



# 教育 連繫 身心靈

Education  
Connecting  
Body Soul Spirit



HONG KONG  
WALDORF EDUCATION  
TRAINING CENTRE  
香港華德福教育培訓中心

香港華德福教育培訓中心  
Hong Kong Waldorf Education Training Centre

W [www.waldorfetc.com](http://www.waldorfetc.com)  
E [info@waldorfetc.com](mailto:info@waldorfetc.com)  
T (852) 36860136



May my soul bloom in love for all existence

~ Rudolf Steiner ~



## 我們是 We are

香港華德福教育培訓中心  
Hong Kong Waldorf Education Training Centre  
成立於2016年。提供國際認證的教師培訓課程，讓有志投身華德福教育的人士得到專業進修機會。中心亦致力連繫各華德福學校，促進整個社群發展。同時，我們舉辦各類形教育活動，接觸不同社會界別，讓公眾更認識我們，希望將華德福教育植根香港。

# 課程 Programmes

## 教師培訓 Teacher Training

國際認可的教師培訓課程，由來自世界各地的經驗導師教授，為在職教師及有志投身教育工作的朋友，提供一個學習及實踐華德福教育的機會，促進他們的自我成長及事業發展。

## 優律思美 Eurythmy

是新生的表演藝術，在悠揚樂曲及優美動作中得到心靈滋養。讓我們在動與靜之間達到內心的平衡、協調、和諧。

## 人智學 Anthroposophy

是當代的生活哲學，藉著解答「人是甚麼？」，啟迪我們開展更有意識的生命，關顧自然萬物。在尋找更高理解的過程中，掌控自我，成為真正自由的人。

## 生命歷程 Biography

是一套個人成長工具，解答生命疑問。在整合過去不同生命階段的經歷中，協助我們找到更清晰的路向，使人能踏實地走進未來，過更有意識的生活。

## 波特曼運動 Bothmer Gymnastics

通過特定的運動練習，訓練身體的平衡及協調能力，方向及空間感知。以堅定身體承載內在的心靈及精神，走上自我發展之路。

## 華德福手工 Waldorf Handcraft

活用不同技巧及材料，配合周邊環境，學習如何發揮美感，營造出一個溫暖空間，教育孩子，並提升個人修為。

## 教師培訓 Teacher Training

舉辦月份 1月 · 4月 · 7月

### 華德福幼兒教育教師培訓課程 Waldorf Early Childhood Teacher Training Programme

這是3年兼讀制課程，450小時面授教學，以英語作為主要教學語言。課程分為9期，涵蓋華德福幼兒教育的不同範疇。第1年課程將會由教育理論開始，學習人的意識發展及兒童成長歷程。之後逐一學習不同教育專題，包括語言、特殊教育、藝術技巧。課程並會教授各樣幼稚園日常的實務工作，例如校園管理、教學技巧及課程編寫等，令整個課程在理論及實踐兩方面兼備。

課程認可  
國際華德福幼兒教育聯盟  
International Association for Steiner/ Waldorf Early Childhood Education ( IASWECE )

“這個星期所學到的，  
比我這輩子學到的知識都還要多”

黃蘭心 (新加坡同學)



Bella Tan (菲律賓)

為未來而教

Education  
For Our  
Future

# 優律思美 Eurythmy

舉辦月份 2月 · 8月

## 優律思美基礎課程 及 深化課程 Eurythmy Foundation and Deepening Courses

優律思美是從人智學Anthroposophy發展出來的一個新生表演藝術，也是華德福教育中的重要課程之一，適合不同人士去學習。優律思美Eurythmy此字源自希臘文，意指和諧有韻律的動作，所以，這藝術活動更被形容為看得見的语言(Visible Speech)，看得見的音樂(Visible Music)。在課堂中，你會經驗律動、詩歌、樂曲之美。在動與靜之中，讓你達至心身靈放鬆，找到內心的平衡、協調、和諧。

課程由資深優律思美導師賴心詩女士教授。

“以優律思美的精神對待生活，讓生命發光。”

————— 崔嘉敏 (香港同學)

看得見心靈

Visible  
Speech  
Visible  
Music



# 人智學

## Anthroposophy

舉辦月份 11月

一期一會  
One Encounter One Chance

Anthroposophy一詞源自希臘文，Anthropo是「人」，Sophy指「智慧」。這套理論是由奧地利哲學家Rudolf Steiner所創立的，是一門靈性科學。它補充了自然科學以外的知識。透過科學的方法來研究人類的精神存在、物質世界與宇宙的現象，從而對自然界及宇宙的一切產生感恩與尊敬的心。

每年課程以不同主題進行，通過主課堂講解，藝術活動，分組對話，以及身體運動；以不同方式去理解生活實相，運用自身的各種能力(思考、情感、身體)去學習。

因應主題，課程每年由不同導師教授，過去導師包括Jake & Bella Tan (菲律賓)，Louise deForest (美國)，Benno Nijhuis (荷蘭)，余湛權Mark Yu (香港)

*“To truly know the world, look deep within your own being.  
To truly know yourself, take a real interest in the world.”*

————— Rudolf Steiner (1861-1925)



Louise deForest (美國)

人的  
更高  
智慧

Seeking  
for Higher  
Knowledge

# 生命歷程 | 波特曼運動

Biography | Bothmer Gymnastics

舉辦月份 6月 · 12月

課程就著人的身Body、心Soul、靈Spirit發展模式，描繪出一個生命藍圖。從中給予我們一個啟示，每個人在不斷學習、發展、成長，及轉化的過程中，都不知不覺地活在一個特定的節奏內，這好比是一種“精神的呼吸”。每天的生活由外在事件及內心反映互相交織，組成每個人獨特的生命歷程Biography。我們會把生命歷程揉合在波特曼運動Bothmer Gymnastics之中，透過運動身體整合學習經驗，使我們更感知內在能力，更有勇氣、有意識地掌管生命方向。

課程由導師余湛權 Mark Yu教授。

*“I sense that the forces from the spiritual world connecting to our physical body”*

*“It allows me to understand my past from a different perspective”*

同學回應



余湛權 (香港)

流動中發現

Journey to  
Discovery

## 華德福手工 Waldorf Handcraft

舉辦月份 5月 · 10月

手可以創造，手可以療癒，手可以給予，手可以承傳...

華德福老師要學會用手，去把溫暖、愛和關心傳遞給身邊每一位孩子。長久以來，手就扮演着一份很重要的工作，古往今來，我們用手去將所有想像出來的事物變成實物。多用手來工作，我們可以抓緊內心的平衡，把實用與美融為一體，使心裏的溫度可以呈現；傳開去。

布偶Table puppet、提線偶Marionette、羊毛娃娃Felt doll、手抱娃娃Sleeping doll、天然漂染Natural dye、花藝Flower arrangement、編織Knitting and Crochet等等，不單止提升我們運用手技巧，更可以把我們身上沉睡了的能力重新喚醒，創造出心靈的平靜與和諧。

課程由導師鄭美能Pinky Cheng教授。

*“Now I walk in beauty  
Beauty is before me  
Beauty is behind me  
Above and below me”*

鄭美能 (香港)

手心創造美

Create  
Aesthetic  
Experience



## 來自世界各地的老師團隊



Thanh Cherry  
越南



Bella Tan  
菲律賓



Jake Tan  
菲律賓



Abhisree  
Charanjavanaphet  
泰國



Silvia Jensen  
巴西



Louise  
deForest  
美國



John Stolfo  
美國



Monika  
Knicker  
德國



Benno Nijhuis  
荷蘭



Eldbjørg  
Paulsen  
挪威



Kathy  
MacFarlane  
紐西蘭



Bernadette  
Raichle  
紐西蘭



Christine  
Moginie  
紐西蘭



Adam Chan  
澳洲



Shirley Bell  
澳洲



Connie  
Grawert  
澳洲



Michael  
Burton  
澳洲



Barbara  
Baldwin  
澳洲



張浩  
中國



周遠斌  
中國



詹前轍  
台灣



賴心詩  
台灣



鄭美能  
香港



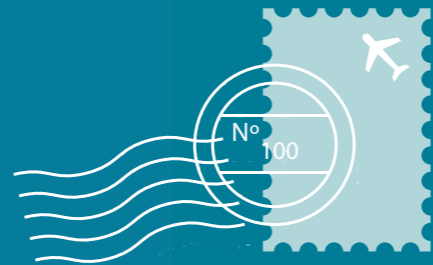
余湛權  
香港

“To create a world where we recognize the individuality of each person, the equal rights every human being has and the ability to work together to create true communities.”

Kathy MacFarlane (紐西蘭)



# 讓華德福教育植根香港



我們舉辦了華德福100週年慶典！

We organised Waldorf 100 Hong Kong!

WALDORF 100 | LEARN TO CHANGE THE WORLD

