

活動名稱	陪伴青少年走過情緒的風暴
主題	家長研習一情緒、親職
講師	林釗仔心理師
對象	家長



先帶領家長擬定合適的親職目標，並談談身為父母的角色以及如何尊重青少年為獨立的個體，接續學習當一名孩子的情緒教練，建立安全的情感連結，最後透過實際的演練，了解青少年心情的感受並對話，以達到有效的互動溝通。

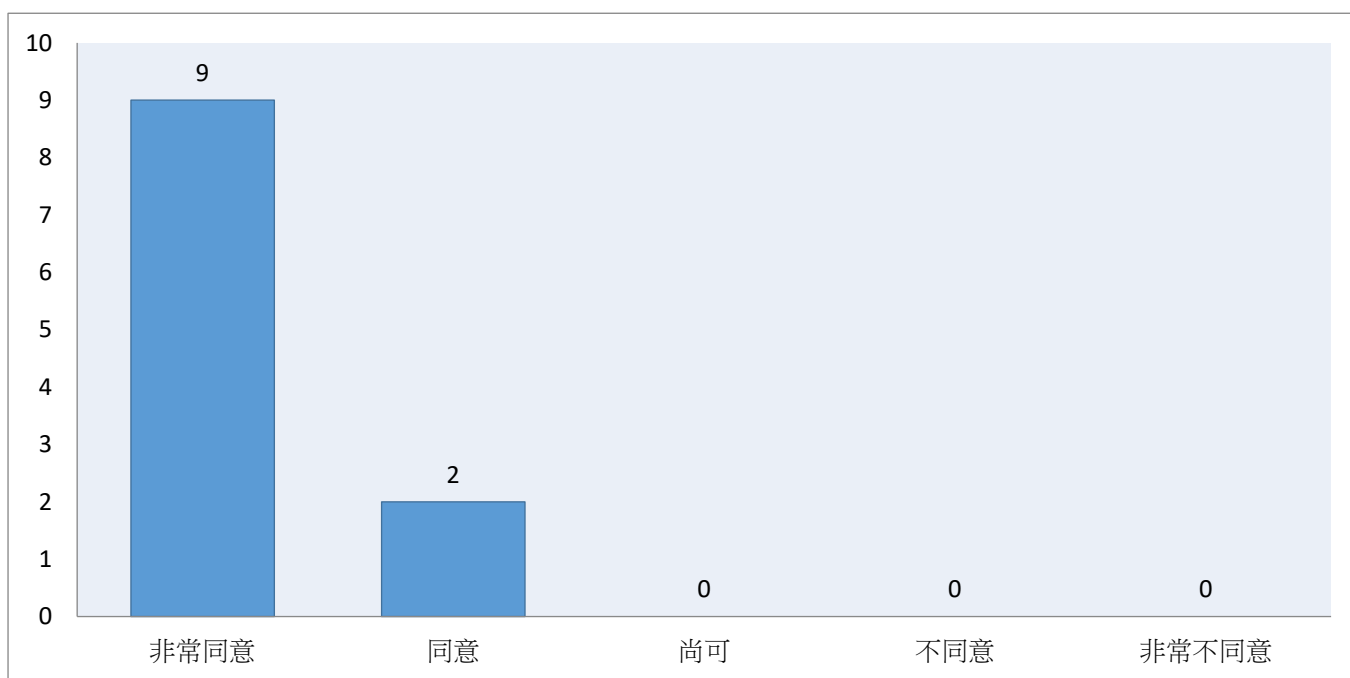
113 學年度第二學期福營國中

「教育優先區」親職講座回饋單統計

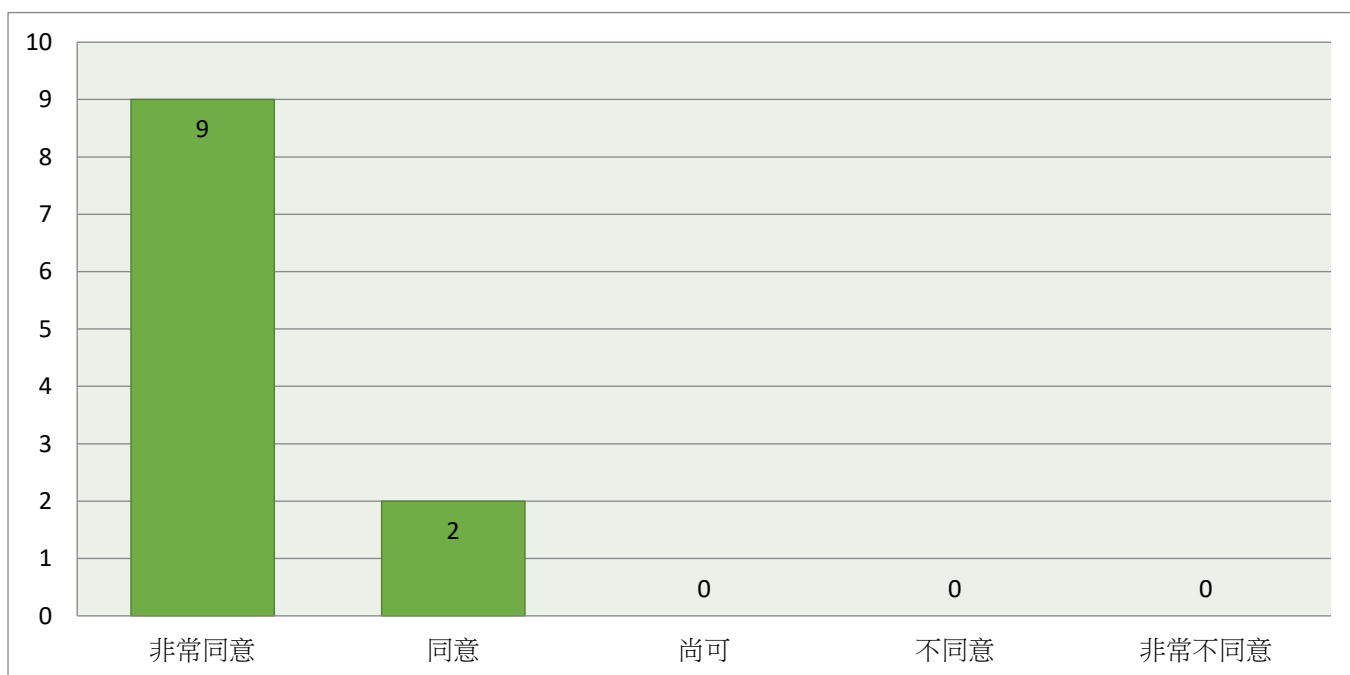
- 主題：「親子互動與溝通-陪伴青少年走過情緒的風暴」
- 主講人：林釗仔 老師
- 時間：114 年 04 月 08 日(二)
- 地點：四樓視廳教室
- 對象：家長

一、問卷題項

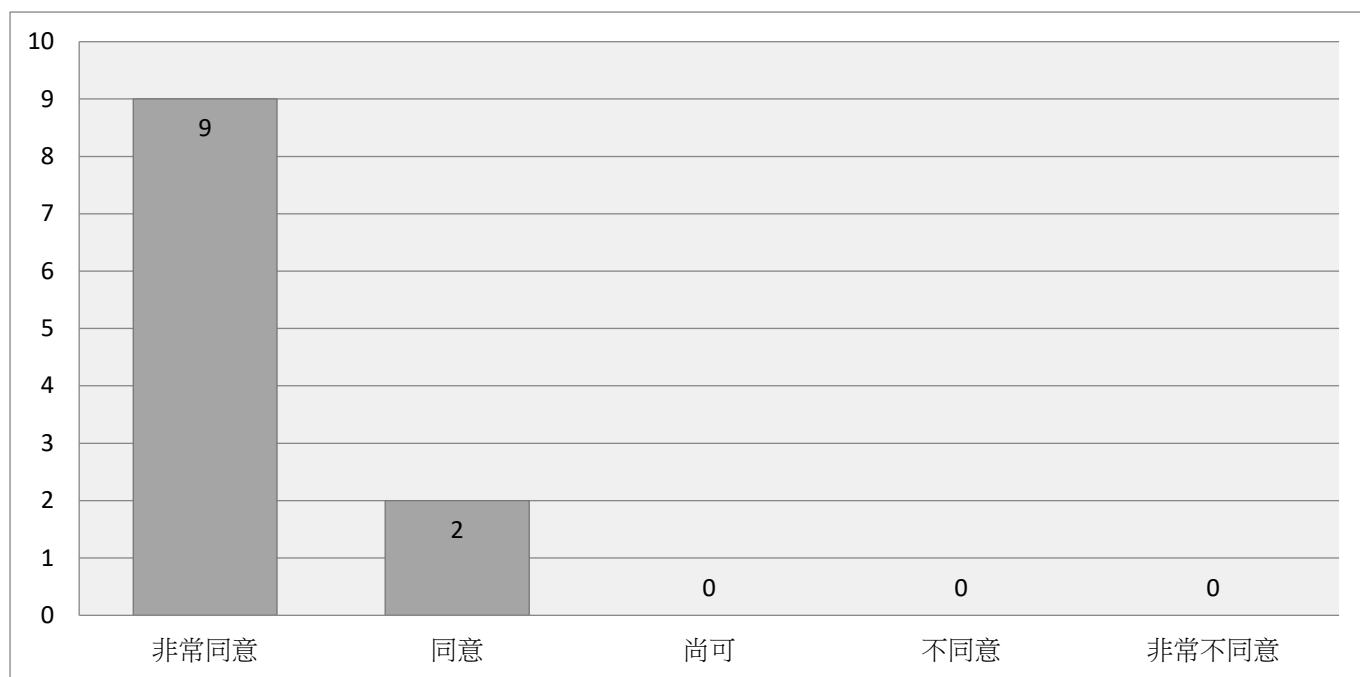
(一) 透過講師的分享，我能夠知道如何調節情緒與調適壓力(有效回饋單總人數 11 人)



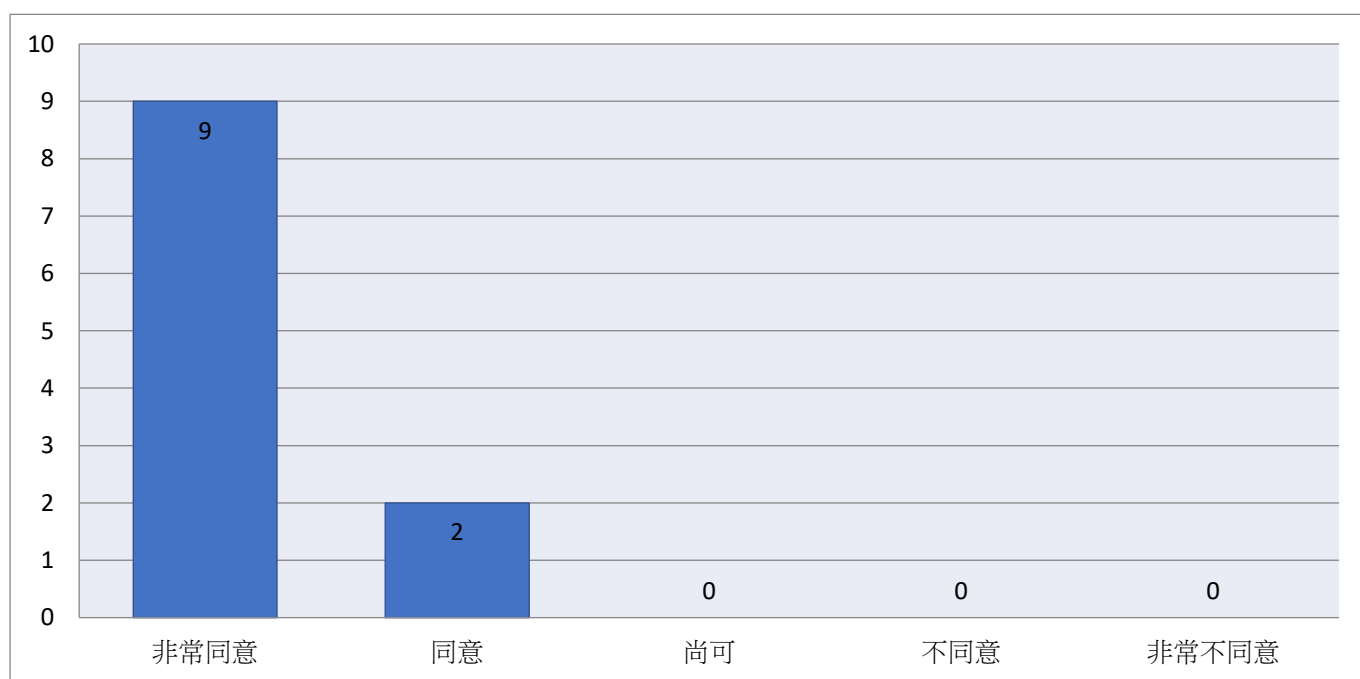
(二) 透過今天的講座，我認識到青春期的心理與發展需求(有效回饋單總人數 11 人)



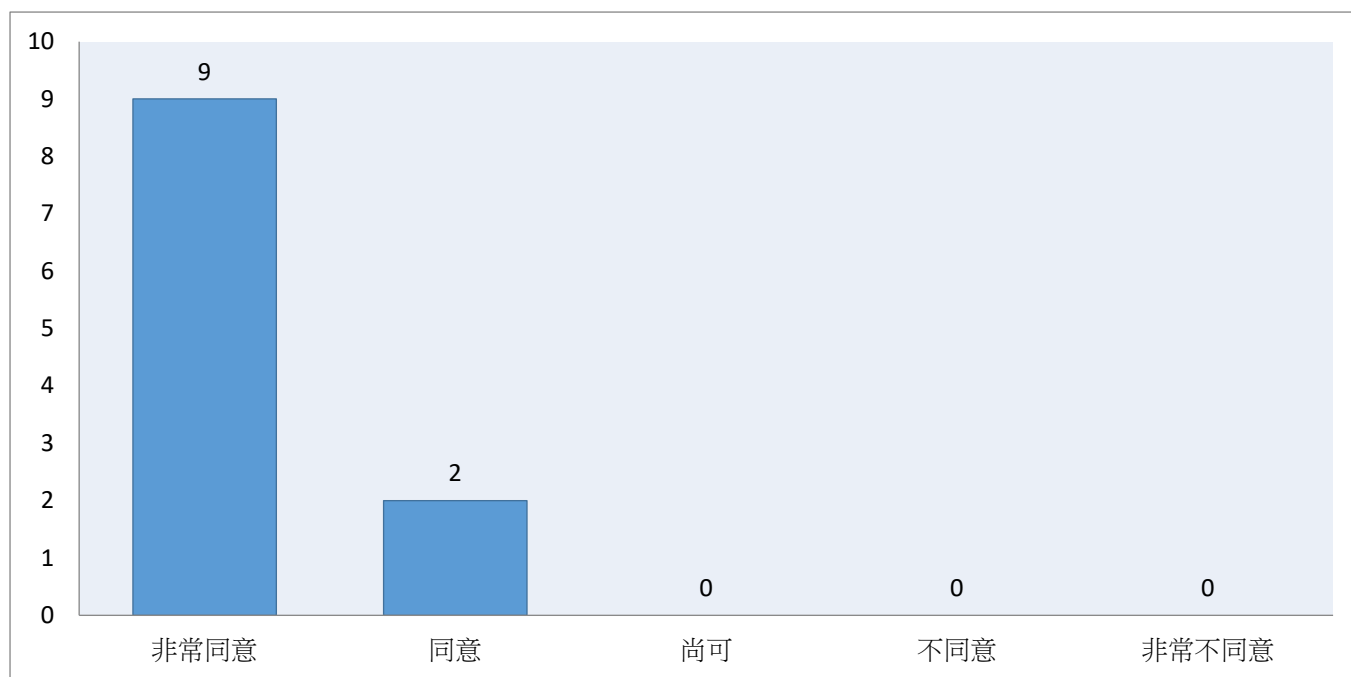
(三) 透過講師的分享，我能夠理解情緒調節的五大策略(有效回饋單總人數 11 人)



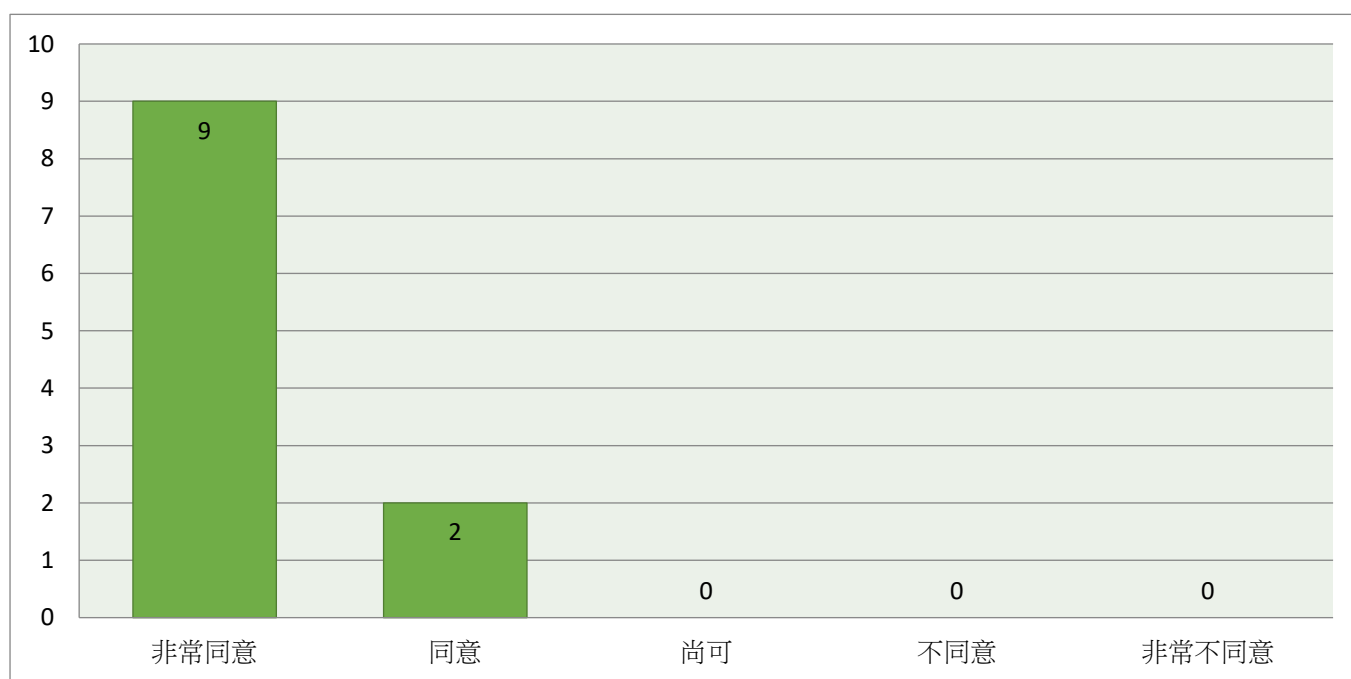
(四) 透過此次講座，使我更加了解內在與外在情緒調節(有效回饋單總人數 11 人)



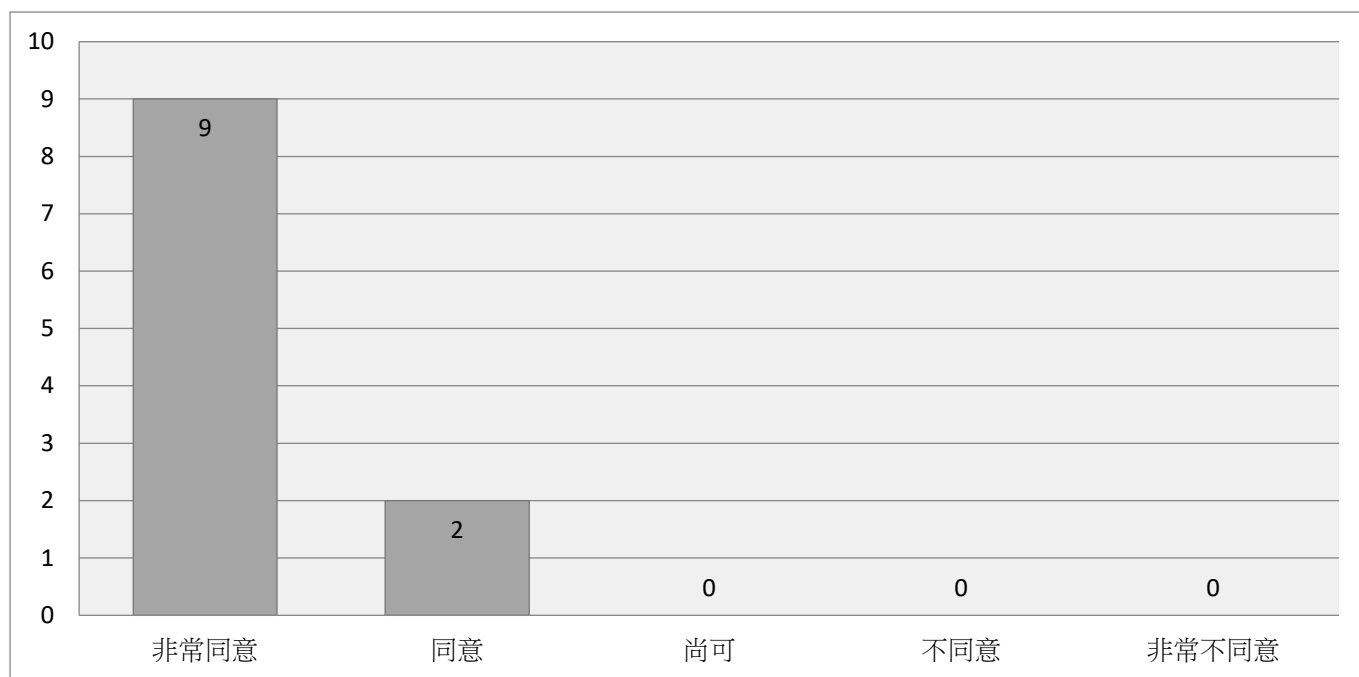
(五) 我願意嘗試將今天授課的內容實踐於親子互動中(有效回饋單總人數 11 人)



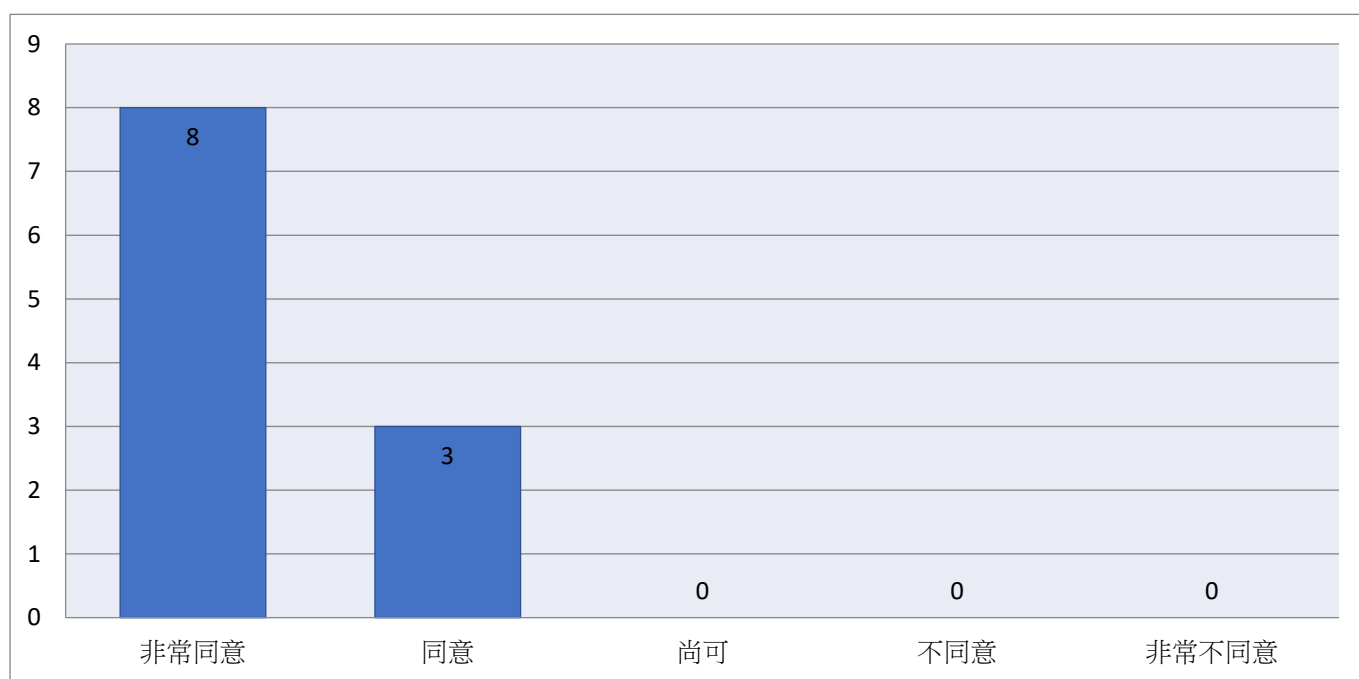
(六) 透過講師的分享，我更有信心可以解決孩子情緒調節(有效回饋單總人數 11 人)



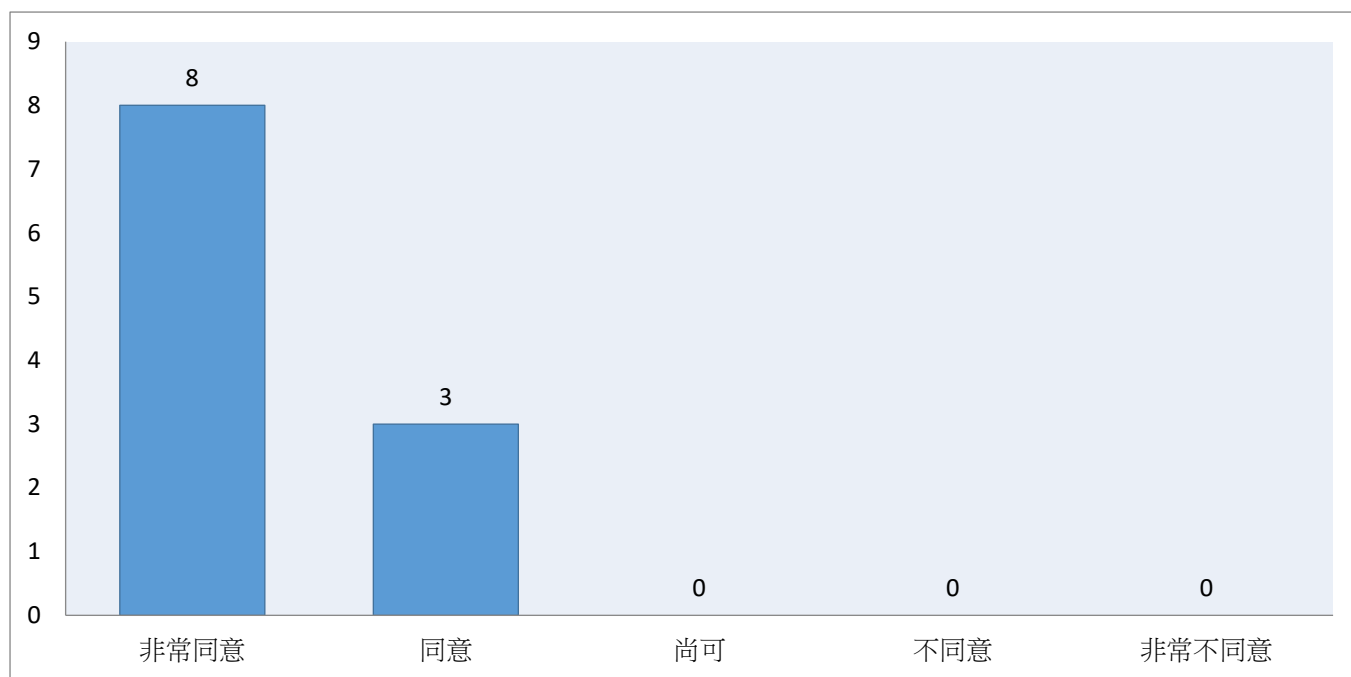
(七) 我喜歡此場講座授課的方式(有效回饋單總人數 11 人)



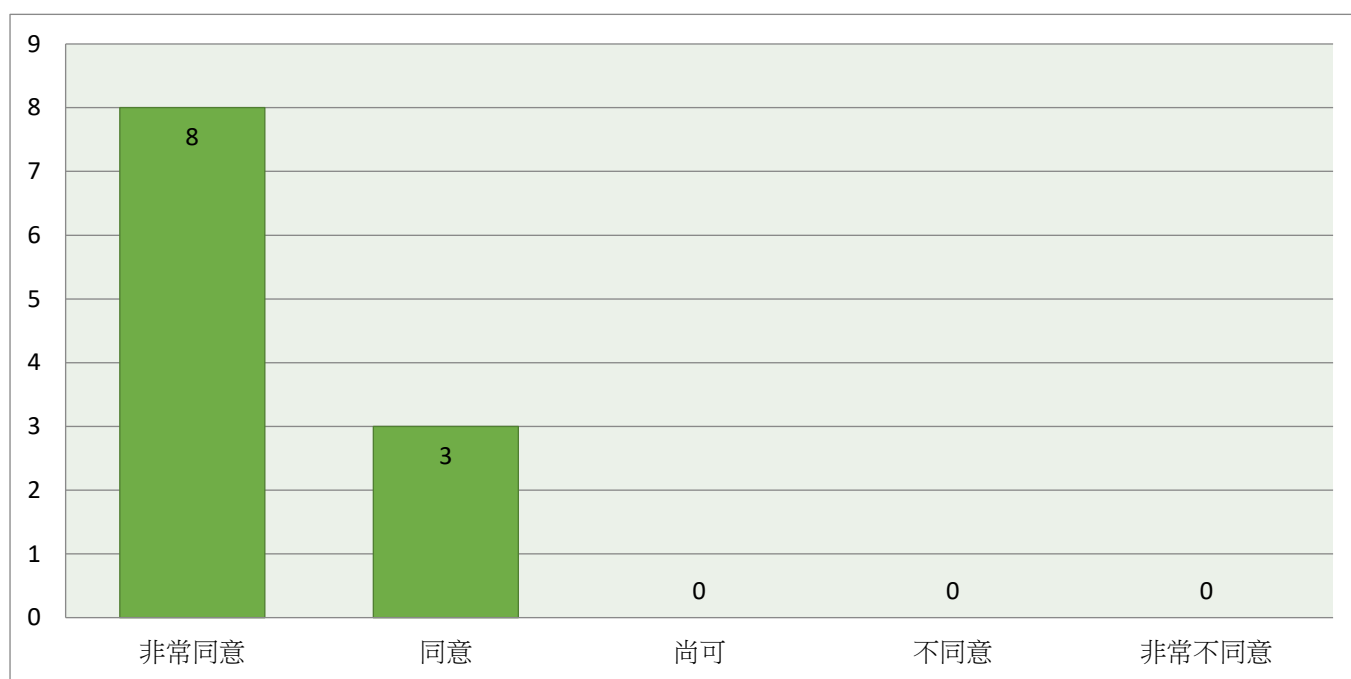
(八) 透過開場的介紹，我更認識協辦團(有效回饋單總人數 11 人)



(九) 整體來說，我對此次講座感到滿意(有效回饋單總人數 11 人)



(十) 下次還會想參加類似講座(有效回饋單總人數 11 人)



二、感想/建議想對輔導處或講者(林釗仔)說

1. 學習相信，才能跟青少年有更好的互動。
2. 把別人當自己，把自己當別人，把別人當自己，把自己當自己。
3. 很棒的講座！ 敬佩敬佩！
4. 老師生動的肢體語言表達很清晰，內容也很實在對我們這些家長幫助很大，希望下次還有類似講座，謝謝老師及協辦單位，您們辛苦了！
5. 很棒，受益良多謝謝講師。
6. 引用案例很實用，多做小組活動效果應該更佳。



113學年度教育優先區計畫
親職講座

親子互動與溝通

友緣社會福利事業基金會
林釗仔 副執行長

114/04/08(二) 19:00-21:00
福營國中4樓視聽教室
合作單位：新北市少年培力園