

宜蘭高中 112 學年度第 2 學期「親師影像・閱讀書苑」邀請函

親愛的家長/教職同仁您好：

為協助親師瞭解青少年發展階段與教養需求、提升親子溝通技巧、暢通親師分享，增進親職教育與親師合作品質，分別辦理 3 場家庭教育活動，邀請您共同參與：

場次一：活動時間：113/04/17(三)13:30-15:30

活動主題：「家長談心室」

活動內容：1. 青春心事悄悄說、2. 親子溝通不打結、3. 愛的自由式～

活動地點：宜蘭高中 輔導室

活動講師：宜蘭高中 陳美璿輔導主任

講師介紹：1. 義務張老師/督導 2. 成大醫院兼任心理治療師/3. 後壁高中實研組長/校長秘書
4. 頭城家商輔導主任/5. 社區大學講師/6. 教育部校園性平調查人員/性平教育講師 7. 監獄
性犯罪心理治療評估委員/8. 學校輔導專業督導、國教署輔導團/9. 國際生涯諮詢師/講師

場次二：活動時間：113/05/08(三)13:30-15:30

活動主題：帶出有安全感、身心平衡的孩子：父母如何修練口語策略及心性

活動內容：1. 安全感如何促進身心平衡、2. 5+1 的口語策略、3. 正念的修練

活動地點：宜蘭高中 輔導室

活動講師：何克倫心理師

講師介紹：立心理諮商所心理師/所長/宜蘭家扶基金會諮商心理師/羅東博愛醫院強制/親職教育方案
諮商心理師/宜蘭監獄性侵輔導團體、藥癮團體諮商心理師/宜蘭地方法院性犯罪青少年
團體處遇心理師/宜蘭檢察署毒品更生人戒癮諮商/心理師/宜蘭大學通識教育中心講師/
宜蘭縣社會處家暴相對人處遇心理師/頭城家商心理師/宜蘭諮商心理師公會理事長

場次三：活動時間：113/05/29(三)13:30-15:30

活動主題：孩子焦慮時，如何陪伴？

活動內容：1. 青春期孩子常有的焦慮（考試、交友等）、2. 焦慮身心癥狀
3. 協助孩子將恐懼轉化為成長的引導～

活動地點：宜蘭高中 輔導室

活動講師：佛光大學 陳怡婷助理教授

講師介紹：1. 宜蘭大學諮商中心外聘心理師督導 2. 國中/高中心理諮商經驗 3. 宜蘭縣社會處/地方法院
簡易庭/衛生局/蘭馨婦幼中心/家庭教育中心/犯罪被害人保護協會等合作心理師

您可選擇「全部參與」或「單點課程」，請於 113.4.15(一)16:00 前報名。