

社團法人中華民國更生少年關懷協會 函

地址：新北市汐止區中興路250號3樓
聯絡人：黃子萍
電話：(02)2695-6543 分機16
傳真：(02)26956549
電子郵件：ping_sw@616.org.tw



受文者：新北市汐止區汐止國民小學

發文日期：中華民國115年4月13日
發文字號：更協汐字第1150000446號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如說明五 (0000446_汐少家長團體dm.png)

主旨：檢送本會舉辦「青少年家長支持團體」活動海報乙份，惠請協助轉知並鼓勵轄區內適合之青少年家長踴躍報名參加，請查照。

說明：

- 一、青少年時期為個體發展自我認同之關鍵階段，家庭系統常因角色轉型與溝通落差面臨挑戰。為提升青少年家長之心理韌性、增進親子對話技巧並促進家庭和諧，本會特規劃旨揭系列課程本活動。
- 二、本系列課程自115年5月至12月共計辦理5場次，主題涵蓋社會心理發展、原生家庭覺察、薩提爾（Satir）溝通模式及家長自我照顧，課程重點摘要如下：
 - (一)5月9日「教養信念與成長經驗覺察」：透過內在考古與家庭複製討論，釐清教養中的真實需求與文化焦慮。
 - (二)6月27日「薩提爾親子對話練習」：學習無條件接納，實作反映感受與肯定渴望等具體回應技術。
 - (三)8月15日「溝通衝突的冰山探索」：運用冰山隱喻拆解



衝突結構，學習在衝突中進行自我調節與界線規範。

(四)9月19日「家長壓力覺察與自我照顧」運用生命曼陀羅工具，強化心理韌性，落實照顧好自己之核心觀念。

(五)12月5日「整合與未來親職行動計畫」：年度歷程回顧與內化，建構永續之親職行動方案。

三、活動時間、對象與地點：

(一)辦理時間：115年5月9日、6月27日、8月15日、9月19日、12月5日均為週六，上午10時30分至12時30。

(二)誠邀對象：有需求之家長。

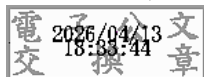
(三)地點：汐止少年福利服務中心（新北市汐止區中興路250號3樓）

(四)報名方式：請透過以下連結進行報名<https://forms.gle/c4At45kMVTH76f65A>。

(五)隨函檢附活動DM，歡迎各單位協助宣傳與參與。

正本：新北市立樟樹國際實創高級中等學校、新北市汐止區樟樹國民小學、新北市立青山國民中小學、新北市立汐止國民中學、新北市汐止區汐止國民小學、新北市立秀峰高級中學、新北市汐止區秀峰國民小學、國泰醫療財團法人汐止國泰綜合醫院、新北市政府衛生局心理衛生科、新北市政府社會局兒童少年福利科

副本：



理事長 林詠峯