



## 二、行政作為

### 辦理親職教育講座之相關活動

親子溝通有哪些技巧與祕訣？如何和孩子作有效的溝通？如何說才能讓孩子心服口服而還能維持親密關係？輔導室於4月25日上午辦理教育優先區家長親職教育講座，特別邀請到台南市臨床心理師公會理事長-葉金源資深臨床心理師，透過「談親子溝通-教您如何唸小孩」專題，分享他二十多年的寶貴的實務經驗。

講座中設計了兩人一組的觀察描繪活動，幫助家長們貼近孩子及另一半的心；而透由聚焦談話練習，針對問題一次一件分開處理，就能避免『遷拖』，孩子就不會覺得被冤枉，就不會把對他的指正，歸咎於家長對他一向看不順眼，而忽視了真正的問題。

感謝葉心理師傳授教養祕訣，幫助家長們發現在平日管教孩子時常慣用太籠統一般化的語句，導致親子互動不良之癥結所在。葉心理師的傾囊相授，讓家長們知道唯有教養出有感覺、有感情、有人性的孩子，親子關係才能更溫馨和諧。講座相當精彩，讓所有參與家長們都覺得獲益良多。

建設性的批評四部曲的練習：

1. 當你……(描述具體事件)
2. 我覺得……(描述自己對這件事的感覺)
3. 我希望…(表達希望對方改變的具體行為)
4. 我相信……(肯定彼此的關係)



