



### 《作孩子的情緒教練》家長講座

各位家長會員：


面對孩子無故的鬧情緒難免會令家長感到無奈、乏力及洩氣。有專家認為只要父母從旁引導孩子去認識及控制情緒，成為孩子的「情緒教練」，可有助改善情況。根據美國華盛頓大學心理學教授約翰·高特曼(John Gottman)的追蹤調查發現，有父母指導情緒的孩子與沒有父母指導情緒的孩子比較，有父母指導情緒的孩子之抗逆力會較強、專注力會較高、自控力亦相對較好。有見及此，本會邀請了心靈階梯培訓總監余國健先生到校主講「作孩子的情緒教練」家長講座，有關詳情如下：

- (一) 目的：提升家長處理孩子情緒時的輔導技巧
- (二) 對象：小一至小六家長
- (三) 講座日期：04/12/2019 (星期三)
- (四) 講座時間：1:30pm - 3:00pm
- (五) 講座內容：了解情緒的特性，接納孩子哭鬧情緒的原因及情緒輔導的技巧
- (六) 講座地點：本校禮堂
- (七) 講者：余國健先生(曾多次到校主講家長講座，深受本校家長歡迎)
- (八) 費用：全免(費用由家教會全數支付)
- (九) 備註：凡有興趣參加的家長需要連同\$20的保證金及回條一併交回。\$20保證金將於講座當天發還。如繳付保證金後當天未能出席的家長，其保證金將會納入資助家教會活動經費，敬請留意。

如有任何查詢，請與家長教師會主席林麗麗女士(5116 5690)或鄭雁詩主任(2606 2363)聯絡。

此致  
各家長會員

第八屆家長教師會主席

  
林麗麗女士 謹啟

2019年11月20日

### 《作孩子的情緒教練》家長講座

19/20-012  
(收回條日期:21/11、22/11)

敬覆者：本人已知悉家長教師會舉辦的活動，並

- 擬出席《作孩子的情緒教練》家長講座，並繳付\$20保證金
- 無暇參與其中

此覆

保良局王賜豪(田心谷)小學  
第八屆家長教師會

學生姓名：\_\_\_\_\_

班別：\_\_\_\_\_

家長姓名：\_\_\_\_\_

家長簽署：\_\_\_\_\_

聯絡電話：\_\_\_\_\_

日期：\_\_\_\_\_

註：請在適當□加✓號