



各位家長：

疫情考試 善用法寶 積極面對
給學生和家長的電子海報

現時疫情嚴峻，學校需要暫停面授課堂，加上日常生活可能遇上各種改變，學生的學習節奏和溫習計劃或會被打亂；面對考試時，難免感到有壓力，心情可能會變得緊張或不安。因此，家長可重溫教育局早前上載至「教育局 YouTube 頻道」一系列名為「疫流停課·不停『愛』」(家長篇)的心理教育短片，以了解協助子女處理負面情緒的方法，使子女能夠保持心理健康。教育局亦不時更新「家長智 NET」網頁，為家長提供協助子女管理情緒的資訊，例如專題文章「拆解情緒的密碼」。

此外，教育局教育心理學家特別製作了兩張電子海報，以輕鬆和口語化的形式鼓勵學生及家長善用正向技巧應對考試壓力，希望協助學生在疫情下積極面對考試，上述資料之相關連結如下：

1. 疫流停課·不停「愛」(家長篇) http://www.ltyschool.edu.hk/edbch.html	
2. 「家長智 NET」網頁 https://www.parent.edu.hk	
3. 專題文章「拆解情緒的密碼」 https://www.parent.edu.hk/article/拆解情緒的密碼	
4. 學生電子海報：你想要哪件法寶幫你準備考試? https://www.edb.gov.hk/.../Res.../E-posters_for_students_Chi.pdf	
5. 家長電子海報：考試期間我想關心和鼓勵子女，可以怎樣做? https://www.edb.gov.hk/.../Reso.../E-posters_for_parents_Chi.pdf	

此致
貴家長

世界龍岡學校劉德容紀念小學
陳進華校長謹啟

二零二一年一月四日