

新北市政府家庭教育中心 108 年度(下半年)「幸福甜甜圈」親職團體實施計畫

壹、依據：教育部 108 年 2 月 15 日臺教社(二)字第 1080014748A 號函辦理。

貳、計畫目的：

- 一、提升家長自我成長的能力與觀念，激發其潛能。
- 二、提升家長教養知能，擴展其生活領域。
- 三、協助家長面對孩子的教養難題，提升家長親職效能。

參、辦理單位：

- 一、指導單位：新北市政府教育局
- 二、主辦單位：新北市政府家庭教育中心
- 三、承辦單位：本市市立國民小學

肆、計畫期程：108 年 9-12 月

伍、實施對象：本市國小學童之家長或主要照顧者

陸、計畫內容：

一、A 系列：「有愛無礙 GO GO GO」

場次	主題	內容
1	親子溝通有愛無礙	主要探討親職教養的基本概念，透過檢視自己的教養觀念及管教方式，學習認識孩子的優勢智慧，建立良好的親子溝通模式。
2	教養態度大不相同	
3	孩子青春三部曲	
4	同儕人際友伴同行	

二、D 系列：「親子 EQ 樂園」

場次	主題	內容
1	情緒旋轉馬	以情緒教育為主軸，旨在提升親子的 EQ，協助國小學童家長瞭解及管理自己和孩子的情緒與壓力，透過自我激勵與激勵孩子，幫助孩子面對挫折，提升父母自我效能，建立圓融的親子關係。
2	壓力碰碰車	
3	親子咖啡杯	
4	激勵摩天輪	

三、 E 系列：「找對角度與孩子正向互動」

場次	主題	內容
1	了解孩子的第一步：辨識與接納情緒	(1)拓展父母親用不同眼光重新詮釋孩子，引導孩子一起設定目標、解決問題。 (2)能用正向眼光，發掘孩子優勢與能力，透過正確讚美、激勵，賦能孩子，不僅提升自我效能，也營造良好親子關係。
2	發揮同理心，拉近孩子的心	
3	找對角度與孩子互動	
4	正向引導找出孩子的亮點	

柒、實施方式：

一、親職團體：

本親職團體課程以自我成長團體方式進行，每班以 10-20 人為限，透過團體支持與討論、經驗分享與交流，來提升家長親職效能並達到自我成長的目的。小團體帶領人由本中心培訓之親職團體志工 2 位擔任，申請學校免付講師費。

二、辦理期程：

申請學校以辦理 2 梯次(即一學年)為原則，期程為 108 年 9-12 月及 109 年 3-6 月，課程由 A、D、E 系列中擇一，109 年上半年課程選擇及辦理日期將於明年一月調查後另案核定。

三、辦理日期及時間：

(一)本親職團體課程，需連續上課 4 週，每次 2.5 小時，並於星期一至星期五固定其中 1 天(例如固定星期四)之早上或下午辦理。請填報選擇的課程(由 A、D、E 系列課程中擇一中申辦)及上課日期時間，俾利安排帶領人。

(二)中心將依填報之上課日期及時間媒合帶領人並核定(請事先避開連假等日期)，若因故須更動日期或時間，應於事前函知本中心同意後執行。

四、招生：

由申辦學校對外開放招收學員，對象不限校內家長，人數最多不超過 20 人；課程開始後不再接受新成員，學員以能全程參與為原則，最多可請假 1 次。

五、本中心就活動之辦理情形，負有督導之責，並得視需要依提報之活動計畫派員實地了解活動辦理成效。

捌、經費概算表：(略)

玖、預期效益：

預計辦理 25 梯次(100 場次)親職團體課程，每場次服務 20 位本市國小學童之家長或主要照顧者，預計約達 2,000 人次受惠。