



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

F2IOS012W2
(代幣課程)

工作坊系列 / 基礎程度

Inside Out系列：社交關係(IV)

香港資優教育學苑 課程主任



2022年3月30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. 辨識自我肯定如何影響他們表達自己的方式
2. 辨識適當和不適當的自我表達方式
3. 獲得自我倡導知識和技能



◆ 系列主題簡介

Inside Out系列是一系列有關情意教育的工作坊，內容覆蓋資優生的自我概念、自我管理和社交關係。此系列旨在讓資優生首先從內裏認識自己，繼而提升自我管理能力，最後與外面世界建立正面的社交關係，達致由內到外的全人發展。在社交關係工作坊系列，大家將可學習一系列關於社交關係的課題，包括社交方式、溝通技巧、同理心、如何與朋輩、家人和老師相處，以及如何處理矛盾衝突等。如你對社交關係感興趣，便不要錯過此工作坊。而我們鼓勵你完成整個系列，循序漸進及更全面地掌握與人相處之道。

◆ 課程簡介

你有沒有覺得自己被人佔便宜？或為著爭取自己想要的掙扎？我們也曾經有這種經驗，感覺不是味兒。故此，自我肯定是一種重要的溝通技巧，幫助你於人前勇敢地表達自我。在尊重他人的權利和信念的同時，助你堅持個人意見。

工作坊介紹了一些溝通技巧，你可以採用這些技巧來提高自我肯定，並探索一些提升自信的策略。它還可以幫助你通過學習提高自我表達能力，成功維護你的權益增強自信和自尊感。

◆ 日程表

日期	時間	地點
2022年4月8日 (星期五)	下午2時30分 - 下午5時30分	網上平台

◆ 對象

- 只限於2021至2022學年就讀中一至中三的香港資優教育學苑學員
- 名額：25名
- * 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，輔以英文筆記

◆ 證書

學員必須出席方能完成此工作坊，並獲發電子證書。