

東元醫療社團法人東元綜合醫院
115 年度第二次早期療育家長支持團體

社服組

從再次相遇，到找到自己的方法—早療家長支持團體溫暖同行。

在早期療育的道路上，孩子的每一步成長都值得期待，而家長在陪伴孩子成長的過程中，也需要一個能夠分享、喘息與重新整理自己的空間。

延續 5 月第一次早療家長支持團體建立的交流與支持氛圍，9 月 23 日辦理第二次《早療家長支持團體—擁抱晨光，迎向希望》，再次邀請家長回到熟悉的團體空間，從「再次相遇」開始，回顧這段時間孩子與自己的變化，並一起探索在親職教養過程中曾經遇到的困難與因應方式；第二次團體不僅延續第一次活動中的情緒支持，更進一步將焦點帶入日常教養經驗，讓家長從「分享自己的故事」，慢慢走向「從別人的經驗找到可以嘗試的方法」。

活動一開始，社工帶領家長回顧 5 月第一次相聚的經驗，並邀請大家思考：「從 5 月到現在，孩子有什麼改變？那自己呢？」透過這樣的回顧，家長重新看見孩子一路上的成長，也看見自己在照顧與陪伴孩子的過程中，其實同樣累積了許多經驗與力量。

接著，團體將討論聚焦於家長在教養過程中「還卡住的事情」，包含孩子情緒、親子衝突、生活常規、語言與學習、療育安排，以及工作與家庭兼顧等日常議題。透過開放分享，讓家長知道，許多看似只有自己才會遇到的困難，其實也

是其他家庭正在面對的課題；而在彼此傾聽與回應的過程中，家長也能從他人的經驗獲得新的思考方向。

其中，「原來你的方法，我也可以試試看」成為本次團體重要的交流環節。家長分享過去曾經感到困難的情境，例如孩子情緒爆發、不願意配合療育、吃飯、睡覺、上學、生活自理、手足相處，以及工作與育兒安排等，透過經驗交換，讓團體不只是情緒支持的空間，也成為彼此累積親職經驗、交換實用方法的支持網絡。

除了關注孩子的發展與教養，本次活動也延續第一次團體「照顧孩子，也要照顧自己」的核心精神，安排喘息與自我覺察時間，邀請家長回想這幾個月來是否曾經為自己做過一件事情-透過短暫的放鬆與停留，讓家長在忙碌的照顧角色之外，也重新看見自己的需要與感受。

活動最後，家長將對自己的期待寫下，思考「如果半年後再看到這張卡，我希望自己記得什麼？」將團體中的感受與力量延伸至活動之外，也為下一階段的親職旅程留下給自己的提醒與鼓勵。

孩子慢慢長大，家長也在一次次的陪伴中找到自己的步調。早療的路不一定每天都容易，但有人同行，就不必獨自摸索。

#早期療育 #家長支持團體 #醫院社工 #溫暖陪伴

【第二次參與團體成員大合照】



【成員參與支持團體情形】

