

基隆市學校學生家長聯合會 函

地址:基隆市中正區和一路158號

承辦人:王昌派

電話:02-24632122

傳真:02-24631499

電子信箱:adw36222@gmail.com

受文者：基隆市政府教育處

發文日期：中華民國107年4月12日

發文字號：基市家聯字第1070412001號

主旨：檢送本會「家庭教育—親職效能培養講座」計劃書一份，惠請轉知所屬學校協助辦理，請查照。

說明：

一、依據本會組織章程第一張總則第三條辦理。

二、計畫目的：

(一)訓練父母有效的親職技巧，培養有責任感、自我管理、正向積極的孩子。

(二)培養有效溝通能力，增進親子關係。

(三)並避免與解決親子衝突。

三、計畫內容：

(一)活動內容

場地在5所學校(港西、東光、長興、暖江及和平國小)，

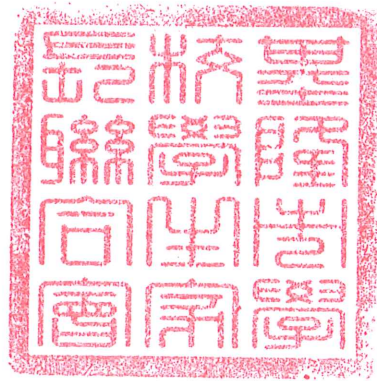
每校組一 15 人團體，團體每次 2 小時，每校共 4 次團體，
8 小時。一年一梯次共 20 次團體，累積 40 小時，藉由專
業親職教練講授專業課程，增進父母親職知能。

(二)活動期程：107 年 3 月 1 日至 12 月 30 日

(三)活動地點：5 所學校多媒體(會議)室。

(四)活動對象：本市國中、小學在學學生之家長。

五、檢附活動計劃書一份，詳情請參閱計畫內容。



專案計畫書

- 壹、 指導單位：基隆市政府教育處
主辦單位：財團法人瑪倉文教基金會，基隆市學校學生家長聯合會
協辦單位：基隆市家長會長協會

- 貳、 專案計畫名稱：家庭教育—親職效能培養

參、推行服務計畫的原因、需要及理由：

一、現今社會發展多元，部分變遷歷程導致家庭社經地位與功能逐漸產生落差，更有高風險、低社經地位之單親、弱勢…等家庭在面臨工作不穩定或是生存壓力之下，對於管教孩子可能較傾向放任或疏忽，且因缺乏正確教養知識或學習之管道，在教養孩子上常會顯得力不從心，實務工作上經常可遇到家長和孩子溝通不良、親子衝突或家長無力管教等因素，日積月累影響到兒少身心發展狀況。

為增進家長及子女更能互相連結與瞭解，以及提供家庭自我充實與成長之機會，藉此提升父母教養知能、促進良好親子互動，本基金會計畫辦理親職教育講座暨成長團體活動，邀請專業諮商師、社會工作師以專題講座、成長團體活動及互動溝通方式培養親職技巧，促進親子間互動與學習，期望提升親子間之共同成長以及促進其身心健康。

二、親職教育觀認為父母本身必須是個心理健康者，才能教養出健全的子女。父母的職責在於幫助孩子培養以正確、負責與合於現實的方法去滿足需求之能力，同時也必須提供子女滿足心理需求的環境。為了達到這些目的，父母應具備此條件：父母對親職角色有正確的認同。依現實治療的觀點，父母的角色在於善盡以下三個任務：

1. 照顧孩子身體的發育和成長。
2. 給予孩子愛和歸屬感的滿足
3. 提供適當的成長環境，以利孩子發展成功的認同與健全的自我功能。

這三項任務是為人父母者所必須達成的，也可以說是父母的天職。父母若能認同自己的角色，便會把完成這些任務當作是自己的責任，不會企求子女回報，也不會藉此向子女邀功而造成子女的壓力。

父母在觀念上必須能瞭解，不論大人或小孩都有共同的心理需求。在能力上會運用正確、負責與合於現實的方法來滿足孩子的心理需求。溺愛孩子、放任或管教過於嚴厲，都不能使孩子學會運用正確的方法來滿足心理需求。現實療法認為：「我們從訓練中得到自尊，在愛中享受親密關係」。當子女在接受父母的訓練，以及在培養責任感時，才能感受到被愛與被尊重。自我責任感是本親職教育的重要論點，也是教養子女時不可忽略的重點。

三、為協助父母提升親職效能，本會結合學校與社區之力量，進入校園與社區中開辦父母親職效能團體，一同探討教養子女中之困擾，及尋求有效的解決方法與資源。以下將分享數位接受本會課程後之心得回饋（資料內容獲得作者本人同意後刊登於此）：

「謝謝學校與老師，以及這群家長一起共同成長的喜悅，這趟學習是美麗的成長旅程，很棒的分享與課程的氛圍，感恩每個付出的人。」

「從講師的講解中，我可以理解到，做父母的都沒有看見自己，這一點令我恍然大悟，教養上要修正的部分」

「每堂課都讓人可以內化、省思成為更好的父母，很棒的學習成長！和一群很棒的家長一同學習，也是互相鼓勵成長的喜樂。感恩每個人的付出！」

「這個課程越上會讓人漸漸看見自己的盲點，進而有空間調整自己，如此之下親子之間的互動，會有更多交流去協調訓練，父母與子女雙方就能就事論事溝通。」

四、基於上述理論及案例，本基金會擬辦理「家庭教育—親職效能培養」，幫助父母運用親職效能理論於日常親子互動中，除了認知學習，更重要的是必須學會如何使認知落實到生活行動中，以實際增進親子關係、並避免與解決親子衝突。

肆、專案計畫簡介：

一、計畫目的

- (一) 訓練父母有效的親職技巧，培養有責任感，自我管理，正向積極的孩子。
- (二) 培養有效溝通能力，增進親子關係。
- (三) 並避免與解決親子衝突。

二、計畫內容

(一) 活動內容

場地在 5 所學校(如附件一)，每校組一 15 人團體，團體每次 2 小時，每校共 4 次團體，8 小時。一年一梯次共 20 次團體，累積 40 小時，藉由專業親職教練講授專業課程，增進父母親職知能。

2、活動日期：107 年 3 月 1 日至 12 月 30 日

3、活動地點：基隆市中小學多媒體教室(會議室)

4、課程規劃：

次數	課程主題及內容	上課方式	講師
第一次	讓孩子與你更貼心	講課/小組討論/示範/角色扮演	李士達 親職教練
第二次	成為孩子的生命教練		
第三次	傾聽的柔軟力量		
第四次	有效的自我表露		

【備註】課程之安排，依講師實際配合時間調整變動場次、時段。

三、計畫對象和人數

1. 以基隆市國中小學在學學生之家長為主要對象申請服務。
2. 服務人數：共計 75 人，300 人次；

四、服務計畫的工作進度表

- (一) 計畫推行期：107 年 1 月至 107 年 12 月

(二) 計畫的時程表

	進度期程	一月	二月	三月	四月	五月	六月	七月	八月	九月	十月	十一月	十二月
親職效能團體	規劃	V	V					V	V				
	執行			V	V	V	V			V	V	V	V
	結案							V					V

(三) 預計時間表

3~6月

開課日期

第一次課 4/21, 4/28, 5/5, 5/12, 5/19

第二次課 5/26, 6/2, 6/9, 6/16, 6/23

開課時間 周六 10:00~12:00

9~11月

開課日期

第三次課 另行公佈

第四次課 另行公佈

開課時間 周六 10:00~12:00

五、資源投入

預算項目：由瑪倉文教基金會負責計畫內預算

其他投入資源募集方式

1. 人力：(1) 課程講師：李士達老師擔任師資。
2. 物資：(1) 設施設備：借用研習活動場地及相關視聽器材與設備。

伍、專案計劃預期效益

一、服務輸出量：參與講座課程者可達預期參與人數的 80%。

二、參與者滿意度調查：

(一) 透過回饋問卷，有 80% 以上的參與者瞭解研習課程目的且是持滿意態度。

(二) 80% 參與者覺得活動內容有助於提升親職效能與親子關係。

陸、專案評估指標與評估方法

評估項目	評估指標	評估方法	評估工具
服務過程評估	相關資料建置為書面的成果報告	書面成果到告	書面成果報告
品質自我評估	參與者對於研習課程的滿意度	參與者填寫問卷	滿意度調查表
成效評估	參與者參加課程後的認知改變	參與者填寫問卷	滿意度調查表

附件一：

預計時間表及學校場地：

次數	課程主題	港西國小	東光國小	長興國小	暖江國小	和平國小
第一次	讓孩子與你更貼心	4/21	4/28	5/5	5/12	5/19
第二次	成為孩子的生命教練	5/26	6/2	6/30	6/9	6/23
第三次	傾聽的柔軟力量	另行公佈	另行公佈	另行公佈	另行公佈	另行公佈
第四次	有效的自我表露	另行公佈	另行公佈	另行公佈	另行公佈	另行公佈

【備註】課程之安排，依講師實際配合時間調整變動場次、時段。