人的言行。

### 建議：

多些擁抱及表達對他的愛，強調父母分開與他們的表現無關，並保持與非同住家長規律探視。製造機會及鼓勵他們表達感受。

## 6-8歲初小階段

- 學習獨立及建立友儕關係，具同理心及是非觀念。能理解父母離異的原因。但容易將父母的分開歸咎於自己做「錯」。
- 感到被遺棄、情緒困擾及行為改變如哭泣或憤怒、陷入忠誠矛盾中及對父母離異有誤解，同時幻想父母能和好。

### 建議：

多向孩子表達愛，強調父母因相處困難，彼此努力後決定分開，與孩子的表現無關，並保持與非同住家長有規律的探視。透過不同方式，鼓勵及協助他們表達感受。

## 9-12歲高小階段

- 智力、體力及社交能力發展迅速，事理分明及講求解釋。需要了解父母分離的原因
- 會遷怒、抱怨父母拆散家庭，但又掛念非同住一方及幻想父母能復和，掙扎和矛盾使孩子更敏感父母的言行及更易出現情緒波動，影響學習及與人相處。

### 建議：

鼓勵他們表達思想和感受，強調父母因相處困難，彼此努力後決定分開，與孩子的表現無關，並保持與非同住家長有規律的探視。切勿把孩子夾在父母衝突的漩渦中成為夾心人或傳聲筒。



## 12-18歲青少年期

- 學習獨立及確立自我信念和身份，重視朋輩關係而父母的影響力逐漸減弱。
- 感到家庭已破裂，或會出現反叛或退縮、沉鬱的行為。難與人建立信任或過早發展親密關係。

### 建議：

父母須以開放及彼此尊重的態度保持聯繫，進入他們的世界以增加了解。聆聽孩子的感受、意願和想法，與他們一起討論和決定事情。



# 從平衡

# 到攜手



減少直接溝通，  
可用whatsapp或  
電郵等



對於孩子的大小事宜，  
父母也可自如及  
直接地溝通



與孩子的相聚安排  
需要仔細及具體。

直接面見交接孩子

每人負責孩子不同的項目，  
例如：父親負責醫療事宜，  
母親負責教育事宜。

共同商議及彈性地  
討論管教孩子的事



經彼此討論而達致  
共識的內容要  
文字記錄下來

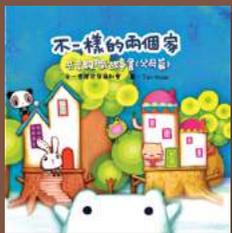
討論的內容  
只需口頭協議，互相信任

平 衡 模 式

合 作 模 式

# 好書推介與網上資源

兒童繪本



### 《不一樣的兩個家》

共享親職故事書(父母篇)  
香港：香港家庭福利會，2016



### 《我有兩個家》

共享親職故事書(孩子篇)  
香港：香港家庭福利會，2016



### 《爸爸媽媽還愛我嗎?》

香港：香港社會服務聯會，2018



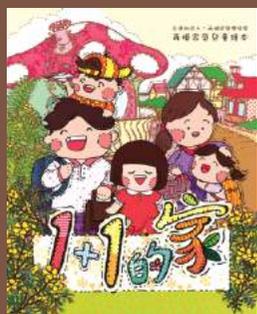
### 《越過幽谷—— 離異家庭自助手冊》

香港：香港公教婚姻輔導會，2011



### 《怎可和諧共處—— 面對家庭衝突的生活智慧》

香港：香港公教婚姻輔導會，2007



### 《1+1的家》

香港：明光社，2018



### 《恐龍離婚記》

(Dinosaurs Divorce)  
王心瑩譯, Brown, L.K. & Brown, M. 著  
台灣：遠流出版公司，2006



### 《好事成雙》

郭恩惠譯, Babette Cole 著  
台灣：格林文化出版社，2007



### 《兒童為本：離異父母共享親職手冊》

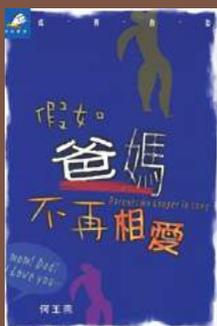
(Cooperative Parenting and Divorce, A Parent Guide to Effective Co-Parenting) by Boyan, S.B., & Termini, A.M.  
Hong Kong: et press, 2015



### 《永遠的父母—— 離婚家庭支援手冊》

香港：明光社，2017

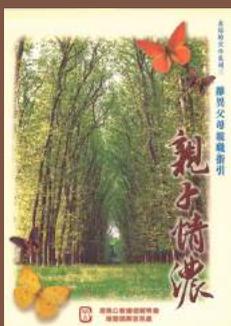
青少年讀物



### 《假如爸媽不再相愛》

何玉燕著  
香港：突破出版社2004

家長讀物



### 《親子情濃：離異父母親職指引》

朱雪嫻、鄭耀榮著  
香港：香港公教婚姻輔導會，2004



### 《聽聽孩子聲：離異孩子心底話》

香港：香港公教婚姻輔導會，2017

家長讀物

網上資源

- 離婚支援網 [divorce.org.hk/](http://divorce.org.hk/)
- 離婚父母網 [coparenting.org.hk/](http://coparenting.org.hk/)
- 永遠的父母：離婚以後，為孩子多走一步 [childrencoparenting.weebly.com/](http://childrencoparenting.weebly.com/)
- 這可怕的離婚創傷後遺症，我是如何治癒的 [kknews.cc/zh-hk/emotion/6pazx33.html](http://kknews.cc/zh-hk/emotion/6pazx33.html)
- 家是選擇題 [www.youtube.com/watch?v=U6uQJR4W0X0](http://www.youtube.com/watch?v=U6uQJR4W0X0)
- 憂鬱小王子---兒童及青少年認識憂鬱情緒網站 [www.depression.edu.hk/b5/home.html](http://www.depression.edu.hk/b5/home.html)
- 親子情緣GPS離異及再婚家庭親職教育計劃 [www.stepfam.org.hk](http://www.stepfam.org.hk)
- 親子情永在 [www.swd.gov.hk/coparenting/](http://www.swd.gov.hk/coparenting/)

# 「親和坊」服務

## 給父母的服務

- 「共享親職」輔導服務
  - 親職協調服務
- 督導聯繫及交接服務
- 「以孩為本」共享親職工作坊及講座
  - 治療性小組及課程
- 同路人互助小組及義工服務

## 給家庭的服務

- 離異家庭親子活動及義工服務

## 給公眾的服務

- 「共享親職」推廣活動
- 為專業人員(社工、教師、律師等)而設的培訓

## 特別項目

- 家事調解服務
- 免費法律諮詢服務

## 給孩子的服務

- 孩子適應輔導及小組

## 參考書目

### 《家事調解實務與技巧》

香港：香港公教婚姻輔導會，2014

### 《兒童為本：離異父母共享親職手冊》

(Cooperative Parenting and Divorce, A Parent Guide to Effective Co-Parenting) by Boyan, S.B., & Termini, A.M. 香港：經濟日報出版社，2015

### 《以和為貴》

香港：香港公教婚姻輔導會，2013

### 《聽聽孩子聲：離異孩子心底話》

香港：香港公教婚姻輔導會，2017

### 《親子聯繫手冊》

香港：香港家庭福利會親籽薈，2018



親和坊共享親職支援中心

# 情緒卡

 香港公教婚姻輔導會  
The Hong Kong Catholic Marriage Advisory Council

親和坊共享親職支援中心

# 情緒卡

 香港公教婚姻輔導會  
The Hong Kong Catholic Marriage Advisory Council

親和坊共享親職支援中心

# 情緒卡

 香港公教婚姻輔導會  
The Hong Kong Catholic Marriage Advisory Council

親和坊共享親職支援中心

# 情緒卡

 香港公教婚姻輔導會  
The Hong Kong Catholic Marriage Advisory Council

親和坊共享親職支援中心

# 情緒卡

 香港公教婚姻輔導會  
The Hong Kong Catholic Marriage Advisory Council

親和坊共享親職支援中心

# 情緒卡

 香港公教婚姻輔導會  
The Hong Kong Catholic Marriage Advisory Council

親和坊共享親職支援中心

# 情緒卡

 香港公教婚姻輔導會  
The Hong Kong Catholic Marriage Advisory Council

親和坊共享親職支援中心

# 情緒卡

 香港公教婚姻輔導會  
The Hong Kong Catholic Marriage Advisory Council

親和坊共享親職支援中心

# 情緒卡

 香港公教婚姻輔導會  
The Hong Kong Catholic Marriage Advisory Council



## 親子連繫 帶給孩子關懷 和諧溝通 帶給孩子安穩

### 辦事處地址及聯絡方法

#### 親和坊共享親職支援中心 (港島)

地址： 香港灣仔軒尼詩道395-399號  
東區商業大廈7樓A室

查詢電話： 2170 1788

傳真號碼： 2429 6719

電郵： kidfirsthk@cmac.org.hk



#### 親和坊共享親職支援中心 (九龍東)

地址： 九龍九龍灣宏開道16號  
德福大廈10樓1010室

查詢電話： 2170 4700

傳真號碼： 2421 3931

電郵： kidfirstke@cmac.org.hk



顧問  
策劃及編輯委員會  
攝影  
美術設計  
編著及出版

地址

電話

傳真

網頁

電郵

承印

出版日期

編印數量

趙崔婉芬  
黃潔明 余玉君 羅玉麗 黃海珊  
Kenny Au  
HOAL Production  
香港公教婚姻輔導會  
親和坊共享親職支援中心 (九龍東)  
九龍九龍灣宏開道16號德福大廈  
10樓1010室

2170 4700

2421 3931

www.cmac.org.hk

kidfirstke@cmac.org.hk

HOAL Production

2020年4月

1,000本

版權所有 不得翻印

 香港公教婚姻輔導會  
The Hong Kong Catholic Marriage Advisory Council

親和坊 共享親職  
支援中心  
KIÖ First Specialised Co-parenting  
Support Centre

