

◎公告訊息

1. **【校系宣導】**：地點為 5 樓演講廳，名額有限，請同學把握機會參加、準時到場。

(1) 中山醫學大學 營養學系：113/12/17(二) 12：10-13：00

(2) 亞洲大學視光學系 暨視力保健衛教講座：113/12/18(三)12：10-12：50

2. **【請同學踴躍參加校內寒假營隊/】**：詳細資訊請參閱學校首頁置頂消息。



◎家庭教育文章

沒有人天生知道該如何當孩子：子職實踐 5 大面向

作者：蕭子喬 雞湯來了總編輯

「你不懂啦！你不要管！」甩上門把自己關在房間裡

「大人都說是為我好，但我感覺不到啊！」這些都是踏入青春期的常見親子互動。

中研院大型調查 (TYP) 持續追蹤國高中生的生命歷程，發現約有一半的孩子們認為家長不懂自己、感受不到家長的愛、無法信任家長.....，而這樣逐漸疏離或矛盾的狀態，將隨著他們長大持續到成年以後，或吵架、或疏離的親子關係狀態會一直持續下去。

可以如何當孩子 - 子職實踐從「知」到「行」

「子職」相對於「親職」，顧名思義可以理解為：孩子該如何做個孩子。而國高中生們知不知道自己可以如何當個孩子，有何影響？或許我們可從以下兩個問題來解答：

Q1：知不知道「子職」該做些什麼，有差嗎？

子職知覺 (孩子知道子職該做些什麼) 和親子關係正相關，越知道的通常關係越好！ 研究針對國小高年級生知覺子職角色和親子關係的相關性，發現孩子知覺到子職角色各面向，和親子關係「溝通尊重、親近感、欣賞信任、友誼交往」有顯著正相關，也就是說孩子子職角色知覺程度愈高，親子關係愈好。

Q2：「子職」對於國高中生而言，「知道」和「做到」差在哪？

「做到」比「知道」更有用，孩子自身生活也越快樂！另一篇針對國小高年級生的研究發現整體而言，學童知覺子職角色後，若能具體實踐，對於個人福祉將有正向的助益，子職「實踐」對於學童福祉的預測扮演著更重要的角色。也就是說，孩子知道怎麼做比較好是良好親子關係的第一步，但若能進一步真的去「做做看」，會更直接而明顯地為自己的生活帶來正向改善。

研究針對國中生進行一系列子職課程後發現，有上過子職課程的學生，相較沒上過的孩子，和家長的「親密感」明顯較高 (顯著較高)，有更多自我揭露、也能感到被重視，甚至有更多機會擁抱、牽手等自在表達愛，或有更多共同的休閒交流時光。整體而言，親子關係的負面情緒較少，安全感、信任感變好。

另外，也有研究指出當孩子能提升子職知覺或子職實踐，能為單親家長、新住民家長的生活福祉帶來正向影響。也就是說，當孩子能夠更了解自己如何當個孩子，知道有哪些面向能做，甚至真的去做，會為自己的生活福祉、家長的生活福祉、彼此的親子關係都帶來正向的影響。

新時代子職實踐新可能 - 5 大面向

許多學者回顧多篇國內外子職相關研究提出子職定義之面向，雞湯來了統整 2006 年至今國小高年級及國中子職相關研究，發現子職面向多有呼應或雷同，大致可分為以下 5 大面向：



- 1 **聯繫安心** | 多聯絡互動，表現自己對家庭的參與感或歸屬，使家人安心。
- 2 **主動溝通** | 分享自己的心情或想法、討論問題或生活瑣事之溝通。
- 3 **體恤體貼** | 主動參與家務、表達對於家長的感謝與關心。
- 4 **獨立自制** | 完成自己該做的事、照顧及注意自己的身體與安全。
- 5 **新知反哺** | 分享自己學習到的新知（如網路或科技產品知識等），協助家長解決問題。

雖說親子關係多少仍迫於大人握有的資源或生活決定性較高，對於親子關係的掌握性可能並非一半一半，但不論多少，「孩子」身為關係中的一員，仍具有一定程度的影響力！

近幾年有越來越多新一代的家庭，不再認為孝順是單方面、下對上的「順從」，而更希望是建立在彼此平等、互惠互愛的「真實情感」。而這樣講求真實情感的平輩親子關係，除了家長主動為關係經營，其實「孩子」也握有了另一部分的「能動性」，能夠主動做些什麼，就有機會為關係創造更多改變！

摘自雞湯來了 <https://chickensoupfamily.com/2023/01/18/howtobeachild/>