

# 兒少悲傷與復原的 生命教育課

## 報名簡章

兒少在生活中會遇到不同的失落事件，如：課業壓力、人際交友、感情議題、父母離婚、寵物或親友死亡等，兒少該如何面對失落事件帶來的挫折與悲傷情緒？如何調適生活的衝擊與變化？

兒福聯盟期待透過課程的提供，增強兒少自我照顧與悲傷復原的方法，提升教師及家長關心與陪伴孩子的能力，使兒少能有更好的生活適應。



### 教師

#### 培養兒少失落挫折的 悲傷復原力



對象：國小教師  
時間：90分鐘

- 認識失落事件對兒少造成的身心影響
- 情緒教育與情緒調節
- 悲傷輔導技巧

#### 「是誰綁架了我的太空船」 兒少悲傷與復原線上教材 認識與運用



對象：國小教師  
時間：90分鐘

- 認識失落事件對兒少造成的身心影響
- 「是誰綁架了我的太空船」兒少悲傷與復原線上教材認識與運用

### 學生

#### 我是自己情緒的主人



對象：國小3~6年級  
時間：40分鐘

- 認識失落與情緒
- 學習情緒調節與尋求資源的方法
- 學習關心別人的方法

#### 面對失落挫折的EQ練習課



對象：國小4~6年級  
時間：每堂40分鐘，  
共計四堂

- 認識失落與情緒
- 學習情緒調節與尋求資源的方法
- 整理失落經驗、學習悲傷復原方法
- 討論死亡與葬禮議題



課程特色  
操作「我的畫冊」兒少悲傷復原教材

### 家長

#### 培養兒少失落挫折的悲傷復原力~ 爸媽陪伴與溝通技巧



對象：國小學生家長  
時間：90分鐘

- 認識失落事件對兒少造成的身心影響
- 情緒教育與情緒調節
- 爸媽陪伴及溝通技巧
- 親師溝通

## 報名資訊

課程費用：免費

辦理時間：112年02月至11月

報名時間：即日起至各場次額滿為止

(以報名順序優先登記)

報名方式：請填寫線上表單報名

<https://pse.is/4n46da>

聯絡方式：(04) 2202-5399 # 404 李佩穎社工



報名表單與課程資訊