

# 新竹市立培英國中 103 年度教育部推動教育優先區

## 推展親職教育—辦理「親職教育專題演講」活動成果

### 一、實施依據

教育部 103 年度推動教育優先區計畫。

### 二、實施目標

結合學校與社區資源，推展社區家庭教育，以建立幸福家庭，促進和諧社會之發展，提升學生之教育成就。

### 三、實施對象

學生家長（低收入戶、隔代教養、單(寄)親家庭、親子年齡差距過大及新移民子女學生家長優先參加)

### 四、課程內容

(一)103「上」半年度



堂次	日期	時間	講題	主講人	備註
1	3.19 (三)	9:30-11:30	帶住孩子的心~ 徐媽媽的嘻哈教養學	李春秀	親職教育講師
2	3.26 (三)	9:30-11:30	發現孩子的人格特質	鍾曜陽	親職教育講師
3	4.02 (三)	9:30-11:30	認識原生家庭對自己的影響	彭奇章	親職教育講師
4	4.09 (三)	9:30-11:30	如何幫助孩子正面思考及處理情緒	林翊達	親職教育講師
5	4.16 (三)	9:30-11:30	家庭性教育~~ 幫助孩子建立正確、健康之性觀念	王世勳	親職教育講師
6	4.23 (三)	9:30-11:30	如何激發孩子的學習動機	郭凡琦	心理師
7	4.26 (六)	9:00-12:00	心手相連~~ 父母如何幫助孩子發掘自己的生涯方向	朱允文	親職教育講師



# 帶住孩子的心~徐媽媽的嘻哈教養學

講師：李春秀 老師

## \* 演講綱要

- 一. 帶孩子前要先帶好老公的心
- 二. 了解才能諒解
- 三. 過程比成績重要
- 四. 長、中、短程不補習法
- 五. 肯學習，讀什麼學校都一樣
- 六. 好情緒才有好成績
- 七. 管它教改怎麼改？
- 八. 用對方法及態度帶住孩子的心
- 九. 育兒從「陪伴」開始；教養從「身教」開始
- 十. 生活中處處皆教育



# 發現孩子的人格特質

主講人：鍾曜陽 老師

## \*演講綱要

主旨：透過分析了解人格、將對話調頻、調至相同，句句到位、減少磨擦，提升效率。

- 1、有樣學樣，小孩是我們的鏡子，然父母的想要不是小孩的需要，開放與支持才是王道。
- 2、有了解、就有諒解，了解語言背後的真正原因，才不至造成永遠無法彌補的遺憾。
- 3、表格解析：透過圖表及工具了解性格、方能識才適所，讓孩子清楚自己的性格，進而加強或改進。
- 4、圖文分析：透過分析，發掘孩子的性向與個性，一則找尋孩子能否成為自己企業的接班人、另則讓孩子自己懂得修正性向

結語：因人而異、有效溝通。



# 認識原生家庭對自己的影響

主講者：彭奇章 臨床心理師

## \* 畫出你的家

- ▶ 畫出你的家
- ▶ 談談你的家
- ▶ 聽聽你的家
- ▶ 看看你的家

### 分享者的經驗

- ▶ 超過預期的情緒反應
- ▶ 不被理解或被誤解
- ▶ 克制或淡化
- ▶ 是否會想再找人傾訴？

### 關懷者的經驗

- ▶ 問題似乎顯而易見
- ▶ 擔心自己做得不夠
- ▶ 擔心自己的好意讓對方困擾

### 觀察者的經驗

- ▶ 似乎看見問題所在但卻不能說
- ▶ 必須自己處理內在的情緒反應

### 家庭為基礎的理論

- ▶ 形象互動論
- ▶ 心理動力論
- ▶ 依附理論

### 形象互動論

- ▶ 社會有形塑家庭與親屬關係的規範與規則。
- ▶ 家庭的適切形式與家庭成員間的適切互動方式，都有實際的社會共識。
- ▶ 家庭的變異性可能被視為偏差，家庭形式的變遷可能會被視為一種社會問題。
- ▶ 例如多元成家所造成的衝擊。

### 心理動力論

- ▶ 原生家庭階段所留下來的未竟事宜(unfinished business)，會下意識地帶入目前的婚姻家庭中，不斷重現，嘗試解決。
- ▶ 代間傳遞：家庭中的病態行為透過未竟事宜會代代的傳遞下去。若此意圖



失敗，可能會出現傷害婚姻的行為。

#### 依附理論

- ▶ 人類如何與重要他人(最早是母親)，形成連結關係的重要性。

#### 依附理論 高風險家庭

- ▶ 家中有未滿18歲之兒童及少年，
- ▶ 因為主要照顧者遭逢變故，
- ▶ 或家庭功能不全，
- ▶ 可能導致家內兒童少年未獲適當照顧者。

#### 性格上的風險

- ▶ 面對危險的人、事、物無法說不。
- ▶ 交到壞朋友、被傷害時無法自我保護等等。

#### 性格上的風險

- ▶ 對於自己的攻擊衝動無法克制。
- ▶ 激動時就會立即行動，無法三思後行。

#### 性格上的風險

- ▶ 不能忍受被人拒絕。
- ▶ 恐怖情人的例子。



#### 性格上的風險

- ▶ 不能忍受外界的規範。
- ▶ 品行疾患與反社會性格。

#### 性格上的風險

- ▶ 容易過度干涉他人或為他人擔責任。
- ▶ 情感綁架、剝奪他人學習機會…

#### 性格上的風險

- ▶ 容易受他人操弄。
- ▶ 耳朵輕、鬼牽就走…

#### 性格上的風險

- ▶ 親密關係或人際互動困難。
- ▶ 宅男、被排擠…

#### 性格上的風險

- ▶ 感覺被壓制與迫害，無法自主追求。

#### 性格上的風險

- ▶ 生活混亂且無法貫徹。

#### 界線的培養

- ▶ 以直接的言語教導
- ▶ 以父母的行為表現為榜樣

界線的教導

- 以每次衝撞界線時的經驗討論來內化

- 1歲以前:以滿足、養育與保護為主。
- 1-3歲:學習對某些情境說”不”。
- 3-5歲:學習行為後果以及負責任。
- 6-11歲:學習家內與外界的界線拿捏。
- 12-18歲:從控制轉為感化，處理~
  - 生涯規劃
  - 感情與性成熟
  - 自我認同與價值觀

界線的榜樣

- 以身作則。
  - 孩子的觀察學習。
  - 認同的作用。
- 父母出錯時的承認態度。
  - 尊重的建立。
  - 有彈性的態度。



界線的內化

- 衝撞界線的處理態度。
  - 經驗的重要性。
    - 零用錢的使用為例。
  - 挫折情緒的消化。
    - 涵容的態度。
  - 後果不變的堅持。
    - 內化成敗最關鍵之處。

認同 (Klein的觀點)

- 真誠的體諒他人，意指我們能夠站在他人的立場上~我們「認同」他們。
- 只有在我們能夠認同所愛的人，才能夠忽視或在某個程度上犧牲自己的感覺與慾望，暫時將他人的利益與情緒放在第一位。
- 認同過程中，分享了提供他人的幫助與滿足，也重新獲得我們為他人犧牲的東西。
  - 扮演好父母的角色:在幻想中再創造並享受我們所渴望來自父母的愛(反轉)。

早年的愛恨衝突(Klein的觀點)

- 若早期愛恨之間的衝突沒有完善的處理，或是罪疚感太強，可能導致對愛的人感到厭煩，甚至排斥。

- ▶ 許多人解決這些困難的方式是~
  - ▶ 減少、否認或是壓抑自己愛的能力
  - ▶ 逃避強烈的情緒
  - ▶ 將愛從人轉移到與人無關的事物上
    - ▶ (探險家、收藏家、動保者)。

### 扶持性環境 (holding environment)

- ▶ 家庭是一種「扶持性環境」，對於孩子的身心成長十分重要。
- ▶ 除了一般的生理成長外，更重要的是提供一個良好的情緒環境。
- ▶ 環境能否提供足夠的關愛很重要。但關愛的給予若變成是一種過度的涉入與打擾，也會破壞環境的扶持性。

### 心理治療中的扶持性環境

- ▶ 心理治療的一個重要功能也是提供個案一個扶持性環境，讓個案感受到某種心理的接觸與關注。
- ▶ 同時要小心某些介入動作可能會變成一種侵入與打擾，反而影響了治療的效果。



# 培養孩子正確的性觀念與態度

主講:王世勳 講師

## \* 演講綱要

- 一、了解青少年與異性交往的需要
  1. 就青少年生理需求而言
  2. 就青少年心理發展需求而言
  3. 青少年兩性交往壓力
- 二、父母在交往的態度與角色
  1. 教育與輔導者的態度—如何與子女的交流互動
  2. 多重角色的扮演  
(知識傳遞、解惑者、傾聽陪伴者、指導者、示範者)
- 三、青少年的生命動力—身心發展
  1. 青春期的變化
  2. 青少年的性苦悶、性迷惑、性困擾
- 四、虛擬世界的愛情衝擊—網路交友與色情
  1. 網路特性—隱密性、匿名性、互動性、方便近用性以及無國界
  2. 輔導策略—建立正確的兩性交友態度，由虛擬想像到實際生活的互動。
- 五、有效經營良好的親子關係
  1. 愛要說出來
  2. 保持平常心，肯定孩子，以鼓勵分享營造「善循環」的家庭關係
  3. 重質不重量—用心的維繫和經營
  4. 隨時吸納新知，做孩子的情感顧問
  5. 良好家庭關係保鮮計畫





## 如何幫助孩子正面思考及處理情緒

講師：林翊達



## 如何激發孩子的學習動機

講師 郭凡琦心理師



# 新竹市立培英國中 103 年度教育部推動教育優先區

## 推展親職教育—辦理「親職教育專題演講」活動成果

### 一、實施依據

教育部 103 年度推動教育優先區計畫。

### 二、實施目標

結合學校與社區資源，推展社區家庭教育，以建立幸福家庭，促進和諧社會之發展，提升學生之教育成就。

### 三、實施對象

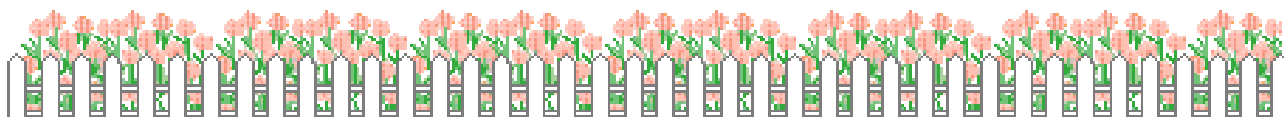
學生家長（低收入戶、隔代教養、單(寄)親家庭、親子年齡差距過大及新移民子女學生家長優先參加)

### 四、課程內容

(一)103「下」半年度



堂次	日期	時間	講題	主講人
1	103. 10.01(三)	9:30~11:30	親師共創三贏教育： 幫助孩子點燃學習動機與熱情	劉惠如 老師
2	103. 10.08(三)	9:00~12:00	跟瘋網路及電玩世代的孩子溝通： 從心理學及大腦發展的觀點 瞭解孩子為何沉迷網路及電玩	詹哲豪 老師
3	103. 10.29(三)	9:00~12:00	轉個彎心更寬 如何培養孩子挫折容忍力	郭凡琦 心理師
4	103. 11.12(三)	9:00~12:00	孩子的心情，我懂 如何協助青春期的孩子情緒處理與溝通	吳克振 老師
5	103. 11.19(三)	9:30~11:30	走過生命轉彎處 畫出夢中的彩虹，活出生命的色彩	謝明瑾 諮商師
6	103. 11.26(三)	10:00~12:00	男女大不同 男歡女愛-想你、愛你、恨你	交通大學 諮商中心主任 許鶯珠教授
7	103. 12.03(三)	9:00~12:00	聰明主婦俏主廚 輕鬆吃出腦神經的戰鬥力	教育大學 朱人茜教授 營養師



跟瘋網路及電玩世代的的孩子溝通：

從心理學及大腦發展的觀點-瞭解孩子為何沉迷網路及電玩

講師：詹哲豪老師



## 轉個彎心更寬：如何培養孩子挫折容忍力

講師：郭凡琦心理師



# 孩子的心情，我懂：如何協助青春期的孩子情緒處理與溝通

講師：吳克振老師



## 走過生命轉彎處：畫出夢中的彩虹，活出生命的色彩

講師：謝明瑾諮商師



## 聰明主婦俏主廚：輕鬆吃出腦神經的戰鬥力

講師：教育大學朱人茜教授、營養師

