**~~新竹女中第29期家長讀書會邀請函~~**

**1-09**

**親愛的家長朋友：您好！**

當「爸爸」或「媽媽」已經很久了，現在的您是否願意撥出時間、空間當「自己」？藉著閱讀，從中結識新夥伴、聽聽新觀念或是分享生活經驗，相信會有不同的收穫與成長，在此，熱情邀請您加入新竹女中第29期家長讀書會。

* 本期讀書會主題為：內在小革命。

新的一年到來，過去的生活方式，無論在生活態度，生命態度或是親子互動，都一定程度的造就了我們現在的生活方式，如何更新以求自在，是此次讀書會希望傳達的訉息。

* 進行方式：透過導讀、體驗活動與分享，與文本交流也與自己和團體成員對話。
* 帶領講師：楊惠娟心理師。
* 參加對象：本校學生家長40名，以在校學生家長優先；有剩餘名額開放社區家長。

關於參加人數的說明：以往我們總希望將好的活動與更多家長分享，期待能給予家長更多自我成長的機會，我們也樂於這樣做，此次我們在活動更細緻化的考量下，希望參與讀書會的家長能有更多深度的互動、心靈的分享，有時候讀書會的成員可以在團體內更有信任感、更多自我坦露、更多的互動練習，如此才能讓學習從大腦、走向內心、帶入生活，也才能真正發生一些內在的小革命，因此請大家包容我們在這次的活動中限制了人數。

也因此，請您在報名前，仔細考慮您確定八次讀書會時間都可以出席，這是對自己的承諾，也是對讀書會夥伴的承諾，期待成員的固定能讓夥伴間的信任感更好，收穫也更大。

對於此次向偶的讀書會夥伴，也許我們可以把時間留下來給其他的活動，例如本學期我們會另外辦理親職講座，這樣的大型講座活動，就歡迎舊雨新知多多給予我們支持唷！

* 我們希望：提供心靈交流成長平台，增進相互支持的力量，達到快樂做自己的目標。
* 上課地點：新竹女中行政大樓二樓會議室。
* **報名方式:網路報名 報名網址:** [**http://goo.gl/1f8evR**](http://goo.gl/1f8evR)**(可上竹女網站首頁連結)**
* **報名期間：104年2月26日12:00起至104年3月2日16：00止 (額滿即截止)**

歡迎各位家長參與，期待與您相遇在竹女讀書會!

1-09

**~~新竹女中第29期家長讀書會時間表~~**

**1-09**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **次數** | ***日期*** | **時 間** | **內 容 主 題** | **備 註** |
| 一 | 03/05（四） | 09：00~11：30 | 1.領書  2.介紹岡田尊司的"母親這種病"與  一行禪師的"祈禱的力量"並分組 | 帶領人：  楊惠娟心理師  清華大學諮商中心兼任諮商師 |
| 二 | 03/19（四） | 09：00~11：30 | 以「母親這種病」自我覺察 |
| 三 | 04/02（四） | 09：00~11：30 |
| 四 | 04/16（四） | 09：30~11：30 |
| 五 | 04/30（四） | 09：00~11：30 | 以「祈禱的力量」作行動綱領 |
| 六 | 05/14（四） | 09：00~11：30 |
| 七 | 05/28（四） | 09：00~11：30 |
| 八 | 06/11（四） | 09：00~11：30 | "心靈廚房"的影像對話 |

**書籍資訊：**

第一本：母親這種病：現代人的心靈問題，可能都來自於母親？作者：[岡田尊司](http://search.books.com.tw/exep/prod_search.php?key=%E5%B2%A1%E7%94%B0%E5%B0%8A%E5%8F%B8&f=author)，譯者：[張婷婷](http://search.books.com.tw/exep/prod_search.php?key=%E5%BC%B5%E5%A9%B7%E5%A9%B7&f=author)，出版社：[時報出版](http://www.books.com.tw/web/sys_puballb/books/?pubid=ctpubco)，定價：320元。

第二本：祈禱的力量，作者：[一行禪師](http://search.books.com.tw/exep/prod_search.php?key=%E4%B8%80%E8%A1%8C%E7%A6%AA%E5%B8%AB&f=author)，譯者：[施郁芬](http://search.books.com.tw/exep/prod_search.php?key=%E6%96%BD%E9%83%81%E8%8A%AC&f=author)，出版社：[橡樹林](http://www.books.com.tw/web/sys_puballb/books/?pubid=hsiangshu)，定價：250元

1-09

**103學年度第29期家長讀書會照片**

**時間:104年3月5日 ~6月11日**

**地點:行政大樓二樓會議室**

|  |  |
| --- | --- |
| IMG_0524 | 29期家長讀書會始業式 |
| 始業式主任開場 | 活動海報 |
| DSC00106 | IMG_0532 |
| 建立情感安全基地 | 帶領人楊惠娟心理師 |

**103學年度第29期家長讀書會照片**

**時間:104年3月5日 ~6月11日**

**地點:行政大樓二樓會議室**

|  |  |
| --- | --- |
| IMG_0546 | IMG_0551 |
| 家長分享 | 家長分享 |
| IMG_0567 | IMG_0568 |
| 分組討論 | 老師導讀 |

**103學年度第29期家長讀書會照片**

**時間:104年3月5日 ~6月11日**

**地點:行政大樓二樓會議室**

|  |  |
| --- | --- |
| IMG_0984 | IMG_1684 |
| 愛的共榮生命分享 | 母親這種病導讀 |
| IMG_2382 | IMG_3027 |
| 母親節前夕給孩子的話 | 分組討論 |