**惠民醫院親子教育課程報名表**

我是個好媽媽(爸爸)，

不是因為我兒女多有成就，

不是因為每次兒女都表現優良…

我是好媽媽(爸爸)，

是因為我願意為愛學習。

當父母也是需要學習，

所有對孩子的溝通、規範、引導，

都是需要先有愛與接納做基礎。

**為提升家庭的親子關係，本院與愛盟家庭文教基金會舉辦兒童親子教育課程，歡迎你一起參加，課程內容見下一頁。**

上課地點：惠民醫院二樓會議室

上課時間：週五，中午12:15-13:15

課程有十周

預計日期為: 7/3, 7/10, 7/17, 7/24, 7/31, 8/7, 8/14, 8/21, 8/28, 9/4,。

**課程內容有兩種，您若有興趣或有需要，可以兩項都勾選，本院將擇多數，先辦一種，下一期再辦第二種。**

* 一、兒童親子教育課程對象：0-10歲孩子的父母
* 二、青少年親子教育課程對象：11-18歲孩子的父母

**報名者姓名：**（兒童人數及年齡：歲，人）

**聯絡電話：**

**email：**

**午餐特殊需求：** 素 葷 皆可

費用 500元：待確定舉辦日期前一週前繳交

**為鼓勵參與，全程參加者，結業後全數退還；參加至少7次者，退300元。**

**課程內容 (**若想知道更多細節，可電話06-9272318#320，聯絡社工 陳小姐)

**一、兒童親子教育課程**

對象：第一個孩子的年齡0-10歲孩子的父母

課程內容：五大主軸，十次課程

1. 建立穩固根基

1-1 家庭的角色

1-2 健康的家庭生活模式

2. 滿足兒女的需求

2-1 五種愛之語：言語和肢體的接觸

2-2 五種愛之語：時間、禮物和行動

3. 設立界線

3-1 有愛也要有界線

3-2 幫助孩子做好的選擇

4. 教導健康的人際關係

4-1 人際關係的以身作則和練習

4-2 處理怒氣 (我們和孩子的)

5. 父母的長期目標

5-1 鼓勵孩子負責任

5-2 傳承信仰與價值觀

**二、青少年親子教育課程,**

對象：第一個孩子的年齡11-18歲孩子的父母

課程內容：五大主軸，十次課程

1. 記住最終的目的

1-1 了解過渡時期

1-2 建立穩固的關係

2. 滿足青少年的需求

2-1 五種愛之語

2-2 有效的溝通

3. 為青少年立界線

3-1 漸漸放手

3-2 鼓勵負責任

4. 培養健康的情緒

4-1 處理怒氣 (我們的和他們的)

4-2 化解衝突與處理壓力

5. 幫助孩子做好的選擇

5-1 用更遠的眼光來看

5-2 預備我的青少年