

113 學年度第 2 學期宜蘭高商 家庭教育系列活動

家長  學苑

跟薩提爾學親子溝通工作坊

◇ 講師：戴佐真 諮商心理師（展愛諮商所所長）

◇ 時間：114 年 4 月 12 日（六）9:00-16:00、

114 年 4 月 13 日（日）9:00-12:00，共 9 小時。

◇ 地點：國立宜蘭高商輔導室 團體諮商室

◇ 內容：

1. 壓力下親子溝通互動姿態的覺察
2. 覺知我的內在冰山
（感受、價值信念、期待、渴望、自我）
3. 自我情緒調節
4. 學習親子間一致性溝通

◇ 報名日期：即日起至 3 月 28 日止，以報名順序與報名表錄取 20 人。**鼓勵父母同行。**4 月 2 日公告錄取名單於宜商校網。

◇ 報名網址：<https://forms.gle/FDKTWkidsB4ax36PA>

或掃描左方 QR Code 填妥報名表單後送出。



宜蘭高商輔導室 邀請您一起學習