

110學年度第一學期
新生家長座談會
孩子的守護者



國中專任輔導教師 江衍成、關秀穎

2021.07.06

社會



學校



家庭

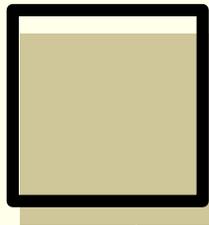


個人

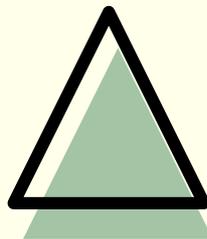


每個系統環環相扣，
孩子的守護者不只有家長，
學校的老師跟您一起努力，
成為孩子成長過程中的最佳後盾。

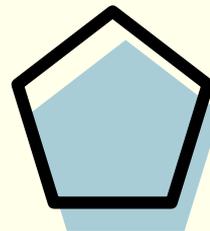
情緒調節



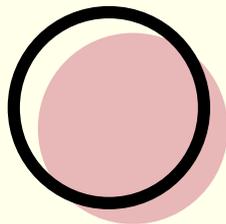
人際關係



親師溝通

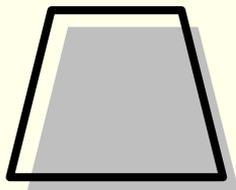


課業壓力

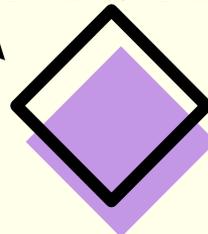


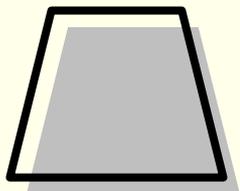
升上國中可能
面臨各項挑戰

生活態度



學校角色



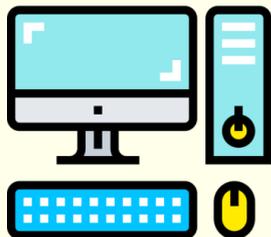


生活態度



- ◆ 建立規律作息
維持充足睡眠

每天睡滿6~8小時尤佳



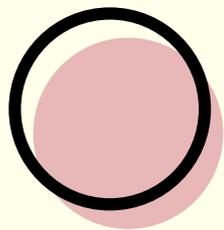
- ◆ 網路使用節制與管理

每日使用不超過2小時
每30分鐘休息10分鐘為佳



- ◆ 養成良好衛生習慣
保護自己與他人

勤洗手預防傳染疾病
個人衣物保持整潔
指甲、頭髮定期修剪



課業壓力

- ◆ 觀察各學科的特性、學習規劃適合自己的讀書方式
分析學科擅長與不擅長、安排讀書計畫、時間管理
- ◆ 學習科目細分，考試逐漸變多、加重
打穩根基、培養共讀時間、科目複習進度

情緒調節



暢通親子空間
良好溝通管道

◆ 建立親子之愛 固定家庭會議時間



保持開放心胸
接納不同觀點

◆ 接納世代差異 別著急給建議



參與正向活動
累積正向情緒
共同休閒時光

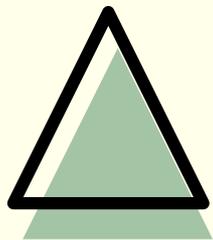
◆ 累積正向能量



共同訂定明確規則
讓孩子依循有安全感

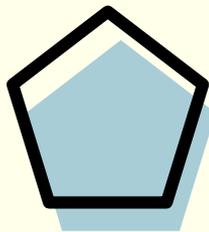
◆ 維持父母威信

溫和堅定的表達
不輕易妥協或改變



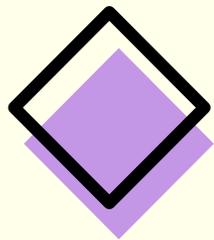
人際關係

- ◆ 鼓勵孩子多認識朋友，審慎選擇朋友
培養孩子獨立思考的能力
- ◆ 此時的孩子需要更多獨立與嘗試長大的機會
爸爸媽媽別太心急，如同風箏線慢慢放
- ◆ 鼓勵孩子嘗試處理人際問題
培養孩子的受挫力、衝突因應策略
- ◆ 異性相處之道
自我保護最重要



親師溝通

- ◆ 建立親師聯絡網，正向交流之平台
參加學校相關活動如學校日，家長亦可分享教養方式
- ◆ 親師溝通時友善態度、隨時掌握學校訊息
每天檢查聯絡簿，留意孩子回條與簽名
- ◆ 面對孩子問題，不選邊站，釐清事件來龍去脈
孩子反應在校狀況，能夠客觀理解並傾聽
- ◆ 與其主動介入，不如建立孩子解決問題的能力



學校角色

- ◆ 導師是學生在校的第一個身心靈教練
- ◆ 教務、學務處及輔導室，是您的好伙伴
- ◆ 輔導室提供學生重要的輔導資源



生活輔導



生涯輔導



學習輔導



輔導諮商



提供給家長使用各項資源

- ◆ 家長諮詢
- ◆ 親職團體 – 愛陪伴團體
- ◆ 親職講座 – 注入活水、多元入學管道 ...

每學期都會辦理，敬請留意資訊

歡迎踴躍參與喔 



讓我們一起守護孩子
成為心中理想的樣子

