

臺南市同心圓家庭學苑一一三年親職教育父母效能訓練班實施計畫

壹、依據：教育部頒布之家庭教育法

第一條：為增進國民家庭生活知能、家人關係、健全家庭功能。

第九條：推展家庭教育之機關機構學校法人或團體如下：家庭教育中心、終身學習機構、各級學校、各類型大眾傳播機構、其他與家庭教育有關之公私立機構、法人或團體。

第十二條：家庭教育法之推展，以多元、彈性、符合終身學習為原則，依其對象及實際需要，得採演講、座談、參加成長團體、遠距教學、自學、服務推廣及其他適當方式，並結合大眾傳播媒體、網際網絡、行動通訊載具及其他資訊科技執行推展工作。

貳、目的：

- 一、建立父母穩妥可行的教養觀念，進而能做個愉悅稱職的好父母。
- 二、提供父母實用的親子互動技巧訓練，使之能做到雙贏的親子溝通。
- 三、培養具輔導理念與作法的家長，成為孩子生命中陪伴其成長的貴人。
- 四、對有心推動家庭親職教育的人士，提供親職及家庭相關課程及領導者訓練。
- 五、藉由良好親子互動關係的學習與家庭溫馨氛圍之營造，將學習與成長由家庭推展至社會。

參、主辦單位：同心圓家庭學苑

肆、協辦單位：台南市讀經文教協會、各國中小與幼兒園

伍、實施日期：自 113 年 9 月 3 日起至 11 月 12 日止

陸、活動時段：每週二上午八時卅分至十一時卅分，每次 3 小時，共 10 次

柒、活動地點：本市東區裕義路 682 號五樓(育節書院)中山高仁德交流道旁

捌、報名時間：即日起至 8 月 31 日截止(報名請進右下角 QRC 掃描器)

玖、諮詢專線：同心圓學苑執行長林秀瑛小姐(TEL:06-2098085 手機 0910740848)

拾、參加資格：國中小與幼兒園家長、隔代教養的祖父母、社會人士

拾壹、參加名額：三十二名

拾貳、研習教材：美國賓州州立大學臨床心理學教授葛路易博士所著之「好父母」

拾參、課程內容：正確的親職教育觀念、父母該如何期待孩子、表達了解、如何接納孩子的情緒、父母該如何有效傳達自我訊息、家規的訂定與執行、如何有效鼓勵孩子、如何矯正孩子的偏差行為、技巧整合及運用等(課程表如附件一)。

拾肆、課程講師：同心圓家庭學苑創辦人龍台生先生暨工作團隊
(親職教育訓練班自 1981 年至今，總共已開辦了七十個班次)

拾伍、活動方式：採大堂理論闡示及小組技巧引導演練等方式進行。

拾陸、活動收費：秉持受益者付費的原則，由學員自付研習費新台幣 2000 元整(含書籍費 300 元)。有見於每年都有持續上課的學員，從今年起第二年續修學員酌收新台幣 1200 元，第三年續修學員則僅收新台幣 800 元，經費不足部分由同心圓家庭學苑補貼支應。(由於學苑係由熱心人士組成，義務提供全程服務。學苑成立至今已 34 年，目前無任何單位提供經費、活動場地含空調、資料等相關支援，竭誠歡迎有意願投入此活動的合作單位共襄盛舉)

拾柒、凡參與訓練課程滿三年，有意願參與活動推廣的有心人士，推薦參與進階培訓進入學苑團隊。

拾捌、本次活動感謝賈惠洲醫師無償提供育節書院的場地使用。

拾玖、本計畫依同心圓家庭學苑 113 年度推展工作計畫實施，修正亦同。



同心圓家庭學苑一一三年親職教育父母效能訓練班課程表

活動項目 課程 週次 / 內容時間	研習主題內容	活動時間	小組技巧練習	活動時間
1	親職教育導論	9月3日 0830-1020	技巧演練	1030-1130
2	關懷、體察與期待	9月10日 0830-1020	技巧演練	1030-1130
3	知己知彼互敬互重	9月24日 0830-1020	技巧演練	1030-1130
4	我如何回答	10月1日 0830-1020	技巧演練	1030-1130
5	如何有效傳達父母訊息	10月8日 0830-1020	技巧演練	1030-1130
6	成功矯正的秘訣--規劃	10月15日 0830-1020	技巧演練	1030-1130
7	神奇的湧泉-讚賞	10月22日 0830-1020	技巧演練	1030-1130
8	家規的訂定與執行	10月29日 0830-1020	技巧演練	1030-1130
9	執行家規應有的態度	11月5日 0830-1020	技巧演練	1030-1130
10	融會貫通應用自如	11月12日 0830-1020	技巧演練	1030-1130

※本課程規畫架構係採用美國葛露易博士的《好父母》 Parenting Skills Leadership Training Workshop

※本訓練班自80年起至今，未間斷地已經連續開辦了34個年頭(總計也已開辦了超過70個班次)，

課程內容以《好父母》為主架構，多年來逐年融入了最新的理論和究，資料豐富且實用。



課程主題探討內容包含有：

- 1、孩子應該擁有怎樣的童年？
- 2、孩子為什麼不乖？老是不聽話？
- 3、我是怎樣的父母？我希望自己是怎樣的父母？
- 4、我是怎麼學會當父母的？在自己原生家庭中我的體察又是什麼？
- 5、我對孩子有哪些期望？為什麼會有這些期望？
- 6、孩子曾經讓你失望嗎？這時你是如何處理親子關係的？
- 7、你覺得自己瞭解孩子嗎？孩子會對你說心裡話嗎？
- 8、通常你是怎麼跟孩子對話的，能好好聽他們說話嗎？能夠充分溝通嗎？
- 9、你覺得自己對孩子的要求多嗎？通常他們的達成率有多少？
- 10、當孩子有好的表現時，你是如何表彰他們的？
- 11、你會為孩子設定學習和勞力目標嗎？內容和方式又是如何？
- 12、當孩子惹你生氣時？你是如何面對和處理的？
- 13、你是如何處理兄弟姐妹之間的衝突和糾紛的？效果如何？
- 14、你和另一半對子女教養的態度和方式一致否？是如何協調和運作的？
- 15、你曾經對自己的教養方法懷疑和內疚否？後續又是如何面對及處理的？
- 16、你覺得現在所處的環境和氛圍，使得教養變得複雜和困惑否？