

「『家』多點守護」- 家長網上工作坊

為了加強家長作為子女重要守護者的信心及技巧，教育局教育心理服務組將於 2 月份舉辦「『家』多點守護」- 家長網上工作坊，是次共分四場的工作坊，其內容主要為針對中四至中六學生的需要，提升家長應對子女在精神健康方面支援的技巧，給予子女適當的回應和適時尋求專業人士的協助。

日期：2023 年 2 月 17 日、2 月 24 日、3 月 3 日、3 月 10 日（星期五）

時間：上午 9 時 30 分至 11 時 30 分（上午 9:15 開始登入）

對象：中四至中六學生的家長

講者：江偉賢博士(臨床心理學家)

形式：以 Zoom 進行

費用：免費

節次	日期	內容
一	2023 年 2 月 17 日 (星期五)	● 青春期子女的情緒變化 ● 家庭對於青春期子女在精神健康發展方面的重要性和父母角色的定位 ● 父母如何辨識子女面對精神健康問題的訊號
二	2023 年 2 月 24 日 (星期五)	● 青春期子女的成長發展階段及父母需關注的情緒困擾特徵 ● 以實證為本的策略，用青春期子女受落的方式緩解情緒/精神健康困擾
三	2023 年 3 月 3 日 (星期五)	● 面對子女受情緒/精神健康困擾時的即時應對技巧 ● 與子女建立有效的溝通模式以助處理其情緒困擾、衝突和對抗行為
四	2023 年 3 月 10 日 (星期五)	● 如何兼具情與理，在與青春期子女相處中管教而不失關係 ● 如何透過自我關顧去提升自己幫助子女的能力 ● 專業人士的介入角色及家校合作的重要性 ● 社區資源介紹

報名日期：2023 年 2 月 8 日前，先到先得

有興趣參加的家長可經以下連結報名：

<https://forms.office.com/r/KMWsZmp7nQ>

已獲取錄的家長將於工作坊舉行前一星期內收到登入資料的電子郵件。

