

家庭教育~~子職教育學習單

家庭教育~~ 子職教育學習單

- (1) 在日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼?
去丘陵地露營
- 為什麼?
因為可以和爸爸媽媽睡在一起,很溫暖。
- (2) 與家人的日常生活中,最讓我生氣的事是什麼?
我本來要跟爸爸講話,但媽媽就先講,害我忘記剛剛要講什麼。
- 為什麼?
因為我很不喜歡這種感覺。

最後結果是什麼?我做了什麼事來改善?

(2):我最後就先記起來或者請媽媽先讓我講

● 自我覺察

家長填寫：

學生寫：



我的孩子優點有哪些?

- 1.會想要把一首曲子練好。
- 2.幫忙照顧弟弟們,會試著和他們溝通。

我自己有哪些優點?

會甘願去練琴
比較不會偷懶。

我對孩子的期待?

- 1.對自己負責並懂得關懷家人、朋友
- 2.主動積極,充份利用時間。

有沒有「家人沒有注意到,卻是很在意」的優點?

我其實有黑天黑天的在寫作文(故事),但媽媽都沒注意,希望有一天能看到成品。

她

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？

和家人一起打麻將。

為什麼？可以多多思

考，而且也不會傷

眼睛，又可以聊天，非常

與家人的日常生活中，最讓我生氣的事是什麼？

媽媽生氣時總會牽拖別人一起罵。

為什麼？因為我和哥

哥常有一樣的錯，

所以媽媽就一起罵

最後結果是什麼？我做了什麼事來改善？

最後我們跟媽媽說，媽媽也很努力改善，現在也比較少牽怒別人了！[♡]

● 自我覺察

家長填寫：

學生寫：

我的孩子優點有哪些？

鼎杰很貼心，常常溫暖著媽咪；課業上很有責任感，對朋友也懂關心與互相。謝謝你來當媽咪的寶貝。

我自己有哪些優點？

自律、愛思考、愛運動、打電動很快就上手。

我對孩子的期待？

期待鼎杰在看到自己的缺點時，勇敢的面對它，媽咪期待你的勇氣，加油！

有沒有「家人沒有注意到，卻是很在意」的優點？

喜歡研究自己的文具。

非常幸福！

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做小點心。

為什麼？

因為在製作的過程中不僅可以聊天，還可以培養感情。

與家人的日常生活中，最讓我生氣的事是什麼？

最讓我生氣的事是只要我犯一點點錯，家人就會罵我。

為什麼？

因為我只犯了小錯，不用罵我。

最後結果是什麼？我做了什麼事來改善？

①我會更加注意，不要再犯相同的錯誤了。

②我把犯的錯誤記在紙上，提醒自己。

● 自我覺察

家長填寫：

我的孩子優點有哪些？

貼心、自律、

懂得為他人著想

是個懂事的小孩

學生寫：

我自己有哪些優點？

我自己的優點有：聰明、善解人意、謙虛和自我要求高。

我對孩子的期待？

成為身心靈都健全的大人！

有沒有「家人沒有注意到，卻是很在意」的優點？

我想讓家人發現我在跟朋友起衝突時，會退讓一步，結束紛爭。

家庭教育~~子職教育學習單

96

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？ 我喜歡跟爸爸、媽媽、弟弟一起整理家裡環境。	為什麼？ 因為是自己的家，每次整理或重新佈置過後都有一種煥然一新的感覺，就會很舒服很溫馨的感覺。
與家人的日常生活中，最讓我生氣的事是什麼？ 印象中，每到月考完，跟爸爸媽媽回報成績時，這是最生氣的時候。	為什麼？ 因為每次月考完，我就知道表現不理想，常常被爸爸媽媽唸一通成績分數到理想的目標，又為如何總是會被唸的比較多。
最後結果是什麼？我做了什麼事來改善？ 每次最常被唸的總是成績考不好，媽媽之前有教我要改善複習課業的方式，我也試著學習，像是做筆記，時間的規畫真的很重要，不然放學回家吃完飯都剩沒多久時間來複習功課，所以我一定要調整時間的規畫來改變我的學習方式。	
● 自我覺察	
家長填寫：	學生寫：
我的孩子優點有哪些？ 樂觀、活潑、熱心服務。	我自己有哪些優點？ 我在運動方面還不錯，我說話的聲音也不會太小聲，寫字漂亮。
我對孩子的期待？ 隨著子序的成長，我期待她漸漸成熟，負責的態度去面對人生可每一階段。	有沒有「家人沒有注意到，卻是很在意」的優點？ 其實我很會打掃，但是爸爸媽媽都說我不會打掃。

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去山上露營。

為什麼？

因為露營可以增進家人間的感情。

與家人的日常生活中，最讓我生氣的事是什麼？

我生氣的是爸爸一直亂幫我取綽號。

為什麼？

因為爸爸都取很難聽的綽號。

最後結果是什麼？我做了什麼事來改善？

最後，我請爸爸取了好聽一點的綽號。

● 自我覺察

家長填寫：

學生寫：

我的孩子優點有哪些？

1. 常規的生活中是個自律及專注度頗高的小孩。

2. 個性外向且樂觀有自信的人。

我自己有哪些優點？

我覺得我的優點有自信和大方。

我對孩子的期待？

健康平安的長大，面對成長過程中的挫折能愈來愈有抗壓性，了解配發揮自己的特長，活得快樂

有沒有「家人沒有注意到，卻是很在意」的優點？

我覺得我媽媽都很了解我。

有自信。(哈~媽媽好像有點貪心了^^)

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？

平常我最喜歡和爸爸、弟弟去學校打籃球。

為什麼？

因為我喜歡打球，而且爸爸會陪我們。

與家人的日常生活中，最讓我生氣的事是什麼？

爸爸媽媽答應我的事沒有做到。

為什麼？

因為大人都說要誠實。

最後結果是什麼？我做了什麼事來改善？

一、大人答應我的事如果沒做到，我會很生氣。
二、我會說希望你們答應我的事會做到，然後我會去打球，讓自己開心。

● 自我覺察

家長填寫：

學生寫：

我的孩子優點有哪些？

一、對自己的課業負責，並會督促弟弟們。
二、大人交待的事情，不會拖延。
三、熱愛運動，如籃球、羽球、棒球、撞球。
四、對長輩貼心，平常有時間會和爺爺通話，也對弟弟極其關心和照顧。

我自己有哪些優點？

一、會念書，成績不錯。
二、運動能力強。
三、上課專心、反應能力強。
四、會幫忙大人做家事。
五、爺爺、奶奶說我很貼心。

我對孩子的期待？

做一個正直，且良善的人。

有沒有「家人沒有注意到，卻是很在意」的優點？

有。我回爺爺奶奶家時，都會把奶奶煮的菜吃完，然後廁所會很順暢。

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？

到靜心湖散步和跟家人去南寮漁港騎腳踏車。

為什麼？因為和全家人出遊能增進家庭之間的感情。

與家人的日常生活中，最讓我生氣的事是什麼？

最讓我生氣的是每到考試前，都要寫很多評量。

為什麼？因為會減少我假日時的遊玩、休息時間。

最後結果是什麼？我做了什麼事來改善？

①結果是評量還是要寫，但休息時間變多。

②我用和媽媽討論的方法來改善。

● 自我覺察

家長填寫：

學生寫：

我的孩子優點有哪些？

個性開朗、待人和善、偶爾會有點小固執，但能很快平復爭執或不愉快。

我自己有哪些優點？

我覺得我的優點是能讓別人很開心。

我對孩子的期待？

能平安健康成長、快樂學習，成為主動積極負責任的人，加油！！

有沒有「家人沒有注意到，卻是很在意」的優點？

有，我覺得我的反應力很好，能想到下一步要做什麼。
(打電動時)

A 有



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看電影。

為什麼？
因為跟家人在一起不僅有安全感，而且還很自在。看完電影後，我會和家人分享心得，這樣就可以更加了解電影的內容了。

與家人的日常生活中，最讓我生氣的事是什麼？
假如我跟姐姐分別考了85分和80分，媽媽會鼓勵姐姐，但是媽媽是責備我。

為什麼？
因為媽媽對我和姐姐的要求不同，姐姐學習時需要比較長的時間。

50字左右 ① 最後結果是什麼？我做了什麼事來改善？

② 我更加用功努力念書，考試時不要那麼粗心，這樣也許就不會被罵了吧！

① 最後媽媽罵我，我很難過，我覺得媽媽為什麼偏心，我終於知道媽媽很相信我，覺得我應該做的更好才對。

● 自我覺察

家長填寫：

學生寫：

我的孩子優點有哪些？

澤儀從小個性溫和、情緒穩定、是個好溝通的小孩，心地善良、有同理心，在家裡很負責任，很願意幫忙。笑常開，是家裡的開心果。

我自己有哪些優點？

1. 樂於助人
2. 好學多問
3. 個性溫和
4. 幽默
5. 心地善良

我對孩子的期待？

期待澤儀用她善良的心去幫助許多需要幫助的人。



有沒有「家人沒有注意到，卻是很在意」的優點？

家中的狗、貓被爸爸、媽媽罵時，我總是偷偷的為牠們難過，或是安慰牠，但是爸爸媽媽都從未注意到我是多麼愛護牠們。



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？
在週末假期時，與家人一起到郊外露營。

為什麼？

外出到郊外露營，不但可以向遠凝視，保護眼睛，也能體驗野外生活，非常有趣，是我們全家喜愛的休閒活動。

與家人的日常生活中，最讓我生氣的事是什麼？
弟弟玩玩具，玩得很高興，但他玩完後都沒有收拾，讓地板上到處都是玩具，非常髒亂。

為什麼？我是一個愛乾淨的小朋友，只要家裡哪裡亂，我就會感到心情不悅。

最後結果是什麼？我做了什麼事來改善？
弟弟也很不高興，後來我們倆合好了，我並且教他如何收拾自己的玩具，並帶著他一起做，家裡於是變乾淨了。
我們也因為這樣吵架……

● 自我覺察

家長填寫：

學生寫：

我的孩子優點有哪些？

有同理心，肯主動負責，自我要求高於家長預期。

我自己有哪些優點？

樂於分享
有愛心
愛護整潔
熱心助人

我對孩子的期待？

持續透過學習，精進本身的學識及生活能力。對於未來的生活有做選擇的能力。

有沒有「家人沒有注意到，卻是很在意」的優點？

跟姐姐一樣。
我是非常有愛心的人，對待任何事物都很好，即使它沒有生命，也會像是有生命的人一般愛護、保護。

A 有

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？

每到假日時，我最喜歡和家人一起到別的國小運動。

為什麼？

因為每次全家要一起去運動的時候，我們總是採先行的方式，在路上我們總是

與家人的日常生活中，最讓我生氣的事是什麼？

每次吃飯的時候，媽媽都要求我要吃蔬菜，使我生氣。

為什麼？

因為我時常偏食都不喜歡吃蔬菜，所以媽媽才會希望我多吃蔬菜。

最後結果是什麼？我做了什麼事來改善？

① 我只好乖乖的把菜吃掉

② 我會要求自己至少要吃多少的綠色蔬菜，因為這樣不但能攝取足夠的營養，還能使排便順暢，可說是舉兩得呢！

● 自我覺察

家長填寫：

學生寫：

我的孩子優點有哪些？

善良、個性溫和、善解人意、主動關心別人、體貼、熱心公益、積極向上

我自己有哪些優點？

1. 懂得感恩。
2. 樂於分享。
3. 待人和氣。
4. 熱心助人。
5. 很有愛心。

我對孩子的期待？

對自己更有自信心！

有沒有「家人沒有注意到，卻是很在意」的優點？

當我看到家裡的地板上有垃圾時，我都會主動幫忙撿起來丟到垃圾桶，家人都沒有注意到這點。

有說有笑的，我特別喜歡這種感覺。