2021岡山講堂1-4月活動

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 講師 | 講題 | 講師簡介 | 演講內容概述 |
| 1月9日 | 蘇予昕 | 活出你的原廠設定 | 從一位主持人、金融業公關，跨入心理領域，現為企業、政府、大專院校擔任講師，廣受知名企業、政府機關、大專院校好評盛邀，也提供個人及伴侶的深度諮商服務。喜歡用風趣、易懂又有系統的風格，讓每一個人都能活出屬於自己的原廠設定！國立交通大學教育研究所諮商心理碩士、國家高等考試諮商心理師執照（諮心字003836號）。 | 了解個性中的小陰影，真心接納，才能真正活出自己的原廠設定 !!獅子型的人: 難以接納脆弱、緩慢、不夠頂尖的自己孔雀型的人:難以接納無趣、被忽略、平凡庸俗的自己無尾熊型的人….貓頭鷹型的人…..現場給你10個Q，蘇予昕心理師陪你找出個性陰影、接納自己，愛回最初的自己！ |
| 1月16日 | 朱俞君 | 一步到位的整理法 | 宅即變空間微整型設計總監。實踐大學建築系。以自然舒適的居家風格為設計特色，同時以「足量收納」為空間主要訴求，多年來一直傳遞正確的收納觀念和做法！提供屋主們各式裝修實用法則。強調有型的住家建立在簡單有系統的基礎裝修與重點式家具配置。著有《一開始就不用收！家的最後一次空間收納課》等書。 | 「搬了八次家，終於搞懂自己需要的空間與生活！」在收納上你的苦惱，我都經歷過，以最具說服力的自宅經驗分享，告訴你原來買對坪、選對櫃、放對位，家中的凌亂就有解，原來「收納」才是幸福人生的解藥。 |
| 1月23日 | 李介文 | 你的孩子不奇怪：改變， 從理解孩子的奇怪開始 | 長庚大學臨床心理學碩士，兒童臨床心理師。現任精神科診所，中醫診所臨床心理師，大專講師。很討厭小孩，但見習時卻意外發現與孩子相處的樂趣，自此開啟兒童心理學的學習之路。在臨床上，有感於家庭與教育對孩子的影響之重，亦致力於親職教養諮詢，或至各級學校進行學生輔導，實際與老師進行教戰演練。希望以心理學知識，陪伴孩子與家長快樂成長。 | 教養過程，家長遇到孩子分心、愛哭、愛生氣、成績不好時，好好說總是沒用，耐心總是有限，最後都要弄到父母生氣。  專心有什麼困難？不就是一點小事嗎？有什麼好哭的？  是我們給的指令太過籠統，還是他們根本不知道要怎麼做。  有些家長們也常憂心的問他的想法，希望運用治療師的力量，去「矯正」什麼，或者「改變」什麼。如果我們都愛著自己的家人，請試著從尊重家人開始，聽聽彼此的想法吧！沒有家長是不愛孩子的，只是他們沒有辦法隨著時代而改變自己的想法。他們所給予孩子的，可能是那個時代的觀念，甚至是那個時代的遺憾。  因此各位爸媽，請試著耐著性子聽聽孩子在想什麼，他們不是笨蛋，不是不知社會險惡，也不是妖怪。打破教養成見，從心接觸孩子。  當我們越正常、越健康的看待孩子的困難；孩子也能越健康的看待自己，改變起來也越有動力。 |
| 1月30日 | 董玉莉 | 走出台灣、遇見印度的多元生活美學 | 清華大學通識中心兼任助理教授，曾經旅居英國及印度。在台灣、英國及印度三地，完成大學、碩士及博士教育，是第一位在印度尼赫魯大學取得博士學位的台灣人。也曾是旅居印度的華語教師、外交眷屬、跟文化觀察者。 主要研究興趣為印度文化及雙語教育。 | 印度身為世界古文明之一，具有悠久歷史及深邃文化底蘊，在人類文明發展過程中具有相當重要的地位。印度的多元種族、語言與宗教造就繽紛多彩的印度文化，就如著名的印度咖哩，包含了多種特色香料，卻又調合出與眾不同的雋永滋味。透過這種多元的視野，可以進一步認識豐富的印度文化特色及其生活美學。 |
| 3月6日 | 張健芳 | 過得有滋有味—如何找到志趣 | 政治大學新聞系畢業，患有重度背包客症候群，嗜旅行，熱愛食物背後的人情趣味，朝著作家之路邁進，立志當個「職業說書人」，帶著讀者在餐桌上環遊世界，著作有《一個旅人，16張餐桌》，榮獲2012年11月誠品選書。 | 從《一個旅人 十六張餐桌》、《在異國餐桌上旅行》、《眾神的餐桌》，食物旅行家張健芳透過食物的故事，帶領讀者在古今中外餐桌上旅行，酸甜苦辣，咀嚼的是人生的滋味。從上下游新聞市集的免費投稿，到美國佛蒙特工作室中心的駐村作家，她如何找到一生的志趣。 |
| 3月13日 | 古庭維 | 鐵道與旅行 | 鐵道文化研究及推廣者，現任舊打狗驛故事館館長、台灣交通文化資產保存學會理事長，並擔任《鐵道情報》雜誌總編輯十餘年。對舊鐵道及古道的踏查研究特別嚮往，十分熱衷行腳山林間。曾策劃《鐵道新旅》書系，合著有《台灣舊鐵道散步地圖》、《台灣百年鐵道縮影》、《向山，遇見最美的山徑》、《新北登山小旅行》、《淡蘭古道 [北路]》等書。 | 鐵道在台灣是超過百年的交通工具，伴隨台灣的近代化開發與產業變遷，擁有深厚的文化底蘊。您有搭火車旅行的經驗嗎？其實鐵道可以不只是交通工具，而火車穿梭在台灣多變的地景之間，也是絕美的體驗。這一次，讓我們從歷史的、文化的、空間的不同視角，解構鐵道旅行的概念，醞釀下一段更精采的旅程。 |
| 3月20日 | 陳嘉英 | 從世界名著打開視野，鍛鍊思考 | 曾任景美女中語文資優班教師及召集人、國文學科中心研究教師。現任師範大學兼任講師，  曾獲台北市特殊優良教師、台北市super教師、台灣省師鐸獎。著有《搭起閱讀的鷹架》、《閱讀力》、《從世界名著經典閱讀，培養人文素養（歐洲篇）》、《凝視古典美學：高中古文鑑賞篇》、《議題導向的閱讀與寫作》等書。 | 打開一本書，就擁有飛翔的翅膀。每部名著都是歷史的縮影，人性的探索，更是自我的省察，提煉想法的媒介，只要你願意；細讀一部名著，就能發現與書對話的自己可以多麼不同! |
| 3月27日 | 李儀婷 | 薩提爾的親子對話 | 小說家，親子教養作家。 現任「新店炫心星自學團」閱讀課專業教師，「走電人電影公司」影像總監與親子教養與溝通專業講師。 是台灣六年級最具史詩敘述魅力的小說家。著有小說集《流動的郵局》、情慾小說《10個男人11個壞》、名人傳記《生命的眼睛》、電影劇本《風雨中的郵路》、少年小說《卡里布彎．數學獵人》、少年小說《九份地底有條龍》，以及紀錄片「一閃一閃亮晶晶」副導、音樂舞台劇《媽祖不見了》總監製、小小說書人《九份地底有條龍》戲劇總監。  養育三個可愛的孩子,從親子關係的衝突中，體察教養的重要，學習薩提爾模式導入家庭關係中，開啟家庭和諧的契機。  薩提爾模式的學習，師承資深治療師成蒂，以及台灣薩提爾模式的推手李崇建。  多年來融合多方學習和自身教養孩子的經驗，於台灣、新加坡、馬來西亞開辦親子教養與溝通工作坊，受到各地父母的信賴與推崇，亦應邀到台灣各級學校巡迴演講，帶領數百場家長及教師研習，以薩提爾模式處理親子溝通與人際溝通。致力推廣「聽核心」對話新精神，協助父母與教師重返孩子身邊。  著有教養書《孩子永遠是對的》、《薩提爾的親子對話》。創辦「共融教養」平台，提倡「每個孩子，都是我們的孩子」 | 想要對孩子表達關心之意，一開口孩子就發脾氣；想迅速解決孩子的爭端，但自身情緒卻讓孩子像爆米花炸開……為什麼孩子分秒都在挑戰父母極限？只要調整說話的角度，就可以拉近親子的距離。  核對彼此觀點、聚焦問題核心，和孩子好好說話。 　　➢先讓問題跑一會兒 　　‧與戰火保持距離，先平穩內在，別讓情緒影響你應對的姿態 　　‧孩子情緒仍沸騰時，只需陪伴，不必急於進場對話 　　‧尋找對話破口，貼近孩子的心，才能展開有效對話 　　➢以薩提爾模式展開對話 　　‧寧靜而專注的傾聽，讓孩子有被注意、被尊重，甚至被接納的感覺 　　‧以好奇探索衝突，核對孩子真正的意思，讓問題聚焦 　　‧結束對話時，誠摯欣賞孩子的努力，把負向行為轉為正向價值 |
| 4月10日 | 耿一偉 | 如何創作故事 | 目前擔任台灣藝術大學戲劇系客座助理教授與台北藝術大學戲劇系兼任助理教授。曾獲倪匡科幻獎首獎。著有《喜劇小百科》、《喚醒東方歐蘭朵》、《羅伯威爾森：光的無限力量》、《動作的文藝復興：現代默劇小史》與《誰來跟我跳恰恰：澎恰恰  傳》，譯有《劍橋劇場研究入門》、《空的空間》及《布拉格畫像》等書。 | 我們可以在所有的故事裡都看到有一個DNA，掌握了這樣的DNA，就可以寫出各式各樣的故事。在這堂課上，還要介紹如何設計受歡迎的角色，四種最受歡迎的故事類型，以及對白寫作的方式，希望能對想寫故事的民眾，無論是影視、漫畫或舞台劇，都能在透過此次演講而快速上手。 |
| 4月17日 | 游惠玲 | 帶孩子旅行，從餐桌開始。 | 曾任《商業周刊》〈alive生活專刊〉資深撰述，當過十多年的生活飲食線記者，上山尋夢幻土雞、下魚塭找絕美香魚、天剛亮要去挖白蘆筍、暗夜裡等火龍果開花，喜歡採訪主廚一探料理秘密，更愛和農夫交朋友。認為飲食是看見世界的窗，人與土地的故事永遠述說不完。很想下田，但肩無荷鋤之力，專注筆耕與弄鏟，現為不自由的自由工作者 | 透過日常餐桌飲食，是帶孩子理解台灣、認識世界最輕鬆有趣的方式。  從餐桌上的農牧畜產可以看見四時運作、感受做事人看天吃飯的辛苦，每一樣食材都經過很多人努力，才抵達家中。飲食是理解世界多元文化的窗，不只是好不好吃、飽不飽而已，更連結土地生態、文化歷史、生活方式與意識型態。冬至時跟孩子一起搓湯圓、尾牙回阿嬤家吃刈包、除夕團圓夜熱鬧滾滾的年夜飯，都為我們的生命刻下美麗註記。  飲食是語言、是說故事的方式、也是安身立命之道，透過飲食，我們和土地與世界相連。一起為孩子培養飲食超能力：能讀心，分辨出烹飪者是否用情用心至深；能穿越，一眼看穿價格背後的真正價值。 |
| 4月24日 | 李明惠 | 親子理財~有錢沒錢教個小孩會用錢 | 曾任台中第五信用合作社、錢Money雜誌專業講師、行政院衛生署立雙和醫院資訊組長等職。現為理財投資專業講師，廣被邀請至各機關學校演講。 | 在孩子的成長過程中，開銷不斷增加，父母要如何為寶貝儲蓄未來？**與其單單靠父母的辛苦勞作、省吃儉用，還不如從小就培養孩子擁有一些投資理財知識**，因為許多觀念及行為的建立往往是從小紮根的，這部分家庭教育相當重要。 |