

教育局 教育心理服務(香港)組
「如何支援有注意力不足/過度活躍症的子女」
家長工作坊(初中)
2025/26學年

致_____家長：

本組誠意邀請您參加「如何支援有注意力不足/過度活躍症的子女」家長工作坊(初中)，了解及掌握教導子女的技巧，以配合學校的支援，提升輔導成效。工作坊的詳情如下：

日期	第一節 2026年1月15日 (星期四)	第二節 2026年1月22日 (星期四)	第三節 2026年1月29日 (星期四)
內容	情緒管理與社交能力 認識有注意力不足/過度活躍症的青少年面對的情緒與社交挑戰及學習如何做子女的「情緒教練」，協助子女建立情緒管理能力及正向人際關係。	學習與執行功能 了解有注意力不足/過度活躍症青少年在學習上遇到的困難與執行功能方面的挑戰，探討家長角色轉變，及透過實例掌握家庭支援策略，以提升子女的專注力及和學習相關的執行功能。	做個高效能的家長 認識青少年階段中親子溝通挑戰，學習正向溝通技巧，反思教養壓力，建立自我照顧策略，及發掘自身教養優勢與力量。
時間	上午 10:00 - 中午 12:00		
講者	東華三院何玉清教育心理服務中心教育心理學家及社工		
地點	以 Zoom 網上形式進行		
對象	確診或懷疑有注意力不足/過度活躍症初中學生的家長		
報名方法	- 有意報名參加的家長請輸入以下連結資料或掃描以下二維碼(QR Code)，並填寫及遞交相關資料。 報名連結: https://forms.office.com/r/YeyZ5EBwy8  - 請確保輸入的電郵地址正確無誤及可接收此工作坊資訊。 - 按下“提交”鍵，確定成功遞交申請。 - 以先到先得方式取錄。		
查詢	如有查詢，請致電 3863 1757 (周藹梨女士) 或 3863 1745 (彭珈宜女士)。		
費用	全免		
截止日期	2025 年 12 月 31 日		
備註	獲取錄的家長將於 2026 年 1 月 8 日或之前收到有關 Zoom 的登入名稱及資料的電郵。如於上述日期仍未收到相關電郵，請與本局聯絡。		