



時間:4/9(三) 9:00-12:00

地點:木柵國小

打造孩子愛的合作社!

爸媽不暴走，孩子正成長



現代婦女基金會

陳嘉鴻 社工



時間:4/12 9:00-12:00

地點:木柵國小

---

# 如何避免網路成癮 與孩子擁有信任親 密的關係



**避免網路成癮，陪孩子找回真實的快樂！  
你是否擔心孩子沉迷於網路世界，忽略了  
家庭、學習與健康？  
現代科技雖然帶來便利，但過度依賴3C產  
品，可能導致專注力下降、情緒不穩，甚  
至影響親子關係！**

- 一、網路成癮的影響層面
- 二、為何會上癮
- 三、協助孩子安全使用3c
- 四、不玩手機可以做什麼？

## 講師:陳乃綾

台北市實踐大學家庭研究與諮商輔導所畢  
【現任】

沐居心理諮商所所長

台北市心理衛生中心合作講師、企業講師

台北市衛生局自殺防治認證講師

長期照護居家心理復能服務長照心理師

### 【經歷】

台北市生命線諮商心理師

中崙諮商中心兼職、全職實習、諮商心理師

衛生福利部自殺防治安心專線線上督導

台北市國中輔導老師;大學兼任心理師

愛長照專欄作家/諮商心理師、親密之旅帶領人

初階訓練、日間照顧中心諮商心理師



時間:5月3日 9:00-11:00

地點:木柵國小

---

性別教育從何教起？

如何與孩子談論身體  
界線與身體自主權？



**性別教育從何教起？陪孩子學會尊重與保護自己！**

**每個人對於身體界線的感受都不同，如何讓孩子理解並守護自己的界線，是性別教育的重要課題！讓孩子學會表達界線、尊重他人、勇敢說「不」，從小建立自信與自我保護能力！**

◆ 什麼是身體界線？

你可以接受身邊的人靠自己多近呢？

◆ 身體界線除了身體接觸，還包含哪些？

◆ 每個人所感受到的身體距離都相同嗎？

## 講師:唐愛果

學歷:實踐大學家庭諮商與輔導碩士班 畢

經歷:

島語心理諮商所 諮商心理師;

予諾心理諮商所 合作心理師;

實踐大學 家庭研究與兒童發展學系兼任講師;

臺北市諮商心理師公會健康講座講師;

北市及新北市公私立高級中學個別諮商輔導老師



時間:5月17日 9:00-12:00

地點:木柵國小

---

# 如何提升孩子的人際能力



孩子人際困擾多？培養人際力，讓他自信交朋友！

你是否發現孩子害羞不敢開口、不知道如何與同學相處，甚至容易與朋友發生爭執？人際關係影響孩子的成長與未來，從小培養人際力，讓孩子更自信、更快樂！

- 一、人際能力包括那些？
- 二、常見的人際困擾
- 三、找到孩子的人際絆腳石
- 四、提升孩子的人際力

## 講師:呂俐安

台灣大學心理學研究所碩士


經歷 台北市聯合醫院婦幼院區臨床心理師

台北榮總精神部臨床心理師

現任芯福里情緒教育推廣協會

專長為兒童心理衡鑑與治療、特殊需求兒童及青少年的心理評估與治療、親職教育、成人心理治療、兒童與青少年情緒行為問題處理





歡迎報名