**《快樂父母班》**

很多爸媽遇到教養困擾，是覺得搞不定小孩，但通常更核心的問題是搞不懂小孩。小孩覺得你懂不懂他，是能否打開心門的關鍵，這包含著『懂小孩的能力』、『幫助小孩弄懂的能力』、『讓小孩知道你懂的能力』。

懂小孩，需要一種眼光，越過行為表象，看到背後原因及需求；

幫小孩弄懂，需要方法學，讓孩子透過覺察跳脫自我中心；

讓小孩知道你懂，需要勇於面對，唯有立基於對自己的理解與接納，才能給出真正的“懂”。

【快樂父母班】將由人本教育基金會資深親職講師陪著爸媽一步一步掌握『懂』的關鍵方法。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日期****（二）** | **課程名稱** | **講師** | **講師介紹** |
| 3/29 | 情緒不穩的孩子怎麼了？─協助孩子調控情緒 | 陳雅萍 | 人本教育基金會教育中心主任 |
| 4/12 | 講不聽的孩子怎麼了？─『說』的方法 | 李振源 | 執行長室人權與教育政策專門委員、森林育顧問 |
| 4/19 | 走進孩子的內心世界─讓溝通成為愛的傳遞 | 余婕綾 | 人本教育基金會森林育主任數想教師 |
| 4/26 | 陪孩子面對挫折─讓孩子用思考與覺察為自己增能 | 陳生慶 | 人本資深親職講師 |
| 5/3 | 陪孩子面對學校問題─化阻力為助力 | 吳麗芬 | 人本教育基金會數學想想國總監 |
| 5/10 | 懂自己，才能真的弄懂小孩─重新認識自己 | 陳培瑜 | 兒童書店創辦人金鼎獎評審知名繪本主編 |

課程時間：週二上午09:30 – 12:00 （講師時間2小時，小組時間30分鐘）

上課地點：台北市羅斯福路三段277號7樓（台電大樓對面，近捷運台電大樓站２號出口）

課程費用：全選3000元，單堂選課550元／堂