

家庭生活教育 37 年專業歷程分享

演講者：呂麗絲 Alice Wu

斗中校友讀書會

一、開場：我，是誰？

自我介紹：Alice Wu（呂麗絲）

鎮西國小、茄冬樹；斗中初高中；中興大學中文系畢業

曾任斗六國中國文老師，家中長女，幫忙家務與店鋪。

青春歲月：在求學與家庭責任中學會承擔，體會父母辛勞。



二、從觀察到使命：我怎麼走上家庭生活教育？

國中國文教師起點，看見家庭功能對教育的重要性。

婚姻進入大家庭，體驗三代同堂生活，陪伴公婆走過人生最後階段。

逐漸萌發「家庭教育」使命感。



三、專業裝備：赴美求學與認證

赴美堪薩斯州立大學（KSU）留學，進入人類發展與家庭研究研究所。

1988 年取得 NCFR CFLE（合格家庭生活教育家）認證，為台灣首位獲證者。

回國後以先鋒姿態推動台灣家庭生活教育。



四、推廣實踐：30 多年，我做了什麼？

1991 年成立「台北市家庭生活教育推廣協會」。

推動「學說好話」、「情緒教育」、「全民寫自傳」、「家庭生命樹」。

辦理百場公益講座，編輯教材，結合廣播、短片、國際交流。



五、心路歷程與信念

家庭教育推廣不是賺錢，而是召命。

從「人能弘道，非道弘人」的心志出發，無論資源匱乏，仍堅持前行。

AI 世代，持續整理與活化家庭教育智慧，推動跨世代傳承。



六、給校友的祝福與邀請

每個人在自己的崗位上發光，家庭是最深的根。

邀請校友一同守護家庭價值，推動【家庭教育+AI 智慧陪伴】的新篇章。

結語

「愛是可以被學習的，家是可以被修復的，而夢想，是可以活到老、做到老的。」