

109年新竹市家庭教育中心辦理學校種子志工「P.E.T. 父母效能訓練工作坊」

一、活動目的

1. 藉由學校家長、志工組成學習團隊推動學校親職效能，以建立學校與家庭間的良好互動關係，為學生打造更加健康積極的學習及生活環境。
2. 利用學校家長、志工人力資源傳達親職教育學習理念，增進學校與家長的情感，從而凝聚學校與家長間的力量，營造學區內濃厚的學習氛圍。

二、辦理單位

1. 指導單位：教育部／新竹市政府
2. 主辦單位：新竹市家庭教育中心、新竹市東區三民國小

三、對象、名額及地點

1. 學校家長、志工，人數 10-15 人，完全免費。
2. 地點：三民國小復中樓二樓家長會辦公室



四、活動日期、時間、內容

父母效能訓練 (P. E. T.) 開始於五十年前，是美國第一個父母訓練計畫，指導父母如何有效地與孩子溝通，並提供循序漸進的方針解決衝突，使每個人在家庭生活中都是贏家。這本受人推崇且推廣於全世界的書籍，不僅是親子教養書的經典，更能使您從中獲得益助。

讀書會是一個團體的相互學習、模仿、取鏡，就像雁鳥團隊合作一樣，在學習中讓自己與家人邁入幸福，歡迎您參加。

★書籍名稱：P. E. T. 父母效能訓練／湯瑪斯·高登／新雨

★109年9月24日-11月19日每週四 9:00-11:00

場次	日期時間	講題	文本內容
一	9/24	團體暖身	一、父母只有被責備，而無接受訓練的機會 二、父母是人，不是神
二	10/8	積極聆聽	三、要如何聆聽，才能使孩子吐露心聲：接納的語言
三	10/15	積極聆聽	四、發揮主動聆聽的效用
四	10/22	我訊息	五、如何聆聽嬰幼兒的「牙牙學語」？ 六、父母應該怎麼說話，孩子才願意聽？
五	10/29	我訊息	七、發揮「我訊息」的效用 八、藉著調整環境改變孩子的行為
六	11/5	需求衝突 一： 雙贏法	九、不可避免的親子衝突：誰該獲勝？ 十、父母的權威：必要且合理嗎？
七	11/12	需求衝突 二： 雙贏法	十一、運用「沒有輸家」的方式解決衝突 十二、父母對「沒有輸家」的害怕及憂慮 十三、發揮「沒有輸家」的功用
八	11/19	如何面對與孩子的 價值觀衝突	十四、父母如何避免被孩子開除 十五、父母如何調整自己以避免親子間的衝突？

★本案聯絡人：故事社志工李莉綾 0916-739-060、莊麗玲 0953-498-619

★報名時請留下以下資訊

家長姓名：_____ 孩子的班級及姓名：_____年_____班

連絡電話：_____ ☆請於 109 年 9 月 15 日(二)前完成報名