

港教局推出一站式家長資訊網站 ，助家長掌握培育學童知識和技巧

駐香港臺北經濟文化辦事處派駐人員

教育局於2月27日推出名為「家長智NET」的一站式家長教育資訊網站（www.parent.edu.hk，讓幼稚園及中小學的家長更方便取得支援學童身心發展的資訊），內容包括親子關係、品格培養、管教子女、家長情緒管理和生涯規劃等，以推廣家長教育，幫助家長掌握培育子女的知識和技巧，鼓勵他們採用正面的教育方式，建立良好親子關係及加強子女的抗逆能力，讓孩子健康愉快成長。

網站提供多名學者和專家分享有關家長教育的短片和文章，包括如何指導子女做家課、如何管教兒童等。家長亦可透過網頁中的行事曆，了解重要的教育活動時間，例如中一和小一選校及公布統一派位結果的日期、教育講座詳情和報名方法等，講座議題包括學生生涯規劃、理財親子工作坊、提升孩子閱讀能力等。此外，家長更可透過家長資源指南，瀏覽其他相關網站。「家長智NET」將會定期更新內容。同時，該網頁不但適用於電腦或平板電腦，並特別為手機而設的瀏覽介面，方便家長通過不同的媒體查閱資訊。網頁亦提供分享功能，讓家長透過社交網絡平台和即時通訊軟件，將短片和文章分享給其他家長。

學童自殺問題近年深受關注，網頁有專家文章及短片，教家長如何觀察子女情緒是否出問題。由專家教家長識別子女有無自殺傾向，指自殺事前有迹可尋，若聽到子女因小事惱怒或痛哭，說出「怎樣死最不痛苦」、「做人沒有意義」等，便要加倍注意。心理輔導員梁燕雲和趙翠嫦撰文指出，家長可留意孩子有否明顯的身體變化，如經常肚痛、頭痛等，又找不出生理原因，或食慾和體重大上大落，睡眠時間大增大減。此外，家長亦可留意孩子生活有否異樣，例如在言談或網上談論有關死亡的想法或細節，以及脾氣是否轉差，會因小事惱怒或痛哭、埋怨自己無用和絕望等。家長一旦發現子女有以上情況，要花時間聆聽，不要立即怪罪孩子。專家強調，多與子女溝通，了解他們的感受和想法，絕對有助預防悲劇。

網站上也有精神科醫生講解如何處理孩子焦慮徵狀的問題，以及減輕子女壓力的方法。精神科醫生許龍杰透過短片介紹減輕兒童壓力

的方法，建議家長可以循序漸進幫助子女，減輕他們的焦慮；父母也應避免對小朋友有過高的期望，以及家長要放鬆自己的心情。

資料來源：

2018年2月28日，明報新聞網，教局推家長資訊網，助管教辦自殺傾向

<https://news.mingpao.com/pns1802281519754694961>

2018年2月28日，文匯報，教局「家長智NET」推學童教育

<http://paper.wenweipo.com/2018/02/28/ED1802280010.htm>

2018年2月7日，香港特區政府，教育局推出一站式家長教育網頁「家長智NET」

<http://www.info.gov.hk/gia/general/201802/27/P2018022700293.htm>

2018年2月27日，教育局，教育局推出「家長智NET」，提供家長教育資訊

[http://www.edb.gov.hk/attachment/tc/news003/Letter%20from%20PEO\(SA\)%20to%20all%20Schools_C.pdf](http://www.edb.gov.hk/attachment/tc/news003/Letter%20from%20PEO(SA)%20to%20all%20Schools_C.pdf)

