



# 兒少悲傷 與復原的 生命教育課

— 系列課程 —

課程費用：免費（自費場次請來電詢問）

辦理時間：113年 01-12月

報名時間：即日起至各場次額滿為止

報名方式：請搜尋 [再見練習題官網](#)  
『課程申請』表單

錄取公告：最晚於12/27前MAIL通知



聯絡方式：

(04)2202-5399 #402

黃穎蓁 社工師



兒少在生活中會遇到不同的失落事件，例如：課業壓力、人際交友、感情議題、父母離婚、寵物或親友死亡等，兒少該如何面對失落事件帶來的挫折與悲傷情緒？如何調適生活的衝擊與變化？

兒福聯盟期待透過課程的提供，增強兒少自我照顧與悲傷復原的方法，提升教師及家長關心與陪伴孩子的能力，使兒少能有更好的生活適應。

## 學生課程

### 失落挫折的悲傷復原練習課 - 學生篇

課程時間：40分鐘

對象：國小3-6年級學生

講座  
300人以下

- 認識失落與情緒
- 學習情緒調節與尋求資源的方法
- 學習關心別人的方法



### 培養失落挫折的 四堂悲傷復原必修課

課程時間：每堂40分鐘，共4堂課

對象：國小4-6年級學生

班級輔導

- 認識失落與情緒、討論死亡與葬禮議題
- 學習情緒調節與尋求資源的方法
- 整理失落經驗、學習悲傷復原方法
- 特色：操作「我的畫冊」兒少悲傷復原教材

## 教師研習

### 失落挫折的悲傷復原 練習課-教師陪伴篇

課程時間：90分鐘

對象：國小教師

至少20人

- 認識失落事件對兒少所造成的身心影響
- 情緒教育與情緒調節悲傷輔導
- 技巧

### 失落挫折練習課- 線上教材認識與應用

課程時間：90分鐘

對象：國小教師

至少20人

- 認識失落事件對兒少所造成的身心影響
- 「是誰綁架了我的太空船」兒少悲傷與復原線上教材認識與應用

## 家長講座

### 失落挫折的悲傷復原 練習課-家長陪伴篇

課程時間：90分鐘

對象：國小生家長

至少20人

- 認識失落事件對兒少造成的影響
- 情緒教育與情緒調節
- 家長陪伴及溝通技巧
- 親師溝通