

☺為防治嚴重特殊傳染性肺炎，請您配合相關防疫措施並佩戴口罩☺

樂活家庭

婚姻、家庭、性別平等素養與生活

免費講座(每月第4個週六上午)



日期	時間	主題	內容	講師
4/24 (六)	10:00- 12:00	幸福溝通術～ DISC行為風格 測驗	一開始，因為他跟你很不同，被深深吸引； 在一起久了，卻覺得，原本最吸引你的地方 反而變成你們關係的地雷！？ 透過DISC行為風格測驗， 找到兩人溝通互動的關鍵密碼！ 讓你們溝通無往不利，關係甜蜜幸福。 1、DISC是什麼？ 2、我的DISC？他的DISC？ 3、DISC溝通關鍵密碼	李姿佳 臺灣兒少權益 暨身心健康促 進協會秘書長 /教育部性別 平等教育全球 資源網性平教 育人才庫師資
5/22 (六)	10:00- 12:00	你我之間，讓 愛流動～ 經營伴侶親密 與性關係的人 際地圖	家庭，孕育生命發展重要的所在地，我們渴 望從中學習與感受愛與被愛；然而，可能在 過程中錯過學習的機會，讓我們面臨挑戰。 無論是家庭當中的伴侶關係， 我們渴望找回關係中的親密與連結。 或者是，孕育孩子時， 我們期待與孩子建立更好的關係。 讓我們以新的視野，從新理解自己，鍛鍊能 力，建立以依附關係為主體的親子關係與性 教育，經營伴侶之間的親密與性關係。	陳姿暉 荷光性諮商專 業訓練中心 臨床心理師
6/26 (六)	10:00- 12:00	妳與我與他的 情感療癒時空	情緒如同無盡階梯循環，以為跌入萬丈深 淵，念轉、心轉，就能站上復原高點； 反之，以為站在情緒巔峰，不懂珍惜自我與 關係，可能正往萬丈深淵走去。 運用情緒空間桌遊療癒的圖卡與文字卡搭 配，協助在親子、伴侶、職場、朋友等情感 關係裡貼近自己的情緒與感受，同理別人的 處境與感覺，培養關係同理心。 學習讓情緒成為一種能與他人表達、溝通， 以及協調，增進關係親密感的最佳工具！	卡先生 Mr. Card 諮商心理師

♥性別友善 本活動歡迎所有家庭／伴侶／民眾參與 育兒友善

講座地點：臺北市家庭教育中心(臺北市吉林路110號，吉林路與四平街口)

* 搭乘公車請於「南京吉林路口」或「長春松江路口」下車

* 搭乘捷運請於「松江南京站」8號出口(向左轉至四平街再左轉步行約5-10分鐘)

【報名】請至臺北市家庭教育中心網站，或【電話】2541-9690 轉 820

提醒您如有發燒、呼吸道等症狀，請儘速就醫或在家休養；本中心將適度調整參與人數上限，保持空氣流通及現場座位距離，以維護參與者健康安全。活動報到處將提供酒精消毒並為您量測體溫，如有發燒症狀請勿進入課堂。如因疫情變化致課程取消或有其他異動，將統一於網站公布。

更多活動訊息請見本中心網站【<https://www.family.gov.taipei>】活動訊息查詢

善 用 3 C . 幸 福 3 T
全 家 共 讀 、 同 樂 、 一 起 動 一 動
愛 不 分 性 別 均 能 廝 守 ， 娃 無 論 男 女 皆 是 福 氣

廣告