

# 臺北市衛生局關懷父親健康月系列活動

## 新手爸爸 育嬰日記工作坊

親愛的新手爸爸們～你好嗎？相信今年的父親節對新手爸爸們來說心情特別不一樣，那種初為人父的心情一定是相當複雜的，每個孩子都是我們的寶貝，從懷孕起相信新手爸媽們就已經為這個寶貝的誕生做了很多準備，但即使我們作足了所有準備工作，在寶寶誕生後，仍會有許多我們不知所措的時刻。

新手父母通常因缺乏經驗，還不太能瞭解孩子的反應及需求，故在孩子的照顧與教養上都會比較辛苦，另夫妻間因開始學習共同照顧孩子，許多價值觀上的摩擦與衝突也會開始產生，夫妻間又將再經歷1次磨合期，若此時再加上不同世代的教養態度落差，祖父母過度干涉孩子的養育方式，勢必又可能產生新一波的家庭危機。

臺北市社區心理衛生中心多年來提供本市民眾心理衛生諮詢及衛教宣導活動，本次工作坊將提供新手爸媽幼兒養育的教戰守則，幫助新手父母瞭解如何依據孩子的個性提供不同之養育方式，以達到事半功倍的效果，既能幫助孩子建立常規，又能減輕新手父母照顧上的負擔，並教導新手父母如何與孩子從小建立起親子間的親密與信任感，以減少日後偏差行為問題之產生。

主辦單位：臺北市政府衛生局 社區心理衛生中心

辦理日期：102年8月3日（週六）下午14：00～17：00

辦理地點：臺北市社區心理衛生中心4樓講堂

（臺北市中正區金山南路一段5號-近忠孝新生站）

活動內容：

時間	活動名稱	講師
14：00～15：30	嬰幼兒性格大解密，教您如何從孩子的性格找到養育之道	陳以儒 臨床心理師
15：30～15：40	休息	
15：40～17：00	育兒經驗分享與解答	

備註：報名參加之民眾現場會準備小禮物，活動結束後還可參加抽獎喔！

## 講師簡介

姓名:	陳以儒
服務單位 及職稱:	暖昀心理治療所專任心理師 國立台北教育大學諮商中心兼任心理師
學歷:	中原大學心理系研究所臨床組
經歷:	彰化秀傳腫瘤醫院心理師 玉里榮民醫院心理師 台北聯合市立醫院婦幼院區早療評估中心臨床心理師 台安醫院兒童發展復健中心臨床心理師 童欣工作室心理治療所臨床心理師
證照:	臨床心理師
專長:	心理衡鑑 兒童臨床心理學 心身症, 適應障礙, 自閉症, 過動症, 學習障礙, 心理治療, 心理諮商, 人際關係問題, 兒童青少年問題

- 參加方式：1. 請上網報名，報名網址：臺北市社區心理衛生中心網站  
<http://mental.health.gov.tw/> 線上報名專區  
 2. 傳真報名：請將下表填妥後傳真至 02-3393-6588，並請來電確認。

人數限制：最多 30 名。（若報名人數過多，將以家中有 3 歲以下的孩子之父親優先錄取，歡迎夫妻共同報名）

洽詢電話：林心理輔導員 02-3393-6779 轉 31

新手爸爸 育嬰日記工作坊 報名表

姓名		性別		聯絡電話	
年齡		配偶同行	是 <input type="checkbox"/> 姓名：_____ 否 <input type="checkbox"/>		
孩子年齡		工作坊 期待			