




強化生命系列

家長訓練

主題	重點內容
 「天使爸媽」訓練小組 (鼓勵在學校作為實踐場地)	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 認識生命，確認自我的獨特之處、重整成長經驗，提昇生命正面能量 ◆ 學習講故事技巧，在家中或學校裏實踐「天使爸媽」角色，為子女或新一代小孩子作出守護
從家長個人成長看管教方法	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 協助家長重整個人成長經歷，了解自己的成長對管教子女技巧的關係及影響
向壓力致敬	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 協助家長了解自我面對壓力的處理方法，增強抗逆力

連結生命系列



主題	重點內容
「性」在有您工作坊	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 協助家長認識青少年的性價值觀 ◆ 讓家長認識在家向子女推行性教育方法
HIT 成為子女的生命導航者	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 提昇子女生命質素的方法，協助子女確立正面生命價值觀
HIT 提昇子女情緒管理技巧	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 增加家長對子女的正面及負面情緒認識 ◆ 提昇子女的情緒管理能力 ◆ 了解自我處理情緒與管教的關係
HIT 「讚得有道理」	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 協助家長認識兒童的成長需要 ◆ 了解及反思如何適宜地運用讚賞方法促進子女成長
提昇子女抗逆力	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 提昇家長了解子女處理困難的能力 ◆ 提升子女的抗逆力的方法及應用
溝通有辦法	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 了解親子間的溝通障礙 ◆ 掌握與子女無障礙溝通的技巧
「提昇自我情緒管理」工作坊	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 認識子女成長的轉變與需要 ◆ 在家中成為子女的生命伙伴的方法
「親親生命」親子生命工作坊	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 提昇親子關係的正面元素，如體諒、關懷 ◆ 提昇親子溝通關係 ◆ 透過互動生命教育遊戲，實踐家庭式的生命教育
如何引領孩子建立正面價值觀	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 協助家長對兒童的成長需要如理財、時間管理等價值觀有進一步反思 ◆ 協助家長了解建立子女的價值觀上的應有角色
家長與傳媒教育	<ul style="list-style-type: none"> ◆ 協助家長認識傳媒如何建構社會價值觀 ◆ 提昇家長教導子女辨識傳媒正負面訊息及拒絕被傳媒負面價值觀影響的方法



潮語爸媽

- ◆ 協助家長認識青少年時下運用潮語的現象
- ◆ 透過學習潮語，進一步掌握青少年的潮流文化
- ◆ 加強家長與子女的溝通技巧

「培養子女的創造力」工作坊

- ◆ 協助家長理解創造力的重要性
- ◆ 協助家長了解培養子女創造力的正確方法與態度

獨立成長小宣言

- ◆ 協助家長反思子女自理能力對其健康成長的重要
- ◆ 協助家長認識如何培養子女獨立性

「兒童為本」與孩子溝通

- ◆ 透過認識兒童遊戲治療的方法，讓家長掌握回應兒童情緒的方法
- ◆ 反思兒童成長需要及自身管教習慣

「幸福秘笈」正向心理

家長講座

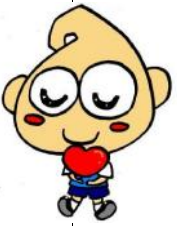
- ◆ 認識青少年焦慮現況及徵狀辨識；
- ◆ 幸福秘笈：介紹正向心理學的幸福理論，從正面情緒，投入，正向人際關係，正向生活意義及成就感五方面協助子女紓減焦慮，提升快樂感。

「天使家人」家長工作坊(每節1.5小時，至少兩節)

- ◆ 讓家長學習多角度接納及欣賞子女的獨特性
- ◆ 讓家長學習以正面開放的溝通增進親子關係
- ◆ 讓家長學習培養子女樂觀感及希望感，面對逆境
- ◆ 增加家長對情緒病的認識和適當的支援技巧

「與您同行」家長工作坊

- ◆ 幫助家長了解子女升中生活的轉變及其成長需要
- ◆ 協助家長了解父母在面對子女升中時期的角色轉變
- ◆ 協助家長有機會反思自己的管教方式



小組主題(最少二節)：

<p>「性在有理」小組</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 明白教導子女在性與愛間，對愛惜及尊重自己的重要 ● 認識現今潮流青少年對兩性相處背後的性價值觀 ● 教導子女辨識傳媒正負面訊息及拒絕被傳媒負面價值觀影響的方法 	<p>「提昇子女抗逆力」成長小組</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 協助子女學習珍愛自己的身體 ● 提昇家長了解子女處理困難的能力 ● 認識抗逆力及子女成長逆境 ● 提升子女抗逆力的技巧及情境討論
<p>「故事說不完」小組</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 協助家長對認識自己及其獨特之處有所領悟 ● 透過講故事讓家長認識生命教育的重要元素 ● 實踐不同生命教育主題故事的演說應用 	<p>「讚得有道理」小組</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 協助家長認識青少年子女特性及需要 ● 協助家長運用讚賞方法促進成長 ● 協助家長認識培養子女樂觀感的技巧

形 式：短講、工作坊、日營或其他建議形式

內 容：體驗遊戲、歷奇活動、角色扮演、短片欣賞、個案分享及討論、生命書籍分享等(除了以上內容外，校方可因應學校的需要而建議其他內容)

時 間：最少一小時(時間可商議)

講 員：專業社工

講員費用：每小時\$1,200，以後每半小時\$600(日營及其他建議訓練形式的費用除外)

申請方法：填妥申請表後，傳真 2332 1106 至本中心，我們有專人與你聯絡

如有查詢，歡迎致電 2332 1107 與本中心社工洽談。