



# 心理健康资源

青少年「寓乐资讯」—  
**YouthCan**



卫生署学生健康服务—  
情绪健康小锦囊



## 家长关怀锦囊



信息图像



如何帮助感到孤独的女儿?



信息图像



如何处理女儿的焦虑情绪?



信息图像



帮助子女面对生活里不确定的情况



信息图像



帮助子女渡过亲友离世的哀伤



信息图像



理解和处理子女愤怒情绪



信息图像



了解及改善子女失眠问题



信息图像



如何处理与子女的冲突



信息图像



协助子女改善拖延行为

## 网络安全

网上恶意言论



短片



信息图像



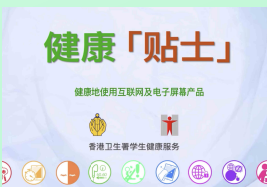
网络安全知多点



短片 (只备繁体中文版)



健康「贴士」：健康地使用互联网及电子屏幕产品



短片



网站



课金也会成瘾?



信息图像



五大常见网上陷阱



信息图像



网络欺凌事件簿



短片



信息图像



# 子女情绪困扰

## 5招停止伤害自己



短片



信息图像



## 预防和纾缓压力的7个好习惯



短片



信息图像



## 抑郁症的谬误



短片



短片



信息图像



## 提升抗逆力



短片 (只备繁体中文版)



## 当目睹严重事故



信息图像



## 儿童压力的处理



信息图像



# 子女学习压力

## 考试压力大 怎么办？



短片 (只备繁体中文版)



信息图像



## 如何称赞子女



短片 (只备繁体中文版)



## 冲突下的微妙沟通



信息图像



## 睡眠有法



短片 (只备繁体中文版)



## 为DSE同学打气



信息图像



# 亲子关系

## 亲子防疫攻略



信息图像



## 疫情下的亲子关系



短片 (只备繁体中文版)



# 疫情压力