

# 課程名稱 | 父母效能訓練

課程屬性 社會與生活

課程編號 931-1631

授課老師 龔萬侯

最高學歷/ 南華大學生死學碩士

相關學經歷/

- 南華大學生死學系兼任講師、台南人間大學講師、台南市家庭情緒智商發展協會理事長、秘書長。
- 2000年迄今 曾於百餘所各級學校、政府部門、企業、機關團體帶領各類心靈成長課程及人力資源培訓課程、工作坊；並多次獲邀到馬來西亞及中國大陸帶領心靈成長工作坊。
- 2011~2017年 台南市家庭情緒智商發展協會理事長。
- 2005~2011年 台南市家庭情緒智商發展協會秘書長。
- 2005~2006年 台南市社區大學婦女教育中心召集人。
- 2004~2007年 台南監獄榮譽教誨師。
- 2004~2005年 安溪寮家庭心靈活化計畫專案執行人。
- 2000~2005年 MRA家庭EQ發展中心主任。
- 2000~2004年 MRA高中青年志工服務隊召集人、導師。
- 2000年 與劉仁州老師共同創立「MRA家庭EQ發展中心」。
- 1999~2003年 道德重整協會理事、監事。
- 1997年 南台科技大學道德重整青年團指導老師。

現職/ 台南市家庭情緒智商發展協會 理事長

上課時間 每週五晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2004年04月16日 (星期五)

課程理念



## 關於這一門課：

### 1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

- ◆許多父母親迷信打罵教育，但是我堅信：「父母打罵小孩是無能的表現」。因為父母除了打罵之外，已經沒有辦法教導孩子學習正確的生活觀念，那不是「無能」嗎？
- ◆而我更堅信：「每一位為人父母者透過學習，都可以不打不罵，不動肝火的把孩子教導成循規蹈矩、負責任、守紀律、認真學習、會主動關心別人的好孩子。」
- ◆我想透過講授「父母效能訓練」這門課程，讓更多的家長(或成年人)有理念、有能力、有技巧，管教孩子不煩惱，達到闔家歡樂的美好狀況。

### 2. 修此門課需具備什麼條件？

凡是年滿18歲以上的「人」，而又想學會一套非常正確且有效能的教養子女的方法，你就放馬過來吧！我們都歡迎你的加入。

### 3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

上課的進行方式，除了有講師講授專業知識外，特別重視講師與學員間、學員與學員間的討論及互動。每位學員除了可以分享自己的閱讀心得、新學習的知識及技巧在家中運用的情形或疑問外

，亦可針對別人的分享給予回饋或建議；講師會歸納出共同的問題，主持集體討論並給予評述及建議。

每位學員都可以學會一套非常正確且有效能的教養子女的方法，並能成為或在將來成為一位受子女及自己喜歡的父母。

#### 4. 如何取得學分？（評量方式）

上課的進行方式，除了有講師講授專業知識外，特別重視講師與學員間、學員與學員間的討論及互動。每位學員除了可以分享自己的閱讀心得、新學習的知識及技巧在家中運用的情形或疑問外，亦可針對別人的分享給予回饋或建議；講師會歸納出共同的問題，主持集體討論並給予評述及建議。

每位學員都可以學會一套非常正確且有效能的教養子女的方法，並能成為或在將來成為一位受子女及自己喜歡的父母。出席率：30% 上課投入度：30% 心得寫作：40%

#### 5. 備註&推薦書目

指定教材 | 父母效能訓練（新雨出版社；作者：湯瑪斯·高登）。

建議閱讀書目 | 賞識你的孩子（上游出版社；作者：周弘）。

建議選修課程 | 後續可以選修「情緒管理」課程，以增強效果

招生人數 | 20 人（若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。）

學分收費 | 1 學分 1000 元（6 週課程/一次上課 3 小時）

週次	上課日期	課程主題	課程內容
1	2004-02-29 晚上07:00~09:50	父母是人，不是神！——跳出親子教育的迷思	1. 互相認識，建立共識，課程簡介。家家有本難念經。 2. 瞭解管教子女的常見迷思是什麼？ 3. 學習正確的教育子的觀念。
2	2004-03-07 晚上07:00~09:50	如何協助孩子解決問題？	1. 學習如何運用「問題歸屬原則」 2. 學習第一項絕招——「主動傾聽」
3	2004-03-14 晚上07:00~09:50	父母該怎麼樣解決自己的問題？	學習第二項絕招——「『我』的訊息」
4	2004-03-21 晚上07:00~09:50	1. 環境的魔力 2. 專制與開明的鬥爭	1. 探討如何藉著改變環境以改變孩子的行為 2. 探討親子衝突的常見模式 3. 探討父母使用權威的種種問題
5	2004-03-28 晚上07:00~09:50	解決親子衝突的秘技	學習第三項絕招——「第三方法」
6	2004-04-04 晚上07:00~09:50	1. 父母如何避免被孩子開除？ 2. 課程回顧與分	1. 價值觀衝突的面面觀 2. 父母改變態度以避免親子衝突 3. 課程總複習及學習心得分享