

從此告別

與自閉青少年的

溝通黑洞

改善親子關係

少衝突，多溝通

把你的話聽入耳



家長遇到的困境

孩子依賴

即使已是青少年，
仍要父母處處照顧

經常爭執

孩子想要更多自主，
父母卻未敢放手

「又是這樣」

孩子行為難以改變，
長期挫敗互動

失去耐性

父母對教養感到氣餒，
失去力量



你需要的是...

重塑親子關係

共鳴

溫暖

積極

正面情緒

改善行為



良好溝通

我們的家長小組成效

1. 提升家長三大管教技巧

- 減少衝動回應
- 學習有效讚賞
- 適切回應孩子情緒

2. 改善親子相處態度

3. 提升家長管教信心

4. 增加家長對自己的關愛



- 專為自閉青少年家長設計
- 成效已刊登於國際學術期刊
- 研發期間有超過100位家長參與，獲家長高度評價

家長反饋

「而家我對呀仔多左耐性，學識欣賞佢微小既進步，對佢批評少左」

「我嘗試觀察及共鳴仔仔的情緒，發覺呀仔願意分享更多」

「上完小組後，我對呀仔既態度正面左，同佢傾計個陣，我地多左話題同交流，關係親密左」

「學習了觀察者的特質之後，發現原來呀仔都一點一點慢慢進步」

小組資料

小組八節及重聚日一節

課節	內容
1 至 2	學習減少衝動回應 → 緩解親子衝突
3 至 4	學習針對青少年心理的獎賞方式 → 增加正面互動
5 至 6	學習回應青少年情緒需要 → 提升青少年分享意欲
7	學習與青少年「傾計」秘技 → 建立穩定的正向交流
8	提升耐性韌力 → 建立持續有效的互動模式
重聚日	鞏固學習成果，強化技巧運用， 促進孩子獨立成長

小組開課日期: 2月26日(星期四)

小組原創人* 及導師



梁雅穎博士

臨床心理學家；天凱心靈創辦人。修畢香港中文大學臨床心理學碩士及心理學博士學位，並為美國婚姻及家庭治療協會（AAMFT）專業會員。

多年評估及治療自閉青少年和成人及其家庭的經驗，深知家長的情緒健康是支持青少年成長的關鍵。曾發表多份國際權威認可自閉症研究文獻。

曾與超過20間中小學及社福機構合作，推廣家庭教育。深信當大人活出從容與自信，孩子便能在愛與安全中自然成長。

* 與陳穩誠博士、曾黛靜女士及黃海琪女士共同設計

學習讓孩子聽得進的秘訣！



你也可以和有自閉特色的青少年建立
溫暖、積極、有共鳴的親子關係，
立即聯絡我們，了解更多。

立即了解詳情

限時獲取 \$500 折扣優惠
報讀青少年社交能力訓練



5516 8951