



## 「靈慧之泉」家庭教育學堂(網上講座 2)

敬啟者：「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，駐校社工於本學年將持續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。

首次推介的家長講座是「點解講極你都唔明？」及「除咗湊仔，我哋仲可以傾乜？」網上講座（須自行報名），旨在讓家長以情緒取向治療為基礎，帶領夫婦認識衝突背後的深層情緒，學習如何覺察、表達和盛載彼此的感受。透過互動練習，讓你和伴侶重新建立安全連結，提升親密與信任。。有關詳情如下：

|       |  |   |
|-------|--|---|
| 主題：   | 講座一：「點解講極你都唔明？」<br>啟動夫婦的情緒解讀器  | 講座二：「除咗湊仔，我哋仲可以傾乜？」<br>建立夫婦的情感連繫  |
| 主辦機構： | 賽馬會抗逆有「家」計劃  |   |
| 內容：   | <ul style="list-style-type: none"><li>● 探索婚姻關係如何變得越來越惡化</li><li>● 辨識自己和伴侶的深層情緒</li><li>● 學習如何接納和盛載伴侶的情緒</li></ul>  | <ul style="list-style-type: none"><li>● 探討如何建立安全感</li><li>● 了解彼此的脆弱和需求</li><li>● 學習具體工具和方法，讓夫婦在衝突中找到連結的可能</li></ul> |
| 日期：   | 2026年4月28日(星期二)  | 2026年5月5日(星期二)  |
| 時間：   | 上午 10:00-11:30   |   |
| 報名連結： | <a href="https://forms.office.com/r/t4gHM2aGEf">https://forms.office.com/r/t4gHM2aGEf</a><br>(請自行報名)(兩節可獨立報名，但鼓勵兩節一同出席)  |   |
| 費用：   | 免費   |   |
| 對象：   | 家長   |   |
| 講者：   | 吳國基先生(婚姻及家庭治療師、香港心聯事工總幹事)  |   |
| 備註：   | <ol style="list-style-type: none"><li>1. 填妥報名表後會收到電郵，內附網上活動的 Zoom 連結。</li><li>2. 每人只需遞交一份報名表格。</li><li>3. 截止報名日期和時間為當天 9:00am。</li><li>4. 活動舉行前一至兩個工作天，將收到提示出席的電郵。</li></ol> |   |

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，歡迎致電3400-8513或電郵至 [family.resilience@polyu.edu.hk](mailto:family.resilience@polyu.edu.hk) 與向有關機構查詢。

此致  
貴家長

黃啟倫校長 謹啟

二零二六年四月十四日