

新竹市教育會辦理「教出好孩子！談兒童情緒及正向教養」研習活動
成果報告表

活動名稱	「教出好孩子！談兒童情緒及正向教養」研習活動		
舉辦日期	民國 108 年 6 月 5 日(星期三下午 1:10~4:10)		
舉辦地點	新竹市立育賢國民中學會議室		
主辦單位	新竹市教育會		
協辦單位	新竹市立育賢國民中學	參加校數	11 所
主持人	講師吳怡璇	參加人數	13 人
活動內容	<p>本研習著眼於提升公教同仁親職教育，協助同仁減輕教養幼兒園以下階段子女的焦慮、瞭解幼童情緒欠佳可能原因，並透過講師分享正向教養的實例，以增進家長養兒育女技巧。</p>		
概述	<ol style="list-style-type: none"> 1. 相見歡：講師自我介紹經歷及家庭成員概況，並調查參訓同仁子女年齡及人數。 2. 課程重點：從孩童的大腦構造切入，解釋為何兒童情緒管理欠佳的生理原因，再從兒童語言表達言不及義的緣由，提出心理動能的發展歷程，又談孩子的情緒九大氣質，讓同仁能分析自身以及孩子的屬性，並從個人特質中培養正確情緒管理能力，希望能藉由「察覺」→「轉念」→「行動」三步驟切入正向教養核心，拒絕無效教養引發親子關係危機。 3. 課程總結：我們求學過程中沒有專門教授情緒管理的課程，但 EQ 是成功條件不可或缺的重要因素，不論是成人或小孩都應該從生活情緒「練功」，更是家庭教育親密連結的必修課。 4. 課程亮點：講師推薦符合主題的繪本，鼓勵親子共讀，透過繪本有利 		

	<p>孩童將抽象的情緒透過語言表達舒解，讓情緒有出口後就能免除肢體上的衝突危機，並分享用打氣筒打氣球、吹手套來深呼吸的小技巧，讓處於生氣情緒中的人能透過宣洩轉移歷程，復以平靜的心態來溝通，使參訓同仁受益良多。</p>
檢討	<ol style="list-style-type: none">1. 講師準備簡報太豐富，無法掌握於 3 小時課程時間內將內容講述完，檢討加強課程進度之掌握。2. 場地網路連線訊號不佳，致影片教材播放不順暢，檢討應於課前檢視網路訊號。

註：本表格請自行影印使用。

新竹市教育會辦理 108 年度
辦理「教出好孩子！談兒童情緒及正向教養」研習活動
成果照片

研習地點：新竹市立育賢國民中學會議室

研習時間：108 年 6 月 5 日(星期三下午 1:10~4:10)

研習對象：新竹市教育會會員及新竹市政府所屬學校教職員工

成果照片：

<p style="text-align: center;">照片 1</p> 	<p style="text-align: center;">照片 2</p> 
<p style="text-align: center;">說明 1：講座自我簡介</p>	<p style="text-align: center;">說明 2：課程內容要點分析</p>
<p style="text-align: center;">照片 3</p>	<p style="text-align: center;">照片 4</p>
	
<p style="text-align: center;">說明 3：解說大腦結構與情緒關係</p>	<p style="text-align: center;">說明 4：孩子大腦分工與感受</p>
<p style="text-align: center;">照片 5</p>	<p style="text-align: center;">照片 6</p>
	
<p style="text-align: center;">說明 5：解說心理動能的發展歷程</p>	<p style="text-align: center;">說明 6：講師分享自身教養經驗</p>

照片 7



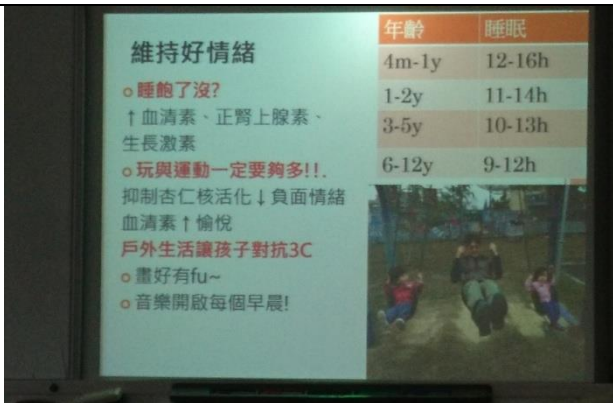
說明 7：說明大人情緒管理的重要性

照片 8



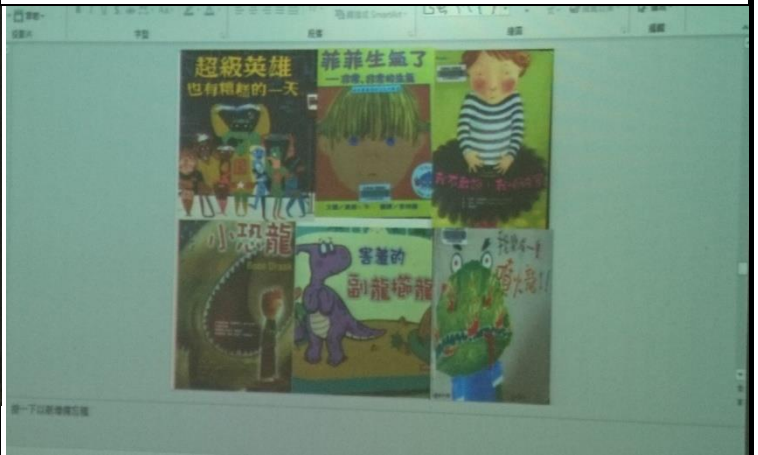
說明 8：紓解負面情緒的做法

照片 9



說明 9：維持好情緒的關鍵

照片 10



說明 10：推薦優良繪本鼓勵共讀