

# 正向聚焦~帶給孩子成長力量的回應技巧

親愛的家長您好：

身為家長的你，小時候有被誇獎過嗎？成長階段，您是否也曾渴望大人的鼓勵與肯定，但往往得到的卻是指責與「做得不夠好」？家長與老師們總希望能跟孩子有良好互動，但我們往往習慣先看到孩子「沒做到」、「做不好」的地方，以批評、指責、否定的態度要求改進，不但無法給予孩子成長力量，反而使親子關係更加緊張。現在的主流教育和教養觀念，提倡正向管教，然而有心想採用正向管教的家長們卻發現，當我們想要欣賞孩子的美好，卻往往找不到可以肯定的地方，最後仍只看見孩子的外在表現。

這學期的家長輔導知能工作坊，我們很榮幸邀請陳志恆心理師來向大家一起分享，如何以正向聚焦的方式，帶給孩子成長的力量。藉由專業心理師的分享及引導，期盼能為家長們帶來更多親子溝通互動的想法與策略喔！

這學期的輔導知能課程非常豐富又實用，歡迎家長們一同來聆聽增能喔！☺

## ★本學期輔導知能工作坊-課程內容規劃：

| 上課日期及時間                 | 上課主題內容                | 上課講師   | 上課地點                        |
|-------------------------|-----------------------|--------|-----------------------------|
| 10/22(四)<br>09:30-12:00 | 正向好奇的眼光：正向聚焦的運作原理     | 陳志恆心理師 | 社區共讀站<br>(進綜合大樓1樓門口<br>右手邊) |
| 11/19(四)<br>9:30-12:00  | 多元豐富的觀點：正向聚焦的30種變化形式  |        |                             |
| 12/17(四)<br>9:30-12:00  | 時時刻刻的表達：強化正向聚焦有效實踐的秘訣 |        |                             |

㊟小提醒:主題具有連續性，希望參與者可以都到喔!

★講師:陳志恆心理師

★現職:iSpace 愛心理合作講師/各機關學校心理衛生專題講師

★經歷:

中等學校輔導教師、輔導主任/教育部校園性別事件調查素養人才庫專業人員/臺灣神經語言程式學學會(TBNLP)常務理事/新竹市生命線協會「員工協助服務方案」特約講師/各學校、企業、社福、心理衛生機構合作講師

※請輔導股長將**有意願報名參加**的家長回條於9/30(三)前送回輔導處，

若有未竟事宜，請洽詢輔導組。TEL：2267-5135 轉 502

## 109 學年度第 1 學期【家長輔導知能工作坊】參加意願回條

家長姓名：\_\_\_\_\_（我是\_\_\_\_年\_\_\_\_班\_\_\_\_號\_\_\_\_\_的家長）

連絡電話：\_\_\_\_\_

★此工作坊完全免費，欲參加者我們將再與你連絡確認喔！☺

# 新北市立土城國中 109 學年度第 1 學期 家長輔導知能工作坊照片

◎主題：家長輔導知能工作坊：

- (1) 正向好奇的眼光：正向聚焦的運作原理
- (2) 多元豐富的觀點：正向聚焦的 30 種變化形式
- (3) 時時刻刻的表達：強化正向聚焦有效實踐的秘訣

◎進行方式：設計主題工作坊，廣邀土城國中對此議題感興趣、也願意自我探索及成長的家長、教師參加，除了深入了解課程主題內容外，亦能透過團體的討論及省思，增進自身之能量，進而有機會提升輔導知能。

◎日期：10/22(四)、11/19(四)、12/17(四)上午 9:30-12:00

◎地點：第一會議室、社區共讀站

◎講師：陳志恆心理師(外聘講師)

活動照片：



邀請外聘講師到校分享親子溝通的具體方法，透過正向聚焦原理及 30 種變化形式協助家長培養正向眼光看來孩子們的問題行為，以期能更加貼近孩子們的內心世界，陪伴他們度過青春風暴期。