

「WE」正向動力計劃

家長培訓工作坊

教育局與香港城市大學正向研究室於 2025 年 4 月 2 日(星期三)晚上 7 時正至 8 時半 為會員學校舉辦家長培訓工作坊，請學校統籌人員協助邀請家長參加工作坊，並於 **2025 年 3 月 31 日或之前** 以傳真方式把報名表交回本局訓育及輔導組。本局將於 2025 年 4 月 1 日或之前 回覆公佈參加者名單。名額有限，先到先得，詳情請參閱相關資料。

如有查詢，歡迎與項目主任周樂婷女士(電話：2863 4684)聯絡。

教育局  
訓育及輔導組

## 「WE」正向動力計劃

### 家長培訓工作坊 - 如何建立正向人際關係

日期：2025 年 4 月 2 日(星期三)

時間：晚上 7 時正至 8 時半

地點：網上模式

[透過 Zoom 應用程式進行，連結將稍後以電郵方式通知學校統籌人員]

人際關係對幸福感及快樂感有著重要的影響。透過這次講座，我們將探討如何幫助家長與孩子建立良好的人際關係，從而促進他們的健康成長與幸福感。希望通過這次講座，大家能夠獲得實用的技巧與策略，為孩子的健康成長打下良好基礎。

講座內容簡介：

建立正面人際關係的方法

- 正向回應技巧：介紹有效溝通的技巧，家長如何有效地與孩子溝通
- 欣賞文化的重要性：分享如何在家庭中創造一個鼓勵欣賞的環境，增進彼此之間的理解和信任
- 表現同理心：提供具體例子，幫助家長在日常生活中表現同理心，支持孩子的情感需求

講者介紹：

郭啟晉（註冊社工，臨床社會工作碩士）

現職香港城市大學正向教育研究室服務督導，由 2013 年開始，為超過 400 間機構及學校提供員工培訓、家長講座及推展正向心理學的督導工作。