

2019 年聖保祿醫院精神科〈夏季社區講座〉

正向教養齊步走，親子關係要溝通

早期的父母、老師，常以打罵的方式管教孩子，認為孩子若不聽話、有不對的行為，就是要打、要罵，才會學乖。打罵之所以容易被採用，是因為對於孩子的問題行為，可較即刻地產生效果，孩子因為怕遭到打罵，而不敢表現出問題行為，或可督促自己表現好。但打罵教育卻會造成許多負面影響，且效果只是暫時的，就長遠來看通常是得不償失。隨著教養觀念的進步，現在已有愈來愈多父母、老師了解打罵可能造成的問題，而開始改變做法。然而在學校與家庭中，常看到的現象是「打」確實減少了，但「罵」卻仍然少不了。許多教養者苦於「知道打罵不好，但孩子就是持續出現負面行為，不理會管教，除了打或罵以外找不到其他辦法可改善孩子的問題」。

「正向教養」，即為能夠有效因應前述困擾的方法，然而正向教養技巧的使用，卻並非如同字面所述一般的直接，只要「正向」或僅是「不打罵」就好，而是要有適當的判斷、良好的拿捏及運用，才能發揮最佳效果。即便在正向教養的奉行者當中，也時而會見到兩種現象，其一為無法有效、適當地執行正向教養技巧，另一為自認是正向教養，但做法實則已對孩子形成過度溺愛或過度保護。當然，兩者都將造成孩子的問題行為愈來愈明顯、嚴重，也可能使得教養者漸累積生氣、挫折等情緒，終究暴發而對孩子打罵，其後又感到後悔，擔心孩子可能因此受到心理傷害，欲加以彌補，陷入持續的問題循環。

只要對正向教養的概念與執行方法有充分了解，其實可發現正向教養並不難，使用相關技巧時更是能得心應手。本次講座即邀請到此方面領域的專家，蘇敬文臨床心理師，針對正向教養與親子溝通互動技巧等主題，為我們深入淺出地進行說明。您將會發現，親子間的相處關係不需要再是緊繃、對立的，在雙方都能感到愉快與滿意的狀態之下，也可有效地引導孩子增加正向、良好的行為表現，並產生長期穩定維持的效果。

- ◆ **講座對象：**有興趣了解相關知識的一般民眾、專業人士、及本院同仁。
- ◆ **講座日期：**108 年 8 月 3 日（星期六）上午 9:00-12:00。
- ◆ **講座地點：**聖保祿醫院 C 棟 7 樓會議廳（桃園市桃園區建新街 123 號，交通資訊請上網至 <http://www.sph.org.tw/about-hospital/hospital-transportation/>查詢）。

◆ 講師介紹：

➢ 蘇敬文 臨床心理師

- ◇ 學歷：輔仁大學臨床心理系學士，長庚大學臨床行為科學所臨床心理學組碩士。
- ◇ 經歷：財團法人耕莘醫院兒童發展中心臨床心理師，林口長庚醫院兒童心智科臨床心理師。
- ◇ 現職：聖保祿醫院精神科臨床心理師，淨開心心理治療所臨床心理師，桃園市特殊教育專業團隊臨床心理師。

◆ 課程內容：

時間	主題
8:40-9:00	報到
9:00-9:10	開場、課程介紹
9:10-10:00	淺談正向教養
10:00-10:50	冰山理論：認識行為背後的內心
10:50-11:00	休息時間
11:00-11:50	親子溝通模式介紹與實務分享
11:50-12:00	討論

- ◆ 上課費用：課程費用每人 200 元。於 108 年 7 月 15 日前報名與繳費者，可享有早鳥優惠價 100 元，其後皆為原價收費。

◆ 報名方式：下列方式二選一。

- 現場報名：於講座當日之前，親至本院 C 棟 7 樓日間照護中心繳交講座報名表並同時以現金繳費。
- E-mail 報名：請先完成匯款後，將收據黏貼於講座報名表，使用手機拍照，或掃描為電子檔案。寄送至電子信箱 kevin10502@mail.sph.org.tw。

◆ 匯款帳號：

- 銀行行名：國泰世華銀行桃園分行
- 戶名：沙爾德聖保祿修女會醫療財團法人
- 帳號：034505038276
(附註：跨行轉帳手續費 15 元；匯款手續費 30 元；但個別銀行可能另有規定，請斟酌合適之繳費方式。)

- ◆ 講座洽詢電話：(03)3613141 轉分機 7694，找陳心理師。此分機設有語音信箱，若需留言時，請告知姓名、聯絡電話等相關訊息。

2019 年聖保祿精神科<夏季社區講座>報名表
正向教養齊步走，親子關係要溝通

姓 名		性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
年 齡		教育程度	
工作單位		職 稱	
聯絡方式	電話（日）： （手機）：	電話（夜）： E-mail：	
對課程的 期待			
匯款收據影本 黏貼處			
備註	<p>◇ 本院精神科心理師將定期彙整報名表，並於每週五下班前以 e-mail 或電話通知報名成功。若您在寄送 e-mail 報名表<u>一週後</u>仍未收到通知，請致電 (03)3613141 轉 7694 詢問。</p>		