

新北市 109 學年度實施家庭教育工作成果專輯
新北市樹林高中 109 學年度辦理家庭教育親職講座

活動名稱	升林之王
活動主題	親職講座-親職
參與對象	家長、老師
辦理日期	109 年 9 月 18 日
活動摘要	帶領家長認識及如何面對青春期的孩子。
參與人次	家長 5 人



邀請楊照馨專輔教師擔任講師

活動名稱	升林之王
活動主題	親職講座-親職
參與對象	家長、老師
辦理日期	109年10月16日
活動摘要	因上個場次配合家長日時間，家長反映無法到場聆聽，故加開一場辦理。
參與人次	家長19人



邀請楊照馨專輔教師擔任講師

活動名稱	從共讀《看不見的傷，更痛》談親子溝通
活動主題	親職講座-家庭教育婚姻、情緒、親職
參與對象	家長、老師
辦理日期	109年12月21日
活動摘要	與講師一起從書籍中討論親子溝通的議題。
參與人次	家長17人



邀請黃之盈心理師到校與家長一起共讀書籍

活動名稱	你可以跟孩子聊些什麼：新課綱上路，培養孩子成為終身學習者，每天二十分鐘，聊出思辨力與素養力！
活動主題	親職讀書會-親職、多元文化、性別等
參與對象	家長、老師
辦理日期	110年4月16日、110年4月23日、110年4月30日
活動摘要	由本校閱推老師及專輔老師帶領家長一起共讀親職書籍，並討論相關議題。
參與人次	家長8人



閱推老師帶領如何閱讀書籍



專輔老師針對書籍內容的主題進行相關討論

活動名稱	心衛文宣
活動主題	防疫自我照顧
參與對象	家長、學生、社區大眾
辦理日期	109年9月-110年6月
活動摘要	透過輔導處粉絲專頁分享心理衛生等相關文宣
參與人次	觸及率約180人



樹林高中輔導處

5月20日下午2:08 · 🌐

...

【疫情時期安頓三部曲】

進入三級警戒、停課、減少出門的非常時期，安穩的生活突然發生巨烈的變動，這個階段緊張、無奈、煩躁、想抱怨...這些都非常正常，(就連老師們也都在焦慮著各種線上授課方案)。但要怎麼在這段時間讓自己穩下來面對新的生活樣貌呢，讓我們一起試試這幾招，讓lockdown(封鎖)的生活不down(低落)。

圖片來源：<https://www.freepik.com/drawlab>



**Lockdown不down
疫情時期的安頓三部曲**



1. 均衡飲食，按時吃飯。



2. 找兩、三件可以固定從事的休閒活動
如：運動、追劇、看動漫等。



3. 定時找三個朋友傳訊息聊天或講電話談話



樹林高中輔導處

5月27日上午11:56 · 🌐

...

停課延長通知彷彿一道催命符
原以為本週後海闊天空
結果現在眼前竟只剩下絕望💔

轉自新北學BAR

親愛的爸媽你不孤單
在家防疫Stay Home
讓平常忙碌的家人聚在一起
但摩擦和衝突也容易產生💣

... 更多

居家防疫關懷

防疫期間
保持社交距離
不能擁抱

請打**412-8185**
手機撥打+02

是你愛~抱你抱我
專線接住你的心

· 服務內容 ·

夫妻相處 婆媳關係 親子溝通 子女教養
婚前交往 情緒調適 家庭資源 生活適應