

《兴家旺族之道》  
---构建和谐婚姻关系与亲子关系



**【课程背景】**

一个人一生都在追求幸福、孩子成才)。家庭兴旺的前提：是家庭和睦，兄弟一心，姊妹用心，夫妻同心，家族齐心！经营婚姻家庭，经营孩子，经营家族，光宗耀祖，回报社会，乃立世之根本！如果丧失了和睦美满家庭，女性幸福就是无源之本，无水之木，因此兴家望族之道是我们女性一生必修的功课！

幸福需要智慧，智慧需要学习，让兴家旺族之道帮助我们走在幸福道路上！

**【课程对象】**

当代女性同胞

**【课程形式】**

知识讲解 案例分析 头脑风暴 情景演练 视频播放 效果巩固 →

**【课程特色】**

独特：本课程最大特色是全程从心理学角度深入解析，从人性根本解决问题，唤起心灵觉醒。

**【课程时长】**

1天 (6小时/天)

**【课程老师】**

张瑶老师

**【课程大纲】**

**一、兴家旺族之婚姻关系篇**

---解码男女差异，构筑幸福美满婚姻关系

1、女人做好三个方面才能---兴家旺族

- 方向上引领好
- 生活上照顾好
- 事业上支持好

2、女人在婚姻家庭中是风向标

- 一个外向的男人，会被一个充满负能量的女人毁灭
- 一个内向的男人，也会被激情四射的女人点燃

3、如何在婚恋中了解男女双方的需求

丈夫对妻子的四大核心需求:

- 被崇拜
- 女人温柔
- 被信任
- 被支持

妻子对丈夫的四大核心需求:

- 安全感
- 忠诚
- 浪漫
- 被宠、被哄

4、婚恋关系中万万不可跨越五大高压线

- 坚持“我是对的”
- 依赖心态
- 不愿意内观
- 维持婚姻假和谐
- 婚外情（出轨）
- 不知道如何处理矛盾冲突

5、幸福婚恋需要“闯三关”

- 原生家庭关
- 天生气质关
- 男女不同关

体验活动：现场测试自己及伴侣性格密码

6、高品质的关系来源于高品质的沟通

“色”眼识人、了解自己、读懂对方

- 领取你的性格密码——我是谁？
- 领取伴侣性格密码——他要什么？
- 学习了伴侣心理沟通层次图
- 探索伴侣心理冰山
- 进入伴侣的心理世界（聆听与观察）
- 同理心体验
- 尽快进入伴侣心理舒适区

7、夫妻五种沟通模式对应的五种冲突模式

- 指责——攻击
- 讨好——屈就、服从
- 超理智——冻结、冷战
- 打岔型——逃避，避重就轻
- 内外一致、真诚型——寻求双赢

8、了解婚恋的危机期，保卫婚姻

我们的婚姻会经历四个危机期，如果你掌握了其中的秘密，你就能做到提前预防，提高婚姻抵抗力，保住婚姻、守住幸福。

解码婚恋中四大危机期以及如何顺利度过四个危险期？

婚姻会有4个危险期：

- 新婚不久

- 怀孕期 1 年不能 ML
- 有了孩子之后夫妻交流就变少，每天围着孩子转
- 40 岁之后

婚姻保卫法门：

- 应对方法一：当发现征兆，体贴、温柔
- 应对方法二：要自我情绪控制，消除误解
- 应对方法三：营造沟通氛围，集中讨论
- 应对方法四：心平气和，耐心听
- 应对方法五：创建共同的活动
- 应对方法六：不要羞于让步，要善道歉
- 应对方法七：要善于高挂，“我爱你”
- 应对方法八：掌握对方的需求

## 二、塑造和谐家庭之亲子关系篇

---解码孩子心理发展，构筑亲密亲子关系

很多这样的家长，事业很成功，一直都专注在自己的事业或生活中；却忽略了孩子心灵、思想上的关注和教育，当孩子 13、14 岁，猛然间发现：孩子不成才、不努力、甚至还有很多坏习惯！不听话、与父母关系不好、厌学、逃学……家长以为那么努力工作，是为了孩子！赚钱，是为了给孩子最好的教育、让他物质无忧！当发现孩子不像自己预想那样的时候，家长的整个精神、思想崩溃了！俗语说“龙生龙，凤生凤，老鼠的孩子会打洞”，在现实生活中，也许我们没办法为孩子提供非常优越的物质条件，但是我们同样可以为孩子的一生打下良好的基础，唯一的方法就是——改变自己！改变自己的行为方式以及处理好夫妻关系将是送给孩子最好的礼物。

因此家长学习亲子教育是当务之急！本课程将帮助家长走出误区，掌握核心亲子教育秘笈及方法！

### 1、全新父母角色的定位

- 自我目前状态的定位
- 原生家庭
- 父母座右铭
- 和睦家庭氛围的首要营造

### 2、影响孩子的沟通方法

- 孩子不同成长阶段的特点
- 孩子不同阶段的需求
- 亲子教育中的换位思考
- 不同沟通方式的有效选择
- 如何激励孩子

### 3、先进教育理念的更新

- 身教
- 培养孩子正确的价值观是首要的
- 读懂孩子的心

- 和孩子成为好朋友
- 培养一个令你欣赏的孩子
- 让孩子在摔倒中成长起来
- 挫折=存折

#### 4、不同状况孩子教育方法

- 延迟满足
- 要我学？我要学！
- 风往哪儿吹，旗往那儿飘！
- 专注力很重要
- 青春期性教育（早恋）
- 名人教育孩子案例（成龙、张国立教子失败的原因）

#### 5、家庭教育的禁忌

- 1、戒过度保护
- 2、戒过份宠爱
- 3、戒揠苗助长
- 4、戒过份专制
- 5、戒脸孔严厉
- 6、戒忽略孩子优点
- 7、戒忽略孩子说话
- 8、戒经常对孩子唠叨
- 9、戒嘲笑挑剔
- 10、戒对孩子乱发脾气
- 11、戒低估孩子能力

#### 6、亲子教育的方法与技巧

- 1、教育观念的转变
- 2、父母教育子女必先受教育
- 3、气头上不说孩子
- 4、饭桌上不说孩子
- 5、孩子做错事主动认错不说孩子
- 6、家里有客人不说孩子
- 7、别人家孩子优秀时不说自己的孩子不如别人的孩子
- 8、当父母教育方式不一致时，不当着孩子指责对方；
- 9、孩子与老师或同学发生矛盾时，不偏袒孩子；
- 10、教育孩子乐于助人；
- 11、不当着孩子指责学校、班主任、代课老师；
- 12、正确对待孩子的分数；
- 13、学会赏识教育
- 14、教育孩子学会看别人的优点
- 15、为孩子营造和谐的环境
- 16、对孩子的教育不能等
- 17、建议多问孩子

- 18、合理安排孩子的假日活动

■

结束：绽放自己体验活动：“小苹果”！