

新北市福連國小 112 學年度第二學期家庭教育活動

新北市家庭教育輔導團蕭人龍老師為福連國小師生送來幸福秘笈

日期：2024 年 4 月 25 日



目標：

- 一、提升親子溝通能力：是幫助家長和孩子學習並應用有效的溝通技巧，促進彼此間的理解和信任。通過學習如何進行積極傾聽、清晰表達和建設性對話，家庭成員能夠更好地解決衝突和增進情感聯繫，從而建立和諧的家庭環境。
- 二、加強跨世代教育的理解和實踐：是促進不同世代之間的相互尊重和理解。家長和祖父母學會如何在教育孩子時協調一致，並尊重彼此的觀點。

和方法，從而減少因教育理念不同而引發的家庭矛盾。同時，孩子也能夠學會理解和尊重長輩的價值觀和經驗。

三、提供失親教育的支持和資源：是為失去親人的家庭提供情感支持和應對策略。通過學習失親教育的相關知識，家長和孩子能夠更好地理解並處理失親帶來的情感和心理挑戰，並獲得必要的支持和資源，從而幫助家庭度過困難時期，重建正常生活。

活動過程：



2024 年 4 月 25 日— 春日裡的校園百合花綻放，今日福連國小邀請到了汐止東山國小的蕭人龍老師，為師生們帶來了一場「新北築家好幸福家庭 123 宣導」講座。題目為「溝通紓壓 互動有愛」。



一開始，蕭人龍老師以幽默風趣的方式開場介紹自己，並將新北市家庭教育中心的服務項目簡介給福連國小的師生認識。



活動中，他針對「溝通紓壓 互動有愛」這一主題，為大家提供了實用的技巧和方法。親子之間、師生之間的溝通技巧，表達方式，如，"我訊息"的使用，在溝通的過程讓對方夠了解自己的想法，也透過通的過程覺察自我在溝通時的模樣，同時也介紹"愛的五種語言(Five Love Language)"一書供大家參考；另外，當面對壓力時我們可以適時地用一些方法來紓壓與調適自己的心情，這些方法與技巧在蕭老師風趣談諧的講解下變得淺顯易懂。



整個宣講活動不僅內容豐富，更是互動十足。師生們踴躍發問，蕭老師也以其獨到的見解一一解答，現場笑聲不斷。希望透過這樣的活動，能夠讓更多的師生了解溝通的重要，培養出更加健康、和諧的家庭與校園氛圍。



[#福連國小辦學很用心心動就讀專線 24991194 外縣市加 106](#)

[#感謝新北市家庭教育中心及家庭教育輔導團辦理家庭教育宣講活動](#)

[#好的溝通對話讓親子感情加溫喔](#)

[#青春發言人的親子溝通實在令人感動呢](#)

<https://www.youtube.com/watch?v=BznWwV0JKXM>

[#你接住了對方的情緒與感受了嗎](#)