『靜觀與親子關係』家長學堂

日期：2026年11月20日（星期五）

時間：晚上7:00 － 8:00

地點：3樓圖書館



內容：

- 認識靜觀的基本概念與日常應用
- 學習運用靜觀技巧處理親子衝突與情緒
- 提升親子互動質素，建立更和諧的家庭關係