

# 新北市立新北高中 112 學年度活動成果報告-家庭教育講座

活動名稱	家庭教育講座— 「與不老騎士談跨世代溝通之道」	主辦單位	輔導室
活動日期	113/3/18 (一) (12:05~12:55)	講師	李萱 實習心理師 (督導：蔡雅安老師)
活動地點	一樓 TED 2 教室	活動人數	共 9 人
活動目的	1. 透過觀賞不老騎士們的環島歷程影片進行反思，學習長者在追逐夢想道路上面對挑戰時所展現的堅毅心態。 2. 幫助學生瞭解自己與年長者在生理、心理層面的異同之處。 3. 學習與年長者相處的原則，溝通技巧和策略。		

## 活動照片



同學們專心聆聽不老騎士的環島事跡。



同學們針對不老騎士紀錄影片內容進行問題討論與填寫學習單。



講者邀請同學上臺分享觀賞影片的心得。



講者與參與講座的同學們合影。

## 活動回饋

### 一、不老騎士的影片中最令你感動/印象深刻的地方是什麼？為什麼？

- 最印象深刻的是車禍那段，因為那位阿伯被車撞但還是保持樂觀。
- 有一個受傷的老爺爺，年輕時的他曾經中彈，靠著勇氣和毅力活著和完成環島。
- 一位老爺爺去掃他老婆的墓，問他老婆要不要一起去環島，很感動。老爺爺的老婆雖然過世了，但他對她的愛並沒有因此而消失。

### 二、老者的生理和心理與年輕的你不同處何在？相似點何在？

- 老者會覺得自己離死亡比較近，但和年輕人一樣都有夢想。
- 老者的健康狀況相對不如年輕人，然而卻也更有自信。
- 老者和年輕人都有勇敢的心。
- 老者的思考方式較為僵化或迷信，而年輕人則比較有主見。
- 老者和年輕人都四肢健全，亦勇於嘗試新事物。

### 三、看完本片，分別對不老騎士和自己，你最想說的一句話是什麼？

- 有夢最美，保持年輕。
- 身為人都會經過生、老、病、死，所以如果有夢就要追尋。就算已經老年或殘障，都不要對自己已經決定好的目標放棄。努力完成，不要讓人生留下遺憾。



新北高中112學年度第二學期家庭教育系列活動

## 家庭教育講座

# 與不老騎士談 跨世代溝通之道

在家中和長輩互動時，你是否曾感覺有些卡卡的？  
邀請你一起步入銀髮族的世界，瞭解長者在各方面的優勢與限制。  
探討祖孫間合宜的溝通方式，以促進更為和諧、深入的關係。

日期：2024/3/18（一）  
時間：中午12:05-12:55  
地點：TED2教室  
講者：李萱實習心理師

報名連結：

