

## 「齊伴女兒自在成長」家長小組

為配合子女面對成長上的不同需要，家長可以學習提升心理靈活性，以更有效的策略培育及管教子女，創造雙贏的溝通方法。我們邀請了基督教家庭服務中心的資深社工為家長舉辦是次家長小組，以接納與承諾治療(ACT)的手法，協助家長學習正向管教，練習放手的平衡，一同探索自己如何做「你想」父母。完成小組後，家長將會更能接納自己與子女的特性，以更有彈性的心理質素培育及管教子女和能夠釐清自己的價值觀，並以行動實踐價值。

詳情如下：

日期：1/11, 8/11, 15/11, 22/11, 29/11 (逢星期二)

時間：上午 10:30 - 12:30

地點：2 樓 SAC 學生活動室

參加要求：有興趣參加以上小組的家長，請先完成家長問卷調查，以增加我們對家長的了解，從而為大家提供適切的支援。成功入選的參加者將於活動前一星期收到電話或 whatsapp 訊息確認。

名額：12 位

家長問卷：<https://forms.gle/ztje1ZuxEfrbKzdB9>

備註：為配合政府「疫苗通行證」防疫措施，家長進入校園必須已接種第二劑疫苗；已接種第二劑疫苗滿五個月須接種第三劑疫苗方可進入校園。同時亦須使用「安心出行」應用程式，持紅黃碼人士不得進入學校處所。

如何任何查詢，歡迎聯絡駐校社工葉姑娘 (2347-2991)。

\*The above activity will be conducted in Chinese. If you have any problem, please contact our school at 2347-2991.