

新界鄉議局元朗區中學
2025/2026學年
運用「一筆過家長教育津貼（中學）」計劃書

2024/25-2026/27 津貼金額：港幣\$200,000（直至2025年7月2日結餘：\$175,400）

項目編號	項目名稱及內容	預期目標	監察/評估	預算開支
1	講座：調整育兒策略以配合剛升上中學的子女適應中學生活	幫助中一家長了解和接納青少年的特質，調整育兒策略以配合子女的發展需要。	問卷調查	\$8,000
2	講座：青少年期的「關鍵發展任務」	幫助家長認識青少年要發展甚麼能力／心理質素／品格以順利過渡至成人階段	問卷調查	\$8,000
3	講座：家長如何在子女生涯規劃上扮演正面的角色？	鼓勵家長對於子女的職業或生涯規劃，保持開明的態度和予以尊重，讓他們對子女的生涯規劃提供更多的支援。	問卷調查	\$8,000
4	講座：如何做個正向家長？	幫助家長建立正向思維，保持正面和樂觀的心態，採取正確教養子女的態度和方法，從而幫助子女建立「成長思維」，讓他們善於應對各種挑戰和逆境，有效學習及快樂成長。	問卷調查	\$8,000
5	講座：家長如何幫助子女養成健康數字習慣（正確使用互聯網、電子裝置和社交媒體）？	幫助家長扮演更積極的角色，促進子女健康使用互聯網、電子裝置和社交媒體。	問卷調查	\$8,000
6	工作坊：家長如何處理與青少年子女的衝突？	提升家長處理與子女衝突的能力，以促進家長的身心健康。	問卷調查	\$15,000
7	減壓/親子興趣班： 開辦一至兩個興趣班	提升家長處理壓力的能力，以促進家長的身心健康。	問卷調查	\$20,000
總額：				\$67,000