

# 111 學年度下學期南科實中 親子關係 家長小團體

## 『育兒療心室－重建愛的連結』

一、講師：黃琳幘心理師、王郁盛心理師

二、團體目的

(一) 了解家長們的育兒理念與困境，協助成員們自我探索。

(二) 探索家長們在親子教育的擔憂、過往的成長經驗以及兩者間的連結。

(三) 協助探討過度溺愛、過度控制等議題，並協助成員們與孩子設立界線。

(四) 給予家長們情緒支持與關係修復，調整自身狀態，進而思考未來教育方向。

三、招募對象

本校學生家長，希望對親子關係有更良好發展的家長為主要招募對象，歡迎有興趣的家長報名，本團體計畫招收 6-8 名，歡迎您。

次數	日期	時間	單元名稱	活動目標與內容
1	5/15(一)	13:30- 15:30	歡迎光臨育兒療心室	1. 建立團體規範與團體架構，達成團體共識。 2. 幫助團體成員認識，並塑造正向氣氛。 3. 促進團體凝聚。 4. 釐清成員們參與團體與親子關係的期待，確立團體目標。
2	5/22(一)	13:30- 15:30	親子關係怎麼了？	1. 探索成員們的育兒理念與困境，以及過往的親子衝突。 2. 了解成員們在親子教育的擔憂，並探索其背後的情緒與期待。
	5/29(一)	13:30- 15:30	我也曾是個孩子	1. 延續上週親子教育的擔憂，並探索成員們的過往成長經驗，協助連結兩者之間的關聯。 2. 透過成員們的經驗分享，了解不同的教育理念與方針，拓展個別成員的因應技巧。
4	6/5(一)	13:30- 15:30	重建愛的連結	1. 探索成員們對孩子可能有的過度溺愛、過度控制的議題，協助成員們釐清其背後的期待與擔憂。 2. 協助成員們與孩子設立界線，調整

				親子溝通策略。
5	6/12(一)	13:30- 15:30	讓我們一起成長吧！	1. 整理團體歷程，並給予成員們情緒支持與關係修復。 2. 透過成員們互相分享，思考與調整未來親職教育方向。

三、地點：國中部團輔室

四、人數：8人(錄取前8名報名者)



請掃 QR-Code 填寫報名表單