



# 家庭教育實務分享研習

# 家庭教育的定義與相關規定

## 定義

指具有增進家人關係與家庭功能之各種教育活動。

## 家庭教育法規定

高級中等以下學校每學年應在正式課程外實施  
**四小時以上**家庭教育課程及活動，並應會同家長會  
辦理親職教育。

融入

添加

# 家庭教育包羅萬象……

親職

增進父母職能

子職

增進子女本分

性別教育

增進性別知能

失親教育

增進失親子女之  
人際調適與適應

婚姻教育

增進夫妻關係

倫理教育

增進家庭成員  
相互尊重及關懷

家庭資源  
管理教育

家庭的財力、物力、人力與環境資源的運用

# 新北市家庭教育中心 教學資源哪裡找？



## 新北市政府家庭教育中心

Family Education Center, New Taipei City Government

回首頁 | 回家庭教育專網 | 網站導覽 | 字級大小：[小](#) [中](#) [大](#)

[最新消息](#) | [活動報導](#) | [單位簡介](#) | [家庭交流園地](#) | [出版品](#) | [相關法規](#) | [家庭教育資源網路](#) | [下載專區](#) | [影音專區](#) | [廣播專區](#) | **[家庭教育課程設計](#)** | [資訊公開](#) | [性別平等專區](#) | [活動報名專區](#)



### 最新消息

|                               |            |
|-------------------------------|------------|
| ▶ 107年度新住民婚姻教育儲備人才培訓及推廣服務錄取名單 | 2018-11-06 |
| ▶ 107年度親密之旅成長團體開始招生，歡迎報名參加~   | 2018-10-12 |
| ▶ 107學年度第1學期家庭教育家長日宣導簡報       | 2018-08-21 |
| ▶ 107年下半年幸福甜甜圈親職講座-父母是孩子的情緒教練 | 2018-09-13 |
| ▶ 9~12月愛家~幸福家庭123免費講座，歡迎來充電!  | 2018-09-05 |

[MORE >>](#)



### 最新消息

|                                  |            |
|----------------------------------|------------|
| ▶ ALL家庭教育中心-辦理「祖父母節」活動彙整一覽表      | 2018-08-23 |
| ▶ 教育部辦理幼兒園家長親職教育數位學習教材種子教師培訓     | 2018-05-07 |
| ▶ 教育部辦理研修高級中等以下學校家庭教育課程參考大綱分區座談會 | 2018-03-02 |
| ▶ 教育部辦理社區女性參與公共政策議題與領導力培訓工作坊     | 2018-01-26 |
| ▶ 教育部辦理性別意識成長數位學習課程手冊培訓活動(北區)    | 2018-01-10 |

[MORE >>](#)



### 影音專區



愛家舞一舞

[More >](#)



### 家庭教育諮詢專線

412-8185



### 家庭教育專欄

再出發：人生旅程，「旅伴」最重要

[More >](#)

# 新北市家庭教育中心資源運用



家庭教育課程設計

轉寄 友善列印



新北市政府家庭教育中心

- ▶ 最新消息
- ▶ 活動報導
- ▶ 單位簡介
- ▶ 家庭交流園地
- ▶ 出版品
- ▶ 相關法規
- ▶ 家庭教育資源網路
- ▶ 下載專區
- ▶ 影音專區
- ▶ 廣播專區

家庭教育課程設計

| 項目  | 標題                         |
|-----|----------------------------|
| 1.  | 教育部-家庭教育出版品資源              |
| 2.  | 青少年愛家教育課程教案暨影片(五年級篇)       |
| 3.  | 青少年幸福家庭教育課程教案暨影片(六年級篇)     |
| 4.  | 青少年幸福家庭教育課程影片(七年級篇)        |
| 5.  | 107年「當我們在一起」EQ情緒教育教材       |
| 6.  | 新北市家庭教育課程教材--家人關係(幼兒園及國小篇) |
| 7.  | 新北市家庭教育課程教材--家人關係(國高中篇)    |
| 8.  | 新北市家庭教育課程補充教材暖暖包           |
| 9.  | 第一主題(壓力因應與溝通表達)-國小篇教案      |
| 10. | 第一主題(壓力因應與溝通表達)-國高中篇教案     |
| 11. | 第二主題(家庭資源管理)-國小篇教案         |
| 12. | 第二主題(家庭資源管理)-國高中篇教案        |
| 13. | 第三主題(家庭倫理)-國小篇教案           |
| 14. | 第三主題(家庭倫理)-國高中篇教案          |
| 15. | 第四主題(代間教育)-學前暨國小篇教案        |
| 16. | 第四主題(代間教育)-國高中職篇教案         |
| 17. | 第五主題(婚姻教育)-學前暨國小篇教案        |

內含豐富PPT、  
影音檔案與學習單  
可下載使用，  
縮短備課時間！





# 新北市家庭教育 主題架構

## 五大主題

- 壓力因應與溝通表達
- 家庭教育資源管理
- 婚姻教育
- 家庭倫理
- 代間教育

# 新北市家庭教育五大主題

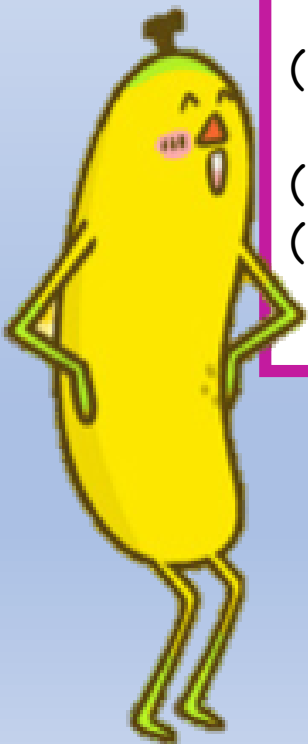
家庭教育中心的課程提供五大主題供老師們參考使用，而每個主題項下又有依照年級設計不同的教學目標，可依照需求自行下載使用。

## 壓力因應與 溝通表達

- (低)我們都是一家人：家庭成員；  
家規家規有多少
- (中)家庭溝通模式與技巧；家庭壓力
- (高)家庭吵翻天；  
自我想法的表達與壓力因應

## 家庭倫理

- (低)親愛的家人：體會家人的關懷、  
照顧與感恩行動；手足一家親
- (中)親親祖孫情；家庭大觀園：  
多元/國際家庭、多元文化
- (高)我的家真好：單繼親、體諒包容  
和關懷的實踐；社區大家庭



# 新北市家庭教育五大主題

## 家庭教育 資源管理

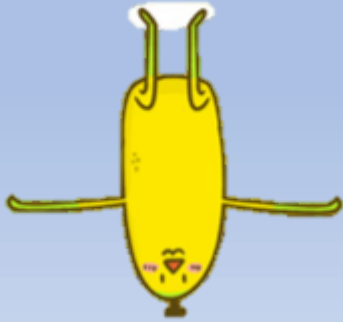
- (低) 小小整理王：個人物品管理；  
家事！家事！誰家的事？
- (中) 時間管理與作息安排；  
消費與理財高手
- (高) 健康加分：健康生活、迎向健康；  
家庭管理：家庭變化的因應

## 婚姻教育

- (低) 心目中的家：感恩家庭組成；  
我的好朋友：認識男女
- (中) 我的好朋友：認識男女；  
你我家加佳：尊重多元家庭
- (高) 家庭吵翻天；  
自我想法的表達與壓力因應

## 代間教育

- (低) 阿公阿嬤的故事；  
阿公阿嬤的生活智慧
- (中) 阿公阿嬤的壓箱寶；  
阿公阿嬤的一天
- (高) 阿公阿嬤的養生法；  
阿公阿嬤「聚」樂部





# 5-7年級家庭教育課程

5年級

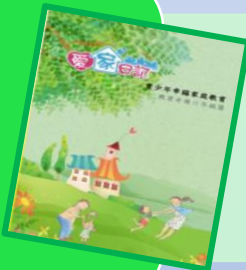
愛家六部曲



建立對家庭的  
健康概念

6年級

愛家日記



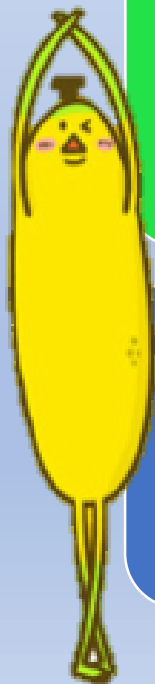
從家庭發展  
自我認同

7年級

愛家的奇幻旅程



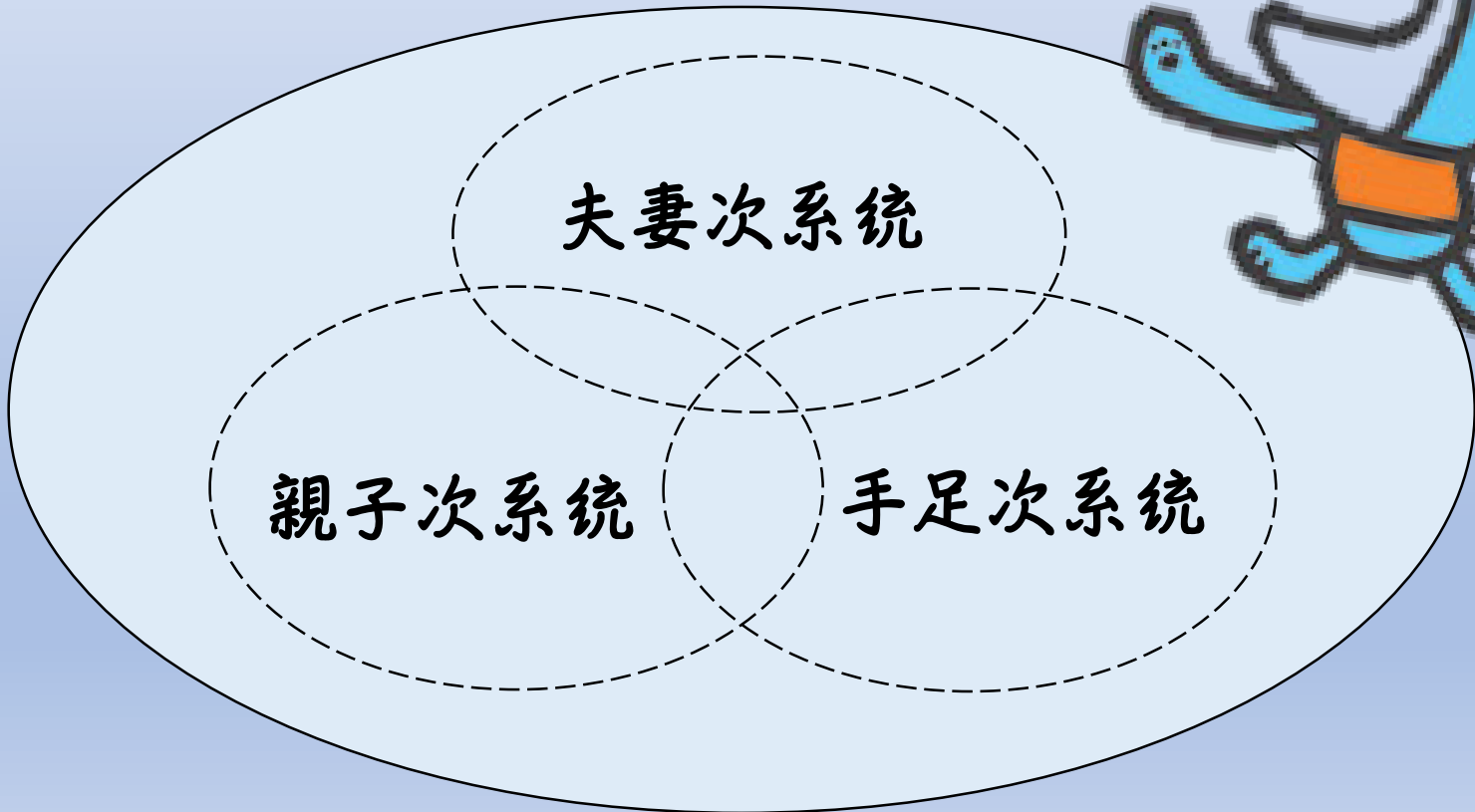
親情友情的  
雙贏關係



# 理論基礎-1

## • 家庭系統理論

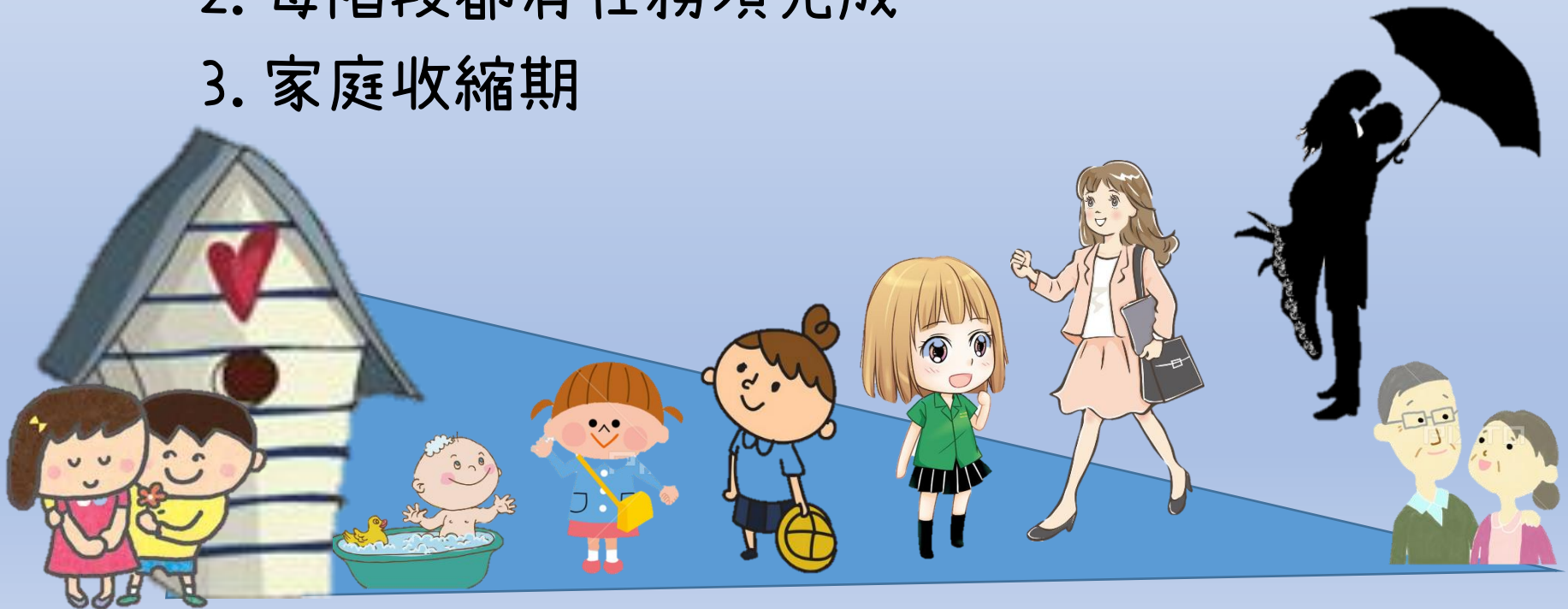
家庭次系統/封閉或開放/界線



# 理論基礎-2

## • 家庭發展與個人發展理論

1. 生命是連續發展的概念
2. 每階段都有任務須完成
3. 家庭收縮期



# 理論基礎-3

## • 家庭角色理論



# 理論基礎-4





# 課程使用方法

- 上課頻率：建議每周一堂課
- 可與聯絡簿、作文或日記結合
- 可融入現有課程
- 課前給家長一封信
  1. 課程大綱與內容，預告會討論到家庭議題
  2. 目的是幫助孩子學習與家人相處，培養愛家能力
  3. 需要家長共同協助完成學習單
- 可收集學生每次的學習單，彙集成冊





# 教材使用小提醒

- 以家人一詞取代父母
- 聯想的題目老師們可以自行發揮，  
但應設計各類型家庭都適用的問題，  
也避免指明對象。
- 最容易吵架或是有衝突的事情，  
可不追問細節，只講一般性的即可
- 可善用感覺詞彙表



## 【正面的感覺詞彙表】

開心、喜悅、喜樂、高興、快活、快樂、快樂的不得了、很好、不錯、蠻好、爽快、舒服、舒暢、放心、釋放、愉快、感恩、感激、感謝、興高采烈、崇拜、歡喜、歡愉、滿足、滿意、陶醉、樂觀、誇讚、幸福、感到愉快、快樂有趣、心醉神迷、得意洋洋、很得意、很自豪、有信心、有把握、很享受、有能力、很安慰、很光榮、很不錯、很滿意、有盼望、有成就感、有安全感、有感興趣、被稱讚、被尊重、被激勵、被重視、被吸引、被認同、被瞭解、被欣賞、被鼓舞、被信任、被接納、被呵護、被包容、被肯定、被關心、被需要、被體諒、被瞭解、被愛、親密、甜蜜、貼心、溫馨、溫暖、安慰、親密感、觸電感、歸屬感、受感動、細心體貼、平安、自由、自在、輕鬆、寧靜、怡然、自得、放鬆、平靜、安穩、柔和、心靈安詳、溫和、興奮、振奮、驚喜、痛快、過癮、欣喜若狂、興致勃勃、仁慈、體諒、信心、體貼、慷慨、有同情心、有活力、生氣勃勃、有精力、開朗、開闊、有希望、有期待、感謝、感恩、放心、意想不到、不可思議、美夢成真、熱血沸騰、



## 【負面的感覺詞彙表】

悲傷、懊惱、沮喪、失望、灰心、心痛、難過、可憐、委屈、氣餒、想哭、心碎、消沈、不爽、洩氣、傷心、哀傷、憂慮、沈重、可怕、後悔、無聊、彆扭、苦惱、痛苦、辛苦、很苦、很累、冷淡、悶悶的、不高興、不快樂、不舒服、壓迫感、受傷害、沒盼望、悲痛、感到難過、感到可惜、悔恨、憂鬱、喪氣、淒慘、絕望、自暴自棄、虛空、孤單、寂寞、苦悶、迷惘、茫然、疑惑、無奈、無助、麻木、可惜、失落、鬱悶、被遺棄、無力感、無依無靠、失魂落魄、生氣、憤怒、怨恨、被騙、氣憤、厭惡、嫉妒、不滿、受挫、憤慨、煩躁、惱怒、懷恨、狂怒、討厭、無理、苦毒、沒耐心、有惡意、被誤會、被壓抑、被勉強、被激怒、被控制、被陷害、被利用、被出賣、被左右、莫名其妙、不懷好意、怒氣沖沖、令人討厭、羞恥、羞愧、自卑、怕羞、慚愧、內疚、很糗、丟臉、想逃、挫折感、被冤枉、冒犯、驚恐、被批評、被拒絕、被責備、被嘲笑、被輕視、窘迫不安、被羞辱、沒面子、沒信心、被忽視、被忽略、不好意思、不被重視、不被尊重、焦慮、掙扎、矛盾、緊張、驚慌、慌張、恐懼、著急、害怕、懼怕、拒絕、不安、擔心、擔憂、混亂、糟糕、窒息感、怪怪的、被驚嚇、膽小、被拋棄、不安全、被虐待、失去方向、不知所措、無所適從、心煩意亂、亂七八糟、亂成一團、無可奈何、無能為力、心神不安、憎惡、輕蔑、不喜歡、令人作嘔、驚訝、驚奇、吃驚、







# 教材使用小提醒

- 若家長不領情？
  - 引導學生觀察家人的非語言反應
  - 告訴學生家人也需要學習表達愛
- 若不在期待中被生出或在疏忽的環境生長？
  - 大人世界有許多的複雜與艱難，  
以至於他們無力給愛，  
但媽媽仍不放棄的把你生下來，  
且在你身邊一定有個重要的人  
一直照顧你到現在

# 【單元一】

## 家，起源於愛！





# 【二部曲】

## 愛，擁抱生命！





## 【三部曲】

愛中有挑戰-家長篇



# 【四部曲】 愛的挑戰-親子篇



【五部曲】

# 愛裡有接納



# 【六部曲】 盼望溫馨家庭

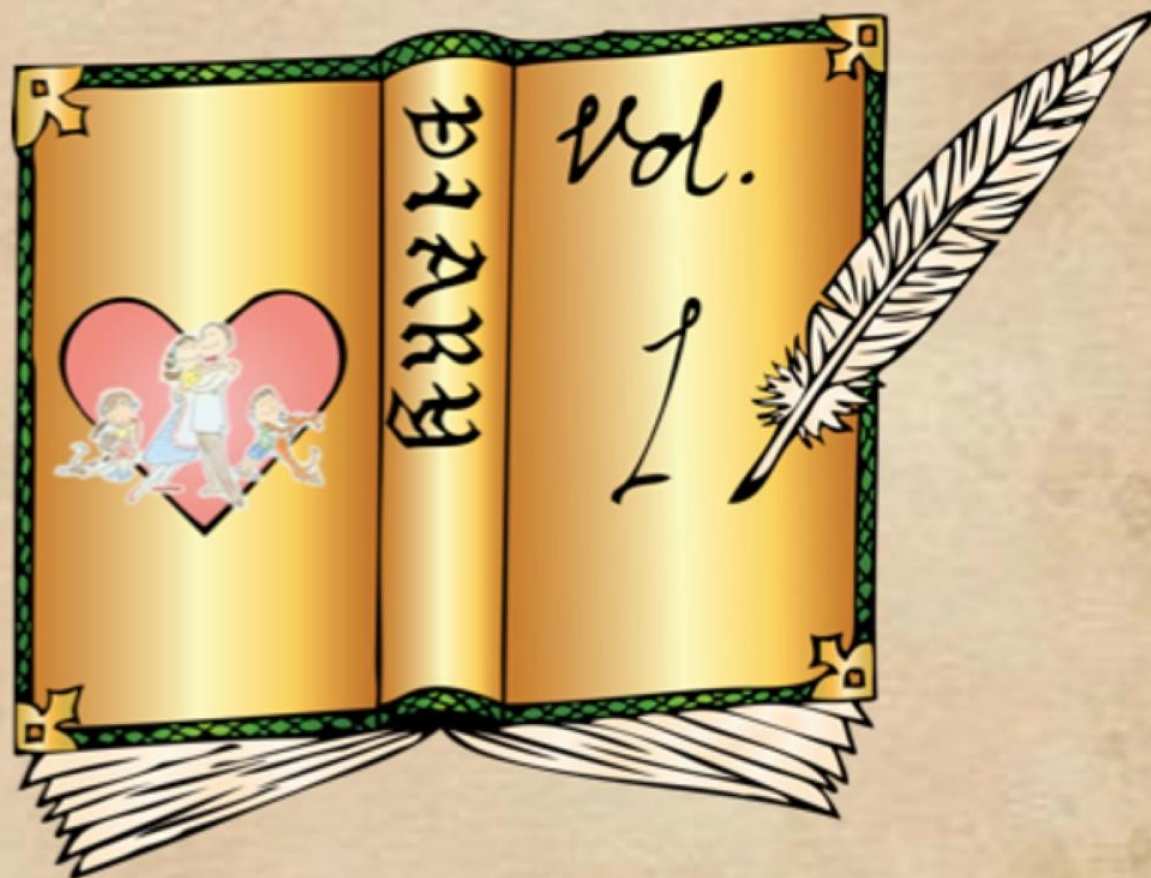


新北市青少年幸福家庭教育





# 【愛家日記 第一篇】



## 我的姓名故事

## 【愛家日記 第二篇】



不同的家、特別的我



# 【愛家日記 第三篇】



每個家人都不同



# 【愛家日記 第四篇】



搭起愛之橋

# 【愛家日記 第五篇】



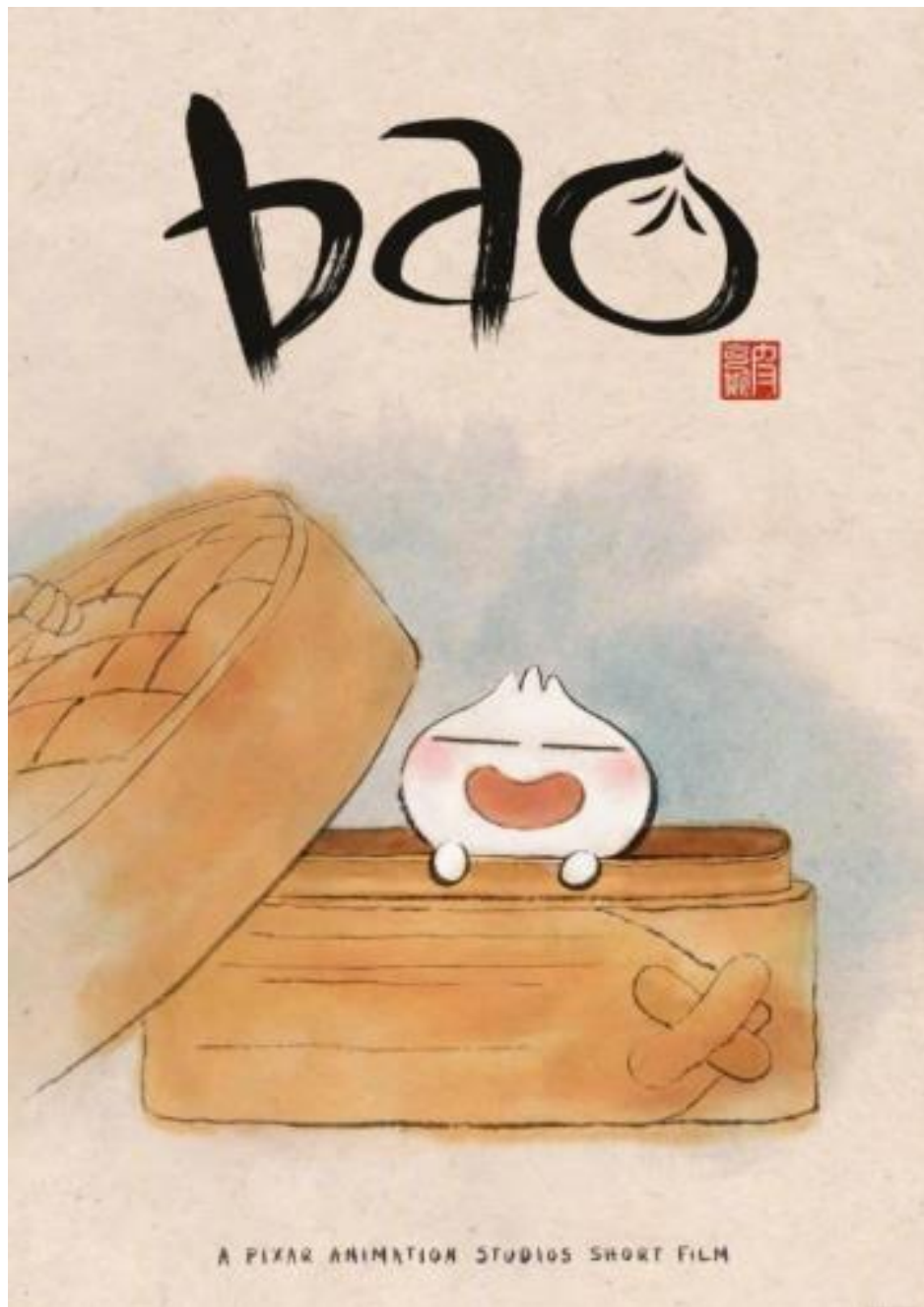
啟動家庭的愛



# 【愛家日記 第六篇】



**家使我茁壯**



Disney • PIXAR



由一位華裔女性動畫導演Domee Shi所拍攝。短片敘述有天一位華裔媽媽發現她所做的包子有了生命，變成了個小嬰兒。隨著她細心的照顧，包子漸漸長大，也越來越有自己的想法…

[PIXAR新動畫《Bao》夠催淚萌翻的包子娃，隱含亞洲家庭的矛盾感情](#)

[皮克斯最新華人主題卡通竟讓白人觀眾不解掀文化論戰](#)