



自評表

請回想過去一星期，你與孩子有進行以下的互動嗎？

- ☐ 一起玩玩具
- ☐ 互相擁抱
- ☐ 讚賞孩子
- ☐ 一起出外郊遊
- ☐ 說故事
- ☐ 一起做家務



女青聆兒駐校服務
Y Joy Early Childhood
School Social Work Service

查詢及聯絡

香港基督教女青年會
女青聆兒駐校服務

辦公時間：上午9:00 - 下午6:00 (星期一、二、四、五)
上午9:00 - 下午5:00 (星期三)

地址：九龍長沙灣長沙灣道650號中國船舶大廈1604-1605室

電話：3188 1543 / 3792 0669

傳真：3585 2693 / 3792 0714

電郵：yjoy@ywca.org.hk / yjoyb@ywca.org.hk /
yjoyc@ywca.org.hk

網址：www.ywca.org.hk

印製日期：2021年6月

印刷數量：5,000份



爲了家庭，
我不會停止腳步……



工作繁重



生活壓力



管教疲憊



為孩子操心

爲勞累找出口：
先要爲自己打打氣



與朋友短聚



做喜歡的事



獨處一刻

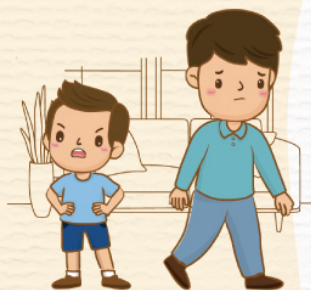
親子衝突又來了……
不如停一停，抖一抖



深呼吸



慢慢飲水



在安全的情況下
離開現場



心內默唸10聲



找信任的親友
暫時照顧孩子



愛的鑰匙

可以是一個微笑、一個擁抱、一個欣賞，
你的鑰匙是什麼呢？

爸爸媽媽，
我很想對你說……

我不懂表達



我很想你們陪伴

我需要時間學習



爸爸媽媽，我更想說：其實我好愛你們！