



森訊



「聲。擁」

嘉賓：音樂治療師甄曉彤
 撰文：社工陳凱琪

Sound Hug - 聲擁是一款音樂互動裝置，讓使用者能夠透過觸覺（振動）與視覺（燈光）來感受音樂。這款裝置的設計理念，是將傳統的「聽音樂」轉化為更沉浸的「感受音樂」。

今年適逢本會創立57周年，我們特別邀請心連音音樂治療創辦人，註冊音樂治療師甄曉彤女士(Winkie) 為我們的服務使用者舉行音樂治療小組，讓他們擁抱音樂，透過聲音觸動身心，促進參加者理解情緒，強化情緒調節能力，達致穩定戒毒康復。

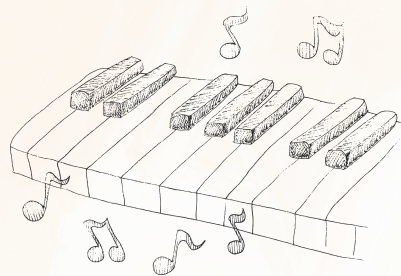
音樂治療的功用

音樂能夠陶冶性情、放鬆心情；而音樂治療則更進一步 -- 它運用音樂幫助參與者表達內心的心路歷程。音樂治療師需具備心理學基礎，協助參與者透過音樂認識、覺察並接納自己。治療師會臨床觀察參與者的狀態與情緒，選擇最適合的音樂互動方式，協助達成治療目標。在Winkie看來，音樂是一種陪伴與表達的工具。演奏樂器既是表達情緒的管道，也是與人互動的方式。小型敲擊樂器如木魚、沙鈴、海浪鼓、空靈鼓，以及伴奏樂器如吉他、電子琴，都能以非語言的方式支持、反映並回應參與者當下的狀態與情緒。

音樂治療可透過個人或團體進行，每節由三十分鐘到一小時。一般八至十二節為一個療程。每個療程完結後，治療師會檢視整個治療的過程及成效，評估有沒有繼續治療的需要。有別於以談話為主的一般心理輔導，音樂治療提供了另一種表達渠道 既可透過語言，也可藉由音樂非語言地表達，抒發那些難以言喻的情感。「治療」一詞讓音樂變得更貼近大眾。音樂治療不同於傳統音樂表演，這裡沒有對錯之分，也不論參與者的演奏技巧高低。以音樂創造出一種新的語言，用以表達自我、回應他人。所有情緒在此都被認可，每一種情感都可以透過樂器抒發。

音樂治療處理情緒的核心，在於辨識和接納自身情緒，而非壓抑或逃避它們。Winkie指出，治療師會在治療開始前，先與受助者或合作機構溝通，並根據受助者的需求設立初步治療目標。

治療過程中，治療師會持續觀察並評估受助者的能力、狀態與需求，進一步個別化地調整治療目標與互動方式。每節治療結束後，會反思過程、檢視成效，並做出相應調整，從而達到治療作用。



從音樂中推動戒毒康復

吸毒人士最初往往只想舒緩負面情緒或壓力才開始使用毒品，當時他們或許不懂或沒有一個合適渠道舒緩情緒，音樂是一個很好的渠道去幫助他們舒緩及調節自己的情緒。要協助處理負面情緒，治療師先要為他們提供安全的空間來討論這些感受，提供情緒支持，幫助他們理解和表達自己的情感，並鼓勵在音樂中尋找宣洩情緒的方式。

在戒毒的過程中，戒毒人士可能會遇到很多挫折及氣餒，可能會覺得身邊人無法理解他們當中經歷的心路歷程。在音樂治療中，樂韻與歌詞能夠幫助表達情緒及思想，音樂能讓你「聽到自己」- 覺察自身當下的狀態。如可透過改編歌詞，可反映當下的狀態與心情。此外，可透過音樂分享，讓身邊人在你的角度感受你的聲音。

此外，戒毒人士過去可能經歷心理創傷，對於感受及表達情緒往往會出現一定的困難。除了要有安全的空間，真誠地接納與陪伴，非批判性聆聽，用心地聆聽是非常重要的。而音樂治療師會在他們戒毒旅途上支持與陪伴，透過音樂與對話進行自我覺察與反思，與自己展開一場內在的對話。

對於缺乏自信的戒毒人士，音樂可作為有效的介入手段，協助此類族群調節及舒緩情緒。因為音樂治療不同於傳統音樂表演，這裡沒有對錯之分，可告訴參與者玩奏音樂並沒有好與差的演奏技巧，而是透過音樂互動來聆聽、探索、接納及表達自我。

結語

最後，Winkie希望向正在努力戒毒或即將踏上康復之路的朋友說：「過去的你們可能糟遇了不愉快的經歷，能夠為了成為、身心更健康的自己而作出改變是一件很有勇氣的事。希望音樂能夠給予你們力量與支持，陪伴你們走過這段戒毒的過程。」



甄曉彤 Winkie
註冊音樂治療師
心連音音樂治療創辦人

專業資格及學歷：

- 英國註冊音樂治療師 (HCPC, UK)
- 英國瑪格麗特皇后大學音樂治療碩士 (優良)
- 香港大學音樂文學士 (榮譽)
- 腦神經音樂治療師 (Neurologic Music Therapy)
- 聖三一音樂學院 (ATCL) 小提琴演奏文憑



讓音樂治癒生命

過來人：Tommy (化名)
撰文：社工黎少媚

年青時的Tommy由於家庭狀況複雜，令他寧願「瞓街都唔想返屋企」，長期唔清醒、無目標、常常感到十分迷失。在朋友的引誘下開始接觸毒品去換取片刻寧靜。十九歲那年因吸毒被捕，被法庭判感化令而進入戒毒村，生命從此產生神奇變化。

Tommy憶述：「初入戒毒村時對福音戒毒較為抗拒，加上村內有很多戶外或水上活動，對於有恐水症的我實在難於適應。」直至他遇到音樂，由學習木結他開始再延伸至其他樂器，他漸漸感受到音樂帶來的力量，讓他感到平靜及放鬆。Tommy笑着表示音樂讓他感到有存在感：「以前覺得自己好廢，無人會留意我！但接觸音樂後，發現原來自己都可以做得到，入住中途宿舍時因有音樂房可以用樂隊方式去練習並且組隊上台表演，當時我心想着我竟然可以上台表演，還有很多人拍掌給我鼓勵，真係好有滿足感，原來自己的努力是可以被看見的，我係有價值的！」

在操守的二十多年，音樂已經成為Tommy生活的一部份，並成為他負面情緒的出口。他表示很多歌曲都好勵志，在自彈自唱當中會讓自己開心起來。加上音樂是在戒毒時學習的，這一點對他有著強而有力的提醒。他表示：「音樂使我內心變得強大，提醒自己不可以再重蹈覆轍，不开心時我會投入音樂之中，根本不再需要毒品！」

Tommy相信有著音樂的鼓勵及支持，可以支撐他渡過人生中的高山低谷。



實地醫療支援服務

我們針對毒品問題人士的需要，提供社區護理服務。由註冊護士評估精神及身體健康，協助處理因吸毒引致的身體、情緒及精神問題，並轉介至專科醫生或相關醫療服務，同時提供藥物教育和諮詢服務，提升戒毒動機及關注毒品影響。

服務內容

- 醫療評估與護理
進行精神及身體狀況評估，提供社區醫療服務
- 專科轉介
如精神科、牙科、中醫、物質誤用診所等
- 健康教育
提供禁毒公眾健康教育講座
- 簡要輔導
為吸毒者及家人提供簡要輔導或諮詢服務。

服務目的

- 加強吸毒者對毒品健康影響的關注，從而提升其戒毒動機。
- 協助處理因吸食毒品而引起的身體、情緒及精神問題。
- 在社區層面提供醫療及輔導服務，擴大服務覆蓋範圍。

如對有關服務有任何查詢，歡迎與本會當值社工聯絡！

樂在星期二：形色尋我

「透過形狀與色彩，尋回內在的自己」，透過手工藝活動，為組員提供一個安穩的空間，與自己相處，邁向身心健康的平衡生活。

日期：21/10, 4/11, 18/11, 25/11, 2/12, 16/12/2025
(星期二)

時間：下午3:00 - 4:15 地點：九龍中心

查詢及報名：張先生，位美姑娘(電話：2382 0267)

樂在星期二：講飲講食

透過輕鬆手法令大家學識如何活得更健康和認識社區資源，節目內容包括健康講座、健康中心體驗活動及茶餐廳實戰。

日期：6/1, 20/1, 3/2, 24/2/2026 (星期二)

時間：下午3:00 - 4:15 / 3:00 - 5:00 地點：九龍中心

查詢及報名：張先生，駱姑娘(電話：2382 0267)

備註：收費20元正，茶餐廳實戰(包一份下午茶)

拍打健身操

透過拍打操，提升參加者對自己健康的關注，從而更有能力面對吸毒者的問題。

日期：17/10, 31/10/2025 (星期五)*11-12月日子待定

時間：下午3:00 - 4:30 地點：香港中心

查詢及報名：蕭先生(電話：2893 8060)

5星期走入愛情縮影

5個星期同你一齊走入愛情縮影，由曖昧階段到維持婚姻，探討不同階段的挑戰。

日期：7/11, 21/11, 5/12, 19/12/2025
9/1/2026 (星期五)

時間：晚上8:30 - 9:30

查詢及報名：譚姑娘(電話：2893 8060)

張先生(電話：2382 0267)

備註：小組以Zoom形式進行

中央家人講座

講座主題包括由衝突轉化為修和、聆聽自己同理他人、好好呼吸。

日期：31/10, 21/11, 19/12/2025 (星期五)

時間：晚上7:00 - 9:00

地點：香港中心/九龍中心

對象：吸毒或戒毒康復者家人

查詢及報名：王姑娘(電話：2893 8060)

當愛變得沉重 - 互累症工作坊

因為親人的吸毒問題，感到心力交瘁？在「嚴厲」和「心軟」之間反復掙扎？這種持續的壓力與情感消耗，被稱為「互累症」。

日期：3/10, 17/10, 31/10, 14/11/2025 (星期五)

時間：晚上7:30 - 9:00

地點：九龍中心

對象：戒毒康復者家人

查詢及報名：黎姑娘，陳姑娘(電話：2382 0267)

樂協家人互助組

作為吸毒者家人，有百般滋味在心頭，但又不能隨便向其他人說出。來到家人互助組，我們可以互相分享經驗，了解到自己並不孤單，一同學習去面對家人吸毒的問題，互相支持，共同成長。

日期：9/10, 13/11, 11/12/2025

15/1, 12/2, 12/3/2026 (星期四)

時間：晚上7:30 - 9:00

地點：九龍中心

對象：吸毒或戒毒康復者家人

查詢及報名：黎姑娘，陳姑娘(電話：2382 0267)

樂協家人探訪隊

以生命影響生命，用自己獨特的經歷以同路人的身份為情緒困擾的家人提供支援。

日期：14/10, 4/11, 2/12/2025,
6/1, 3/2, 3/3/2026 (星期二)
時間：晚上7:30 - 9:00 地點：香港中心
查詢及報名：周先生(電話：2893 8060)

週四家人互助組

提供個人成長平台及家人組員間互相支持同行。

日期：30/10, 27/11/2025,
15/1, 5/2, 12/3/2026 (星期四)
時間：下午3:00 - 4:30 地點：香港中心
對象：吸毒或戒毒康復者家人
查詢及報名：王姑娘(電話：2893 8060)

愛路 - 互累支援小組

在本小組的分享及學習中，能協助家人對互累保持醒覺。

日期：23/10, 27/11, 18/12/2025
29/1, 26/2, 26/3/2026 (星期四)
時間：下午3:00 - 4:30 地點：九龍中心
對象：吸毒或戒毒康復者家人
查詢及報名：黎姑娘(電話：2382 0267)

快樂大使義工隊

提供一個充滿關懷、支持及希望的平台。

日期：2/10, 6/11, 18/12/2025
8/1, 12/2, 12/3/2026 (星期四)
時間：晚上7:30 - 8:45 地點：九龍中心
對象：吸毒或戒毒康復者家人
查詢及報名：蕭先生(電話：2893 8060)
備註：義工服務待定

甜蜜蜜

透過製作與品嚐甜品，與子女們建立親蜜時光。

日期：4/10, 1/11, 27/12/2025, 24/1/2026 (星期六)
時間：上午11:00 - 12:15
對象：育有0-12歲子女的家人及其子女
查詢及報名：李先生(電話：2382 0267)

家長充電站

照顧一個孩子時，用「日里萬機」都不足以形容家長的忙碌。因此，希望透過網上小組，可以讓家長鬆一鬆，照顧自己。

日期：21/10, 28/10, 4/11, 11/11/2025(星期二)
時間：上午10:30 - 11:30
對象：育有0-12歲子女的家人及其子女
查詢及報名：張先生, 劉姑娘(電話：2893 8060)
備註：以Zoom形式進行，參加者可獲自我關懷小禮物

男士加油站 2025

男人，有時會難以表達自己。有很多感覺，也許只能在男人之間披露、得到互相支持，讓我們一起共聚，在彼此身上找到答案。

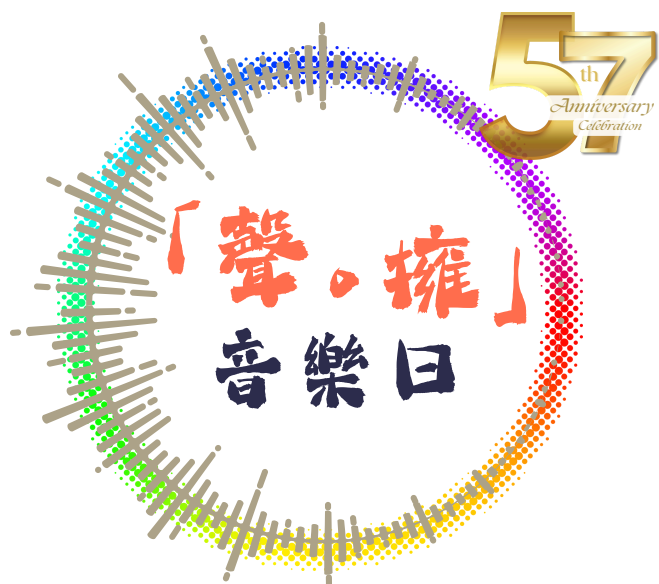
日期：2/10, 30/10, 27/11, 18/12/2025,
29/1, 26/2, 26/3/2026 (星期四)
時間：晚上7:30 - 9:15 地點：九龍中心
對象：男性戒毒康復者
查詢及報名：李先生(電話：2382 0267)

樂力跑

一齊為健康打打氣，體驗跑步的樂趣。

日期：3/11, 17/11, 1/12, 15/12, 28/12/2025
5/1, 26/1/2026 (星期一)
時間：晚上7:30 - 9:15 地點：深水埗/斧山道運動場
對象：曾濫用藥物人士 費用：每月\$100
查詢及報名：李先生(電話：2382 0267)

樂協會57周年紀念 暨「聲。擁」音樂日



「聲。擁」— Sound Hug, 意指讓聲音觸動身心。音樂是情緒的出口，無論是快樂、悲傷還是憤怒，我們都能從中找到共鳴。樂協會57周年紀念，邀請大家一同來擁抱音樂。

日期：6/12/2025 (星期六)

時間：下午2:00 - 5:30

地點：明愛荃灣社區中心二樓 (新界荃灣城門道9號)

- 活動內容：
1. 戒毒康復者及家人分享
 2. 音樂演奏會
 3. 操守見證
 4. 同路人茶聚

名額：100個

查詢及報名：譚姑娘/陳姑娘

(電話：2893 8060/2382 0267)



活動回顧

「聲。擁」音樂治療小組



裝飾簡易樂器，一同聽音樂，與註冊音樂治療師學習即興演奏，提升情緒覺察



為慶祝母親節，家人互助組製作心意卡與花花束



有興趣跑步的你，快來加入樂力跑長跑隊



親子小組 — 於水上樂園和迪士尼樂園體驗親子樂



粵港澳大灣區禁毒高峰會 - 攜手邁向無毒明天



到東區感化辦事處介紹服務



社工鍾土禮(後左三)為明愛家庭服務 I-FAST工作組成員並籌辦專業研討會

保良局李兆基青年綠洲
向在職青年宣揚禁毒訊息本會義工與慈悲香港的義工
透過歌聲與分享在廟街宣揚
抗毒與愛的訊息快樂大使義工隊到鄰舍輔導會怡
欣山莊服務智障的院友

招募

我地義工活動係咪好精彩、好吸引、好有意義呢！想參加嘅你唔好猶疑，立即聯絡我地，一齊協助有需要嘅人，回饋社會，為善最樂，培養健康興趣啦！

等緊你呀！

聯絡及查詢：2382 0267 (李先生)



大家，江湖再見

撰文：社工黎少媚

當年黃毛丫頭一名的我入職了明愛樂協會這個大家庭，一轉眼原來已在這個大家庭工作了二十八個年頭，至明年四月便正式榮休了，時間過得真係飛快哦！多年來見證着樂協會不斷的改變及成長，對受吸毒問題困擾的個人或家庭無論在創傷支援及家庭系統上有更多專業培訓及發展，我堅信樂協會在未來能讓更多人得到幫助。

從來沒有想過會在同一個崗位上能夠工作超過五年的我，回望過往，真的有幸能夠陪伴著眾多抗毒朋友及家人經歷生命中的起跌與轉變，你們的淚水及展現出來的堅韌生命力都深深地打動著我，不單讓我感動亦讓我從你們身上學懂了生命真的可以有無限可能，無論昨天如何黑暗及潦倒，祇要仍能燃點著改變的心，經過不斷的努力，生命真的可以出現完全的逆轉，多年來我見證着一個又一個的生命轉變，相信這些都是讓我感動、讓我欣喜、讓我常存期盼以及讓我不捨得離開這個大家庭的原因吧。

面對離開雖然不捨，但我的心仍會與大家同在，為每一位在抗毒路上勇敢前進的您及家人們送上祝福，若面對灰心時刻，可以想像一下黎姑娘同你講的一聲：『加油哦，我知道你可以的』祇要不放棄，情況必定會好轉的，我堅信這一點！朋友們再見了，未來的我仍會繼續充實自己及擴闊視野，讓我們一起努力呀！

GOODBYE



服務質素標準

標準六：計劃、評估及收集意見

香港明愛家庭服務致力與服務使用者及社區建立合作關係，以鞏固及加強個別人士及其家庭的凝聚力以發揮其培育及保護的功能。

單位每年均會制訂年度工作計劃，透過職員會議、諮詢委員會、中心委員會、服務使用者諮詢會議或問卷、面談或日常接觸等方式，收集意見以改善服務或修訂工作計劃。

本年我們將在12月前，派發「明愛樂協會 - 2025-2026年度服務意見問卷」收集大家建議，為期一個月，你們的意見對我們非常重要。

同時，本單位將於2026年3月前舉辦最少一次服務使用者諮詢會議，聽取其對單位服務表現的意見，以作計劃新年度服務的方向和目標，敬請大家踴躍參與。

為了不斷提高我們的服務質素，我們分別設有服務意見收集表，供服務使用者表達對本單位工作的觀感，同時亦會邀請合作機構給予寶貴意見。

共十六條服務質素標準

中心提供服務質素標準借閱冊供借閱

*詳情請向
社工查詢



中心資訊

香港中心
灣仔軒尼詩道130號修頓中心12樓
Tel: 2893 8060 Fax: 2574 1726

九龍中心
黃大仙東頭邨耀東樓地下1-4號
Tel: 2382 0267 Fax: 2383 0983

9120 4747



香港中心
星期一、三、四：上午十時至下午六時
星期二、五：上午十時至晚上十時
星期六：上午九時至下午一時

九龍中心
星期一、二、三：上午十時至下午六時
星期四、五：上午十時至晚上十時
星期六：上午九時至下午一時

*星期日及公眾假期休息



歡迎Like、Share & Follow

Website



Facebook



Instagram

