

2020 人本父母學苑 新竹秋季班

牽起手，讓人感受彼此同在
而如果能滿足彼此愛與被愛的生命需求
就會讓我們在放手時，還能感覺在一起
邀請您和我們一塊兒在人本父母學苑
放下舊包袱、開創新生活；和幸福牽手，來當快樂新父母

許多爸媽說：「我真的很想陪孩子快樂成長，但怎麼好像弄得大家緊張兮兮的...」、「我好像有了孩子之後就沒了自己...」人本開辦父母成長課程三十年了，為的是讓父母開始愛自己、變得快樂，然後自然而然地和孩子愈來愈親密。

參加過課程的父母說：

「原來，我愛的應該是孩子，而不是規矩。以前都沒有意識到我一直用自己的想法及標準套用在孩子身上，上完課後，我開始尊重孩子和我之間的差異，我們的關係就不再那麼緊張了。」

在人本的父母成長課程裡，

您會重新認識自己、感染豐厚的生命態度，發展出愛自己的能力；
您會清楚看到孩子的面貌、不再和情緒糾纏不清，發展出愛孩子的能力；
您會找到父母成長的支援系統、持續地開拓眼界拉深思想，發展出自主創造生活的能力。

邀請您 來 2020 人本父母學苑 新竹秋季班！

本季課程：

- ◎ 青少年溝通—父母教戰工作坊（週六班）
- ◎ 給家長的親職素養課（週四班）
- ◎ 給家長的親職素養課（夜間班）

參加完整課程者可擇一選擇適用的九折優惠方案噢：

- 2020/8/31 以前完成報名繳費，可享早鳥優惠
- 一人同時報名兩項以上完整課程
- 夫妻同行
- 三人以上同行
- 持有有效的「人本之友」卡（基金會捐款人）

報名方式：

電話：03-5542322 傳真：03-5542321

上課地點：人本新竹分會

新竹縣竹北市華興街 136 號 1 樓（近竹北市公所）

快樂父母 365 –人本父母成長學苑 facebook：

<http://www.facebook.com/hefparents>

本基金會保留更改課程的權利



NEW 青少年父母 青少年溝通—父母教戰工作坊

爸媽盼呀盼，盼著孩子長大了，
 怎地，進入青春期的孩子突然間話變少了、火氣變大了，連想多聲問候，都被推拒於千里之外...
 許多青少年的爸媽說：「我的孩子以前都很聽話，但是現在長大了，我們一點都管不住他了...」
 甚至有些爸媽覺得：「現在他只管網路跟朋友，根本不在乎我們。」
 然而，這一切只要不管他，讓時間過去，默默就會變好嗎？
 還是，在這容易爭戰的時刻，反倒是一個好機會，重新建立親子間長久的關係。
 青春期的重要任務，便是『長大成人』。
 在這個關鍵期，我們需要有一種眼光，去理解：
 青少年需要彰顯自我，因為在琢磨長大的滋味，
 青少年需要碰觸界線，因為在練習用自己的翅膀飛翔，
 青少年需要陪伴，因為常常不知所措而孤獨脆弱；
 而『溝通』是理解彼此的重要橋樑。

於是，想邀請爸媽透過《父母教戰工作坊》一步一步掌握與青少年溝通的關鍵方法！

日期 (六)	課程名稱	講師	講師介紹
9/05	青少年不等於叛逆—如實了解青少年	李美華	人本資深親職講師
9/12	是發揮影響力？還是施展控制力？ —教出懂得自我負責的孩子		
9/19	溝通教戰守則（一）：面對青少年的第一句話 —戒除負向語言	李慧貞	人本基金會新竹分會主任
9/26	溝通教戰守則（二）：如何讓對話繼續 —消極聆聽、積極聆聽		
10/3、10/10 連假停課			
10/17	溝通教戰守則（三）：去除自我的阻礙 I —我的信念是什麼？	簡玉芬	出版社總編輯、 人本資深親職講師
10/24	溝通教戰守則（四）：去除自我的阻礙 II —調整信念鬆綁自己		
10/31	溝通教戰守則（五）：了解對方 I —如何規劃我的訪問計劃	陳雅萍	人本基金會教育中心主任
11/07	溝通教戰守則（六）：了解對方 II —從訪問過程中重新建立與孩子的關係		

課程時間： 每週六下午 14:00—16:30（觀點時間 2 小時+實踐練習 30 分鐘）

課程費用： 全選 3600 元；單堂選課 500 元/堂。（僅開放第一堂、第二堂可作單堂選課）

NEW 親職力 UP 給家長的親職素養課

因為 108 課綱，「素養」一躍成為未來教育的關鍵字。而「素養」到底是什麼呢？指的是一個人為了適應現在生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度。

而孩子的成長，除了課業學習成就、同儕團體相處問題，校園外的生活，無不也是關卡重重，諸如人際關係應對及處理、溝通與情緒管理、面對未來的探索和發展…等等。我們相信，孩子的身邊，有父母持穩的陪伴與支持，他就能夠走得更好、更遠。

與其迫於應付林林總總孩子的問題，不如現在就起步準備，超前部署！

《給家長的親職素養課》提供您不侷限於理論與技巧的課程，更關注在親子生活的應用與實踐。全系列將以「自主行動」、「溝通互動」及「社會參與」三面向，架構九週主題課，支持您有效掌握問題、正向迎接挑戰，翻轉舊觀點，開展新方法，穩健地與孩子一起迎向未來！

日期 (四)	主題名稱	講師	講師介紹
10/8	放與不放之間，孩子學習態度怎麼教？	陳雅萍	人本基金會教育中心 主任
10/15	閱讀素養怎麼養？—從大人不懂的《鬼滅之刃》談起	劉定綱	奇異果文創創辦人暨創 意總監
10/22	陪孩子面對人際相處的問題	李慧貞	人本基金會新竹分會 主任
10/29	有怪獸？！避免衝突對立的親師溝通法	吳麗芬	人本教育基金會數學想 想國總監
11/5	不一樣？都一樣！—從焦慮，談性別平等教育	莊淑靜	台灣性別平等教育協會 常務監事、教育部第 8 屆 性別平等教育委員會委 員
11/12	杏仁核當家？—從大腦發展切入，陪出掌握情緒力的孩子	陳生慶	曾任森林小學生活主任、 人本資深親職講師
11/19	一言九「頂」？—有效溝通從聽懂孩子的話開始	陳培瑜	兒童書店創辦人、金鼎獎 評審、知名繪本主編
11/26	才不是話術嘞！走進孩子心坎的說話法	陳伯娟	人本資深親職講師
12/3	究極素養—愛自己！	簡玉芬	出版社總編輯、 人本資深親職講師

課程時間： 每週四上午 09:30—11:30

課程費用： 全選 4000 元；任選兩堂 1000 元。

NEW 親職力 UP 給家長的親職素養課（夜間課）

因為 108 課綱，「素養」一躍成為未來教育的關鍵字。而「素養」到底是什麼呢？指的是一個人為了適應現在生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度。

而孩子的成長，除了課業學習成就、同儕團體相處問題，校園外的生活，無不也是關卡重重，諸如人際關係應對及處理、溝通與情緒管理、面對未來的探索和發展…等等。我們相信，孩子的身邊，有父母持穩的陪伴與支持，他就能夠走得更好、更遠。

與其迫於應付林林總總孩子的問題，不如現在就起步準備，超前部署！

《給家長的親職素養課》提供您不侷限於理論與技巧的課程，更關注在親子生活的應用與實踐。全系列將以「自主行動」、「溝通互動」及「社會參與」三面向，擷取四場主題課，支持您有效掌握問題、正向迎接挑戰，翻轉舊觀點，開展新方法，穩健地與孩子一起迎向未來！

日期 (二)	主題名稱	講師	講師介紹
9/29	放與不放之間，孩子學習態度怎麼教？	李慧貞	人本基金會新竹分會主任
10/6	才不是話術嘞！走進孩子心坎的說話法	陳伯娟	人本資深親職講師
10/13	杏仁核當家？—從大腦發展切入，陪出掌握情緒力的孩子	陳生慶	曾任森林小學生活主任、人本資深親職講師
10/20	究極素養—愛自己！	李慧貞	人本基金會新竹分會主任

課程時間： 每週二夜間 19:00—20:30

課程費用： 全選 1800 元；恕不開放單選。

【開放邀約】



歡迎桃竹苗地區家長讀書會、社團、機關團體來電商洽。團體固定出席人數 8 人以上，請自行協調上課場地與設備。

聯絡請洽 03-5542322 人本新竹分會 陳小姐