



教育局
Education Bureau



Faculty of **Education**
The University of Hong Kong
香港大學教育學院

幼兒家長講座 2019/20

EQ 錦囊
2019.10.20



EQ 錦囊



教育局幼稚園階段家長教育資訊

講者：香港大學教育學院
廖秀卿博士
陳潘潔玲女士

情緒教導五部曲

Dr John Gottman



情緒主人鍛鍊EQ的習慣

廖秀卿博士

- ★ 先處理心情，再處理事情
- ★ 知己知子，百戰百勝
- ★ 家長示範，孩子典範
- ★ 學以致用，調節應用



了解更多：



香港大學教育學院



賽馬會「玩學相長」計劃