

# 新北市林口區頭湖國民小學

## 110 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
讓孩子與網保持最恰當距離 - 網路使用的正向教養	網路議題	了解網路危機與網路沉癮問題，探討介入方式與教養策略。	家長、教師	110/12/24	60



狂賀 🎉 恭喜頭湖國小榮獲 **新北市英語歌曲演**

**公告消息**      **榮譽榜**

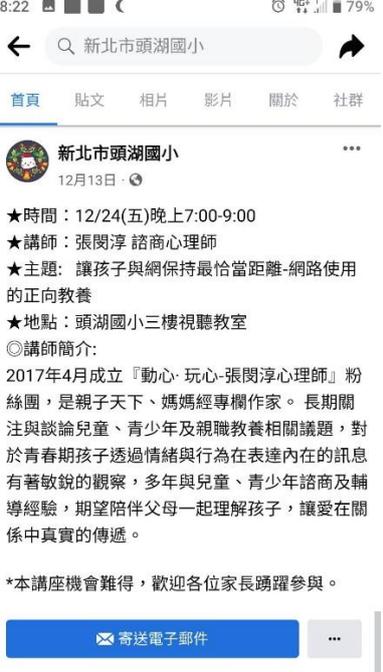
粉絲專頁

**課後照顧及育樂營** 本校110學年度寒假育樂營第二階段總錄取名單

**課後照顧及育樂營** 本校110學年度寒假育樂營第一階段開班錄取名單

**重要公告** 頭湖國小110學年度上學期親職講座(報名持續中)

**重要公告** 轉知「新北市111學年度國民中學



新北市頭湖國小

12月13日 · 🌐

★時間：12/24(五)晚上7:00-9:00  
 ★講師：張閔淳 諮商心理師  
 ★主題：讓孩子與網保持最恰當距離-網路使用的正向教養  
 ★地點：頭湖國小三樓視聽教室

◎講師簡介：  
 2017年4月成立『動心·玩心·張閔淳心理師』粉絲團，是親子天下、媽媽經專欄作家。長期關注與談論兒童、青少年及親職教養相關議題，對於青春孩子透過情緒與行為在表達內在的訊息有著敏銳的觀察，多年與兒童、青少年諮商及輔導經驗，期望陪伴父母一起理解孩子，讓愛在關係中真實的傳遞。

\*本講座機會難得，歡迎各位家長踴躍參與。

✉ 寄送電子郵件



新北市頭湖國小

\*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12/19(日)前填寫Google表單完成報名，若有相關問題，逕洽輔導室親職組長劉老師(26080766\*852)。

\*Google表單報名連結：  
<https://docs.google.com/forms/d/10tUdLIXVwcmQvXu1uVReWei4APR05qxNSpXLBMoveAE/edit>

\*因防疫關係，聆聽講座請全程配戴口罩。若疫情升溫，將改採線上會議進行(Google meet 系統)，並以E-mail通知，於課前提供會議連結和代碼，同時公告於學校網頁。

頭湖國小110學年度上學期親職講座

頭湖國小110學年度上學

✉ 寄送電子郵件

校網和粉絲頁公告





活動名稱	主題	內容摘要	參加對象	時間	人數
探索及擴展心理空間	情緒管理與釋壓	情緒覺察及管理和人際溝通技巧練習。	家長	110/12/10	25



講師林柏佑諮商心理師



同質分組互動討論與回饋

## 「探索及擴展心理空間」 志工研習有感

圖書館組志工組長 / 孫怡玲

年末了，習慣清理家裡時，是否想過……在自己心裡，也有一個空間等著我們斷捨離？家裡空間能堆放的是物，心裡空間總堆放的是念，念呀念，一不經意成了怨，再堆積就成了無形的壓力。

今年的疫情打亂了我們的日常，從爆發延燒到停課，趨緩到能再復課的現在，想必每個人都得配合著被改變，無論是生活、工作、人際、情緒……不能否認多少都被影響到，也許在角色職責上，必須照顧好的是家人，但是別忘了最親近的自己也是需要被照顧的。

練習在一段時間後，找個安靜的地方靜下來，用心聽聽心裡的声音，感覺自我的情緒，清空被積滿的空間，再次打開心裡的大門，迎面而來的將會是自己最強大的內在力量。



頭湖報報第 11 期徵稿

活動名稱	主題	內容摘要	參加對象	時間	人數
情緒教養從小做起	情緒管理與教養	辨識情緒及事件因果，認識情緒教養，進而學習良好親子關係建立與互動技巧。	家長	111/5/27	80

**頭湖國小 110 學年度下學期  
親職講座**

★時間：5/27(五)晚上 7:00-9:00。

★講師：黃春偉 臨床心理師。

★講座主題：情緒教養從小做起。

★地點：因防疫採 GOOGLE MEET 線  
上會議方式進行。

◎講師簡介：◦  
從事臨床工作十幾年，擔任親子天下網站請問專家專欄(駐站專家)，曾服務於醫院再投入社區，致力於協助老師與家長們，使用有心理學實證研究依據的「管教方法」，來處理孩子層出不窮的教養難題，希望讓每一位爸媽可以重拾做父母的快樂。◦

\*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 5/24(二)前掃描 QR code 報名，若有相關問題，逕洽輔導室親職組長劉老師(26080766\*852)。



◦講座的 google meet 連結，將於 5/25(三)15:00 前寄到報名時所填寫的 email 信箱，請於當日何時公告於學校網頁與頭湖國小 FB 粉絲團。

頭湖國小輔導室 2022.5.6.

**頭湖國小 110 學年度下學期  
親職講座**

★時間：5/27(五)晚上 7:00-9:00。

★講師：黃春偉 臨床心理師。

★講座主題：情緒教養從小做起。

★地點：因防疫採 GOOGLE MEET 線  
上會議方式進行。

◎講師簡介：◦  
從事臨床工作十幾年，擔任親子天下網站請問專家專欄(駐站專家)，曾服務於醫院再投入社區，致力於協助老師與家長們，使用有心理學實證研究依據的「管教方法」，來處理孩子層出不窮的教養難題，希望讓每一位爸媽可以重拾做父母的快樂。◦

\*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 5/24(二)前掃描 QR code 報名，若有相關問題，逕洽輔導室親職組長劉老師(26080766\*852)。



◦講座的 google meet 連結，將於 5/25(三)15:00 前寄到報名時所填寫的 email 信箱，請於當日何時公告於學校網頁與頭湖國小 FB 粉絲團。

頭湖國小輔導室 2022.5.6.

### 聯絡本小單

#### 頭湖國小110學年度下學期親職講座

- 😊日期：111.05.27 (五)
- 😊時間：晚上7:00-9:00
- 😊講題：情緒教養從小做起
- 😊演講者：黃春偉 臨床心理師
- 😊會議連結：<https://meet.google.com/ngg-nxiy-zqb>
- 😊會議代碼: ngg-nxiy-zgb
- 😊晚上6:45分開始進入會議室
- 😊相關問題歡迎洽詢2608-0766分機852親職組長劉老師，謝謝您！

❤️歡迎親師共同參與，一起增能成長。也歡迎轉傳分享！

Meet

Google 提供的即時會議服務。使用瀏覽器就能把影片、桌面和簡報分享給小組成員和客戶。



已讀 37  
下午 4:54

志工和全校 LINE 群組通知



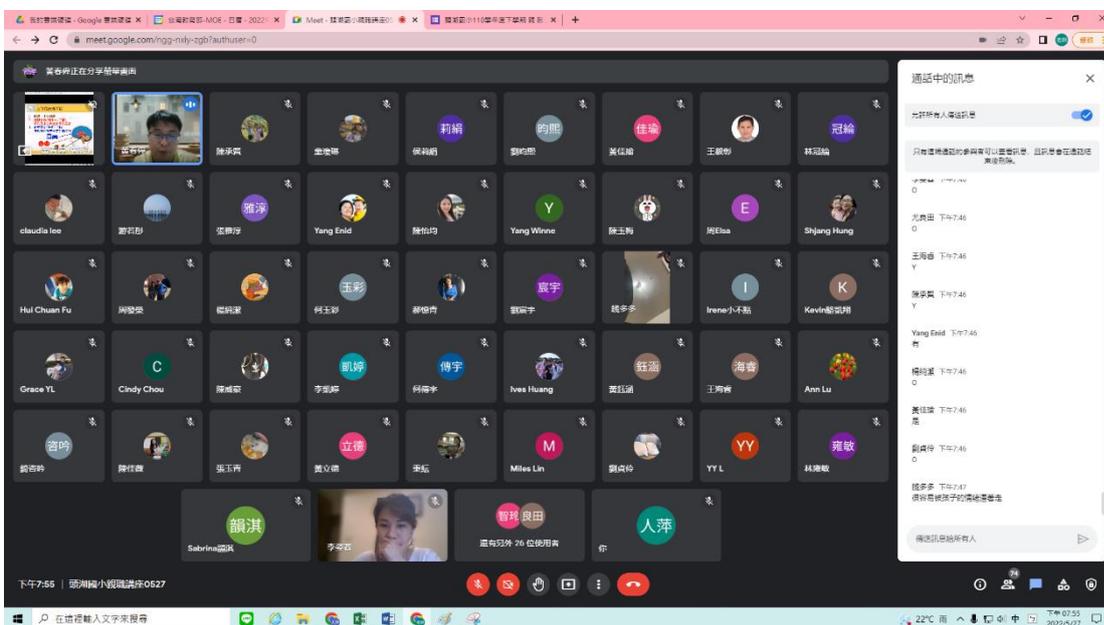
報名者 G-Mail 個別通知



主任介紹講師黃春偉 臨床心理師



線上互動畫面



線上互動畫面

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U
33	2022/5/27 下午 8:49:24	教師員	本身有實際需求, 累積研習時數	滿意	滿意	滿意	滿意	滿意													
34	2022/5/27 下午 8:49:34	家長	對於活動主題與大綱有興趣, 本身有實際需求	滿意	尚可	滿意	尚可	滿意	如何與中高年級華裔的孩子溝通	無	幫助孩子認識情緒的課程										
35	2022/5/27 下午 8:49:42	教師員	對於活動主題與大綱有興趣, 本身有實際需求	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意													
36	2022/5/27 下午 8:49:51	教師員	對於活動主題與大綱有興趣, 本身有實際需求	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意	人際互動												
37	2022/5/27 下午 8:49:55	家長	對於活動主題與大綱有興趣	滿意	滿意	滿意	尚可	尚可													
38	2022/5/27 下午 8:50:01	其他	對於活動主題與大綱有興趣, 本身有實際需求	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意	情緒教育												
39	2022/5/27 下午 8:50:02	家長	對於活動主題與大綱有興趣	很滿意	很滿意	很滿意	滿意	很滿意													
40	2022/5/27 下午 8:50:46	家長	對於活動主題與大綱有興趣	很滿意	很滿意	尚可	很滿意	滿意	親子教學	黃瑋豪	很實用的講座, 情緒管理及表達其實要先從大人自身做起, 才有辦法用健康的態度陪伴孩子成長										
41	2022/5/27 下午 8:50:56	教師員	對於活動主題與大綱有興趣, 本身有實際需求, 累積研習時數	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意													
42	2022/5/27 下午 8:51:57	家長	本身有實際需求	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意	如何情緒溝通												
43	2022/5/27 下午 8:52:20	家長	對於活動主題與大綱有興趣	滿意	滿意	滿意	尚可	滿意	大人的情緒管理	曾翠蘭	情緒標示										
44	2022/5/27 下午 8:52:49	教師員	對於活動主題與大綱有興趣	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意													
45	2022/5/27 下午 8:53:25	家長	對於活動主題與大綱有興趣, 本身有實際需求	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意	與孩子溝通技巧	潘敏	透過心理治療師更能理解情緒失控的孩子; 當我生氣時先做一會事情, 讓自己冷靜, 盡量不從嘴巴說出讓彼此傷心的話。 . .										
46	2022/5/27 下午 8:55:48	家長	對於活動主題與大綱有興趣	很滿意	很滿意	很滿意	滿意	很滿意	親子成長 溝通	盧綠偉	有一些收穫, 希望給再深入有更多案例分享										
47	2022/5/27 下午 9:04:22	家長	對於活動主題與大綱有興趣, 本身有實際需求	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意			很棒的講座, 讓我可以更明確也同時理解孩子的真實情緒, 和孩子一起學習消化處理, 謝謝講師也謝謝人員老師和斯綺主任。										
48	2022/5/28 下午 12:07:19	家長	對於活動主題與大綱有興趣, 本身有實際需求, 累積研習時數, 受到演講師的專業吸引觀看而來	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意	很滿意													

### 研習回饋表單