

新北市林口區頭湖國民小學

112 學年度《會同家長會辦理親職教育》

活動名稱	主題	內容摘要	參加對象	時間	人數
身心紓壓好自在 ~療癒禪繞畫	親子教養	從禪繞畫創作中，分享情緒調適如何影響親子互動的觀點，以及禪繞沒有對錯好壞之分的欣賞角度，連結到看待孩子的行為也需要先放下自己的定見去理解。	家長、教師	112/12/1	21

公告主題	頭湖國小112學年度上學期親職講座
公告日期	112.11.21 ~ 112.12.02
等級/類別	一般 / 重要公告
公告單位	輔導室 親職教育組長
公告人員	劉人萍
公告內容	<p>★時間：12/1(五)晚上7:00-9:00</p> <p>★講師：胡綺祐心理師</p> <p>★講座主題：身心紓壓好自在~療癒禪繞畫</p> <p>★地點：頭湖國小三樓視聽教室</p> <p>★講師簡介：</p> <p>畫畫的諮商心理師，台灣心靈圖卡《心聯卡》創作者。近年來，透過圖卡創作整理自己，調整內在的能量狀態，更在藝術媒材與助人工作的課程裡，發現媒材提供人們一個包容及安全的抒發空間，每個人都可以在媒材的世界「成為自己」，承接著自己的情感與思緒。胡綺祐心理師此次將帶領大家從禪繞畫創作中，分享情緒調適如何影響親子互動的觀點，以及禪繞沒有對錯好壞之分的欣賞角度，連結到看待孩子的行為也需要先放下自己的定見去理解。誠摯邀請您前來參與，相信您將不虛此行！</p> <p>*本講座機會難得，歡迎各位家長踴躍參與！</p> <p>*有意願參加的家長，請於11/24(五)前報名https://forms.gle/u4nKLSoSYvAWxp6u9若有相關問題，逕洽輔導室親職組長劉老師(26080766*852)。</p> <p>*親職講座對象為家長，請遵守場內不飲食和現場秩序，感謝您的配合！</p>
參考網址一	參考網址一
附件	20231201-胡綺祐海報.JPG



校網和粉絲頁公告



穿堂海報公告

頭湖國小 112 學年度上學期 親 職 講 座

★時間：12/1(五)晚上 7:00-9:00

★講師：胡綺祐心理師

★講座主題：

身心舒壓好自在~療癒禪繞畫

★地點：頭湖國小三樓視聽教室

◎講師簡介：

吳書畫的諮商心理師，台灣心理畫卡《心勝卡》創作者。近年來，透過畫卡創作整理自己，調整內在的能量狀態，更在藝術媒材與助人工作的課程裡，發現媒材提供人們一個包容及安全的抒發空間，每個人都可以在媒材的世界「成為自己」，承接著自己的情感與思維，綺祐心理師此次將帶領大家從禪繞畫創作中，分享情緒調適如何影響親子互動的觀點，以及禪繞沒有對錯好壞之分的欣賞角度，連結到看待孩子的行為也需要先放下自己的定見去理解，誠摯邀請您前來參與，相信您將不虛此行！

*本講座機會難得，歡迎各位家長踴躍參與！

*有意踴躍參加的家長，請於 11/24(五)前掃描 QR code 報名，若有相關問題，請洽輔導室陳麗組長劉老師(26080766*852)。



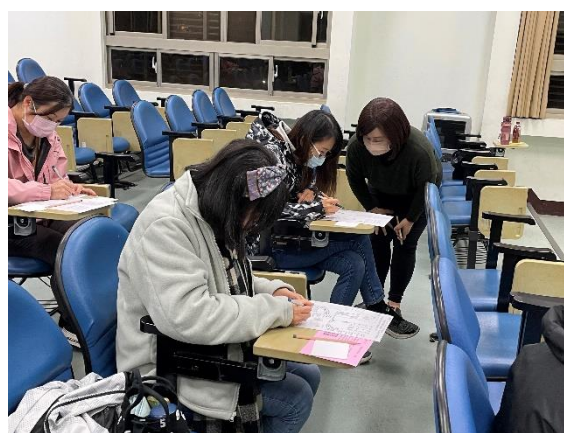
*親職講座對象為家長，請遵守場內不飲食和現場秩序，感謝您的配合！

頭湖國小輔導室 2023.10.31

聯絡本小單



講師胡綺祐心理師



家長認真學習與參與

新北市林口區頭湖國民小學
112 學年度教育優先區親職講座意見回饋表

各位親愛的家長您好：

感謝您撥冗參與本次的親職講座，我們特別設計了這份問卷，希望藉由您的寶貴意見，讓前後辦理相關親職講座活動時更加精進，並更能滿足家長在家庭教育上的需求。請您填寫完畢後交予現場工作人員，感謝您的支持與鼓勵。

◎講座主題：身心舒壓好自在-療癒禪繞畫

◎主 講 人：胡綺祐 心理師

◎時間：112 年 12 月 1 日(五)晚上 7:00-9:00

◎講座地點：頭湖國小 3 樓視聽教室

- 一、您的身份是？(可複選)
☐本校志工 ☒家長 ☐新住民 ☐原住民 ☐社區民眾
- 二、您參加本次活動的動機是？(可複選)
☒對於活動主題與大綱有興趣 ☐本身有實際需求 ☐為累積研習時數
☒受到演講者的名聲吸引慕名而來 ☐學校要求 ☐其他_____
- 三、您對主講人表達能力與主題掌握方面的滿意度？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 四、您對主講人講授內容的滿意度？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 五、您對於本次親職講座行政服務的滿意度？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 六、本次親職講座內容確實對您的實務家庭有幫助？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 七、本次親職講座中提供的資料充分且有用？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 八、您希望我們日後能多舉辦何種主題的研習活動？
希望增加親子關係、心理諮詢、親子關係、家長心理輔導、
- 九、您對本次活動的具體建議是：
希望增加親子關係、心理諮詢、親子關係、家長心理輔導、

新北市林口區頭湖國民小學
112 學年度教育優先區親職講座意見回饋表

各位親愛的家長您好：

感謝您撥冗參與本次的親職講座，我們特別設計了這份問卷，希望藉由您的寶貴意見，讓前後辦理相關親職講座活動時更加精進，並更能滿足家長在家庭教育上的需求。請您填寫完畢後交予現場工作人員，感謝您的支持與鼓勵。

◎講座主題：身心舒壓好自在-療癒禪繞畫 ZenTangle

◎主 講 人：胡綺祐 心理師

◎時間：112 年 12 月 1 日(五)晚上 7:00-9:00

◎講座地點：頭湖國小 3 樓視聽教室

- 一、您的身份是？(可複選)
☐本校志工 ☒家長 ☐新住民 ☐原住民 ☐社區民眾
- 二、您參加本次活動的動機是？(可複選)
☒對於活動主題與大綱有興趣 ☐本身有實際需求 ☐為累積研習時數
☒受到演講者的名聲吸引慕名而來 ☐學校要求 ☐其他_____
- 三、您對主講人表達能力與主題掌握方面的滿意度？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 四、您對主講人講授內容的滿意度？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 五、您對於本次親職講座行政服務的滿意度？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 六、本次親職講座內容確實對您的實務家庭有幫助？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 七、本次親職講座中提供的資料充分且有用？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 八、您希望我們日後能多舉辦何種主題的研習活動？
希望增加親子關係、心理諮詢、親子關係、家長心理輔導、
- 九、您對本次活動的具體建議是：
希望增加親子關係、心理諮詢、親子關係、家長心理輔導、

家長意見回饋

112上親職講座——「頭湖報報第15期」徵稿

親愛的家長您好：

誠摯邀請您參與「頭湖報報第15期」徵稿，本次徵稿主題為「112上親職講座「身心舒壓好自在-療癒禪繞畫」的感想，藉由您的分享與回饋，讓更多家長在親子教育路上更順遂，方法更多元。

此份徵稿為自由參加，歡迎投稿，請於12/7(四)前完成，稿寄交胡綺祐老師，同時為感謝您的熱情參與，會送給您的一份精美小禮物，再次謝謝您的協助與參與，期盼您繼續支持相關講座活動！

若有相關問題請洽輔導室親職組長劉人萍老師，電話：(02)2608-0766 分機 852。



頭湖國小輔導室 112/12/1

親職講座 身心舒壓好自在-療癒禪繞畫 回饋與省思

603 黃怡然媽媽
星期五下班匆忙趕回林口參加晚上的禪繞畫課程，7點整我走進3樓視聽教室，坐定後跟著胡老師的解說緩緩地進入禪繞畫的世界，開始練習這些重複的點、圈、直線與弧線所堆疊成的8種幾何圖形與有機圖形，完成時直覺真好！尤其喜愛3Y、圓律與指甲花！接著老師鼓勵我們自己構思與創作，我完成了2個小圖案，沒想到自己有能力完成如此療癒自己的作品，更神奇的是在這安靜的重複的圈點直線弧線的一筆一劃裡，那些白天的惱人雜事竟暫時消失了，換來的是一整片的平靜心情，真好！謝謝你們。

602 游靖媛媽媽
親身接觸到禪繞畫後才發現原來是這麼的有趣和祥和，聽著胡綺祐心理師溫柔清楚的講解，慢慢進入禪繞畫的個人世界裡，藉著重複再重複的圖形繞畫，沒有對或錯，只有自己的創作和想法，很放鬆平靜無壓力的專注於每一筆一畫裡，身心靈都得到了舒解。回家後孩子們看著我作品，都不相信是我畫的，下次當我想發火時，會想起上課的平靜而滅火的。謝謝安排講座的老師們，辛苦了。

503 陳星語媽媽
當時看到講座資訊，對這主題非常感興趣！但，礙於當天是星語的生日，讓我有點猶豫不決！參加完，學到了在禪繞畫的過程中，離開自己，因而看見更多的自己也進而為親子關係加溫。這場講座真的超讚的！

頭湖報報第15期徵稿

活動名稱	主題	內容摘要	參加對象	時間	人數
正向親子互動~ 桌遊玩出好行為	情緒管理 與教養	透過桌遊訓練孩子輪流、耐心等待、環境觀察，以及團隊合作等能力，增進親子間的情誼交流，瞭解孩子特質，適時提供適當的教導。	家長、 教師	113/5/17	17

公告主題	頭湖國小112學年度下學期親職講座
公告日期	113.05.07 ~ 113.05.18
層級/類別	一般 / 重要公告
公告單位	輔導室 親職教育組長
公告人員	劉人萍
公告內容	<p>★時間：5/17(五)晚上7:00-9:00</p> <p>★講師：陳品如心理師</p> <p>★講座主題： 正向親子互動~桌遊玩出好行為</p> <p>★地點：頭湖國小語藝樓一樓美勞教室</p> <p>★講師簡介： 品如心理師不僅是諮商心理師，亦是身心治療師，長期投入於精神治療、自殺防治及生命關懷等活動，不論在校園、醫院或看守所都有其服務的身影。其治療理念：「現在的你不等於永遠的你，整理你的空間，你的你都需要時間，而你已經在路上。」此次講座品如心理師將帶領大家從玩桌遊的互動樂趣中，分享從中如何促進正向親子互動及建立孩子好行為、好品格。希望透過多邊思考、語言表達和EQ能力，透過桌遊可以訓練孩子輪流、耐心等待、環境觀察，以及團隊合作等能力，也可增進親子間的情誼交流，瞭解孩子特質，適時提供適當的教導，誠摯邀請您前來參與，相信您將不虛此行！</p> <p>*本講座機會難得，歡迎各位家長踴躍參與！</p> <p>*有意參加的家長，請連結GOOGLE 表單報名(參考網址一) https://forms.gle/hkGKYWkSRMXSQR6</p> <p>若有相關問題，歡迎輔導室親職組組長劉老師(26080766*852)。</p> <p>*親職講座對象為家長，該場守場內不飲食和維護現場秩序，感謝您的配合！</p>
參考網址一	參考網址一
附件	20240517-桌遊海報.JPG

頭湖國民小學

已發佈8則訊息

05-21 09:30 # 新北市113年度國小生涯職涯探索體驗教育暑期營暨活動

05-10 11:00 # 閱讀 # 學校活動 陳淑麗小學精熟系列活動

05-10 10:30 # 陳淑麗小學112學年度下學期親職講座

05-03 09:10 # 學校活動 112學年度新學之夜才藝表演

05-01 09:00 # 學生活動 本校參加新北市112學年度國民小學英語讀劇博覽賽榮獲特優晉級市賽

09-28 09:10 # 教師節快樂

09-26 14:40 # 學生活動 # 線上學習 八月份Cool English自主學習活動講座

07-07 14:00 # 資訊科技 校園APP家長操作說明

↓ 下架

編輯

+ 新增訊息

親職講座

正向親子互動~桌遊玩出好行為

★講師：陳品如心理師

★時間：5/17(五)晚上7:00-9:00

★地點：頭湖國小語藝樓一樓美勞教室

歡迎參加

*本講座機會難得，歡迎各位家長踴躍參與！

*有意參加的家長，請連結GOOGLE 表單報名
<https://forms.gle/hkGKYWkSRMXSQR6>

#

GOOGLE 表單報名

校網及教育放送臺公告

頭湖國小 112 學年度下學期 親 職 講 座

★時間：5/17(五)晚上 7:00-9:00。

★講師：陳品如心理師

★講座主題：

正向親子互動~桌遊玩出好行為

★地點：頭湖國小語藝樓一樓美術教室

◎講師簡介：

品如心理師不僅是給商心理師，亦是身心科心理師，長期投入於精神治療、自殺防治及生命關懷等活動，不論在校園、醫院或看守所都有其服務的身影，其治療理念：「現在的你不等於永遠的你，整理你的空間，你的心都需要時間，而你已經在路上。」此次陳品如心理師將帶領大家從輕鬆有趣的互動與遊戲中，分享從中如何促進正向親子互動及建立孩子好行為、好品格。並透過多種思考、語言表達和EQ能力，透過遊戲可以訓練孩子輪流、耐心等待、環境觀察，以及團隊合作等能力，也可增進親子間的瞭解交流，瞭解孩子特質，適時提供適當的教導。誠摯邀請您前來參與，相信您將不虛此行！

*本講座機會難得，歡迎各位家長踴躍參與！

*有意願參加的家長，請於 5/10(五)前掃描 QR code 報名，若有相關問題，請洽輔導室親職組長劉老師(26080766*852)。



*親職講座對象為家長，請遵守場內不飲食和維護現場秩序，感謝您的配合！

頭湖國小輔導室 2024.4.12



聯絡本小單

講座海報與現場

頭湖國小112學年度下學期親職講座通知

親職組長 <th852@apps.thes.ntpc.edu.tw>

寄給 密件副本： shihhan.huang、密件副本： jewel09181、密件副本： kingwing73、密件副本： donkey7871、密件副本： ethia

歡迎蒞校參與！

頭湖國小輔導室敬邀

1 個附件 • Gmail 已掃描檢查 ⓘ



報名者 G-Mail 個別通知



主任感謝講師:陳品如心理師



心理師講解桌遊如何玩出好行為



講師帶領參與者體驗桌遊



雙向交流溝通

新北市林口區頭湖國民小學
112 學年度教育優先區親職講座意見回饋表

各位親愛的家長您好：

感謝您撥冗參與本次的親職講座，我們特別設計了這份問卷，希望藉由您的寶貴意見，讓爾後辦理相關親職講座活動時更加精進，且更能滿足家長在家庭教育上的需求。請您填答完畢後交予現場工作人員，感謝您的支持與鼓勵。

◎講座主題：正向親子互動~桌遊玩出好行為

◎主 講 人：陳品如心理師

◎時間：113 年 5 月 17 日(五)19:00-21:00

◎講座地點：頭湖國小語藝樓一樓美勞教室

- 一、您的身份是？(可複選)
☐本校志工 ☒家長 ☐新住民 ☐原住民 ☐社區民眾
- 二、您參加本次活動的動機是？(可複選)
☒對於活動主題與大綱有興趣 ☐本身有實際需求 ☐為累積研習時數
☐受到演講者的名聲吸引慕名前來 ☐學校要求 ☐其他
- 三、您對主講人表達能力與主題掌握方面的滿意度？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 四、您對主講人講授內容的滿意度？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 五、您對於本次親職講座行政服務的滿意度？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 六、本次親職講座內容確實對您的實務家庭有幫助？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 七、本次親職講座中提供的資料充分且有用？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 八、您希望我們日後能多舉辦何種主題的研習活動？
親子互動類、正向教養

九、您對本次活動的具體建議是：

新北市林口區頭湖國民小學
112 學年度教育優先區親職講座意見回饋表

各位親愛的家長您好：

感謝您撥冗參與本次的親職講座，我們特別設計了這份問卷，希望藉由您的寶貴意見，讓爾後辦理相關親職講座活動時更加精進，且更能滿足家長在家庭教育上的需求。請您填答完畢後交予現場工作人員，感謝您的支持與鼓勵。

◎講座主題：正向親子互動~桌遊玩出好行為

◎主 講 人：陳品如心理師

◎時間：113 年 5 月 17 日(五)19:00-21:00

◎講座地點：頭湖國小語藝樓一樓美勞教室

- 一、您的身份是？(可複選)
☒本校志工 ☒家長 ☐新住民 ☐原住民 ☐社區民眾
- 二、您參加本次活動的動機是？(可複選)
☒對於活動主題與大綱有興趣 ☒本身有實際需求 ☐為累積研習時數
☐受到演講者的名聲吸引慕名前來 ☐學校要求 ☒其他 孩子需要
- 三、您對主講人表達能力與主題掌握方面的滿意度？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 四、您對主講人講授內容的滿意度？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 五、您對於本次親職講座行政服務的滿意度？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 六、本次親職講座內容確實對您的實務家庭有幫助？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 七、本次親職講座中提供的資料充分且有用？
☒非常滿意 ☐滿意 ☐不滿意 ☐非常不滿意
- 八、您希望我們日後能多舉辦何種主題的研習活動？
親子互動或情緒管理

九、您對本次活動的具體建議是：

已有趣

活動名稱	主題	內容摘要	參加對象	時間	人數
從芳療紓壓提升身心靈	情緒管理與教養	認識芳療，從覺察情緒及壓力，藉由酸痛紓緩解壓按摩教學及滾珠精油 DIY 來練習紓壓放鬆及學習相關技巧。	家長、志工	112/10/6	31

2023.9.11

林逸風 (志工隊長)

各位幹部午安👋

本學期**志工大會**訂於112年10月6日(五)，流程如下：

7:50- 8:00 報到(領取早餐)
 8:00- 8:10 校長致詞、家長會長致詞
 8:10- 8:20 感謝志工幹部團隊
 8:20- 8:30 志工獎項表揚
 8:30- 8:50 行政業務報告
 8:50-9:00 議題討論與綜合座談
 9:00-11:00 志工增能研習(核發研習時數2小時)
 ✨主題課程：從芳療紓壓提升身心靈~酸痛紓緩解壓按摩教學及滾珠精油DIY✨
 11:00 散會(發放西點餐盒)

請志工幹部們協助轉發上列訊息。並協助統計各組出席人數，於9月18日(一)前上傳到本群組。謝謝！

下午 3:41

請各組組長協助轉傳群組，謝謝！

🔴🔴 本週五10/6(五) **志工大會**暨增能研習 會前提醒 🔴🔴

- 1.請配戴志工值勤證。
- 2.告知警衛入校參加**志工大會**。
- 3.報到(領取早餐) 7:50- 8:00
- 4.地點:頭湖國小3樓視聽教室(大門樓梯上三樓右轉)
- 5.記得簽到及領取研習時數條(返家後要黏貼在志願服務紀錄冊後面的《訓練》欄)
- 6.可攜帶刮痧板、梳子(木製多排為佳)。---若沒有可用手指代替。
- 7.請穿著深色好露肩頸衣服比較好練習肩頸按摩、長髮可以稍微綁起來。

已讀 7
上午 9:44

💡別忘了我們有約唷!❤️

志工各群組公告



講師-郭憶竹老師



肌肉放鬆練習



精油調配 DIY