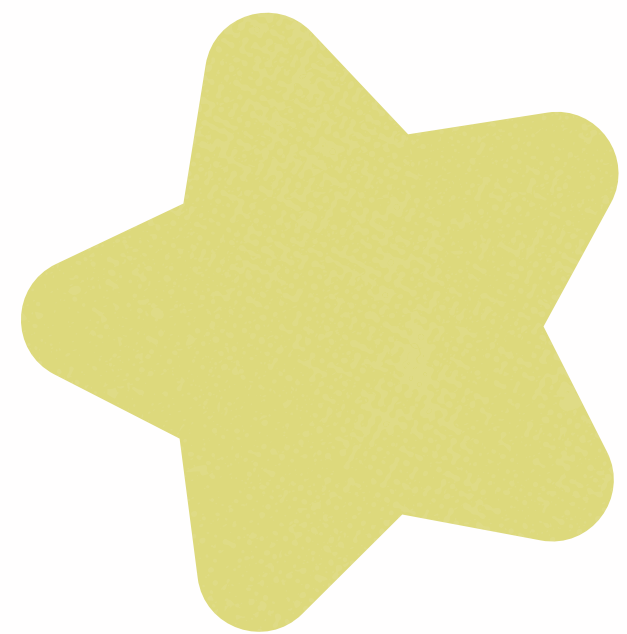
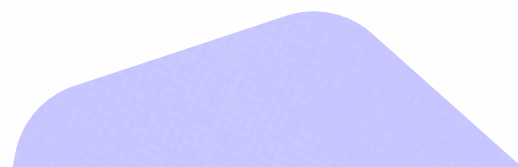
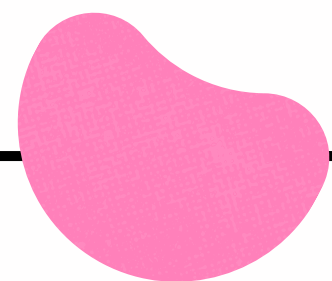
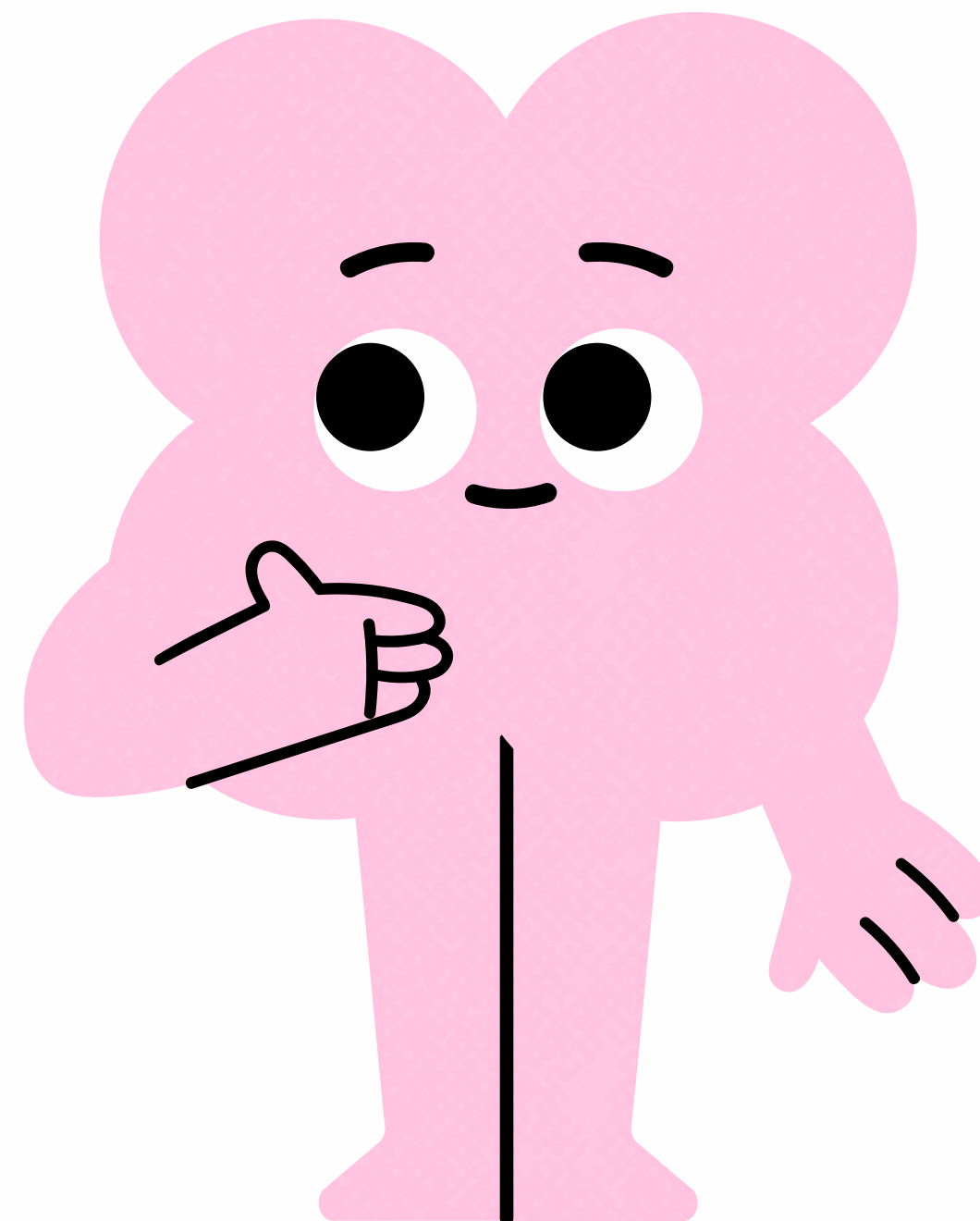
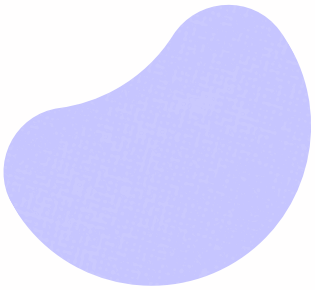




家有國中生 您不可不知的事

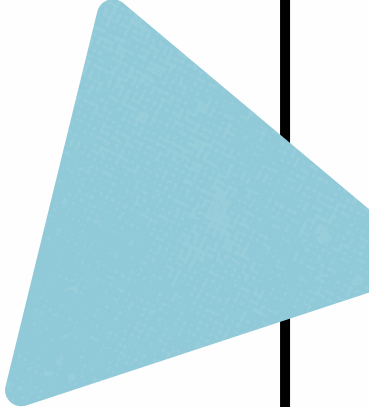
輔導主任 吳姿瑩
(分機 151)



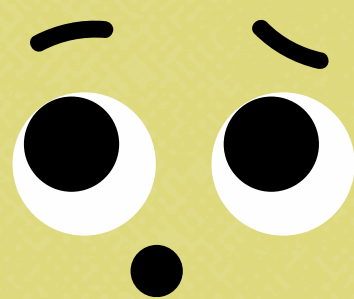


大考不考 人生會考

內在建造 心理韌性



升學很重要
✱ 但不能是唯一



問卷內容中，較常出現的問題與您分享。現在，請您回憶您的學生時期，根據父母對您的管教方式，在以下選項中勾選作答。想想，是否曾對孩子做過呢？

☐

1. 爸媽會逼我去讀書

☐

2. 會盯著我讀書 (要求讀書時不能關房門)

☐

3. 規定讀書的時間或方法

☐

4. 爸媽不常徵詢我的想法或意願

☐

5. 常被念不會自動自發



☐ 6. 爸媽曾擔心我會學壞

☐ 7. 爸媽常講自己以前學習經驗如何

☐ 8. 爸媽認為我成績或事情做不好

☐ 9. 意見不同時，通常認為聽他們的就對了



孩子不是不願意說，而是...

「我**怕**說了會被誤會。」

「我**怕**影響家裡心情。」

「我**怕**講出來反而被責備。」



An illustration on the left side of the slide shows a hand with pink skin and green sleeves holding a pink flower with green leaves. The hand is positioned vertically, with the fingers slightly curled around the stem of the flower.

能讓孩子安心的三件事

建造心理韌性從有品質的回應開始

被看見 — 看到努力、情緒，而不是只看成果

「我看到你今天其實很努力。」、「你剛剛有點失望，是嗎？」

◆ **被理解** — 同理孩子真正在乎的是什麼

「你這樣生氣是因為覺得不公平，對嗎？」

「我想，你希望自己是被信任的。」

◆ **被允許** — 允許失敗接納情緒，引導調節因應

「不懂不會是正常的。」、「你現在的心情，比對錯更重要。」



當 I SEE YOU 父母

價值感

不完美但完整
被看見 尊重
被理解

歸屬感

無條件的接納
被保護 在乎
被愛

十分鐘親子特調

分享
生活

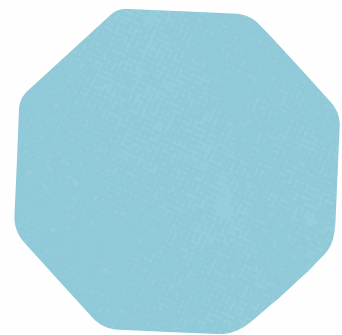
關心
交友

談談
心事

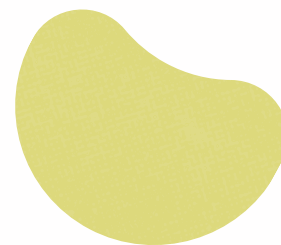
聊聊
未來



每日一杯感情常鮮



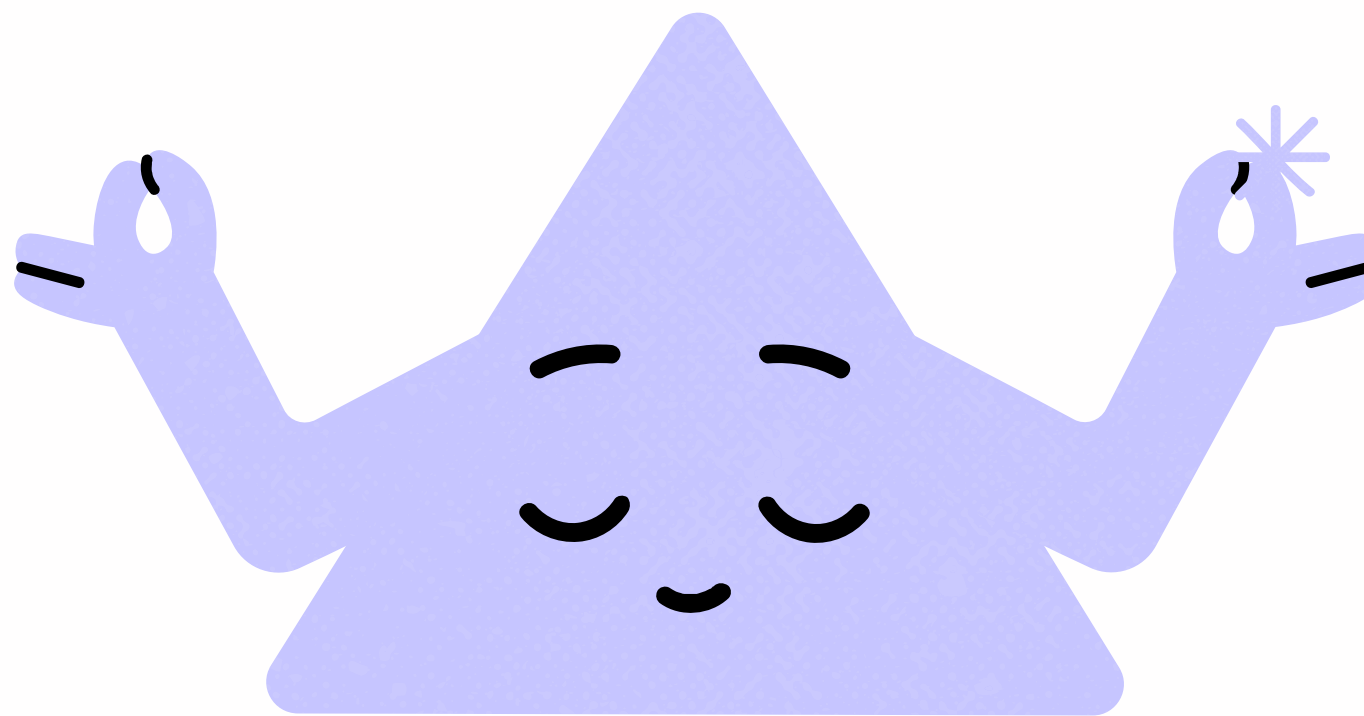
智慧教養



信任+原則



穩固
關係



導引
方向





孩子需要愛，也需要知道邊界在哪裡。

邊界不是怒吼，是**清楚、一致、冷靜**的原則。
邊界帶給孩子安全感，而不是懲罰與恐懼。

- ✗ 「你再這樣我就不理你了！」
- ✓ 「我懂你不開心，但不行傷害別人。」



培養微小但具體的社會行為

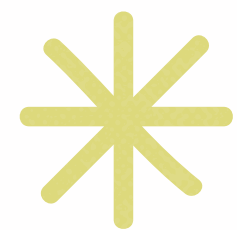
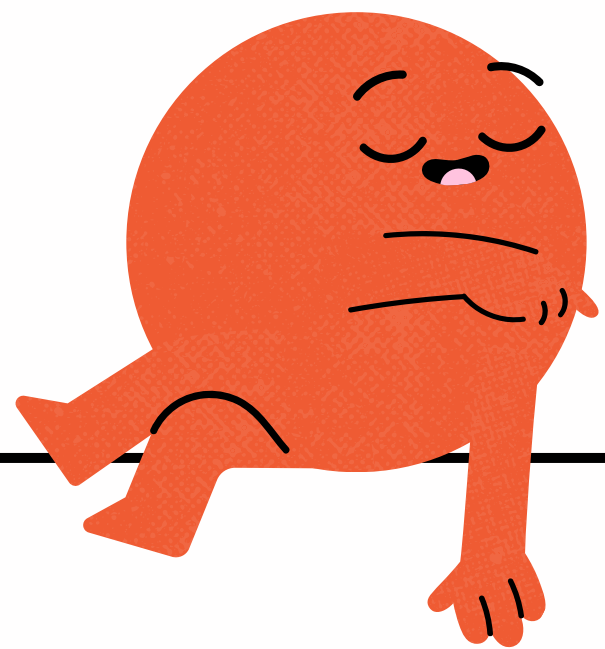
1. 在不破壞**關係**之下提出反對意見
2. 在適當的時候**表達**自己的限制、困難與弱點
3. 做一個用心的**傾聽者**
4. 知道如何自然、優雅的結束談話
5. 知道如何請求別人的**原諒**或原諒別人
6. 在**讓人失望**時，卻**不讓人傷心**
7. 有**同理心**的陪伴痛苦的人
8. 與人**互動**時讓人感受是舒服的
9. 從別人的**角度**看問題



上述這些簡短行為的描述，實際執行起來都是跌跌撞撞或千瘡百孔的。



幫助孩子 找到自己的光



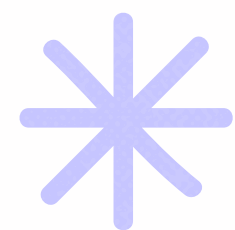
國七:家長入班
分享工作甘苦



寒暑假:職業輔
導研習營隊



國八:社區技職
高中五專參訪



國九:技藝課程
選填志願輔導

112學年度基北區適性入學管道

免試入學

- 直升入學
- 試辦學習區完全免試入學
- 優先免試入學(第一類、第二類)
- 免試入學
- 技優甄審入學
- 產業特殊需求類科
- 實用技能學程
- 技術型及單科型獨招

身心障礙適性輔導安置

特色招生

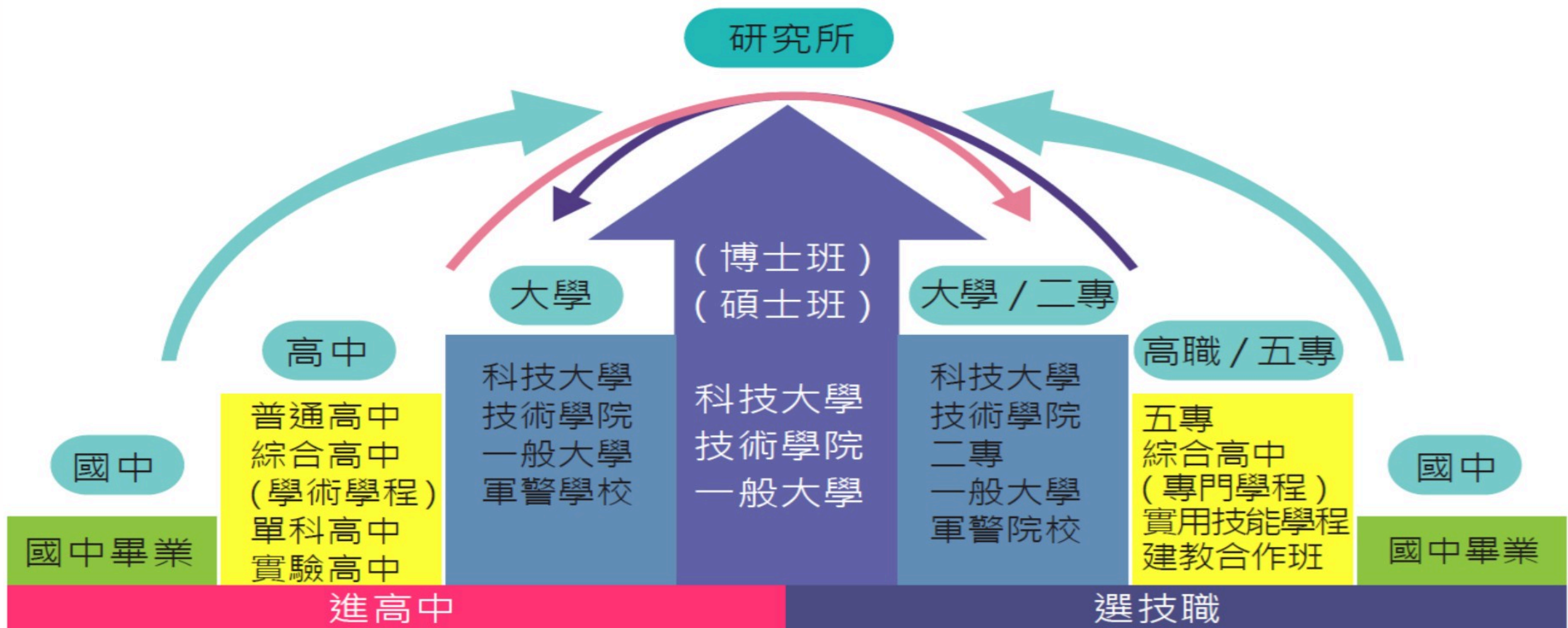
- 甄選入學
 - 藝術才能班
 - 體育班
 - 科學班
 - 專業群科
- 考試分發入學

其他

- 建教合作班
- 重點運動項目
- 未受政府補助私校獨立招生



多元進路 適性跑道



國中技藝教育課程

技藝競賽頒獎典禮暨成果展



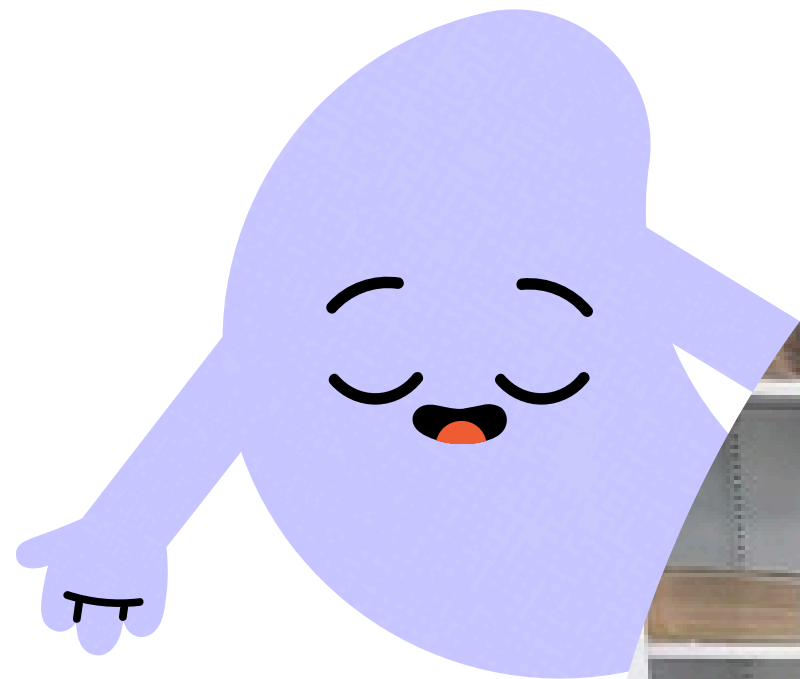


第49屆 全國技能競賽

高中部307
蘇宸儀

榮獲
花藝組
第3名





特殊選才 錄取 國立中山大學



一起讓孩子 未來發光



充分發揮獨一無二的天賦才能 就是成功