

桃園市政府家庭教育中心 109 年度

青少年家長正向教養工作坊

一、研習目標：運用阿德勒正向教養理念，協助青少年期父母親培養出自律、有責任感、合作以及具備解決問題能力的孩子，學習以正向的方式溝通，以增進親子關係。

二、研習時間／地點：

第一梯次（桃園場）

(1) 時間：109 年 12 月 6 日（星期日）9:00-16:00，共 6 小時。

(2) 地點：安東青創基地 2 樓演講教室（桃園市桃園區安東街 111 號）。

第二梯次（中壢場）

(1) 時間：109 年 12 月 13 日（星期日）9:00-16:00，共 6 小時。

(2) 地點：新明青創基地演講教室（桃園市中壢區明德路 60 號 4、5 樓）。

三、研習對象：家有青少年期子女之家長，每梯次以 30 人為限。

四、講師：鄭忠豪／心理師

五、研習費用：免費，報名之家長需全程參與課程。

六、課程內容：

時間	主題	練習要點
9:00-10:00	我們都曾是青少年 -談青少年身心發展	1. 寫下您重視的青少年孩子品格特徵。 2. 寫下你希望孩子成為什麼樣的人。
10:00-11:00	管教方法大體檢 -談正向教養	1. 觀察自己對孩子行為問題因應方式 2. 結果是什麼？
11:00-12:00	生命風格連連看 -談父母與孩子生命特質的 理解與互動	1. 理解自己的特質 2. 認識孩子的特質 3. 討論不同特質的互動方式
12:00-13:00	午餐	
13:00-14:30	看見孩子的需求 -錯誤行為目的介紹與演練	寫下遇到孩子不當行為時我感受如何？ 猜想孩子行為背後信念。
14:30-16:00	優勢能力大挑戰 -增進與修復親子關係	1. 練習看見孩子的優勢能力 2. 適當運用優勢觀點鼓勵孩子

七、報名方式：

1. 本活動採取線上報名，請直接掃描 QR-CODE 報名，洽詢電話：03-3366885#13。
2. 不接受未事先報名者旁聽課程。

桃園場報名



中壢場報名



八、備註：

1. 因應新冠狀肺炎防疫措施，請配合戴口罩、量測體溫。額溫超過 37.5 度之民眾，請聯繫 1922 防疫專線並盡快就醫，當日恕不開放入內參與課程，敬請見諒。
2. 全程參與者可登錄「愛的存款簿」、「公務人員終身學習時數」及「教師研習時」6 小時。