

## 新北市中平國中輔導處113學年度第一學期 活動成果

活動名稱	父母該懂的親子教養學	活動地點	四樓會議室
活動時間	113.11.14(四)	活動對象	教師、家長及其子女
講 師	呂伯杰	人 數	男:2人 女:28人
活動目的	1. 增進家長教養知能。 2. 了解孩子青春期的身心變化及心理需求。 3. 學習如何陪伴孩子度過青春期風暴。		
成果照片			
			
成果照片			
			
小志工協助家長簽到、校長及輔導主任為講座引言			
成果照片			
			
成果照片			
			
講師的演講引起家長共鳴，家長專心聆聽並與講師熱烈互動			





## 回饋單

對於今天講師的內容覺得最受惠的地方或印象最深刻的一句話？

**\*\*傾聽、陪伴、守護**

**\*愛的語言測驗**

**\*大人要照顧自己，深呼吸**

**\*青少年會有成長的問題(課題)情緒、交友的問題，若沒能完整發育完成，對於下一階段的長大成長，會延後**

**\*同理心比同情心容易得多**

**\*同理心**

**\*同理心的連結(重要)**

**\*先把自己照顧好，才有好的互動**

**\*適時不說話**

**\*先調適彼此的情緒，再連結彼此的關係，最後再跟青少年說理**

**\*事發當下，同理心最重要**

**\*少講多聽**

**\*同理心，此時無聲勝有聲**

**\*換個角度看，對孩子適當的引導，進而有成功經驗，促進孩子自我認同**

**\*點眼藥水的故事**

**\*同理心連結**

其他建議與回饋：

**\*演講時間安排 90 分鐘即可，節奏可加快**

**\*很棒的講座，大家辛苦了，謝謝！**

**\*謝謝您**

希望學校往後能舉辦那些內容的講座：

1. 情緒控制 12
2. 問題解決 11
3. 溝通的藝術 10
4. 挫折容忍態度 9
5. 人際互動 9
6. 興趣培養 8
7. 生涯規畫 7
8. 生活習慣養成 4
9. 生命教育 4
10. 打開潘朵拉盒子 4
11. 行為表現 0
12. 其他：

## 家長的回饋

## 簽呈與計畫

日期：中華民國 113 年 08 月 01 日星期四  
 承辦人：蔣貴珍  
 電話：02-29908092 ext. 841

附錄：113 學年度家庭教育計畫第一版及親職教育課及 113 親職教育課課後 線上系統列印

主旨：檢陳本處辦理 113 學年度親職講座相關事宜，請核示。

說明：

- 一、依據國教署 113 學年度教育優先區計畫及本校 113 學年度家庭教育實施計畫辦理。
- 二、113 學年度共辦親職講座五場，相關資訊，詳如附件。
- 三、五場講座場地：第一至四場在四樓會議室，第五場線上講座。
- 四、為鼓勵教職員工在職進修，凡參與親職講座的教職員工給予輔導研習時數兩小時。
- 五、工作人員從場地準備至善後，時間：17:00-21:30，請准予工作人員兩小時補休四小時，唯課務自理。工作人員補休以實際簽到為依據。

擬辦：俟核可後，依說明辦理。

承辦單位	會辦單位	執行
教務主任：蔣貴珍	教學組長：蔣貴珍	如林
學務主任：蔣貴珍	衛生組長：蔣貴珍	林輝
總務主任：蔣貴珍	出納組長：蔣貴珍	113-08-06
會計主任：蔣貴珍	人事主任：蔣貴珍	841
補校主任：蔣貴珍		

場次	日期	時間	講者	地點
1	113.10.18 (五)	19:00-21:00	親子關係講座	蔣貴珍
2	113.11.14 (四)		父母關係的親子教育學	蔣貴珍
3	113.12.29 (五)		孩子心理上的成長與學習	蔣貴珍
4	114.04.11 (五)		孩子心理上的成長與學習	蔣貴珍
5	114.05.16 (五)		孩子心理上的成長與學習	蔣貴珍

### 備、預備計畫

- (一) 預計每場次約有家長 60 人左右參加。
- (二) 建立父母及社會民眾對家庭教育觀念及教育態度，發揮學校教育功能。
- (三) 主動邀請優良不負學之家長參與，期能減少社會問題之發生。
- (四) 藉由親職講座，讓參與家長透過不同管道獲取教育相關知識。
- (五) 家長和孩子一起成長，達到親、師、生三贏的熱點。

### 經費申請表(單位：元)

場次	科目	類別	項目	單位	單價	數量	金額	說明
1	親職講座	外聘講師	時	2,000	10	20,000		
2	親職講座	工作人員	人	100	30	3,000		(活動時間約12:30或18:00)
3	親職講座	場地佈置	場	2,000	1	2,000		
4	親職講座	雜費	式	1,000	1	1,000	6%	
合計	(親職教育) 20,500元；(備案室) 0元						20,500	

113年4月17日13時48分，列印至「教育補助學校教育經費會計網站」。

承辦單位：蔣貴珍  
 主(會)計：蔣貴珍  
 校 長：蔣貴珍

https://data.rtc.edu.tw/SCA/MS/CA/Account/AccountMainPage.do?\_id=113

**【執行成果概述】**

青春期的孩子身心變化的重要階段，也是親子關係面臨挑戰的關鍵時刻。為了協助家長更好地陪伴孩子，本次親職講座特別邀請呂心理師，以「父母該懂的親子教養學」為主題，深入探討青春期的特徵與親職教育的關鍵策略。講座內容由淺入深，涵蓋孩子的身心發展、行為特徵及父母應有的教養方式，讓在場家長收穫滿滿。

**【效益評估】**

1. 增進青春期行為特徵相關知識：幫助家長掌握青春期孩子的行為特徵及其背後的心理動因，提升教養技巧。
2. 了解青春期心理需求：透過學習孩子的身心變化與發展任務，家長更能以理解的角度陪伴孩子成長。
3. 學習正向教養方式：學會運用同理心與情緒引導技巧，改善親子溝通，避免衝突升級。

**【檢討與分享】**

1. 心理師以專業的心理學知識，詳細剖析青春期的孩子的身體與心理變化，特別指出大腦邊緣系統與前額葉的發展對情緒與行為的影響，進一步說明青春期的孩子的行為特徵，如衝動、自我中心及情緒起伏等，並結合艾瑞克森的社會心理發展階段，幫助家長理解孩子正在經歷的發展任務。青春期的叛逆與衝動並非故意，而是發展階段的一部分，家長應以包容與理解代替指責。
2. 心理師以生動案例分享，教導家長如何運用同理心與孩子溝通，並在情緒管理中發揮正向引導作用。學習先共情、後引導的溝通模式，讓孩子感受到父母的尊重與支持，進一步拉近親子間的距離。