



專注不足/過度活躍症(香港)協會 Hong Kong Association For AD/HD



AD/HD 家長訓練課程

(香港小童群益會賽馬會慈雲山青少年綜合服務中心協辦)



促進父母對「專注力失調及過度活躍症」孩子的認識
提高父母管教及溝通技巧 * 協助父母建立一個自助的支緩網

日期： 2013年7月9日至2013年8月27日 (共8節: 9/7, 16/7, 23/7, 30/7, 6/8, 13/8, 20/8, 27/8)

時間： 逢星期二 晚上7時30分至9時正

地點： 香港小童群益會賽馬會慈雲山青少年綜合服務中心，九龍鑽石山龍蟠苑商場二樓203室

對象： 家長會員 (家有小一至小六，已診斷或疑患有AD/HD的子女)

形式： 小組分享、短講、角色扮演等

內容： 請參考下面「整體活動程序表」

名額： 15個家庭 (名額有限，額滿即止) * 本會會員優先

費用： 會員 - 每家庭 \$300 (協會已作部份津貼) 非會員 - 每家庭 \$500

* 綜援家庭或領子女書簿津貼的會員，每家庭 \$100，需出示相關證明 *

報名方法: 請於6月24日前填妥報名表格，

1. 傳真: 3011 5442

2. 致電: 6356 4053 留言報名，請清楚說出姓名、聯絡電話、會員編號 (見信封地址上角) 及參加人數

3. 網上報名: 登入本會網頁 www.adhd.org.hk **本會活動** 報名

電話及網上報名，請另將表格上的資料 傳真 (3011 5442) 或 電郵 (info@adhd.org.hk) 給我們。

* 留言查詢: 6356 4053 * 有專人致電確認留位及通知付款方法 *

整體活動程序表

節數	主題及目的
一	認識專注力失調/過度活躍症 目的：1. 互相認識； 2. 澄清小組的期望及訂定小組契約； 3. 認識專注力失調/過度活躍症的特徵、成因及治療方法
二	正面注意 目的：1. 了解子女對家長的期望及日常溝通的盲點； 2. 認識和實習給予正面注意的技巧
三	家居獎勵計劃及有效率的指令 目的：1. 欣賞子女任何一個好行為和好表現，並給予肯定及讚賞，製造正經驗予子女，加強他們「好行為」的出現 2. 認識及實習發出有效指令的技巧，以改進要求子女順從的方式
四	處罰的考慮及隔離的運用 目的：1. 認識如何使用建設性的處罰方法； 2. 認識及實習暫停隔離的技巧
五	學校生活與學業問題 目的：1. 了解專注力失調/過度活躍症孩子在學校常見困難； 2. 提升家長與學校合作技巧 3. 提升對學習問題的認識及處理能力； 4. 掌握改善專注力與學習能力的技巧
六	認識情緒 目的：1. 認識自己的情緒； 2. 認識子女的情緒； 3. 明白影響情緒的基本因素
七	處理情緒 目的：1. 提昇對影響情緒因素的反思； 2. 了解信念與想法對情緒的影響； 3. 練習情緒處理技巧
八	總結及檢討 目的：1. 鞏固對小組內容的吸收； 2. 了解服務需要及收集有關意見