

和美高中115學年度教優區計畫
推展親職講座邀請函

成為孩子的情緒教練

青少年的心理健康及家長自我照顧

親愛的家長您好：

孩子進入青少年階段後，情緒起伏、沉默疏離，是否讓您感到既心疼又無所適從？其實，這正是邁向獨立自我的重要歷程。

為協助家長更了解孩子的內心世界，同時也照顧好自己的身心狀態，本學期的親職講座，邀請聽聽心裡詩心理治療所-張稚羚心理師蒞校演講，一起了解青少年情緒背後的心理需求，學習有效溝通的方法，同時也提醒自己：唯有先照顧好自己，才能更有力量陪伴孩子走過這段風雨。

❤ 活動時間：115年9月12日(六) 早上11:15~14:15
11:00-11:15 報到休息用餐

🕒 活動費用：免費(備有麵包餐盒)。

📍 活動地點：本校教學大樓4F 多元三教室

➡ 參與人員：

1. 本校學生及家長，家庭型態如下為優先錄取對象(新住民、單親家庭、隔代教養、中低收入戶、低收入戶)。
2. 建議以家長或高年級學生一同參加為主，因名額有限，一組家庭至多4人參加，總名額計40名。



***** 名額有限，有意願參與者，請剪下報名表於115/9/1(二)前交給輔導組長，感謝您😊*****

學生班級	☐ 國中部 ☐ 高中部	學生姓名	
	年 班 號	家長姓名	
參與人員	家長_____人(關係 ☐ 父母 ☐ 祖父母); 親屬_____人; 手足_____人(年齡)		
教育優先區 目標家庭	☐ 新住民子女 ☐ 單親家庭 ☐ 隔代教養 ☐ 中低收入戶 ☐ 低收入戶 ☐ 無 符合條件者優先錄取		
參加人數	共_____人(必填)	家長簽名	
報名編號	(由輔導處填寫)	(請務必簽名)	

