



提升初中生解難能力工作坊

胡恩恩姑娘

侯俊先生



你看起來好累

我剛吼了小孩
三百遍

德州媽媽沒有崩潰



老天鵝阿

小孩好難教

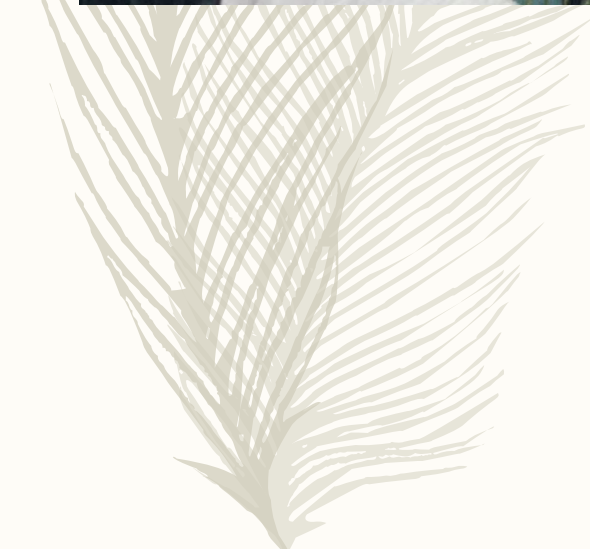
親密育兒法

德州媽媽沒有崩潰



德州媽媽沒有崩潰

他們什麼時候上大學



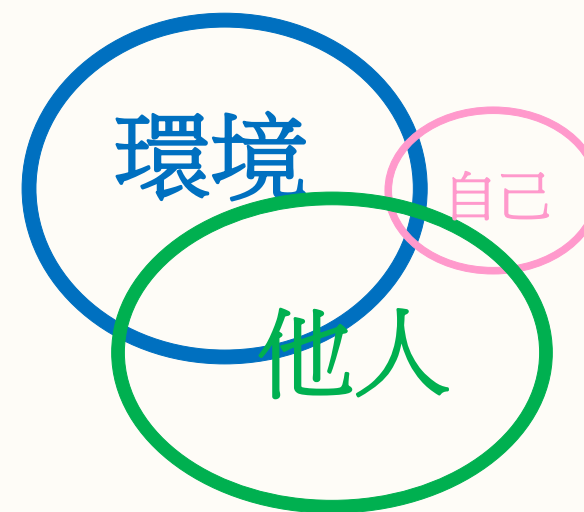
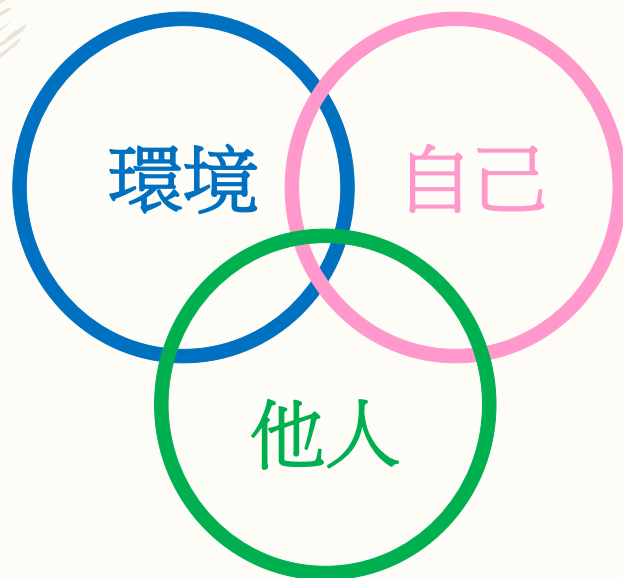


你在**11-14**歲時，人生最重要的事是

當時最大的困難是



物質豐裕的今日，當溫飽解決後，對關係、情感的需求愈來愈重要
e.g. 三代一齊住、婚姻變化 (講求父母的愛 家庭的溫暖)



解難能力

外間
資源

自信心

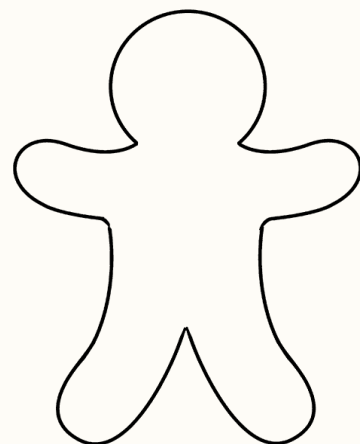
困難

技巧

知識

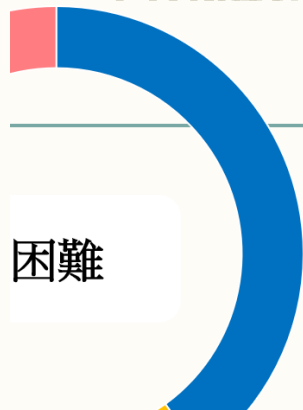


自信心



自信心

困難



你會找誰？

家人

朋友

專業人士

其他

外間
資源

困難

家人說過最令自己失望的一句話.....



良好親子關係是一切的起點...



沒有人天生就懂做父母，
有時子女出世後就仿佛
失去了自己，
愛自己，才可擁抱子女。



活動推介 - 抗逆有「家」



表達藝術活動

透過不同方式的表達藝術及遊戲活動，讓家庭能夠互相分享其家庭信念、看法和感受。



家庭靜觀歷程

透過靜觀體驗，讓家庭能對轉變有更大包容度，並發展同理心去理解家庭成員的不同經驗和感受。



家庭歷奇訓練

透過結合家庭輔導及歷奇訓練，讓家庭成員能夠經驗如何在家中建立彼此支持互補、共同解難等重要元素。

家庭相簿

在製作家庭相簿的過程中，讓家庭能重溫大家曾共同經歷的寶貴片段，並學習如何與家人分享和溝通，從而建立家庭力量。

