



109學年度
第1學期

臺中市立文華高級中等學校
學生輔導工作
暨
家庭教育推動小組委員會

時間：109年10月12日（一）12:10
地點：第二會議室



109學年度
第1學期

臺中市立文華高級中等學校
學生輔導工作暨家庭教育推動小組委員會

一、主席致詞

109學年度
第1學期

臺中市立文華高級中等學校

學生輔導工作暨家庭教育推動小組委員會

二、宣導事項

附件一：P.3~P.7

重要宣導事項-法定通報責任

- 出入賭博、色情、暴力等足以危害其身心健康之場所。
- 遭遇不當對待，例如：遺棄、虐待、剝奪受教權、。
- 受到肢體、精神、言語等家庭暴力。
- 校園「情侶暴力」。
- 從事性交易。

知悉後，於**24小時**內完成通報

109學年度
第1學期

臺中市立文華高級中等學校 學生輔導工作暨家庭教育推動小組委員會

三、109學年度學生輔導工作重點報告



附件二：P.9~P.14

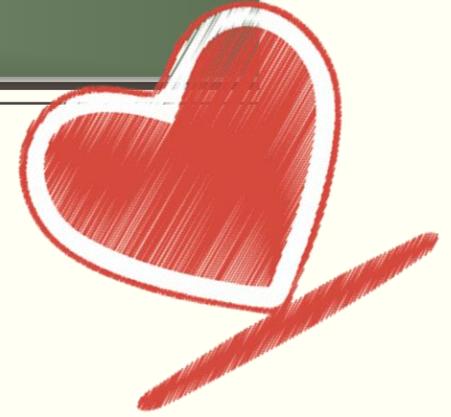
一、生命教育-1



- 109/8/31~9/4：友善校園週（學務處）。
- 109/9/23：敬師活動（學務處）。
- 推動服務學習-微笑天使（輔導處）。
 - （1）甄選出12位同儕輔導員，進行助人技巧成長團體。
 - （2）高二同儕輔導員協助、輔導高一學生課業及生活適應問題（為期一年）
 - （3）學科學習心得分享。



一、生命教育-1



- 生命教育電影院：
 - 109/11/6 (五) 丹麥女孩
 - 109/12/11 (五)：特教電影 (教務處)
 - 110/1/11 (五)：大法官
- 社團服務學習：康輔社、扶少團、青愛社 (學務處)
- 鼓勵學生閱讀生命教育系列書籍與觀看相關影片 (圖書館)
- 愛心媽媽讀書會 (圖書館)
- 辦理「優良圖書展」推薦閱讀活動 (圖書館)

一、生命教育-2

■ 10~11月生命教育月系列活動 (輔導處/學務處/圖書館)

主題	活動	內容與核心理念
生命教育的本質-愛·生命	輔導週報刊登	在10月份的輔導週報，刊登4期生命教育主題文章，讓學生可以思考生命的價值與人生的意義。
	「腦筋急轉彎」影片賞析與討論	透過「腦筋急轉彎」影片賞析，去思考平常自己擁有的情緒有哪些，情緒又是如何影響自己的生活。
	「我的情緒瓶子」活動	透過「彩色怪獸」繪本，引導學生知道基本情緒，並在生活中注意自己的情緒反應，從事件中去感覺自己的情緒。
	生命教育書展	透過全校師生的共同推薦，主題書區的展示規劃，讓讀者分享他人閱讀經驗、感受每本書的溫度，從中獲得能量。
變身EQ高手	情緒探索團體	透過小團體輔導的方式，協助學生認識與覺察自我情緒，並了解情緒、事件與想法的關聯從而接納與處理情緒。
社會關懷-愛一直都在	微笑天使-同儕輔導 (學科學習心得講座活動)	訓練學生同理心與社會參與，鼓勵學生關懷及服務他人。
樂活節能的生活	樂活節能的生活	1.10/13全校實施午餐素食 2.引導學生關心生態，與地球及其他生物健康生活
成為她的幕後英雄	1000Girls生命教育分享	擴展學生視野並對於身處脆弱環境之孩童所面臨之生存考驗有所認識，鼓勵學生能同理關懷這些弱勢族群。

二、性別平等教育

- 校園性侵害、性騷擾或性霸凌防治（人事室/學務處/輔導處）
- 校園性侵害或性騷擾防治宣導（輔導處）
- 導師知能研習：109/8/27（四）櫃內櫃外的視界，認識自己的多元觀點
- 性別平等講座：109/11/20（五）「愛」的打鐵匠，談戀愛的美麗與風險（輔導處）
- 鼓勵學生閱讀性別平等教育系列書籍與影片賞析（圖書館）



三、生涯輔導活動-高一

- 新生定向輔導：配合新生訓練及生命教育課程（**教務處/學務處/輔導處**）

- 生涯資訊介紹（**輔導處**）

- 選班群輔導（**教務處/輔導處**）

- （1）性向測驗及興趣量表施測及解釋

- （2）選課選班群介紹

- （3）選班群說明會：於4月份高一導師及家長各辦理一場。

- （4）學長姐選班群經驗分享：109/5/12（二）~109/5/13（三）共2場次。

- （5）選班群個別諮詢

- 學科學習心得講座：109/10/26（一）~109/11/2（一），共5場次（**輔導處**）



三、生涯輔導活動-高二

- 轉班群生輔導（輔導處）
- 學業低成就學生輔導（輔導處）
- 大學校系宣導系列講座（輔導處）
- 政大包種茶節參訪：109/10/31（六）（輔導處）
- 學長姐甄選入學經驗分享座談會：（輔導處）



三、生涯輔導活動-高三 (1)

- 晚自習輔導 (教務處)

- 高三升學學習講座

- (1) 學長姐升學經驗分享 (輔導處)

- (2) 各科學測講座 (教務處)

- 高三升學輔導系列活動 (輔導處)

- (1) 高三班級輔導

- (2) 大學學系探索量表施測及發送

- (3) 「我的高三生活」學長姐經驗傳承講座：109/8/12 (三)

- (4) 大學多元入學導師說明會：109/9/15 (二)



三、生涯輔導活動-高三（2）

- 職涯講座「張凱傑檢察官-檢察官的一天」：109/11/10（二）（輔導處）
- 青年教育與儲蓄帳戶方案。（輔導處）
- 閱讀種子深耕、多元語言、科創、國際及文創等活動之推廣（教務處）
- 推動定期考查教學成效分析，進行教學反思及補教教學（教務處）
- 規劃辦理寒假多元學習營隊及自然科予學生的探索體驗活動（教務處）
- 鼓勵學生閱讀生涯規劃系列書籍與影片賞析（圖書館）
- 大學校系宣導系列講座（輔導處）

三、生涯輔導活動-高三 (3)

■ 甄選入學輔導 (輔導處)

(1) 審查資料練功大秘笈講座：110/1/25 (一)

(2) 甄選入學選填志願說明會：

A、110/2/23 (二) 導師

B、110/2/24 (三) 學生 (上午) 、家長 (晚上)

(2) 甄選入學選填志願個別諮詢。

(3) 個人申請面試輔導講座：110/3月份

(4) 個人申請審查資料製作輔導。

(5) 個人申請模擬口試活動：110年4月份，預計辦理20場次。

(6) 個人申請網路登記志願說明會



三、生涯輔導活動-高三 (4)

■ 考試分發入學輔導 (輔導處)

(1) 考試分發入學說明會：110/7/20 (二)

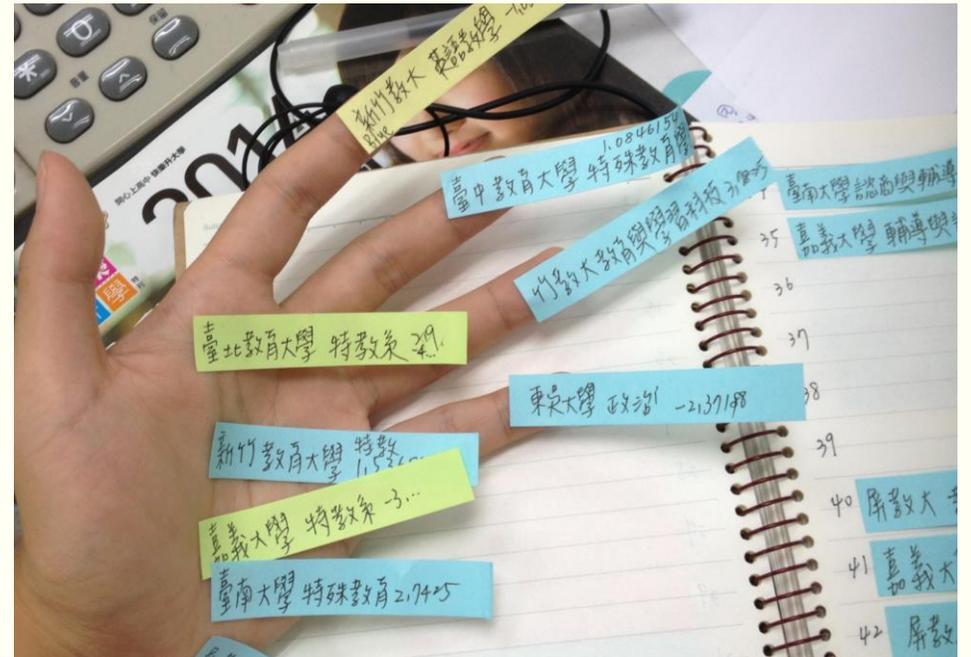
- A、「導師說明會」09:00~10:30第二會議室。
- B、「畢業生及家長說明會」10:00~11:00禮堂。
- C、「導師時間」11:10~12:00高三各班教室。

(2) 考試分發選填志願個別諮詢

- A、時間：110/7/21 (三)、110/7/22 (四)

每日8:30~17:00

- B、地點：輔導處。





四、諮商生活與輔導-一般性輔導

- 推動認輔制度推行。
- 高風險學生會議：109年8月27日（四）及不定期高風險個案會議。
- 教師輔導專業知能進修（**教務處/學務處/輔導處**）
 - （1）導師輔導知能研習：109/8/27（四）
 - （2）教師專業發展社群：109/9/1（二）、109/12/22（二）、109/12/29（二）
 - （3）特殊教育知能研習：每學期3小時





四、諮商生活與輔導-介入性輔導

- 實施青少年心理健康量表
- 實施高風險家庭篩選
- 社區資源運用：昕晴診所徐宏銘醫師到校服務時間：每個月第三週的星期四13:00~15:00。
- 高一新生定向輔導：12名同儕輔導員協助。
- 高關懷應屆畢業生轉銜
- 弱勢學生輔導：各年級各辦理1次升學輔導座談會。



五、其他

- 團體督導：
 - 日期：109年10月15日（四）
 - 督導講師：國立彰化師範大學郭麗安教授
- 學生助人技巧成長小團體：
 - 109/8/13（四）~109/8/19（三）
- 編印輔導週報
- 定期維護更新輔導處網頁



大學參訪-收大包種茶節

活動日期:109年10月31日(六)

- 報名日期:即日起至9月30日(三) 13:00前或額滿為止。
- 報名對象:個別報名,以高一、高二優先,若報名完成後尚有缺額,再開放高三報名
- 報名費用:以活動總費用除參加總人數,預計每人收取350元。
若未滿40人,金額可能更動,至多每人500元。
若人數未滿28人,將進行退費並請同學自行前往。
- 報名方式:
有興趣者請至輔導處領家長同意書,並於報名期限內繳交同意書及費用350元至輔導處 詠昌老師,始完成正式報名程序。
- 錄取公告:正備取名單將於9月30日(三) 17:00前公佈於輔導處網頁並發錄取通知。
其他詳情請參班級宣傳單、輔導處公告



109學年度
第1學期

臺中市立文華高級中等學校

學生輔導工作暨家庭教育推動小組委員會

四、提案一： 109學年度家庭教育實施計畫（草案）

附件二：P.15~P.16



依據

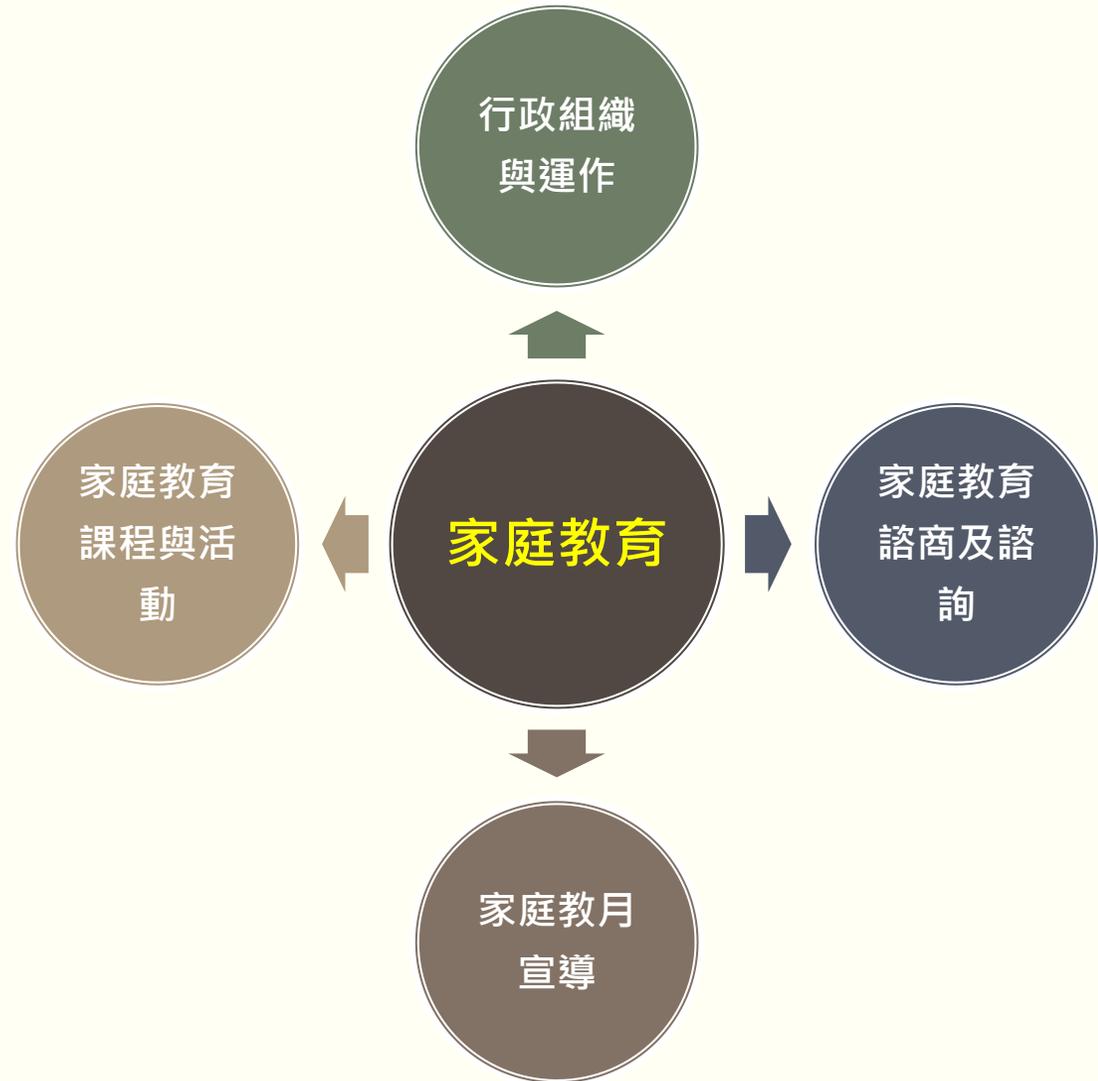
- 家庭教育法第2條：**本法所稱家庭教育，係指具有增進家人關係與家庭功能之各種教育活動**，其範圍如下：親職教育、子職教育、性別教育、婚姻教育、倫理教育、家庭資源與管理教育、其他。
- 家庭教育法第12條：高級中等以下學校每學年應在**正式課程外實施4小時以上家庭教育課程及活動**，並**應會同家長會辦理**親職教育。
- 家庭教育法第15條：高級中等以下學校於學生有**重大違規事件或特殊行為**，應即通知其家長或監護人及實際照顧學生之人；並**提供相關家庭教育諮商或輔導之課程**。

目的

- 透過**非正式課程及活動設計**，增進學生及家長家庭生活知能，並健全學生身心發展，營造幸福家庭，以建立祥和社會。
- 提升**教師親職溝通能力**，增進學生家人關係及家庭功能之發揮。
- 針對學生**推動「年輕世代婚姻教育」**，以期鼓勵學生透過學習，澄清個人對於親密關係、婚姻的信念，發展親密關係中溝通、衝突解決等互動知能。
- 對有**重大違規事件或特殊行為**之學生家長，能及時提供**相關家庭教育諮詢、諮商或輔導**。

實施對象、範疇及期程

- **實施對象**：本校師生及家長。
- **實施範疇**：如親職教育、子職教育、性別教育、婚姻教育、失親教育、倫理教育、多元文化教育、家庭資源與管理教育及其他家庭教育事項等。
- **實施期程**：
109年8月1日至110年7月31日。



(一) 成立行政組織及運作

- 成立家庭教育推動小組（以下稱本小組），設置要點另訂
- 本小組每學期至少召開一次會議。
- 制定家庭教育計畫，並將家庭教育活動列入學校行事曆。
- 設置家庭教育諮詢信箱及電話專線。



登入 | 文華高中 |

輔導處
Guidance and Counseling Office

臺中市立文華高級中等學校
Taichung Municipal Wen-Hua Senior School

升學資訊 大學營隊 輔導處場地預約系統 輔導處活動報名系統

網站選單
WEB MENU

家庭教育

- 一、家庭教育諮詢服務專線：04-23124000轉611、613-615
- 二、家庭教育諮詢服務信箱：guidance@whsh.c.edu.tw
- 三、本校家庭教育推動小組委員名單
- 四、本校推動家庭教育實施計畫
- 五、家庭教育課程資源：
(一)數位學習服務平台網址：<https://ups.moe.edu.tw>
(二)課程導讀手冊：<https://moe.familyedu.moe.gov.tw/>，請點選【出版資源】-->【親職教育】
- 七、活動成果(如下)：



登入 | 文華高中 |

輔導處
Guidance and Counseling Office

臺中市立文華高級中等學校
Taichung Municipal Wen-Hua Senior School

升學資訊 大學營隊 輔導處場地預約系統 輔導處活動報名系統

網站選單
WEB MENU

行事曆

九月 2019

星期天	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21 全校教師座談會
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12

親職教育日

(二) 實施家庭教育課程及活動

- 每學年在正式課程外，實施4小時以上的家庭教育課程及活動（包含家庭教育相關課程、研習、座談、個別輔導...）
- 性別講座- 109/11/20（五）「愛」的打鐵匠，談戀愛的美麗與風險（輔導處）
- 家庭教育電影院-大法官
- 109年12月：親師教育講座（學務處）
- 110年5月：孝親家庭月（學務處）



(二) 實施家庭教育課程及活動- 會同家長會辦理親職教育



全校親師座談會暨108新課綱及110大學多元入學說明會

- 時間：109/9/19 (六)



高三甄選入學家長說明會

- 時間：110/2/24 (三)



高一選班群家長說明會

- 時間：預計於110年5月中旬辦理



(三) 提供家庭諮商、諮詢及輔導

- 學生有重大違規事件或特殊行為，立即通知其家長或監護人及實際照顧學生之人，視情況進行家訪並提供相關家庭教育諮詢、諮商或輔導。



(三) 家庭教育宣導

■ 利用輔導週報、文華校訊、本校網站或電子刊版等宣導家庭教育。

臺中市立文華高中輔導週報

108.4.19 發行

【活動訊息】

- ◆ 輔導處辦理「緊急推薦學長經驗分享」，時間：4月23日(二)中午12:10，地點：五樓演講廳，歡迎高一高二同學踴躍報名參加！
- ◆ 輔導處將於5月2日(四)、5月3日(五)中午12:10辦理高二學長經驗分享，請同學踴躍報名參加。
- ◆ 第九屆台大國際英語博覽營：營隊日期：7月8日至7月11日；報名日期：3月13日至4月20日。
- ◆ 各大學暑假營隊訊息已陸續上網公告，請同學把握機會踴躍參加！相關訊息可至本校社團活動組【文華高中>學生事務處>社團活動組>最新消息】或輔導處網頁查詢【文華高中>輔導處>大學營隊】查詢。
- ◆ 國立清華大學「Open House 學院參訪日」，各院系時間請參閱輔導處最新消息。



【升學資訊】

- ◆ 倘若同學申請大學需要檢附「校長推薦函」，須經導師、輔導處簽核意見後，由輔導處彙整後繳交至校長室。繳交期限為各校收件截止日期2週前，逾期不予受理，相關申請流程表請至輔導處索取。
- ◆ 請注意!!有參加備審資料講座、模擬面試、與老師討論備審資料的同學，秉持「愛之學校，幫同學弟妹」的精神，請務必上傳備審資料電子檔，將老師們的用心傳遞下去!!

相關資訊請參閱本校輔導處最新消息

【家庭教育文章】

跟父母無法溝通，你有多絕望？

作者：eros/摘錄至尋夢新聞網站

很多人都有這樣的煩惱：為什麼自己在外和各式各樣的人打交道都沒問題，但一想到要和父母開口，就感到深深的無力；甚至有些人在外已功成名就，但面對父母時，又變成那個怕爸爸、怕媽媽的孩子。這可能是因為從小到大和父母溝通的過程中，我們已經形成了一種**習性性無助**，我們小時候無法得到父母的理解、影響父母的觀點；在很長的時間裡，我們已經堅信這是一種無法改變的事實。今天，我們就來談談如何解決與父母的溝通問題。

究竟有一個問題：**跟父母無法溝通，你有多絕望？**

最高級的家長教育，當父母的指指點點她聽受時，她會真實地表達自己的感受，這時父母會直接反駁：你想多了吧，至於嗎？她說當時的感受就是很絕望，不被理解，還被否定，如果對方是朋友，不來往就好了；如果男朋友，分手就行了；但是那個人是你的父母，這輩子都斷不開關係的人，你該怎麼辦？

中國父母不在乎孩子的情緒感受，有些父母甚至還使勁地打擊，打擊之後還不允許你哭泣，你哭泣或者傷痛，會被視為對他們的攻擊。這等於在暗示孩子：你不重要，你是錯的。這你爸爸最後說了一句：我內心最真實的感覺，就是沒有人真的愛過我，沒有。

這樣的感受，是一代人的創傷，我們的父母，他們看不見自己的弱點，也看不到孩子的生命力，孩子長大後就會學著遺傳一種被看見、被接納的感覺。

一邊渴望，一邊失望，不知如何是好……

太原宏安醫院心理諮詢專家閔蔚老師說：什麼是習性性無助？**習性性無助是在反應過度了不受自己掌控的負面刺激後，人們習得的一系列無助的感受、態度和行為。**習性性無助者認為自己的行為與結果是無關的，認為自己無論對父母說什麼、怎麼說，都無法控制、左右說話的結果；其次，習性性無助者對結果有無助或的預期，認定「自己所希望的结果不會發生」或是「自己付賬的结果將會發生」。比如：在開口之前，就已經認定父母一定會反駁自己觀點的凶器。最後，習性性無助者身上會表現出被動行為，不再嘗試改變現狀。

比如：很少主動與父母對話、不主動給父母打電話等等。

為什麼我們在父母面前張不開口？**反應型的父母很少給孩子開口的機會，也不容許孩子表達自身需求**，如果孩子對父母的規矩說「不」，很可能會招致嚴厲型父母的批評和懲罰，久而久之，孩子就練到「畏服果錄」，為了回避父母的懲罰，孩子們選擇對父母保持沉默。另一方面，**反應型父母對孩子沒有期望和要求，但當孩子向他們開口時，反應型的父母會對孩子的需求採取否認、迴避的態度**，逐漸地，孩子感到自己「說什麼父母都不會聽」，便轉而不和父母溝通。

我們該怎樣和父母開口？

1. 溝通前：調整自己對溝通的心態和情緒

我們需要先調整好自己的心態和情緒。要以「**成年人對成年人**」的方式與父母溝通，你需要使用言語和行動向父母表明，你已經是一個成年人，你有能力對自己的生活負責，而不是指望他們一下子就能理解你。

2. 溝通中：成熟地觀察和回應

在溝通過程中，**要表達自己的想法，同時不要強求對方的回應**，平靜而清晰地告訴對方你想要什麼、你的感受如何，重要的我們控制自己，成熟地表達了自己真實的想法和心情。

3. 溝通結束後：學會自我關懷

在和父母的溝通結束後，多做積極的自我對話，多關注這場對話中積極的部分。也可以和信任的朋友聊聊這件事，**表達自己的情緒、尋求支持。**

無助感的形成是一個漫長的過程，因此走出無助感也必然需要時間，不可能一蹴而就。你可以從小對話開始，逐步獲得積極的溝通體驗，它們未必是愉快的經歷，但能讓你一點點體驗到自己增長的力量，慢慢地培養自信，直到有一天走出無助。你的父母也許沒有給過你最好的成長教育，但是你在努力地和他們的相處中，幫助他們成長，他們也許沒有過機會學習你已經學習到的觀點、理論、思想，但是你可以運用你所學到的知識來幫助他們變成更好的人。



臺中市立文華高級中學
Taichung Municipal Wen-Hua Senior School



升學資訊

大學營隊

輔導處場地預約系統

輔導處活動報名系統



網站選單
WEB MENU

- 最新消息
- 行事曆
- 法令規章
- 認識我們
- 校務章則
- 性別平等教育
- 生涯規劃
- 生命教育
- 家庭教育
- 學習輔導
- 教師輔導知能
- 青少年儲蓄專戶
- 刊物共享
- 課程
- 檔案下載

刊物共享 / 109學年度輔導週報

109學年度上學期

| 第()週 |
|--------|--------|--------|--------|--------|
| 開學 | 9月11日 | 9月18日 | 9月25日 | 中秋連假暫停 |
| 國慶連假暫停 | 10月14日 | 10月23日 | 10月30日 | 11月6日 |
| 11月13日 | 11月20日 | 期中考周 | 12月4日 | 12月11日 |
| 12月18日 | 12月25日 | 元旦暫停 | 1月8日 | 1月15日 |



109學年度
第1學期

臺中市立文華高級中等學校

學生輔導工作暨家庭教育推動小組委員會

四、提案二： 109學年度生命教育月實施計畫（草案）

附件二：P.17~P.18



依據、目標、實施對象及時間

■ 一、依據：

- (一) 教育部友善校園學生事務與輔導工作年度作業計畫。
- (二) 本校生命教育實施計畫。

■ 二、目標：

- (一) 增進學生探索與認識生命的意義、尊重與珍惜生命的價值、熱愛並發展獨特的生命。
- (二) 增加學生正向思考能力，勇於面對挫折，在逆境中仍能樂觀以對。
- (三) 引導學生關心生態、愛護環境，珍惜擁有的生活。

■ 三、實施對象：本校學生。

■ 四、計畫期間：109年10月1日~12月11日。

實施方式-生命教育的本質~愛.生命



升學資訊 大學營隊 輔導處場地預約系統 輔導處活動報名系統



- 最新消息
- 行事曆
- 認識我們
- 法令規章
- 校務章則
- 性別平等教育

刊物共享 / 輔導週報 / 107學年度輔導週報

107學年度上學期

(第1週)	(第2週)	(第3週)	(第4週)	(第5週)
9月7日	9月14日	9月21日	9月28日	10月5日
(第6週)	(第7週)	(第8週)	(第9週)	(第10週)
第一次段考	10月19日	10月26日	11月2日	11月9日

輔導週報刊登

生命教育主題文章

10/1~10/31



「腦筋急轉彎」

影片賞析及討論

10/1~10/31

實施方式-生命教育的本質~愛.生命



我的情緒瓶子

彩色怪獸繪本

10/1~10/31



「生命教育書展」

主題書區的展示與規劃

12/1~12/11

實施方式-社會關懷~愛一直都在

■ 微笑天使-同儕輔導（學科學習心得講座活動）



實施方式-樂活節能生活

- 10/13全校實施午餐素食。
- 推動資源再利用、回收做環保活動。
- 引導學生關心生態，與地球及其他生物健康生活。



實施方式-成為她的幕後英雄

- 100個女孩生命教育分享



109學年度
第1學期

臺中市立文華高級中等學校
學生輔導工作暨家庭教育推動小組委員會

五、臨時動議

109學年度
第1學期

臺中市立文華高級中等學校
學生輔導工作暨家庭教育推動小組委員會

六、主席結論

散會

