

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？

因為他只一次會弄我的東西

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：

學生填寫：

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會忙著幫家人做事。

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我把書丟在地上

②跟媽媽吵了一架，哭下來

● 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 我會做家事，我會幫忙

② 我會控制情緒，我會聽話，我會努力

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 後我我和哥哥爭東西，不如大方，給妹妹馬馬。 ② 我們爭東西，爭贏了東西。	
● 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？ 有好多朋友，跟每個人， 都交好。
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 我是個快樂的人。 ② 在班上，把好的事情做好，要笑的人。

在_在日_日常_常生_生活_活中_中我_我最_最喜_喜歡_歡和_和家_家人_人一_一
起_起做_做的_的事_事是_是什_什麼_麼？

為什麼？

力口子

玩 $\frac{4}{5}$ 又。

在^ア日^ニ常^ニ生^キ活^ス中^ニ最^モ讓^ユ我^ガ生^キ氣^ヲの事^ハ是^レ什^ニ麼^ニ?

為什麼？

因為我命太苦。

吃豆電豆電子子我豆吃豆

在_レ日_ニ常_ニ生_キ活_ス中_ニ最_モ讓_レ我_ガ生_{ケル}氣_ク的_ナ事_ヲ，最_モ後_ニ結_ス果_ハ是_レ什_ニ麼_？我_ガ有_レ做_ス了_ル什_ニ麼_？事_ヲ來_ニ改_メ善_ク？

電電 戶_レ出_レ後_レ我_レ把_レ吃_レ知_レ。 戶_レ出_レ後_レ我_レ把_レ吃_レ知_レ。

● 自^ハ我^メ覺^ユ察^イ

父_{ニ、}母_{ノ、}填_{テ、}寫_ス :

學_下生_下填_下寫_下 :

我^ワ的^ノ孩^コ子^ノ優^{ユウ}點^テ有^{アル}哪^ナ些^{ナニ}？

你^{ㄣˇ}覺^{ㄐㄩㄝˊ}得^{ㄉㄜˊ}「好^{ㄏㄠˇ}孩^{ㄏㄠˊ}子^{ㄗㄩˊ}」的^{ㄉㄜˊ}定^{ㄉㄩㄥˋ}義^{ㄩˋ}是^{ㄕㄜˋ}什^ㄕ麼^{ㄇㄛˊ}？

生活態度積極、思考模式正向、勇於嘗試。

心、地^{为无}在一^受地方
今^然白^外。

我[×]希^一望[×]他^た要^二如^何[×]表^レ現^一
會^レ更^レ好^一?

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?

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。

且我也很在意？ 我4分
今天我和自己
自己仔细心

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。