

紡織學會美國商會胡漢輝中學
2024/2025 年度學校通告第 254 號

敬啟者：

教育局教育心理服務(九龍一)組主辦
「『家』多點守護」-家長網上工作坊

初中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、朋輩相處和學業帶來的壓力等，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。此外，家長需多關注和守護子女的精神健康，及早識別他們在學習、社交及情緒上的需要，給予適當的回應，並適時尋求專業人士的協助。有見及此，本組誠意邀請家長參加是次「『家』多點守護」家長網上工作坊，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 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	● 2025 年 2 月 12 日 (星期三)	● 子女的成長發展階段及需關注的地方 ● 家庭子女情緒/精神健康發展上的重要角色	註冊臨床心理學家
二	● 2025 年 2 月 19 日 (星期三)	● 如何與子女「共情」 ● 與子女建立有效的溝通模式 ● 兒童面對的情緒/精神健康挑戰	
三	● 2025 年 2 月 26 日 (星期三)	● 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 ● 如何回應受精神健康困擾的子女	
四	● 2025 年 3 月 5 日 (星期三)	● 學童自殺問題及介入策略 ● 「幫人先幫自己」-如何自我關顧 ● 專業人士的介入角色及家校合作	

		的重要性 ● 社區資源介紹	
--	--	------------------	--

報名方法：

有意參加上述工作坊的家長請於 2025 年 2 月 7 日或之前透過以下連結或二維碼 (QR code)報名:

https://forms.gle/pndpCA8aJwxYMCzs8	
---	--

若有疑問，請致電 2490 8773 聯絡羅綺加老師。

特此通告
學生家長



紡織學會美國商會胡漢輝中學

校長

謹啟

二零二五年一月二十四日