

香港賽馬會社區資助計劃

# 生之喜悅

## 家庭探訪計劃



### 目錄

序(一).....	2
序(二).....	3
防止虐待兒童會簡介 .....	4
「生之喜悅」家庭探訪計劃簡介 .....	4
主題分享：有效夫婦溝通之道 .....	5
保護兒童資訊 .....	6
參加「生之喜悅」計劃後感(2008年第一個參與家庭分享) .....	6
為何持續作探訪義工(義工心聲) .....	7
記憶中尋回那份喜悅(新義工心聲) .....	7
育兒小錦囊 .....	8
活動花絮及相片.....	8

**查詢：**  
**2450 2244**

地址：屯門安定邨定祥樓407-409室

傳真：2457 3782

電郵：aca2@aca.org.hk

網頁：http://www.aca.org.hk



# 序 (一)

人受不同的先天和後天的因素所影響，在不同的環境和心態下生活。有些人祇顧自己，碰到大小問題，祇會怨天尤人。遇到困難的時候，會推卸或逃避責任，以消極或暴力發洩，甚至傷害身邊的人，以為可以解決問題。有些人卻積極面對，不但事事先求諸己，以進取的態度生活，甚至願意為其他人付出和犧牲！

人的基因及腦部發展對人的思想、行為、情緒和人際关系的影響，有待科學家繼續努力鑽研。但如何建立公平、民主、和平、無暴力的家庭和社會，是官、商，民能力範圍內的當前急務。

防止虐待兒童會邁進三十年，以預防和治療、倡議和服務並重，鼓勵政府帶動和全民參與。在過往目睹太多生命的慘劇、袖手旁觀和來得太遲的幫助。故此推動關懷社會的婦女及家庭參與，把本會對兒童權利共同的信念傳播，以家庭探訪懷孕的夫婦，把尊重人權的訊息、無暴力而積極有效的方法帶進社區，希望能實踐『生之喜悅』！

本會特此感謝香港賽馬會慈善信託基金多年的資助，而於一九九七年起，使這『生之喜悅』計劃得以開展的公益金，功不可沒！我們亦必須向數以百計的，默默耕耘的志願工作者致敬。她們的關懷的行動，使參與的新生家庭不再孤單，慢慢從隱蔽中走出來，有些家庭更擔當探訪的工作，成為別人的祝福。

政府的兒童及家庭的先導計劃，如果改善資源和概念，不但找出某些高危的組群，而更進一步，以預防與治療並重、家庭探訪、社區教育和輔導互相配合的話，可借助專業人士及社會人士的參與，把理念傳遞給每個家庭，長遠地建立優質的家庭及落實公民教育。

雷張慎佳  
防止虐待兒童會總幹事  
二零零八年十二月三十一日



## 序 (二)

一幀幀歡愉和諧的家庭照片，一張張精靈可愛的BB相片，帶出每個家庭新的一頁，無論初生嬰兒是男是女，健康或傷患，都會牽動父母的情志，願意日以繼夜悉心照顧，縱使「衣帶漸寬終不悔」，盼望這生命來臨而讓家庭帶來喜悅。

生命是一樣很奇妙的東西，她的來臨會為家庭帶來完滿和充實，但亦會帶來挑戰和危機，因此，一項適切的服務提供可讓家長舒緩焦慮和壓力，亦讓新生嬰兒能在和諧無暴力的環境健康成長，本會「生之喜悅」家庭探訪計劃便是在這個理念下推展。在過去十二年，此計劃為約三百個新生嬰兒家庭提供義工探訪服務、家長教育及專業支援服務。這數百個家庭帶來數百個故事，有BB健康愉快成長、有BB身體因頑疾而飽受煎熬、亦有令母親患產後抑鬱、父母婚姻出現破裂等等。「生之喜悅」計劃社工和義工會與這些家庭一起分享喜憂，協助父母解決家庭問題，讓「生」的來臨令家庭得以「喜悅」。新的「生之喜悅」家庭探訪計劃已經開展，盼望亦能夠在家庭和義工積極參與下，為奇妙的生命帶來喜悅。

黃榮德

防止虐待兒童會

屯門中心協調主任

二零零八年十二月三十一日





# 防止虐待兒童會簡介

本會成立於1979年。是香港唯一專門提供保護兒童服務的非政府機構，致力消除各種虐待兒童事件。本會服務包括熱線電話、個案輔導及治療、小組工作、家長教育、專業培訓等。

**使命** 為促進兒童全面成長及發展，拓展關懷及無暴力的環境。

**信念** 每個兒童都是寶貴和平等，不論他們是甚麼種族和膚色、居於何處、信奉任何宗教，他們都應享有生存、受保護、發展及參與的權利。

**展望** 成為東南亞具公信力的非政府機構之一，為保護兒童服務樹立高質素的專業標準，並落實兒童權利。

## 目標及宗旨

1. 致力消除香港各種形式虐待兒童及疏忽照顧兒童事件。
2. 建立、維持及支援專業服務，以幫助受虐待或被疏忽照顧的兒童。
3. 提高香港公眾人士對於防止虐待兒童問題的認識。
4. 進行各種合理及合法活動，以期達致上述目標。

## 「生之喜悅」

### 家庭探訪計劃簡介

#### 目的

- 1、讓懷孕婦女或剛誕下嬰兒的家庭得到義工的定期家訪及關懷，減少焦慮和壓力。
- 2、強化受訪家庭產前產後護理常識的掌握。
- 3、增加受訪家庭對社區內資源的了解及使用。
- 4、培養受訪家庭正面、積極、非暴力和有效的教養方法。

#### 服務內容

義工家庭探訪及電話聯絡	資源閣（教材外借服務）
受訪家庭與義工分享會	愛心「知」源
家庭通訊	（嬰兒用品轉贈服務）
專業輔導	好爸媽教育講座
專業支援服務	

#### 服務對象

- 1、懷孕超過廿四週的家庭
- 2、產後四星期內的家庭。
- 3、如家庭有經濟、情緒、婚姻等問題，會作個別考慮。
- 4、居於屯門、元朗及天水圍區。





## 主題分享：有效夫婦溝通之道



一直以來，夫婦溝通都是一門深奧的學問，雙方來自不同的家庭背景和文化，童年成長經歷亦會影響他們對婚姻家庭的期望，加上女性長於表達而男性長於思考的本質，當大家一起生活時，便會產生很多預期以外的衝突。例如生活細節，如擠牙膏的方法、在家是否穿拖鞋等；又或對配偶的期望，如妻子希望丈夫多加遷就、少出外應酬，丈夫亦希望妻子減少消費，給予自由空間等。以上種種，都會做成摩擦，如處理不當，輕則傷害感情，重則離婚收場。要正面處理生活摩擦和增進有效夫婦溝通，需要學習一些技巧和方法。首先，夫婦之間需要培養傾心事的習慣，要坦誠溝通，認識配偶的家庭文化背景，童年經歷和對婚姻的期望。當彼此在討論生活摩擦或家庭問題時，多考慮配偶的過去，用正面的態度去表達意見，用心聆聽對方的心聲，這樣，問題的嚴重性亦會減低。

其次，夫婦溝通既可用語言表達，亦可用非語言傳遞訊息，輕觸或牽著配偶的手亦可減輕對方的防衛機能或敵意，亦需懂得切勿「翻舊賬」，適當時間要冷靜自己情緒和停止爭辯，如暫時離開現場，喝冰水或沐浴等。最後，要學懂吵架的藝術，勿說侮辱或傷害配偶的說話，在討論問題之餘，亦要關心感受，爭辯時要簡潔，具體和到題，事後亦要做修補關係。

夫婦溝通是家庭內持續的功課，正面有效的溝通可以幫助夫婦建立一個基礎穩固的生活環境，為迎接新生命作好準備，因為新生命的來臨對家庭會帶來很大的衝擊，如夫婦已有良好溝通和關係親密，可讓小寶寶在一個安穩和無暴力的環境下健康成長。家庭既可成為一個避風塘，亦成為一個戰場，就由夫婦作出一個聰明的抉擇。

黃榮德  
防止虐待兒童會  
屯門中心協調主任  
二零零八年十二月三十一日





(節錄自防止虐待兒童會於蘋果日報社會服務版「護兒成長」專欄)

## 迎接新生命 媽媽有辦法

有家長問：小兒剛出生，是我的頭一胎，丈夫工作忙碌，又無人可以幫助我，令我感到十分徬徨。

防止虐待兒童會答：第一胎的來臨無疑令媽媽滿心歡喜，但生產後除有可能遇到身心的不適外，亦要照顧初生嬰兒的各項需要，實在勞心勞力。一旦缺乏支援會更感徬徨無助，我們建議媽媽迎接新生命時可以：

- (一) 與丈夫坦誠相處，清楚表達自己的感受和想法，加強雙方了解，學習包容、互相尊重和理性解決問題；
- (二) 保持心境開朗，爭取時間休息，可避免患上產後抑鬱；
- (三) 與丈夫的家人建立良好的關係，促進了解及加強支援；
- (四) 擴闊自己的生活圈子，認識多些朋友，如遇到困難可向朋友傾訴，解開心中的疑慮；
- (五) 主動參加社會服務機構的活動和支援小組，與其他父母互相分享經驗和心得；
- (六) 如情緒上、夫妻間或育兒上遇到困難，應及早尋求專業人士的協助。

新生命為家庭帶來無限的歡樂和希望，相信媽媽如能得到良好的支援，定能協助孩子健康快樂地成長，以及建立和諧幸福的家庭。

## 參加「生之喜悅」家庭探訪計劃有感

(曾子霞、羅鎮傑)

我很高興成為了2008年“生之喜悅”家庭探訪計劃的第一個參加者。

我是從何知悉這機構？就是在參加屯門醫院產前講座里，取得宣傳單張，知道此計劃是為有需要的準父母提供義工探訪及相關的支援服務。因為第一次做人媽媽，我都怕自己會有情緒病，朋友又不多，希望有幫助，所以參加了“生之喜悅”家庭探訪計劃。

參加之後，義工朋友瑞燕和嘉燕時常都會來探望我，使到我覺得很溫暖，也給了我很多育嬰的意見，特別是在餵哺母乳方面，因為初時奶水不夠，總是要補奶粉，他們就建議我要多餵，結果就可能全面使用母乳了，現時小孩十分健康。另外，想起她們親手辨識了一對襪仔給我小孩，當時為準父母的我們，都未想過這樣做，真的很感動，非常感謝她們。



### 牛年快到，我準備了...

農曆新年就來啦，當然今年是最特別的一年，因為家庭裏多了位新成員，雖然開支是比以前大，但在新年BB也可以搵多點利是，哈~再辛苦也要把他好好養大，我們想買件唐裝衫給BB，拜年時穿，一定好特別。



## 為何持續作探訪義工？

回想大女就讀小學時，她讀書的成績達不到我的要求，又常被老師投訴，使我感到困擾和不安，就以打罵方式來教導她，可是打罵並不奏效，反而令問題日漸嚴重，不但傷害母女感情，更使我身體出現問題，在徬徨無助之際，得到一位朋友介紹而認識到防止虐待兒童會，加入ACA後，學到很多教導小朋友的優質方法，我與女兒之間的矛盾得以解決，不再為教她而煩惱，並偶然在一次機會下參加了「生之喜悅」家庭探訪計劃。

第一次接受配對安排時，我都抱著戰戰兢兢的心情，一來怕自己不善辭令，無法與人溝通，二來不知能否與拍擋合得來，到探訪當天我才知道拍擋原來是與我同住一座大廈，而每天都見面，但不相識，真是有趣啊，幸好我們都合作愉快，同時被訪家庭他們都非常友善，每次探訪都得到熱誠招待，尤如一家人，談笑甚歡，當BB出世後，我都很開心，就像自己BB出世一般，不經不覺一年探訪期很快便過去，透過探訪我們互相了解，互相信任，分擔喜與憂，建立深厚感情，到最後探訪的一天，真有點兒捨不得，時間飛逝，被我探訪的初生嬰兒，已經讀書了。

新一期家庭探訪計劃又開始了，有著上次的經驗，我帶著輕鬆心情再次參加，雖然要付出時間和精神，但能學到一些與人溝通的技巧，專業知識，更重要是使我生活豐盛起來，不再是個平凡的媽媽。

探訪義工歐秀芳



## 記憶中尋回那份喜悅

這不是昨天或去年的事，我要好好的從回憶中找回那份喜悅和累得要死的片段！

誕下第一個孩子時，覺得幸福，心情也輕鬆，第二胎是對孖生女兒，那一切來得不一樣了，她倆的樣子真是難已分辨，像洋娃娃，很可愛，家人都很雀躍，本來寧靜的家熱鬧起來，舅父們擁著猜誰是孖大、孖細，哥哥老是嚷著要抱妹妹，母親和我分工合作，原先已準備好…如奶樽貼上名字，衣服分顏色，餵奶的時間表等，唉，日間還可以，到了午夜，哭聲始起彼落，奶已吃過，尿片也換了，還是哭著，只好與媽媽一人抱一個直到天明，週而復始，到了第十天，奶樽已不分名字，「正確是忙得難分難解」亂得那管它呢！天呀，「我只希望能好好睡一覺。」

有天，爸爸去完兒子學校見家長，回來說：「团团投訴爸、媽只錫妹妹，又不給他講故事，很不開心。」噢，孩子永遠會找到你「不公平」的理由。「仔仔，對不起！爸媽令你過了六個月沒故事的童年。」

女兒快一歲了，兩部學行車在廳中飛馳，家裏回復孩子們的歡笑聲，有孩子就有歡笑，所以母親們願意任勞任怨。

就是這樣三十年前的喜悅、歡樂，驅使自己初次參加成為「生之喜悅」家庭探訪計劃的義工，與初為人母的每一位，盼同歡同樂，望同步同行。

探訪義工黃惠芬



# 育兒小錦囊 – 尿布疹 (Diaper Rash)

## 成因：

因尿液及排泄物刺激皮膚而引起。

## 徵狀：

- 起初為紅斑，接著便出現細小突起的紅疹。
- 多出現於穿著尿片／布的範圍，例如：外陰、會陰、臀部、下腹部及大腿上部等。

## 預防及護理：

- 勤加換片，保持嬰兒的臀部清潔及乾爽。
- 換片時，先用暖水清洗臀部，需要時可用肥皂／沐浴液洗淨黏著臀部的排泄物。盡量避免使用濕紙巾，以減少對嬰兒皮膚的刺激。
- 讓嬰兒臀部暴露於空氣中，待皮膚乾爽後，才穿回尿片／布。家長亦可替嬰兒塗上一層薄薄的潤膚膏，阻隔排泄物接觸皮膚。若皮膚有輕微紅損，於每次換片後，可使用具有阻隔作用的藥膏，如一氧化鋅膏 (zinc oxide ointment) 形成一層保護膜。
- 切勿使用爽身粉，因爽身粉與尿液或汗水混合後會阻塞毛孔，令尿布疹惡化。
- 若情況未有改善或嚴重，便應請教醫生。



(參自香港特別行政區政府 衛生署網站 家庭健康服務 - 常見嬰兒皮膚問題  
[http://www.fhs.gov.hk/tc\\_chi/health\\_info/class\\_topic/ct\\_child\\_health/ch\\_newborn\\_nb4.html](http://www.fhs.gov.hk/tc_chi/health_info/class_topic/ct_child_health/ch_newborn_nb4.html))

## 活動花絮

### 牽手育兒樂

本計劃已於2008年12月28日在屯門嶺南大學學生會堂舉辦「牽手育兒樂」家庭分享會，目的是讓懷孕或新生嬰兒家庭建立互助網絡。是次活動本會有幸邀請到香港家庭及事業發展服務訓練總監司徒漢明先生為演講嘉賓，題目為「認識夫婦溝通對新生嬰兒成長的重要性」。在講座、小組討論及聚餐中，增進大家彼此認識，一齊拍攝家庭照片，十分開心呀！



編輯：王玉珊、沈宏樂(社工)  
文書：鄒美蓮  
排版及打稿：蔡妙芬、鄭惠玲  
校對及印刷：歐秀芳  
聯絡：王玉珊