

## 安親秘方～親子溝通技巧訓練

**活動目的：**運用親子溝通技巧教材，讓家長了解自己，認識兒童身心發展狀況，以了解親職課題與壓力，學習如何與孩子溝通，培養成為有效能的父母，讓親子相處更輕鬆。

**活動時間及內容：**103 年 7 月 18 至 9 月 5 日，每週五晚上 7 點至 9 點，計 8 週。

次別	日期	課程內容	次別	日期	課程內容
1	7/18	情境的辨識-認識自己	5	8/15	培養成問題解決高手
2	7/25	如何與孩子更貼心	6	8/22	終身學習當片刻父母
3	8/1	聆聽孩子的心聲	7	8/29	從雙輸到雙贏
4	8/8	如何動情不動氣	8	9/5	情境與技巧的搭配

**參加對象：**關心學童教養成長之家長，以 30 名為原則。

**報名方式：**請向宜蘭縣愛加倍關懷協會李小姐報名，報名電話：928-9995。

**活動地點：**社團法人宜蘭縣愛加倍關懷協會  
(礁溪鄉礁溪路 1 段 276 號，靠近四城火車站)

**講師：**林信德校長 <國小退休校長、親職及婚姻教育諮詢輔導等>

指導單位 / 教育部 協辦單位 / 社團法人宜蘭縣愛加倍關懷協會

主辦單位 / 宜蘭縣家庭教育中心網址(<http://blog.ilc.edu.tw/blog/blog/26150>)

全國家庭教育諮詢專線：412-8185 關心您和您的家人關係 (手機撥打請加 02)



### 103 年度『安親秘方～親子溝通技巧訓練』報名表

家長姓名		子女就讀年級： _____年_____班	* 本報名表資料僅供宜蘭縣家庭教育中心作以下用途，同意請勾選，並簽名。 <input type="checkbox"/> 通訊資料，僅供本次課程連繫用。 <input type="checkbox"/> 供本次活動及寄送最新活動訊息與本人用，除此之外不公開。 簽名：_____
通訊方式	連絡電話：  電子信箱：  地址：		