

ENHANCING RELATIONSHIPS AND SELF-AWARENESS THROUGH DIGITAL PLATFORMS: A CASE STUDY OF CARITAS FAMILY SERVICE'S RELATIONSHIP UNIVERSITY



28 AUG 2025

JC SFL CARITAS FAMILY SERVICE FOCUS:



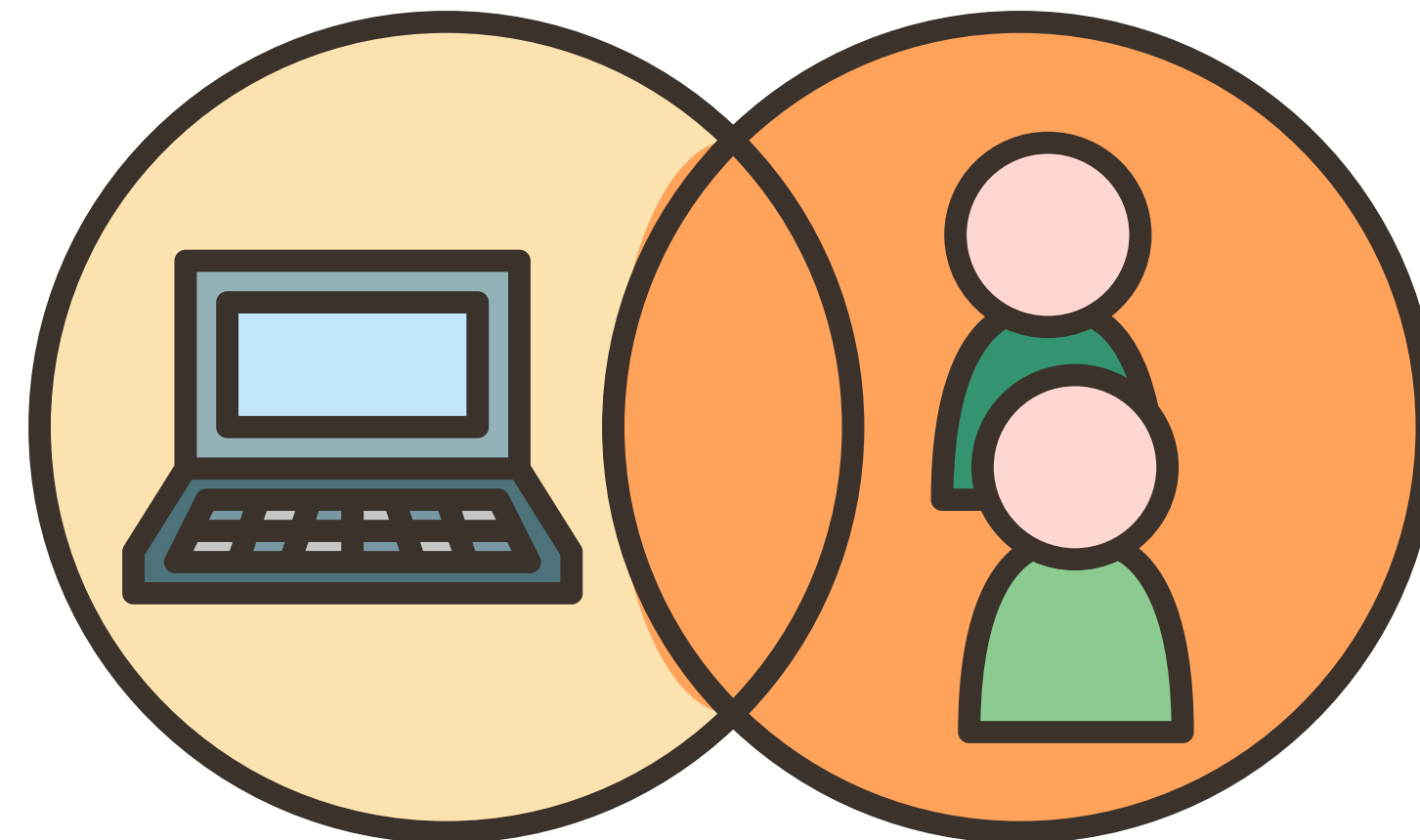
*Strengthen marriage &
family relationship*



*Engage more
individuals & families*



IFSC WORKFLOW ADVANCEMENT



A smart TV in IFSC reception

Caritas Family Service *created a portal for connecting the users*



Family Port/ Family Portable 至家港

於遊戲中經驗快樂時光



彩虹咪遊戲

「優悅種子」品格優勢教育



認識品格優勢促進親子關係

留下珍貴的時光並即時下載



Duck威照相館

閱覽建立夫婦親密的錦囊



Marriage+



策劃及捐助 合作夥伴

賽馬會智家樂計劃
Jockey Club SMART Family-Link Project

香港賽馬會慈善信託基金

香港明愛
Caritas HONG KONG

隨時都可以到至家港休息下

至家港 手機版 Family Portable 正式面世

【至家港 FAMILY PORTable】

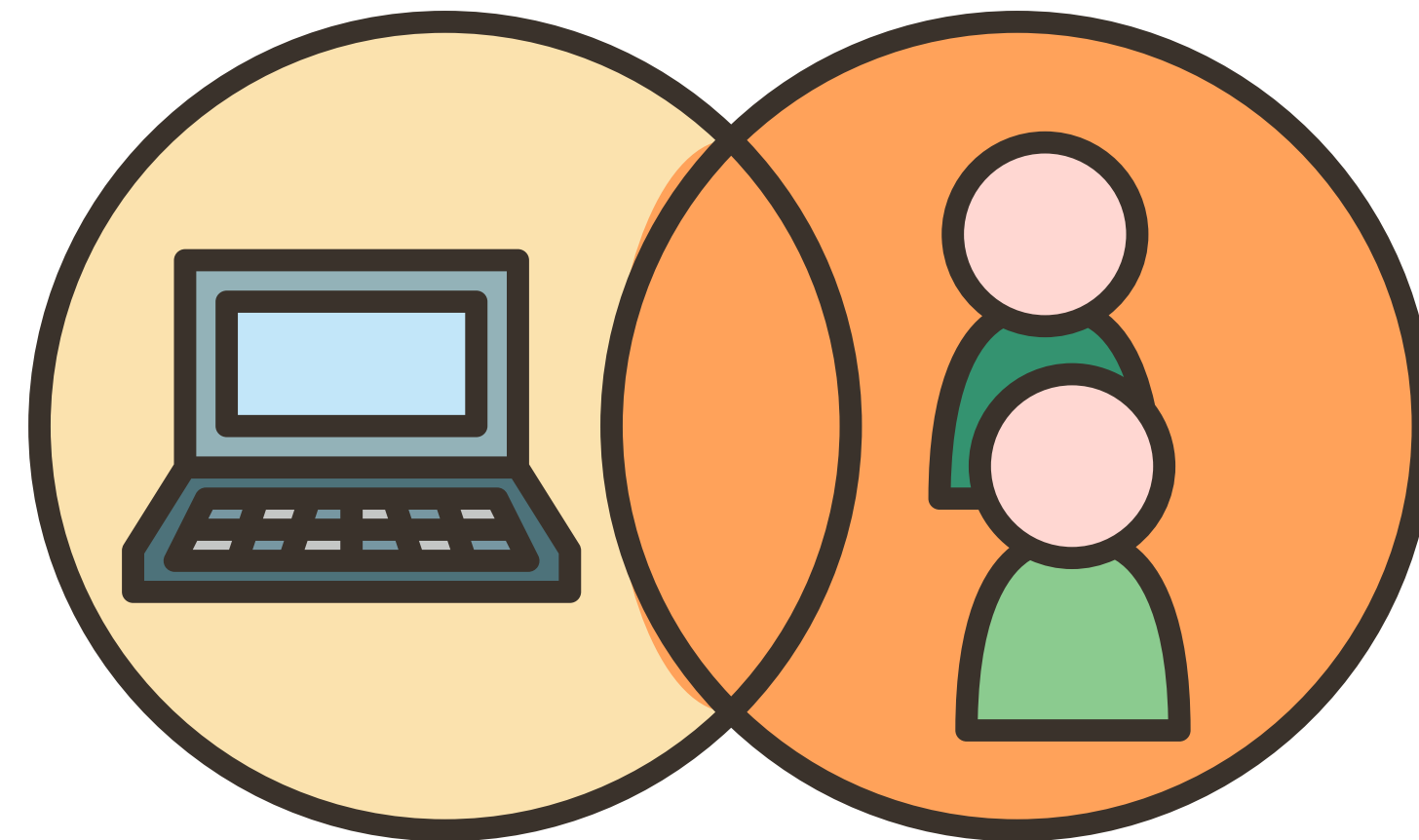
三大功能：

- 1 瀏覽最新活動即時報名
- 2 隨心移動傳送關心訊息
- 3 了解社區資源尋求協助

#我哋 #一齊 #再起航

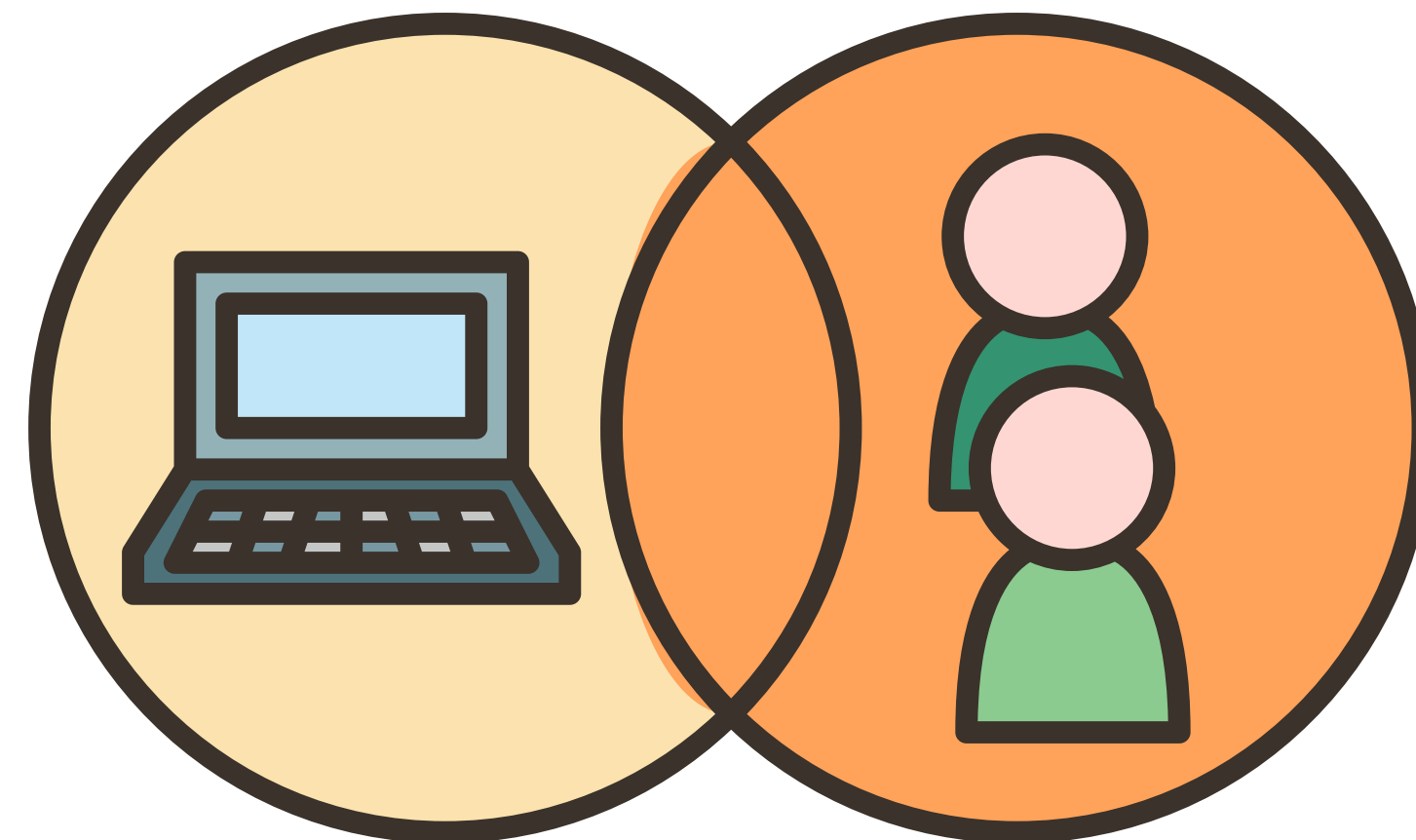
IFSC plays a proactive role in reaching out the users and provide supports

BLENDED MODE INTERVENTION



MARRIAGE FOCUSED E-BOOK (SELF-HELP PROGRAM)

IMPACT ASSESSMENT



我願意！

立即瀏覽



《我願意+》《Marriage +》
(新婚篇) 婚姻自學電子書



當說出「我願意」後，還有更多東西需要夫婦一同發掘，
為婚姻「加添」信心、信任、認識、新意、力量及辦法，來一起走過婚姻高低。



SUPPORTED BY CARITAS FS



香港明愛家庭服務
Caritas Family Service



社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department



香港明愛
Caritas
HONG KONG

Press Conference on “Marriage Plus” for newlyweds (e-Book) : 15 May 2024



BLENDING MODE INTERVENTION - MARRIAGE PLUS FOR THE NEWLYWEDS: FINDINGS FROM THE RESEARCH



➡ **Males increasingly perceived their spouse's involvement** in sharing daily tasks.



➡ Significant improvements were observed in **females' strategies on emotion regulation and marital commitment.**



➡ Compared to the control group, the experimental group showed **a significant increase in marital satisfaction.**

Low Dosage High Impact

BLENDDED MODE INTERVENTION - MARRIAGE PLUS FOR THE NEWLYWEDS: FINDINGS FROM THE RESEARCH



Participants *felt satisfied to receive service for marriage enrichment through the e-book (format) “Marriage Plus” for the Newlyweds.*



Male participants reported that “Marriage Plus” facilitated positive couple communication.



Male participants found it convenient to learn and revise the tips/insights learnt from “Marriage Plus” for the newlyweds that enhance the couple relationship.



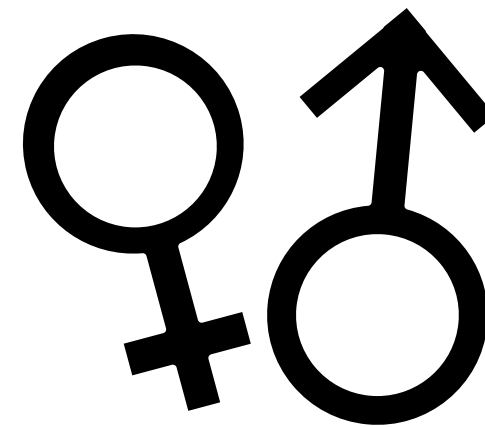
Participants recognised that "Marriage Plus" was *helping them tackle the challenges of marital life.*

LEARN FROM MARRIAGE PLUS ABOUT THE USE OF ICT IN THE SERVICE



Full autonomy

- *Join the program/ service anytime & anywhere*
- *Retrieval and revision*



Gender Sensitivity

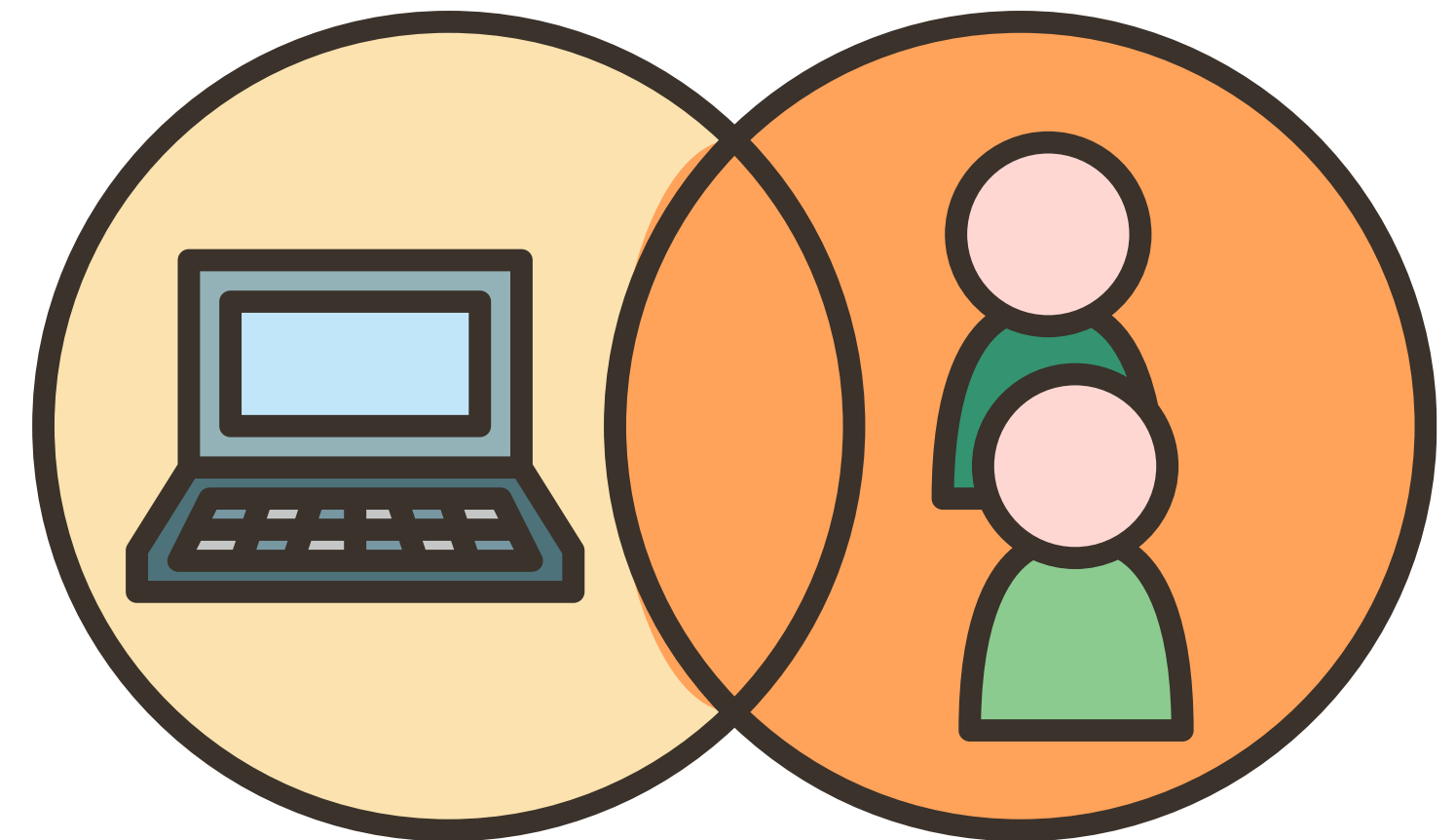
- *Graphic design*
- *Content*
- *Format*



Complementarity

- *Virtual world and in-person encounters*
- *irreplaceable*

BLENDED MODE GROUP



HYBRID MODE INTERVENTION

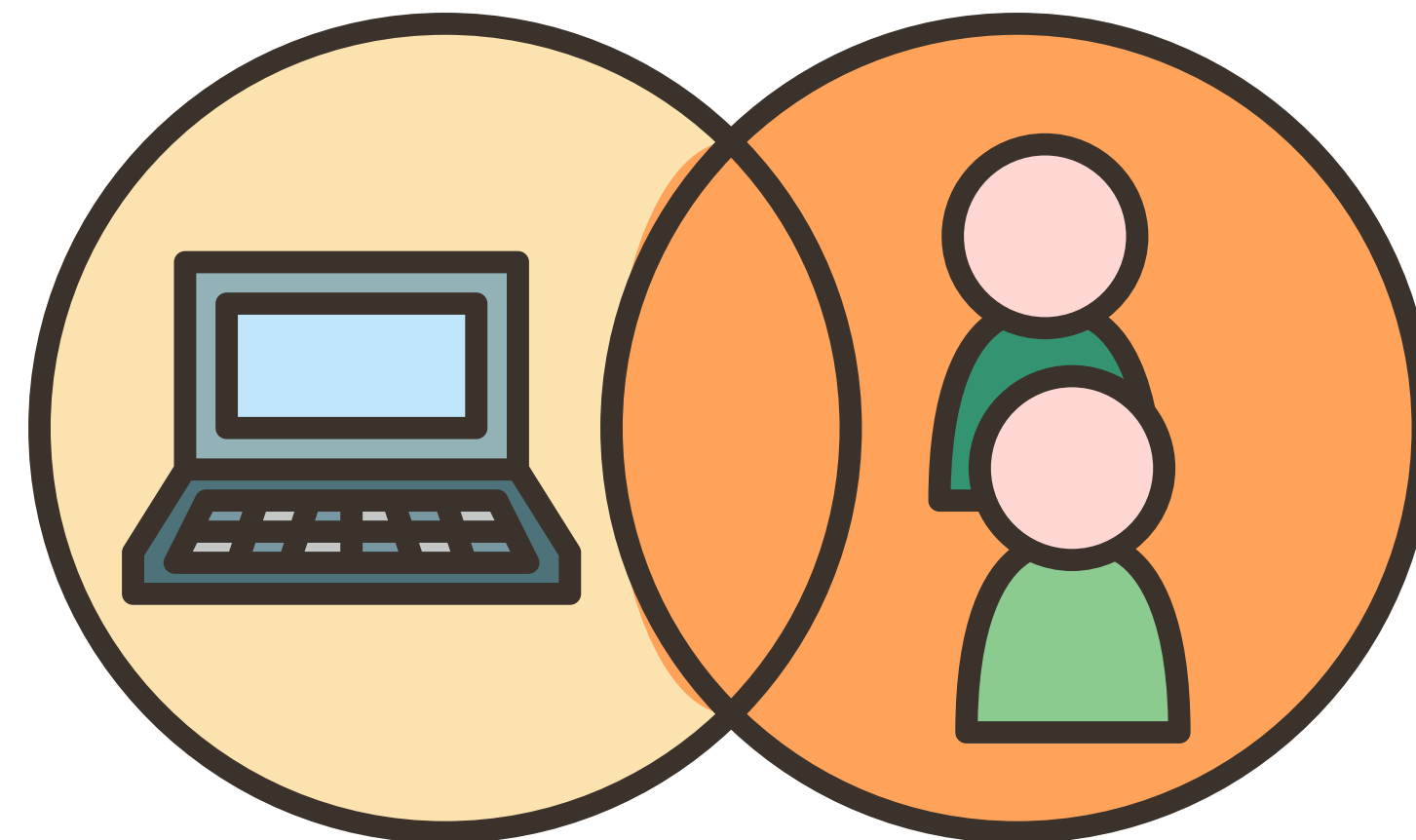


「當愛情故事走進0243」夫婦填詞體驗小組

SOCIAL MEDIA

REBRANDING

COMMUNITY EDUCATION



JC SFL CARITAS FAMILY SERVICE FOCUS:



*Strengthen marriage &
family relationship*



*Engage more
individuals & families*



Love needs practice

愛可以學

A project for studying relationship

建立一個學習關係的入口

一個學習自我覺察、自我照料、與他人建立關係的平台

A platform to learn self-awareness, self-care and relationship establishment

[illegible]

#情感大學

#RELATIONSHIP.UNIV

Relationship #情感大學 Univ.

www.re-u.caritas.org.hk

#開課中 #全面招生

FOLLOW
US



More Info 更多資訊

“Relationship University” is a branding project that the Caritas Family Service launched in November 2023. Guided by its vision that "Love needs Practice", it serves as a platform for individuals to practice self-awareness, self-care, and relationship establishment. It reflects the innovative, youthful, and professional approach of Caritas Family Service in promoting relationship education.

ReU Platform:

Website: <http://www.re-u.caritas.org.hk>

Instagram: @relationship.univ



賽馬會 Jockey Club
SMART Family-Link Project
智家樂計劃



香港明愛家庭服務
Caritas Family Service



社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department

#RELATIONSHIP.UNIV

#情感大學

情感大學是一個學習、思考、連結自己與情感的地方。
Relationship Univ. is a space to learn, meditate, connect with
yourself and the love you need.

[#情感大學](#)[#RELATIONSHIP.UNIV](#)

賽馬會 Jockey Club
智家樂計劃
SMART Family-Link Project

策劃及捐助



香港賽馬會慈善信託基金

合作夥伴

[#課程 #COURSES](#)[#SELF-KNOWLEDGE 自我認識](#)[#SELF-THERAPY 自療](#)[#DATING 情愛](#)[#MARRIAGE 婚姻](#)[#FAMILY 家庭](#)[#AGING 熟年](#)[#SOCIAL 社交](#)



relationship.univ

Follow

Message



300 posts

8,153 followers

91 following

情感大學 Relationship Univ.

@relationship.univ

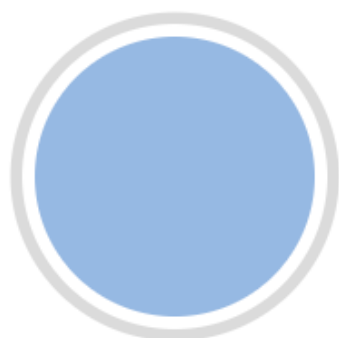
疏理情感，掌握生活的基本。

文章分享 | 書籍推薦 | Podcast | 線上線下活動

Love needs practice 愛可以學

Project by 香港明愛家庭服務 @caritashkfamilyservice ... more

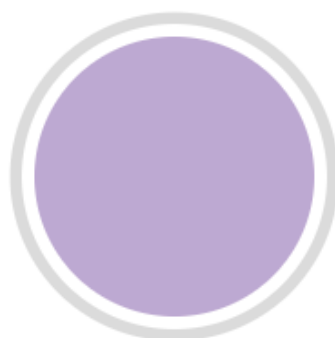
linktr.ee/fsrelationuniv



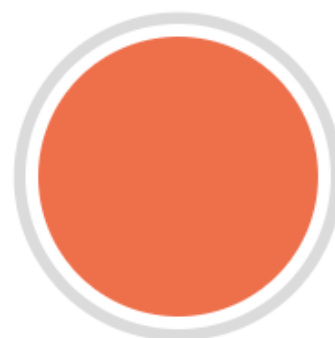
#自療系



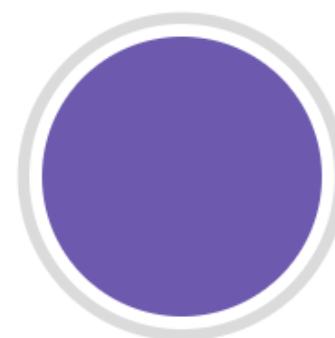
#情感自修室



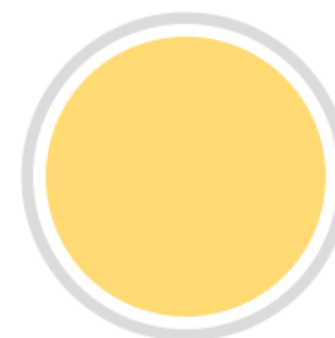
#社交系



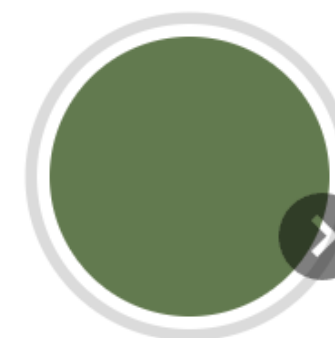
#情愛系



#婚姻系



#熟年系



#自我認識系

#RELATIONSHIP.UNIV

#情感大學



relationship.univ 2025-3-26

兩個人相處越幼稚（例如鬥嘴、開玩笑、講Baby Talk），其實感情會越穩定！

根據心理學家 Dr. Dacher Keltner 喺2009年出版嘅書《Born to Be Good》中提到：兩個人相處越幼稚（例如鬥嘴、開玩笑、講Baby Talk），其實感情會越穩定！為什麼？因為這些行為不是單純無聊，而係偷偷激發童年時期和父母互動的感覺，甚至喚醒對方對母愛的情感記憶。這些行為可以刺激腦部分泌出「苯乙胺」（Phenylethylamine，簡稱PEA），它是「愛情化學劑」，令人大腦自動產生「我墮入愛河」的甜蜜感覺。簡單來說，「愛稱」可以有助重新燃起愛火！

留言續 ~ 1/2

❤️ 3,442 💬 7 ↻ 192 ▼ 2,271



Likes and reactions - 3442



Comments - 7



Shares - 2271



dickyau_ 2025-3-26

@jlnho1

❤️ 6 💬 1 ↻ ▼



jlnho1 2025-3-26

babe Im dyslexic can you tldr ts 翻譯

❤️ 3 💬 1 ↻ ▼



dickyau_ 2025-3-26

Basically, we go dumb dumb, we love good good 翻譯

❤️ 3 💬 1 ↻ ▼



jlnho1 2025-3-26

ok :3

❤️ 1 💬 ↻ ▼



sunday.gary 2025-3-26

有趣

❤️ 5 💬 ↻ ▼ 2



micah_doo 2025-3-27

我會覺得對方把我當小孩然後更容易吵架 🤔

❤️ 2 💬 ↻ ▼

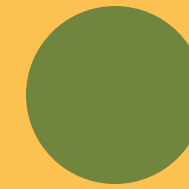
情感大學是一個學習、思考、
連結自己與情感的入口。

#大學課程

在課程中學習；在生活中實踐。



學習情感的原因，在於回到那些影響生活的核心課題。瀏覽我們的Instagram、Facebook或網站以點閱課程，以瞭解自己更多。課程分為七大命題，包括：



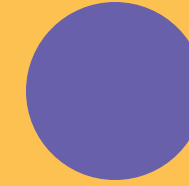
#SELF-KNOWLEDGE自我認識:
認識自己，是建立關係的基本。



#SELF-THERAPY自我療癒:
尋找療癒和內心的平靜。



#DATING情愛:
有關情愛，你想要知道的一切。



#MARRIAGE婚姻:
婚姻，到底是怎樣一回事？



#FAMILY家庭:
做人父母甚艱難，為人子女一樣難。



#SOCIAL社交:
在這個越來越孤獨的時代，社交和社群為什麼重要？



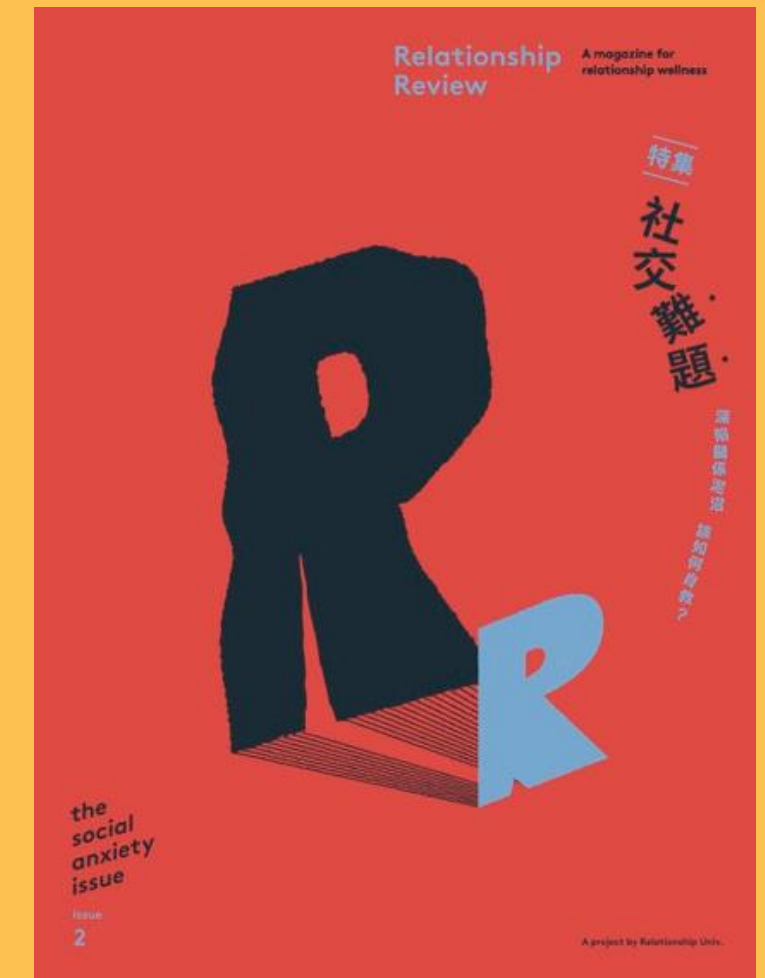
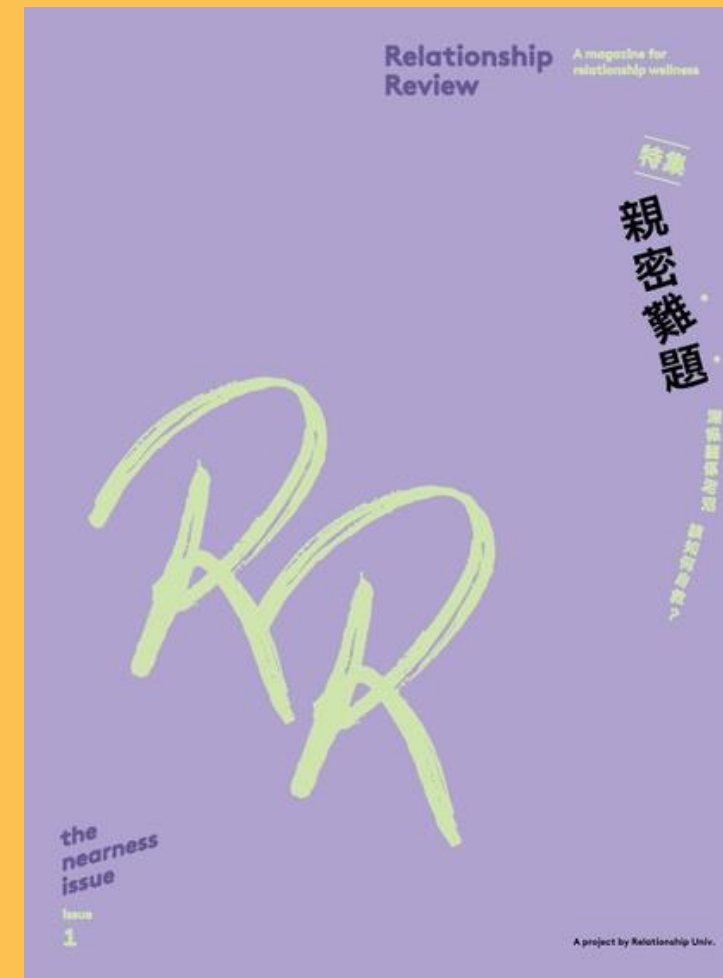
#AGING熟年:
熟年生活，是一門值得花時間研究的藝術。



#RELATIONSHIP REVIEW

一系列深入探究不同情感命題的雜誌。

情感大學推出的全新實體雜誌系列，專注探討親密關係、家庭、友誼及職場互動等主題。每期聚焦不同關係議題，結合建議與實用技巧，幫助讀者反思及疏理關係困難，建立真實連結與自我成長。首期特集《親密難題：深陷關係泥沼該如何自救？》現已推出，和讀者一同探索關係的奧秘，打造更和諧的情感生活。



#情感GYMROOM

鍛煉「關係肌肉」的重訓練習。



在情感的世界裡，關係就像一塊肌肉，需要不斷鍛煉才能強韌而柔軟。情感GymRoom邀你透過精心設計的線上線下活動與小組練習，用心探索親密關係、家庭互動與自我情感等議題，讓每一次相處都更有力量與溫度，為參加者的情感世界加一點韌性與柔情。

#情感CLINIC

放個情感假，適時行開下。



在繁忙的現代生活中，工作壓力、人際關係和家庭責任往往令我們忽略自身的情緒健康。情感Clinic的設立，旨在為大家提供一個「情感假期」，幫助他們重新審視自己的情緒需求，並學會以更健康的方式處理壓力與人際關係。

#情感自修室

從「他們」的故事學習如何去愛。



情感自修室旨在通過輕鬆易懂的影片內容，引領觀眾深入探討情緒與人際關係的課題。我們邀請來自不同領域的名人，來一場他們在情感與關係中真實經歷的深刻對話，並從中反思與學習，讓觀眾透過這些真摯的分享，學習如何更好地理解自我與他人。



#情感REG DAY

走進社區，讓大眾開始連結自己。

我們會於不同地點擺設為期一至兩日的攤位，透過自家製作的「人際關係隱藏角色心理測驗書」，幫助參加者了解自己在人際關係中的相處慣性，作為認識自我的第一步。活動曾走訪多間大學及公眾場所，深受參加者歡迎，讓更多人探索到關係中的自己，邁向更長遠穩定的情感生活。



曾合作單位及學校：

PMQ

南豐紗廠

香港恒生大學

香港都會大學

香港浸會大學

聖方濟各大學

香港大學社會工作及社會行政學系

2025-2026學年已確認合作大學單位：

香港中文大學

香港科技大學

香港理工大學

情感不簡單，關係很複雜。
疏理情感，掌握生活的基本。

#情感自修室

從「他們」的故事學習如何去愛。

情感自修室旨在通過輕鬆易懂的影片內容，引領觀眾深入探討情緒與人際關係的課題。我們邀請來自不同領域的名人，來一場他們在情感與關係中真實經歷的深刻對話，並從中反思與學習，讓觀眾透過這些真摯的分享，學習如何更好地理解自我與他人。



卓亦謙 《年少日記》導演



曾慶宏 《過時·過節》導演



Minnie Wong 網絡KOL



曹星如 拳擊選手



肥肥人 網絡KOL



智將情侶 Youtuber



黃綺琳 《填詞L》導演



謝雅兒 唱作歌手



潘宗孝 網絡KOL

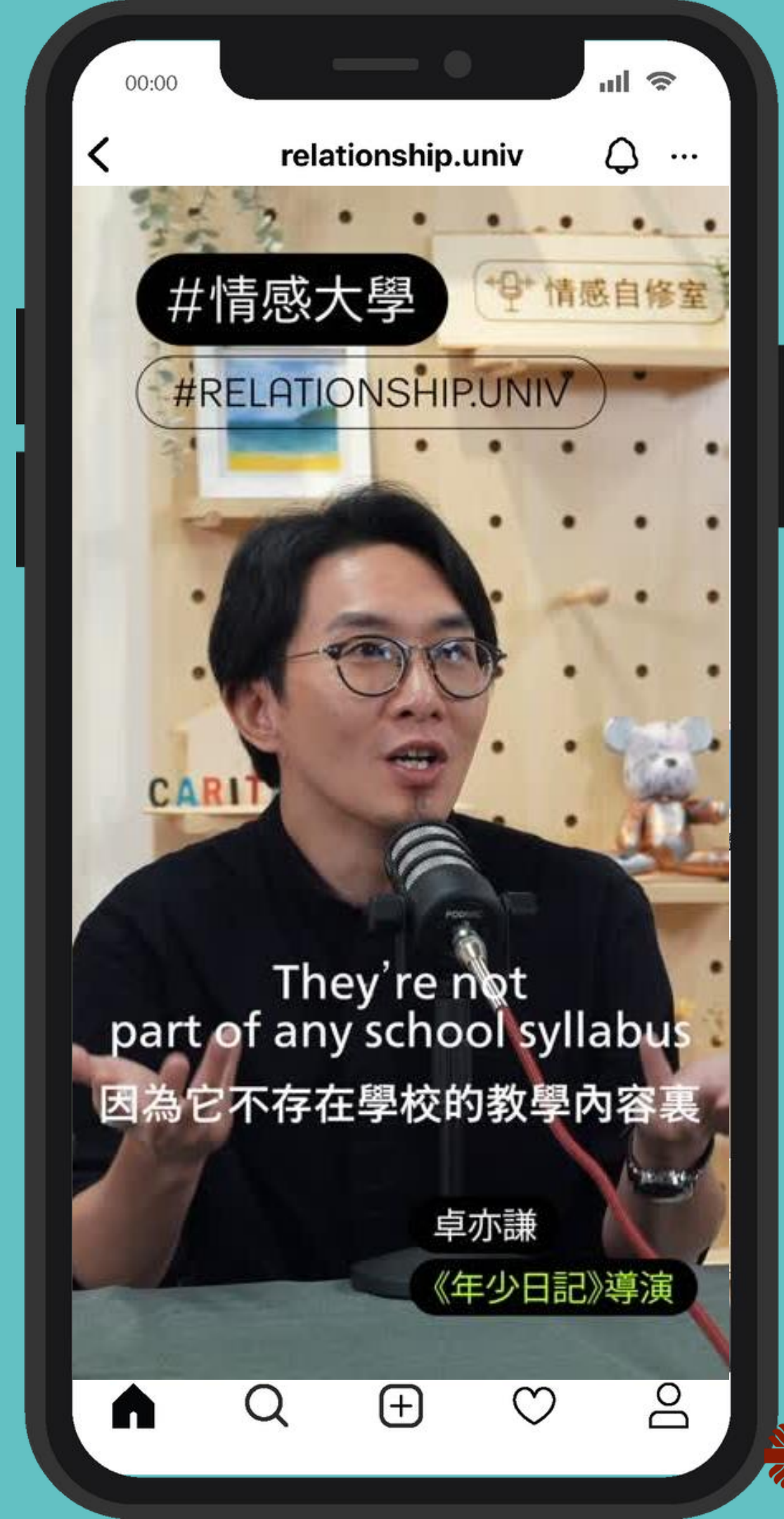


Serrini 唱作歌手



#情感大學

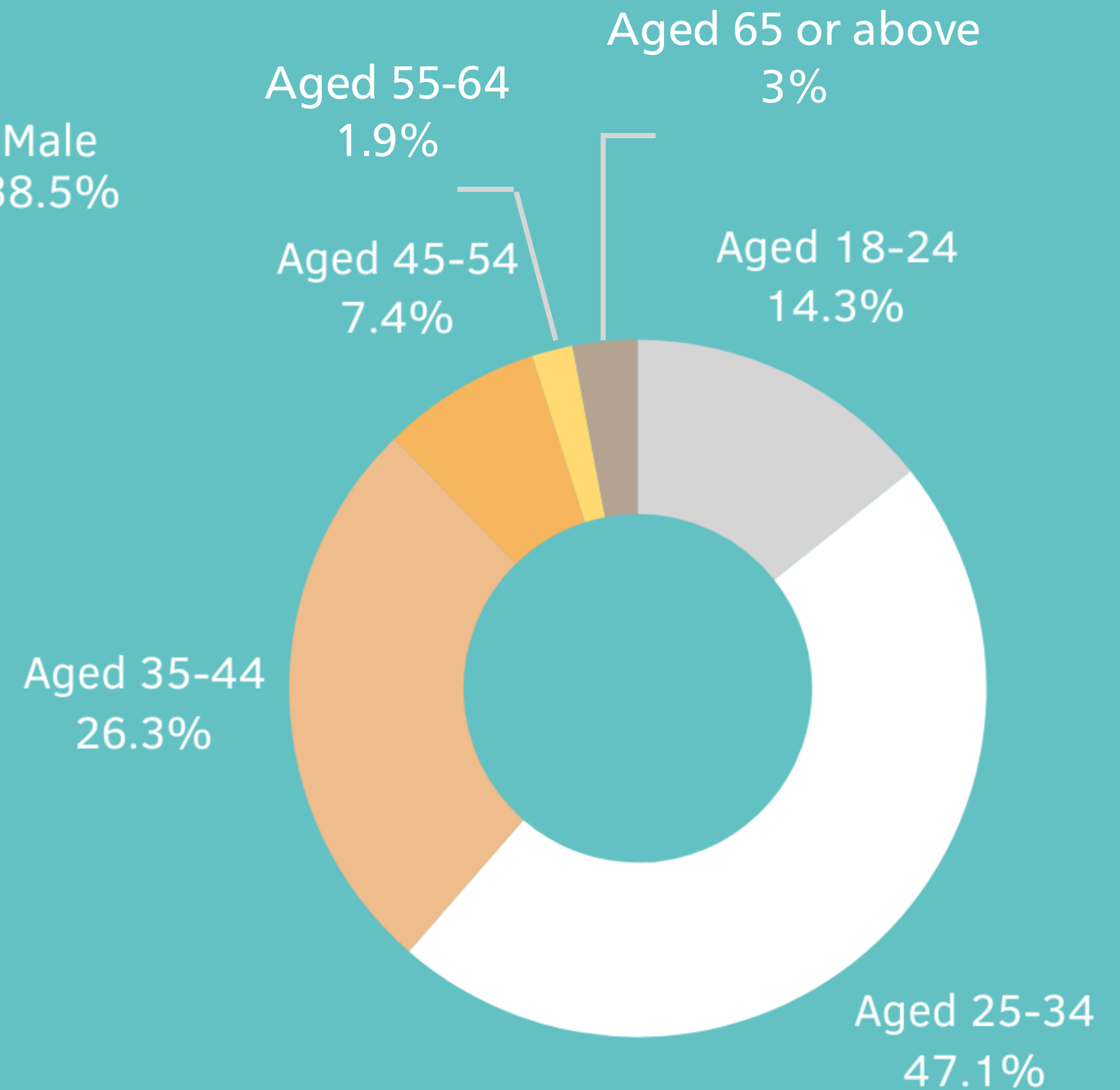
#RELATIONSHIP.UNIV



Instagram Data Report

Instagram Follower

8,235



513.3K

Reach

The number of likes or reactions, saves, comments, shares and replies on your content.

51.8K

Content Interaction

Reach is only counted once if it occurs from both organic and paid distribution.



Views and reach - 15973



Likes - 668



Shares - 385



Saves - 761

#情感大學

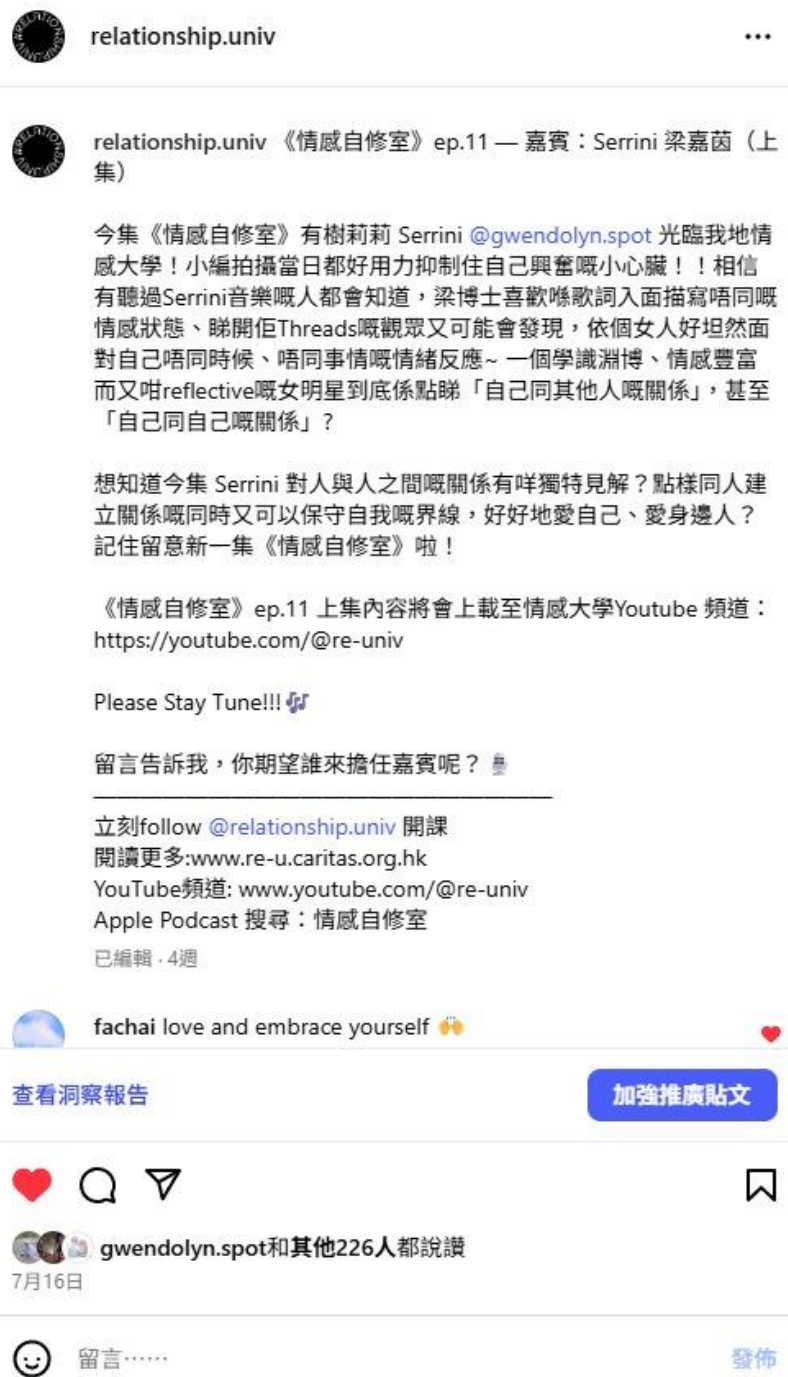
嘉賓

梁嘉茵

SERRINI

#情感自修室

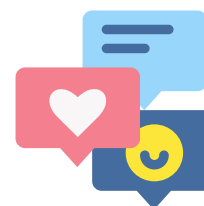
EP.11



Views - 28426



Likes and reactions - 227



Comments - 2



Shares - 42



Saves - 43

#情感大學

#RELATIONSHIP.UNIV

愛就是不可以失去自己

Ernest

試當真成員

346K

#情感大學

#RELATIONSHIP.UNIV

16.7K 83

愛就是不可以失去自己

Ernest

試當真成員



Views - 346260



Likes and reactions - 16778



Comments - 83



Shares - 9464



Saves - 3299



Views - 6529



Likes - 186



Comments - 10



Shares - 56



Saves - 28

Posts
relationship.univ

relationship.univ

#情感大學@活動招募

#返工要忍
#MOCKTAIL要飲
#無酒精
#如非社畜立入禁止

社畜MOCKTAIL工作坊
2025年7月18日@沙田
2025年7月25日@香港仔

沙田 ST25P0043
香港仔 A25P0089

#情感CAN

View Insights Boost again

118 1 67

relationship.univ 各位職場人，是否感到每天都在重複

From online connection to live participation in centre service



Views - 29,687



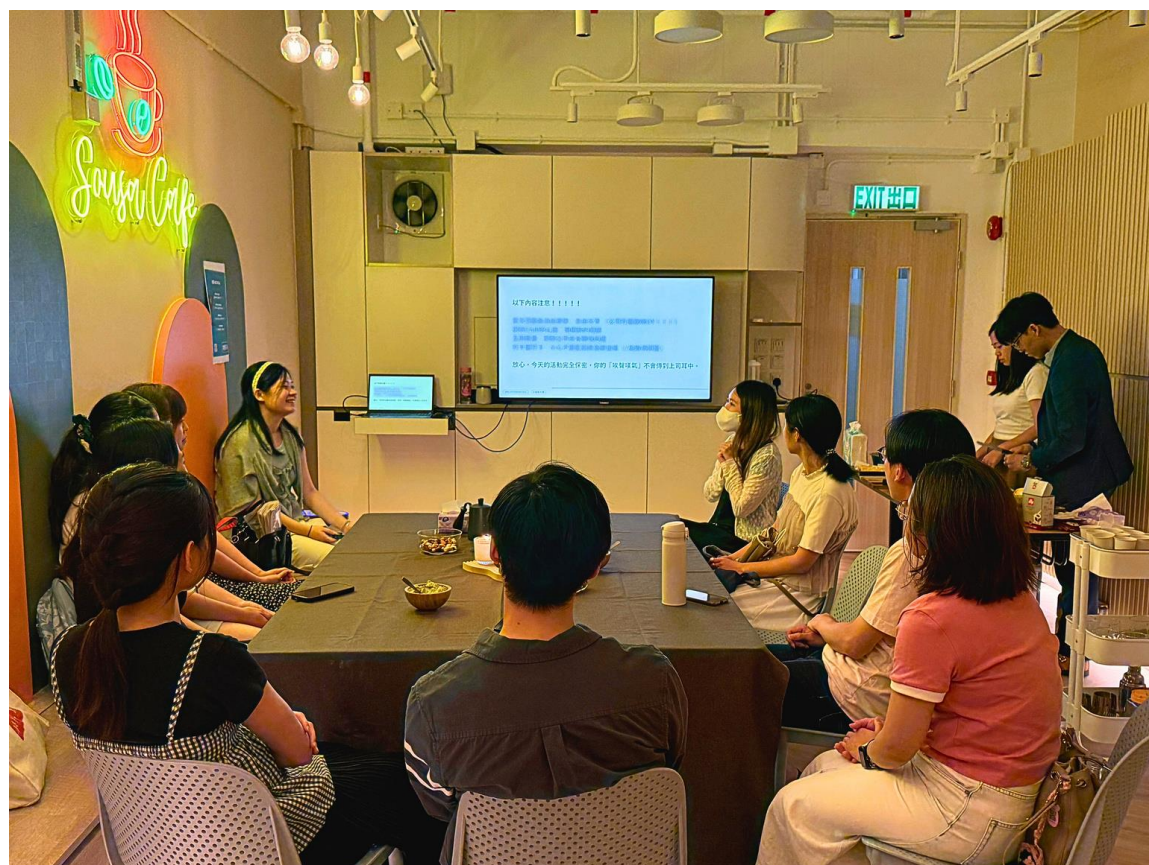
Likes - 118



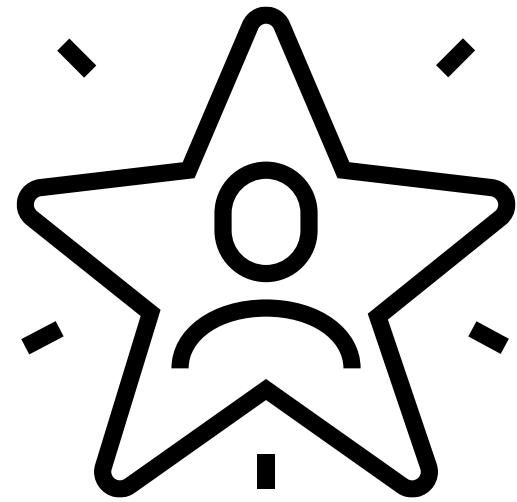
Shares - 67



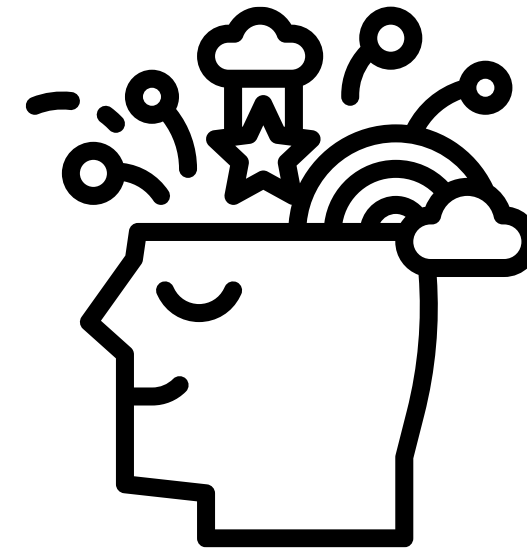
Saves - 60



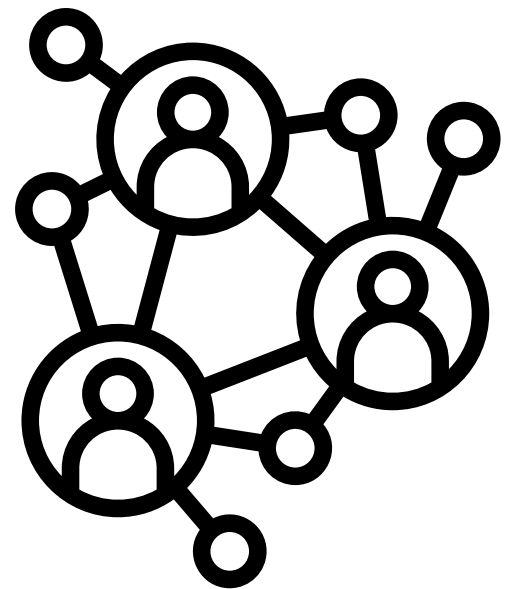
HIGHLIGHTS OF BLENDED MODE INTERVENTION



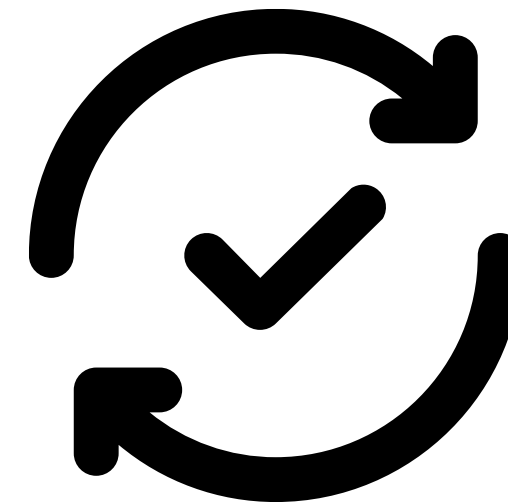
**Multi professional
collaboration**



Creativity



**Extended our
service coverage to
the target service
clientele**



**Refresh and rebuild
the image of IFSC/
Family Services**

SERVICE DEVELOPMENT UNDER INTEGRATION OF ICT

➡ *OPTIMISATION OF THE IMPACT OF FAMILY SERVICE*

- PROACTIVE ROLE OF FAMILY SERVICE
- FREASH IMAGE OF IFSC

➡ *SYNERGY EFFECT UNDER CROSS PROFESSIONAL COLLABORATION*

- NEW IDEAS & CREATIVITY
- INNOVATIONS

SERVICE DEVELOPMENT UNDER INTEGRATION OF ICT

➡ *COMPLEMENTARITY : VIRTUAL REALITY AND IN-PERSON ENCOUNTERS*

- IRREPLACEABLE
- EXPAND THE IMPACT AND EFFECTIVENESS
- GENDER NEEDS

➡ *GENDER SENSITIVITY*

- SERVICE DESIGN
- SERVICE MODE

CONSTRAINTS

1/ multi professional work

~ KNOWLEDGE & TECHNOLOGY

2/ social media “blind Point”

~ uncertainty & flexibility

3/ internal pressure:

~ manpower → Additional vs ordinary

→ TRADITION VS ADVENTURE

~ RESOURCES → BUDGET CUT, INVESTMENT

**THANK
YOU**