



網上分享會 – 疫境下的情緒管理

2020年12月5日(星期六)下午3時至下午3時40分

活動簡介:

新冠肺炎疫情經已持續超過半年，大家除了面對新常態下生活 / 工作的壓力，作為家長的校友，同時需要應對子女於停課期間的網上學習與復課後的適應問題，倍添壓力；本會十分榮幸能夠邀請到屬會梁銶琚中學校友臨床心理學家Helen Ko給大家分享一下有關疫境下的情緒管理，希望大家透過網上平台了解多一點如何舒緩情緒和壓力。

講者簡介:

Helen Ko擁有臨床心理學博士學位，目前是一名自由臨床心理學家。她主力協助兒童、青少年及其家人應對心理健康方面的挑戰。教導孩子正向觀念，幫助他們建立自信心、專注力與及平和的身心。

即日起至2020年12月3日接受網上報名。

https://apc01.safelinks.protection.outlook.com/?url=https%3A%2F%2Fdocs.google.com%2Fforms%2Fd%2Fe%2F1FAIpQLScVV3qN8WMmdGh4PRePI3kNF2AnEdrBM6xb_gz9oQDHQJOJkw%2Fviewform%3Fusp%3Dsf_link&data=04%7C01%7Csammyk%40clp.com.hk%7C9d2e329686724960c00408d88918a6cd%7C33893f4e33974cabbb3c9224bf7eafba%7C1%7C0%7C637410086254721698%7CUnknown%7CTWFpbGZsb3d8eyJWIjoiMC4wLjAwMDAiLCJQIjoiV2luMzIiLCJBTiI6Ikl1haWwiLCJXVCI6Mn0%3D%7C1000&reserved=0

活動查詢:

stfa.alumniassociation@gmail.com