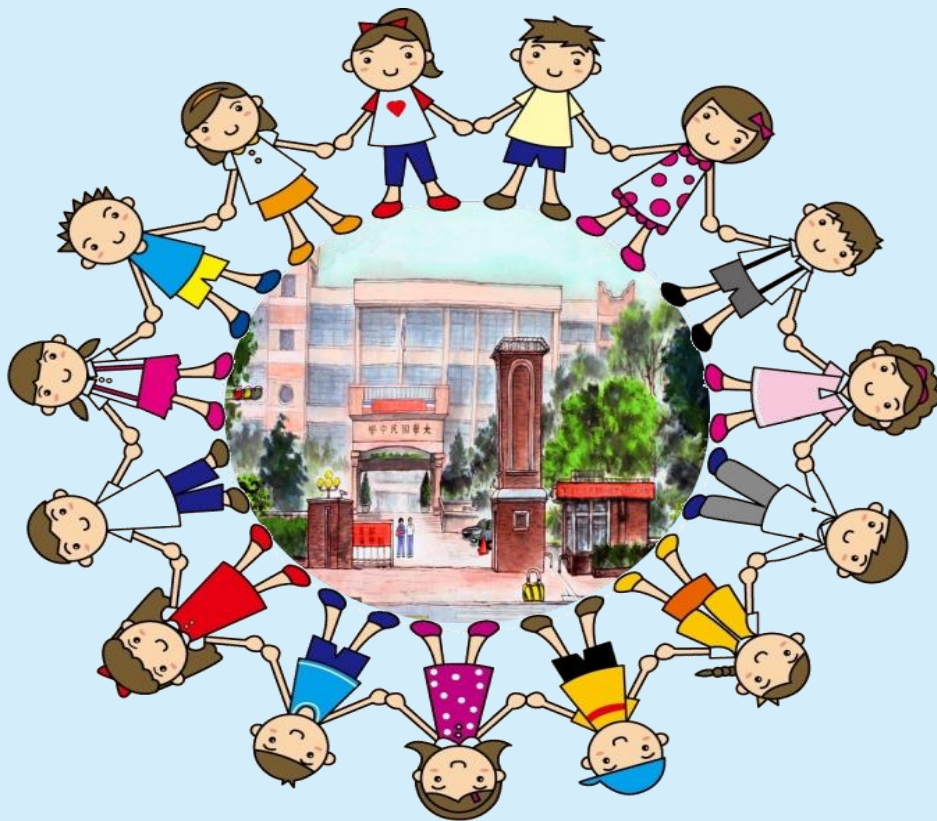


109 學年度第 1 學期大華國中 親師座談會手冊



時間：109 年 9 月 18 日（五）

18：30-21：00

地點：各班教室、彩鳳活動中心

臺中市立大華國民中學109學年度第一學期行事曆

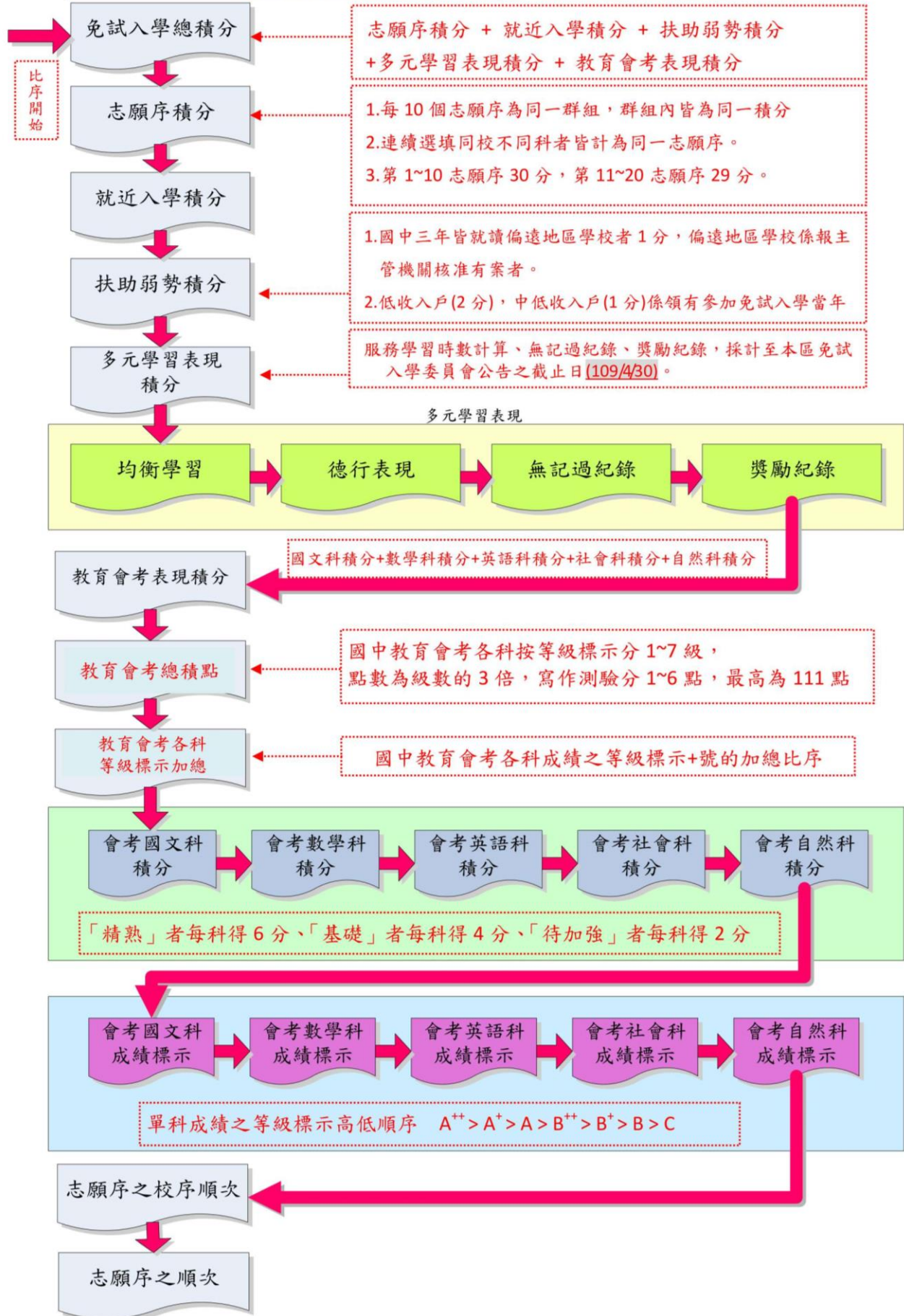
週次	月份	星期/日期							重 要 行 事
		日	一	二	三	四	五	六	
1	九月	30	31	9/1	2	3	4	5	※ 服儀檢查 8/31開學日正式上課、9/3 幹部訓練(早修)
2		6	7	8	9	10	11	12	※圖書館活動-我詩故我在 9/8-9 三年級第一次複習評量 9/9 二年級暑假作業評量
3		13	14	15	16	17	18	19	9/14 第八節課後輔導開始 9/17 防震防災預演、圖書館活動-陳彥博「夢想零極限」演講 9/18 班親會(18:30開始)
4		20	21	22	23	24	25	26	9/21 國家防災日演練 9/21-25 教師節敬師活動 9/23 租稅教育宣導、9/26補行上班上課(補10/2)
5		27	28	29	30	10/1	2	3	9/30 性平講座(一二年級第一節)、10/1-2 中秋節放假
6	十月	4	5	6	7	8	9	10	10/9-10 國慶日放假
7		11	12	13	14	15	16	17	10/14-15 第一次定期評量 10/16 全校流感疫苗注射(暫定)
8		18	19	20	21	22	23	24	※ 服儀檢查、拔河預賽 10/22 玩轉學校課程
9		25	26	27	28	29	30	31	※ 第一次作業檢查、國語文競賽 10/29 青銀共好音樂會
10	十一月	11/1	2	3	4	5	6	7	※ 圖書館特展-影視小說展 ※ 校外教學 11/2-4三年級、11/2-3 二年級、11/4一年級 11/4 二年級社區高中專業群科參訪活動(第一至四節)
11		8	9	10	11	12	13	14	※ 一年級健康檢查(暫定) 11/12 臺中國家歌劇院《藝起進劇場 - 舞蹈篇》
12		15	16	17	18	19	20	21	11/18 生涯教育講座(二年級第一節) 11/20 親職講座(19:00開始)
13		22	23	24	25	26	27	28	
14	十二月	29	30	12/1	2	3	4	5	12/1-2 第二次定期評量
15		6	7	8	9	10	11	12	※ 服儀檢查、※ 100、200、800公尺預賽
16		13	14	15	16	17	18	19	※ 圖書館活動-聖誕節許願 12/17 美術班美展開幕 12/18 校慶運動會、技藝教育校慶成果展
17		20	21	22	23	24	25	26	※ 第二次作業檢查、國語文競賽 12/23-24 三年級第二次複習評量 12/23 一二年級學業競試
18		27	28	29	30	31	1/1	2	12/29-31 生涯輔導紀錄手冊檢核 12/30 一二年級學業競試、三年級適性入學講座(第一節) 12/31 三好校園新年祈福活動、1/1元旦放假
19	一月	3	4	5	6	7	8	9	※ 公物保管競賽 1/6 聯絡簿、班會紀錄簿檢查 1/8 第八節課後輔導結束
20		10	11	12	13	14	15	16	
21		17	18	19	20	21	22	23	※ 圖書館活動-閱讀海報製作(寒假) 1/19-20 第三次定期評量、1/20 休業式 ※ 109學年度第二學期 2/18正式上課

【升學訊息】

109學年度中投區高級中等學校免試入學超額比序項目積分對照表

項目 配分	項 目	積 分 計 算 方 式		備 註
		計算標準	上限	
志願序積分 (30分)		第1至10個志願序30分 第11至20個志願序29分 第21個志願序以後均為28分	30分	志願以群組方式計分，每10個志願序為一群組，同一群組內之志願序皆為同一積分。連續選填同校不同類科者皆計為同一志願序。
就近入學積分 (10分)		符合中投區免試就學區者10分 符合中投區共同就學區者10分	10分	
扶助弱勢積分 (3分)		符合偏遠地區者1分； 符合中低收入戶者1分； 符合低收入戶者2分。	3分	1. 偏遠地區學校係報主管機關核准有案之偏遠學校，且國中三年就讀偏遠學校者。 2. 經濟弱勢係領有參加免試入學當年度鄉、鎮、市、區公所中低、低收入戶證明之有效文件者。
多元學習表現 積分 (27分)	均衡學習	任一領域符合者4分； 三領域皆符合者12分。	12分	1. 健體、藝文、綜合三領域五學期平均成績達60分(含)以上者。 2. 採計國中前五個學期。
	德行表現	社團(2分)、服務學習(3分)。	5分	1. 社團及服務學習由國中認證。 2. 任一學期參加一項校內社團者給1分。 3. 任一學期累積服務滿6小時者給1分，未滿者不予計分。第六學期採計至本區免試入學委員會公告之截止日(109/4/30)。
	無記過紀錄	無處分紀錄者及銷過後無懲處紀錄者6分；銷過後無小過(含)以上紀錄者3分。	6分	1. 依銷過後計算。 2. 採計至本區免試入學委員會公告之截止日(109/4/30)。
	獎勵紀錄	大功每支3分；小功每支1分； 嘉獎每支0.5分。	4分	採計至本區免試入學委員會公告之截止日(109/4/30)。
教育會考表現 積分(30分)		「精熟」者每科得6分； 「基礎」者每科得4分； 「待加強」者每科得2分。	30分	本積分為「國文」、「數學」、「英語」、「社會」、「自然」等五科之教育會考表現加總。
總積分		100 分		

109 學年度中投區免試入學超額比序順序流程圖



109 學年度中投區高級中等學校國中教育會考

各科等級標示點數對照表

會考等級標示	A++	A+	A	B++	B+	B	C
點數	21	18	15	12	9	6	3

109 學年度中投區高級中等學校國中教育會考

寫作測驗點數對照表

寫作測驗級分	6 級	5 級	4 級	3 級	2 級	1 級
點數	6	5	4	3	2	1

說明：

一、「國中教育會考總積點」為國文、數學、英語、社會、自然各科
會考等級標示點數與會考寫作測驗級分點數之加總。

二、計算方式：

國中教育會考總積點＝國文點數＋數學點數＋英語點數＋社會點數
＋自然點數＋寫作測驗點數

三、範例：

若國中教育會考成績為：

國文 A+(點數 18)、數學 A++(點數 21)、英語 A(點數 15)、

社會 A(點數 15)、自然 B++(點數 12)、寫作測驗 5 級分(點數 5)

則其「國中教育會考總積點」為 $18+21+15+15+12+5=86$

升學榮譽榜

(一) 大華國中 109 年高中職免試入學生升學概況：

學 校	錄取人數	學 校	錄取人數	學 校	錄取人數
臺中一中	16+3	臺中女中	3	國立中科實中	9
文華高中	13	臺中二中	16	豐原高中	22
西苑高中	11	惠文高中	2	忠明高中	3
清水高中	6	中港高中	9	后綜高中	32
大甲高中	6	長億高中	1	卓蘭高中	13
新社高中	5	龍津高中	2	臺中高工	6
臺中家商	9	興大附農	3	豐原高商	25
神岡高工	5	沙鹿高工	16	東勢高工	18
霧峰農工	1	草屯商工	1	大甲高工	10

(二) 本校畢業生錄取高中資優班榜單

1. 108 年：

學 校	班 別	姓 名
臺中一中	語文資優班	江修凱
臺中女中	數理資優班	陳亭嘉
臺中女中	人文與社會科學實驗班	陳禹甄
臺中女中	數理資優班	翁伊瑩
臺中女中	人文與社會科學實驗班	田芯瑜
文華高中	語文資優班	張翎筠
中科實中	數理實驗班	林宸妘
臺中二中	數理資優班	涂耀恩
臺中二中	數理資優班	陳芷萱
臺中二中	數理資優班	陳言豪
臺中二中	數理資優班	張瑋紘

2. 109 年：

學 校	班 別	姓 名
臺中一中	語文資優班	陳侶至
臺中女中	人文與社會科學實驗班	徐薪宜
臺中女中	人文與社會科學實驗班	張繼方
中科實中	數理實驗班	劉益昌
中科實中	數理實驗班	王昱權
中科實中	數理實驗班	江音含
臺中二中	語文資優班	洪侑岑
臺中二中	語文資優班	張丞佑
臺中二中	數理資優班	葉澤衡

【學務處資料】

一、本學期重要活動時間：

1. 9月17日 13:00~14:00 超跑選手-陳彥博夢想零極限演講。
2. 10月29日 13:00~14:00 於活動中心辦理青銀共好音樂會。
3. 三年級戶外教育時間為 11/2(一)~11/4(三)、二年級戶外教育時間為 11/2(一)~11/3(二)、一年級戶外教育時間為 11/4(三)。
4. 校慶運動會：暫訂 12/18 (五)。

二、國民小學及國民中學學生成績評量準則：

依據：教育部頒「國民小學及國民中學學生成績評量準則」及本市 108 年 8 月 5 日修正下達之「國民中學學生成績評量補充規定」辦理。

(一)畢業門檻：教育部頒「國民小學及國民中學學生成績評量準則」第 11 條第 1 項規定：「國民中小學學生修業期滿，符合下列規定者，為成績及格由學校發給畢業證書；未達畢業標準者，發給修業證明書：

(1)學習期間扣除學校核可之公、喪、病假，上課總出席率至少達三分之二以上，且經獎懲抵銷後，未滿三大過。

(2)三年級：七大學習領域有四大學習領域以上畢業總平均成績均達丙等以上。」

(3)一、二年級：八大學習領域(新增科技領域)有四大學習領域以上畢業總平均成績均達丙等以上。」

(二)學生日常生活表現欠佳者，學校應依教師輔導及管教學生相關規定施以輔導，並與其法定代理人聯繫，且提供學生改過銷過及功過相抵之機會。請鼓勵孩子提出改過銷過申請，以免無法領取畢業證書。

(三)對疑似未達畢業標準者，學校會發揮預警、輔導及補救措施，並請家長配合管教。

三、本校 109 學年度體育班課程計畫已公佈於學校網站首頁下方好站連結-大華課程計畫專區，請家長及學生參閱。

四、請家長協助上下學交通安全注意事項：

上下學時間請家長勿在校門口周圍停車，接送地點請離校門口 50 公尺外，放學時家長接送以東門巷子為接送區。

(一)上學：

1. 家長接送：

- (1)請儘量將機車、汽車行駛至學校校門口人行道郵筒至六和堂之雅環路旁邊人行道，再請學生下車上學。
- (2)請勿從對向車道逆向騎到學校圍牆邊，給孩子負面的教育。
- (3)請要求孩子下車後，不得直接橫越馬路上學，以免造成交通意外事件。

2. 學童騎乘單車上學：

請關心孩子是否戴安全帽？提醒孩子勿逆向騎單車，造成交通意外事件。

3. 學童走路上學：提醒孩子走路不併排，不一邊走路一邊使用 3C 產品，以維自身安全。

(二)放學：

1. 家長接送：

(1)請勿於雅環路上畫設紅線區域停車接孩子放學。

(2)騎機車接孩子之家長建議於學校東側圍牆人行道處，接孩子放學。

(3)請勿併排停車接孩子放學，並與孩子約定離校門口 50 公尺以上之位置，並遠離巷口(防止擋到從巷口裡出來學生的視線)。

(4)在東門巷口接小孩的家長，請勿將車子停在巷內左側(巷內人行道的對向)，因道路狹窄，路邊停車會致使學生走在馬路中間。

2. 學童騎乘單車放學：

(1)請叮嚀孩子戴安全帽騎單車，抵達目的地方可將安全帽拿下，以維安全。

(2)晚上騎腳踏車去補習班亦要記得戴安全帽及穿亮色反光的衣物。

3. 學童走路放學：勿併排，邊走邊吃，邊走邊玩 3C 產品，以免發生危險。

(三)搭乘公車:220 繞、98 繞

請貴子弟務必準備好悠遊卡或一卡通，上車刷卡即可享有 10 公里免費的優惠。請家長上各客運公車的網頁查詢相關資訊後跟子女說明。

五、行動載具使用管理：

(一)為了使學生專心於課業及避免在校使用行動載具而產生糾紛、網路霸凌等事件，本校訂定行動載具管理辦法，請家長理解管理行動載具的目的。

(二)若家長認定孩子確實有必要在進校前及放學後使用行動載具，可於開學後 1 週內申請攜帶行動載具，經家長及導師簽名後提出申請，除特殊原因外，逾期恕不受理。

(三)申請後，需在行動載具貼上識別貼紙，若無申請而攜帶行動載具到校會依校規處理。進入校門前行動載具需關機，離開校門後方可開機，除非上課教師提出要求，否則學生不得於校內使用行動載具。若違反使用規則，將由學校代為保管後通知家長領回。

(四)請家長幫子女申請時，確實閱讀行動載具管理辦法，若能約束孩子及接受相關規定再簽名。

(五)請關心您的孩子使用行動載具的時機、時間長短及內容，避免他們沉迷於電玩的世界中難以自拔，如果您的小孩使用線上通訊軟體，請注意他的使用狀況及交談狀況，請子女不要洩漏自己的隱私，像電話號碼或家裡地址，若您孩子開始網路交友，請您協助讓孩子注意網路交友的安全性，避免交友不當受到傷害。

六、網路正確使用宣導：

- (一)近來新聞媒體常見多起網路霸凌案例，建議家長多注意孩子的網路行為，並給予孩子對網路霸凌的正確觀念，提升學生網路安全認知，防杜網路霸凌行為，建立尊重自己也尊重他人的網路素養。相關資訊可參考中小學網路素養與認知(<https://eteacher.edu.tw/Categorized.aspx>)。
- (二)不當照片於網路及媒體傳播非法散布，不僅造成被害人家屬二次傷害，更造成社會恐慌，且恐涉及違反相關法律規定如兒童及少年福利與權益保障法第 46 條之 1、第 94 條、第 69 條第 3 項及第 89 條等；另於網路散布不當內容之行為，亦可能觸犯旨揭法律規定，切勿因一時好奇心，進而觸犯相關法令而受罰。
- (三)凡走過必留下痕跡，健康上網最安心，牢記上網三守則，身心健康自然得：
 - 1. 拒當低頭族、用眼 30 分鐘、休息 10 分鐘。
 - 2. 網路世界停看聽，上傳分享要留心。
 - 3. 不謾罵不攻擊，懂得自我保護。

七、以信任為基礎、增進親師合作：

- (一)請家長要求孩子遵守團體紀律、負責任、學會尊重別人，堅持做對的事、堅持不做不該做的事。
- (二)家長若對學校或老師的做法有疑義，請直接打電話和學校或老師詢問及溝通，若只聽孩子片面說詞便做判斷，會增加彼此溝通的困難，也阻礙了孩子學習的機會。
- (三)家長對學校有任何建議，可以直接和導師或行政同仁建議，若需學校的協助，也歡迎提出。
- (四)孩子犯錯時，若家長和老師能相互合作，以正向的態度與方法引導孩子，讓孩子勇於面對自身的錯誤並承擔責任，引導孩子如何與他人建立良好關係，孩子便能逐漸成長，找到正確的自我價值。

八、請家長配合之防疫事項：

- (一)孩子每日上課前先量體溫，若有發燒現象(耳溫 38 度、額溫 37.5 度)，應請假在家休息。
- (二)如有身體不適如有咳嗽、流鼻涕、喉嚨痛的現象應立即就醫，積極落實「生病不上班、不上課」原則。
- (三)生病的學生及教職員工應於症狀解除後至少 24 小時才能返回上班上課。就診完，請回報導師就醫診斷情形。
- (四)因應空氣品質管理及預防疾病傳染，請家長協助學生書包置放備用口罩，以利需要時可以使用或替換。
- (五)每班配發體溫測量工具一只，同學進入教室前先測量體溫並消毒雙手。若有發燒立刻戴上口罩至保健中心確認。若確認發燒，會請同學室通風處所(學務處旁)等候家長，請家長帶回就醫及在家自我管理。

- (六)減少孩子放學後在便利超商群聚，因商業空間來往份子複雜，又屬密閉空間，容易感染病毒。
- (七)若要補習，請孩子直接至補習班，減少在外遊盪、相互傳染的機會。
- (八)避免進出人多之公共場所，若在密閉空間如公車上、補習班務必配戴口罩。現在疫情升溫，放學、集合也建議學生配戴口罩。
- (九)做好萬全防疫準備，但不要過度恐慌。相關防疫資訊歡迎上疾病管制署網站或 1922 防疫專線查閱。

九、本校相關防疫措施如下：

- (一)進出校園人員管制：防疫期間家長、廠商、志工與訪客等進出校園，須配合各項防疫措施（量額溫、使用酒精消毒雙手等）並全程配戴口罩。
- (二)開學前已聘請合格廠商進行全校性消毒工作(包括教室內桌椅)。
- (三)校園洗手台設置適當數量之洗手用品，並教導學生勤洗手及正確洗手方式。
- (四)每日進入教室後請同學打開窗戶及氣窗，使教室保持清潔通風。
- (五)督導師生餐前洗手，打餐、用餐不語之規定。
- (六)每日協助各班配製稀釋漂白水，由老師指導進行室內環境消毒。
- (七)導師及任課老師隨時注意上課學生之健康狀況，當學生有身體不適時，校方將採適當隔離防護並協助返家就醫。
- (八)相關應變作業處理依中央流行疫情指揮中心、教育部及教育局建議，本校隨時更新，請注意校方網頁公告。

十、體育競賽捷報

(一)賀！本校 109 年度臺中市市長盃游泳錦標賽傲視群倫！

(賽事日期:109 年 8 月 1 日)

女子個人組

吳珮琪 50 公尺 自由式 第 3 名	吳珮琪 100 公尺 自由式 第 6 名
吳珮琪 50 公尺 蝶式 第 5 名	劉恩語 100 公尺 蝶式 第 6 名

男子個人組

金著德 400 公尺 自由式 第 5 名	楊梓寬 50 公尺 蝶式 第 7 名
楊梓寬 100 公尺 自由式 第 7 名	楊梓寬 50 公尺 自由式 第 8 名

團體組

國中男子組 400 公尺 自由式接力 第五名	傅俊傑 楊梓寬 張博喻 李宗澤
國中男子組 400 公尺 混合式接力 第六名	傅俊傑 楊梓寬 張博喻 李宗澤
國中女子組 400 公尺 自由式接力 第六名	吳珮琪 江玉娟 李永湘 葉昕穎
國中女子組 400 公尺 混合式接力 第七名	劉恩語 葉昕穎 吳珮琪 江玉娟

指導老師：張廖萬澈教練

(二)賀! 109 年度全國分齡劍道錦標賽暨全國少年劍道煉成大賽成果豐碩 !

(賽事日期:109 年 8 月 9 日)

國女團體組

張丞妤 劉宥瑜 游硯晴 張兆涵 吳昕穎 王彤恩 榮獲 得分賽 季軍

張丞妤 劉宥瑜 游硯晴 張兆涵 吳昕穎 王彤恩 榮獲 過關賽 季軍

國男團體組

陳致翰 林恩琦 陳柏安 周秉毅 涂暉皓 榮獲 得分賽 季軍

陳致翰 林恩琦 陳柏安 周秉毅 涂暉皓 榮獲 過關賽 第 6 名

指導老師: 葉如敏教練

(三)賀!本校 109 年度臺中市市長盃桌球錦標賽成績優異 !

(賽事日期:109 年 8 月 20 日)

個人組

301 羅桑鐸傑 榮獲國男單打 第 5 名

團體組

張宸沂 李函健 劉詠貞 廖晏君 洪嘉翎 陳毓佳 王彥臻 王韻筑

榮獲國中女生 團體組 第 2 名

指導老師: 朱德三教練

班級量體溫SOP

測量人員消毒雙手

測量人員配戴口罩

關後(前)門

測量前

測量人員徹底洗手

名條請導師簽名

最晚第一節下課交回健康中心

測量後

測量中

用酒精消毒雙手

可讓同學自己使用耳溫槍

耳溫槍用完需消毒(或換保鮮膜)

若有問題，跟隔壁班共用額溫槍

防疫期間放學流程

用消毒水擦拭環境

安靜、迅速、確實

消毒環境

依樓層或班級放學

勿在北穿堂逗留

分批放學

宣達事項

注意聆聽

不可走動

請任課老師督導同學、請勿先關窗

細菌病毒都害怕的

洗手七式



搓揉手掌



搓揉手背



搓揉指縫



搓揉指背
與指節



搓揉大拇指
及虎口



搓揉指尖



清水沖淨
並擦乾雙手

衛生福利部疾病管制署 廣
TAIWAN CDC 告

武漢肺炎疫情 最新資訊這裡找

- ◆ 疾病管制署全球資訊網
「嚴重特殊傳染性肺炎」專區
- ◆ Youtube搜尋疾病管制署，
每日上傳疫情記者會直播影片

中央流行疫情指揮中心設立期間，流行疫情或防治措施等相關資訊都將由指揮中心統一對外公布。民衆接獲來源不明或未經證實之疫情資訊時，應先查證內容是否屬實，切勿隨意散播、轉傳，避免觸法。

中央流行疫情指揮中心

TAIWAN CDC
2020/01/25 廣告

別看到孩子在休息就碎念！6大建議讓孩子充滿期待地學習

幫助孩子找到心中的「蝴蝶」

文 / 未來 Family 羅梅英 2020-02-13

學習動機大幅下降的情況，最常出現在青春期；升上國中，從學習科目、學習方式到課業量都不一樣，對孩子來說是很大的考驗和挑戰。

台師大課程與教學研究所博士候選人林佳慧，之前擔任國中輔導組長，她觀察，「自主學習」光譜的另一端是「拒學」和「懼學」，有一些孩子完全無心學習、抗拒學校。

孩子為何缺乏學習動機？

林佳慧指出，在國中現場常看到一種學生：成績吊車尾，坐在教室裡兩眼放空，去學校是睡覺、吃飯、聊天的，找不到上學的目的。還有一種孩子是，非常認真念書，但付出和結果永遠不成正比，考試總是考不好，長期下來形成「習得無助」，或是變成有負面的「自我意像」(self-image)：「我就是學不好、做不來。」

新社高中校長歐靜瑜表示，與其說孩子是因為太多或太早學習，不如說是一切都被安排好，尤其是學科的學習，從小就被餵飽。「假如孩子沒有養成學習的習慣、對學科的興趣，要他們投入時間和精力念書，很困難。」比起念書，有更多好玩的事可做，他們寧可滑手機、看動漫或打電動。

教孩子找到心中的蝴蝶

台灣芯福里情緒教育推廣協會理事長楊俐容表示，學習的情緒可以分為兩種：一種是「哇，前面有蝴蝶」，學習充滿期待、喜悅；一種是「啊，後面有暴龍追」，充滿恐懼、害怕。很多孩子上大學後不想念書、學習，就是這個道理，暴龍不在，就沒有動力學習了。

究竟該如何提升現代孩子的學習動機，幫助他們找到心中的「蝴蝶」？《未來 Family》特別採訪幾位專家學者，提供建議：

建議 1. 建立適當、不會過高的目標

每個孩子都有擅長的科目和弱科，建議爸媽在要求孩子成績時，訂定合理又可達到的目標。如果訂定太高的目標，超出孩子的能力太多，在屢次失敗的情況下，孩子很可能心生放棄或自我歸因「我就是考得爛」。對於弱項科目，鼓勵孩子不要放棄，掌握課本的基本題型，只要扎實的學會觀念就能拿分。

建議 2. 鼓勵小孩找到學習的 POWER 感覺

清華大學教育心理與諮商學系教授劉政宏表示，影響一個人學習動機很重要的一項因素是「預期」。所謂的「預期」，指的是「我能不能做得到、成功機率高嗎？」但是，「做

不做得到的能力，受到『天賦』的影響很大。」

劉政宏說，很多孩子說自己喜歡或對某一科目很有興趣，其實很多時候是因為他考得好或學得會，受學習經驗的影響，而不是他多麼渴求知識。如果孩子在某科一直考得很爛、學不會，怎麼可能對它有興趣，覺得學這些知識很好玩？

即使孩子能力不好，爸媽還是可以盡量鼓勵孩子積極，「相信自己有學習的能力，只要願意努力、就會進步，」劉政宏形容，「這是一種有 POWER 的感覺。」

建議 3. 陪孩子找到學習生涯的「定錨」

孩子對學習沒有信心，爸媽可以陪孩子找出有哪些做得還不錯的事情或領域，以此為基礎，慢慢建立對其他領域的信心。

三重商工應用外語科學生梁義蓀、蘇郁玟從小接觸英文，因此一直以來學校的英文成績還不錯。她們形容：「英文好，幫助自己在學習生涯中定錨，對自己有信心。」

建議 4. 說正向語言，鼓勵孩子「你只是還沒學會」

爸媽所說的話會形成孩子的自我歸因，建議大人不要對孩子說負面的話，應多鼓勵、少責罵。例如：罵孩子「考這麼爛」或是「你這個不行、那個也不行」，孩子會歸因「我就是笨，學不會」。林佳慧指出，孩子需要的是支持，爸媽可以鼓勵孩子「你只是還沒學會，並非學不會，慢慢來一定可以學會。」

林佳慧指出，爸媽所說的話，可以幫助孩子建立「成長性心態」(growth mindset)。例如當孩子考得好，稱讚「你很棒」，是表現心態、只在乎表現好或不好的讚美之詞；稱讚「很好，這是你努力得來的，從不會到會，克服挫折」，表現出的是成長性心態。具有成長心態的孩子，遇到挫折或不如意時，不會很快就放棄。

建議 5. 用多元的眼光評價孩子，看見孩子的亮點

歐靜瑜認為，想要提升孩子學習的動機和自信心，很簡單但也很困難，「評價孩子的標準要多元，」不是只有成績好的小孩才叫優秀。這一代父母經歷聯考時代，普遍用成績來評價孩子，但不是所有孩子都會念書，有人是手工藝好或藝術、語文或體育很好，各有獨特之處。

歐靜瑜舉例，新社高中農場經營科有學生為技優生，會考考 5C，是技藝競賽的選手，最後考上屏科大的農業公費班。「用成績來看是 5C 小孩，但從技藝來看是很優秀的孩子，」歐靜瑜很樂見大學用多元的方式選才，讓孩子有被肯定的機會。

淡江大學諮商暨職涯輔導組組長、同時擔任「See More 教育協會」輔導主任的許凱傑，經常入校園演講、陪伴及線上諮詢。他說，如果孩子不愛念書，就給他多元適性的探索機會，重點在於，「陪伴他、找到他的亮點，這才是帶領他走向遠方的光。」

建議 6. 為孩子創造「高峰經驗」

歐靜瑜發現，很多孩子缺乏「高峰經驗」，如果一直以來只是感覺自己不行、不好，永遠不會知道站在高峰上的感覺是什麼。她認為，每個孩子都應該要有機會體驗「高峰經驗」。

歐靜瑜過去曾擔任國中輔導組長，帶著中輟生、不想坐在教室的孩子一起排戲，並參加比賽，最後獲得台中縣第一名。

她還記得有孩子在考基測作文時寫了這段經驗，因為曾有體驗，因此寫來格外生動，即

使錯字很多依舊得了高分，連孩子自己都不敢相信。

國三生心聲：不要一直問成績，成績又不代表一切

被問到學習動機從何而來時，高雄福山國中國三生蘇宥心說：「影響國中生喜不喜歡或有沒有興趣，成績占很大因素。老師的教學有趣或無聊，也很有關係。」像是老師和學生有互動，或是分組討論時有加分機制、前幾名的小獎勵，大家就會比較認真。

「國際教育」是福山國中的校訂課程，英文課程結合藝文、綜合等領域，國一舉辦英語歌唱比賽，國二則有廣播話劇演出。國三生沈佳成說，這些活動對學生學英文很有幫助，增加大家對英文的興趣，至少不會害怕英文。

蘇宥心以自己的經驗分享，即使對某一科不感興趣，但只要考得好，就會覺得「我是可以的」，願意花時間讀這一科。國一時她的數學成績總低空飛過，國二時她主動要求補數學，隨著成績變好，蘇宥心開始對數學有自信，花更多時間練習題目，形成正向的循環，數學平均可達 80、90 分。

站在國中生的角度，蘇宥心認為，家長可以陪孩子訂定一個目標，像是考哪個學校需要什麼樣的成績，為目標而努力。

只是，過程中不要一直只看到成績，一看到孩子在休息，就說怎麼還不去念書，「念書也需要休息啊，」蘇宥心說。或是對孩子說：「你考這樣，以後怎麼辦？」「你考這個成績，連某某學校都上不了，」這樣很傷人。

沈佳成也說：「不要再一直問成績怎麼樣，成績又無法代表一個人的所有能力，他可能有些能力還沒有被發掘出來。」像他班上就有這樣的同學，成績沒有很好，卻是個機械高手。

【資料來源:遠見雜誌網站】 <https://www.gvm.com.tw/article/70948>

《交往議題系列》

難以抗拒的誘惑：如何面對青少年的兩性交往

文／邱育姿諮商師

隨著社會風氣的開放，處處可見男女間的互動頻繁，尤其在大部分男女合班上，兩性之間的互動成了重要的課題。青少年進行兩性交往需認清是友誼或是愛情？彼此心中如何去定位？雙方之認知是否相同？而交往心態是對戀愛好奇？抑或只是好玩？滿足好奇心？或是同儕關係的慫恿。

經歷青春期的少年仔，因身體的急遽成長，性器官成熟，開始對異性感到好奇，彼此相互吸引是一件很自然的事。然而，青少年如果過早且過度投入異性追求，常常因而導致課業成績落後，以及可能因發生性關係而衍生未婚懷孕以及法律等問題。青少年也正值求學階段，此時父母無不希望孩子注重自身課業，也認為孩子年幼無知，對於孩子過早進入戀愛交往多持不讚許態度，往往容易引發親子間的緊張與衝突。

其實，青少年時期的兩性交往經驗，對青少年發展有其重要影響。心理學家指出，青少年時期是學習愛與被愛的重要關鍵時期；如果在青少年時期少了與異性朋友交往的機會，在人生其他階段學習與異性的相處會較困難。此外，如果青少年的異性關係受到太強烈的禁止，或者和異性交往的經驗不好，他們可能會以為兩性關係是醜陋的、罪惡的，而產生偏差的兩性交往態度。

青少年的兩性交往，強調真誠相對，最好能由普通朋友開始交往，不要一開始就設定彼此情愛關係，且儘可能事先與家人溝通，取得家人的支持與協助。此外，面對青少年兩性間的愛慕之情，父母可以做些什麼呢？

一、用分享代替指責

面對孩子過早進入兩性關係，父母可能會因擔憂而變成批評和指責。父母可以分享自身成長的經驗，讓孩子也分享他們的看法。可試著詢問孩子：「自己真的了解對方了嗎？對方最喜歡的書、最愛吃的食物、最擔心的事、最期待的未來。」幫助孩子檢視自己是否都能一一回答呢？愛跟喜歡應該是長長久久的，既然是彼此愛慕、彼此喜歡就應該學習欣賞對方、了解對方。相信透過分享，孩子會較願意接納意見。

二、提供意見由孩子自己作決定

父母可以傳達正確兩性交往觀念給孩子，如教導孩子自我保護以及避孕知識等。此外，也以假設性的問法：「假如我未成年懷了孕，或者我的女朋友懷了孕，我會怎麼樣」？讓孩子來思索這一類的問題。父母可以陪著孩子一起來面對問題，並不是指責說孩子可能成為未婚爸媽。面對性關係的議題，父母表現越自然愈好，唯有大方面對，孩子才能坦蕩與父母談自身的感情問題，也比較容易了解若只是因為慾望，是應該為了尊重對方或保護自己避免不當之性行為發生。

三、陪孩子走一段感情路

協助孩子走過情感得失與起伏過程，這很重要。由於青少年情緒及人格發展仍較不穩定，個人激烈的情緒經驗容易導致戀愛關係起伏不定，當戀情結束，常會伴隨失落感與憂鬱情緒，容易打擊孩子的信心。孩子可能出現落落寡歡、失魂落魄之模樣，進而影響唸書情緒，此時父母非僅是責罵，而用一份分享的心陪伴他們走段感情路，理解孩子失落的情緒，轉移焦點，協助孩子重新看待自己並發展自己的特長與興趣。

四、最有效益的協助

透過團體活動可製造兩性接觸的機會，避免對異性過度的幻想。多鼓勵孩子參加團體的活動，在團體的活動中自然地認識異性朋友，在這種「團體交往」之中慢慢去發現幾位志同道合的異性朋友，然後可以選擇一兩位深入去認識，再來若彼此都有感動的話可以試著固定一位交往看看。愛跟被愛都是學習的過程，戀愛是甜蜜的，父母可提供一些成長的心路，告訴他們以平常心來看待這份感情。

五、提供相關法律常識

「性」幻想也是青少年時期普遍存在的現象。當部份不成熟的青少年，利用不正當、暴力強迫的手段脅迫交往的人以滿足自己的性需求時，這便觸及「性侵害防治法」。此外，「只要我喜歡，有什麼不可以」，青少年自我意識強烈，但對於所喜愛的對象應保持尊重，一旦出現不受歡迎之追求行為時，便符合了「校園性騷擾事件」。父母協助孩子了解法律常識，需學會控制自己的衝動，了解、尊重對方的感受，不要讓慾望控制了行為。

青少年階段的孩子，逐漸擁有自主性。建立一個讓孩子願意傾談的關係，父母必須藉由與孩子的相處中，讓孩子感受到「關心」、「同理」及「接納」。「關心」乃是關心此時孩子的需要與幸福；「同理」乃是以孩子的觀點設身處地了解他們的想法；「接納」乃接受孩子自己的決定，不否定他們。基本上，每一位青少年在學習成長階段有其個別差異，受到個人心智、情緒，同時也受到心理、生理與社會文化等交互影響，難以僅憑上述之溝通方法與孩子互動時，此時宜求助專業諮商心理人員，協助了解和改善。

資料來源:

http://www.kcacp.org.tw/kcacp/internet/social/social_childCenter_article_content.asp?article_id=4

