

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 43 期家長讀書會。



本期讀書會主題為：《我們，相伴不相絆》

「人生為何而活？」成為父母後，是不是都將自己所有的精力、資源都放在孩子身上，希望他能健康快樂的長大。我們一直很努力想當個好父母，不斷的學習教養技巧、專家理論…，但孩子卻不符期待，想要當好父母，愈用功愈焦慮，這似乎不全是教養的問題，而是我們和自己的課題。

郭葉珍老師用「無為而治」的方式與孩子互動，適時的放手，鼓勵孩子聽見內心真正的想法、做真正想做的事、嘗試發現其他的潛能，而不是用外界以為的應該和常規來衡量。讓孩子成為一個獨立、能為自己的決定而負責任的大人，讓父母把眼光從孩子轉回自己，給彼此空間相互成長。

健康而成熟的親子關係，應是既能和孩子相互安慰陪伴、帶領彼此成長，卻不抱著犧牲自己而成就對方的心情，保持既親密又獨立的狀態。讓我們一起跟著郭葉珍老師的文字與涂心理師的引導，成就「相伴卻不相絆」的親子相處之道，學習照顧孩子也照顧自己。



- ★ 帶領講師：涂冠如諮商心理師。
- ★ 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。
- ★ 讀書會人數限制說明：
為使參與讀書會的家長們能有更多深度互動、心靈分享的時間，讓學習從大腦、走向內心、帶入生活，因此做了人數限制，請多多包涵，並把握報名機會喔！
- ★ 報名方式：採網路報名，網址：<https://ppt.cc/f0Ktyx>(可上竹女網站首頁連結)
- ★ 報名截止時間：**111 年 3 月 11 日 17:00 止**
- ★ 連絡電話：5456611#1601 彭晏晏小姐
- ★ 上課地點：新竹女中行政大樓二樓會議室

歡迎各位家長參與，期待與您相遇在竹女讀書會！

課程時間表

次數	日期	時間	內容主題	備註
一	10/27 (四)	0900-1030	018-077 頁/孩子教我的事	帶領人： 涂冠如諮商心理師
		1040-1210	080-180 頁 / 我的老子教養哲學(1/2)	
二	12/01 (四)	0900-1030	080-180 頁 / 我的老子教養哲學(2/2) 184-244 頁 / 孩子長大之後呢(1/2)	
		1040-1210	184-244 頁 / 孩子長大之後呢(2/2)	



※書籍資訊：《我們，相伴不相絆：國民媽媽郭葉珍無為而治的後青春教養》，出版社：三采 2020/03。

定價：450 元，代購 335 元。

※代購書籍的家長請務必於 3/29 當天前來取書繳款，感謝您的配合。