

國立新竹女子高級中學115學年度第一學期親職教育講座邀請函

《開箱治療室：從青少年諮商的歷程，看家長該做與不該做的事》



親愛的家長，您好！

當孩子遭遇困境、關上心門，或用叛逆與沉默將我們推開時，在厚厚的身影背後，他們正經歷著怎樣的內心風暴？身為父母，我們既心疼又焦慮，有時出於關心的話語，卻不小心讓孩子關得更緊、傷得更深。今年輔導室特別邀請光合心理諮商所 蘇俊誠心理師帶來專題講座：「開箱治療室：從青少年諮商的歷程，看家長該做與不該做的事」。

本次講座將打破枯燥的疾病理論，心理師將以豐富的實務經驗為基礎，將常見的憂鬱、焦慮、自我傷害、網路成癮及偏差行為，轉化為去識別化的真實模擬案例。帶領您親自「開箱」諮商室的日常，看懂心理師如何理解孩子的困境、如何透過諮商關係陪伴他們走出陰霾。讓我們一起走進青少年的真實心理世界，重新檢視父母的角色，學習在對的時刻，給予孩子最渴望且有效的陪伴。

講座報名資訊

講師：蘇俊誠諮商心理師

日期：115.11.04（三）09:00-12:00

地點：新竹女中行政大樓二樓會議室

報名網址：

<https://www.beclass.com/rid=305283a6ab233616930b>

報名截止時間：115/10/28(三)下午17:00截止

備註：報名請填家長個人Gmail帳號，作為講座行前通知，或改為線上講座時可加入Meet會議室，講座通知將於活動前二日寄出！



● 簡歷：

光合心理諮商所/光合創傷復原中心 所長
臺灣兒少權心會 理事
清華大學心諮系兼任講師
北美及臺灣阿德勒學會成癮預防諮詢認證

新竹女中家長讀書會邀請函 第51期



親愛的家長朋友：您好！

當「爸爸」或「媽媽」已經很久了，現在的您，是否也願意撥出一些時間與空間，回到「自己」？藉著閱讀，和新夥伴相遇、聽聽不同的觀點，也重新看看自己與孩子的關係。也許在書本與交流之間，我們會發現：教養不只是「把孩子教好」，也是一段重新理解孩子、理解自己，並與彼此建立連結的旅程。在此，熱情邀請您加入新竹女中第51期家長讀書會，誠摯地邀請您和我們一起聊書，也聊聊親子之間那些熟悉又不容易的日常。

本期讀書會主題為：《經營安全有趣的親子關係》— 共讀《照顧孩子的有效策略》

「安全依附」是建立健全親子關係的重要基礎，但究竟什麼是安全依附？在每天忙碌的生活裡，我們又可以怎麼做，讓孩子感受到安全、樂趣、喜悅與愛？面對孩子的情緒、需求與行為，有時候我們知道要陪伴、要理解，卻也可能在一次次的衝突與拉扯中感到疲憊。明明是出於關心，親子之間卻不知不覺多了緊張；想給孩子自由，又擔心失去界線；想好好溝通，最後卻又回到熟悉的責備與爭執。

本書作者以超過30年與兒童、家庭及創傷兒童工作的經驗，將看似複雜的依附理論，轉化為生活中實際可行的親子互動方式。從設限、引導，到面對孩子的負面情緒與日常相處難題，陪伴照顧者理解孩子行為背後的需要，也重新思考「關係」在教養中的位置。而這一次的讀書會，我們不只是一起讀懂書中的原則與方法。更想邀請家長一起停下來，回頭看看自己的成長經驗與親子互動，在一次次的分享與交流中，重新理解自己，也重新看見孩子，嘗試找尋更多創造連結的可能性。或許，安全的親子關係並不是沒有衝突，而是在衝突發生之後，我們依然知道如何回到彼此身邊。讓我們一起在閱讀中學習，在交流中整理，在關係裡重新發現——如何陪孩子長大，也如何讓自己在成為父母的路上，擁有更多安全、自在與幸福。

- ★ 帶領講師：蘇俊誠諮商心理師。
- ★ 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://www.beclass.com/rid=305283a6ab233efc95ea>
- ★ 報名截止時間：115 年 10 月 30 日 17:00 止
- ★ 連絡電話：5456611#1608 王小姐
- ★ 上課地點：新竹女中行政大樓二樓會議室



時間表課程

歡迎各位家長參與，期待與您相遇在竹女讀書會！

次數	日期	時間	內容主題	備註
一	115/11/18 (三)	0900-1030	經營安全有趣的親子關係 I	帶領人： 蘇俊誠諮商心理師
		1040-1210		
二	115/12/16 (三)	0900-1030	經營安全有趣的親子關係 II	
		1040-1210		

※書籍資訊：《照顧孩子的有效策略》，出版社：心理；作者：Daniel A. Hughes，請欲參加讀書會的家長自行購書。

※備註：報名請填家長個人 Gmail 帳號，作為講座行前通知，講座通知將於活動前二日寄出！



