



金巴崙長老會耀道中學
2023 - 2024 年度
家長教師會

敬啟者：

有關「精神健康急救（關懷青少年）」證書課程事宜

本校將舉辦家長課程，詳情如下：

| | |
|-------|--|
| 課程介紹： | 香港生活節奏快，社會環境和疫情對人們造成不同程度的壓力。青少年的精神健康狀況尤其重要，因為他們正處於青春期的成長、學業和社交變化的挑戰，面臨著複雜的情況。為幫助青少年面對及處理壓力，保持正面健康的身心，我們應盡早了解相關知識，以便及時察覺情緒和精神問題，給予適切支援。 |
| 課程內容： | 1. 認識常見的青少年精神問題，包括：焦慮症、飲食失調、抑鬱症、自我傷害、自殺、物質濫用及重性精神病等。 2. 辨識精神問題及危機出現時的表徵，並於合適情況介入。 3. 學習透過一系列支援行動（ALGEE），在情況進一步惡化前，對當事人提供適當的支援。 |
| 上課形式： | 講課（以中文授課）、小組討論、角色扮演、影片示範及練習等。 |
| 日期： | 4/5, 11/5, 18/5, 25/5（逢星期六），共4節 |
| 時間： | 上午 9:30 至 12:30（共3小時） |
| 地點： | 1/F 課室 |
| 導師： | 黃滋瑞牧師 ● 香港理工大學社會工作學士畢業 ● 曾任外展社工、學校社工及家庭輔導社工，從事危機青少年及家庭輔導 12 年 ● 金巴崙長老會耀道堂及牧民堂牧會牧師 ● 精神健康急救(關懷青少年版)訓練員 ● 基督教靜觀及接納與承諾治療證書 |
| 名額： | 30人（如報名人數超出名額，將會以抽籤形式決定，並以e-class通知） |
| 費用： | \$100（課程手冊及證書*之費用） |
| 備註： | *出席率達100%的參加者，將獲頒授由【香港心理衛生會】發出之「精神健康急救（關懷青少年版）」修業證書。 |

如閣下有興趣參加上述家長課程，請填妥下列回條，並於四月二十四日前回覆，以便統計人數。如家長對上述活動有任何查詢，歡迎電郵至pta@cpcydss.edu.hk或致電24730777與何兆堅老師聯絡。

此致
各家長

家長教師會主席

石月華女士謹啟

二零二四年四月十九日

回 條

敬覆者：

本人已知悉有關「精神健康急救（關懷青少年）」證書課程之事宜，現覆如下：

本人 * 將參加是次課程。

未克參加是次課程。

此覆

金巴崙長老會耀道中學家長教師會

家長姓名：_____

家長簽署：_____

學生姓名：_____

學生班別：_____ ()

*請在適當方格內加上號

二零二四年____月____日