

## 國立彰師附工 106 學年度「第一學期親師讀書會」活動摘要

- 一、依據：(一)本校輔導工作計畫 (二)本校親職教育知能工作坊計畫  
(三)本校家庭教育實施計畫。
- 二、目的：
  - (一)建立親師溝通平台，加強親職教育知能。
  - (二)提供親職教育諮詢、諮商與輔導。
  - (三)協助學生家長發展正向有效之教養策略。
- 三、選讀書目：成大事者不糾結（遠流 2015 年 11 月初版）。
- 四、帶領者：邱瓊慧諮商心理師（93 年高考；帶領讀書會 600 小時以上），現職種子心靈事業有限公司負責人。
- 五、日期、討論主題與閱讀進度：
  - (一)106/9/22(週五) 未來不迎、過往不戀
  - (二)106/10/27(週五) 勇敢負起自己的責任
  - (三)106/11/24(週五) 保持獨立、釋放善意
  - (四)106/12/22(週五) 面對世界不斷的變局
- 六、時間：下午一點至三點。
- 七、地點：教學暨行政大樓 2 樓會議室。
- 八、參加對象：以家長為優先，校內教師次之，共 20 人。四場次統計共 67 人次參與。
- 九、主辦單位：家長會、輔導室、人事室。
- 十、活動照片與心得回饋：



1. 說話思考的不同模式，提升自我 EQ。
2. 親子溝通，教育上更融洽。
3. 學會和孩子的互動更加的多元化，角度更廣，衝突大大降低。
4. 情緒抒發，別人的分享可以當作借鏡。
5. 了解安定心內的重要。
6. 認識許多不同領域的家長及老師，對孩子的學習有參與感。
7. 有機會多讀好書。
8. 除了有機會閱讀書籍，更與老師及各家長探討學生，還有時事 各方面的意見及分享。
9. 增加思維的深度。
10. 多了解與會成員的思維與子女教養的經驗。