

臺中市 115 年度「友善校園」學生事務與輔導工作

家長自殺防治守門人暨家長生命教育增能活動實施計畫

一、依據

- (一)教育部國民及學前教育署 115 年度「友善校園」學生事務與輔導工作計畫。
- (二)臺中市 115 年度「友善校園」學生事務與輔導工作計畫。

二、辦理單位

- (一)指導單位：教育部國民及學前教育署。
- (二)主辦單位：臺中市政府教育局。
- (三)承辦單位：臺中市西屯區大仁國民小學。

三、計畫目標

- (一)提升家長自殺防治意識：增進家長對青少年自殺防治的重要性之認知，理解其成因與危險徵兆，強化預防觀念。
- (二)培養家長守門人能力：協助家長掌握「辨識、關懷、轉介」的三步驟，成為孩子生命安全的第一道守護網。
- (三)增進親子溝通技巧：透過課程學習正向溝通與情緒理解，提升家長與子女間的互動品質，減少衝突與隔閡。
- (四)促進家長自我成長：鼓勵家長自我探索、覺察壓力來源與情緒管理方式，培養健康心態以陪伴孩子成長。
- (五)建構友善支持系統：透過學校與家長共同合作，串聯社區、輔導資源，形塑互助共享的支持網絡，打造溫暖的生命教育環境。

四、參加對象：

- (一)本市有意願參加研習之國中小家長皆可報名參加（以中輟生家庭、隔代教養家庭、新住民家庭、單親家庭、原住民家庭等為優先對象）。
- (二)本市各國民中、小學志工，請各校遴薦對「生命教育及學生自傷防治工作」具備輔導熱忱之志工。
- (三)如教師具家長身分並有意參加，請核予公假，惟課務需自行調整。
- (四)錄取名額 60 名，額滿為止。

五、活動日期：115 年 3 月 17 日(星期二) 8:30-12:30。

六、活動地點：臺中市西屯區大仁國民小學 A 棟視聽教室

地址：臺中市西屯區重慶路 200 號，聯絡人：林妤柔主任

電話：(04) 23134545#6740，FAX：(04)23148534

Email：sorrowful1106@yahoo.com.tw

七、課程內容：

- (一)課程主題：青春不「傷痛」～談青少年自殺防治與協助自我成長
- (二)課程說明：
 1. 本課程以青少年常見的心理困境與生命挑戰為核心，說明青少年在面對課業、人際、家庭壓力時，可能出現的挫折反應與自傷傾向。
 2. 講師將引導家長認識自殺高風險的警訊（如情緒低落、孤立退縮、言語暗示），並

介紹有效的協助方法。

3. 課程將透過案例分享與實務演練，讓家長熟悉 守門人三步驟：辨識、傾聽與陪伴、專業轉介。
4. 特別強調 家長自我成長，提醒父母在陪伴孩子的同時，也要照顧好自己的情緒與壓力，藉此提升家庭的正向氛圍。
5. 本課程兼具理論與實務，除專業知識外，亦結合小組討論與經驗交流，讓家長能帶著可立即實踐的技巧回到家庭中，成為孩子生命的守護者。

八、講師介紹：王智誼 諮商心理師

九、報名方式：

(一)截止日期：115 年 3 月 14 日(星期六)下午 5 時前。

(二)請至 google 表格進行報名，研習確定錄取者，將會以電子郵件通知。

報名網址：<https://forms.gle/jyGyxxgDGdse6zFi6>

因場地限制以錄取 80 名家長為原則，如尚有名額將依報名順序備取通知報名家長。

(三)請於報名截止日前追蹤是否報名完成。

十、其他事項

(一)校內停車場地有限(請由學校側門寧夏西一街進入依序停放於籃球場)，建議共乘或搭乘大眾交通運輸工具。

(二)為響應環保，參加人員請自備環保水杯與餐具。

十一、辦理本計畫工作人員依臺中市立國民中小學及幼兒園教育人員獎勵要點核予敘獎。

十二、預期效益：建立本市生命教育及校園學生憂鬱與自我傷害三級預防種子志工人才庫。

十三、本計畫經費由教育部國民及學前教育署及臺中市政府教育局專款補助。

十四、本計畫陳報臺中市政府教育局及教育部國民及學前教育署核定後實施，修正時亦同。