



# 無懼過動

認知治療與專注力不足／過度活躍症中學生家長情緒管理

## 家長小組

|       |   |
|-------|---|
| 日期及時間 | 2016年3月5日至5月21日(逢星期六)<br>上午10時正至下午1時正<br>*共10節，每節3小時<br>**2016年3月26日及5月14日為公眾假期，小組聚會將會暫停。   |
| 地點    | A組(九龍組)：香島中學<br>地址：九龍塘又一村桃源街33號<br>B組(新界組)：路德會友安長者中心<br>地址：屯門安定邨安定友愛社區中心地下  |
| 對象    | 患有專注力不足／過度活躍症中學生的家長   |
| 內容    | 參照推動認知治療法本地化發展的專業輔導團體－ <b>認知治療學會</b> ，為受情緒問題困擾的人士而設計的輔導小組內容，探討如何透過認知治療法加強情緒管理；學習辨識思想、行為、情緒及身體在情緒困擾時的反應；並認識個人的思想陷阱及思想規條，藉此提升家長管教子女的效能。 |
| 費用    | 港幣 800 元正(包括訓練手冊乙本)<br>*領取綜援或全額書簿津貼人士可豁免收費。   |
| 報名方法  | 可透過以下其中一種方法交回報名表<br>1. 傳真至2788 1930<br>2. 電郵至s02@hkiss.hk<br>3. 郵寄至<br>九龍深水埗窩仔街121號石硤尾邨44座<br>美彩樓平台217至220號<br>4. 交回本處駐校社工或轉介社工       |
| 查詢    | 請致電2788 1920 聯絡社工黎燕芬姑娘  |

# 導師及家長心聲

猶記得去年是我人生中的寒冰期，可幸的是我遇上了這課程及一班導師和同學們。課程完結了，世界或許絲毫沒變，然而我看的卻不一樣了，現在的我學曉了如何在心窗上畫上美麗的風景！

小組參加者

在情緒管理小組中，讓我認識到自己原來已被一套特定思想和規條規管，使我不知不覺地對任何人或兒子有負面的看法。有時未必可以即時學以致用，但至少給我反思及改進的機會。

小組參加者

在小組裡真的學到很多認知情緒的新觀點，也很多謝社工們和組員們的開解和分析，令到我重新認識自己和明白有些事並不是自己想像中這麼嚴重。

小組參加者

希望小組能幫助那些受情緒困擾人士，當中提及的技巧、策略，可讓你走出情緒的幽谷。

黃富強教授

認知治療學會主席

這是一個期待已久的家長小組，它不僅讓你更加了解情緒對自己及子女的影響，亦讓你更能夠把管教子女的技巧發揮得更完善，為改善親子關係帶來曙光。

蔡國光

2014 及 2015 年度小組召集人

路德會學校社會工作組單位主管



## 無懼過動

認知治療與專注力不足／過度活躍症中學生家長情緒管理  
家長小組

# 報名表

(截止報名日期：2016年1月15日)

### A. 個人資料

(請填寫下列個人資料，以便本組向閣下提供適當的服務，資料亦將保密。)

家長姓名：\_\_\_\_\_ (先生 / 女士)

聯絡電話 (家居)：\_\_\_\_\_

聯絡電話 (手提)：\_\_\_\_\_

電郵地址：\_\_\_\_\_

聯絡地址：\_\_\_\_\_

### B. 選擇地區 ( “1” 表示首選， “2” 表示次選 )

A 組地區 (九龍區)       B 組地區 (新界區)

### C. 學生資料

學生被評估為患有專注力不足/過度活躍症的年份：\_\_\_\_\_

評估機構：\_\_\_\_\_

是否正接受藥物治療：     是             否

填表日期：\_\_\_\_\_

#### 備註：

1. 報名人士均需在 2015 年 12 月至 2016 年 1 月期間出席由本組安排的個別面談，合適者將可參加家長小組。
2. 活動費用將於取錄後收取。
3. 收集個人資料：你在上列提供的個人資料，將作為香港路德會社會服務處向你提供適當服務，以及推廣其他服務的用途。資料亦將保密處理。如果你反對本處使用你的個人資料作促銷用途，請向本處職員索取「拒收直接促銷通知」，填妥後交回本處。