



主題：家教庭育e化服務

家庭教育季刊

<http://www.family.ntpc.gov.tw/> 第 19 期 100年3月20日出刊

發行人：林騰蛟 局長

編輯小組：蕭淑惠、蕭憲裕、張世玲、劉毓釗、蕭惠珠

發行單位：新北市政府家庭教育中心

承辦學校：新北市三重區碧華國民中學

主編：吳靜怡主任

中心電話：(02) 2272-4881

家庭教育e化服務

自從民國92年2月6日家庭教育法頒布實施以後，家庭教育的功能已日漸受到社會各界的重視，民眾對各種家庭教育的資訊需求也日益殷切。民國93年，教育部委託台灣師大家庭教育研究發展中心研發「打造新家園—生命歷程家庭教育中程計畫」，其主要目標有八項：

1. 家庭教育地方化：建立地方政府家庭教育推行體系
2. 家庭教育終身化：生命歷程的家庭教育計畫
3. 家庭教育多元化：優先對象之家庭教育計畫
4. 家庭教育專業化：家庭教育人員培訓與專業研究計畫
5. 家庭教育優質化：家庭教育評鑑與獎勵計畫
6. 家庭教育資訊化：家庭教育e化學習能力
7. 家庭教育國際化：家庭教育國際交流計畫
8. 家庭教育普及化：整合團體、機構、企業推動家庭教育計畫

其中家庭教育資訊化的主要目的，即在強化家庭教育的e化學習。本市家庭教育中心為達成家庭e化學習的目標，特別建置新北市政府家庭教育中心網站 (<http://www.family.ntpc.gov.tw/>)，在網站中除了整合運用家庭資源數位資料檔案，並開發家庭教育電子書，期望透過家庭教育資訊網，提供社會大眾家庭教育的終身學習平台。

本期目錄

- ◎ 家庭教育e化服務 1

本期主題

- ◎ 家庭教育e化服務的教育心理學 2

理論基礎與優勢

- ◎ 傳播媒體與家庭生活教育的關係 4

與愛有約

- ◎ 與愛有約 6

- ◎ 妹妹與我 8

- ◎ 姊姊與我 9

書香分享

- ◎ 父母的保存期限只有十年 10

小碧老師專欄

- ◎ 聽聽孩子的心聲 12

- ◎ 家庭教育季刊第20期徵稿啟事 13

- ◎ 100年度新北市政府家庭教育中 14

心推動家庭教育工作規劃

- ◎ 幸福家庭系列活動 16





家庭教育e化服務的教育 心理學理論基礎與優勢

楊梵妤 樹人女子家事商業職業學校教師

一、前言

每個人一出生，首先接觸到的社會環境，就是家庭。有人說，家庭是最好的避風港，然而，這是指功能完整的家庭而言，功能不完整的家庭，反而常灌輸孩子錯誤的價值觀，或是造成孩子的心理創傷，如此一代傳一代，不健全的家庭再塑造出不健全的家庭，於是衍生出更多的社會問題。

家庭教育法第二條指出，所謂家庭教育，係指具有增進家人關係與家庭功能之各種教育活動，其範圍有：親職教育、子職教育、性別教育、婚姻教育、倫理教育、家庭資源與管理教育、其他家庭教育事項等。家庭教育的範圍如此廣泛，但在日常生活中卻只能見到淺泛的媒體報導評論、或是簡單的專欄文章，雖然有專門的書籍雜誌，但是一般民眾也極少注意與研讀。筆者以為，家庭教育必須深入每一個家庭，不僅只是法規條例，也不僅是書籍上文字的教化。雖然公家單位及民間機構，都常舉辦家庭教育講座及課程，但因需耗費許多時間及活動場域限制，參與者的意願並不高。

現在已進入e化時代，我們應該使家庭教育無所不在，利用資訊和通訊科技，使每個人不受限於時空，隨時聽、隨時看、隨時學，如此一來，應較能落實家庭教育，減少各種因家庭因素所產生的悲劇，促進社會的和諧與進步。

二、家庭教育e化服務的教育心理學基礎

(一) 建構式教學

朱則剛（1994）指出，建構式教學強調學習者的主動性，重視主動參與式的學習，賦予學習者更大的自主權或主控權，以學習者為中心。而張世忠（1999）則提出，建構式教學提供各種學習經驗，以具體代替抽象的教學方式，如觀摩、示範、圖片等，並且以互動學習的方式教學。教育資訊的e化服務，使學習者由被動化為主動，不再是由老師單向的傳遞資訊，也不是由課程負責人選擇要教育的內容，取而代之的是，由學習者自己在網頁上選擇有意願學習的課程，自主的選擇吸收。此外，網頁資訊的設計除了文字外，也常能佐以圖片和影像等示例，更可藉由互動式的頁面了解學習者的學習情形，故可知家庭教育的e化服務符合建構式教學的概念。

(二) 發現學習

發現學習是指學習者自己操弄教材或是歸納重點，經由思考、發現而獲得知識，不是教師教、學生學的被動模式；Bruner（1986）認為，發現學習可以使學生更了解教材內容，而產生有意義的學習，也可產生最大的學習遷移，有助於處理其面臨的類似新情境。若將家庭教育服務e化，在網頁上提供各種豐富的資訊且時常更新擴充，將其分門別類呈現，使用者依照自己的興趣自由探索、自主學習、自動發現問題，則可以幫助使用者記憶，並將教材與資訊納入良好的認知結構中，依照Bruner的發現

學習論來看，學習者主動的處理訊息，記憶與思考問題的效果應較老師教學的效果佳。

（三）自我導向學習

Guglielmino(1977)認為，自我導向學習是個人能夠自己引發學習，能獨立而繼續的進行，具有自我訓練的能力，能夠應用基本的學習技巧，安排適當的學習步驟，並利用時間進行學習計畫，李麗美（2001）指出，自我導向學習是個人主動的進行學習，計畫學習步驟，診斷學習需求，形成學習目標，選擇學習資源，訂定學習策略，並且為自己的學習負責的能力。家庭教育課程e化，正適用於某些自我導向學習的學習者，他們會妥善利用時間，在課餘或下班後，訂定計畫，吸收新知。由於自我導向的學習方式是多元的，學習的內容則是以學習者的需求為主，因此，這種類型的學習者，勢必可以利用家庭教育的e化服務學到許多知識。

（四）訊息處理理論

研究指出，同時呈現圖、文教材，可使學習者的回憶與理解更好；Kulhavy等人(1993)指出，訊息處理的深淺，除了與個體的經驗、能力、興趣有關，也受到訊息本身所提供的線索影響，例如若同時將訊息編為語言或非語言的（文字與圖像）、或同時具有視覺和聽覺的訊息型態，可以促使人們以不同方式重複將訊息編入長期記憶中。家庭教育e化的資訊服務，可以事先設計出避免增加認知負荷的課程或資訊，並整合語言、影像、圖片、聲音等訊息，使學習者在訊息處理的過程中，更有效率的組織、儲存和提取知識。

三、家庭教育e化服務的優點

由前述可知，家庭教育e化服務的執行有其理論根據，而其優點如下：

（一）便捷性：無時間與空間的限制，學習者只要有心，隨時可以上網瀏覽文章、觀看宣導影片等，不受限於固定的場所上課，時間也可以自由調配，想要什麼時候學、就什麼時候學，提高了學習的便捷性。

（二）資訊豐富：網站上可以置放各類型的資訊供使用者下載與閱讀，如電子書、影片檔等，選擇性高，類別廣泛，且因網路資訊常更新，使用者可以不斷自我充實新知。

（三）自主學習：使用者可以根據個人的興趣與喜好，選擇喜歡的課程和資訊內容閱覽，不受限於固定的課程資訊，並且可以依照自己的學習進度調整，達到最大的理解與學習效果，學習效率高。

（四）即時性：因網路資訊可以立即更新，因此最新的資訊能夠以最快的速度傳達給網站的使用者。此外，家庭教育e化服務能提供即時線上通訊服務（如：網路客服），利用遠距影像、聲音或文字傳輸，進行線上問答，更能達到便民的效果，也能即時解決民眾的問題。

綜合以上所述，筆者認為，家庭教育e化服務的好處極多，而e化服務應注意的重點，包括資訊的豐富性、正確性、可理解性，還包括訊息呈現的方式是否有條理、是否使用多媒體等方式幫助記憶學習。此外，e化服務應注意其互動性，不應只是單純的呈現訊息，更重要的是，與使用e化服務的民眾互動，提高學習的效果，並達到便民、利民的目的，筆者以為，這才是家庭教育e化服務最重要的功能。

參考文獻

1. 朱則剛（1994）。建構主義知識論與情境認知對教育科技的意義。視聽教育雙月刊，35（4），1-15。
2. 李麗美（2001）。松年大學學員自我導向學習傾向學習滿意度關係之研究。國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文，嘉義
3. 張世忠（1999）。教材教法之實踐：要領、方法、研究。台北市：五南。
4. Bruner, J. (1986). *Actual minds, possible worlds*. Cambridge, MA: Harvard Univ.
5. Guglielmino, L. M. (1977). *Development of the Self-directed Learning Readiness Scale*. Unpublished Doctoral Dissertation. University of Georgia, Athens, GA.
6. Kulhavy, R. W., Stock, W. A. & Kealy, W. A. (1993). How geographic maps increase recall of instructional text. *Educational Technology, Research and Development*, 41(4), 47-62.

傳播媒體與家庭生活教育的關係

王愛珠 和平國小退休校長

一、前言：

近年來，由於數位科技快速發展，通訊與傳播領域匯流，無所不在的與人們的生活產生有形或無形的互動。一般社會大眾生活中所用、所看、所聽，甚至所想，都可以透過傳播媒體獲得資訊；也有人透過傳播媒體推銷理念、自我、商品、訊息，傳播媒體提供了人們更快速、更便捷的單向或雙向的資訊傳遞平臺。在享受傳媒帶來的便捷的同時，家庭生活也受到傳媒的影響和衝擊。

許多研究結果一再地揭示一個令人觸目驚心的現象——小學階段的孩童，每天平均約有2—3小時花在電視機前面，教養孩子的工作與親子互動由電視代替，而某些電視所播放負面價值以及挾帶支離破碎的訊息，填餵著正處於認知與價值發展重要關鍵期，而世界觀尚不完整但具有模仿學習能力的孩童。

教育與媒體已經成為影響人類生活的兩大社會動力，除了父母與教師應教導學生如何正確地解讀媒介訊息，使學生具備批判思考的能力，並時時省思、質疑，以更多元的思考與判斷的角度，省思媒體與自己的關係之外，監督製作一個好的媒體、打造一個好的媒體視訊環境，就需透過教育，讓滲透在我們生活中的媒體能更優質。

二、傳播媒體是什麼？

傳播媒體一般稱之為「傳媒」、「媒體」或「媒介」，它是資訊傳播過程中，從傳播者到接收者之間，攜帶和傳遞資訊所有形式的物質工具，現在已成為各種傳播工具的總稱，如電影、電視、廣播、印刷品（報章、雜誌、書刊），可以泛指新聞媒體或大眾媒體，也可以指用於傳播任何資訊和數據的工具。媒體的功能在於反應和監測社會環境、協調社會關係、傳承文化、提供娛樂。

隨著科技的發達，電腦的發明讓人們生活

更往前跨一大步，跨國際的連網——網際網路，讓訊息的傳播更是無遠弗屆，這種新興的傳媒工具，對人們的生活影響更為深遠。另一方面，透過「推動科技」(push technology)，網路上的新聞媒體則可「主動」地將新聞訊息傳遞給讀者，同時透過網站的搜尋功能，更可提供讀者更多整合性的即時資訊。因此，讀者在讀取某一項新聞報導時，可以透過超連結的功能，同時連結至相關網站的報導，取得更客觀、更廣泛的資訊來源。事實上，透過網路上的互動溝通方式，新聞媒體與讀者間的溝通變得更多樣化；互動的討論區、留言版、或是電子郵件，提供了雙向溝通的可能性，網路世界的使用使得教育工作更為龐雜與困難。

因此，大眾傳媒有義務為社會守望、有理由為因應通訊與傳播科技匯流，健

全通訊傳播市場之發展，使社會閱聽人享受優質創新之服務並保障其權益、有能力為維護弱勢權益及提升多元文化，讓公眾需要得到足夠而正確的資訊，瞭解自己所處的環境對於自身的利益而努力。

三、家庭生活教育的內涵

華人社會一向重視家庭，以家為本，本固而邦寧；家庭教育重視的是「修身、齊家、治國、平天下」，從己身要求，不辱祖先，傳承家風，為造福社會國家而努力，將個人的成就與榮耀歸於家庭，家庭興旺，即所謂的「五世其昌」；傳統的家庭倫理教育重視五倫：「君臣、父子、夫婦、兄弟、朋友」，告訴子孫家庭生活不踰矩，更從日常生活的「掃灑庭除」做起；近年來，受到社會文化的變遷、經濟文明的改變，家庭教育的內涵亦隨之多元化，範圍逐漸擴大成重視婚前教育、兩性交往、婚姻、人際互動、各種資源管理。

美國NCFR從1938年針對家庭生活教育長年研究，1997年將家庭生活教育定為九個主題，

分別為社會中的家庭、家庭互動、人類發展、人際關係、人類的性、家庭資源管理、親職教育、家庭法律與公共政策、倫理等，並強調在兒童期、青少年、成人、老人不同階段的任務。

從美國所訂定的家庭生活教育內涵來看臺灣家庭生活教育發展，可以發覺美國在家庭教育上的研究與實務工作早於台灣，以及台灣早期將家庭教育視為家務事之不同思維。近年來，隨著時代的變遷，台灣對家庭教育的內涵也逐漸擴充及明確其範圍與內涵，以美國對於家庭生活教育的終極目標是：「強化提升個人與家庭福祉」，與我國在2003年所通過的「家庭教育法」，將家庭教育目標定為「增進國民家庭生活知能，健全國民身心發展，營造幸福家庭，建立祥和社會」有異曲同工之妙。這似乎代表著家庭教育無國界，東西方對家庭生活教育內涵的靠攏。而社會的變遷，也意味著家庭生活教育必須加快腳步與大眾傳媒結合，透過傳媒致力於宣導與推廣，建構我國家庭教育的知識體系。

四、傳播媒體與家庭生活教育

家庭生活無時無刻在對孩子產生潛移默化的影響，一個人成年後的價值觀、心理健康、事業發展水準，都與早年的家庭生活和父母教養有關，很多教育學者特別強調：家庭是孩子的第一所學校，父母是孩子的第一個老師；但傳媒改變了家庭教育方式和理念，在這樣一個高度傳媒時代，影響孩子思考、情感、價值取向的主要力量已經不是書籍、家長，更不是老師，而是現代傳播媒體；傳播媒體導致傳統家庭教育在發展中的拉扯，讓家庭教育陷於茫然、無力的狀態以及嚴峻的挑戰：

（一）家長的知識權威性受到傳媒挑戰

現代傳媒的快速發展，電子資訊已經成為兒童資訊的最大來源，透過網際網路，孩子可以探索知識的寶藏，電腦有如家中的圖書館，而父母知識有限，網路知識無限，父母知識的權威受到傳媒的挑戰；透過網路，孩子從中獲得社會認知的工具，但是一些偏頗的網路價值觀、負向訊息，削弱了父母的人格魅力，加大了家庭教育的困難。

（二）家長向子女傳遞資訊的過濾性產生矛盾和衝突

傳統的家庭教育，父母給孩子的資訊與認知或知識是經過過濾的，因為擔心孩子受到不

適當的資訊而形成認知再內化成為思想與行動，造成孩子身心發展的副作用或危害，因此父母在家庭擔任「防火牆」或「病毒掃描器」的角色。然而現代傳媒對未成年孩子無孔不入，家長的「防毒軟體角色」日漸式微甚至形同虛設，孩子在沒有經過過濾的資訊中，又缺乏獨立思考判斷能力，家長對孩子的施教已喪失絕對的權威，甚至造成親子在認知上的衝突，而以電視和網路影響最大。

一些電視節目，充斥著暴力和色情內容，孩子從中學習大人世界裡負向概念；孩子上網，各種資訊迎面而來，網路上一些誘導未成年孩子的不良資訊，扭曲了孩子的價值觀和人生觀，誤導孩子對社會及人生的看法，這樣的網路資訊，與家長對知識傳遞的過濾性與單純性產生矛盾，造成親子溝通上的衝突。

（三）親子關係受到傳媒的殘酷衝擊

電視節目裡的新語彙或親子之間不適當的對話，如蠟筆小新的親子對話、鬥狠耍酷角色，造成家長教養孩子的困難度。而在這網路時代裡，未成年子女花相當多的時間在上網、MSN、網路交友、線上遊戲等，減少了親子之間談話互動時間，網路有如第三者介入家庭生活，孩子在網路上捕捉到的訊息和新知識，很難再接受傳統家庭中父母的諄諄教誨，造成家長被孩子淡漠和邊緣化，與孩子溝通日益困難。

五、結語

在這個快速變遷的時代，傳統的家庭觀念已經受到大眾傳媒的深遠影響，對家庭的信念出現崩解現象，「Media is power」，大眾傳媒報導與網路的快速傳遞，所影響社會現象越演越烈，更因為傳媒的影響具有普遍性和不可替代性，它的覆蓋面也越來越大，影響力更是無法抵擋，面對現代傳媒的衝擊，建議家長必須面臨以下挑戰：

- （一）接受媒體、了解媒體、慎選媒體。
- （二）對網路技術要具備應用程度。
- （三）對網路道德水準和社會法治要有意識。
- （四）對未成年子女上網的指導要有管理能力。

時代變遷以及外界誘惑不斷以新面貌出現時，忙碌的家長更必須撥出時間多與孩子討論、溝通，作孩子閱聽媒體的守門人。

與愛有約



若愚 新北市立碧華國中教師

「教育無他，唯愛與榜樣而已。」——一名教育家福祿貝爾

過年後，和老公開車送兒子回重考班繼續上課，準備參加七月的大學指考。兒子去年學測和指考成績都不甚理想，無法考上心目中的好校系，建中畢業的他眼見好同學們都有不錯的學校可念，實在不甘心屈就於較差的校系。於是經過數次的家庭會議後，在我們兩老的經濟支持下，決定去補習班上課重考。為了方便，也為了訓練他獨立，在補習班附近租屋讓他獨自居住讀書，自己張羅日常飲食起居，自己洗內衣褲，生病了自己去看醫生。這半年來，我發現他成熟懂事不少，對未來的目標也更清楚了。

兒子是獨生子，從小備受父母親友的寵愛與期待；但他個性溫和靦腆、動作遲緩、不擅言詞，加上對學習缺乏熱情，各方面的表現並不出色，常急壞了我這從事教職的老媽。怕兒子輸在起跑點上，也希望能彌補他個性上的缺點，我這老媽可是砸錢不手軟，除了購買昂貴的童書和啟智玩具，也陸續安排了雙語幼稚園、英數、游泳、書法、繪畫、音樂和冬季營、夏季營等許多課程，甚至連潛能開發和卡內基的課程都上了，無奈效果仍舊不彰，兒子對這些學習顯得被動且意興闌珊，讓我這做娘的只能徒呼負負。國中時送兒子去私立學校住校訓練獨立一年，再帶回自己任教的學校就學，原本只期盼他能考上附近的國立高中就心滿意足了，沒想到這小子卻越念越有勁，最後竟考上第一志願的學校！高中三年，在我們兩老事

前充分的心理建設下，他在課業上雖然一直被同學「電」，卻也能安之若素，每天認真地上下課、補習，毫無怨言，並從中不斷地學習成長，逐漸建立自己的思想觀念，摸索出一條日益明確的未來之路。

回想自己的成長過程，因為家境貧窮，父母忙於謀生，對子女的學校教育既無心也無力，只希望子女早日出社會賺錢貼補家用。身為長女的我還得負擔洗衣、煮飯、打掃，到菜市場幫母親做生意等雜務；然而在課業的學習上我很主動積極，雖然無法補習，但自己懂得善用時間努力讀書，所以成績一直名列前茅。就這樣一路考上北一女、師大，畢業後到附近的國中任教至今。反觀兒子從小生長在我們這衣食無憂的公教家庭中，我們兩老對他的教育不遺餘力，期盼他有更高的學歷，既能為他自己打造一個閃亮的未來，也能滿足一下我們身為父母的虛榮心；然而兒子的表現卻一直不如人





意，缺乏積極學習的動力，實在令人百思不解！但仔細檢討，我自己從小的努力習慣實在得歸功於父母親身教的薰陶，他們雖因大時代的貧窮動盪而未受教育，但卻敦厚樸實、勤勞努力，辛苦賺錢養家，真心照顧子女。他們踏實的人生態度自然也在潛移默化之中傳給下一代，形塑兒女負責認真的人生觀。所以我們兄弟姊妹四人長大後，無論學歷高低，職業類別為何，都能在職場和自己所組的小家庭中兢兢業業，奉獻己力。

再對照二十多年的教學經驗，我任教的學區家庭大部分是由來自中南部的外移人口組成，學生家長大多屬中下階層的勞動朋友，社經地位較低。雖然學校的問題學生不少，但優秀的子弟也很多。經深入輔導發現，學生的表現和家庭教育的關係極大，而和家庭經濟狀況的優劣較無絕對的關聯。有些學生家長學歷雖不高，經濟狀況雖不佳，物質生活雖不豐厚，但他們安分努力，認真陪伴照顧孩子，殷切鼓勵

孩子努力讀書，他們那辛勤的汗水和踏實的人生形象就是子女最佳的典範，所以無論孩子資質如何，都能用功上進，考上能力所及的最好高中職校，甚至考上建中、北一女；高中職畢業後無論繼續升學或就業，也都能有極佳的表現。即使是單親家庭，夠格、夠負責努力的父親或母親仍能辛勤地把孩子帶上來，有一番成就。反觀許多經濟寬裕的地主或從商的家庭，子女卻缺乏努力的動機，成天玩樂打混，遲到早退，甚至結交損友，打架鬧事！究其原因，常是因為家長疏於照顧，或是本身不良的身教所致。試想：父母親成天交際應酬、吃喝玩樂，甚至賭博喝酒、不務正業，卻奢望子女勤奮上進，可得乎？

所以，每個優秀的孩子背後一定有個足以鼓勵他上進的家庭，毋需富裕的經濟，毋需高學歷、高社經地位的父母親，只要有父母的愛與榜樣，孩子自能循序前進，走出一條光明的人生之路。我們這對望子成龍、士大夫觀念極深而常揠苗助長、氣急敗壞的老爸、老媽，慶幸自己還算夠安分踏實、認真努力，能當兒子的榜樣，使他最後終能找到自己的努力目標，走上一條較令人放心的路。即使未來重考的成績未必會更好，但兒子心智的成長在這一年進步極迅速，卻是最大的收穫。

最後，奉勸天下所有的父母親，在責怪孩子不努力、不學好之前，先要求自己成為一個負責的父母——以愛心和關懷陪伴孩子成長，以自己殷切踏實的努力態度做為孩子一生的榜樣。



妹妹與我

花芷盈 新北市立碧華國中學生

相差四歲的我們，是否天生就註定了這種不一樣？

常聽人家說：「距離，不是問題。」如此自豪而直接地點破了人們的疑惑。唐朝李白與孟浩然，兩人年紀相差將近十歲，卻依然是無話不談，時時切磋詩賦功力的至交。在孟浩然離開黃鶴樓要遠行到揚州時，李白便提筆寫下「孤帆遠影碧山近，惟見長江天際流」這首流傳千古的<黃鶴樓>詩句，藉此描寫與孟浩然的離別之情。即使是現代偶像劇<敗犬女王>裡頭，歡喜冤家單無雙與盧卡斯，不算短的八個年頭，仍無法阻止他們對彼此的情愫，不影響他們的感情。

但是與我相差四歲妹妹是否能夠和我和睦融洽？我們能否突破這僅僅四歲的藩籬？妹妹

的個性外向活潑，勇於嘗試新事物，凡事樂觀以對；反觀我消極安靜的個性，簡直是塊不折不扣的大木頭！妹妹體貼的個性，加上蜜糖般的言語老是受到長輩們的喜愛，又容易跟附近鄰居家的小孩打成一片。這兩種截然不同的人格，真如老天的玩笑，從她誕生的那一刻起，便反覆的在我們的生活中導演起各式的鬧劇。

活潑造就妹妹超齡而強勢的氣焰，一向內向沉默的我，只能對妹妹唯唯諾諾。尤其在外人面前，當她露出甜死人不償命的偽善時，如果我又「恰好」啟動面無表情地呆滯狀態，常常別人開口的第一句話便是：「欸，妳在家會欺負妳妹妹嗎？」雖然知道對方是出自於好奇，打趣地想試探我們的關係，可是我卻無法說出「不，其實都是她在欺負我！」的事實。有時

我自己也好矛盾，明明對小妹的行為感到生氣，卻常在冷戰了幾分鐘後，因為她的一句話讓我笑逐顏開。對她既狠不下心來撒手不管，面對她的孩子氣，卻又變得歇斯底里，像是吞了千噸的炸藥一觸即發。

人和人之間，相處本來就不容易，適時的包容與尊重是必要的。或許你會抱怨有個弟弟（妹妹）很煩人，又或者姐姐（哥哥）老欺負人，但請相信，這是上天恩賜給你最好的緣分，也是最難捨的羈絆。



姊姊與我

陳怡璇 新北市立碧華國中學生

一頭中長直髮，臉上總掛著淡淡笑容，散發出成熟氣息，在兄弟姊妹中最為年長的她，最孝順也最懂事，她是——我的姊姊。

家裡的兄弟姊妹，加上我一共有三名。我和兄姊的年齡相差甚遠，他們常虧我說是意外生出來的。大我十七歲的姊姊，自我幼時便時常幫媽媽照顧我，也常買糖、買玩具給我。儘管疼愛有加，但她並不會縱容我，當我犯錯時，她仍會指正，我卻常常板臉、嘟嘴，對於她的好意完全無動於衷，因為我並不了解她的用心良苦。

升國中後，姊姊結婚了，組了新家庭，家裡突然空出一間房間，剛開始怪不習慣，打開房門，依稀能聞到姊姊獨有的香味從裡頭飄出。結婚典禮當天，場中寬大的螢幕正播映著由姊姊和姊夫剪接製成的投影片。我盯著停頓幾秒便跳開的畫面，裡頭有著一臉幸福的姊姊和姊夫出遊的點點滴滴。鏡頭無意中停留在熟悉的畫面，那是姊姊和我。那年我小學畢業，姊姊來參加我的畢業典禮，我們在校內的走廊上，兩人正笑得燦爛，比著勝利姿勢的我，看得出來當時的我很開心，一旁的姊姊也是如此。新郎新娘出場了，姊姊穿著一襲漂亮的蕾絲禮服，臉上的淡妝以及頭上的綴飾，為她多

添了幾分美麗。想起照顧我的姊姊，如今即將離家，心中不禁默禱：希望她一定要比我們共同度過的時光更加幸福！

去年年底，姊姊又多了一個角色得扮演，她們家添了位可愛的女娃兒，她升格當媽媽了。上次去拜訪她，她還待在床上照顧小孩，心中想著：這小孩以後還得稱我阿姨呢！不知不覺中自己也脫離了童年。

最近也常和姊姊聊天，她就像我的朋友，可以和她分享很多心情，她會專注地聆聽，然後你一言我一句地和我談論，原來這也是一種平凡的幸福！



父母的保存期限， 只有10年

王卓茹 台北市立蘭雅國中教師

作者：汪培琨

出版社：時報出版

出版日期：2009.06.08

這是一本以遊記為題材的親子互動紀實。書中透過作者與兩個孩子英國旅行大探險的經歷，試圖告訴讀者，其實旅途中的每一處人生風景，對孩子而言都是理想的教養素材，機會教育俯拾可得；而孩子願意膩在你身邊，讓你寵愛、給你擁抱，把你當成唯一依靠的黃金歲月，稍縱即逝，也許十年、也許更短，這份純粹相伴相依的情誼，是人生中最難能可貴的緣分。總有一天孩子會離開我們身邊，但我們卻依然擁有能量、保有幸福與甜蜜的養分來源，因為與孩子相處每個當下的記憶，不論是笑容、眼淚、體貼或愛意，都早已留存在心底，只要在需要時再拿出來「解凍」就好。

而對照書中的引言「從孩子的5歲到15歲，您只有10年的機會」，這句話聽起來多麼的撼人心弦。作者藉由「保存期限」的概念，表達出希望父母能享受並保留住親子關係最甘美的「賞味期限」這樣的感觸，同時也藉由強烈的反差，激發出讀者把握當下的熱情與動力。

成為媽媽的那一年，也是我失去摯愛母親的同一年，糾結複雜的情緒，讓我想到就心疼。也許因為我知道失去母親對孩子的打擊，因此我更加珍惜與孩子間相處的時間，我也更注

重自己的健康與安全防護，因為我知道為了自己與孩子要好好珍重，父母是孩子的依靠與指引。在看了這本書後有些心得及經驗和大家分享：

（一）愛要說出口

您有多久沒和孩子說愛他了？孩子感受得到您的愛嗎？常常我們選擇把心意放心底，其實我們當然是愛孩子的，只是許多時候我們沒有說出口的习惯。但有誰不愛聽好聽的話呢？感覺被愛、被需要，有種神奇的魔力，會讓人產生愛人愛己、自重尊人的力量。每天對孩子說您有多愛他，有一天孩子也會回報在您身上，您也會聽到孩子對您說他有多愛您，這是一種自然又美好的感受。親子間的情感雖有血濃於水的天性，但絕不是與生俱來的，需長時間的累積與培養。

（二）樂在當下

閒暇時間，盡可能安排多樣的活動，豐富孩子的視野與經驗。天氣好時盡量到戶外探索，如郊遊踏青、採果、公園跑跳、上山下海等，不管去哪裡玩，試著放慢腳步、跟著孩子的

步調，您會發現當您願意從孩子的眼界來看世界時，也就是彼此關係拉近的開始。同時也可藉著這些活動的參與，培養孩子的觀察力，學者洪蘭曾經說過：「一個孩子有了觀察力，他的生活就多姿多彩起來了。」就隨孩子樂在當下吧！

（三）善用孩子的可塑性

協助孩子養成生活自理與必要技能的能力。生活中許多我們習以為常的動作或技能，其實也都要花時間指導並讓孩子練習。如：物品整理、收納的能力，打掃清潔工具使用、洗碗等家事能力，甚至是撕開抽取式衛生紙包裝、保鮮膜的小細節，可能我們覺得這些能力只是簡單的「小動作」，有時又因怕孩子做不好或擔心佔用孩子學習的時間而影響了課業的表現，就幫孩子都做好了，反而剝奪了他們學習的權利與機會，其實在孩子可塑性大的時候下工夫，往往會有事半功倍的效果。

另外，可提供孩子各式的素材與刺激，給予足夠動作協調的練習。從孩子一歲多開始，我就在家中準備各式工具，如：小剪刀、打孔器、膠台、訂書機、膠水、白膠、色紙等工具，在安全無虞的前提下，讓他們去嘗試、摸索，孩子的耐心及精細動作協調能力，自然慢慢培養出來，而且孩子的創意與自信，也找到了一個可以發揮的空間，對孩子情緒的穩定也有很好的助益。

（四）最珍貴的禮物

幫助孩子培養與發掘興趣。安排孩子有興趣的課程，如：游泳、舞蹈、運動、繪畫、棋藝等。對我而言更隨手可得的興趣是教導孩子唱歌，孩子的學習潛力很驚人，一個五歲的孩子，一首歌曲平均教10次左右，大概就能學會8成，看著他們邊唱邊跳，享受著自得其樂的快樂，自娛娛人的能力是很棒的，而且您可試著去解釋歌曲的內容，對孩子理解能力的增進與意境的領受力，也很有助益，同時休閒能力也自然養成。

幫助孩子建立良好習慣，是家庭贈與孩子最珍貴的禮物，例如正常及規律的作息對身體的健康有絕對的助益、與人應對進退的禮儀、

認真積極做事的態度，這些個人自我照顧與待人接物的能力，一生受用。

「家庭」是孩子品德養成最重要的地方。對於禮貌需給予明確的要求與指導，當孩子有不禮貌的回應或不恰當的行為時，要明確告知並且給予正確示範，時時指引正確的方向。同時讓孩子知道您糾正的是不當行為的本身，對孩子的愛依然不變，放任不管是孩子行為偏差的最大原因。

（五）尊重孩子的發展

每個孩子的發展步調都不盡相同。有的孩子是循序漸進，你可以看到他慢慢的進步與成長；有些孩子則屬跳躍式，表現維持穩定而長久的停滯，一段時間後突然有很大的進展，本來不會的現在都會了。所以不要拿自己的小孩和別人比、也不要拿自己的孩子們來比，隨著生、心理的成熟，學習自然水到渠成，每個孩子都是值得被尊重的獨立個體。

（六）親子互動的真諦

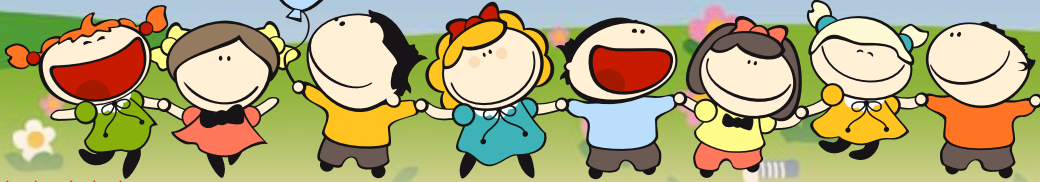
有一則故事是這麼說的：有對做生意的夫妻，忙於招呼著客人，孩子在一旁吵鬧不休，第一次時媽媽蹲下身體來，詢問需求並給予安撫，維持了短暫的安寧之後，孩子還是一而再、再而三的吵鬧，父母並未因自身工作的忙碌而失去耐性，依然重複之前的做法而沒有動怒，而孩子的需求在得到滿足後，也就自然平靜下來了。從他們的身上，我得到了一個啟發：良好親子互動的真諦，不正是：「放下身段」、「耐心傾聽」與「不厭其煩」嗎？而孩子也從我們的身教中，學習了和人應對的方式，更為情緒教育做了正向的示範，不是嗎？與大家共勉之！

正因父母的保存期限，在不同的家庭或許會以不同形式的存在，延續其意義與影響，而孩子的成長卻是無時不在累積、複製與傳承著父母的模式，期許大家能更珍惜與孩子相處的每個當下，努力發揮父母該有的正向影響力，因為每個當下都有可能成為一個永恆！

小碧老師專欄

聽聽孩子的心聲

張老師 新北市立碧華國中教師



親愛的小碧老師：

我是個可憐又急需幫助的人，我有個很大的問題。

因為我長得不好看，班上同學都欺負我，他們有時在我吃飯時，把垃圾丟在我的便當中，讓我沒飯吃；或把膠水黏在椅子上，使我的褲子濕濕漉漉的；還會把我的鉛筆盒當球踢來踢去；有時更過份，把我的書包丟到外面！

我快被氣炸了，請救救我吧！

可憐蟲上

可憐的可憐蟲：

我已知會貴班導師你的情況，請導師協助規勸班上愛欺負別人的同學，我想，情況應該會有所改善。

除了導師的幫忙之外，你也必須要有「自救」和「自信」的決心，不要老是讓自己看起來一付可憐的樣子，被別人欺負時，一定要挺身而出，堅定地告訴那些同學：不要隨便欺負別人。必要時，可以請家長出面協調，告訴對方的家長，如此一來，應該可以給這些愛欺負人的同學一些警惕。

記得很重要的一點：要與他人建立良好的人際關係，主動對同學釋出善意，多和同學交談及互動。在服裝儀容方面，則一定要保持整潔，讓別人喜歡你，繼而願意和你親近。

不要生氣，很多事情其實是可以操之在我的，趕快努力去面對並解決這些困擾吧！

祝 好運

小碧老師

親愛的小碧老師：

我是一個國中八年級的男生，有一件事一直很困擾我，希望你能幫我想辦法。

因為我很喜歡打籃球，長得也很高，每次籃球比賽時，總有一群粉絲會興奮的為我加油！剛開始時我覺得很得意，但是最近常常收到一些女粉絲寫給我的信，希望和我一起看電影、逛書店、研習功課等，偶而也會聽到某某女生和某某女生為了我而吵架。晚上則常有女同學會打電話來找我，為此，爸媽對我很不諒解，認為我亂交女友。

對我來說，她們都是我的好朋友，我並沒有對哪一位有特殊的好感。小碧老師，你說我應該怎麼辦呢？

帥哥阿宏上

帥哥阿宏：

真想賞你這個令人又羨又妒的小子一拳！想想小碧老師我呀，當年讀國中時很欣賞隔壁班的一個男生，但是一直不敢表明，只能默默的在旁為他的風采加油。但是，你猜怎麼著，現在的我啊，連他長什麼樣，姓啥，叫啥，一概不記得了。

所以啊，給你幾個良心的建議：

1、如果再收到信，直接告訴寫信的人，你沒有辦法陪她，說你沒空也好，說你沒興趣也成，總之就是不能赴約（口氣要堅定，但也不要太兇喔）。

2、有意無意之間表達出你的想法，讓你的愛慕者知道你現在不想交女朋友，畢竟求學階段應以學業為重。

3、至於電話的問題，請爸媽為你把關，如果不是非接不可的重要電話，請爸媽代為回絕，久而久之，我想她們會知難而退的。

祝 早日恢復自由

羨慕你的小碧老師

親愛的小碧老師：

您好，我現在就讀國中九年級，我覺得活著蠻累的！媽媽要求我好好讀書，每天念啊念的，煩都煩死了。假日也不准我和朋友外出，說我是女孩子，怕我學壞，也怕我被欺負……，有時，我真的好想翹家哦！或是，能夠永遠的擺脫這個煩人的世界……。

您給我一點建議好嗎？

一名煩透了的女生留

給心煩的小女生：

看了妳的信，我真是嚇了一大跳，怎麼妳會有這樣傻的念頭呢？活著，是一件美好的事，很多比我們不幸的人都在努力爭取活下去的機會，妳有輕生的念頭，真是不應該喔。經過一個寒假的休息之後，壓力有比較減輕了嗎？謝謝妳告訴我妳的心聲，我想妳的心情或許也代表部份同學的心情吧！

如果妳想翹家，請問：妳能去那裡？以妳這麼小的年紀，在外面工作是違法的，僱用妳的老闆不但要冒違法的風險，提供給妳的待遇和工作環境，恐怕也會令妳失望。景氣不佳，連大人都不見得能找到好的工作，更何況是妳呢？而且社會上各式各樣的人都有，處處充斥著危機及陷阱，離家少女的命運真令人不敢想像！

所以，要面對現實哦！妳可以透過導師或是親友，請他們和爸爸媽媽聊一聊，讓爸爸媽媽了解妳的想法和心情，基於關心及愛護，我想，爸爸媽媽應該會做適度的調整。在交友方面，真的是要謹慎點，做父母的會不放心，是在所難免的，因為妳是他們的寶貝女兒呀！所以，你可以請好友到家中來，讓爸爸媽媽親認識他們，這樣爸爸媽媽才會放心。了解妳的交友狀況後，爸爸媽媽同意妳和朋友出遊的機會也會比較大。

在學業與交友方面，要自我要求，讓父母放心、信任，這樣妳的空間才會更寬闊。歡迎你有空到輔導處來聊一聊，祝妳開學後一切順利！

小碧老師

「家庭教育季刊」第20期徵稿啟事

- 一、投稿地點：新北市立碧華國民中學
- 二、截止日期：100年4月30日
- 三、電子檔請寄：gigi010150@kimo.com
- 四、連絡電話：(02)29851121轉141(蕭惠珠老師)
- 五、本期主題：國際交流
- 六、稿件字數：1000～3000字(可附照片jpg檔1～3張)，敬請以電子檔傳送賜稿



100年度新北市政府家庭教育中心 推動家庭教育工作規劃



類別	預定工作計畫	預定辦理期程
一、親職（子）教育	親子共讀帶領人課程	8-10月
	社區親子共讀活動	10-12月
	親子共讀活動	4-6月
	新住民家庭教育系列活動	6-11月
	原住民家庭關愛計畫	4-6月；8-10月
	身心障礙者活力家庭計畫	6-10月
	弱勢族群家庭教育活動	4-9月
	幸福家庭123兒童篇印製	3-5月
	全國孝親家庭月・家庭有愛、孝道永傳－「珍愛一瞬間」相片故事徵選活動	3-5月
	全國孝親家庭月・家庭有愛、孝道永傳－「幸福在身邊」影片徵選活動	3-5月
	孝親家庭楷模選拔活動	3-5月
「愛家515－小手做家务」四格漫畫比賽	3-5月	
二、性別教育	小團體帶領人培訓	3-11月
	婦女教育自我成長小團體～親職教養系列	4-11月
	社區婦女教育活動	9-11月

三、婚姻教育	國中婚姻教育校園巡迴講座	9-11月
	高中婚姻教育校園巡迴講座	8-9月
	大學婚姻教育活動	4-11月
	新婚夫婦婚前教育活動	10月
	已婚夫婦婚姻教育活動	10月
	社區婚姻教育講座	5-11月
	「遇見真愛·幸福100」影展	4-11月
	婚姻教育自學成長手冊付印	5月
四、倫理教育	搭起世代的橋樑-代間教育系列活動	6-9月
	祖父母節-全國祖孫攝影競賽活動	6月
五、其他家庭教育事項	家庭教育季刊	3月/6月/9月/12月
	家庭教育種子教師進階培訓	8-11月
	夜光天使點燈專案計畫	3-6月； 100年9月-101年1月
	家庭教育諮詢委員會	4-6月；10-12月
	中心志工培訓	2-10月
	分區課程輔導與研究	3-11月
	校園巡迴宣導	3-11月
	公民營講座	5-11月



幸福家庭系列活動



幸福123－九份金瓜石親子遊



幸福123－九份金瓜石親子遊



幸福123－九份金瓜石親子遊



祖孫週－我眼中的祖父母



祖孫週－我眼中的祖父母



親職講座－從「星」開始－從星座談親子關係



親職講座－如何利用帶動唱來激發孩子



親職講座－家庭資源管理