

香港教育大學賽馬會小學  
2024-2025 年度  
家長學生 · 好精神一筆過津貼運用報告

- 目 標:
1. 協助學生適應疫情所帶來的轉變和影響，促進學生和家長的精神健康。
  2. 裝備家長相關的知識與技巧，支援家長照顧學生的精神健康。

津貼撥款: \$20,000

2024 至 2025 實際開支: \$20,392.3(\$392.3 由擴大的營辦開支整筆津貼支付)

津貼餘款: \$0 (可運用津貼至 31/8/2025)

目標	範疇/項目	推行日期	對象	評估方法	成效評估及反思	實際開支
1. 支援家長建立學生的正向價值觀及紓緩子女的情緒	舉辦講座及工作坊 <ul style="list-style-type: none"><li>• 家長講座</li><li>• 親子靜觀工作坊</li></ul>	2024-2025	全校家長及學生	家長問卷	本校家長教師會於 2024 年 11 月 2 日（星期六）舉辦了「和『孩』家庭正向伴成長」家長講座及「和『孩』」親子靜觀活動。活動有助提升家長培育子女的情緒	\$20,392.3

女正向價值觀及情緒管理能力。

家長教師會有幸邀得星級嘉賓講者森美先生到校，與家長們分享如何創造和諧的家庭教育氛圍，培養孩子的抗逆力及強化正向思維。

此外，兩位靜觀導師古緯詩博士及黃嘉信先生透過靜觀體驗活動，帶動家長與子女共同學習觀察呼吸及接觸自己的情感，培養身心健康的生活方式。

式。

另外於 7 月亦舉辦了「培養高 EQ 孩子」親子情緒講座，以日常的生活例子教導家長如何跟子女溝通，令孩子成為一個高 EQ 的孩子。

以上活動，問卷結果顯示近 9 成家長都認同活動有助支援他們掌握相知識與技巧，培育學生的正向價值觀及紓緩子女的情緒。

