

香港扶幼會盛德中心學校

2024-2025 年度

各位家長：

家長教育講座和課程

教育局十分重視學生的健康成長，家長在支援學生的成長、培養積極的態度，以及促進全人發展方面均扮演重要角色。為提升家長對照顧孩子精神健康的意識及能力，教育局委託香港青少年服務處，在 2025 年 3 月至 5 月期間為小學及中學學生家長提供「關愛心靈 陪伴成長」家長教育講座系列。另外，教育局也委託香港中文大學香港教育研究所參考《家長教育課程架構（中學）》，為中學學生家長舉辦「同你·同理·同行」家長教育課程。

學校一直積極推動家校合作和家長教育，現鼓勵家長積極參與講座和課程，掌握促進孩子精神健康的知識和技能（包括支援孩子建立健康的生活、處理衝突、明智使用數碼裝置、加強適應力和抗逆力、管理壓力、了解及照顧有精神健康需要的孩子等），了解青少年的獨特性點，認識與他們維持良好的溝通及親子關係的技巧，為自己及孩子訂立合理的期望。講座以面授及網上混合模式進行。

有關「關愛心靈 陪伴成長」家長教育講座系列和「同你·同理·同行」家長教育課程的詳情及報名方法，請分別參閱附件一和附件二。

如有查詢，敬請致電 27114800 與家長教師會副主席葉美花老師聯絡。

此致

各位家長

馮廣智
校長 馮廣智 謹啟



二零二五年三月十四日

通告編號：2425_S68


副本送交：香港扶幼會盛德中心

「關愛心靈 陪伴成長」家長教育講座系列
(2024/25學年)


詳情及報名方法：


模式： 面授及網上混合模式
每場面授人數： 60人（網上參加人數不限）
授課語言： 粵語
報名截止日期： 講座前七天

小學學生家長教育講座系列：

日期及時間	主題	地點	報名方法
2025年3月14日 (星期五) 晚上 7:00-9:00	處理孩子焦慮 由好習慣開始	沙田大圍積運街 12至14號 宣道會鄭榮之中學	
2025年3月22日 (星期六) 上午 10:00-中午 12:00	靜觀之旅： 開啟健康情緒密碼		
2025年3月28日 (星期五) 晚上 7:00-9:00	認識子女壓力 培養抗逆力		
2025年4月5日 (星期六) 上午 10:00-中午 12:00	隨「機」應變 應對子女網絡成癮	九龍紅磡黃埔花園 第二期十八座地下及 一樓 賽馬會方樹泉 綜合青少年服務中心	
2025年4月11日 (星期五) 晚上 7:00-9:00	「『童』理·友共情」 支援子女建立 健康朋輩關係	沙田大圍積運街 12至14號 宣道會鄭榮之中學	

中學學生家長教育講座系列：

日期及時間	主題	地點	報名方法
2025年4月12日 (星期六) 上午 10:00-中午 12:00	「絡」在無窮 開啟網上親子互動契機	沙田大圍積運街 12至14號 宣道會鄭榮之中學	
2025年5月2日 (星期五) 晚上 7:00-9:00	以「靜」制「動」 青春期的動盪處理		

日期及時間	主題	地點	報名方法
2025年5月3日 (星期六) 上午 10:00-中午 12:00	「同理·友情 Teen」 支援子女建立 健康朋輩關係	沙田大圍積運街 12至14號 宣道會鄭榮之中學	
2025年5月16日 (星期五) 晚上 7:00-9:00	辨識及支援子女 精神健康需要		
2025年5月24日 (星期六) 上午 10:00-中午 12:00	培養青少年的 心理韌性	九龍紅磡黃埔花園 第二期十八座地下及 一樓 賽馬會方樹泉 綜合青少年服務中心	

有興趣報名的家長可掃描表格中的二維碼，填寫並遞交電子報名表格。如就報名事宜有任何查詢，請致電2606 7644與香港青少年服務處蔡女士聯絡。


備註：

- (1) 請參加者確保填寫的電郵地址正確，以便收取有關取錄通知、講座資料及線上登入資料等。
- (2) 報名將以先到先得方式處理，成功取錄者將獲電郵通知。如實體講座名額額滿，參加者將會安排以網上形式參與講座。
- (3) 活動場地不設車位予參加者。
- (4) 如因惡劣天氣或其他特殊原因而需取消講座，補辦講座的安排將另行通知。

「同你·同理·同行」中學家長教育課程
(2024/25及2025/26學年)

「同你·同理·同行」家長教育課程詳情及報名方法：

<p>課程內容</p>	<p>課節一：智慧溝通 認識青少年子女發展的特點及有效的溝通方法</p> <p>課節二：堅韌成長 掌握陪伴子女應對青春期的挑戰的實務技巧</p> <p>課節三：成長視角 認識青少年自我概念的發展，並掌握培育子女的應對策略及技巧</p> <p>課節四：渡己育人 認識青少年養育中家長自我關懷的理念、策略及其重要性</p> <p>課節五：家校共力 透過認識生涯規劃及價值觀教育掌握家校之間的合作與溝通策略</p>
<p>日期、時間及地點</p>	<p>第一輪 課節一：2025年4月3日(星期四)(晚上7:00-9:00) 課節二：2025年4月14日(星期一)(晚上7:00-9:00) 課節三：2025年4月29日(星期二)(晚上7:00-9:00) 課節四：2025年5月14日(星期三)(晚上7:00-9:00) 課節五：2025年5月24日(星期六)(早上9:30-11:30)</p> <p>實體上課地點： 課節一至四：香港中文大學鄭裕彤樓2樓209B 課節五：香港中文大學陳國本樓1樓109室</p> <p>第二輪(重辦) 課節一：2025年9月5日(星期五)(晚上7:00-9:00) 課節二：2025年9月11日(星期四)(晚上7:00-9:00) 課節三：2025年9月17日(星期三)(晚上7:00-9:00) 課節四：2025年9月23日(星期二)(晚上7:00-9:00) 課節五：2025年10月11日(星期六)(早上9:30-11:30)</p> <p>實體上課地點： 將軍澳博愛醫院八十週年鄧英喜中學地下G02室</p>

課堂節數	5 節
每節時間	2 小時
模式	混合模式（現場實體及網上同步進行）
人數	實體面授40人（線上參加人數不限）
對象	中學學生的家長優先
授課語言	粵語
報名截止日期	2025 年 3 月 28 日（第一輪） 2025 年 8 月 29 日（第二輪）
報名方法	<p>有興趣報名的家長可掃瞄右方的二維碼，填寫並遞交電子報名表格。如就報名事宜有任何查詢，請致電 3943 5096 與香港中文大學香港教育研究所田小姐聯絡。</p> 

備註：

- (1) 請參加者確保填寫的電郵地址正確，以便收取有關取錄通知、講座資料及線上講座登入資料等。
- (2) 報名將以先到先得方式處理，獲取錄者將收到電郵通知。如實體講座名額額滿，參加者將會安排以網上形式參與講座。
- (3) 出席課程 80%或以上的參加者可獲頒聽講證書。
- (4) 實體上課場地不設車位予與會人士。
- (5) 如因惡劣天氣或其他特殊原因而需取消實體上課，課堂將以網上進行，詳情將另行通知。