



「從教養到教練」
初中家長講座 及 家長工作坊

親愛的初中家長：

隨著子女踏入青春期，父母必須重新學習新的角色，調節管教的向度與力度，並更新溝通方式，建立良好的親子關係，協助子女面對成長壓力及挑戰。本會特安排專業講師與大家分享這題目。詳情如下：

活動	「從教養到教練」講座
日期	2021年3月13日(星期六)
時間	下午2:00至3:30
活動形式	透過ZOOM會議形式進行 (視像連結另行通知)
講座內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 甚麼是「家長教練」？ 2. 為甚麼要做「家長教練」？ 3. 「家長教練」有甚麼信念？ 4. 「家長教練」的五種助人技術 5. 培育孩子的七種生命軟件
截止日期	於3月8日(星期一)或之前透過eClass系統簽閱電子通告
講員	<p>余國健先生(心靈階梯創辦人兼培訓總監)</p> <p>余國健先生從事培訓及輔導工作二十多年，現於心靈階梯擔任培訓總監，同時於香港教育大學兼任客席講師，並透過出版教材及在雜誌撰寫專欄，推廣家長教育。余先生育有兩子一女，其中五年更當上「全職爸爸」，對教養子女有深刻的體會。</p> <p>專研題目：善意溝通、九型人格、親子管教、情緒教育</p>



活動	「從教養到教練」家長工作坊（ 2次 ）
日期和時間	2021年3月20日(星期六)下午2：00至4：00 及 2021年3月27日(星期六)上午10：00至中午12：00
活動形式	透過ZOOM會議形式進行（視像連結另行通知）
工作坊內容	練習有效的親子溝通方法 Compassionate communication 1. 認識4D語言暴力 2. 以觀察代替評價 3. 覺察感受及需要 4. 以請求代替要求
名額	40人（如報名人數多於40人，將以抽籤形式抽出參加者）
講員	余國健先生(心靈階梯創辦人兼培訓總監)
截止日期	於 3月8日(星期一) 或之前透過eClass系統簽閱電子通告
報名需知	<ul style="list-style-type: none"> ● 家長必須出席2021年3月13日「家長講座」，才可參與此工作坊 ● 家長必須能出席兩次的工作坊 ● 因工作坊互動討論部份，家長必須<u>全段時間開鏡頭，並開咪參與討論</u>。 <p>（為善用資源，如家長未能配合上述安排，本會將編排後補參加者取代，懇請家長見諒！）</p>

宣道中學
家長教師會主席
陳詩韻謹啟

二零二一年三月二日

《「從教養到教練」- 家長講座 及 家長工作坊》回條

宣道中學家長教師會主席：

本人知悉 貴會舉辦之「家長講座」及「家長工作坊」事宜，本人

- 未能出席講座及工作坊。
- 將出席2021年3月13日「家長講座」。
- 將出席2021年3月20及27日「家長工作坊」。（註：須出席講座才可參加工作坊）

（請以✓表示）

_____班學生：_____（ ）

家長姓名：_____

家長簽署：_____

聯絡電話(參加者)：_____

二零二一年三月 日