

給孩子有品質的陪伴

親愛的家長您好：

青少年的成長過程總有遇到麻煩的時候，當孩子遇到問題時，是否懂得尋求他人的協助？當孩子向您求助時，您是否也曾思考過該如何協助孩子解決問題，使其能從中學習成長，而非僅僅只是等待「被解決」問題，逐漸養成依賴他人的個性？

「給他魚吃，不如教會他如何釣魚。」在陪伴孩子的成長過程中，我們都希望能成為他的精神支柱，給予最大的支持與鼓勵，然而很多情況卻是大人自以為能幫孩子，對孩子而言卻是越幫越忙，長時間下來，造成了親子關係緊張，甚至衝突不斷。相信這樣的情形都不是家長們所樂見的，本學期輔導知能工作坊特別邀請到陳志恆心理師蒞校，與家長們分享親子有效溝通的方式，以及如何透過情緒感知與回饋，促進親子關係的和諧。在孩子學習因應困境的過程中，您的陪伴與支持，將會帶來更多的勇氣與力量，使他能勇敢地迎接各種挑戰。

這學期的輔導知能課程非常豐富又實用，歡迎家長們一同來聆聽增能喔！☺

★本學期輔導知能工作坊-課程內容規劃：

上課日期及時間	上課主題內容	上課講師	上課地點
10/24(四) 09:30-12:00	給孩子有品質的陪伴： (一)有效溝通的基本要素	陳志恆心理師	第一會議室 (校門口進來左手邊那棟 2 樓)
11/21(四) 9:30-12:00	給孩子有品質的陪伴： (二)透過回應情緒感受增進關係連結		
12/26(四) 9:30-12:00	給孩子有品質的陪伴： (三)以正向回應促發行為改變		

㊟小提醒:主題具有連續性，希望參與者可以都到喔!

★講師:陳志恆心理師

★現職:iSpace 愛心理合作講師/各機關學校心理衛生專題講師

★經歷:

中等學校輔導教師、輔導主任/教育部校園性別事件調查素養人才庫專業人員/臺灣神經語言程式學學會(TBNLP)常務理事/新竹市生命線協會「員工協助服務方案」特約講師/各學校、企業、社福、心理衛生機構合作講師

※請輔導股長將有意願報名參加的家長回條於 9/20(五)前送回輔導處，

若有未竟事宜，請洽詢輔導組。TEL：2267-5135 轉 502

108 學年度第 1 學期【家長輔導知能工作坊】參加意願回條

家長姓名：_____（我是____年____班____號_____的家長）

連絡電話：_____

★此工作坊完全免費，欲參加者我們將再與你連絡喔！☺

新北市立土城國中 108 學年度第 1 學期

家長輔導知能工作坊照片

主題：給孩子有品質的陪伴：(一)有效溝通的基本要素

日期：108 年 10 月 24 日(四)9:30-12:00

地點：第一會議室

對象：校內輔導老師、家長及志工

講師：陳志恆老師(外聘講師)

活動照片：



講師介紹自己的經歷與專業領域，介紹親子溝通的基本要素與方法。



幽默又活潑的講述過程，讓家長們聽得很歡樂！

新北市立土城國中 108 學年度第 1 學期

家長輔導知能工作坊照片

主題：給孩子有品質的陪伴：(二)透過回應情緒感受增進關係連結

日期：108 年 11 月 21 日(四) 09:30~12:00

地點：第一會議室

對象：校內輔導老師、家長及志工

講師：陳志恆老師(外聘講師)

活動照片：



講師解說情緒的表現方式與背後隱藏的可能，透過正確的情緒回應可以增進親子間的親密關係。



家長互相討論分享與孩子互動的過程，一起動動腦該如何與孩子有效溝通。

新北市立土城國中 108 學年度第 1 學期

家長輔導知能工作坊照片

主題：給孩子有品質的陪伴：(三) 以正向回應促發行為改變

日期：108 年 12 月 26 日(四) 09:30~12:00

地點：第一會議室

對象：校內輔導老師、家長及志工

講師：陳志恆老師(外聘講師)

活動照片：



講師分享運用正向回應成功改變孩子問題行為的成功案例！



家長們討論有哪些有效正向溝通策略，能夠改善孩子的問題行為，並交流分享前幾次回家運用講師教的策略情況。