

新竹市建華國中 115 學年度家庭教育暨輔導知能研習計畫

壹、計畫依據

- 一、新竹市高級中學以下學校落實家庭教育與輔導工作計畫。
- 二、本校 115 學年度輔導工作實施計畫。
- 三、本校 115 學年度家庭教育實施計畫。

貳、計畫目標

- 一、透過專家學者到校專題演講與教學服務、提供教師家庭教育與輔導教學資源需求。
- 二、透過多元化的媒材，理解青少年心理，並使學校每位教育工作者都能具備家庭教育輔導知能。

參、辦理單位：新竹市東區建華國民中學輔導處

肆、活動對象：本校教師及家長（請至新竹市教師研習護照報名）

伍、活動地點：感恩樓多功能視聽教室

陸、活動日期：115 年 10 月 16 日(五)

柒、活動內容：18:00-21:00

捌、主講人：趙逸帆老師

玖、講題：焦慮的是我們，不是他們：滑世代的緩衝溝通術

拾、預期效益：

- 一、協助老師及家長理解滑世代孩子的成長環境與心理需求，覺察自身在教養過程中的焦慮與期待，增進對孩子行為及情緒表現的理解與同理。
- 二、透過講師分享與實務案例，引導老師及家長學習適合青少年階段的溝通方式，提升親子對話的品質，減少因升學、手機使用、生活規範等議題所產生的衝突。
- 三、培養家長成為孩子成長過程中的「情緒緩衝者」，學習在孩子面對壓力、挫折與情緒困擾時，以傾聽、陪伴與適切引導取代責備與急於解決問題。
- 四、提升家長的親職教養知能與溝通信心，建立正向、尊重且具有支持性的親子互動關係，進而營造有利於孩子身心發展與自主成長的家庭環境。拾壹、全程參與者，核與研習時數 3 小時。

拾貳、本計畫由校長核定後實施，修正時亦同。