

保良局朱正賢小學 家長教師會通告

檔號：21-23 / PTA-025 號

【賽馬會抗逆有「家」計劃】

各位家長：

從小開始建立「家庭抗逆力」，能夠使家庭即使面對困難、失敗和挫折，都能正面積極地面對和回應，並為可預見成長中的轉變作出準備，讓家庭在逆境中得以凝聚。全港家庭於未來一年，將面對不少「後疫情」的挑戰，其中包括學生經歷由半日制轉向全日制的學習模式，這對家庭日常生活規律、學童及家長心理健康、親子關係都會帶來一定程度的衝擊和壓力。

有見及此，賽馬會抗逆有「家」計劃團隊期望透過家長講座及獎勵計劃，鼓勵家長認識「家庭抗逆力」，讓家庭面對生活轉變時，有更強的適應能力。該計劃團隊為本校家長安排專場講座，有興趣家長亦可報讀網上學習證書課程及獎勵計劃，提升「家庭抗逆力」。

家長可參閱通告內容和附件了解家長講座及獎勵計劃內容，有興趣家長需自行於機構往上平台進行報名，其簡介如下：

(一) 「家庭抗逆力」免費網上家長講座(朱正賢小學專場)

日期：2023年2月4日(星期六)

時間：10:00am-11:30am

費用：全免

形式：Zoom 網上會議

內容：

1. 認識「家庭抗逆力」，建立良好家庭關係
2. 了解孩子的行為及動機，協助孩子提升自尊自信，促進親子溝通及關係
3. 透過認識兒童為本遊戲治療，了解各種回應對孩子的影響

報名連結：<https://forms.office.com/r/ubcp76YxKS>

(二) 「家庭抗逆力」網上學習證書課程及獎勵計劃

舉辦機構：香港理工大學 醫療及社會科學院 賽馬會抗逆有「家」計劃

對象：家長

形式：自學網上課程

報名連結：<https://forms.gle/Jru8kptjrTAAQFi8>

第十四屆家長教師會主席

蔡敏婷 謹啟

二零二三年一月十三日

賽馬會抗逆有「家」計劃

「家庭抗逆力」免費網上家長講座(朱正賢小學專場)

講座名稱：	如何讓孩子提升自尊自信，拉近家長與孩子的關係
日期：	2023年2月4日(星期六)
時間：	10:00am-11:30am
對象：	家長
費用：	全免
形式：	Zoom 網上會議
簡介：	<p>《如何讓孩子提升自尊自信，拉近家長與孩子的關係》</p> <p>從小開始建立「家庭抗逆力」，能夠使家庭即使面對困難、失敗和挫折，都能正面積極地面對和回應，並為可預見成長中的轉變作出準備，讓家庭在逆境中得以凝聚。而家庭氣氛，正是直接影響兒童健康及快樂成長的重要因素。當家長能夠了解孩子的行為和動機，加上適當的回應，有助讓孩子提升自尊自信，營造良好家庭氣氛，建立與孩子良好的互動，拉近彼此間的關係。</p> <p>講者會於講座中跟大家分享以下三個重點：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 認識「家庭抗逆力」，建立良好家庭關係2. 了解孩子的行為及動機，協助孩子提升自尊自信，促進親子溝通及關係3. 透過認識兒童為本遊戲治療，了解各種回應對孩子的影響
講者：	吳天行先生 (資深社工、歷奇導師、NLP 執行師、曾接受兒童為本遊戲治療訓練)
報名登記：	https://forms.office.com/r/ubcp76YxKS
參加方法：	<ol style="list-style-type: none">1. 填妥報名表後會自動收取由系統發出之電郵，內附 Zoom 連結。2. 每人均需遞交一份報名表格。3. 截止報名日期和時間為 2 月 4 日(六) 9:30am。4. 講座舉行前一至兩個工作天，將透過電郵或電話號碼收到出席提示通知。
查詢：	3400-8513
計劃網頁：	https://family-fhss.polyu.edu.hk/
計劃 Facebook：	https://www.facebook.com/JCFamilyResiliencehk

賽馬會抗逆有「家」計劃

「家庭抗逆力」網上學習證書課程及獎勵計劃

課程名稱：	「家庭抗逆力」網上學習證書課程
舉辦機構：	香港理工大學 醫療及社會科學院 賽馬會抗逆有「家」計劃
形式：	自學網上課程
對象：	家長
報讀時間及獎勵計劃：	如家長能於 2023 年 5 月 31 日或之前透過以下連結登記及完成整個網上學習證書課程（基礎及進階課程），一經核實，便可獲得 ① 限量紀念品 ② 由香港理工大學發出之實體課程證書
內容：	<p>課程設計是基於學者芙瑪·華許(Froma Walsh)的「家庭抗逆力」理論，分為基礎課程和進階課程兩部份：</p> <ol style="list-style-type: none">1. 基礎課程 - 認識有關家庭抗逆力的基本概念。2. 進階課程 - 深入探討「家庭抗逆力」理論中的三個核心範疇和九個元素：<ul style="list-style-type: none">➤ 家庭信念<ul style="list-style-type: none">▪ 逆境中的意義▪ 正面展望▪ 超越及靈性➤ 家庭運作<ul style="list-style-type: none">▪ 靈活性▪ 關係親密度▪ 社會及經濟資源➤ 家庭溝通<ul style="list-style-type: none">▪ 清晰度▪ 坦誠的情感表達▪ 共同解難 <p>課程結合理論、反思和實踐的環節，採用不同方式，包括影片、家庭故事分享、專家訪談、專題介紹、練習、小測驗等等，引領家長進入一個認識、探索、學習如何提升「家庭抗逆力」的旅程。</p>
學習時間：	基礎課程(1 個單元)：45-60 分鐘； 進階課程(9 個單元)：每個單元 60-75 分鐘
課程簡介短片：	https://youtu.be/Rp583NbMwgU
報名登記：	https://forms.gle/Jru8kptirTAaAQFi8
查詢：	3400-8513
計劃網頁：	https://family-fhss.polyu.edu.hk/
計劃 Facebook：	https://www.facebook.com/JCFamilyResiliencehk