



保良局
PO LEUNG KUK

青少年事務部
學生輔導及支援服務

家FUN

家長教育課程

家校合作

家長身心健康

兒童發展

兒童身心健康



每一個家庭都是獨特的，家長面對孩子的獨特性及家庭的不同狀態，對於家長教育都有不同的需要。【家FUN】是由保良局學生輔導及支援服務提供的家長教育課程，服務由資深社工及專業伙伴提供服務。學校可按不同年級的家長需要、學生及家長的身心需要及配合學校的發展方向而選擇服務。

服務介紹

Foundation 基礎講座

由資深社工主講90分鐘家長講座，基礎講座內容涵蓋1至4個範疇（詳見P. 3, P. 4講座列表）。

資深社工於講座前會先向學校了解校情，配以適合的例子讓家長更易掌握並應用於親職管教之中。

Uniqueness 家長自學手冊

按Foundation基礎講座主題內容，配合不同年級家長需要及學校期望製作家長自學手冊，讓家長在家自學或延伸應用。

自學手冊包括：一份主題講座重點內容
三個實用Q&A或個案研習
共兩版 A4 版面大小

學校可以通訊、單張或小冊子形式發放予家長。

Nutrients 增潤服務

由資深社工、專業合作伙伴（教育心理學家、臨床心理學家、言語治療師、音樂或藝術治療師）或受專業培訓的導師提供進階講座、小組、活動或專業評估/訓練，提昇家長對基礎講座的認識及應用於家庭。

內容包括：

- 進階家長講座，由專業合作伙伴主講
- 家長小組（90分鐘，最多10人）
- 家長體驗工作坊（120分鐘，最多16人）
- 親子活動

形式包括但不限於：

日本和諧粉彩、盆景製作、日本酒精墨水、美食製作、星之花正念手作、LEGO® Serious Play®手法、解謎劇場手法、桌上遊戲溝通體驗、心靈拼貼、性格透視®個性分析、圖卡介入、靜觀體驗。

家長教育課程範疇



	兒童發展	兒童身心	家長身心	家校合作
內容摘要	價值觀教育 生活技能 親子生涯規劃 升學適應 心理社交發展 執行功能發展 特殊學習需要 性教育 生命教育	情緒管理 挫敗教育 精神健康教育 青春期轉變 資訊素養 壓力管理 抗逆力	親職關係及壓力 家長精神健康 親子溝通 親子理財 身心靈健康 家庭結構轉變 管教技巧 資訊素養 期望管理	資訊素養 家校溝通 支援特殊學習需要兒童 家長義工 家校支援網絡 聯繫社區資源

家長及教師回饋

以往曾參與本服務的學校及家長認同本服務提供的內容配合需要外，所提供的方法具體及有助家長進行反思，講者亦能解答家長的提問。

家長：

能反思自己日常角色，要多正面鼓勵子女做到目標。

Very useful information and actionable。

加插了性格分析，配合方法，很好，很有用。

如何控制自己憤怒的情緒，避免傷害雙方感情。

欣賞講者對家長發表意見後作出適切合時的回應。

介紹認識情緒字眼的遊戲，對我有幫助，有興趣去和小朋友嘗試這個遊戲。

教師：講者解說清晰，而且很耐心地解答家長的問題。

能讓家長認識學生性格及需要，認識孩子沉迷網絡的原因。

服務購買方法

填寫「家FUN」服務申請表，傳真或電郵至本服務。

有關Nutrients增潤服務須向本服務負責社工電話或電郵查詢，收妥活動詳情後，將於10個工作天回覆報價文件。

電話：2277 8360 / 2277 8358

傳真：2881 7447

電郵：plksgs@poleungkuk.org.hk

由專業社工主講90分鐘家長講座。

基礎講座主題及內容		兒童發展	兒童身心	家長身心	家校合作
F1	活學活用好心情 - 情緒的認識及功用 - 讓孩子學習辨識及管理情緒	1	2	1	
F2	關注學童精神健康 - 辨識孩子發出的情緒訊號 - 提昇孩子抗壓能力的方法	1	2		
F3	孩子的挫敗教育 - 挫敗教育對孩子的意義 - 提昇孩子的抗逆力	1	2		
F4	「網絡」讓我和孩子越走越近 - 了解孩子投入互聯網世界的狀況 - 運用性格透視與不同性格的孩子溝通	2	1		
F5	親子「心」之所屬 - 探討家長角色中的期望及管教方向 - 學習處理個人及孩子的情緒，與孩子訂定合宜目標		1	2	
F6	時間管理：理想與現實之間 - 孩子網上活動新趨勢及需要 - 以時間管理實施作期望管理	2	1		
F7	我在WhatsApp群組中看到了「危」與「機」 - 通訊群組收發訊息的素養 - 家校合作與溝通			2	1
F8	開拓孩子夢想 - 了解孩子的志向、興趣及能力 - 與孩子共同規劃未來	2	1		
F9	我準備好成為小一家長嗎？ - 認識孩子在小一適應上的成長需要及心理準備 - 從情緒、學習及社交上協助孩子適應	2	1		1
F10	讓孩子成為生活技能高手 - 兒童不同階段需具備的生活技能 - 提昇孩子的責任感及自律的方法	2	1		
F11	專注「家」Fun - 認識親子遊戲的重要性 - 介紹提昇專注力的遊戲	2	1		
F12	解碼青春期 - 認識青春期子女的需要 - 正面與持久的溝通方法	2	1	1	
F13	NFT網戰攻略 - 認識現今網絡活動發展趨勢 - 以Non-judgmental, Fulfillment及Time概念應對孩子面對的網絡危機		2	2	

*水滴數量代表與該主題範疇的相關性

一場 \$3,300 兩場 \$6,200 三場 \$9,100 四場 \$12,000 (需於同一學年內使用)

基礎講座主題及內容		兒童發展	兒童身心	家長身心	家校合作
F14	心之保護網 - 以愛心、關心及同理心建立孩子成長保護網 - 建立有效的家校及社區支援網絡			2	2
F15	不得不說的「性」 - 家長在性教育之中的角色 - 現時社會風氣下，與子女談「性」的態度及方法	2	2		
F16	當孩子遇上網絡危機 - 孩子沉溺網上行為的先兆 - 提昇家校防護因素		2		2
F17	童SEN行：了解特殊學習需要 - 認識不同特殊學習需要的定義及特徵 - 以S. E. N. 態度及方法支援有特殊學習需要的孩子	2	1	2	1
F18	永不落後的價值教育 - 發掘家庭及孩子成長所需的核心价值观 - 突破「贏在起跑線」的固有信念	1		2	
F19	ME Time 之旅 - 以Meditation及Enjoyment建立個人的身心靈時間 - 認識及自我關懷內在需要			3	
F20	FAMILY 家多一點愛 - 家庭關係對孩子身心的影響 - 以Fulfillment, Acceptance, Mutual Support概念建立家庭		2	2	
F21	在「家」中的這一秒 - 建立家庭的專屬時間 - 以「家」為本的概念建立健康的家庭關係		2	2	
F22	世一家長秘訣 - 認識新世代的家校合作秘訣 - 建立有效及緊密的家校溝通橋樑		1	2	2
F23	童織夢旅程 - 認識職業定型對孩子成長的影響 - 以敢創、敢嘗及敢跌概念鼓勵孩子追尋夢想	2		2	
F24	學習100 Fun - 認識孩子的學習需要 - 以遊戲及活動形式在家建立學習習慣	2		2	
F25	突破家庭衝突 - 家庭關係對孩子的影響 - 處理家庭衝突及孩子行為問題的方法	1	2	2	
F26	學校自訂講座主題及內容，由專業社工主講。				

*水滴數量代表與該主題範疇的相關性

I. 自選組合F+U+N

學校為各級家長選擇服務時，可選擇能涵蓋四個範疇之服務組合。

部份基礎講座適合全校家長或個別年級家長，學校可按家長需要及校情而選購服務。

收費	
Foundation 基礎講座	一場 \$3,300 兩場 \$6,200 三場 \$9,100 四場 \$12,000 (需於同一學年內使用服務)
Uniqueness 家長自學手冊	一個主題講座重點內容 三個實用Q&A或個案研習 共兩版A4版面大小 檔案格式：pdf 收費：一份\$800
Nutrients 增潤服務	活動形式參考P. 1，收費按活動形式、參加人數及導師資歷而有所調整。

II. 各級建議組合

小一家長組合		兒童發展	兒童身心	家長身心	家校合作	收費
F	F1 活學活用好心情	💧	💧💧	💧		五場講座 \$15,300
	F9 我準備好成為小一家長嗎？	💧💧	💧		💧💧	
	F10 讓孩子成為生活技能高手	💧💧	💧			
	F14 心之保護網			💧💧	💧💧	
	F24 學習100Fun	💧💧		💧💧		
U	家長自學手冊五份					\$4,000
N	進階家長講座、家長小組、家長體驗工作坊、親子活動					收費另擬

小二家長組合		兒童發展	兒童身心	家長身心	家校合作	收費
F	F1 活學活用好心情	💧	💧💧	💧		六場講座 \$18,200
	F6 時間管理：理想與現實之間	💧💧				
	F7 我在WhatsApp群組中看到了「危」與「機」			💧💧	💧💧	
	F17 童SEN行：了解特殊學習需要	💧💧	💧	💧💧	💧	
	F18 永不落後的價值教育	💧		💧💧		
	F23 童織夢旅程	💧💧		💧💧		
U	家長自學手冊六份					\$4,800
N	進階家長講座、家長小組、家長體驗工作坊、親子活動					收費另擬

小三家長組合		兒童發展	兒童身心	家長身心	家校合作	收費
F	F3 孩子的挫敗學習	💧	💧💧			五場講座 \$15,300
	F4「網絡」讓我和孩子越走越近	💧💧	💧			
	F11 專注「家」Fun	💧💧	💧			
	F19 ME Time之旅			💧💧💧		
	F22 世一家長秘訣		💧	💧💧	💧💧	
U	家長自學手冊五份					\$4,000
N	進階家長講座、家長小組、家長體驗工作坊、親子活動					收費另擬

小四家長組合		兒童發展	兒童身心	家長身心	家校合作	收費
F	F2 關注學童精神健康	💧	💧💧			六場講座 \$18,200
	F5 親子「心」之所屬		💧	💧💧		
	F8 開拓孩子夢想	💧💧	💧			
	F13 NFT網戰攻略		💧💧	💧💧		
	F21 在「家」中的這一秒		💧💧	💧💧		
	F22 世一家長秘訣		💧	💧💧	💧💧	
U	家長自學手冊六份					\$4,800
N	進階家長講座、家長小組、家長體驗工作坊、親子活動					收費另擬

小五家長組合		兒童發展	兒童身心	家長身心	家校合作	收費
F	F2 關注學童精神健康	💧	💧💧			五場講座 \$15,300
	F12 解碼青春期	💧💧	💧	💧		
	F15 不得不說的「性」	💧💧	💧💧			
	F16 當孩子遇上網絡危機		💧💧		💧💧	
	F25 突破家庭衝突	💧	💧💧	💧💧		
U	家長自學手冊五份					\$4,000
N	進階家長講座、家長小組、家長體驗工作坊、親子活動					收費另擬

小六家長組合		兒童發展	兒童身心	家長身心	家校合作	收費
F	F1 活學活用好心情	💧	💧💧	💧		五場講座 \$15,300
	F12 解碼青春期	💧💧	💧	💧		
	F16 當孩子遇上網絡危機		💧💧		💧💧	
	F20 FAMILY家多一點		💧💧	💧💧		
	F25 突破家庭衝突	💧	💧💧	💧💧		
U	家長自學手冊五份					\$4,000
N	進階家長講座、家長小組、家長體驗工作坊、親子活動					收費另擬

III. 全校家FUN組合

一至六年級各一場基礎講座，共六場講座	\$23,000
六份家長自學手冊	
四項Nutrients增潤服務	收費另擬



【填妥學校資料及服務安排後，請傳真至 2881 7447 / 致電 2277 8358 盧姑娘查詢】

申請學校資料

學校名稱：_____ 地址：_____

負責人姓名：_____ 職位：_____

聯絡電話：_____ 傳真：_____ 電郵：_____

Foundation 基礎講座以 90 分鐘進行，一場 \$3,300，兩場 \$6,200，三場 \$9,100，四場 \$12,000；

Uniqueness 家長自學手冊每份\$800，價格詳情請參閱服務單張。

Foundation 基礎講座主題					服務安排			
	兒童發展	兒童身心	家長身心	家校合作	日期	時間	年級對象	✓家長自學手冊
F1 活學活用好心情	★	★	★					
F2 關注學童精神健康	★	★						
F3 孩子的挫敗教育	★	★						
F4 「網絡」讓我和孩子越走越近	★	★						
F5 親子「心」之所屬		★	★					
F6 時間管理：理想與現實之間	★	★						
F7 我在 WhatsApp 群組中看到了「危」與「機」			★	★				
F8 開拓孩子夢想	★	★						
F9 我準備好成為小一家長嗎？	★	★		★				
F10 讓孩子成為生活技能高手	★	★						
F11 專注「家」Fun	★	★						
F12 解碼青春期	★	★	★					
F13 NFT 網戰攻略		★	★					
F14 心之保護網			★	★				
F15 不得不說的「性」	★	★						
F16 當孩子遇上網絡危機		★		★				
F17 童 SEN 行：了解特殊學習需要	★	★	★	★				
F18 永不落後的價值教育	★		★					
F19 ME Time 之旅			★					
F20 FAMILY 家多一點愛		★	★					
F21 在「家」中的這一秒			★	★				
F22 世一家長秘訣		★	★	★				
F23 童織夢旅程	★		★					
F24 學習 100 Fun	★		★					
F25 突破家庭衝突	★	★	★					
F26 學校自訂主題：								

本服務亦提供 **Nutrients 增潤服務** (小組、活動或專業評估/訓練)，如學校需要增潤服務或其他剪裁式服務，請致電 2277 8358 與本服務單位主任盧姑娘聯絡。收妥活動詳情後，將於 10 個工作天內回覆報價文件。