

臺北市立明湖國中112學年度第2學期父母成長團體簡章

【成為孩子的心靈樹洞】—父母成長團體課程

成為國中生的父母，這是極其不容易的一件事，誠摯邀請做為父母的您們，一起來交流練習做一個足夠好的國中生父母。家長是學校重要的支持後盾，歡迎對輔導感興趣的家長參加「父母成長團體課程」，增加自身對於國中生內心世界的認識，在行有餘力之時，能陪陪學校的國中生，讓我們環境中的孩子都能成長得更好，給孩子溫暖的支持與關懷。

1、課程目的：

- (1) 提供社區家長進修，增進輔導知能及技巧，並從中學習與成長。
- (2) 運用社會資源，建構學校社區輔導網絡，協助學校認輔工作。

2、課程講師：劉恕穎心理師

- (1) 「張老師」基金會台北分事務所諮商心理師
- (2) 台北市士林區健康服務中心諮商門診心理師

3、上課地點：本校一樓多功能教室

4、費用：免費(由教育局相關計畫下支應)

5、預計招收人數：15人

- (1) 若報名人數超過，將參照報名順序及表單填寫狀況優先錄取
- (2) 錄取名單於3/5(二)以Email方式通知

6、報名方式：

填寫線上google表單，網址：<https://forms.gle/RxkbSmc2wP3BjzeM9>

或掃描QR CODE 填寫表單報名→



7、報名期限：即日起至113年3月3日(日)止。

8、課程時間：週三早上10:00-12:00，共計12週。

9、課程內容(課程視心理師安排微調)

週次	日期	課程主題	課程內容
1	3/13(三)	國中生對我來說…	1、對於國中生的印象
2	3/20(三)		2、國中生的生心發展與需求
3	3/27(三)	我想成為____的父母	1、我自己對於做父母的期待
4	4/3(三)		2、覺察文化、經驗所帶給自己的影響
5	4/17(三)	溝通，從「聽」開始	1、從聽見、聽到、聽懂的練習與演進
6	5/1(三)		2、傾聽的練習
7	5/8(三)	打開孩子心門的鑰匙	1、對自己、他人情緒的認識與觀察
8	5/15(三)		2、接納情緒的反應
9	5/22(三)	同理心的力量	1、同意、同情、同理的差異
10	5/29(三)		2、同理的語言與態度
11	6/5(三)	有關係，沒關係	1、我們想要的親子關係
12	6/19(三)		2、在關係中我可以做的努力