

國立岡山高中 110-2 親職教育團體計畫

一、依據：110 學年度補助高級中等學校推動家庭教育暨親職教育工作實施計畫

二、團體名稱：當孩子的生命領航員~陪孩子遇見美好的自己，阿德勒取向父母成長團體

三、團體目標：

(一)增進成員對阿德勒親職教育理念之了解，擴展親職教育多元觀點。

(二)提供成員關於親職教育問題討論空間與情緒支持。

(三)透過團體促進成員覺察目前之親職角色定位與困境。

(四)透過團體提供成員阿德勒導向親職教育相關資源及策略參考。

四、團體性質：封閉式團體

五、領導者/偕同領導者：周美玲老師(高雄市大灣國中輔導教師)/陳閔華老師

六、團體觀察員及紀錄者：蔡欣穎老師。

七、團體對象：有意願參與之本校學生家長

八、報名方式：線上報名，若報名人數超過 12 人將根據可出席程度、欲參與之原因等進行篩選。

九、團體時間：3/5(六)9:00~12:00；3/12(六)9:00~12:00；3/19(六)9:00~12:00；
3/26(六)9:00~12:00，共 4 周，總計 12 小時。

十、活動地點：本校團體諮商室

十一、效果回饋：於團體最後讓成員填寫回饋表。

十二、經費來源：

編號	經費項目	單價	數量	總價	說明	經費來源
1	講師鐘點費	800	12	9600	心理師鐘點費 800 元/小時	110 學年度補助高級中等學校推動家庭教育暨親職教育工作實施計畫
2	補充保費	203	1	203	$9600 \times 0.0211 = 202.56$	
3	雜支	2000	1	2000	辦理團體所需耗材、文具用品。	



十三、 團體歷程表(暫定)

次數	單元名稱	單元目標	活動內容
1	好久不見我自己	1. 說明團體目的、進行方式，建立團體規範。 2. 成員認識彼此，凝聚團體共識。 3. 成員初步了解阿德勒取向之親職教育觀點。 4. 成員從早期回憶覺察生命風格。 5. 成員透過分享練習優勢評估與鼓勵，提升成員溝通表達能力。	1. 相見歡 2. 名字的故事 3. 心情溫度計 4. 生命之河 5. 往日時光 6. 認識你真好
2	我與孩子的距離	1. 引導成員覺察目前生活型態。 2. 引導成員評估目前親子關係，覺察家庭氣氛對孩子的影響。 3. 引導成員探索親職教養價值觀。 4. 引導成員練習人際溝通技巧，【我訊息】及【反映式傾聽】。	1. 典型的一天 2. 世上唯一的問卷 3. 親職卡體驗 4. 溝通宅急便
3	其實你不懂我的心	1. 成員複習及運用[我訊息][反映式傾聽][優勢鼓勵]。 2. 引導成員了解孩子的行為目的與內在需求，調整合宜的親子教養方式。 3. 引導成員探討 12 項溝通阻礙，調整合宜的人際模式。 4. 引導成員探索生命態度, 促進成員之自我覺察，提升正向信念。	1. 紅花卡體驗 2. 解讀孩子行為密碼 3. 溝通有愛無礙 4. 你好我也好
4	陪孩子遇見美好的自己	1. 引導成員探討《處罰、讚美》&《鼓勵》。 2. 引導成員理解並運用《自然結果》&《邏輯結果》，《4C 教養法則》。 3. 引導成員回顧與統整團體歷程，彼此祝福。	1. 我們這一家 2. 勇敢前行 3. 改變的力量