正向育兒要素

Care 關懷
Love 愛
Optimism 樂觀
Value 價值觀
Empathy 同理心
Relationship 關係

在青少年期，父母仍是青少年生命中最親密和最重要的人物，他們擔當保護者、導師和陪伴者的角色。父母的愛、指導和關懷給予青少年子女主要的支援，引導他們邁向成人階段。

課程架構的制訂

採用了結合質性和量化研究方式的混合方法，以及多階段研究取向方法（夾心模式），收集來自逾千位家長、中學生、教育工作者及專業人士的意見。課程架構以實證為本的方針來制訂，並「以家長為本」，探討與青少年不同發展階段有關的多個當代議題。

課程架構的目的

課程架構提供共同的基礎，讓中學、相關機構或團體，透過舉辦全港、區本、校本，以至電子家長教育課程或活動，支援家長應對親職挑戰，以促進其青少年子女健康發展。

家長資源

課程架構

示例

查詢

有關課程架構的意見或建議，可電郵至：
hscped@edb.gov.hk

2024年5月

家長教育課程架構（中學）

中華人民共和國
香港特別行政區政府
教育局

家長教育課程架構（中學）

範疇一

認識青少年發展

- 青少年發展的範圍和過程，以及在生態系統環境中影響其發展的因素
- 青少年的獨特性和需要，及對青少年子女發展訂立合理期望的重要性
- 增進與青少年子女的關係、提升其身心健康及支援他們建構健康自我概念的策略
- 關注課題：認識青少年發展及關鍵發展任務、持續調整親職策略等

範疇二

促進青少年健康、愉快及均衡的發展

- 青春期青少年身心發展，以及支援青少年全人發展所需的技能和態度
- 了解青少年普遍面對的壓力，以及採取正向育兒方法來培養青少年的抗逆力
- 關注課題：健康使用互聯網、電子裝置和社交媒體、發展健康的兩性關係、支援有特殊教育需要的青少年等

範疇三

促進家長身心健康

- 了解家長身心健康對青少年發展的重要性
- 親職壓力，以及有效、健康的壓力管理和自我關顧策略
- 有效的家庭溝通和處理家庭衝突的策略
- 關注課題：解決與青少年子女的衝突、照顧有特殊教育需要的青少年相關的挑戰等

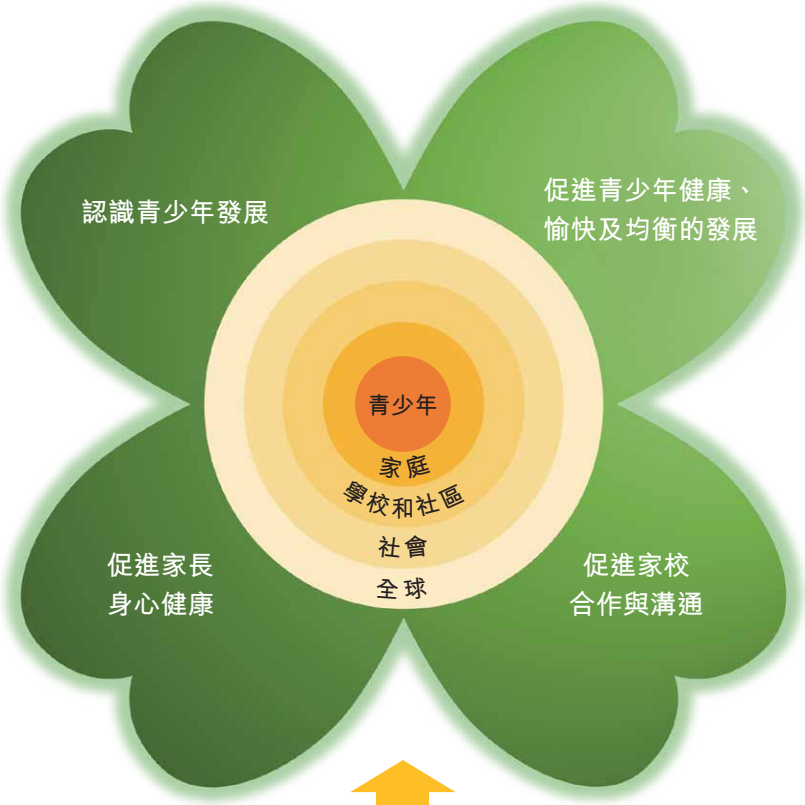
範疇四

促進家校合作與溝通

- 有關家校合作與溝通的知識、技能、價值觀和態度
- 建立正面的家校合作，支援青少年的價值觀教育、自我身份認同的發展和生涯規劃
- 家長和學校在支援青少年全人發展和終身學習的角色
- 關注課題：家長和學校的掣肘與限制、家長對青少年生涯規劃的支援、促進家長參與等

家庭獲得充足的支援和資訊，以培育健康、愉快和發展均衡的青少年

使家長的能力和身心健康得以提升



享受學習知識、技能和態度

主要的內在因素

- 青少年發展步伐
- 家長自我關顧的程度
- 家庭內部的關係
- 家長的期望
- 家庭氛圍

育有中學階段青少年子女的家庭

主要的外在因素

- 可獲得的可靠資訊
- 可獲得的所需支援
- 族裔和有關文化