

《亲子婚姻关系》

家，为什么会伤人？

培训师：冯颂阳 24年培训经验/复旦大学经济法学士/《哈佛商业评论》博士/专著四本

职业经历：农夫山泉(快消)养生堂(保健)法国达能(食品)法国娇兰(美妆)德国黛安芬(服装)

擅长：领导力/管理技能/职业化/沟通与性格分析

时长：1天（6小时/天）

人数：不超过60人效果最佳，6-8人/组为宜

形式：理论讲解/实例解析/提问互动/角色扮演/教练引导/分组讨论/视频学习/测评及解析

流程：课前调研 + 课中训练并**交付工具包** + 课后答疑或辅导，**使培训真正落地**

本课程适合哪些人来听？

- 亲密关系中遭遇困境的人
- 希望自己的亲密关系能更上一层楼的人
- 在亲子关系有障碍、在教育孩子方面有困难、需要专业辅导的父母
- 亲子沟通不顺畅的父母
- 希望能更好地伴随孩子成长的父母

课程优势：

以35年心理学研习为背景，解读亲密关系特质、两性不同的心理定位和需求，以及帮助父母调整定位、厘清父母子女边界，提供行之有效的沟通方法和原则，减少家人相处的冲突与痛苦。

课程大纲：

导言：家人之间，没有对错，只有合适

一、夫妻关系：

美国人离婚观念演变的三个阶段：不得离异、过错离异和无过错离异

夫妻双方之周末怎么过？每个人有自己的逻辑、价值观、关注点、是非判断

1.MBTI之个体差异

2.星座差异

3.德博拉·坦嫩：男女沟通的不同，1、2、3……

4.盖瑞·查普曼：爱的五种语言。案例：毕欧和白蒂玫

二、亲子关系：

Ericsson的8阶段模型

家庭会伤人：小潘的经历；某服装公司新人-令人发指的案例……

武志红：处理感受和处理事情，2案例；

父母的牺牲、对孩子的高标准、孩子不得抱怨

1.倾听孩子

2.处理孩子的不合理的要求

3.大仁不仁：以色列母亲、断孩子后路的戴胜益

亲子之间的边界：什么叫爱？爱的三层含义-弗洛姆

沟通的有道理和有效果：柯维《七个习惯》中的父子沟通案例

三、家庭关系：

Berne 三角色转化及 Angela 案例（援助者-受害者-加害者）

萨提亚家庭治疗：家庭动力系统案例：把指责变为观察；沟通歧义

C S 刘易斯：家人中的亲密关系；尊重的含义

家庭内部，没有对错、只有合适？

课程提供的工具包 5 项：

- MBTI 性格测试
- 爱的五种语言
- 家庭关系中的三种角色
- 人生八阶段模型
- 教孩子学会爱你