

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。