**1-2嘉義市特色親職教育計畫**

**1-2-5單（失）親家庭教育團體課程**

一、課程內容：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 場次 | 辦理日期 | 時間 | 課程/活動名稱 | 活動時間 | 活動內容 |
| 1 | 5月2日(星期六) | 9:00-12:00 | 相見歡 | 3小時 | 1.團體說明、自訂團體規範  2.團康活動：認識伙伴  3.自我介紹/對團體的期許  4.自我探索曼陀羅：你愛你自己嗎?  5..回饋 |
| 2 | 5月9日(星期六) | 9:00-12:00 | 看看我/聽聽我 | 3小時 | 1.回顧上週活動/說明本次團體活動  2.一週心情回顧：曼陀羅彩繪  3.專注傾聽體驗/傾聽技巧討論  4.我訊息~演練、討論  5.回饋 |
| 3 | 5月16日(星期六) | 9:00-12:00 | 心情誰人知 | 3小時 | 1.回顧上週活動/說明本次團體活動  2.一週心情回顧：曼陀羅彩繪  3.表達情緒：生命之畫  4.別人在我生命中插上一腳~自己的生命故事  5.情緒關鍵詞/感受卡  6.回饋 |
| 4 | 5月23日(星期六) | 9:00-12:00 | 自我的價值 | 3小時 | 1.回顧上週活動/說明本次團體活動  2.一週心情回顧：曼陀羅彩繪  3.價值拍賣會  4.現實我、社會我、理想我  5.自我肯定量表  6.回饋 |
| 5 | 5月30日(星期六) | 9:00-12:00 | 化心魔為力量 | 3小時 | 1.回顧上週活動/說明本次團體活動  2.一週心情回顧：曼陀羅彩繪  3.畫出自己的生命線：回顧生命史  4.「我最好」學習單/討論如何解決生命中的困境。  5.回饋 |
| 6 | 6月6日(星期六) | 9:00-12:00 | 一路上有你 | 3小時 | 1.回顧上週活動/說明本次團體活動  2.一週心情回顧：曼陀羅彩繪  3.登上寶座~接受讚美與回饋  4.幻遊：回顧前五次團體內容  5.回饋單  6.整體回饋/珍重再見 |

二、講師/帶領人學經歷簡介：林玉英老師

A.學歷

1.研究所:嘉義大學輔導與諮商學系

(104年8月-105年7月於南科實中完成全職諮商心理師實習)

2.大學：南台科大幼兒保育系

B.經歷

機構名稱 課程名稱 任職期間 時數 職稱

曾文家商 即興劇社團 107年9月-108年6月 28H 社團老師

南科實中 自我照顧團體 105年5-6月 8H 領導者

南科實中 父母效能成長團體 105年3-5月 16H 領導者

南科實中 情緒探索團體 104年10-12月 16H 領導者

曾文家商 表達性藝術團體 104年3月-6月 15H 領導者

綠川學會 禪繞畫團體 104年1月 8H 領導者

曾文家商 心橋社社團 103年9月-104年6月 28H 社團老師

綠川學會 曼陀羅彩繪團體 102年8-12月 24H 領導者

大台南生命線 志工 101年-105年 536H 電話訪談員

大灣國小 父母效能團體 100年9-12月 20H 協同領導者

台南北區家扶中心 寄養家庭 89年10月-106年2月 16年 寄養媽媽

曾文家商 即興劇社團 107年9月-108年6月 28H 社團老師

南科實中 自我照顧團體 105年5-6月 8H 領導者

南科實中 父母效能成長團體 105年3-5月 16H 領導者

南科實中 情緒探索團體 104年10-12月 16H 領導者

曾文家商 表達性藝術團體 104年3月-6月 15H 領導者

綠川學會 禪繞畫團體 104年1月 8H 領導者

曾文家商 心橋社社團 103年9月-104年6月 28H 社團老師

綠川學會 曼陀羅彩繪團體 102年8-12月 24H 領導者

大台南生命線 志工 101年-105年 536H 電話訪談員

大灣國小 父母效能團體 100年9-12月 20H 協同領導者

台南北區家扶中心 寄養家庭 89年10月-106年2月 16年 寄養媽媽

三、預期效益：

（一）6次團體課程，預計20人次參與。

（二）成員面臨婚姻與家庭改變時，協助成員更深一層了解自己，如何從改變中重新找到力量，再出發。

（三）透過團體協助成員覺察與體驗自己內在的情緒，進而學習管理自己的情緒。