

# 家庭的組成・發展與變化

國 高 中 篇

七 年 級

## 家和我一起成長

編撰者：錢雅婷



## 議題學習主題

## 議題實質內涵(國民中學)

①家庭的組成、  
發展與變化

家 J1 分析家庭的發展歷程。  
家 J2 探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。

②人際互動與  
親密關係發展

家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。  
家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。

③家人關係  
與互動

家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。  
家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。

④家庭資源管理與  
消費決策

家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。  
家 J8 探討家庭消費與財物管理策略。  
家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。

⑤家庭活動與  
社區參與

家 J10 參與家庭與社區的相關活動。  
家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。  
家 J12 分析家庭生活與社區的關係，並善用社區資源。



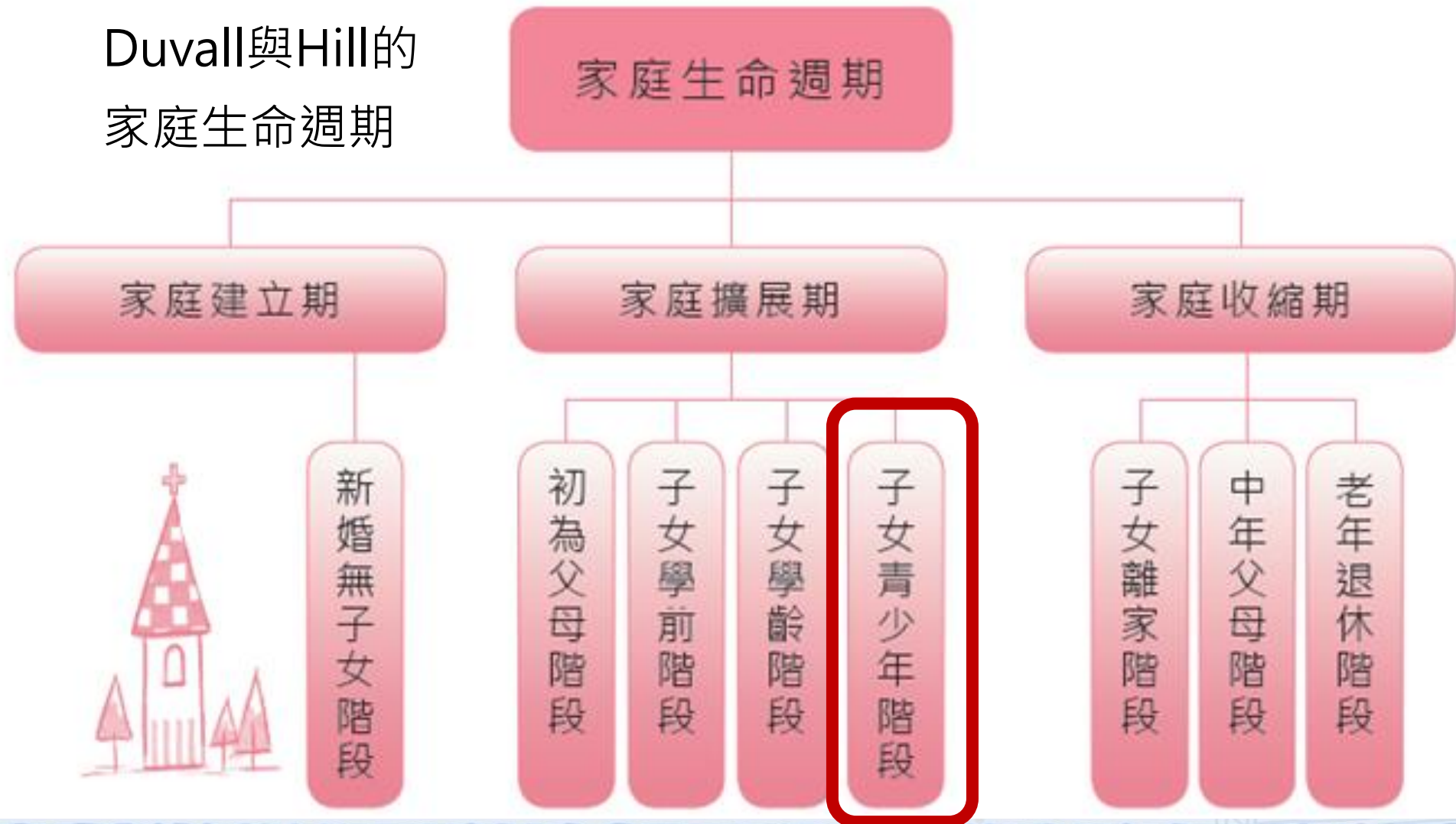


# 高級中等以下學校及幼兒園家庭教育參考大綱 中華民國108年5月

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
國民中學	1/A 家庭的組成、發展與變化	1-IV-1 了解家庭發展歷程，並能解析各發展階段的分期。 (家庭教育議題 J1) (綜合 1b-IV-2)	A-IV-1 家庭發展階段的區分。 A-IV-2 家庭各發展階段的內涵與歷程。 (家政 Db-IV-2)	<p>1. 家庭發展歷程是指一個家庭從建立、蓬勃發展到終止的過程，並由家庭發展歷程更瞭解家庭史。依據 Duvall 與 Hill (1948) 將家庭生活發展分為三期共八階段：</p> <p>(1) 家庭建立期</p> <p>① 第一階段 (建立階段)：新婚無子女</p> <p>(2) 家庭擴展期</p> <p>② 第二階段 (初為父母階段)：家中有新生兒~未滿 3 歲</p> <p>③ 第三階段 (子女學前階段)：最大子女滿 3 歲~未滿 6 歲</p> <p>④ 第四階段 (子女學齡階段)：最大子女滿 6 歲~未滿 12 歲</p> <p>⑤ 第五階段 (子女青少年階段)：最大子女滿 12 歲~未滿 20 歲</p> <p>(3) 家庭收縮期</p> <p>⑥ 第六階段 (子女送出階段)：子女陸續遷出家中</p> <p>⑦ 第七階段 (中年父母階段)：子女全部遷出，進入空巢階段</p> <p>⑧ 第八階段 (退休階段)：生計自擔者退休至二老去世</p> <p>2. 多數家庭的發展會經歷八個階段，但也可能因家庭的生育狀況、婚姻狀況而有所不同，家庭不必<u>必然</u>經歷這八階段。</p>

# 家庭生命週期

Duvall與Hill的  
家庭生命週期



壹

# 設計說明



# 設計理念

七年級的學生進入國中校園，在個人發展階段上面臨從兒童期進入青少年期，不論是生理、心理和社會關係，都有著相當的挑戰，正好可以對應到**家庭亦有生命週期**，不同階段有不同的**發展任務與學習**。若能讓學生對於家庭各發展階段的內涵與歷程有所理解，在與家人的相處上，或許能有更多的體諒與正向交流。

# 內容重點

考量七年級學生自國小畢業，進入新的校園，除了在學習、人際上有所不同，自身的身心轉變亦對個人及其家庭帶來變化，故活動一、二從個人與家庭的生命週期的映照，帶出對不同發展階段的好奇，進而於活動三、四探討自己與家庭在接下來會有哪些變化，以及思考可以有哪些準備或策略，讓家庭中每個人有更好的發展，並能相互理解，彼此支持，共創美好生活。

# 單元架構表

活動名稱	節次	單元重點
我不一樣了	第1節	從國中國小的不同，看到自我的蛻變也看到對家庭帶來的影響。
家的新樣貌	第2節	呈現自我生命週期，亦能進一步設想家庭的週期。
成長的挑戰	第3節	預想家庭生命不同階段的情況，增加理解與準備。
愛的神隊友	第4節	針對如何促進青少年階段的親子關係進行討論與實踐。





貳

單元內容



# 總綱核心素養

面向	項目	項目說明
自主行動	<b>A2</b> 系統思考與解決問題	<b>J-A2</b> 具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。

# 家庭教育課綱

主題軸：1/A家庭的組成、發展與變化

學習表現	學習內容
<p><b>1-IV-1</b> 了解家庭發展歷程並能解析各發展階段的分期。</p> <p>(家庭教育議題 <b>J1</b>)</p> <p>(綜合 <b>1b-IV-1</b>)</p>	<p><b>A-IV-1</b> 家庭發展階段的區分。</p> <p><b>A-IV-2</b> 家庭各發展階段的內涵與歷程。</p> <p>(家政 <b>Db-IV-2</b>)</p>

# 綜合領域課綱

學習表現	學習內容
<p>綜<b>1b-IV-2</b> 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。</p>	<p>輔<b>Ca-IV-1</b>生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。</p> <p>輔<b>Db-IV-1</b>生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。</p>

# 學習目標

1.

從微觀的個人生命發展階段，推展到更巨觀的家庭生命週期，思考並認識個人與家庭的變化。

2.

理解個人與家庭在不同階段的發展任務及挑戰，進而採取合宜的因應與行動，促使家人相互支持、共同成長。



# 活動設計



# 活動一：我不一樣了

- 一、國中國小大不同：思考並提出進入國中階段的自己，和國小有什麼不一樣？引入「個人發展」的主題。
- 二、個人書寫：將學習單分成左右兩區，列出「國小的我」與「國中的我」的特性。（附件7-1）

• 國小的我

• 國中的我



# 活動一：我不一樣了

三、分組討論並報告：

- (一) 邁入國中後，個人會有哪些成長與轉變？
- (二) 因著這些轉變，學校有哪些不同的對待或安排？
- (三) 請試想自己的成長，會給家庭帶來哪些影響？  
(正/負面皆呈現)

四、小結：

進入國中階段，對自己要有不同的成長目標設定；同時自己是家庭的組成份子之一，對家庭亦會帶來影響。





# 我不一樣了！

一、國小國中大不同

班級： 座號： 姓名：

國小的我	國中的我
●	●

二、我的成長，會給家庭帶來哪些影響？

正面影響	○	負面影響
------	---	------

# 我不一樣了！

一、國小國中大不同

班級： 座號： 姓名：

國小的我	國中的我
●	●

二、我的成長，會給家庭帶來哪些影響？

正面影響	○	負面影響
------	---	------

附件 7-1

# 我不一樣了！

一、國小國中大不同

國小的我..	國中的我..
--------	--------

二、我的成長，會給家庭帶來哪些影響？

正面影響..	○	負面影響..
--------	---	--------

# 活動一：教學省思與建議

- 原本七上的輔導課程就有安排國中國小大不同，故建議搭配進行，從原本的校園生活、學習適應，延伸至家庭教育議題的學習。
- 發現現在學生更熟悉圖像思考，故圖加文的學習單設計，會讓學生更能表達。



# 活動二：家的新樣貌

一、我的成長軌跡：

(一) 以座標圖呈現自己的生命歷程圖：橫軸是時間（過去、現在、未來），縱軸是心情指數。

(二) 請在每個轉折點寫出重要事件或轉變。（附件7-2）。

(三) 簡介Erikson生命週期理論，每個人一生中經歷八大階段，各階段的發展任務與危機。

# 生命歷程圖

班級： 座號： 姓名：

請畫出自你有記憶以來，目前人生中重大事件 6-10 件事，用一個點標記，並用關鍵詞句簡述此事。



家庭週期：

## 附件 7-2

# 生命歷程圖

請畫出自你有記憶以來，目前人生中重大事件 6-10 件事，用一個點標記，並用關鍵詞句簡述此事。



家庭週期：

.....

.....

.....

# 活動二：家的新樣貌

二、繪本導讀：愛心樹。

三、討論：

（一）繪本中的小男孩，他的生命週期  
你會如何分段與命名？

（二）如果蘋果樹代表「家庭」，我會  
如何將家庭的生命週期進行分段與命名？



# 活動二：家的新樣貌

四、介紹「家庭生活發展」三期八階段理論。並思考

(一) 我的家庭位於哪個時期？哪個階段？

(二) 正如同個人的生命發展階段，有不同的挑戰。請猜想現階段的家庭，有哪些發展任務或重要關鍵？為什麼？

五、小結：

除了對自我生命週期的掌握與規畫，也能進一步設想到家庭的週期，與家人共同成長蛻變。

# 家庭生命週期

- 我的家庭位於哪個時期？哪個階段？
- 正如同個人的生命發展階段，有不同的挑戰。請猜想現階段的家庭，有哪些發展任務或重要關鍵？為什麼？

## 家庭建立期

新婚無子女階段



## 家庭擴展期

初為父母階段

子女學前階段

子女學齡階段

子女青少年階段

## 家庭收縮期

子女離家階段

中年父母階段

老年退休階段

## 活動二：教學省思與建議

- 學生對於「Erikson生命週期理論」和「Duvall與Hill的家庭生命週期」都沒聽過，所以是需要花些時間向學生說明，但也只是先有初步概念。
- 從生命歷程圖可以對學生有更多的理解，但仍有少數學生寫不到6個重要事件。（前一頁）





# 活動三：成長的挑戰

一、回顧「家庭生活發展」三期八階段理論。

二、觀賞「媽媽的孤軍奮鬥」影片



(一) 提問：

1. 影片中小女孩大約幾歲？屬於家庭生命週期的哪一個階段？

2. 影片中這個家庭面臨了哪些挑戰？（例如：家務分工）

3. 進一步細分，你認為這個階段，在夫妻關係、親子關係、代間關係上，分別有什麼要注意的地方？

(二) 小結：如同人的成長，不同時期有不同任務，家庭的不同階段，有任務要完成。

# 活動三：成長的挑戰

## 三、同理心大考驗：

(一) 讓各組抽籤決定要討論的階段：

1. 試想這階段，在夫妻關係、親子關係、代間關係上，有什麼跟別的階段不一樣的地方？
2. 如果自己是在這個階段的家庭，你覺得可以發揮什麼功能？

(二) 小組討論：依不同家庭階段，分別提供文章或新聞，刺激思考

(三) 進行小組報告。

## 四、小結：

個人與家庭的生命週期發展，都有階段的發展任務，即便是同樣的角色，在不同時期，有不同的任務及挑戰。有所準備，就能有更好的適應成長。

## 活動三：教學省思與建議

- Padlet的使用，對學生來說還算直觀，所以很容易上手。平板的使用，仍需視班級有不同的要求。
- 上台報告後，有請學生舉手表示對不同組別的喜好與學習，透過同儕給予的肯定，更有成就感。  
(也可以考慮用Padlet上的「反饋」，透過點讚給予肯定)



# 活動四：愛的神隊友

一、觀賞 「第五篇：啟動家庭的愛」 短片。

二、討論：

(一) 影片中的家人互動，感覺到被愛的方式有哪些？

(二) 小學時的你，和國中時的你，喜歡被愛的方式有什麼改變？

(三) 想一想，現階段你家中每位家人喜歡接收愛的方式各是什麼？



# 活動四：愛的神隊友

三、認識五種愛之語。

四、擬定愛的行動計畫（附件7-3）

（一）自我覺察：你最喜歡的愛之語是什麼？

（二）同理：針對活動三中，預想現階段的家人，面臨的家庭任務和挑戰是什麼？可能需要什麼支持？

（三）行動：

1.你可以如何跟父母傳達，你希望如何被支持、被愛？

2.挑一位家人，選擇一個他們可能喜愛的被愛方式，擬定愛的行為，並紀錄心得，可於下週上課時分享。

五、小結：

個人的成長，也會帶動家庭的轉變，家庭滋養我們，也期待家庭因著我們而共同成長、更有愛。



## 愛的行動計畫

班級：      座號：      姓名：

一、自我覺察：我的愛之語（填入自己喜歡的愛之語順序）

	➔		➔		➔		➔	
--	---	--	---	--	---	--	---	--

二、同理心的練習

對象（哪位家人？）	
他目前的挑戰或壓力是什麼？	
他可能的愛之語是什麼？	

三、愛的行動：我打算如何表達對他的理解與支持？

↩

↩

附件 7-3

## 愛的行動計畫

一、自我覺察：我的愛之語（填入自己喜歡的愛之語順序）

	➔		➔		➔		➔	
--	---	--	---	--	---	--	---	--

二、同理心的練習

對象（哪位家人？）

他目前的挑戰或壓力是什麼？

他可能的愛之語是什麼？

三、愛的行動：我打算如何表達對他的理解與支持？

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

PS. 下週可以將愛的行動結果跟同學、老師分享喔！

# 活動四：教學省思與建議

- 對於自己和家人的愛之語辨識，用二選一的方式，或直接發測驗或提供網站讓學生自行測驗，可請老師自行衡量。
- 「愛的行動」實踐追蹤，發現學生的實際執行狀況不如預期，所以如何促使學生更有實踐的動力，需要再設計。





# 單元評量





# 單元評量表

活動名稱	評量目標	評量方式
活動一 我不一樣了	列出此刻個人生命發展及家庭的改變。	口語及實作評量 (學習單)
活動二 家的新樣貌	畫出個人生命歷程圖，並結合家庭生命週期。	實作評量 (學習單)
活動三 成長的挑戰	統整並說明家庭不同週期的挑戰及因應策略。	口語評量
活動四 愛的神隊友	理解個人與家庭現階段的發展任務，並付出行動給予支持。	實作評量 (學習單)



感謝您的聆聽，  
敬請指教

