



敬啟者：

家長同行小組工作坊分享（全校）

本校「家長同行小組」由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，提供平台讓家長互助支持，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。

隨著子女成長，許多家庭面臨新的挑戰與機遇，故此「家長同行小組」於今學年將舉辦八次的家長工作坊，由社福機構的專業社工主講，藉此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詳情：

	日期及時間	主題
第一次	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



第一次家長同行小組工作坊將於 10 月 3 日（星期五）晚上舉行，主題為「了解青少年的情緒需要」，由「基督教協基會屯門綜合青少年服務中心」專業社工主講，幫助家長了解青少年情緒、壓力和焦慮，剖析背後原因及家長應對策略，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：了解青少年的情緒需要

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 10 月 3 日（星期五）

時間：晚上 7:00 - 8:45

地點：一樓學生活動中心（SAC）

如有查詢，可致電本校 3507 6400 與林燕眉老師聯絡。

此致
貴家長

二零二五年九月十七日

呂君康牧師

謹啟

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「了解青少年的情緒需要」講座，出席人數為 _____ 人。

☐ 無暇出席上述活動。

此覆
呂君康牧師

中 _____ 級 _____ 班學生：_____

學生家長簽署：_____

二零二五年九月 _____ 日