



生命教育系列：情緒管理

(PGSLE041920)

簡介

我們每天都會碰上很多事情，引發不同的情緒反應。資優學生和其他學生一樣，在情緒管理上均會遇到不少挑戰，若情緒管理不善，有可能會影響學業，甚至精神和身體健康。是次「生命教育系列」幾將介紹不同的情緒和管理情緒方法，並邀得了解資優學生特質的「資優成人」擔任嘉賓，分享她處理情緒的經歷和方法，希望學員能從中獲得啟發。

活動種類

講座

講員

丁聖穎小姐

丁小姐曾為教育局「特別資優學生培育支援計劃」學員，於香港大學畢業後，進修心理學的課程，熱衷於資優心理學及教育，亦多次以「資優成人」的身份到不同院校進行分享，反思伴隨資優人士一生的各種議題。

吳啓賢先生

香港資優教育學苑 情意教育部 課程發展主任

對象



- 中一至中六香港資優教育學苑學員
- 名額：80名
- * 先到先得

講授語言



粵語

預期學習成果



完成本工作坊後，學員應能：

1. 分辨正面和負面的情緒
2. 剖釋不同情緒對自己的影響
3. 於日常生活中應用情緒管理技巧

截止報名日期

2020年7月24日 正午12時

日程表



(本講座會視乎新冠狀病

毒流行情況，並參照香

港教育局的指引，而隨時考慮改期或網

上授課，請密切留意香港資優教育學苑

發出的電郵通知及網上通告。)

日期	2020年8月14日(星期五)
時間	下午3時至5時(請於下午2時45分到場登記)
地點	香港資優教育學苑105室

查詢



如欲查詢，請致電 3940 0101，選擇語言後，按「4」字，或發電郵至 ae@hkage.org.hk 與我們聯絡。