教育局教育心理服務（九龍一）組主辦
「家」多點守護家長網上「守門人」工作坊

各位家長：

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『守門人』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	2027 年 1 月 6 日（星期三）	• 子女的成長發展階段及需關注的地方 • 家庭在子女情緒 / 精神健康發展上的重要角色	註冊臨床心理學家
二	2027 年 1 月 13 日（星期三）	• 如何與子女「共情」 • 與子女建立有效的溝通模式 • 子女面對的情緒 / 精神健康挑戰	
三	2027 年 1 月 20 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	2027 年 1 月 27 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**2027年1月4日或之前**透過以下連結或二維碼（QR code）報名：

家長網上報名連結： https://forms.cloud.microsoft/r/HGV40Z2a8a	

備註：

1. 由於名額有限，報名將以先到先得形式辦理。
2. 獲取錄的家長將於工作坊舉行前一星期內收到確認電子郵件，並附有網上工作坊的登入詳情及有關資訊，請參加者確保填寫的電郵地址正確。如沒有收到電郵通知，請與戴女士（電話號碼：3698 3995）或王女士（電話號碼：3698 4307）聯絡。
3. 請家長儘量抽空出席所有節次，並保留這份資料作參考。
4. 本工作坊將以**粵語**進行。
5. 如舉行工作坊當日早上6:30或之後懸掛8號或以上颱風訊號、發出黑色暴雨警告，該日的工作坊將會取消。
6. 如對工作坊有任何查詢，請與王女士（電話號碼：3698 4307）或吳女士（電話號碼：3698 4308）聯絡。

教育局
教育心理服務(九龍一)組

二零二六年十一月二十六日