

桃園市立中壢商業高級中等學校 115 學年度親職教育座談會邀請函

親愛的家長：

為使家長瞭解本校概況，謹訂於 115 年 9 月 19 日（星期六）上午舉行親職教育座談會，誠摯地邀請您來參加，您的出席，是給予本校最好的鼓勵與支持，更是對貴子弟教育的關心與重視。敬請您務必撥冗參加，不吝賜教，和我們共同關懷貴子弟的學習與成長。活動內容及時間分配如下：

敬 祝 閤家平安

校 長 鄒 岳 廷
家長會長 陳 雅 雯 敬邀
115 年 9 月 1 日

時間		活動內容	地點	主持(講)人
8：00-8：10		家長報到	游藝館	
8：10-8：40		校務工作報告		校長鄒岳廷
8：40-10：20		專題講座： 《聽懂青春期的沉默》 從情緒風暴到親子溝通， 陪孩子走過不容易的青春期		游欣穎心理師 心途心理諮商所 所長
10：20-10：30		家長移動時間		
非綜高一班級	10：30-12：00	親師座談	各班教室	各班導師
綜高一	10：30-10：45	綜高一：綜高課程介紹	第一會議室	教務主任黃聖琪
	10：45-11：00	學校課程說明	各班教室	課程諮詢教師
	11：00-12：00	親師座談		各班導師

✂-----沿虛線剪下交回-----

家 長 回 條

學生姓名		班級座號	
家長簽名		家長手機	

- ☐ 皆參加：校務報告、專題講座及親師座談
☐ 僅參加：校務報告、專題講座
☐ 僅參加：親師座談會
☐ 不克參加

本回條請於 9 月 9 日(星期三)前，交貴子弟攜回學校給各班導師

備註：

1. 家長出席之學生將給予適當嘉獎，以茲鼓勵。
2. 座談會當日因車位有限故不開放校內汽車停車，請儘量搭乘大眾交通工具，或停放於光明公園、新明國小等收費停車場。
3. 僅提供大門側邊機車停車棚停放機車(數量有限)，敬請自備環保杯。
4. 當日舉辦家長會愛心捐款活動，開立之收據可抵當年度公司費用或個人綜所稅，歡迎共襄盛舉。(家長會捐款帳戶資料:第一銀行代號: 007 西壠分行，帳號: 282-10-085600，戶名: 桃園市立中壠商業高級中等學校學生家長會)

講座訊息：

《聽懂青春期的沉默》從情緒風暴到親子溝通，陪孩子走過不容易的青春

孩子進入青春期後，是否開始變得不愛說話、關上房門，或者像一隻豎起刺的刺蝟，一開口就容易和父母起衝突？面對孩子的情緒與改變，父母有時會在擔心、焦慮與無力之間來回拉扯。

本講座將從青春期的心理發展出發，帶家長理解孩子沉默、情緒與行為背後的需要，認識親子溝通中常見的落差與衝突循環。同時陪伴家長覺察自己的情緒，學習在孩子的情緒風暴中先穩住自己，並透過具體、生活化的溝通方式，找到不追、不逼，也能與孩子保持連結的方法。

希望讓家長帶著更多理解與餘裕，陪伴孩子走過這段正在長大的路。



講座提問單
(歡迎向心理師提問)

給家長的一封信：

非常感謝家長對壠商的信任與支持，讓您的孩子成為壠商大家庭的一份子，我們與您有共同的心情，希望孩子在這裡能快樂學習、健康成長。

我們知道教育孩子是一項辛苦又甜蜜的負荷，需要各位家長與學校教師同心協力、積極配合，讓我們在孩子的身上，看到明日的希望。

在此壠商家長會誠摯邀請各位家長於115年9月19日(星期六)，一同參與「親職教育座談會」。期望藉由親師溝通達成共識，為孩子們打造一個優質的學習園地，激勵孩子適性學習與發展。

桃園市立中壠商業高級中等學校學生家長會 誠摯歡迎您～



中壠高商 粉絲專頁

分享最新學校活動資訊與記錄、剪影，歡迎您成為粉絲，為學校按讚支持與鼓勵！



中壠高商 學校網頁

關心學校與孩子學習，歡迎點閱學校網站，即時掌握最新學校活動動態與資訊。



中壠高商 家長會之友

家長會之友 Line 群，歡迎加入，即時了解學校相關資訊。