




「靈慧之泉」家庭教育學堂 (網上講座 5) (小四至小六學生家長)

敬啟者：「靈慧之泉」家庭教育學堂本學年推介的第五個網上家長講座為「『家』多點守護」— 家長網上工作坊 (高小) (須自行報名)，高小學生面對不少成長上的挑戰，例如生理和心理上的變化、自我形象的探索和建立、呈分試和升中排位帶來的壓力等，難免會感到緊張和徬徨。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。講座目的旨在提升家長對子女精神健康的認識及加強對子女的支援。[此工作坊適合 P4-P6 家長](#)。有關詳情如下：

主題：	「『家』多點守護」— 家長網上工作坊 (高小)	
主辦機構：	教育局 (註冊臨床心理學家胡暄心女士及鄧朗然博士)	
日期：	6-5-2025 (二)	<ul style="list-style-type: none">• 子女的成長發展階段及需關注的地方• 家庭在子女情緒 / 精神健康發展上的重要角色
	13-5-2025 (二)	<ul style="list-style-type: none">• 兒童面對的情緒 / 精神健康挑戰• 認識精神健康• 認識精神健康問題的徵兆和警號• 以實證為本的策略支援有情緒/精神健康困擾的子女
	20-5-2025 (二)	<ul style="list-style-type: none">• 如何與子女「共情」• 如何回應受精神健康困擾的子女• 與子女建立有效的溝通模式
	27-5-2025 (二)	<ul style="list-style-type: none">• 「幫人先幫自己」- 如何自我關顧• 如何拆解與子女的「相處困局」• 專業人士的介入角色及家校合作的重要性
時間：	上午 9:30 至 11:30	
報名連結：	有意參加上述工作坊的家長請於 2025 年 4 月 30 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/YJ9tTakQaoZLFWux8 	
費用：	免費	
對象：	家長	
備註：	備註： <ol style="list-style-type: none">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一星期內收到確認電子郵件，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。	

註：「靈慧」即機靈聰慧、聰明穎悟。家庭是孩子們第一個、亦是最重要的學習場所，是孩子們靈慧的泉源。為推動家長學習及實踐不同的育兒知識及技巧，駐校社工由本學年開始將挑選有助家長提昇正面管教的外間資源，以不定期方式發放相關的育兒資訊或家長講座推介供家長參考/參加，讓家長更能貼近及滿足子女的發展需要，強化正面管教技巧及家庭安全網。為鼓勵家長們踴躍及積極參與，家長若在同一學年內出席3次或以上與家庭教育相關之活動(包括講座及工作坊等)，將在學年完結時獲頒「靈慧之泉」家庭教育學堂證書 乙張。

敬請 貴家長踴躍參加，並填妥電子回條，及確認傳送回條予校方紀錄。如有任何查詢，請與**教育局**鄧健欣女士(電話號碼：3698 4307) 或姚靜嵐 女士(電話號碼：3698 4305) 聯絡。

此致
貴家長

黃啟倫校長 謹啟

二零二五年四月二十八日