

# 景林天主教小學

對象：小四至小六家長

家長教師會

19/20 家 09

## 【從家開始-Begin from Family】家長工作坊

各位親愛的家長：

為促進親子關係，強化家庭功能，本年度本校參與由香港青年協會青年違法防治中心舉辦，為期三年的全港性計劃 - 「從家開始 - **Begin from Family**」。計劃引用美國、加拿大等地具成效的“Strengthening Families Program(SFP)”，為家長和其子女提供不同的小組訓練和輔導服務，以加強家長教養子女技巧、建立良好的家庭關係、以及減低青少年違規和吸毒行為的機會。

活動將於家長加油站時段進行，詳情臚列如下：

日期(逢星期三)		時間	地點	費用
2019	4/12、11/12、18/12	上午 8:30-10:30	本校活動室	禁毒基金贊助 活動費用全免
2020	8/1、15/1、5/2			

訓練主題如下：

單元	主題	
1	快樂家庭-健康思維 (Healthy Brain)	計劃共有 11 個單元訓練，於第一節時讓家長填寫評估問卷，並進行分析，選出最切合家長需要的六個單元訓練。
2	關注與讚賞日常好事	
3	優質的溝通技巧與有趣的家庭會議	
4	規則、獎勵與責任	▶ 6 個單元 【家人訓練篇-家庭管理和溝通輔導及訓練】
5	限制與後果能建立良好行為	
6	解決困難與雙贏協商技巧	
7	壓力與憤怒管理	
8	運用目標與契約制定以改善行為	
9	酒精、煙草與毒品對大腦的傷害	
10	引導孩子選擇朋友與活動	
11	建立家庭傳統、服務他人及分享價值觀	

各家長如有興趣出席以上活動，請填妥下列回條，並於 **10月28日(星期一)**交回班主任轉交黃姑娘。如有查詢，歡迎與黃姑娘聯絡。

第二十三屆家長教師會主席  
邵宜峰女士 謹啓

二零一九年十月二十五日



## 【從家開始-Begin from Family】家長工作坊回條

19/20 家 09

本人\* 出席 / 未能出席 【從家開始-Begin from Family】工作坊 (\*請圈出適用者)

此覆

班別: \_\_\_\_\_ 學生姓名: \_\_\_\_\_ ( )

景林天主教小學家長教師會

家長姓名: \_\_\_\_\_

家長簽署: \_\_\_\_\_

聯絡電話: \_\_\_\_\_

日期: 二零一九年 月 日

\*請於 10月28日(星期一)交回班主任轉交黃姑娘