

主題三、面對考試（中小學適用）

（影片）「模」形壓力

當父母均是高學歷的專業人士，子女會擁有更優厚的學習條件？還是會承受著更大壓力？短片帶出家長如何有效協助子女紓緩壓力！



<https://bit.ly/3aFh3Td>

換個想法 點亮心情—我們一起來試試看

教育心理學家介紹家長如何運用 ABC 理論，協助年青人轉換想法，積極面對困難。



<https://bit.ly/32R3taZ>

你想要哪件法寶幫你準備考試？

資訊圖表讓家長了解子女預備考試的方法和所需的支援。



<https://bit.ly/3gNzTLY>

考試期間 我想關心和鼓勵子女可以怎樣做

父母的陪伴勝過一切，家長應如何關心和鼓勵子女呢？資訊圖表中總有一個方法適合你。



<https://bit.ly/3nsN2er>

我可以怎樣陪伴子女正面面對考試結果？

為家長提供陪伴子女正面面對考試結果的「三好」錦囊，讓家長成為扶助子女成長的後盾。



<https://bit.ly/3vghdID>

我個仔放榜啦，我可以點樣做？

子女面對中學文憑考試時，父母如何能從旁支持，給予肯定？



<https://bit.ly/3xy3X4b>