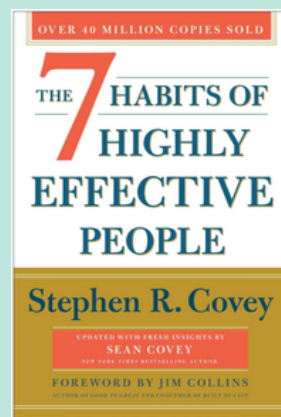


讓你和家人每一天都帶著愉快、溫暖和感恩的心情享受生活。

## 📌 工作坊簡介 - 壓力時代・價值觀為本

- 科技與AI發展迅速，生活節奏加快、壓力增加。技術可以解決問題，卻無法代替一家人以共同的價值觀面對挑戰。
- 本工作坊改編自史蒂芬·柯維博士全球暢銷著作《高效能人士的7個習慣》，重點幫助家庭從壓力和衝突中，以價值觀為本，讓關係更牢固、家人更團結。
- 透過活動、分享與反思練習，讓不同年齡層的家長（小學、中學、成年子女）一起學習如何在考驗中守住原則，把挑戰變成凝聚家庭的契機。




## 🧠 你將學會：從壓力中強化家庭的7個習慣

1. 主動積極：以主動積極的態度回應壓力
2. 以終為始：訂立家庭價值觀
3. 要事第一：守護重要關係，認清重要事項
4. 雙贏思維：面對衝突，雙贏解決
5. 知彼解己：放下指責與說教，真正聆聽需要
6. 統合綜效：珍視家人的優點
7. 不斷更新：讓家庭成為充電站



名額有限，立即報名！

## 📌 課程特色

- ✓ 以活動、分享與反思練習貫穿
- ✓ 一次掌握核心習慣，應用在日常家庭挑戰中。
- ✓ 跨世代家長共學
- ✓ 以廣東話上課
- ✓ 完成後獲頒發課程完成證書
- ✓ HKAL是  FranklinCovey 在港澳唯一認證機構

7月4日 (星期六) 上午9時至12時  
九龍塘創新中心 (地鐵C1出口)  
費用：\$630 (6月15日前9折)

## 🎓 幸福家庭的7個習慣導師

Hong Kong Academy of  
**LEADERSHIP**



Ms. Ann Ngan

- ✓ 7個習慣認證導師及 HKAL 總培訓師
- ✓ 澳洲碩士生，資優教育研究生證書(GCED, UNSW)
- ✓ 親子領導力培訓、教職員培訓經驗超過15年
- ✓ 企業管理經驗應用於家庭教育
- ✓ 參與多項支持弱勢青年與家庭的義工活動