

東華三院邱子田紀念中學
2022/23 學年 輔導處通告
家長線上講座 — 「學生情緒壓力探索」

各位家長：

經過三年疫情，大多數年青人在少與人接觸下，變得沉鬱，疏於表達自身情緒，作為家長能從何洞悉子女的情緒變化呢？他們在學校、在生活環境中不時會面對學業或人際關係帶來的挑戰與壓力，偶爾會帶著一些負面情緒回家，作為家長可如何應對及協助呢？

本校輔導處一直關注學生的成長需要，故本處將舉辦一場線上家長講座—「學生情緒壓力探索」，希望能幫助各位家長接納及回應子女的情緒和壓力，同時能及早察覺壓力的訊號，並學會抒壓點子和技巧，以鞏固家庭正向的關係。

講座以線上形式實時網上進行，本校將於二零二三年三月二十三日透過 eClass 訊息，發放講座之登入帳號及密碼予已報名參加的家長。

「學生情緒壓力探索」家長講座

日期：二零二三年三月二十四日（星期五）

時間：晚上七時三十分 至 八時四十五分（家長可於晚上七時二十分開始登入）

主講嘉賓：東華三院教育心理學家楊姑娘

形式：線上實時講座（ZOOM）

對象：全校學生及家長

煩請家長於二零二三年三月二十一日或之前填妥電子回條。如對上述活動有任何查詢，請致電 2465-2205 聯絡崔翠珊老師。

此告

東華三院邱子田紀念中學校長
葉偉儀謹啟

二零二三年三月十五日