



2223/P/17/S1-6/All

各位家長：

家長溝通技巧工作坊

有效的溝通技巧有助父母打開子女的心窗，建立良好的關係，本校特為家長舉辦以下工作坊，誠邀各位家長參加。

**1. 家長溝通技巧工作坊**

活動時數：3 小時  
對象：家長  
活動節數：1  
每節人數：20  
備註：實體/網上  
導師：趙翠嫦女士



(香港專業輔導協會副院士及認證輔導員)或其他專業輔導員導師

- 此工作坊通過體驗活動，協助家長建立良好的親子溝通基礎和培養有效的溝通模式，學習聆聽子女的心聲並以子女接收的表達方式交談，以建立和諧的親子關係，增進彼此之間的感情。

**2. 家長溝通技巧工作坊 (10 小時課程)進階培訓**

活動時數：10 小時  
對象：家長  
活動節數：5  
每節人數：20  
備註：實體  
導師：趙翠嫦女士



(香港專業輔導協會副院士及認證輔導員)或其他專業輔導員導師

- 無論是交流看法、感受、管教、提示、處理衝突或傳遞良好的價值，作為負責任的父母，時常也要與子女溝通。
- 有些父母想談下去，但子女的態度教他們無力再談或不懂如何繼續溝通，結果對話就不了了之。有些家長則會單方面堅持自己的說法，甚至不斷重複，以為「煩功」能使子女「聽話」。無疑，這不是有效的溝通之法。
- 此工作坊旨在傳授家長與孩子有效的溝通技巧，如何處理情緒，以期達到心平氣和的彼此聆聽、彼此了解，以打開溝通之門，共建彼此支持的親子關係，達到培育子女的果效。
- 工作坊涵蓋的主題包括溝而不通、同理心、我的訊息、具體的讚賞、憤怒管理、「看清楚，懂得愛」，重思自己的生命和成長，重燃對子女成長的盼望。工作坊透過實例和正面與反面的示範，讓家長能更明白和掌握親子間溝通的心法，領會技巧如何應用於真實處境。

課程時間和地點將經由 eClass 通告發放。如對上述工作坊有疑問，可致電與李偉強老師聯絡電話：2704 0051

2022 年 9 月 16 日

**Tseung Kwan O Government Secondary School**

**將 軍 澳 官 立 中 學**

Tel 電話：2704 0051 Fax 傳真：2704 0777

E-mail 電郵：info@tkogss.edu.hk

Website 網址：www.tkogss.edu.hk



Address：2 King Yin Lane, Tseung Kwan O

地址：將軍澳敬賢里二號

回條

2223/P/17/S1-6/All

( 家長溝通技巧工作坊 )

將軍澳官立中學校長：

本人\_\_\_\_\_為\_\_\_\_\_班學生\_\_\_\_\_家長，電話號碼：\_\_\_\_\_

有興趣參加上述家長溝通工作坊。

日期：\_\_\_\_\_

家長簽署：\_\_\_\_\_