

臺南市青少年福利服務中心

114 年「爸媽有點囧」親職講座實施辦法

一、辦理目的：為促進家長與青少年之間更良性的溝通互動，本活動邀請具備專業背景的臨床心理師，藉由實務經驗，分享親子間常見的溝通困境與解方，並傳授實用的溝通技巧與方法。透過生活中的情境來操作練習，協助家長理解孩子的想法與需求。期望在輕鬆交流的氛圍中，緩和親子間的張力，增進彼此的理解，進而達到更具支持與溫度的家庭關係。

二、主辦單位：臺南市政府社會局、臺南市青少年福利服務中心

三、承辦單位：社團法人中國青年救國團

四、辦理時間：114 年 11 月 8 日(星期六)下午 1：00-4：00

五、辦理地點：臺南市私立明達高級中學-禮堂（臺南市鹽水區忠孝路 73 號）

六、實施對象：家中有 12-18 青少年家長為主、12-18 歲青少年、一般民眾。

七、實施場次：每場次辦理 3 小時，共辦理 1 場次。

八、實施人數：預計人數 80 人。

九、講師簡歷及介紹：

講師：林哲立

學歷：輔仁大學臨床心理學系碩士班

專長：臨床心理、親子溝通、精神醫學

現職：嘉義市天主教聖馬爾定醫院精神科／腫瘤科

經歷：台北榮民總醫院實習心理師

嘉義區輔諮中心合作心理師

十、流程表：

時 間	流 程
12:30-13:00	報到
13:00-13:10	揭開親子對話 (開場-活動及中心介紹)
13:10-13:45	從案例看見親子日常 (講師自介與案例分享)
13:45-14:00	休息
14:00-14:45	認識自己也理解孩子 (理論解析與自我認識量表)
14:45-15:00	休息
15:00-16:00	有話要說 (家庭互動討論的 QA 時間)

十一、經費來源：由「臺南市青少年福利服務中心」方案經費中支應。

十二、承辦人：林敬恆 專管員，連絡電話：06-2981200。

十三、本辦法如有未盡事宜，得適時修訂之。