



親職增能工作坊 簡章

一、緣起與目的

「家庭」是由兩個人因著愛而結合的最親密組織，不論是生理上合一的生育行為，或是心理上合一的彼此互屬，都與「性」有著密切的關係。而負責任的性教育，必須與愛和婚姻相聯，所以性教育也不宜離開家庭生活單獨來談，因為「性教育」就是要發揚人性，支持美滿家庭生活，並對自己的性行為負責任的教育，因此「家庭性教育」可說是落實性教育最重要的一環。

許多家長對於「性教育」抱持許多迷思，例如「等孩子長大就會知道了」、「教孩子性知識，就等於鼓勵他去嘗試」、「孩子不願意和父母討論性的問題」、「家長要有豐富的性知識才能承擔教導子女的工作」、「性教育是學校的責任」等，但其實性的發展早從幼兒時期即開始，家長對於「性」的態度更深深影響孩子的性價值觀，若家庭能提供給孩子一個有安全感和充滿愛的環境，那麼孩子的性心理與性行為發展，都能獲得更適當的模範與指引，成長後也更能表現出合宜的性別角色，並為自己的性行為做出負責的決定。如果為人家長者不願意或不知道如何對孩子進行適當的性教育，就無異是將「性教育」的重責大任交付給大眾傳播媒體，或是讓孩子們跟著同儕一起盲目摸索了。因此對於孩子的「性教育」，家長責無旁貸！

首先要與家中兒少談性教育，許多父母除了有許多的迷思之外，也有更多是不知如何開口。再者是親子間的關係，家長需要調整教養態度，跟著孩子一起學習，學習如何與漸進入青春期或已進入青春期的孩子，經營良好的關係。為此，本工作坊期望能幫助家長透過認識青少年大腦的發展，提升家長與孩子的經營關係的能力。

二、主辦單位

台灣婦幼衛生協會

三、承辦單位

社團法人台灣彩虹愛家生命教育協會

四、協辦單位

苗栗縣政府

五、參加對象：

1. 苗栗縣國中、國小、幼稚園家長
2. 彩虹生命教育志工

本計畫依台灣婦幼衛生協會的專案計畫，苗栗縣家長全額補助共計20個名額。

六、辦理日期及地點

- 一、時間：108年6月17日、18日（週一、二）9時至16時
- 二、地點：照南國小會議室

七、報名方式與費用

(一)、報名時間：即日起至108年6月10日，20名額滿為止(不含推薦同行者)。

(二)、報名方式：

1.線上報名。

2.本會將以 E-mail 方式通知報名結果，若需要了解進一步的報名細節，請來電洽詢彩虹愛家竹苗區辦公室吳彩鳳小姐 (03-5738383)。

(三)、費用：原價 2,500，本次依專案計畫全額補助。為珍惜資源，報名需繳 1,000 元保證金始為報名成功，全程參與工作坊者，於工作坊結業時全額退還。

(四)、繳費方式：請先至郵局劃撥或銀行匯款,再於線上填寫報名表

1.郵政劃撥-帳號: 19872801 戶名: 社團法人台灣彩虹愛家生命教育協會

2.ATM 轉帳-銀行代號: 玉山銀行(代號 808) 帳號: 0901-940-008377

(五)、當日報到，即贈本次工作坊用書《大腦說性不性有關係》及 DVD 一份。

(六)、為鼓勵本協會之青春啟航志工老師推廣與陪伴，推薦一位新朋友報名成功者，可享同行免費價，但無贈書。保證金適用第三項規定。

備註：本活動為響應環保署規定，一律不提供紙杯，務請自備環保杯。

八、工作坊內容

(一)、時間：民國 108 年 6 月 17、18 日 9:00~16:00。

(二)、地點：照南國小南視廳館

(三)、講師介紹：

蔡志東博士

學歷：國防醫學院生命科學所博士

現任：婦女權益促進發展基金會性別主流化人才資料庫專家學者

新竹市築心生命教育協會理事長

彩虹愛家生命教育協會顧問

經歷：前中研院細胞與個體生物學研究所博士後

(四)、工作坊內容規劃

序號	主題	內容簡介
1	◆ 你是豆腐腦？	◆ 大腦的基本知識介紹 ◆ 大腦的可塑性 ◆ 大腦是中性的，受到行為模式以及外界的刺激會影響我們的大腦神經元連結 ◆ 好習慣，塑造我們的腦，壞習慣也塑造我們的腦 ◆ 終身學習的腦
2	◆ 你腦子有洞？	◆ 大腦成熟緩慢直到 25 歲 ◆ 冒險的腦 ◆ 容易分心的腦 ◆ 單核心的腦
3	◆ 用對腦，讓學習更有效	◆ 運動幫助大腦的聯結，促進成績進步 ◆ 睡眠的重要性 ◆ 專心的重要性

4	◆腦子快樂，你 不一定快樂 一	◆大腦快樂中樞的上癮機制 ◆容易讓人上癮的物質（香菸、檳榔、毒品、高血糖 食物）
5	◆腦子快樂，你 不一定快樂 二	◆我的電競選手夢 ◆網路上癮的機制 ◆網路特性：獎賞、回饋、速度引爆腦部的多巴胺流 ◆腦部多巴安刺激的適應性 ◆如何改變它
6	◆腦子快樂，你 不一定快樂 三	◆大腦竟然是性器官 ◆為何浪漫愛是青少年階段的焦點 ◆性竟然也是快樂中樞上癮的因素之一 ◆網路交友的危機與隱憂 ◆網路媒體如何對我們的大腦產生影響，引發孩子的性早熟？
7	◆腦內風暴 一	◆人類的情緒因子 ◆大腦中的荷爾蒙如何影響我們 ◆大腦的性別差異以及情緒反應的差異，認識差異，尊重差異，以合宜的方式彼此相愛。 ◆破除情緒引起的性別刻板印象
8	◆腦內風暴 二	◆大腦內神經傳導物質如何影響我們的情緒 ◆負面情慾的大腦基礎 ◆根據大腦科學，解決負面的情緒 ◆正向心理學
9	◆腦內風暴 三	◆考試很緊張，面對新環境很緊張 ◆大腦科學教你如何跟緊張說掰掰 ◆呼吸，讓你的腦休息一下
10	◆腦內風暴 四	◆心痛不是假想的痛，是大腦真正感覺痛 ◆霸凌、孤立、排擠、歧視造成的社交痛苦都是真實的痛苦 ◆小心我們面對痛苦的處理方式：自殺、暴力或是妥協 ◆聯合國兒童權利公約簡介 ◆不要孤單面對，愛你的人跟你站一起
11	◆愛牽拖的腦	◆人類的腦是被設計來與人有關聯的 ◆大腦促產素以及血管加壓素的作用 ◆人類幸福的關鍵—有意義的連結 ◆青少年大腦的優勢—喜歡呼朋引伴是成功的關鍵 ◆建立健康的關係模式。
12	◆吃得對，就想 得對	◆大腦是真實的器官，它有自己的生物特質以及運作的原理。符合身體的運作原理，就有健康的身體 ◆大腦戰士的菜單。 ◆早餐吃得好，吃得對，讓你學習好。

備註：

線上報名網址: <https://www.beclass.com/rid=22414d05cb59b7fa50ab>

