

親職教育系列講座

以下活動的講者為心理輔導專家區澤光博士，現任加拿大英屬哥倫比亞省政府心理衛生中心服務主任及教育局委員，並兼任家長教育跨部門工作小組主席，曾於香港大學及中文大學任教，是本局開辦家長教育證書課程的課程計劃設計者及該課程之導師。

講座名額各60人，分享會名額各25人。對象：家長及家長教育工作者

「如何讓孩子在愉快中學習」講座

7月18日星期五晚上6時半至10時

SE08-0063

心理學研究發現，兒童在輕鬆愉快的環境下學習效果是最理想的，但中國人的社會文化卻過份強調「苦讀」、「苦學」、「苦練」，結果不但學習效果打折扣，更把孩子學習的主動性都磨滅掉。透過是次講座，將與家長探討怎樣幫助孩子喜歡學習及討論課外活動的價值。

茶點費：30元

地點：教育暨青年局仲尼堂



「如何培養孩子的抗逆能力」講座

7月19日星期六下午2時半至5時半

SE08-0064

人生中總會遇到挫折或不如意的事，父母應怎樣培養子女的「逆境反彈力」呢？這是心理學家所說的AQ和EQ，父母在日常生活中可以幫助孩子建立抗逆能力，使他們不但可以承受挫折，並且可以轉化為一種力求上進的動力，可惜很多父母的教育方法適得其反，使孩子不是太依賴就是太易放棄。究竟如何去培養呢？講者將會為大家分享其豐富經驗。

地點：教育暨青年局仲尼堂



「帶領家長講座技巧」分享會（一）

7月19日星期六下午7時至9時

GM08-0079

為參加者介紹主持不同類型的親職教育講座的技巧，引用「如何讓孩子在愉快中學習」及「如何培養孩子的抗逆能力」講座中的例子，與參加者進行交流和分享。使講座由「提供資訊」至「促進家長改變行為」，以及親職教育工作中常見的難題及解決辦法。

對象：家長教育工作者

地點：教育暨青年局元陶堂



「關懷、體諒的孩子 - 四川地震給予父母的啟示」講座

7月25日星期五晚上6時半至10時

SE08-0065

最近四川省發生大地震，當孩子們看到一幕幕災情的景象，心理上會面對甚麼衝擊呢？父母又可以怎樣引導孩子去明白天災和人間苦難？更理想的是父母懂得幫助孩子建立對別人的愛心和關懷，心理學的研究發現，能對別人關懷的人往往在社會上也是更成功的人。講座將為大家一一介紹。

茶點費：30元

地點：教育暨青年局仲尼堂



「如何放手？學會把孩子推出去」講座

7月26日星期六下午2時半至5時半

SE08-0066

很多父母覺得做父母很累，其中原因之一是沒有學會放手。父母的角色和責任應該隨著孩子的年齡及成熟程度而調整，過份「負責任」或過份保護的家長，對子女的成长都沒有益處，反之，這可能是出於父母缺乏自我價值或調整能力的緣故，父母要學會在適當時候放手，創造與子女「雙贏」的局面。

地點：語言推廣中心賈梅士室



「帶領家長講座技巧」分享會（二）

7月26日星期六晚上7時至9時

GM08-0080

引用「關懷、體諒的孩子—四川地震給予父母的啟示」及「如何放手？學會把孩子推出去」講座中的例子，與參加者進行交流和分享講座中所運用的不同帶領家長講座技巧及如何解答家長的提問。

對象：家長教育工作者

地點：教育暨青年局元陶堂



有「」標誌之教育活動將計算為「積極家長獎勵計劃」之積分
詳情請瀏覽氹仔教育活動中心網站：<http://www.dsej.gov.mo/caet/>



親職教育系列講座

為了推動親職教育在澳門的發展，讓家長們能更有效地教養他們的子女，培養未來的一代，家長義工團將邀請香港資深社會工作者姚鳳女士，主持下列親職教育系列講座。

名額各為40人，地點為教育暨青年局元晦堂。

「樂與家中老共育家中寶 - 如何與長輩相處及協調教養子女方式」講座

8月2日星期六下午2時半至4時半

SE08-0014

許多新一代的家長都有自己教養子女的模式，而這些模式往往跟長輩所認知的不同或產生矛盾，甚至破壞彼此關係。透過講座，可以基本瞭解長輩的心態，從而認識如何與長輩相處溝通，並有效地向他們表達及協調子女教養方式。

講者：香港資深社會工作者姚鳳女士

對象：家長（歡迎長者一起參與）

備註：60歲或以上長者將獲贈紀念品一份（請於報名時指出長者姓名）



「用心伴成長—與孩子輕鬆渡過反叛期」講座

8月2日星期六晚上7時半至9時半

SE08-0015

“我的女兒本來很乖巧，但現在好像變成另外一個人。”、“兒子不願意和我講話，無法知道他的內心世界，怎麼辦？”。子女進入反叛期，大部分家長都覺得非常煩惱。是次講座幫助參加者瞭解青少年的特質，明白他們行為背後的原因，並掌握有效的溝通方式，從而踏出改善親子關係的第一步。

講者：香港資深社會工作者姚鳳女士

對象：10至18歲兒童及青少年之家長



「教孩子是賞心樂事」家長分享會

8月3日星期日上午10時至12時半

GM08-0024

教養孩子需勞心勞力，但能與孩子融洽相處，確是一件賞心樂事。藉著分享交流會，讓家長與姚鳳女士直接對話交流，諮詢教養孩子的意見；並讓家長們共同討論，分享教養子女的經驗。

講者：香港資深社會工作者姚鳳女士

對象：家長



親職教育活動

「如何提升子女的學習興趣」講座

7月10日星期四晚上7時半至10時

SE08-0067

學習是子女成材的重要元素，良好的學習動機有助提升對學習的興趣和學業成績。但隨著子女逐漸成長，除了耳提面點，口頭囑咐之外，家長又可如何提高子女讀書的興趣和求學的動力？其實，孩子拒絕學習有很多原因，當中涉及孩子的學習動機、能力，以及一些客觀的條件。講座將介紹影響學習的因素，以及促進學習的方法。幫助家長持續運用這些方法，促進子女有效學習。

講者：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師

對象：家長及家長教育工作者

名額：60人

地點：教育暨青年局仲尼堂



「齊做健腦操，學習無障礙」親子培訓班

8月2日至23日

OD08-0098

逢星期六

下午2時半至4時半共4節

培訓班分為4個獨立環節，內容包括：書寫學習的視覺專注力發展、書寫的手眼協調發展、閱讀學習的視覺與聽覺專注力發展、閱讀的感官協調發展。針對兒童常見的學習問題，幫助家長及兒童應用健腦操(Brain Gym)刺激腦部，為家長提供一個互動的方法幫助兒童的腦部發展、提升孩子的專注力及增強其學習興趣，更可增進親子間的感情。

講者：澳門心理治療協會冼美芝小姐

對象：6至12歲兒童及其家長

名額：15對親子（一位家長攜同一名小孩）

報名費：100元

地點：氹仔教育活動中心



有「」標誌之教育活動將計算為「積極家長獎勵計劃」之積分
詳情請瀏覽氹仔教育活動中心網站：<http://www.dsej.gov.mo/caet/>

「家庭情緒病」講座

8月8日星期五晚上7時半至10時

SE08-0068

是次講座介紹各種情緒病的正確定義，包括抑鬱症、躁鬱症、泛焦慮症、驚恐症、社交焦慮症、強迫性焦慮症、創傷壓力後遺症等；剖析社會的情緒病趨勢，講解藥物及輔導等治療方法，並教授一些生活小貼士予參加者，幫助自我及家人朋友做好預防的工作。

講者：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師

對象：家長及有興趣人士

名額：40人

地點：氹仔教育活動中心

備註：為參加者的子女（必須3歲或以上）特設「多元智能遊戲」興趣班，需要攜同子女出席者，請於報名時指出。



「冰皮月餅製作」親子工作坊

(嫦娥組) 8月31日星期日上午10時至下午1時

WK08-0060

(吳剛組) 9月7日星期日上午10時至下午1時

WK08-0061

藉著中秋節的到來，讓親子透過製作特色食物的同時，讓孩子認識我國的傳統習俗，對我國文化有更深刻的瞭解外，更可以增進親子關係。

導師：梁錫雄先生

對象：6至12歲兒童及其家長

名額：10對親子（一位家長攜同一名小孩）

材料費：50元

地點：氹仔教育活動中心



「如何協助子女適應小一校園生活」講座

9月12日星期五晚上8時至10時

SE08-0070

兒童升讀小學是心理發展上一個重要的階段，如果順利發展，則能擁有「主動」及「自信」的能力；失敗則會引致「自卑內疚」及「無能感」等心理缺失。是次講座就學前兒童之心理發展要求、孩子升讀小學的心理適應、父母在此階段擔當的角色及如何調整心態等，與家長們作深入討論。

講者：澳門心理學會韓衛先生

對象：家長

名額：40人

地點：氹仔教育活動中心

備註：本講座為參加者的子女（必須3歲或以上）特設「多元智能遊戲」興趣班，需要攜同子女出席者，請於報名時指出。



「與小寶貝的親密接觸」親子按摩工作坊

8月16日星期六下午6時至8時

WK08-0059

嬰兒按摩可鎮靜嬰兒神經、有寧神安睡作用、對腸胃消化、排泄、驅風、刺激肌肉機能、提升免疫力等亦有幫助；更可促進親子溝通，瞭解寶寶的身體語言。工作坊將講解按摩的理論及示範技巧，並讓每位家長即場練習。

講者：何鳳兒護士

對象：0至9個月嬰兒及其家長

名額：10對親子（一位家長攜同一名嬰兒）

地點：氹仔教育活動中心

備註：嬰兒須於工作坊前1小時用餐，家長請自備1條大毛巾



「如何讓婚姻保鮮」講座

9月10日星期三晚上7時半至10時

SE08-0069

講座針對婚姻七年之癢的問題，介紹以有效的溝通方式向配偶表達自我，幫助參加者明白維繫婚姻是需要由自己出發，不斷自我調整，尋找出樂趣，無間斷地為家庭注入新的內容，用智慧來營造具有愛及包容的婚姻生活氣氛。

講者：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師

對象：家長

名額：40人

地點：教育暨青年局元陶堂



「由青少年的內心世界出發」講座

10月8日星期三晚上7時半至10時

SE08-0071

隨著孩子踏入青少年期，與父母溝通亦起了變化，家長面對著需要獨立的孩子卻難以入手協助他們。是次講座幫助家長瞭解當孩子踏入青少年時期家庭的內部轉變，瞭解自我的角色及權力的轉變；並讓家長瞭解子女面對轉變時應如何從旁協助他們，從而整合個人的自我及子女的狀態，建立健康和諧的家庭。

講者：澳門心理治療協會劉秉權家庭治療師

對象：家長

名額：40人

地點：教育暨青年局元陶堂



「親子工房」工作坊

10月26日星期日上午11時至下午1時

WK08-0062

優質的家庭生活及親子關係，是兒童成長中不可缺少的要素。透過創意的布偶製作及親子共廚，體驗創作的樂趣，彼此瞭解心思，藉而拉近彼此的關係；並讓家長能運用有效的方法，協助孩子發揮所長。

講者：澳門基督教青年會張蘊凝社工

對象：4至6歲兒童及其家長

名額：10對親子（一位家長攜同一名小孩）

材料費：40元

地點：氹仔教育活動中心



有「」標誌之教育活動將計算為「積極家長獎勵計劃」之積分詳情請瀏覽氹仔教育活動中心網站：<http://www.dsej.gov.mo/caet/>

