

德貞女子中學 2025-2026 年度

「家長教育一筆過津貼」計劃書

目標：

1. 協助家長掌握為人父母的角色與態度，親職知識與技巧，提升親子溝通和關係；
2. 提升家長自信心及自我效能感，為家庭注入正能量，共創和諧家庭；
3. 加強家長對現行教育政策及對學校的認識和歸屬感；
4. 協助家長建立一個互相支持的網絡，交流管教子女的經驗與心得。

項目	範疇及說明	活動名稱(參考)	對象/活動形式	活動目的	物資	評估方法	預算(\$)
1	範疇一： 認識青少年發展	青春期導航——家長如何助青少年順利邁進新階段	初中家長/ 家長講座 家長教育小冊子	<ul style="list-style-type: none"> ● 了解青少年的特質和需要； ● 掌握支援子女的技巧並促進親子連結； ● 掌握及調整教養方式，以配合青少年心理與行為發展的轉變。 	導師手冊 講座(簡報) 家長筆記 親子活動	觀察 訪問 問卷調查	\$18,000

項目	範疇及說明	活動名稱(參考)	對象/活動形式	活動目的	物資	評估方法	預算(\$)
2	範疇二： 促進青少年健康、愉快及均衡的發展	打造健康與快樂成長空間——家長的陪伴與引導	中一至中六家長/ 家長講座 小組溝通會議 家長教育小冊子	<ul style="list-style-type: none"> ● 認識青少年的心理健康挑戰，並學習如何支持他們建立抗逆力； ● 透過親子活動，提升青少年的自信心及積極心態，促進健康心理發展； ● 學習如何幫助青少年應對學業、社交及生活壓力，提升自我調適能力。 	導師手冊 講座(簡報) 家長筆記	觀察 訪問 問卷調查	\$16,000
3	範疇三： 促進家長身心健康	建立親子連結，營造和諧家庭氛圍	中一至中六家長/ 家長講座 專題工作坊	<ul style="list-style-type: none"> ● 認識青少年在成長階段的心理特質，並調整方式以促進親子連結； ● 學習運用正向語言及積極聆聽，建立開放的家庭對話模式，促進互相理解與尊重； ● 學習如何在數碼世代中維持健康的家庭交流與互動，提高家庭凝聚力。 	導師手冊 講座(簡報) 家長筆記 工作紙	觀察 訪談 問卷調查	\$36,000

項目	範疇及說明	活動名稱(參考)	對象/活動形式	活動目的	物資	評估方法	預算(\$)
4	範疇四： 促進家校合作 與溝通	建立緊密連結，共 創關愛校園	中一至中六家長/ 小組溝通會議 專題工作坊 親子學習(校內/校外)	<ul style="list-style-type: none"> ● 協助家長支援子女融入學校生活； ● 透過親子互動及家校合作，讓學生及家長感受到學校是一個充滿關愛與支持的社群； ● 增強家長對學校文化、教育理念及運作的認識，促進與學校的歸屬感； ● 鼓勵家長積極參與校內活動及家長教育計劃，並建立互助網絡，使家長在教育子女的過程中獲得支持與共鳴。 	導師手冊 講座(簡報) 家長筆記 家長教育 學堂獎勵 計劃	觀察 訪問 問卷調查 觀察、訪 談、問卷 調查	\$41,000
2025-2026 (第二年) 小結：							\$111,000

2024-2027 年度獲批款項：\$200,000

2024-2025 年度預計餘款約：\$180,700

2025-2026 年度預計使用款項：\$111,000

2026-2027 年度預計使用款項：\$69,700