

2020-2021 年度 家長學堂 主題表

主題一： Growth mindset 「成長思維」

內容： 讓家長認識如何培育孩子成長思維，啟發孩子無限可能。

日期： 19/9/2020（星期六）

時間： 上午 11:30-12:30



主題二： 正念減壓工作坊

內容： 讓家長瞭解如何運用「正念」幫助孩子覺察情緒行為問題及轉化負面情緒，亦體驗如何透過「正念」發掘自己和孩子的內在資源。

日期： 24/10/2020（星期六）

時間： 上午 11:00-12:30

主題三： 夫妻關係如何影響小朋友成長 (Zoom)

內容： 孩子的情緒心智發展有賴家庭是否提供一個讓他們感到安全的環境，而父母關係是一個關鍵因素，提醒家長重視夫妻關係的重要性。

日期： 22/1/2021（星期五）

時間： 上午 9:30-11:30

主題四： 正向管教面面觀- 如何當個正向力量的家長

內容： 認識如何運用正向心理學中的正面情緒和品格等元素來克服孩子的問題。

日期： 27/3/2021（星期六）

時間： 上午 11:00-12:30

主題五： 情緒教練

內容： 孩子鬧情緒是每個家庭都必然面對的情況，透過五個步驟學習如何回應孩子的情緒，讓家長成為孩子的安全基地。

日期： 30/4/2021（星期五）

時間： 晚上 7:30-9:00

地點： 黃埔宣道小學一字樓禮堂（地址：黃埔花園德豐街 21 號）

對象： 本校一至六年級家長、黃埔聯福堂弟兄姊妹 及 區內幼稚園家長

查詢： 學校社工陳姑娘（學校電話：2336 7742）

報名： 本校家長請留意學校通告

非本校家長請於網上報名 <https://qrqo.page.link/VrMCU>

備註： 因應疫情關係，講座有機會以 Zoom 形式舉行，詳情會再作通知。

歡迎本校、聯福堂及區內幼稚園家長報名參加！

