

國立中科實驗高中 114 學年度第 2 學期

家庭教育-親職知能專題演講

親愛的家長您好：

您是否曾經困惑，孩子為何總是情緒起伏大、容易焦慮或對外界特別敏感？面對孩子的情緒風暴，我們又該如何陪伴與引導呢？

本校特別邀請諮商心理師陳得惠老師，辦理「讀懂青春期大腦的施工告示牌-談 SEL 如何提升情緒及復原力」親職講座。透過 SEL（社會情緒學習）理念，帶領家長認識孩子的情緒需求，學習提升情緒覺察力、培養情緒調節能力，並分享與高敏感孩子相處及溝通的實用技巧。同時協助家長建立支持性的家庭環境，幫助孩子增強復原力，以更穩定、自信的態度面對學習、同儕及生活中的各種挑戰。

誠摯邀請您一同參與，陪伴孩子在理解與接納中健康成長，共同打造更和諧的親子關係。歡迎踴躍報名參加！

如有相關疑問，歡迎洽詢輔導室 04-25686850#1600

國立中科實驗高級中學 敬邀 115.6.12

🚧 讀懂青春期大腦的施工告示牌 🚧 -談 SEL 如何提升情緒及復原力 115 年 6 月 17 日（三）18:30-20:00，線上講座	
 報名表單	 講座線上連結

國立中科實驗高級中學 114 學年度第 2 學期

家庭教育-親職知能專題演講 參加意願調查 回條

【請將回條剪下，交由貴子弟於 6/15(一)交給輔導股長並轉交輔導室或傳真 04-25685331】

學生姓名：_____ 班級座號：高中/國中/國小 _____年_____班_____號

家長簽名：_____

☐參加「讀懂青春期大腦的施工告示牌-談 SEL 如何提升情緒及復原力」線上講座

☐不克參加