

## 【培養茁壯成長的孩子】小學家長講座系列

家庭與學校合作事宜委員會（家校會）將於2024年4月至6月舉辦一系列小學家長講座，讓家長從多方面了解孩子，以提升和改善親子關係、加強家校合作和幫助孩子愉快地學習。有關講座的詳情及每節的截止報名日期，請瀏覽家校會網頁 (<https://www.chsc.hk/>)。

講座詳情及網上登記：

[https://www.chsc.hk/show\\_content.php?lang\\_id=2&c\\_id=2393&category\\_id=-1](https://www.chsc.hk/show_content.php?lang_id=2&c_id=2393&category_id=-1)

上課形式：	講座
上課地點：	九龍九龍塘沙福道十九號教育局九龍塘教育服務中心西座 W301 室 /W422-W423 室/ WP01AB 室
講座語言：	粵語
課程內容及舉辦日期：	
第一節： 從兒童到少年-小風暴與安全港灣	內容： 1. 認識子女於小學階段的發展及轉變 2. 了解家長如何面對子女成長的轉變 3. 了解小學階段的親子溝通方法 講員：葉杏冷（註冊教育心理學家）、李藹琳（註冊社工） 舉辦日期：2024年4月12日（五） 上課時間：下午6時半至8時半 截止報名日期：2024年4月8日（一）
第二節： 學習與動機	內容： 1. 了解家長現時對子女關注的事項 2. 了解內在動機及外在動機 3. 提升與削弱學習動機的原因 4. 學習協助提升子女的內在動機的方法 講員：葉杏冷（註冊教育心理學家）、李藹琳（註冊社工） 舉辦日期：2024年4月19日（五） 上課時間：下午6時半至8時半 截止報名日期：2024年4月15日（一）
第三節： 壓力與行為	內容： 1. 認識壓力 2. 了解兒童長期處於惡性壓力下的影響 3. 了解壓力與行為間之關係 4. 學習協助子女紓緩壓力的方法 講員：葉杏冷（註冊教育心理學家）、麥惠敏（註冊社工） 舉辦日期：2024年5月10日（五） 上課時間：下午6時半至8時半 截止日期：2024年5月6日（一）

<p>第四節： 壓力與韌性</p>	<p>內容：  1. 認識韌性/復元力  2. 了解面對壓力的不同態度  3. 學習培養子女的心理韌性的方法  4. 學習放鬆練習技巧  講員：葉杏冷（註冊教育心理學家）、李藹琳（註冊社工）  舉辦日期：2024年5月24日（五）  上課時間：下午6時半至8時半  截止報名日期：2024年5月20日（一）</p>
<p>第五節： 學習以外，成長之內</p>	<p>內容：  1. 了解正向情緒的重要性及作用  2. 認識六大美德及24種品格強項  3. 了解正向情緒與品格強項的關係  4. 學習幫助子女建立良好品格及培養正向情緒的方法  講員：葉杏冷（註冊教育心理學家）、麥惠敏（註冊社工）  舉辦日期：2024年6月7日（五）  上課時間：下午6時半至8時半  截止報名日期：2024年6月3日（一）</p>