

**新北市立文山國中
親職教育講座**

2024年11月22日 (五)
晚間 19:00 至 21:00

如何培養孩子學習自控力

- ☀ 學習動機為何消失？
- ☀ 時間管理如何培養？
- ☀ 升學準備該如何進行？
- ☀ 家長陪伴具體策略分享

趙逸帆
親子天下專欄作家
教育、輔導、親職的教育工作者

本講座優先錄取本校家長，並開放新店區其它國中與國小高年級家長報名，額滿即止



摘錄幾則家長們的回饋：

- 1、 感謝校方邀請講師分享，內容貼切有幫助，希望學校可以多點這類主題線上講座。
- 2、 家長自己要穩住是如此重要，愛他和理解他，多給予肯定和支持。謝謝文山國中安排的講座。
- 3、 不分心的五感策略和心流的分享很受用。
- 4、 謝謝主講人今天的分享。有關提升孩子學習目標的部分特別有感。孩子在日常考試上出現非常粗心的現象，提醒我要先去找粗心的原因或壓力，協助孩子找出解決的方法。
- 5、 四招王牌提升學習策略值得試試，讓學習像玩電玩一樣吸引人。很棒！
- 6、 除了課業，多元生活探索也很重要，父母以軍師的角色陪伴，讓學習變得跟玩電玩一樣有趣。
- 7、 國中的孩子處於轉換期間，和小孩的頻率要相同才能與他有溝通的橋樑。要培養孩子內在自控力這才是可以跟著他的能力。
- 8、 藉此講座了解如何藉由各種策略增進孩子的專注力、自控力，尤其更重要的是情緒的察覺梳理的重要。
- 9、 讓家長更加瞭解國小與國中孩子兩階段的差異，讓家長更清楚如何陪伴孩子學習與成長，謝謝講師精彩的分享。
- 10、 瞭解讓孩子對學習具體策略(有趣、有感、有伴、有挑戰)，加強穩定孩子的心理安全感，陪孩子成長。