



香港資優教育學苑  
The Hong Kong Academy for Gifted Education

F1WBP003W  
(代幣課程)

工作坊 / 基礎程度

# 幸福感課程 (小學)

蔡旻廷姑娘

香港資優教育學苑教育心理學家



**2022年2月28日**  
正午**12**時截止報名

## 預期學習成果

完成本課程後，學員應能：

1. 發掘自己的個性強項，並掌握如何透過個運用自己的個性強項面對學習及生活上的挑戰；
2. 改善其個人內省及人際交往能力，學習如何面對逆境；及
3. 獲得有效的學習策略，提升學習果效。



## ◆ 課程簡介

本幸福感課程設計是根據正向教育及正向青少年發展理論及研究而編訂，讓學員發掘自己的個性強項，並掌握如何透過個運用自己的個性強項面對學習及生活上的挑戰。本課程亦希望透過發展學生的個人內省及人際交往能力，促進他們的社交、情緒及學習幸福感，並協助他們掌握更有效的學習策略提升學習果效。

課程共有兩部分，每部分有四節。第一部分是「正向情緒」工作坊，第二部分是「投入學習」工作坊。

## ◆ 日程表

課節	日期	時間	地點
1	4月8日 (星期五)	下午5:00 - 下午7:00	香港資優教育學苑 206室 Zoom會議
2	4月9日 (星期六)	上午10:00 - 正午12:00	
3	4月14日 (星期四)		
4	4月19日 (星期二)	下午5:00 - 下午7:00	
5	4月22日 (星期五)		
6	4月23日 (星期六)	上午10:00 - 正午12:00	
7	4月29日 (星期五)	下午5:00 - 下午7:00	
8	4月30日 (星期六)	上午10:00 - 正午12:00	

## ◆ 對象

- 只限於 2021 至 2022 學年為小四至小六的香港資優教育學苑學員。

- 名額：25

\* 先到先得，額滿即止

## ◆ 先備知識

本課程並無特別要求

## ◆ 講授語言

粵語授課與中文筆記

## ◆ 證書

學員必須達到以下要求方能完成此課程，並獲發電子證書：

- 出席最少7節課堂；及
- 於課程評估中表現良好。