



H.K.T.A. TANG HIN MEMORIAL SECONDARY SCHOOL

香港道教聯合會鄧顯紀念中學

URL 網址: <http://www.tanghin.edu.hk>

Choi Yuen Estate, Sheung Shui, N.T. 新界上水彩園邨

Tel.: 26726820 Fax: 26720711 Email: school@tanghin.edu.hk

「『家』多點守護」家長網上工作坊

敬啟者：

中學生在成長路上面對不少的挑戰，例如適應生理上的轉變、應付學業壓力、處理朋輩關係等，難免會感到緊張、徬徨。我們鼓勵家長給予子女多點關心和支持，這對於幫助他們面對壓力是非常重要的。同時，家長需多關注和守護子女的精神健康，及早識別他們在精神或情緒上的需要，給予適當的回應，並適時尋求專業人士的協助。有見及此，教育局教育心理服務組將於11月舉辦名為「『家』多點守護」的家長網上工作坊，藉以提升家長對子女精神健康的認識及加強對子女的支援。

對象：中一至中三學生的家長

時間：上午9:30至上午11:30（上午9:15開始登入）

形式：透過Zoom軟件，以網上形式進行

工作坊詳情：

節次	日期	內容	講者
一	2022年11月2日 (星期三)	<ul style="list-style-type: none">● 青春期子女的情緒化/精神健康的挑戰（如朋輩關係、家庭關係帶來的焦慮、抑鬱）● 父母對於青春期子女在精神健康發展方面的重要性及父母角色定位	臨床心理學家
二	2022年11月9日 (星期三)	<ul style="list-style-type: none">● 青春期子女的成長發展階段及需關注的地方● 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	2022年11月16日 (星期三)	<ul style="list-style-type: none">● 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	
四	2022年11月23日 (星期三)	<ul style="list-style-type: none">● 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	



H.K.T.A. TANG HIN MEMORIAL SECONDARY SCHOOL
香港道教聯合會鄧顯紀念中學

URL 網址: <http://www.tanghin.edu.hk>

Choi Yuen Estate, Sheung Shui, N.T. 新界上水彩園邨

Tel. : 26726820 Fax: 26720711 Email: school@tanghin.edu.hk

報名方法：有意參加上述工作坊的家長請於 2022 年 10 月 25 日或之前透過以下連結或二維碼（QR code）報名：

家長網上報名連結

<https://forms.gle/VxZDBsqYdHmNofK96>



備註：

1. 由於名額有限，報名將以先到先得形式辦理。
2. 獲取錄的家長將於工作坊舉行前最少三天收到確認電子郵件，並附有網上工作坊的登入詳情及有關資訊，因此請參加者確保填寫的電郵地址正確。如沒有收到電郵通知，即表示申請未獲接納。
3. 請家長盡量抽空出席所有節次，並保留這份資料作參考。
4. 本工作坊將以粵語進行。
5. 如舉行工作坊當日早上 6:30 或之後懸掛 8 號或以上颱風訊號、發出黑色暴雨警告，該日的工作坊將會取消。

本校輔導組鼓勵家長積極參與上述工作坊。此外，若家長發現子女出現情緒困擾或適應困難時，歡迎立即向老師或學校社工求助（學校電話：2672 6820），及早介入，提供支援，共同守護學生成長。

此致
各位家長

香港道教聯合會鄧顯紀念中學校長
黃信德

二零二二年九月三十日