

「青少年學生及家長對壓力問題的應對」研討會

專家剖析壓力成因 呼籲關注精神健康



中大校友評議會教育事務小組召集人顏龍（左四）致送紀念品予主禮嘉賓中大副校長吳基培教授（左五）及其他講者與評論嘉賓。

香港中文大學校友評議會自 1993 年成立以來，定期舉辦教育研討會，探討不同的教育議題。考慮到近日社會對青少年的身心健康問題有很多討論和關注，特於 4 月 28 日舉行「青少年學生及家長對壓力問題的應對」研討會，從專業的角度剖析青少年及家長面對壓力問題的成因及有關應對方法。

活動首先由校友評議會教育事務小組召集人顏龍校友致歡迎辭，以及由主禮嘉賓香港中文大學副校長吳基培教授致開幕辭。大會特別邀請香港中文大學教育學院院長梁湘明教授、精神科專科醫生許龍杰校友、香港專業輔導人員協會院士鄧惠雄校友、保良局香港道教聯合會圓玄小學校長張志鴻校友、官立嘉道理爵士中學前校長李永良先生、香港中文大學學生事務處心理健康及輔導中心助理處長袁雅儀博士，以不同專業角度分析及提供有關應對方法。

研討會設問答環節，邀得名嘴香樹輝校友擔任主持，令活動生色不少。當日出席研討會的逾 140 名參加者，在多位嘉賓精闢的言論及分享下，對應付青少年學生及家長壓力有進一步的了解。



嘉賓參與校友香樹輝（右一）主持的問答環節，接受參加者提問。



逾百校友參與研討會，一同了解面對壓力問題應對的方法。