2017年藝術統合親子共學親子營

日期：暑期（七月、八月、九月）：七月六日起連續開營

四天活動規劃:

活動宗旨：促進親子關係，幫助小孩統合發展感覺、認知、情緒、心理韌性，在親子互動中，提升親職能力。

人數：十組家庭，以國小生為主。國中生也可以參加。

時數：時間一共是4天，每天為6小時

【參加之親子贈送50分鐘之免費諮商（採預約制），半年內有效使用】

第一天：

活動目的：提升團隊默契，打破陌生感，反向思考(心理韌性)，

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 時間 | 內容 | 活動目的 | 人與物品 | 場地/附註 |
| 8:30~9:00 | 報到 |  |  |  |
| 9:00~9:30 | 相見歡 |  |  |  |
| 9:30~10:00 | 破冰遊戲 | 簡單，安全地認識彼此 |  |  |
| 10:00~10:30 | 活動契約與分工  這四天需要大家遵守的部分。  與每天的活動分工 | 形成團隊默契，  當有貢獻的時候，會提升歸屬感 |  |  |
| 10:30~12:00 | 圖卡故事接龍 | 發揮小孩想像力，從中聽到小孩與成人潛意識的言語 |  |  |
| 12:00~13:30 | 午休時間 |  |  |  |
| 13:30~14:50 | 心靈拼貼 |  |  |  |
| 14:50~15:10 | 休息時間 |  |  |  |
| 15:10~16:30 | 親子活動：鼓勵與差別  聽看看鼓勵與讚美的差別 |  |  |  |
| 16:30~17:00 | 總結  活動回想：  告訴你旁邊的人你觀察到他做得好的三件事 |  |  |  |

第二天：

活動目的：探索社會支援(心理韌性)，下午會親子分開進行

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 時間 | 內容 | | 活動目的 | 人與物品 | 附註 |
| 8:30~9:00 | 報到 | |  |  |  |
| 9:00~9:30 | 暖身活動 | |  |  | 健身操 |
| 9:30~10:00 | 畫家庭活動圖 | | 了解小孩觀察力 |  |  |
| 10:10~10:20 | 休息 | |  |  |  |
| 10:20~11:00 | 戲偶敘事 | |  |  |  |
| 11:00~11:10 | 休息 | |  |  |  |
| 11:10 ~12:00 | 心理韌性（親子體驗活動課）  「復原力：社會支持、正向思考」 | | 開發心理韌性 |  |  |
| 12:00~13:30 | 午休時間 | |  |  |  |
| 13:30~14:50正向教養 | 家長活動  我的管教方式： | 小朋友：  感覺統合活動 |  |  |  |
| 14:50~15:10 | 休息時間（下午茶） | |  |  |  |
| 15:10~16:30 | 家長活動   1. 掌中腦（3-5分） 2. 能力巨人 3. 糾正前先連結 | 小朋友：  感覺統合活動 |  |  |  |
| 16:30~17:00 | 大人跟小孩分享今天的心得：(傾聽)  只聽不說，聽了簡單回應，聽了摘要重點，聽了說出感受，練習啟發式問句 | | 練習同理心，並做一天總結 |  |  |

第三天：

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 時間 | 內容 | | 活動目的 | 人與物品 | 附註 |
| 08:30~9:00 | 報到 | |  |  |  |
| 09:00~9:30 | 暖身活動：  看卡片說自己的故事 | | 反應自己內心的想法 |  |  |
| 09:30~10:20 | 親子溝通角色扮演（+卡牌） | |  |  |  |
| 10:20~10:30 | 休息 | |  |  |  |
| 10:30~12:00 | 上方卡（動物）  1小時  分組  （搭配音樂治療：在森林裏跳舞） | | 了解大人小孩的個性  （自然系音樂、喚醒海馬迴） |  |  |
| 12:00~13:30 | 午休時間 | |  |  |  |
| 13:30~14:50 | 家長：   1. 照我說的作-談鏡像神經元 2. 我愛你，但不能答應你   「家長說：我需要你的擁抱」 | 小孩：  送給爸爸媽媽的禮物 |  |  |  |
| 14:50~15:10 | 休息時間 | |  |  |  |
| 15:10~16:30 | 家長幫助家長： | 小孩：錄影 | 家長：透過團體的力量，相互支持並給予力量 |  |  |
| 16:30~17:00 | 大人跟小孩分享今天的心得：(傾聽)  只聽不說，聽了簡單回應，聽了摘要重點，聽了說出感受，練習啟發式問句 | |  |  |  |

第四天

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 時間 | 內容 | 活動目的 | 人與物品 | 附註 |
| 8:30~9:00 | 報到 |  |  |  |
| 9:00~9:30 | 暖身活動： |  |  |  |
| 9:30~10:20 | 你的名字-找氣球 | 合作力量大 |  |  |
| 10:20~10:30 | 休息 |  |  |  |
| 10:30~12:00  分組  組成家庭單位 | 家庭會議  \*一開始彼此感謝  \*分配家庭工作  \*找個會議記錄員 |  |  |  |
| 12:00~13:30 | 午休時間 |  |  |  |
| 13:30~14:50 | 社會原子圖 | 尋找社會支持、看到家庭關係 | 幫大家做分類看那個領域較弱 | （支持力） |
| 14:50~15:10 | 休息時間 |  |  |  |
| 15:10~16:30 | 感謝影片與影片回顧 |  |  |  |
| 16:30~17:00 | 大毛線球  大家分享這四天的收穫與行動，講完就給下一個人，可以織成一張大網 | 咀嚼四天收穫，並且有連結。 |  |  |