

「家長學生. 好精神一筆過津貼」報告書
2023-2025學年

學校名稱： 中華基督教會基法小學（油塘）

第一部分：計劃實施詳情

項目編號	範疇	內容	評估結果	反思及跟進
1.	於 24 年 2 月 28 日為小四至小六家長舉辦「幫助孩子應對考試帶來的壓力」家長工作坊。	探討學生精神健康的重要性，尤其是在面對呈分試的壓力時如何有效地支持子女的方法和技巧。	工作坊共有 40 位家長參加，全部參加者表示能學習到怎樣與子女溝通及認識子女的壓力來源及如何處理情緒。	處理學生的學業壓力需要雙軌並行，除了讓家長學習關顧子女情緒的技巧外，其子女也要認識怎樣面對考試壓力，因此工作員於工作坊後安排「考試有冇怕」工作坊，協助學生學習如何轉化負面及焦慮情緒，提升心理質素。
2.	舉辦「樂對明天」焦慮兒童雙軌小組，共 6 對高年級親子參加 6 節小組活動。	讓兒童學習轉化焦慮情緒並提升家長協助子女調控情緒的知識與方法。	親子出席率達 9 成，100%家長表示課程內容實用，所提供的方法有助減低子女焦慮的情況。	本小組為高年級同學及其家長而設，學生可有不同程度的焦慮問題，部份壓力來自家長，因此需要以雙軌小組形式進行，鑑於低年級學生也有焦慮情況，來年可以為低年級親子舉辦這小組。
3.	為本校家長製作「330 打氣包」，並於第二次家長日派發給全校家長。	「330 打氣包」內容包括：家長精神健康錦囊、經文咭及茶包。	家長覺得家長錦囊的內容簡單實用，花茶亦是一份貼心的小禮物。	打氣包於家長日派發，能在緊張的家長日添上溫馨感，建議下學年也可製作打氣包，內附學生製作的心意咭，於家長日送給父母。

第二部分：財政報告

項目 編號	內容	支出項目	費用	備註
1	「幫助孩子應對考試帶來的壓力」家長工作坊	講員費	\$3,900.00	
2	「樂對明天」親子雙軌小組	導師費	\$8,000.00	
3	330打氣包	1000份（印刷、茶包、包裝）	\$8,088.14	
		23-25年度津貼收入	\$20,000.00	
		23-25年度支出總計	\$19,988.84	
		23-25津貼年度結餘	\$11.16	