

【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

◎ 活動辦法：

閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^0^ 活動將於10/30截止。

班級：資三 姓名：徐巧穎 座號：9

1. 你是否有從祖父母身上學到任何事物？或是有教導祖父母新的事物？

有。

祖母教導了我如何分辨菜種，及採菜的技巧。更從他們身上看到「儉節」之美。

2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整？

平常的我就如媽媽的互動很好，發生什麼事都會如她說，所以行動和心態... 還是如以前一樣吧！

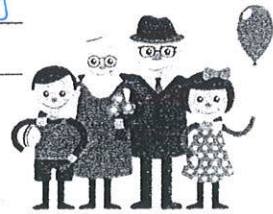
3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標？看完減壓小技巧後你有什麼想法？

2個指標。

很多的壓力的來源來自「放不下」，在乎、在意的東西太多，學著順其自然，接納事情，是我現在最需要學習的。

4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼？

現代的家庭生治，大多都是小家庭，祖父母都居住在其他城市，平時生治忙碌沒法時常回去，好在科技發達，創造了電話，就算看不到人但可以講上話。但在祖父母心中，他們真正的希望，我們可以時常回去看看他們。



5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是？

內容富豐多元，也是一些我們可能會遇上的事物，像是「爸媽，我戀愛了！」或是「減壓小技巧」，都是很好的資訊。特別現在高三有了升學考試的壓力，真的很需要一些減壓小技巧呢！「祖孫週活動系列」看完後也覺得很溫馨。

鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔！

【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

◎ 活動辦法：

閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^0^ 活動將於10/30截止。

班級：訊二忠

姓名：陳巧容

座號：5

1. 你是否有從祖父母身上學到任何事物？或是有教導祖父母新的事物？

A: ^①是，從小教的如何處事、良好的習慣、個性(包含禮貌...)。^②有教祖父母用現今較先進的事物 ex. 手機的使用、說一些新的資訊等等

2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整？

Ans: 1. 讓我能夠了解如何穩定、肯定地告訴父母我的交友情形。 2. 適時地調整、改變非君莫嫁的心態。 3. 先學好好的表達、溝通方式，在一些時機點與家人討論對一些事件的看法.....讓彼此更加了解，也會知道現在的我、釐清一些事物。

3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標？^{1.}看完減壓小技巧後你有什麼想法？^{2.}

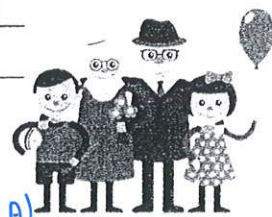
Ans: 1. 3個。 2. 要適時且適當地放鬆自己，學會凡事以「中文」角度去看待，能更清楚分辨這些事情。調整好接納事物本身現在/未來/當下的樣子，不要過度強求！

4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼？

A: 其實現今的人不論是祖父母連家人、親戚都很少接觸，我們應放下手機，試著放下現在常會影響我們的物品；用更多的時間去陪家人們，去做不留遺憾、更符合當時應做的事。也許也會因為這樣發現更多不同的美好。

5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是？

A: 這次的「心橋」內容很豐富，除了有關最近的活動(節目)還有一些現階段的自己常遭遇的事。因我是經常和家人聊天、說內心想法所以溝通方面我相信還可以。自己相對於壓力的釋放有更多的認知、新的體悟。很感謝這次的「鶯歌心橋」，讓我更加了解自己和他人！



鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔！

【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

◎ 活動辦法：

閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^0^ 活動將於 10/30 截止。

班級： AD2A 姓名： 鄒欣亞 座號： 18

1. 你是否有從祖父母身上學到任何事物？或是有教導祖父母新的事物？

學到仁慈、有愛心（阿嬤以前都會準備吃的給一群流浪狗）
還有對子女無盡的愛、以及一視同仁的無私、保護所愛的人的勇敢。
期許每個人長大都能成為可敬的長輩。

2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整？

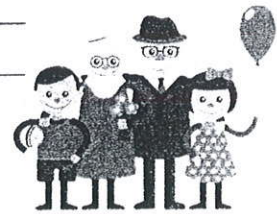
雖然現在沒有對象，但是如果有，都會和家人聊心。 孩子愈長愈大，自然就會
變得注重自我隱私，能在保有隱私卻又能和家人聊聊一些近況，我認為是為
人父母會很感動的事。父母與孩子間不必太多隔閡，能當彼此的好朋友是很幸福
的事，希望我以後也能成為那樣的母親。

3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標？看完減壓小技巧後你有什麼想法？

3個，得到一點心靈上的舒緩。 不要把自己逼到受不了、給自己適當的壓力是解決
身心不健康的長久之道。雖然長愈大，擁有的煩惱也會逐漸增加，但記得，一定
要找個空間時間留給自己好好放鬆。

4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼？

大家普遍和祖父母都很親！即使有年齡上的差距，還是有彼此默契善待
對方，愛惜對方。祖父母或許不能陪伴自己很久，但是我們都應該好好珍
惜能夠在一起、話家常的時光。



5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是？

和長輩可以維持一種尊敬又卻不失友好好關係，
多點溝通、相互了解，都有助於雙方的和諧
期許自己未來也能更加敞開心胸、多多表露自己的心情

鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔！

【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

◎ 活動辦法：

閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^0^ 活動將於 10/30 截止。

班級：美一志 姓名：黃芊苒 座號：26

1. 你是否有從祖父母身上學到任何事物？或是有教導祖父母新的事物？

1. 有，學到以前的歷史和以前交通工具...
2. 有，教導祖父母的科技技術，和現代的生活用品。

2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整？

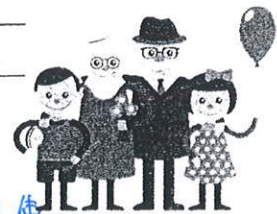
與父母溝通必不是什麼壞事，分享或是討論上可以增加對方的認識，跟父母聊聊遇到什麼困難找找父母，他們也會把他們的經驗分享給我們。

3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標？看完減壓小技巧後你有什麼想法？

有三個，有些事情我們只是想得太多給自己的過度需求也變多了，我覺得有些事情可以試著找老師或長輩聊或做自己能放鬆的歌曲來減壓。

4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼？

謝謝阿公在我小時候帶我出去玩，教我怎麼種菜，帶我走過螢火蟲的世界，讓我的童年過著如此的美妙。



5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是？

可以從我們的長輩上學很多不同的歷史、世代的傳承與發展增加了我們認識老化的一位老師，新的科技也可以幫助我們與長輩相處，了解不同的歷史，從他們(長輩)身上也可以學到很多不同的事呢!!!

鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔！

【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

◎ 活動辦法：

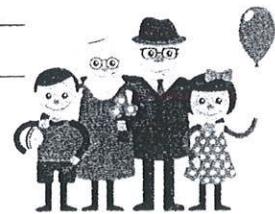
閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^o^ 活動將於 10/30 截止。

班級：廣二卷

姓名：詹凱淇

座號：24

1. 你是否有從祖父母身上學到任何事物？或是有教導祖父母新的事物？
除了學會放下外，還要學會如何保養自己的身體，不管內在或外在都必需好好照顧好！因為如果你自己也沒有好好照顧自己的身心，也就沒有人能夠更用心的照顧你，永遠都要對自己好才行啦！
2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整？
平常應該和家人培養良好的感情，如果一直把秘密藏在心底不緊緊讓家人擔心，而你也更不好受，所以！如果有酸甜苦辣的事情可以和家人分享，因為家人永遠是避風港，而他們也永遠站在你身邊，更珍惜擁有的才是！！
3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標？看完減壓小技巧後你有什麼想法？
3個~~
很開心自己現在並沒有過多的壓力，如果可以，希望也能夠為大家做點事情，讓大家覺得變更輕鬆！而以幫助大家是很開心的事！我也會很幸福的~
4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼？
在祖孫週活動回饋中我看到教導祖父母或者祖父母教導你都應該珍惜那些時間，有天他們可能不在了，但是心中卻擁有一些美好的回憶真的很好！他們還是會一直存在你的心裡！
大家一起和祖父母聊聊天吧！！祝福大家~~
5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是？
我看完鶯歌心橋後覺得它的话主都十分有道理！而且多了壓力檢測，更加了解自己的狀態，希望這個鶯歌心橋可以給更多沒讀過的人看看，幫助大家認識自己！
而裡面的祖父母版本也是要大家更要為家人付出更多愛！現在正邁向高齡化社會，可以多多照顧身邊的人，別等到為時已晚才後悔！



鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔！

【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

◎ 活動辦法：

閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^0^ 活動將於 10/30 截止。

班級：綜二忠

姓名：彭依玉林

座號：5

1. 你是否有從祖父母身上學到任何事物？或是有教導祖父母新的事物？

年輕世代與祖父母互動越多，越能以正向看見點看代老年世代對老人態度越不刻板。

2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整？

我是覺得讓爸媽都知道什麼時候可以讓我想談戀愛，因為還要懂得保護自己的身體，還要讓爸媽同意這兩個人在一起啊。

3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標？看完減壓小技巧後你有什麼想法？

1. 不要批評 2. 接納內 3. 耐心

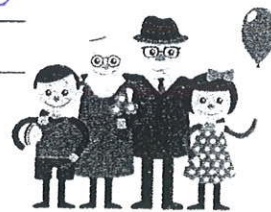
我覺得這三個很重要，我而耐心真的很害怕被罵的樣子啊，所以我不希望被罵了。

4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼？

陪伴他們聊天或散步，放連假回去阿公和阿嬤家很少打電話回去，帶他們出去走一走，阿嬤身體豐有時候不會我們會照顧阿嬤就會身體健康了。

5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是？

我是覺得這篇文章在說祖孫週的活動，可是有看到談戀愛的文章，如果想要談戀愛的話要懂得保護自己身體還要懂得認路的好人跟壞人喔。



鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔！

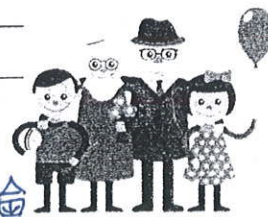
【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

◎ 活動辦法：

閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^0^ 活動將於 10/30 截止。

班級：資一仁 姓名：陳如意 座號：22

1. 你是否從祖父母身上學到任何事物？或是有教導祖父母新的事物？
有，我從祖父母身上學到節儉的重要，並瞭解到老
一輩節儉是對晚輩愛的表現，我也有和祖父母討論現代不同
的價值觀，他們就比較不會有刻板印象。
2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整？
原先我對愛情非常不安，家人總是在我旁邊有意「洗腦」，讓
我不敢輕易討論愛情的事，家人都說等我成年後再來談感情。
但自從我看完了這篇文章後，我能更勇敢的對家人說出自己想法。
3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標？看完減壓小技巧後你有什麼想法？
1個，多放鬆，保持樂觀向上會讓自己感覺更愉快。
4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼？
把握當下，阿公阿嬤能陪著我們的時間真的很寶貴，所以平
常要多陪伴，如果沒住一起的也要多打電話和他們聊天。
5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是？
從祖父母的互動就能認識老化過程，如果社會
和大眾能多多陪伴，瞭解老人家，便不會產生「代溝」的問題
，不只如此，多和長輩講話能減緩大腦退化，不會得老人痴呆症
等作用。



鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔！

【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

◎ 活動辦法：

閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^o^ 活動將於 10/30 截止。

班級：陶二仁 姓名：林翊諳 座號：23

1. 你是否有從祖父母身上學到任何事物？或是有教導祖父母新的事物？

有，台語，烹調和家中祖父說話
漸漸的掌握說台語的技巧。和祖父母親
在學校發生的趣事，分享自己在學校學到的事物，教祖父母說中
文，我們互相學習。

2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整？

對於現在的我來說談戀愛還太早了，也許
等到大學在看看吧！或許會有新的想法。
如果談戀愛了也會先和父母商榷，聽聽父母對此事的意見，畢
竟父母比較有經驗，可以提供我們愛情上的看法和作法。

3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標？看完減壓小技巧後你有什麼想法？

3 很有幫助，對於現在
的我的確需要適當的減壓，壓力太大可能
會使生活步調脫節，有時要懂得放鬆自己，別讓生活步調太快。

4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼？

非常棒，因為現在的老人非常需要家人的溫暖
我們應該常常關心家中的老人而且老人
也有很的社會經歷，可以提供我們生
活上的建議，或者是我們所不知道的技巧，俗話說「家

有一老如有一寶」，祖父母是有很多我們該學習的，所以要好好
愛護、感謝、陪伴他們。

5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是？

很棒，希望以後能有更多類似的
文章教導我們新的舊觀念，使我們的生
活可以更新，豐富我們的智慧，壓力檢測也讓我們更了解自己
的現狀，提醒我們檢查自己，也教我們該如何減壓，
鶯歌心橋對我們真的很有用，有時想到也可以隨時拿起來看看裡面
的內容，只希望裡面的字體可以大些，不然會看的有點吃力。

鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔！



【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

◎ 活動辦法：

閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^0^ 活動將於 10/30 截止。

班級：線二忠 姓名：趙翠翰 座號：13

1. 你是否有從祖父母身上學到任何事物？或是有教導祖父母新的事物？

我並沒有學到祖父母學到白事，因為他們很早過世了。

2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整？

我想我應該多讀書，不要想著談戀愛要好好地靜心，只要一個人很孤單，想要談戀愛就等到高三畢業後。

3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標？看完減壓小技巧後你有什麼想法？

我有了個指標，想到我的目標是要放鬆，想到不該想的東西就會開始亂打亂砸破壞傢具，那算是一種壓力過大也是說最不喜歡最討厭的方式。

4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼？

看到有孫子陪他們吃飯，也有祖孫感情很好的時候一起走路多運動，隨著課業很忙碌，大家很少對阿公阿孃的陪伴機率越走越遠了。

5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是？

一定要保持聯絡要跟祖父母多聊天他們感覺太孤獨，沒有兒女子孫陪伴也很不快樂，要時常回家鄉探望爺爺奶奶如如有回意到時候祖父母不在，少了陪伴不就沒了，我們談戀愛的方式不同一個是牽手一個是約會甚至坐在相偎上親密，到時候成績會退步，重要的事先把課業放到腦子裡好好上課。



鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔！

【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

◎ 活動辦法：

閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^o^ 活動將於 10/30 截止。

班級：綜二忠

姓名：蘇怡瑄

座號：7

1. 你是否從祖父母身上學到任何事物？或是有教導祖父母新的事物？

我在阿嬤身上學到阿嬤到現在還在做工，賺錢真的很辛苦我會好好跟阿嬤學習，阿嬤很認真工作見錢不放棄還在工作。

2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整？

如果談戀愛一定要跟爸媽說，跟爸媽商量看要怎麼做才是對自己好的，不要隨便亂做決定。

便

3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標？看完減壓小技巧後你有什麼想法？

二個，如果有壓力的話，就去外面走走啊看看風景，唱唱歌、跳舞、聽音樂舒壓這些都是很好的辦法。

4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼？

要媽媽孝順阿公阿嬤，假日有空多陪陪他們，跟阿公阿嬤聊聊天，可以打電話給阿公阿嬤關心他們，多回去看阿公阿嬤。

5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是？

可以跟阿嬤阿公分享你的生活，也讓阿公阿嬤分享他們是怎麼生活的，阿公阿嬤是種田從早做到晚太陽升上天空阿公阿嬤就開始工作，做到晚上真的很辛苦耶！有空要多關心阿公阿嬤關心阿公阿嬤的身體狀況。



鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔！

【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

◎ 活動辦法：

閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^0^ 活動將於 10/30 截止。

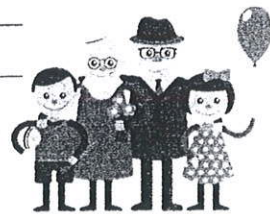
班級：美二忠

姓名：吳玲瑜

座號：6

1. 你是否從祖父母身上學到任何事物？或是有教導祖父母新的事物？
我的外婆有一畝田，那是她最珍貴的東西，每次回去見她，我都和外婆一起去田裡整理菜園，她很認真的對待每一個小細節，而那認真的態度，正是我正在學習的。
2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整？
不論發生什麼事，都要和父母好好談比較好，平時和父母養成有話好好說的習慣，事發才不會難以啟齒。
3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標？看完減壓小技巧後你有什麼想法？
4個，有些事，其實知道應該要接納或放下，但就是做不到。
4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼？
現在的社會中，祖孫的距離比過去更不親，而大家都反思要多回去見見祖父母。

5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是？
和與自己有所不同的人接觸，並學習好的地方。



鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔！

【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

☺ 活動辦法：

閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^0^ 活動將於 10/30 截止。

班級：訊一仁

姓名：傅建智

座號：23

1. 你是否從祖父母身上學到任何事物？或是有教導祖父母新的事物？

- ① 學到如何愛一個人和為社會減少垃圾及垃圾分類
② 教他們怎麼使用智慧型手機，讓他們能和他們最愛的寶貝孫子聊天視訊。

2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整？

我認為戀愛在我們現在求學階段，是很難同時兼顧的，因為或許因為惹了對方生氣，而無法認真上課

3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標？看完減壓小技巧後你有什麼想法？

① 四個 ② 要適當的抒壓，以免日後的行為...等的產生偏差。

4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼？

祖父母總是把自己的孫子女當成生活中不可缺少的一環

5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是？

① 隨著現在老越來越多的時代，活的時間也隨著增加，讓現在孫子女與阿公阿嬤的關係更好，也比較能得知更多那時代的發生事件過程，讓學習更有印象。

② 得到能解決生活壓力與人際關係的方法。



鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔！

【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

◎ 活動辦法：

閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^0^ 活動將於 10/30 截止。

班級：美一忠

姓名：吳玉暉

座號：7

1. 你是否從祖父母身上學到任何事物？或是有教導祖父母新的事物？

1. 爺爺很會下棋，小時候常找爺爺一起下棋，不久就學習到棋子位置的方式。

2. 沒有

2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整？

在看之前，我完全沒有想到說出來的好處，只想到說出來會被罵、打...的壞方向。通常看到有關情侶的新聞時都只是看看而已，看過文章後才知道，也許可以表達想法。

3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標？看完減壓小技巧後你有什麼想法？

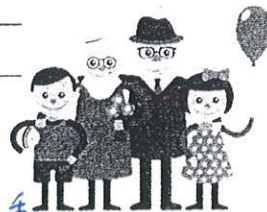
五個。適當的學習裡面的建議對我的身心都放鬆許多

4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼？

許多人跟祖父母的互動中有感恩和感謝，沒有機會肢體互動的，也會打電話去關心。我覺得這種種關心的方式，不管哪個一定都撫慰了大部份人的心

5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是？

看到許多學長、姐、同學分享的「祖孫週，有很有趣的互動，還有「爸媽，我談戀愛了」等多種主題文章，可以了解一些故事中的啟發



鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔！

【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

☺ 活動辦法：

閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^^ 活動將於 10/30 截止。

班級：美-忠 姓名：丁宇彤 座號：01

1. 你是否有從祖父母身上學到任何事物?或是有教導祖父母新的事物?

我沒見過祖父母，所以不曾互動過。

2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整?

假如我談戀愛了，行動上：我會主動與父母分享討論，心態上：讓父母安心。

3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標?看完減壓小技巧後你有什麼想法?

2個指標，減壓小技巧是很正向的學習，人人都適用喔!

4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼?

令人羨慕的祖孫情，長輩慈愛(愛孫子)，晚辈才會敬老。

5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是?

鶯歌心橋在日常生活上，是非常有幫助的。有時看看別人不好的事情，可以做為處理事情的參考，或者好的部份要學習。



鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔!

【鶯歌心橋 第九期有獎徵答】

☺ 活動辦法：

閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室即可。
輔導室將選出五名同學，贈送精美好禮^o^ 活動將於 10/30 截止。

班級：慈心二 姓名：陳宥誠 座號：12

1. 你是否有從祖父母身上學到任何事物？或是有教導祖父母新的事物？

1 沒有

2 教他伊們新知識

2. 在閱讀李心理師的「爸媽我談戀愛了」這篇文章後你的行動與心態有何調整？

1 親子互動和溝通是很重要的，即使和家人掌握溝通分享事情也能幫助
自己開口，父母也能聽的進去

3. 在心理衛生壓力檢測你有幾個指標？看完減壓小技巧後你有什麼想法？

1-1個

2 我覺有時候追求過度反而不是什麼好事

4. 在祖孫週活動回饋中你看到什麼？

常常打電話聯絡，假日或有空時回阿公阿嬤家陪他們

5. 請問您閱讀完鶯歌心橋後的心得是？

我覺得這篇文章讓我了解到老化的知識，社會中的社會化過程中也不是採子女的社會化的過程。



鶯歌心橋有獎徵答於輔導室網站上也可看到喔！