

【二零二四/二零二七學年「一筆過家長教育津貼」計劃】

- 津貼共 20 萬
- 每年可以重複籌辦口碑好的主題

	預計活動月份/年份	活動名稱	活動內容	活動目標	活動人數及預算(大約)	講者	形式
1	7/2025	捉緊子女心，溝通與衝突處理	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 預防衝突與情緒升溫 ➢ 關鍵對話、非暴力溝通、我的訊息 ➢ 善用換框與正向演譯以始為終創造理想關係 	為提升家長與子女相處技巧建立和諧相處模式	30 人 大約 \$5 000	邀請講者	實體+網上 2 小時
2	一年 4 次 (每季講座) 9/2025 12/2025 3/2026 6/2026	教長教育課程	2.1 認識青少年發展 2.2 促進青少年健康愉快及均衡的發展 2.3 促進家長身心健康 2.4 促進家校合作與溝通		100 人 \$25 000	邀請講者	1 小時線上
3	一年 10 次 9/2026 至 6/2027	教長教育課程	3.1 認清方向，不麻木追捧 3.2 學業成績不等於人生成就 3.3 以身作則 3.4 成為孩子的傾訴對象 3.5 想建立關係：耳朵和時間 3.6 精神疾病簡介 3.7 做孩子最有力的啦啦隊 3.8 舒解家長自身的壓力 3.9 預防及面對子女自殘 3.10 預防及面對子女拒絕上學		50 人 \$55 000	邀請講者	1 小時線上 每月 1 次 網上課程
4a	10/2026	工作坊(一) 智型家長裝備教室	運用薩提爾式冰山概念，讓家長了解子女的內心世界及背後需要，調整對子女期望的需要	幫助家長照顧及管教青少年子所面對的挑戰及壓力	30 人 大約 \$5 000	邀請講者	實體+網上 1.5 小時
b	12/2026	工作坊(二) 智型家長裝備教室	讓家長從「強項為本」角度，提升親手間的正向能量及子女的學習動機	幫助家長照顧及管教青少年子所面對的挑戰及壓力	30 人 大約 \$5 000	邀請講者	實體+網上 1.5 小時

	預計活動月份/年份	活動名稱	活動內容	活動目標	活動人數及預算(大約)	講者	形式
5	一年4次 (每季講座) 9/2026 12/2026 3/2027 6/2027	教長教育課程	5.1 認識青少年發展 5.2 促進青少年健康愉快及均衡的發展 5.3 促進家長身心健康 5.4 促進家校合作與溝通		100人 \$25,000	邀請講者	1小時線上
6	一年10次 9/2026 至 6/2027	教長教育課程	6.1 認清方向，不麻木追捧 6.2 學業成績不等於人生成就 6.3 以身作則 6.4 成為孩子的傾訴對象 6.5 想建立關係：耳朵和時間 6.6 精神疾病簡介 6.7 做孩子最有力的啦啦隊 6.8 舒解家長自身的壓力 6.9 預防及面對子女自殘 6.10 預防及面對子女拒絕上學		50人 \$55,000	邀請講者	1小時線上 每月1次 網上課程
7	1/2027	如何協助子女建立正向情	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 家長如何辨識子女情緒 ➢ 透過靜觀練習與子女學習放鬆 ➢ 如何將公開考試的壓力轉化為動力 	提升家長辨識子女情緒的覺察力，並協助家長有效支持面對考試壓力的子女	大約\$5 000	邀請講者	網上直播 1.5小時
8	2/2027	「心」正」自然 「良」	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 發掘、肯定及欣賞家長和孩子的品格優勢 <p>培養正面的親子關係</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 培養正面的親子關係 ➢ 增加家長對品格優勢的認識 ➢ 讓家長能正面及多角度地發掘、肯定和欣賞自己和孩子的優勢， ➢ 建立正面和安全的親子關係 	30人 大約\$5 000	邀請講者	實體+網上 1.5小時
9	4/2027	正向人際關係	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 建立欣賞文化 ➢ 學習運用回應技巧 ➢ 建立有質素的社交生活 ➢ 認識愛的語言 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 讓家長及子女一起創造及培養充實的社交網絡 	大約\$5 000	邀請講者	網上直播 1.5小時

	預計活動月份/年份	活動名稱	活動內容	活動目標	活動人數及預算(大約)	講者	形式
			➤ 表現真實的同理心	➤ 建立正向人際關係。			
10	5/2027	親子心聲可互通	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 嘉賓分享個人其實個案 ➤ 探索親子關係轉化的關鍵 	將「可惜天下父母心」逆轉為「子女知道我關心」	大約\$5 000	邀請家長及講者	網上直播 1.5 小時
11	6/2027	聚焦成長性思維的正向親子溝通	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 持續成長與定型思維對親子關係的影響 ➤ 看出核子行為的背後動機 ➤ 維持親子對話的正向溝通積極性回應 	促進良好及有效的親子溝通	大約\$5 000	邀請講者	網上直播 1.5 小時
	總數：共 20 萬						

負責老師：符紅娟老師