

臺北市私立復興實驗高級中學-小學部 113 學年度第 1 學期

第 59 期父母成長班實施計畫

一、依據：本校 113 學年度輔導工作計畫辦理。

二、目的：

- (一) 依課程總目標「世界領袖、責任公民、創新思維、掌握科技」規劃，照護親師生的身心靈為主軸，透過課程的安排協助家長了解孩子的發展與需求，並從中檢視親子關係，促進家庭和諧。
- (二) 結合社會、校友、家長資源，推展親職教育，建立良好的親子關係，營造家庭與學校的友善氛圍。
- (三) 推動兒童權利公約（CRC），落實兒少權利之精神。

三、課程規劃：

日期	時間	主題課程	講座	備註
10/16	9:00 11:00	《過曝世代》下的心理韌性(過曝世代)	陳品皓心理師	米露谷心理治療所/策略長
10/23		吃得好更要吃得健康—食安人生必修課(食安議題)	陸巧因老師	料理主廚/巧食無添加冷凍食品創辦人
10/30		我想跟你好好說話—培養溝通好習慣(正向思考)	賴佩霞老師	中華好好說話學會/理事長
11/6		家庭幸福學(社會情緒學習)	楊俐容老師	臺灣芯福里情緒教育推廣協會/創會理事長
11/13		從生活中進行生涯探索(生涯規劃)	羅怡君老師	親職溝通作家/講師

四、實施方式：

- (一) 實體課程(上課地點：B1 視聽教室)：學員攜帶學員證識別，從 B1 車道旁貴賓通道進出 B1 視聽教室。

- (二) 不開放單堂報名及線上課程。

五、實施對象：本校家長及教職員。(全程參與教職員依場次核予研習時數 2 小時)

六、參加費用：共 5 堂課，每位學員收費 1,500 元。

七、報名贈書：陳品皓心理師《過曝世代：青少年為什麼更不快樂、更缺乏安全感、自我評價更低落？》定價 400 元

八、報名方式：家長於 9/16 (一) 前，以 google 表單填寫或掃描 QR code 方式線上報名。<https://forms.gle/qVkJ2YbUCoSLYrP3w8>

九、報名完成後，協請總務處開立繳費單繳費。並以 line 群組方式統一發通知及訊息。<https://line.me/R/ti/g/mvv4PlRW4>

十、預期效益：

- (一) 透過專家學者、校友家長經驗分享，照顧親師生身心靈健康，宣導正確教養知能，提昇親職教育成效。
- (二) 增進良好親子互動關係，發揮家庭教育功能；強化親子溝通技巧，建立和諧家庭氛圍。
- (三) 落實兒童權利公約（CRC）內涵，維護兒少權益。

十一、本計畫陳校長同意後實施，修正時亦同。

