

「養兒 100 無擔憂」家長講座系列 正向情緒教好特殊學習需要子女

父母在孩子一扭計和發脾氣時就忍不住大聲責罵，同時又懊惱孩子的行為沒有明顯的改善、擔憂孩子的未來出路……這些情況，對照顧有特殊學習需要子女的家長造成很大的壓力，而這些沉重的壓力亦會影響到家長的情緒，繼而影響到家長的管教行為。單純掌握育兒技巧和理論已不足夠應付，家長需擺脫自身負面情緒的困擾，才能應付日常生活的不同處境和挑戰。

香港教育城將聯同香港傷健協會及香港教育學院合辦「養兒 100 無擔憂」家長講座系列「正向情緒教好特殊學習需要子女」家長講座，邀請到**專業輔導心理學家張燕鈴小姐**及**資深註冊社工張杏梅女士**分享認識自身情緒的根源及釋放負面情緒的技巧，深入淺出地講解培養正向情緒的方法，協助家長建立全新、愉快的親職經驗。

講座詳情：

- 日期： 2013 年 10 月 26 日（星期六）
時間： 下午 2 時 30 分至下午 4 時 30 分
地點： 香港新界沙田沙角邨（[地圖](#)）香港教育城 2 樓 201-202 室
內容：
- 自身情緒與子女行為的互動關係
 - 釋放壓力及負面情緒的技巧
 - 認識情緒的根源
 - 精神調控與情緒轉移的技巧
 - 識別自己的「情緒黃燈」

講者嘉賓：**1. 專業輔導心理學家 張燕鈴小姐**

現為本港執業輔導心理學家，具輔導及心理學（榮譽）社會科學的學士學位及輔導心理學社會科學碩士學位，主要研究中國心理學及心理治療，一直致力結合西方心理學及中國文化，以求建立本土的心理學理論及輔導模式。

2. 資深註冊社工 張杏梅女士

註冊社工，超過 30 年復康服務經驗，包括學前兒童中心暨宿舍、特殊寄宿學校、成人智障服務等，經常參與家長工作坊分享照顧特殊需要子女的心得，在體諒家長的壓力之餘，教家長舒緩情緒應付養育子女的重任。

報名方法：請[按此](#)作登入報名；

或 按此[下載](#)報名表格，填妥後傳真至 2550 0566 或電郵至 pi@hkphab.org.hk 予香港傷健協會。

有關詳情及最新消息，歡迎瀏覽[活動網頁](#)。

如有任何查詢，請致電 2551 8338 或電郵至 pi@hkphab.org.hk 與香港傷健協會聯絡。