



敬啟者：

家長同行小組工作坊分享（全校）

崇真書院「家長同行小組」由本校駐校教會呂君康牧師帶領，透過定期舉辦有關教養主題的互動工作坊，提供一個讓家長們之間互助支持的平台外，更希望幫助家長了解基督教信仰，接受福音；即使子女畢業後，也能投入教會群體繼續成長，以《聖經》作準繩，建立基督化家庭。

「家長同行小組」於今學年舉辦共八次的家長工作坊，由社福機構的專業社工擔任講者，與家長探討不同的青少年議題，以支援家長的需要。

以下為本學年八次的家長同行小組工作坊的日期及主題：

	日期及時間	主題
第一次 (已舉行)	2025 年 10 月 3 日 (五) 晚上 7:00 - 8:45	了解青少年的情緒需要 - 理解青少年的情緒波動的原因 - 如何識別及應對子女的壓力和焦慮
第二次	2025 年 11 月 7 日 (五) 晚上 7:00 - 8:45	如何與青少年談心 - 了解現時青少年的溝通模式 - 了解有效與子女溝通的技巧
第三次	2025 年 12 月 12 日 (五) 晚上 7:00 - 8:45	了解青少年的網絡世界 - 認識青少年慣常使用的網絡媒體及網絡文化 - 找出減低網絡世界對子女吸引力的方法，協助子女在現實世界中建立自己
第四次	2026 年 1 月 23 日 (五) 晚上 7:00 - 8:45	(暫定主題) 如何與子女定立界線(I) - 拍拖 - 何時適合打開拍拖的話題 - 協助子女與異性建立健康的人際關係
第五次	2026 年 3 月 6 日 (五) 晚上 7:00 - 8:45	(暫定主題) 如何與子女定界線(II) - 性教育 與子女談有關性話題時之技巧及心態
第六次	2026 年 4 月 17 日 (五) 晚上 7:00 - 8:45	(暫定主題) 如何提升子女改變的動機 - 躺平文化的源起及心態 - 如何推動子女為自己訂立目標
第七次	2026 年 5 月 29 日 (五) 晚上 7:00 - 8:45	(暫定主題) 如何與子女定界線(III) - 打機 - 認識子女沉迷上網的原因 - 規則 VS 獎勵 VS 責任 - 執行獎勵及懲罰的技巧及心態
第八次	2026 年 7 月 3 日 (五) 晚上 7:00 - 8:45	(暫定主題) 做個心靈強壯的家長 - 認識不同的減壓方法 - 鼓勵家長關心自己的身心靈健康



基督教香港崇真會屯門堂

Tsung Tsin Mission Of Hong Kong Tuen Mun Church

香港新界屯門良才里9號崇真書院內 G19 室

G19, Tsung Tsin College, 9 Leung Choi Lane, Tuen Mun, N.T., H.K.

電話 Tel : (852) 2463 4033 傳真 Fax : (852) 2463 4156 電子郵遞 e-mail: ttmtmc@yahoo.com.hk



十月七日晚上，我們進行了今學年第一次「家長同行小組」，當晚家長們在社工的專業分享中，學習了不少處理子女情緒波動的妙法。第二次家長同行小組工作坊將於十一月七日（星期五）晚上舉行，主題為「如何與青少年談心」，繼續由「基督教協基會屯門綜合青少年服務中心」專業社工主講，幫助家長了解現時青少年的溝通模式及認識如何有效與子女溝通的技巧，建立良好的親子關係，促進家庭和諧。現誠邀各位家長踴躍參加，有關安排如下：

主題：如何與青少年談心

講者：「基督教協基會屯門綜合青少年服務中心」專業社工

日期：2025 年 11 月 7 日（星期五）

時間：晚上 7:00 - 8:45

地點：一樓學生活動中心（SAC）

如有任何查詢，請致電本校 3507 6400 與林燕眉老師聯絡。

此致

貴家長

二零二五年十月二十七日



呂君康牧師

謹啟



基督教香港崇真會屯門堂

Tsung Tsin Mission Of Hong Kong Tuen Mun Church

香港新界屯門良才里9號崇真書院內 G19 室

G19, Tsung Tsin College, 9 Leung Choi Lane, Tuen Mun, N.T., H.K.

電話 Tel : (852) 2463 4033 傳真 Fax : (852) 2463 4156 電子郵件 e-mail: ttmtmc@yahoo.com.hk



回條

敬覆者：

家長同行小組工作坊分享（全校）

本人已知悉上述家長同行小組工作坊事宜，並

☐ 出席「如何與青少年談心」講座，出席人數為 _____ 人。

☐ 無暇出席上述活動。

為方便聯絡出席的家長，請家長填寫聯絡電話號碼。

聯絡人姓名：_____ 聯絡人電話號碼：_____（選填）

此覆

呂君康牧師

中 _____ 級 _____ 班學生：_____

學生家長簽署：_____

二零二五年十月 _____ 日