

新領域月刊



今期主題:九型人格·新領域

專業團隊

註冊教育心理學家
彭智華先生

美國核准NLP導師
蘇淑貞女士

註冊職業治療師
王逸智先生

言語治療師
王秋綿小姐

認可臙髒骨治療師
鄧海華小姐

大腦功能檢測總分析師
曾慧敏小姐

註冊健腦操顧問
周慕貞小姐



歡度20周年

新領域潛能發展中心

NEW HORIZONS Development Centre

性格可塑?

性情有遺傳，
影響未知數；
格局未定型，
可塑空間大；
變數因際遇，
日後成大器！



今期推介：

性格的風險 - 彭智華

找出「原廠」配備 - 曾慧敏

毒癮到戲癮 - 陳凌軒

我懷孕了，運動能如何幫助我呢 - 鄧海華

WHAT'S HOT!

健康之道·一切從水開始

談論為何水對於人體非常重要，相信大家總能列舉一些理由。然而，看似清澈的水就等於是「好」的水、「純」的水嗎？環境污染對於我們每天喝的水質，會帶來甚麼影響？如何才能喝到對身體有益的水？是次講座將與大家詳細分享如何通過水改變本質，改善體質。講者更會以電解還原水進行示範，讓參加者體會水質對身體的影響。

免費講座

日期：11月6日(星期三)

時間：晚上7:30至9:00

地點：中心課室

備註：費用全免，歡迎致電2499 0896留位



培訓經理 羅俊璋

週年晚宴完滿結束，感謝各界到賀見證中心的成果分享。而在週年誌慶過後，我們便積極投入工作，為未來作好準備。中心有幸獲教育局訓育及輔導組之邀請，於10月中旬舉行兩場有關處理學生的情緒行為問題學生的講座，詳情如下：

首場講座

題目：處理中學生的情緒行為問題
日期：2013年10月15日
時間：14:15至17:15
主講：註冊教育心理學家 彭智華
地點：香港中央圖書館演講廳

次場講座

題目：處理小學生的情緒行為問題
日期：2013年10月17日
時間：14:15至17:15
主講：註冊教育心理學家 彭智華
地點：九龍塘教育服務中心西座4/F演講廳

詳情可瀏覽教育局訓育及輔導組網站

成人輔導服務

服務簡介

此輔導服務是透過輔導學碩士實習學生細心聆聽個案的需要，藉著不同的輔導方法，及運用有效的語言溝通模式協助有需要人士尋找內在資源，令他們能積極面對無論個人、家庭或社會所帶來的困擾或挑戰。

輔導目標

1. 認識自我，探索內在資源，啟動個人潛力面對各種挑戰
2. 調整正面、積極思維模式，找尋最適合自己需要的生活態度或人生方向
3. 促進內心調和，建立個人與其他社群的正面溝通模式

服務詳情

本輔導服務適合16歲或以上。一般輔導形式以個別輔導為主，會因應個案的實際需要訂立輔導目標
- 每節輔導時間為1小時(60分鐘)
- 輔導服務不收費用，但會收取\$100行政費

*本中心另設有由註冊教育心理學家及專業輔導員提供的專業心理輔導，歡迎致電查詢

性格的風險

試想想你和你最親近的伴侶、最相熟的朋友，你們合得來是因為性格一模一樣嗎？正所謂「一樣米養百樣人」，遇上擁有和自己性格一樣的人，機會微乎其微。只因經過時間的洗禮，才得以互相取長補短，磨合成為完美的性格組合。

你心中理想的性格是怎樣的？相信每個人的答案都不盡相同。其實性格並沒有好壞之分，例如：有人認為積極進取的性格能鞭策自己，爭取邁向成功的機會，但有人卻認為這種性格會造成緊張的心態、增添壓力。性格的好與壞對於擔當不同社會責任、不同家庭角色的人也有不一樣的定義。每種人格也有自己的長短處，透過與人平日的接觸相處，點滴累積與人溝通的經驗，逐漸掌握能把長處充分發揮的機會和場合，並加以改善缺點，便算是擁有健康的性格。

性格有兩個重要的指標：第一是「樂觀-悲觀」，第二是「外向-內向」。根據這兩個指標，性格可分為四個組合：

- 「樂觀-外向」
- 「樂觀-內向」
- 「悲觀-外向」
- 「悲觀-內向」



擁有「樂觀-外向」這性格組合的人，最容易及適合在這充斥著壓力的社會快樂地生存，因為「天塌不驚」的心境，令他們在遇到困難時能樂天面對。而且他們愛參與社交活動、結交朋友，亦習慣主動找人傾訴及尋求協助，故就算心中有鬱悶，亦能迅速掃除。擁有「樂觀-內向」這性格組合的人，雖然朋友不多，亦不大愛參與社交活動，但樂觀的心境也能讓他們自得其樂，不會對自己或別人造成問題。

至於擁有「悲觀-外向」這性格組合的人，雖然思想較負面，有時甚至會「杞人憂天」，這種時常憂慮的特質或許會令他們喪失不少成功機會，但他們傾向找朋友傾訴及幫助，故悲觀的性格也不會造成太大困擾。最後一種性格組合是「悲觀-內向」，這類人的思想負面、愛鑽牛角尖，又大多不願意向外界求助，就像「生病卻不願看醫生」的病人。

作為擁有這類「悲觀-內向」性格的人的朋友或親人，不是要求他們改變自己，而是協助他們的擴闊性格，並用行動感染他們。首先可嘗試擴闊他們的社交圈子，例如鼓勵他們增加與家人的溝通，再慢慢延伸到與朋友、同事的溝通。此外，亦要協助他們擴闊活動範圍，從家中，慢慢轉移到樓下、以至社區其他地方。第二，盡量增添他們的成功經驗，例如短暫性地降低對他們的要求，更好的是協助他們找出強項，並加以訓練。

要求別人改變自己的性格，可說是比登天還難。「江山易改，本性難移」這句話應道出了不少人的心聲。而且，若盲目改變自己的性格來迎合別人，久而久之便會迷失自我。

彭智華(彭Sir)
註冊教育心理學家

新領域潛能發展中心創辦人
香港大學輔導碩士課程實習工作坊導師
香港小學學生輔導專業人員協會榮譽顧問
香港幼兒教育人員協會榮譽顧問



相反，每個人應以自己的性格為主軸，同時設身處地用對方的性格思考，嘗試了解對方的行為。性格本無好壞之分，這樣既能減少衝突，亦能擴闊自身的性格，性格漸漸得以成長，變得成熟。

彭Sir會客室

家長諮詢會議

彭Sir與家長面對面，一同診斷及分析子女的學習或情緒行為的成因及處理方法。參加者亦可以互相交流心得，互相扶持。



Nov 20 09:30-11:00	Dec 17 19:00-20:30	Jan 16 09:30-11:00
--	--	--

對象：家長、老師或有興趣人士
名額：4-8人(額滿即止)
費用：\$200(會員價) \$300(非會員價)
*已參與個案輔導之家長可免費參與

找出「原廠」配備 - 關於皮紋檢測

皮紋檢測中，我們可通過指紋了解大腦功能的配置與協調；手掌上的膚紋（魚際、atd角度等）讓我們窺見個案之大腦與身體的溝通速度與特色；腳掌膚紋則反映個案的體質。三者的相互連結，若以電腦比喻，則猶如指紋是軟件、掌紋是接駁的線路、腳掌膚紋顯示電力供應。三者的交叉判讀，讓我們知道這台電腦（人腦）的性能與特質。

於是，我們從中可以看見擁有讓人驚艷的才華，也會遇上讓人看之心疼的個案。指紋有如種子，皮紋檢測是「植物圖鑑暨栽種說明書」，讓我們懂得辨別這顆種子的特性，明白讓他們茁壯成長的關鍵，明白該如何運用這可貴的先天資源。能與父母分享，講解他們子女的特性，讓父母除了想愛孩子，也能懂得如何愛孩子，這是皮紋檢測的美好之處。

如果這顆種子屬於罕見品種呢？紋怪人必怪，卻未必不可愛。由於特殊紋型或特殊指紋組合的出現，預示大腦的連結成功需要較長的時間與較多的空間，「種子」的成長路存有更多的變數與挑戰。當這株植物的園丁可不容易，皮紋檢測卻是讓父母可以及早準備，適時提供孩子需要的資源與支援。

於是，我們發現，指紋是生命賦予我們的第一層過濾網，我們獨特的大腦配組讓我們以自己的方式看世界；父母則是孩子生命中的第二層濾鏡，與孩子本來的特質構成不同的影響、變化。如果兩者是一致的，則強者越強（同理，也可能弱者越弱）。若父母知道孩子的特質，且作出相應調整、互補，則為孩子所能看見的世界添加平衡的可能。但是，如果家長未能理解孩子的特質、或即使知道卻基於不同的原因、限制，而選擇將個人喜惡加諸於孩子，則不難想像，將會改變甚或扭曲孩子經驗的世界。

曾慧敏
中心服務總監
皮紋檢測總分析師
手診心理學證書課程導師



戒毒癮，染戲癮

陳凌軒
註冊戲劇治療師



女生們在房間裡嘖嘖喳喳，我進去的時候，有些人抬頭打量了我一眼，然後兀自回到她們的對話中。這些女孩曾經被毒品纏繞，如今下了決心要脫離它們。

在簡單的介紹後，我們便開始大量的身體活動。天馬行空的角色扮演，讓她們發揮無限的想像力與創意，小小的房間充斥著她們的大叫與大笑。那一節完結後，她們說：「我們正需要這個大笑、大叫、大跑的空間。」

在戒毒中心裡，有很多框架幫助她們遠離毒品。但在框架之內，如何能做到伸展自己的身與心，令身心靈不會只有不斷被動地接收外在的資訊，也能聽聽內在的聲音？

毒品切斷身體的感受。而戲劇正正能幫助她們重新發現自己的身體、聆聽身體的聲音。過去，她們的身心靈可能有很多不好的經歷，在戲劇使用身體的過程中，我們嘗試重建身體的正面感受，以減少使用毒品來麻木自己的需要。

毒者對演戲絕不陌生，她們隨口便可以說出多少個為了吸毒，而要演上一段戲的往事。用戲劇來跟她們溝通，似乎最接近她們的語言。因為我接納你的扮演，你反而更不需要扮演。在戲劇角色的保護下，一個人變得更容易表達自己的所思所想、所感所受。於是平常說不出的真正感受，

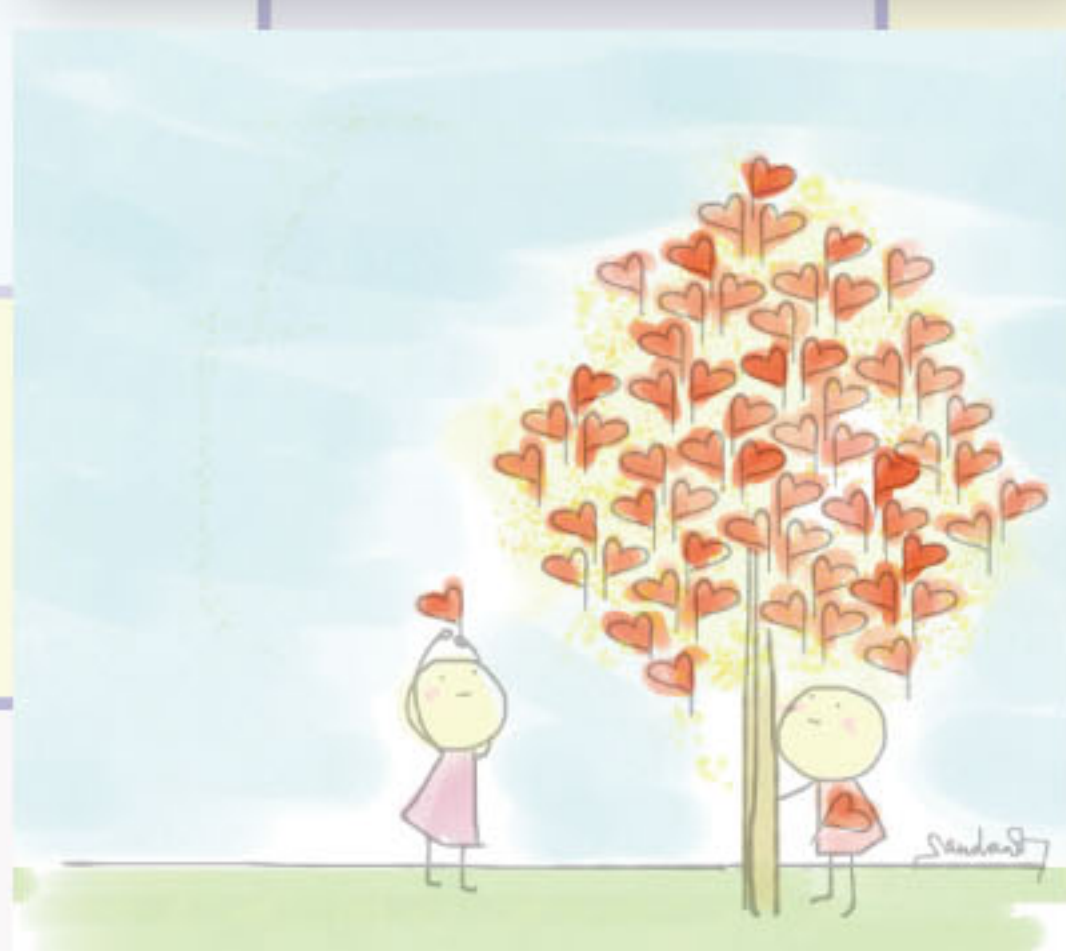


插圖 曾慧敏

或是一直說自己已經準備好戒毒的女生，在戲劇的照妖鏡下，都無所遁形——有人表達了無助與沮喪、有人坦誠未準備好、有人訴說吸毒全因無法接受現實生活的各種難過、有人知道自己對友人的誘惑總是難以拒絕……

在要勸喻吸毒者戒毒之前，首先要明白她們，讓她們覺得自己被了解、被愛。否則因為孤單而染上毒癮的她們，如何覺得自己不再需要以毒品來換取溫熱與關懷？

我容許她們做自己，接納她們脆弱的部份，讓她們也能支持自己柔弱的部份。

對戒毒者而言，治療，尤其是戲劇治療，最大的重點是讓她們發現——除了毒品，還有別的方法可以找到樂子；沒有毒品，她也可以得到真摯的關係。

好幾個女生問我，在哪裡可以繼續戲劇活動。虛構的戲劇，反而可以給人真實感。如果染上戲癮可以令她們戒掉毒癮，說不定也是一個不錯的替代品。

聖誕黃埔軍校冬令營

超越軍訓 邁向大我

12月(初班)

12月初班：24-28/12/2013(星期二至六)

親子營：28/12/2013(星期六)

營前簡介會：21/12/2013(星期六)
14:00-16:00本中心

費用：\$1,600(初班)
\$160(親子營)

12月(中班)

12月中班：24-28/12/2013(星期二至六)

親子營：28/12/2013(星期六)

營前簡介會：21/12/2013(星期六)
14:00-16:00本中心

費用：\$1,900(中班)
\$160(親子營)

收費已包括：

- 活動設計(註冊教育心理學家彭智華先生統籌)
- 隨行香港輔導員、導師及國內軍校教官(導師與學員比例為1:8-12)
- 營內食宿、集合至營地交通接送
- 營內活動費(彩彈野戰對抗十發)
- 配送一套價值\$100的迷彩軍服
- 每人國內段十萬元團體保險
- 結業證書
- 旅遊業議會0.15%旅遊保障

二人同行回贈優惠
每人可減 \$100

進一步詳情，請致電本中心查詢

第一天

前往軍校
換上迷彩軍服
開營儀式



第二天

學習軍隊發展史
軍體拳、佇列訓練
百米障礙賽



第三天

軍體拳
坐坦克車、大炮操作
觀看軍事錄影片



第四天

野外行軍
彩彈對抗
聯歡晚會



第五天

結營儀式
頒發證書
離開軍校



新領域20周年晚會



更多相片在中心Facebook

www.facebook.com/nhdchk



溝通達人

課程服務統籌 冼家瑩

人與人相處的確是一門高深的學問，無論在學校、家庭或社會中，我們隨時都需要面對不同類型的人。在這個充滿電子科技的世界中，人與人之間缺乏了正面互動及相處磨合的機會，因而造成很多不愉快的時刻。例如在家庭及工作中，我們很容易因不了解對方的性格和特質，而運用了錯誤的溝通方法，導致產生不必要的爭執、矛盾。

九型人格能讓我們了解自己的性格，看清楚自己的優點和缺點。然而，是否買一本有關九型人格的天書，熟讀每個型號的特與，便可以成為「溝通達人」？其實坊間的九型人格書籍大部分只是流於理論的藍本，事實上未必能具體判斷其人格是甚麼型號，特別是某些型號擁有着相似的特質。

因此，本中心開拓了成人及中學生的九型人格課程，提供一個讓學員可清楚了解自己性格特質的平台。在導師的指導下，學員可以從自己的家庭背景及人生閱歷中，解構其型號之形成。在課堂中，學員亦可學習與其他不同型號的學員相處，互相引證其型號的特質及互動地學習人際溝通技巧。

近年社會愈來愈多因家長與子女缺乏了解而產生的悲劇，教育心理學家認為家長有必要了解其子女的個性來選擇合適的教育方法。畢竟現今社會已不同從前，壓力亦比以前多。於七、八十年代，機會處處，小學畢業便可當消防員；略懂英語更能在外資機構謀得一官半職，前途無量。但現代社會對教育的要求極高，大學畢業只是找工作的入場券。而且，大學畢業生也未必一定能找到高薪厚職，造成學歷與期望有極大落差的情況。在這個充滿壓力的世代，家長有必要了解子女的個性，提供合適的教育和支持，以強化子女面對逆境的心態。



九型人格新領域

(入門篇)

課程特色

學習九型人格有助了解自己、發揮所長，而了解他人的好處更不用多講，正所謂「知己知彼、百戰百勝」。

不論管理員工或與同事合作，做起事來必然無往不利；父母若了解九型人格，並以接納的態度與子女相處，親子關係定會更和諧；夫妻之間若了解九型人格，輔以更包容的態度相處，幸福婚姻亦得以建立。



課程內容

第一講 性格分類、基本概念、性格特徵、自我測試

第二講 深化認識、自我表白、確認檢討、實習觀察

第三講 九型人格發展、健康與不健康、發展十號型格

第四講 改善工作環境、增進感情生活、親子關係、探索未來路向、全面反思



詳情請參閱單張，如有查詢，歡迎致電中心或電郵至 cs@nhdchk.com



虛寶

培訓經理 羅俊璋

最近有次與同事到便利店消費後，店員邀請我們按一按特設鍵盤進行兩次抽獎。之後我們便不以為然的按了一下，跟著一把機械聲音從儀器中傳出：

「對不起，沒抽中獎。」

雖然本來就沒有甚麼期望，但是卻感到有點不是味兒。於是我們便隨即於鍵盤按多一下，接著意想不到的事就在這刻發生：

「恭喜！你抽中了千年靈魂石1粒。」

然後手中便接過一張發票，單內印有兌換虛寶的方法。坦白說，中了虛寶，感覺有點奇怪複雜，望著眼前的發票，不知是否應該感到歡喜，還是應該感到空歡喜...

有時我會想，如果可以我們選擇，我們會希望得到的是... 回想我們以往能選擇的，相對孩子現在能選擇的，截然不同。

當然，無論你的選擇是實物原大的，抑或是那無限放大的，都應被他人所尊重，但是，當虛擬與真實的差異那麼大，付出與回報的比例多麼遠，孩子們還如何能判斷實際生活的準則好讓自己能在這個世界中活下去。

要為自己的現實生活作抉擇，那該是孩子的責任；而為孩子的成長經歷花心思，則該是我們的義務。或許，仍能透過耕耘換取收穫是一件多麼美好的事。



日營

金錢運用識管理
問路認路了不起
學習自己執行李
個人整齊又企理

宿營

動動手，自己煮晚餐
齊合作，收拾好房間
多體諒，溝通好簡單
常變通，逆境不太難

詳情請參閱單張，如有查詢，歡迎致電中心或電郵至 cs@nhdchk.com



人格可評估？

評估服務統籌 趙之蘭

究竟性格是先天遺傳的還是後天栽培的？是由潛意識主宰，還是道德觀念領導？有很多不同的理論如精神動力學、五大性格特質（OCEAN）、行為心理學等均在爭議此問題。本人大學時期必須修讀性格心理學，故對各性格理論略知一二，亦用過各問卷自評，嘗試為自己定型。相信有不少人都跟我一樣，嘗試過不同的心理或性格測驗，嘗試更了解自己。

雖然性格評估不是一項正統及認受性高的評估，但它能作為家長了解自己及教導孩子的藍圖。（但建議不要在青春期前或更年期後自評，因這兩階段會經歷很多心理及生理上的變化，可影響評估的準確性）

性格評估可協助年青人尋找適合工作的類別，亦能讓家長了解自己的性格，從而提升管教技巧，更可協助公司及企業挑選合適的人才等等。「九型人格」評估是其中一項選擇，而本中心的註冊教育心理學家或資深輔導員均可為有需要人士提供評估服務。

服務會以諮詢形式進行，過程約90分鐘。過程中除會了解個案的成長發展、繪畫投射畫、發掘優缺點、希望及憂慮外，亦會要求個案填寫九型人格問卷。完成後，輔導員或心理學家會綜合以上的資料作出分析，並提供一些跟進建議予個案。例如提升自信及溝通的技巧等，嘗試讓個案清楚了解自己，並為自己訂立目標，令生活更開心愉快。如有需要，心理學家及輔導員亦可為個案撰寫報告。詳情歡迎與中心職員聯絡。



9 X 9 = 81

高級服務統籌 翁雪兒

自90年代開始，便經常聽到「九型人格」，初時沒特意了解它是什麼或有什麼功用，同時亦覺得只把人類概括於9種性格並不合理。後來才發現，原來所謂的「九型人格」，並不是真的只有9種，而是有「81種」。雖然81種並不是官方公佈的，卻是混合了不同型號而得出來的結果。

混合的意思是主要型號混合了其他型號。每人都有主要型號及側型型號，側型是輔助類型，其重要性僅次於主要型。例如A的主要型號是「4號」，但他同時亦混合了「3號」人格的某些特性，那他便是「主4號、側3號」。不論哪一個型號的人都有機會混合其他型號。

此外，每個型號亦同時分為3個狀態，包括「健康」、「一般」及「不健康」。以「5號」思考型為例，「健康」的「5號」有超乎尋常的觀察力、洞察力、心智機敏、好奇心強、喜愛學習、有敏銳的智慧，並能集中注意力在自己有興趣的事物上。而「一般」的「5號」則是專業的、著重分析、喜歡研究、愛學問、重科學理據。最後，「不健康」的「5號」由於拒絕所有社會關係，因而變得逃避，逃離人群與現實，甚至變得奇怪、精神不穩定。一方面充滿敵意，另一方面又怕被人攻擊，精神過度緊張，結果成為偏執狂、更有機會導致精神錯亂。

我們為什麼要了解自己及其他人的型號？除了可分析自己的內心世界、真正動機及感受、更了解自己外，「九型人格」亦使我們更容易接受其他人，並因應對方性格，選取合適的方法與溝通渠道與之溝通，而不是用自己固有的方法逼使對方接受。這就是知己知彼、百戰百勝的道理。

這裡有個簡單問卷可讓你粗略了解自己屬於哪一型，如果你不肯定該描述是否符合你，可以問問身邊的親人、朋友，當然亦要問問自己的內心。做問卷時「問人、問心」是非常重要的喔！

QS® Playgroup Winter Fun 試玩日

試玩日詳情 (Code: NSP00T-131124)

日期 24/11/2013 (星期日)

時間 14:00-15:30

費用 \$150

對象 15個月至30個月的幼兒

人數 4-8對親子(先到先得, 額滿即止)



請☑出符合你性格的句子 (可☑多於1個)

(型號 1)

- ☐我喜歡事事井井有條。
- ☐我通常做得比我需要做的更多。
- ☐我最討厭那些做自己的工作也草率、馬虎的人。
- ☐我是個合理、實際、腳踏實地的人。

(型號 2)

- ☐我讚美的說話肯定對方，同時令他們知道他們對我十分重要。
- ☐我喜歡得到別人的認同、尊重、同意及仰慕。
- ☐當被疏忽及忽視時，我會以巧妙及隱晦的方法懲罰對方。
- ☐我通常都知道別人的需要及他們的感覺。

(型號 3)

- ☐我有很多用不完的力量，享受工作多於假期；我越做得到，便覺得越好；我越覺得好，便做得越多。
- ☐我是自我推動的，同時我經常定下新的目標給自己。
- ☐我是個好的營業員，影響、推動、說服別人是輕而易舉的事。
- ☐我是個效率高、有條理及同時可執行多項工作的人。

(型號 4)

- ☐我穿的衣服很有特色，我較喜歡穿得出眾。
- ☐別人會被我的創意、溫暖及有深度的感情所吸引。
- ☐我比平常人想得更多、更深、我有時懷疑別人是假裝快樂。
- ☐實在很難找到一段關係令我感到自己是被愛的。

(型號 5)

- ☐我是一個自力更生及自我解決問題的人。
- ☐我時常覺得在人前會害羞及不太自然。
- ☐覺得表達自己的思想較表達自己的感覺來得自然。
- ☐我喜歡別人賞識我的學問及知識。

(型號 6)

- ☐我是一個忠誠的朋友及夥伴。
- ☐我天生有警覺性。
- ☐我經常是盡責、勤力、認真及做事精確。
- ☐行動前，我希望能十分認真的將事情想得通透。

(型號 7)

- ☐我是一個樂觀，外向及可同時做好幾件事的人。
- ☐我期望新的及有興趣的體驗。
- ☐我喜歡那些興奮及強烈的關係，多於穩定及可靠的伴侶。
- ☐我想有好的生活，包括美味的食品、多些樂趣及冒險。

(型號 8)

- ☐我可以很強硬及嚴厲。
- ☐對我來說，獨立性及自供自給是十分重要的。
- ☐對於我愛的人，我十分保護。
- ☐我喜歡鼓勵及提升別人的個人力量。

(型號 9)

- ☐我喜歡每日花些時間輕鬆及讓自己腦袋鬆馳一下。
- ☐我寧願遷就我身邊的人，也不願與他們對抗。
- ☐別人說我太被動及下不定主意。
- ☐我不像其他人那麼具競爭性及渴望名譽及地位。

哪3個型號最多☑?

最 多：____ 第二多：____ 第三多：____

第一型：改革者 - 有理想性、命令的、要求完美、不寬容的人

第二型：助人者 - 關心、幫助人、佔有慾強、好操縱的人

第三型：動機者 - 有自信、企圖心強、自戀、有精神病傾向的人

第四型：藝術型人物 - 有創造力、個人主義、內向、壓抑的人

第五型：思考型人物 - 悟性高、重分析、古怪、偏執的人

第六型：忠誠型人物 - 可愛、忠誠、依賴、有受虐傾向的人

第七型：豐富型人物 - 多才多藝、外向、極端、狂熱的人

第八型：領導者 - 強而有力、有擴張性、獨裁、有破壞性格的人

第九型：和平追求者 - 平靜、令人安心、被動、壓制的人

以上只是九種型號的概括描述，如想更深入了解各型號的特質及優、缺點，請參考有關「九型人格」的書籍！

資料來源：《善用你的性格型態》著者：Don Richard Riso、譯者：彭淑美

讀寫障礙評估

孩子在閱讀會跳行跳字，書寫時字體左右倒轉、甚至有增多或減少筆劃的情況出現。縱使很努力溫習，專心地讀書，可惜成績仍未如理想。這些都是讀寫障礙的徵狀。透過這套專業評估，可協助父母們剖析子女讀寫障礙的情況。從而給予適當的訓練，有需要更可向學校提供建議作參考之用。

香港小學生讀寫障礙測驗 (第二版)

[HKT-P (II)]

服務對象：懷疑有讀寫障礙的小學生 (小一至小六)

香港初中學生讀寫障礙測驗 (第二版)

[HKT-JS (II)]

服務對象：懷疑有讀寫障礙的初中學生 (中一至中三)

(中三或以上人士如有需要，亦可致電查詢)

歡迎致電本中心2499 0896查詢或預約時間，
中心職員會樂意為你詳細解答及提供專業意見

智能評估 (IQ Test)

通過智能評估，可以.....

提升學習效能，讓校園生活有成功感
開拓內在潛能，成就孩子全面發展
輔助選校選科，為未來做最好準備

智能評估剖析(面談)部分將提供
錄音及光碟製作服務，
讓家長能於往後重聽紀錄。

如果需要更詳細的專家分析及建議，
中心另設有綜合智能評估服務。

收費	智能評估	綜合智能評估
非會員	\$4,800	\$6,400
會員	\$4,300	\$5,800





一樣米養百樣人

培訓服務統籌 曾傑華

廣東話有句俗話：一樣米養百樣人。
普通話也有句俗話：林子大什麼鳥都有。
英語同樣也有一句：Different strokes for different folks。

縱使語言不同，意思卻一模一樣。原來不同地方、不同國籍、不同人種都會遇到同樣的事；同樣地，每人的性格各異，哪怕是雙生子，雖然外貌一樣，但性格也未必一樣。

在中國過去4000多年的父系社會，主要的生產力來自男性，他們亦因此處於主導地位，原因主要是因為男性具有較好的體能。到工業時代來臨，主要生產力由男性體力轉為機器，只要懂得如果操作機器便能生產出產品，社會上的主導地位開始漸漸平衡。但由於初時機器尚未發展完善而較笨重，故男性的體力仍然佔優。直到近代商業社會，知識漸漸取代體力成為社會必需品，體能不再是生產的首要條件。時至今日，社會的知識水平不斷提升，香港普遍學歷提升至中六。當個人的身體、知識完備後，社會開始慢慢轉為注重心理方面。

九型人格是近年備受各界推崇的熱門課程之一，近十多年來已風行歐美學術界及工商界。很多大企業的管理階層均有研習九型人格，並以此培訓員工，希望建立團隊精神及提高執行力。它可以讓人真正知己知彼，幫助人們明白自己的個性，從而接納自己及他人的短處、發揮自己的長處；更可讓人明白其他不同的個性類型，學習如何與不同型號的人交往、溝通及融洽相處，與別人建立更真摯、和諧的關係。

九型人格的特性是增加人與人之間的溝通及融洽相處，所以也能運用在家庭關係中。本中心設有不同類型的九型人格課程，包括員工培訓、增進家庭關係講座、工作坊等等。每次培訓的滿意度都超過80%，亦有家長表示學懂了九型人格後，令她更了解自己的兒子，亦更懂得如何跟兒子相處。

情緒搵Fit人

初小EQ及社交培訓小組

本課程透過由專家設計的活動，加上導師細心的指引，增強學生對情緒的理解及表達，最終可達致有效調和及處理他們自己的情緒，全面發揮他們的智慧。



兩大特色：

- ✓ 1. 採用螺旋式設計，由淺入深地提高學生的情緒智能。
- ✓ 2. 整個課程由親子到高小共分十級，每級學生需完成個人、家庭、學校與社群共四個範疇的課程。

詳情請參閱單張，如有查詢，歡迎致電中心或電郵至cs@nhdchk.com

我是德德B

幼兒品德及EQ培訓小組

本課程揉合「品德教育」及「情緒處理」，培育幼兒建立**自信**又**自律**的心理素質，為未來成長奠下良好的基礎。

<系列二>

1. 我的強弱項
2. 忍耐與等待
3. 我愛我的家
4. 我愛我校園
5. 愛與珍惜環境
6. 愉快的學習
7. 建立好友誼
8. 溝通小天使



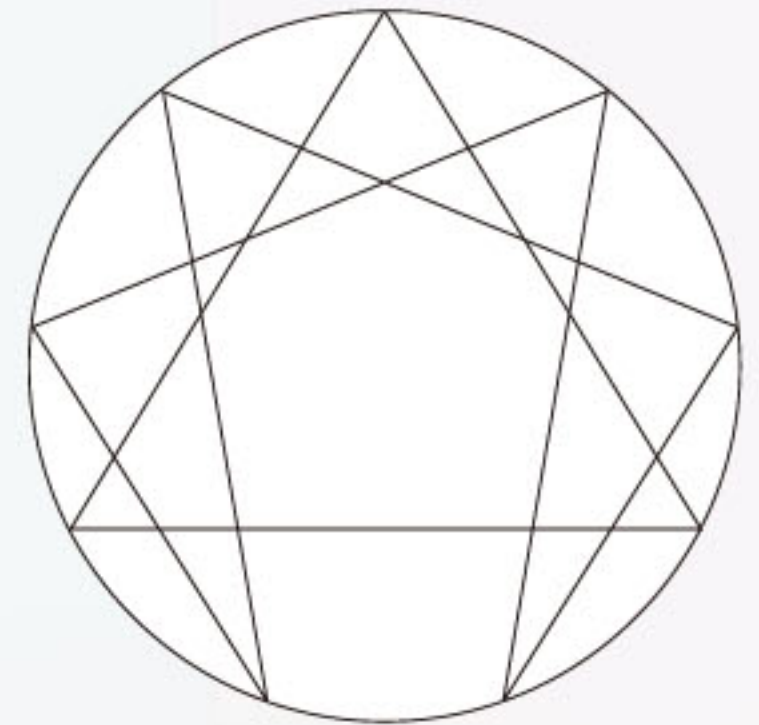
詳情請參閱單張，如有查詢，歡迎致電中心或電郵至cs@nhdchk.com



行政主任 黃嘉倩

人類是群體的動物，但各人性格相異、想法不一，有時候，我們會不明白為何他人：

- 愛事事達至完美；
- 愛毫無條件助人；
- 愛擁抱無限成就；
- 愛追求自我獨特；
- 愛每事分析思考；
- 愛凡事小心安全；
- 愛不斷嘗新探索；
- 愛挑戰享受權力；
- 愛維持寧靜和平。



雖然古時候阿拉伯的蘇菲族把人們主要分為九大性格特質，但透過圓形的九芒星圖，同時也讓我們知道人的性格分類就像圓形一樣有無限的角、無限的可能，有時人的性格想法很靠近，卻又有點不一樣的其他特質。

其實，我們站在九芒星圖這個圓圈上的哪一個位置都不重要，重要的是我們要明白每個人都是一個個體，都擁有獨特的性格特質與想法。我們在堅持自己作風的同時，也要學習站在不同位置上的人都各有優點，使自己從一小點伸延成為一個圓，這使我們更能包容每個人的風格、長處與短處。



九型人格 · 新領域

Enneagram · New Horizons

我懷孕了，運動能如何幫助我呢？

Body Wisdom Limited
www.bodywisdom.hk
Tel: 2895 3303



鄧海華
註冊物理治療師
認可臟腑骨治療師 (Master Level)

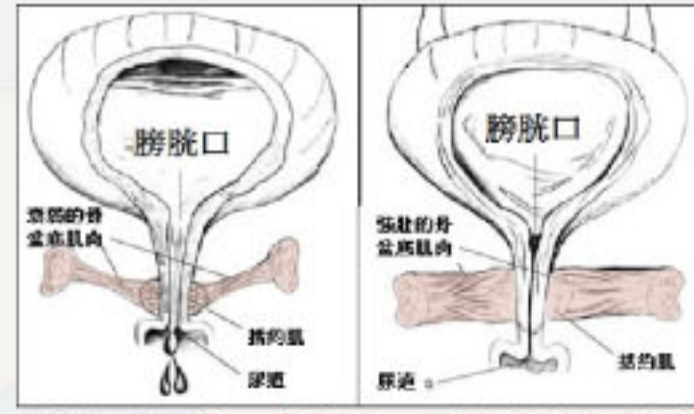
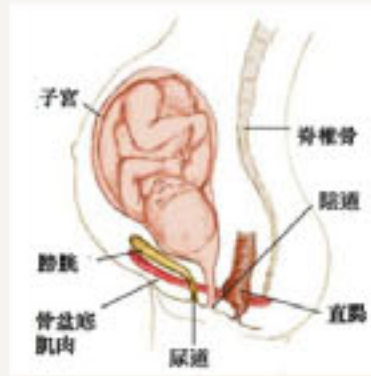
恭喜！恭喜你進入生命中最美妙的時期—懷孕。這段期間如何讓你保持身心健康，使寶寶健康成長？秘密就是一產前運動！



產前運動究竟是什麼？簡單而言，就是懷孕期間所做的運動。許多準媽媽都會擔心懷孕期間做運動會否有危險？事實上，懷孕期間做運動不但安全，而且可讓你更輕鬆面對懷孕期的生理和心理需求，並為生產過程做好準備。

懷孕期間最重要的是讓媽媽保持身心健康。運動可有效防止孕婦患上高血壓、蛋白尿及妊娠糖尿病等問題；可提升你的情緒和自我形象，亦能令你在晚上睡得更香更甜。運動不但能在懷孕期間適當控制你的體重，寶寶出生後，也使你更容易恢復體態。同時為你減少那些因懷孕而引致的不適，如腰背痛、小便失禁、小腿抽筋、便秘和疲勞等。

物理治療師設計的「產前運動班」針對孕婦的需要，教授正確的運動方法，集中鍛鍊腹、背及盆底肌肉，確保安全，並配合呼吸及放鬆技巧，為生產過程做好準備。



小便失禁 / 健康又強壯的會陰

甚麼是盆底肌肉？盆底肌肉是指封閉骨盆底的肌肉群。這肌肉群就如一張「吊牀」，承托著下腹的內臟如子宮、膀胱、直腸等，同時這肌肉群也是尿道、陰道及肛門的開關。所以盆底肌肉的正常張力及控制，對我們的大小便有很大影響。隨著懷孕期胎兒在母體不斷成長，胎兒的體重讓盆底肌肉的負重不斷增加，這張「吊牀」不停被拉伸，使其肌力慢慢減低，若不好好鍛鍊，將來很容易造成小便失禁。當大笑、咳嗽或打噴嚏時，尿液會不由自主地漏出，為生活帶來極大不便，而且令人尷尬。隨著懷孕期胎兒逐漸成長，腹部愈往前拱起，母親的腰部往往會向前傾，使腰椎應有的曲線弧度過度增加，增加了腰椎的壓力，引致腰酸背痛，所以懷孕期的腹背運動必不可少。

健康的孕婦一般於懷孕十二週後可以開始做產前運動，但運動前最好先諮詢一下你的產科醫生，再由物理治療師教導及解釋運動時需注意的事項。



(圖片來自網絡)

家長五項全能訓練課程

教育子女從來都不是一件容易的事，面對不停變化的社會，令父母培育子女時面臨種種的挑戰。身為家長的你，希望學到一些**有效的管教方法**嗎？本課程有學習篇及情緒篇，將由數位不同的專業導師任教，可讓家長吸納更多專業範疇的**管教知識**。

課程目標: (心理篇)

- 令家長能夠...
- 了解子女的心理發展 ✓
- 提高子女的社交技巧 ✓
- 與子女建立良好的溝通渠道 ✓
- 明白培育子女情緒發展的管教技巧 ✓

課程內容:

- 第一講 了解現代子女的心理
- 第二講 處理子女的情緒
- 第三講 改善子女的社交技巧
- 第四講 面對挫敗的竅門
- 第五講 處理情緒及行為問題

課程目標: (學習篇)

- 令家長能夠...
- 了解子女的學習能力 ✓
- 提高子女的學習興趣 ✓
- 培育子女的學習習慣 ✓
- 明白培育子女學習的管教技巧 ✓

課程內容:

- 第一講 掌握子女的教育需要
- 第二講 提高學習興趣與能力
- 第三講 加強子女的語文發展
- 第四講 鍛鍊子女專注及數學
- 第五講 檢討教導子女的技巧

課程導師團隊

註冊教育心理學家 彭智華先生 香港城市大學教育心理學社會科學士碩士 劉可欣小姐
香港樹仁大學輔導及心理學(榮譽)社會科學學士 羅俊璋先生 南澳洲大學輔導碩士 曾慧敏小姐

詳情請參閱課程時間表或致電中心查詢

氣球藝術

普天同慶聖誕節

- * 增強視覺理解及思考能力
- * 訓練手眼協調能力
- * 發揮無窮創意



- * 教你揀氣及打結手法
- * 汽球基本扭法

對象: 成人

日期: 16, 19/12/2013(一、四)

時間: 19:00 - 21:00

收費: 每堂\$200/\$160(非會員/會員)

視覺藝術，創意無限
導師: Vincent Lee



恆常課程

幼兒課程

幼兒系列 (對象:幼稚園學生)

課程編號	課程名稱	日期	星期	時間	節數	非會員	會員	早報
CMQ11-131123	我是"德德"B(系列1) - 幼兒品德及EQ遊戲小組	23/11 - 11/01/2014	六	11:15 - 12:45	8	\$1,800	\$1,440	\$1,260
CCE12-131208	用心小專員 - 幼兒專注力提升課程	08/12 - 12/01/2014	日	11:15 - 12:45	6	\$1,400	\$1,120	\$980

遊戲小組系列 (對象:15至30個月之幼兒)

課程編號	課程名稱	日期	星期	時間	節數	非會員	會員	早報
NSP01A-131105	9S@Playgroup(A班)	05/11 - 28/11/2013	二、四	10:00 - 11:30	8	\$2,000	\$1,600	\$1,400
NSP01B-131106	9S@Playgroup(B班)	06/11 - 29/11/2013	三、五	10:00 - 11:30	8	\$2,000	\$1,600	\$1,400
NSP01C-131102	9S@Playgroup(C班)	02/11 - 23/11/2013	六	14:00 - 15:30	4	\$1,200	\$960	\$840
NSP01D-131201	9S@Playgroup(D班)	01/12 - 22/12/2013	日	09:30 - 11:00	4	\$1,200	\$960	\$840
NSP00T-131124	9S@Playgroup(試玩日)	24/11/2013	日	14:00 - 15:30	1	\$150	-	-

小學生課程

能力提升系列 (對象:幼高至小六)

課程編號	課程名稱	日期	星期	時間	節數	非會員	會員	早報
CMT05-131108	MT Math (週五班)	08/11 - 29/11/2013	五	17:30 - 19:00	4	\$1,000	\$800	\$700
CMT06-131109	MT Math (週末班)	09/11 - 30/11/2013	六	14:45 - 16:15	4	\$1,000	\$800	\$700

<註: MT Math為連續課程>

情緒智能系列 (對象:小一至小三)

CEQ23-131102	友情細閱 - 初小EQ及社交培訓小組	02/11 - 21/12/2013	六	13:00 - 14:30	8	\$2,000	\$1,600	\$1,400
--------------	--------------------	--------------------	---	---------------	---	---------	---------	---------

學習能力系列 (對象:幼高至小三)

CRW01-131109	讀·寫·樂 - 讀寫能力培訓課程	09/11 - 30/11/2013	六	16:30 - 18:00	4	\$1,000	\$800	\$700
--------------	------------------	--------------------	---	---------------	---	---------	-------	-------

專注力系列 (對象:小一至小六)

CCE21-131102	做個小專家 - 小學生專注力培訓課程	02/11 - 07/12/2013	六	14:45 - 16:15	6	\$1,400	\$1,120	\$980
--------------	--------------------	--------------------	---	---------------	---	---------	---------	-------

成人及專業證書課程

成人課程

課程編號	課程名稱	日期	星期	時間	節數	非會員	會員	早報
ARW01-131022	預防及治療讀寫困難導師基礎課程	22/10 - 12/11/2013	二	19:00 - 21:00	4	\$1,500	\$1,200	\$1,050
ASP01-131024	家長五項全能訓練課程 (心理篇)	24/10 - 21/11/2013	四	19:00 - 21:00	5	\$1,000	\$800	\$700
ASK00-131111	培訓資優兒童實務課程	11/11 - 09/12/2013	一	19:00 - 21:00	5	\$1,500	\$1,200	\$1,050
AAW01-131120	自閉症腦力工程工作坊	20/11 - 18/12/2013	三	19:00 - 21:30	5	\$2,000	\$1,600	\$1,400
ASN00-140102	全腦開發九攻略系列: 0至6歲早期教育導師工作坊 (30/01除外)	02/01 - 06/02/2014	四	19:00 - 21:00	5	\$2,000	\$1,600	\$1,400
ASP00-140107	家長五項全能訓練課程 (學習篇) (28/01除外)	07/01 - 11/02/2014	二	19:00 - 21:00	5	\$1,000	\$800	\$700
ACE00-140213	如何提升兒童專注力課程	13/02 - 06/03/2014	四	19:00 - 21:00	4	\$1,500	\$1,200	\$1,050
AEB00-140221	輔導情緒及行為問題專業課程	21/02 - 28/03/2014	五	19:00 - 21:30	6	\$2,000	\$1,600	\$1,400

專業證書課程

課程編號	課程名稱	日期	星期	時間	節數	非會員	會員	早報
APD00-130922	PDC手診心理學執行師證書課程 導師: 曾慧敏 (中心服務總監)	04/03-24/04/2014	二, 四	19:00 - 22:00	8	\$12,000	\$9,600	N/A
ADA01-140112	MME基礎分析師證書課程 導師: 曾慧敏 (中心服務總監)	12/01 - 26/01/2014	日	10:00 - 17:00	3	\$3,000	N/A	N/A
ADA02-140209	MME分析師證書課程 導師: 曾慧敏 (中心服務總監) <同時報MME基礎分析師證書課程 及MME分析師證書課程, 可獲九折優惠 (\$7200)>	09/02 - 09/03/2014	日	10:00 - 17:00	5	\$5,000	N/A	N/A
ANLCC-131123	NLP執行師證書課程 (11月, 星期六班) 導師: 蘇淑貞 (註冊NLP培訓導師)	23/11, 30/11, 07/12, 14/12, 28/12, 01/01*, 04/01, 11/01	六 (01/01為星期三)	19:00 - 22:00	8	\$12,000	\$9,600	\$9,000

聖誕節課程



幼兒課程

課程編號	課程名稱	對象	日期	上課日	時間	節數	非會員	會員	早報
CMQ11-131221	我是德德B - 幼兒品德與EQ遊戲小組(系列一)	幼稚園學生	21/12 - 28/12/2013	連續8天	09:30 - 11:00	8	\$1,800	\$1,440	\$1,260
CCE10-131223	用心小專員 - 幼兒專注力提升課程	幼稚園學生	23/12 - 28/12/2013	連續6天	11:15 - 12:45	6	\$1,400	\$1,120	\$980
CSP00-131224	八面玲瓏 - 幼兒認知學習培訓課程	幼稚園學生	24/12 - 27/12/2013	連續4天	09:30 - 11:00	4	\$1,000	\$800	\$700

兒童課程

課程編號	課程名稱	對象	日期	上課日	時間	節數	非會員	會員	早報
CRW01-131223	讀·寫·樂 - 讀寫能力培訓課程	幼高至小三	23/12 - 26/12/2013	連續4天	13:00 - 14:30	4	\$1,000	\$800	\$700

小學生課程

課程編號	課程名稱	對象	日期	上課日	時間	節數	非會員	會員	早報
CEB00-131223	我變得更好了 - 情緒行為輔導小組	小一至小六	23/12 - 28/12/2013	連續6天	14:45-16:15	6	\$1,400	\$1,120	\$980
CEQ21-131221	友情細閱 - 初小EQ及社交培訓小組	小一至小三	21/12 - 28/12/2013	連續8天	14:45-16:15	8	\$2,000	\$1,600	\$1,400
CCE20-131223	做個小專家 - 小學生專注力培訓課程	小一至小六	23/12 - 28/12/2013	連續6天	13:00-14:30	6	\$1,400	\$1,120	\$980
CLE00-131223	小小福爾摩「思」 - 優質思維培訓課程	小二至小六	23/12 - 28/12/2013	連續6天	16:30-18:00	6	\$1,400	\$1,120	\$980
CIG00-131223	尋智根、開智果(高小) - 通識理解培訓課程	小四至小六	23/12 - 27/12/2013	連續5天	16:30-18:00	5	\$1,200	\$960	\$840
CCW01-131223	小學生大作為 - 中文寫作培訓課程	小二至小六	23/12 - 28/12/2013	連續6天	16:30-18:00	6	\$1,400	\$1,120	\$980
CNE00-131223	串通無阻 - 低級英文串字培訓課程	幼高至小三	23/12 - 26/12/2013	連續4天	13:00-14:30	4	\$1,000	\$800	\$700
CNE01-131223	串通無阻 - 高級英文串字培訓課程	小四至小六	23/12 - 26/12/2013	連續4天	14:45-16:15	4	\$1,000	\$800	\$700
CNI00-131223	高下立見 - 升中面試工作坊	小五至小六	23/12 - 28/12/2013	連續6天	11:15-12:45	6	\$1,400	\$1,120	\$980
CES10-131223	考試秘笈(初小) - 應試技巧培訓課程	小一至小三	23/12 - 28/12/2013	連續6天	11:15-12:45	4	\$1,400	\$1,120	\$980

中學生課程

課程編號	課程名稱	對象	日期	上課日	時間	節數	非會員	會員	早報
TEG00-131223	九型人格teen 才班	中一至中六	23/12 - 26/12/2013	連續4天	13:00-14:30	4	\$1,000	\$800	\$700

遊學活動



中心年度活動

活動編號	活動名稱	日期	星期	時間	對象	會員價(參加即送中心會籍)
TCT131014	2013應變王	14/10/2012 (重陽節假期)	一	08:30 - 18:00	有興趣人士	\$150(每人) 自由組隊報名·每組約3-5人

趣味藝術系列

活動編號	活動名稱	日期	星期	時間	對象	會員價	非會員價
TAB131216	氣球藝術-普天同慶聖誕節(成人班)	16, 19/12/2013 (共2節)	一, 四	19:00 - 21:00	成人	\$160(每節)	\$200(每節)
TWT131214	中西薈萃品酒晚宴 地點:中國會;主持:葡萄酒專家何毓賢先生	14/12/2013	六	18:30 - 22:00	18歲或以上人士	N/A	\$960

生活體驗系列

活動編號	活動名稱	日期	星期	時間	對象	會員價(參加即送中心會籍)
TMS131224	聖誕節黃埔軍校訓練營	24-28/12/2013	二至六	連續五日	8-15歲	\$1,600 二人同行回贈優惠每人可減\$100
TMS131224-M	聖誕節黃埔軍校訓練營(中班)	24-28/12/2013	二至六	連續五日	8-15歲	\$1,900 二人同行回贈優惠每人可減\$100
TID131228	「三高孩子」獨立自理訓練營	28, 30-31/12/2013	六, 一至二	日營10:00-16:00 宿營集合13:00, 解散翌日15:00	小一至小六	\$1,200 早報優惠: \$980
TLS131223	趣味香港通識遊	23-27/12/2013	一至五	09:30 - 16:30	小一至小六	\$1,600 早報優惠: \$1,380



於課程開課前一個月報讀，即可享有早報優惠

*只適用於中心會員

廖太：我的兒子最近上作文班經常寫出了一些很血腥很可怕的内容，包括毆打，殺人等，我很擔心他會變得暴力，我是否應該帶他看心理醫生？



彭Sir：

首先，家長要留意子女平常說及玩的主題是否全都跟戰爭、暴力等有關，還是只是老師曾在課堂上提及過相關主題，而引發孩子有此類創作。如果是因學校曾討論過而引發的，家長則無需太擔心。

家長更應留意孩子日常玩耍的興趣，包括喜歡的玩具、動漫之類，留意他們是否在聽、看方面都很喜歡這類血腥暴力的主題。此外，亦要留意孩子是否經常有此類的語言或行為。如有以上問題，家長便需多加注意孩子可能有很重的負能量。

到底孩子是單純因為看得多、聽得多，故有此類語言及行為，還是他本身有很多不滿及憤怒，並使用語言暴力或行為宣洩其抑壓的情緒？

如果問題不是由學校討論過而引發的，家長便應循序漸進減少他看、玩跟暴力有關的題材。此外，更需安排合適的人和他談天，以了解他內心的憤怒，並作出適當輔導。如問題仍然嚴重，則應盡快找學校社工跟進。



為慶祝本中心邁向20週年，特推出多個強勢驚喜優惠，優惠源源不絕，萬勿錯過！

由2013年1月1日至12月31日

凡於本中心參與任何評估即享以下優惠



以75折享用個別輔導示範一節，由資深輔導員為家長示範輔導技巧，令家長更容易掌握運用！



以8折優惠價享用個別輔導套餐（共5節）

註：A. 優惠只適用於首次使用個別輔導服務之家長
B. 每人可使用優惠1及2各一次
C. 一節以90分鐘計算



趣味香港通識遊

Day1 生果之旅

參觀果欄及大型超市，了解生果批發的運作及生果類別再比較兩者的貨種、售價情況等



將生活平凡事串連通識思維
跨學科思考，增進通識思維



Day2 布「衣」之旅

參觀布匹市場及布行了解原料到成衣的過程比較批發及零售的異同



日期：23-27/12/2013(星期一至五)

形式：5天戶外活動

時間：09:30-16:30

對象：小一至小六

價錢：\$1,600

(已包括5日活動物資、保險、交通及午膳)

* 導師學員比例1:8-10

Day3 「巢」閣之旅

認識不同樓宇的建築特色到新填地街認識建築材料小小工程師，理想家園設計比賽



Day4 有「軌」之旅

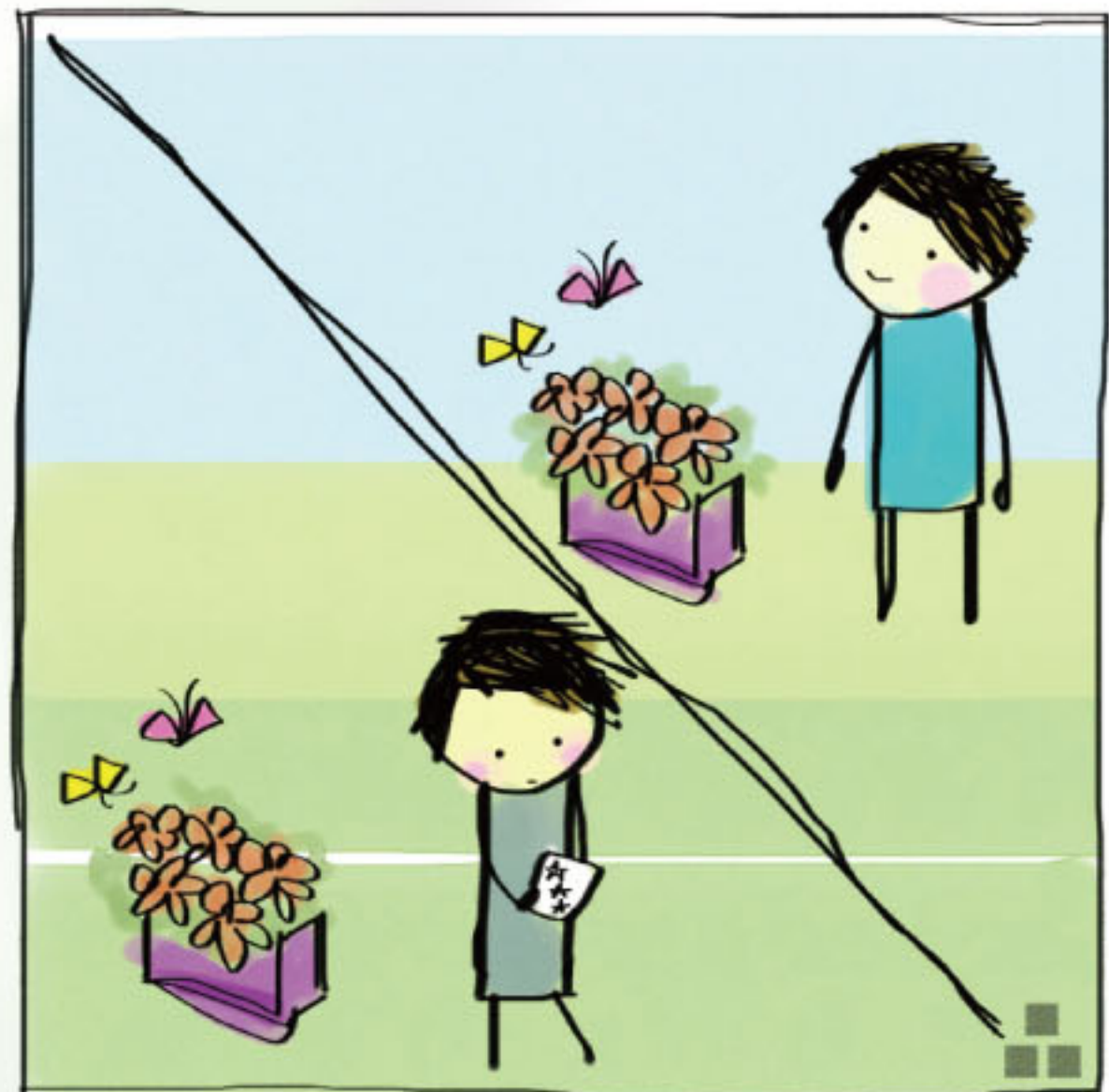
試搭有「路軌」交通工具比較不同路軌之異同了解當中的數理與歷史



Day5 求「道」之旅

地圖閱讀，尋找指定街道了解街道的命名方法及背後的歷史

23/11前早報優惠 \$1,380



新領域 潛能發展中心
NEW HORIZONS Development Centre

地址：香港九龍油麻地碧街42號東南商業中心6樓(油麻地站A1出口)

電話：2499 0896 傳真：2352 0658 網址：www.nhdchk.com Facebook: www.facebook.com/nhdchk



辦公時間

星期一至五 09:00-19:00

星期六 09:00-18:00

星期日及公眾假期 休息