

臺中市立黎明國民中學

SEL家長成長團體活動參與意願調查表

親愛的家長您好：

為推廣社會情緒學習（SEL），協助家長提升情緒覺察、表達與調節能力，本校輔導室特別邀請情緒教育專家辦理家長成長團體活動。誠摯邀請您暫時放下忙碌的日常，透過互動與分享，學習讀懂孩子行為背後的訊息，建立更緊密的親子連結。



活動主題

你的孩子不是你的孩子

——讀出複雜情緒背後的訊號

講師介紹

劉漢民 老師

逢甲大學兼任講師，長期投入情緒教育、溝通表達與自我成長課程，擅長透過故事與互動，引導學員進行情緒覺察與關係反思，課程深受學生與家長肯定。



活動內容

- 1 認識情緒與自我覺察：發現情緒的深層意義。
- 2 理解行為背後的需求與訊號：看見孩子「說不出口」的話。
- 3 學習情緒調節與正向表達：掌握穩定情緒的關鍵技巧。
- 4 建立情緒安全感：營造高品質的良好親子互動。

活動資訊

- 承辦單位：輔導室
- 活動日期：115年6月27日（星期六）
- 活動地點：本校會議室（視人數調整，另行通知）
- 場次時間：（兩場內容相同，請擇一參加）
 - ☀ 上午場 09：00—12：05
 - 🌙 下午場 13：00—16：05
- 參加對象：本校七、八年級家長。
- 錄取人數：每場限額30人（若報名人數超過名額，將進行抽籤錄取）。

報名須知

- 1 活動過程將進行拍攝與紀錄，相關照片將作為學校官方文宣及成果報告使用，敬請同意後再行報名參加。
- 2 錄取名單將於115年6月12日（星期五）前另行分發錄取通知單，並透過學生轉發。不另行公告未錄取者，尚祈見諒。
- 3 繳回期限：請於115年6月3日（星期三）17：00放學前，將回條繳回輔導室。
- 4 聯絡窗口：如有疑問，請洽輔導室 04-22510983 分機740 輔導主任。



輔導室將分發紙本回條，
歡迎有意願的家長報名參加！
您的參與，是孩子成長路上最溫暖的力量！

