

中學家長講座主題

主題	內容
PTS 01 當青春遇上更年期 1. 了解怒氣的本質及後果 2. 疏導家長情緒四步曲 3. 提升家長精神健康的六個方法	PTS 05 善意溝通解衝突 1. 認識衝突的原因及意義 2. 預防衝突的方法 3. 掌握雙贏溝通四文治
PTS 02 做個非「煩」家長 1. 溝而不通的原因 2. 贏取合作的五種說話方式 3. 掌握「先情後理」的黃金定律	PTS 06 管教子女從夫婦開始 1. 婚姻如何影響孩子的成長 2. 促進夫婦關係的十個貼士 3. 如何協調夫婦的管教方法
PTS 03 從教養到教練之升「呢」家長 1. 青少年的心理轉變及需要 2. 由角色轉移到期望轉移 3. 家長教練的升「呢」任務	PTS 07 讓愛連繫少年心 1. 認識愛和管教的平衡定律 2. 建立親子關係的五個元素 3. 掌握五種愛的語言
PTS 04 並肩同行青春路 1. 子女面對的壓力與挑戰 2. 子女對家長的期望 3. 家長可以做的五件事	PTS 8 親子九型人格 4. 認識九型人格 5. 了解各種類型性格孩子的特質 6. 掌握與孩子的相處之道

首席講師 - 余國健先生

余國健先生是「心靈階梯」的創辦人兼培訓總監，從事培訓及輔導工作三十多年，同時於香港中文大學兼任學校發展主任及香港教育大學客席講師，並透過出版教材及在雜誌撰寫專欄，推廣家長教育。余先生育有兩子一女，其中五年更當上「全職爸爸」，對教養子女有深刻的體會。