

112年度新竹市家庭教育-子職教育學習單-

家庭教育~子職教育學習單

在日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？

做家事

為什麼？

因為可以讓家也變乾淨

在日常生活中最讓我生氣的事是什麼？

弟弟弄我的東西

為什麼？

因為他只會弄我的東西

在日常生活中最讓我生氣的事，最後結果是什麼？我有做了什麼事來改善？

他弄我的東西，讓我很生氣，我罵他，他是不會弄我的東西了。我笑他。

● 自我覺察

父母填寫：

媽媽-詹郁潔

學生填寫：

陳奕帆

我的孩子優點有哪些？

善於觀察，看見媽媽忙碌時會主動幫忙照顧弟弟，和媽媽一起工作時也能體會工作的辛苦，也從中學習。

你覺得「好孩子」的定義是什麼？

凡是分毫不差是小孩子要做的。

我希望他要如何表現會更好？

主動的學習新的事物，別怕麻煩，要勇敢嘗試沒接觸過的領域。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？

我畫畫很熟，我會很獨立。



112年度新竹市家庭教育-子職教育學習單-

家庭教育~子職教育學習單

在平日日常生活中我最喜歡和家里人一起做的事情是什麼？

大掃除。

為什麼？

因為家裡會比較。

在平日日常生活中最讓我生氣的事情是什麼？

媽媽一直糾正我的作業。

為什麼？

因為媽媽太苛刻。

在平日日常生活中最讓我生氣的事情，最後結果是什麼？我有做了什麼事情來改善？

我們會先休息一下，好心情好一點。

● 自我覺察

父母填寫：

我的孩子優點有哪些？

天真善良、擅長整理分類。
對於接收到的知識會加以思考。

學生填寫：

你覺得「好孩子」的定義是什麼？

會聽老師和爸媽的話。

我希望他要如何表現會更好？

對於自己的工作能負責，帶好該帶的作業，寫好功課讓媽媽檢查。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？

會去打羽毛球和去。沒有。

112年度新竹市家庭教育-子職教育學習單-

家庭教育~子職教育學習單

在日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？

我最喜歡和家人一起吃飯。

為什麼？因為在一起有一種溫馨的感覺。

在日常生活中最讓我生氣的事是什麼？

弟弟搶我的DIY作品。

為什麼？因為他把我的DIY作品舔的濕濕黏黏的，很噁心。

在日常生活中最讓我生氣的事，最後結果是什麼？我有做了什麼事來改善？

他舔完了之後，我再把東西擦乾，事情就結束了。

● 自我覺察

父母填寫：

學生填寫：

我的孩子優點有哪些？

善良，願意照顧弟弟，
陪伴家人。

你覺得「好孩子」的定義是什麼？

不拖拖拉拉，
不要隨便生氣。

我希望他要如何表現會更好？

聽「媽媽」的話。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意

到而且我也很在意？

①熱心助人 ②會忙著做家事。

112年度新竹市家庭教育-子職教育學習單-

家庭教育~子職教育學習單

在日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？

1. 吃飯、住飯店。

為什麼？

1. 可以放鬆心情。

2. 不同的生活。

在日常生活中最讓我生氣的事是什麼？

弟弟妹妹拿我的東西。

為什麼？

因為有時候要用會找不到。

在日常生活中最讓我生氣的事，最後結果是什麼？我有做了什麼事來改善？

1. 跟弟弟妹妹說。

2. 把東西收好。

● 自我覺察

父母填寫：

學生填寫：

我的孩子優點有哪些？

可以接受別人的意見，在外面能照顧弟妹，算自律，課業不需父母煩惱。

你覺得「好孩子」的定義是什麼？

早睡早起，今日事今日畢。

我希望他要如何表現會更好？

希望在家裡也可以照顧弟弟多一點。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？

1. 與人交際。

2. 畫畫。

112年度新竹市家庭教育-子職教育學習單-

家庭教育~子職教育學習單

在日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？ 和爸爸玩益智的玩具	為什麼？ 因為玩得很開心
在日常生活中最讓我生氣的事是什麼？ 媽媽要我多讀書	為什麼？ 因為要讀很多的書
在日常生活中最讓我生氣的事，最後結果是什麼？我有做了什麼事來改善？ ①我把書丟掉 ②跟媽媽吵，結果她生氣，下來	
● 自我覺察	
父母填寫：	學生填寫：
我的孩子優點有哪些？ 我的寶貝觀察敏銳、樂於探索、喜歡閱讀、熱愛運動、心思細膩、守規矩、笑容迷人.....♥	你覺得「好孩子」的定義是什麼？ 聽父母的話，聽老師的話
我希望他要如何表現會更好？ 對自己更有自信，勇於展現自己的想法及挑戰新事物。	我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？ ① 我會讀書、會寫字、會算數 ② 我會幫忙做家务、會照顧弟弟、會安慰人

112年度新竹市家庭教育-子職教育學習單-

家庭教育~子職教育學習單	
在平日日常生活中我最喜歡和家人一起做的事情是什麼？ 出去玩	為什麼？ 因為和家人一起出去玩是幸福的。
在平日日常生活中最讓我生氣的事情是什麼？ 和哥哥爭東西	為什麼？ 因為我們爭東西，後來爭贏了。
在平日日常生活中最讓我生氣的事情，最後結果是什麼？我有做了什麼事情來改善？ ① 後我、和哥哥、不、方、媽、媽。 ② 我們、爭、東西。	
● 自我覺察	
父母填寫：	學生填寫：
我的孩子優點有哪些？ 貼心、有禮貌、負責任。 願意分享及幫助別人。	你覺得「好孩子」的定義是什麼？ 有、友、友、出、每個人、 、 。
我希望他要如何表現會更好？ 希望孩子面對挫折時能勇敢接受並能從中學習讓自己變得更好。	我自己有那些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？ ① 只、出、。 ② 在、把、出的、做好、要、的人。

附件1

112年度新竹市家庭教育-子職教育學習單-

家庭教育~子職教育學習單	
在平日日常生活中我最喜歡和家人一起做的事情是什麼？ 玩遊戲。	為什麼？ 因為我喜歡。
在平日日常生活中最讓我生氣的事是什麼？ 吃太多東西。	為什麼？ 因為我吃得太多。
在平日日常生活中最讓我生氣的事，最後結果是什麼？我有做了什麼事來改善？ 吃太多東西後我把肚子餓到胃痛，在一下午把肚子餓到胃痛。	
● 自我覺察	
父母填寫： 我的孩子優點有：生活態度積極、思考模式正向、勇於嘗試。	學生填寫： 你覺得「好孩子」的定義是什麼？ 心地善良、在受地方、今天白。
我希望他要如何表現？ 學習承認犯錯，與挫折和平相處，克服自己太強烈的好勝心，將失敗化為下次成功的養分。	我自己有那些優點？那些優點是父母沒有注意到而我很在意？ 今天白。

在_レ日_ニ常_ニ生_ル活_ス中_ニ我_レ最_モ喜_ム歡_ム和_ニ家_ノ人_ト一_ニ起_シ做_ス的_ナ事_ハ是_レ什_ニ麼_ニ？

玩元 $\frac{4}{5}$ 又。

為什麼？

力口子

在^下日^上常^に生^ル活^セ中^中最^も讓^ス我^我生^ル氣^ス的^カ事^ハ是^ハ什^ニ麼^デ？

吃電電電電電我沒吃

為什麼？

因為我吃的多。

在_レ日_ニ常_ニ生_ス活_シ中_ニ最_モ讓_ス我_レ生_ス氣_ムの事_ハ，最_モ後_ニ結_セ果_ハ是_レ什_ニ麼_？我_レ有_レ做_シ了_シ了_シ什_ニ麼_？事_ハ來_ニ改_メ善_ム？

有^レ做^ル了^レ什^ニ麼^ノ事^ヲ來^ル改^メ善^ク？
電^ハ在^ル後^ニ我^ハ把^テ奇^ク吃^ク。電^ハ在^ル後^ニ我^ハ把^テ奇^ク吃^ク。
電^ハ在^ル後^ニ我^ハ把^テ奇^ク吃^ク。

● 自^ハ我^メ覺^ユ察^イ

父_{ヒ、}母_{ノ、}填_{タテマツ}寫_{シテ}：

學_下生_下填_下寫_下：

我^我的^的孩^孩子^子優^優點^點有^有哪^哪些^些？

生活態度積極、思考模式
正向、勇於嘗試。

你^{ㄣˇ}覺^{ㄐㄨㄟˊ}得^{ㄉㄜˊ}「好^{ㄏㄠˇ}孩^{ㄟˊ}子^{ㄗㄩˊ}」的^{ㄉㄜˊ}定^{ㄉㄧㄥˋ}義^{ㄧˋ}是^{ㄕㄜˊ}什^ㄕ麼^{ㄇㄛˋ}？

心、地、^為第一在受^上地方
今然亦白臥。

我^ワ希^ス望^ト他^タ要^ス如^ニ何^ノ表^ス現^ス會^フ更^ニ好^シ？

學習承認犯錯，與挫折和平相處，克服自己太強烈的好勝心，將失敗化為下次成功的養分。

我^我自^自己^己有^有哪^哪些^些優^優點^點? 哪^哪些^些優^優點^點是^是父^父母^母沒^沒有^有注^注意^意到^到而^而且^且我^我也^也很^很在^在意^意?

自己をよく細心の

112年度新竹市家庭教育-子職教育學習單-

家庭教育~子職教育學習單

在日常生活我最喜歡和家人一起做的事是什麼？ 我最喜歡跟家人一起去旅行	為什麼？ 因為跟家人旅行可以吃很多美食
在日常生活最讓我生氣的事是什麼？ 跟哥哥吵架	為什麼？ 因為他會不跟我說話。
在日常生活最讓我生氣的事，最後結果是什麼？我有做了什麼事來改善？ 我會試著跟他和好，然後不要再跟他吵架。	

● 自我覺察

父母填寫：	學生填寫：
我的孩子優點有哪些？ 非常體貼、心思細膩	你覺得「好孩子」的定義是什麼？ 很會幫忙做家事的小弟。 (不會吵架)
我希望他要如何表現會更好？ 即時表達、勿壓抑情緒感受、有勇敢說「不」的權力	我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？ 我其實很愛乾正事，但是他們常一 到。

沒有

家庭教育~子職教育學習單

在日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？

到竹東河濱公園散步

為什麼？

因為可以跟家人在散步時聊天，還可以欣賞美麗的花和風景。

在日常生活中最讓我生氣的事是什麼？

弟弟破壞我好不容易組裝好的積木的時候

為什麼？

因為弟弟破壞了我的成就，所以我會覺得很難過、很生氣。

在日常生活中最讓我生氣的事，最後結果是什麼？我有做了什麼事來改善？

我大叫後跟弟弟打起架來，弟弟大哭，然後我就被罵了。下次組裝積木時，到房間去，跟弟弟分開。

● 自我覺察

父母填寫：

學生填寫：

我的孩子優點有哪些？

熱心助人、開朗樂觀、學習力很好。

你覺得「好孩子」的定義是什麼？

試著接受父母的建議與同學相處融洽

我希望他要如何表現會更好？

多點耐心，專注力提升。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？

1. 喜歡唱歌、跳舞、畫畫
2. 沒有

112年度新竹市家庭教育-子職教育學習單-

家庭教育~子職教育學習單

在日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？

我最喜歡和爸爸、妹妹一起畫圖。

為什麼？因為爸爸會教

我畫很美的圖，我也喜歡看妹妹畫圖，很有趣。

在日常生活中最讓我生氣的事是什麼？

最是我生氣的事是被女馬女馬吵。

為什麼？因為女馬會一直一

直吵，我覺得好煩。

在日常生活中最讓我生氣的事，最後結果是什麼？我有做了什麼事來改善？

不要再做會惹女馬媽媽生氣的事，這樣就不會被吵了。

● 自我覺察

父母填寫：

學生填寫：

我的孩子優點有哪些？

- △願意嘗試新事物，自我挑戰
- △個性溫和穩定，不易與人起爭執
- △聰明機靈，遇到困難時會自己想辦法解決。

你覺得「好孩子」的定義是什麼？

- ① 聽女馬女馬的話
- ② 常常做家事

我希望他要如何表現會更好？

做事及學業上有時漫不經心，希望他能細心一點，從事各項活動時能有更好的專注力。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意

到而且我也很在意？老師的常常做家事。