



鳳凰心橋

第 27 期

有效學習

出版日期：113 年 1 月 3 日

探究數位時代，發現自主學習的樂趣

教務主任 劉啟瑞

數位科技時代的蓬勃發展，大大改變了我們固有的學習方式，網路資源、線上課程、社交媒體等工具使得知識傳遞變得更快速，也為學習提供了前所未有的可能性。

在數位時代，學習的內容和方式更加多元，人們可以透過網際網路接收到世界各地的資訊，學習到新的知識與技能。就數位學習而言，當然也就更加便利，每個人可以隨時隨地學習，不再因時間與地點而有所限制。

自主學習是一種由個人主動決定學習方向、方式和時間的學習方式。在數位時代，這種學習模式將以更全面、更自由地方式展開，人人都可以依據自己的喜好，選擇感興趣的主題來進行學習，不受時空限制，也是自主學習的時代正式來臨。

自主學習可以從網路上輕鬆存取各種自己喜愛的主題知識，從文學、科學到藝術，包羅萬象、應有盡有。這樣的多元性，讓學習不再像是傳統單調的課業，而是轉變成一段充滿無窮樂趣的學習歷程。正因為是自己所挑選的興趣課程，學習可以更持之以恆、更專注，學習效率也會更好。

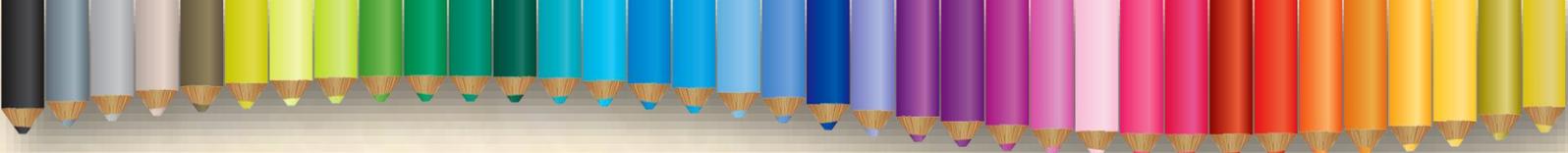
自主學習可以透過社交媒體、線上論壇與學習夥伴達到以下幾個好處：

1. 互相鼓勵、支持，共同克服學習中的困難。當看到伙伴努力學習、取得進步時，自己也會感到更加有動力。
2. 互相分享知識、技能，解決學習中遇到的問題。尤其是當遇到難以理解的概念時，也可以向學習伙伴尋求幫助，從而加深理解。
3. 一起完成學習任務，共同探索知識，透過合作學習，可以拓展視野，提升思維能力。
4. 一起討論學習內容，分享彼此的想法，並從不同的角度看待問題，加強記憶和理解。

正是這樣的合作氛圍，也讓學習不再是一個孤單的旅程。

因此，要想在數位時代進行自主學習，必須培養自己擁有以下幾個能力：



- 
1. 資訊搜尋能力：在快捷便利的網路裡，能找到符合自己需要的資訊。
 2. 資訊分析能力：在龐雜的網路資訊中，能對正確資訊進行分析理解。
 3. 問題解決能力：在知識學習的範疇內，能依據需求，解決學習問題。
 4. 自我管理能力：在外在事務的干擾下，能做好時間管理與學習計劃的制定。

總之，數位時代裡，自主學習就像是一場無盡的探險，可以體驗到探索知識的樂趣，尤其是當自己透過學習找到解決問題的答案時，那種成就感和滿足感是令人雀躍不已的。這種學習方式不僅豐富了我們的知識，更培養了我們的創造力和解決問題能力，讓我們一起勇敢地踏上這趟充滿樂趣的數位時代自主學習之旅吧！



最好的學習策略：教會別人，你會變得更強！

陳志恆諮商心理師

我常去學校裡帶假日的工作坊，各種主題都有。課間休息時間，常見到一些學生把教科書拿出來研讀與複習。

有一回，我看見一個孩子的周遭圍著幾個同學，後頭還排了幾位同學拿著書本在等待。原來，那孩子的成績優異，同學們正把握時間向他請益。我過去湊熱鬧，同學們指著他說：「他是學霸呀！」

我很好奇，找了機會私下問他，成績優異的秘訣是什麼？

他說：「你不是看到了嗎？」

我不解。他笑著說：「就是教會同學嘛！」

我們不難理解「教學相長」這個道理，但要能夠達到教會同學的境界，顯然自己也需要花費心思在課業上。而他是如何做到的？

「我其實也沒把握，但教同學時，如果我沒辦法講得很清楚，我就會再回去鑽研。所以，是教同學功課，幫助我學得更好的。」

「而且，對同學每講一次，就會加深印象，特別是那些複雜的概念。所以，我不太需要額外花太多時間複習。」

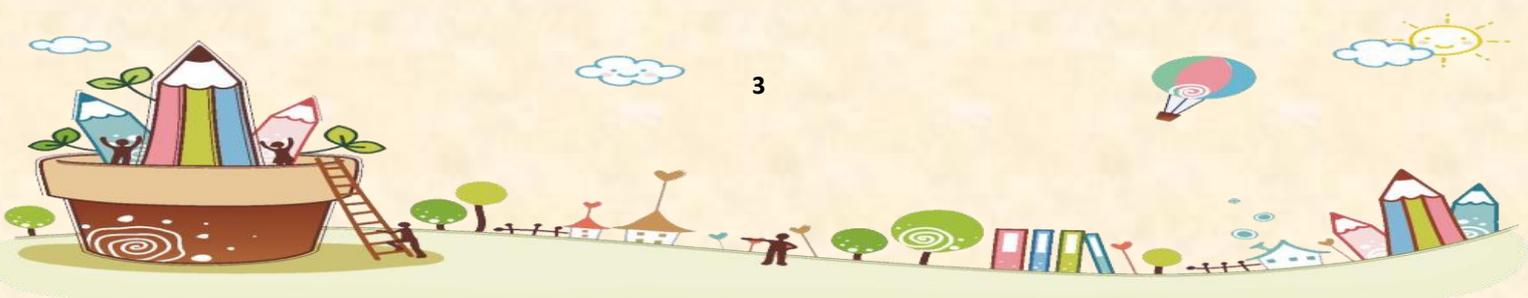
真有這樣的學生存在，我的下巴就快掉下來了！

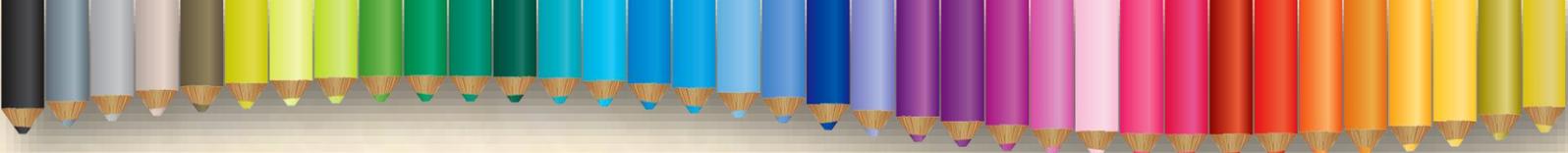
回想國小的時候，這樣的場景也曾出現在我身上。當時，我的課業成績還算不錯，也曾有同學拜託我教他功課。出於熱心，我利用下課時間幫同學複習功課，也會出考題給同學作答，再幫同學批改。

為了出考題，我開始認真研究測驗卷上的題目是怎麼出的，試著從命題者的角度去思考如何評量學生。這過程收穫最大的，當然是我自己——難怪後來會從事教職。

因此，如果你問我，最好的學習策略是什麼？我會說：「去把別人教會！」。最簡單的方式，就是把自己學到的知識或概念，講解一次給別人聽。這麼做有幾個好處：

第一，當你講過後，連帶著自己也複習了一次，印象更深刻了。





第二，當你要用語言呈現腦袋裡的知識學問時，需要經過再次整理與轉化等高層次的認知歷程；而當你能清楚且完整地講述，表示你對欲傳達的概念有足夠的掌握。因此，**教導本身就有助於對知識理解得更清晰。**

第三、藉由對方的回饋，你會知道自己還有哪些概念是模糊清晰的，哪些地方仍存在著盲點；於是，**你有機會回頭去複習與探究，補強不足之處。**

大人若想幫助孩子學習得更為精熟，或許可以多加利用「教導別人」這項學習策略。在現今的學校裡，早有不少教師透過分組教學，運用同儕間的互助合作，幫助彼此學習更好。那麼，在家裡，家長可以怎麼做呢？

一直以來，我並不贊成家長對孩子的讀書學習有過多的干涉，例如：幫孩子安排讀書進度、幫孩子檢查作業、考前逐題地幫孩子複習等。**我認為，應該讓孩子自己學會如何做時間安排、自我測驗與考前準備，遇到疑難時，孩子也需要主動尋求協助，而不是由家長直接告知答案。**如此，孩子才學得會自己對自己的學習負責。

不過，有一件事，你倒可以嘗試看看。**考試前，在孩子研讀課業一個段落後，邀請孩子講述一遍給你聽——由孩子扮演教學者，父母則是學習者，孩子分享學到的知識給父母聽。**當這麼做時，請家長務必把握幾個原則：

（一）表現好奇與尊重：孩子是知識的分享者，家長則是學習者。家長必須帶著好奇與尊重，放下身段，聆聽孩子分享知識。請不要讓孩子覺得這是在考試，切勿站在一個評審的角度，打量孩子是否講得好，也不需要把這過程搞得像演講比賽，讓孩子充滿壓力。

（二）勿任意中斷孩子的講述過程：請允許孩子可以用自己的方式呈現他的教學，同時，務必全程聽完孩子的講述後，再做回應。即使孩子某些概念傳達得含糊不清，或者有錯誤扭曲之處，都先不要打斷孩子。待孩子講完，告一個段落時，再回頭提出疑問，或給予回饋。

（三）透過「提問」幫助孩子釐清觀念：當發現孩子某些概念不清楚或有誤，不用急著指出做糾正，而是透過提問的方式，引導孩子自己發現問題，或把模糊的觀念釐清；如果孩子一時回答不出來，卡住了，則鼓勵孩子回到書本裡去找答案，或者主動尋求協助資源。

分享本身是一件快樂的事情，分享知識則會讓人充滿成就感。為了分享知識，孩子會更努力把不清楚的搞懂，把沒學好的學好，並且思考如何表達。當然，額外的收穫就是更受同儕歡迎。

現在，我不再需要為了考試而讀書。然而，因為在實務工作上需要回應讀者、聽眾及求助者的各種問題，迫使我必須不間斷地閱讀與學習；為了向大眾清楚傳達某些重要但複雜的概念，我得不斷釐清與整理相關概念之間的關連，加深對這些概念的理解與體悟。

逐漸地，我對某些議題的掌握能力也提升了——我正在快速成長中！

是的「教會別人」，真的是幫助自己快速精進的最佳途徑。

*** 本文摘自陳志恆諮商心理師部落格文章**

部落格網址：<https://listenpsy.com/>



助求學順利

王佳珍 專輔老師

天下父母心，總是希望孩子成龍成鳳，不吝於在孩子的成長過程中，盡可能的付出、提供資源幫助孩子成長、獲得能力、有一技之長，以因應將來的生活。父母都希望孩子多學一點，素養高一點，能力好一點，那麼要怎麼做才能幫助孩子養成良好的學習習慣呢？

首先，當孩子開始進入小學，安排每天的固定的寫作業時間、複習時間是很重要的。您認為孩子回家後應該先完成作業再娛樂嗎？還是只要作業做得完就好，何時做不重要？或者您認為孩子自己負責就好呢？低年級的孩子通常作業不會很多，只要花一點點時間就能完成，可能有的父母便不是那麼在意寫作業的時間，隨意地讓孩子何時完成皆可，短時間看起來這個做法並無大礙，但等到孩子升上高年級、國中，未養成先苦後樂習慣的孩子，經常會遇到無法妥善安排時間的問題，孩子習慣了回家先放鬆先娛樂，作業總是留到最後，然而作業卻需要更多的時間才能完成，進而影響了睡眠時間，這時，孩子的生理年齡已長，家長要再介入指揮孩子的時間安排，卻是比小的時候要難上許多。因此，在低年級時，固定讓孩子先做完作業，並且複習一下今天老師教過的內容，這個簡單的小習慣，便是良好學習習慣的第一步。若孩子平日放學後，已安排去了安親班，作業已在安親班完成，回家後，家長可以審視一下作業內容，讚美一下孩子的好表現，說說您喜歡作業中哪些地方看得出孩子的認真和努力，對孩子的學習動機會有很好的滋養；家長也可以趁著簽聯絡簿的時間，問問孩子今天在學校學到什麼？最開心的事情是什麼？有沒有需要幫忙的地方？多聽孩子說，減少責備和教條，親子間愛的存款就會在每天的談話中，漸漸豐盈。

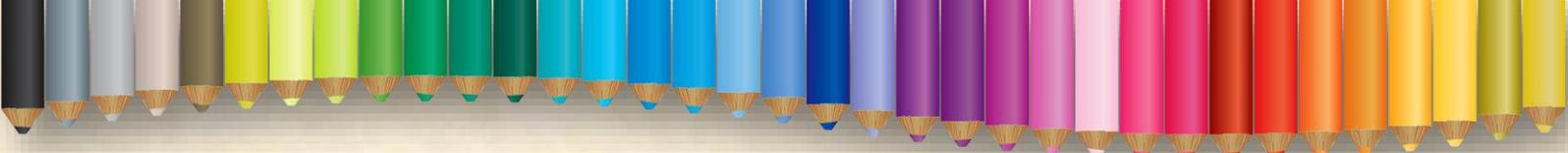
其次，可以建立家中的學習風氣，學習可以不限於學校的學業，孩子若能建立努力學習的態度與習慣，將來學什麼都能盡十二分努力，有毅力、不隨便放棄，怎麼可能不行行出狀元？孩子還小的時候，若要鼓勵孩子讀書，親子共讀會是一個很好的選擇，睡前與孩子共讀一點書，孩子便會喜歡翻書、讀書，上了小學，孩子能自己讀了，家長也陪在旁邊讀點書報雜誌，假日的時候，帶著孩子上圖書館借借書，到書局逛逛看書，這些都是促進孩子生活中有書的方法，家中的閱讀氛圍就能漸漸的營造出來。除了書籍，生活中還有很多其他可以學習的項目，父母的身教會是一個很好的示範，若父母也有自己的興



趣，也在生活中享受學習成長的樂趣，孩子們也能發現原來世界上還很多東西可以學，也不只是學校，還有許多地方提供學習的資源，只要願意學，在現代科技的輔助下，學習的來源可多元了！

最後，所有的學習都是需要動機，父母希望孩子持續學習，就要小心不要掩滅了孩子學習的火苗，當孩子願意去嘗試，就提供機會，當孩子此刻不願意學了，就要去觀察原因、了解孩子的困難、再嘗試其他方式或其他項目，維持良好的學習胃口是學習的道路上最重要的一環，孩子的動機遠勝過於旁人的督促，我們要相信，只要孩子願意，學習永遠不嫌晚。





「平安、健康」

別忘了當初對孩子最初的期望

吳怡樺 學校社工師

第一次見面，是在醫院的急診室，妳吃了過量的身心科藥物，身體復原後的你，透過學校三級輔導系統的支持、家人的接納、醫療的協助，你逐漸回歸校園生活，但與憂鬱症的奮鬥歷程中，有天我又去加護病房探視你，再一次的藥物過量。

一路陪伴著你，和你的家庭過程中，狀況時好時壞，有時你變得每天只想在床上發呆一整天，有時暴食或是厭食。再好幾年之後，你提著一杯飲料回到校園找我，說「社工師，我開始打工了，雖然生活還是有點煩，但至少我現在還可以體驗這世界的美好」。

打開電視或是網路新聞，「嘉義國一女學生疑因管教問題，高處墜落不治」、「高雄14歲女學生住家大樓墜樓送醫不治」，生活中看到學生高處墜樓，不免都會擔心和思考著，身為家長的我們，了解自己孩子的想法嗎？「我們小孩最近心情如何呢？」

公視專題報導，訪問台灣自殺防治學會常務理事陳俊鶯醫師，兒童自殺的成因難以單一向分析，除了家庭、人際等困擾，許多低齡的自殺者沒有將「自殺行為」與「死亡後果」連結，而是因受挫受創，情緒激動急需宣洩，採取激烈方式因應。

兒童憂鬱狀況，並非毫無預兆，在實務現場中，睡眠與活動度是較容易辨別的兩大指標。孩子睡不著、失眠，導致隔天到校精神狀況不佳，有時大人們會直接歸因作息不正常、玩手機太晚，但許多小孩的心聲是：想睡也無法正常入睡，或是到凌晨3、4點才有明顯睡意，在不了解狀況之下，我們也因為擔心而容易苛責，有沒有機會，好好多聽一點他們的煩惱。另外，若發現小孩做什麼都興致缺缺、有氣無力，原本的興趣或在意的事，也都開始失去動力，亦或是課業成績短時間改變，這時候，也可能是憂鬱的警訊。

除此之外，典型的憂鬱症狀常出現情緒低落或不快樂，而在兒童期也容易出現煩躁、易怒等情緒合併偏差行為，或是胃口食量明顯變化、思考與專注力下降、產生負面的人生觀等等。

憂鬱是正常的情緒反應之一，但若持續兩週以上(相關量表分數可搜尋青少年憂鬱情緒自我檢視表)，仍建議需要及時的求助與處理，回顧工作中相對成功的經驗，需要學校、家庭或適時的醫療介入，更可協力。以下三點建議，共同守護兒少，讓孩子們可以平安健康的長大。

1. 增加家庭或人際中的實體互動

現今網路世代，透過網路會有快速、立即的回饋感，但人際關係品質不一定穩定，有時反倒感受疏離。兒童憂鬱症受社會心理因素影響大，父母不論透過家庭活動、家庭會議、談心時間、規劃出遊等，創造與孩子的親子正向互動品質，更可進一步促成溝通機會，給予必要的協助和心理支持。

2. 減少大人的自以為是，耐心傾聽事情原委

我們比孩子有更多的社會歷練，因此想的、看得也會比較遠，但不論孩子面臨的課業壓力、人際壓力等，我們都不是當事人，即使立刻給予安慰或是建議，當下可能認為幫助到了孩子，或不希望孩子「想太多」，但往往孩子想要的更是，有人專心地聆聽著，當孩子能放心地訴說，再來以孩子的立場給予同理，孩子更可以感受被接納。

3. 適時與學校討論與求助

孩子的情緒議題，常是多元且複雜的，除了家庭教育協助之外，也需要與孩子所處的系統與環境共同協助，除與導師保持順暢的親師溝通，共同關心孩子的日常，覺察異狀與否外，也可參與親職講座，增進親職技巧的學習，亦或是進一步諮詢輔導教師、學校社工師、心理師等資源，及早諮詢討論。



四年級特教體驗學習單—我是口足畫家

四年一班 姓名：方允隆

一、如果雙手不能使用，想一想，會有哪些不方便的地方呢？（例如：喝茶...）

吃飯、洗澡

二、如果雙手無法使用，只能使用雙腳或嘴巴，想一想，有哪一些事情需要好好練習？（例如：用腳寫功課、用腳夾毛巾洗

用腳洗澡、用嘴巴畫畫。

三、寫一寫，當你雙手不能使用，只能使用嘴巴含著畫筆畫畫時，有什麼困難的感覺？

很難畫，無法畫直線。

四、畫出或寫出當我體驗口足畫家時的情況



◎ 認識肢障者：四肢缺損造成肢障障礙
一般人更辛苦去克服困難，但其實際人是沒有兩樣的，尤其是隨著無障礙他們同樣能跟我們一起快樂的成長囉

二年級特教體驗學習單—積少成多(體驗肢障者)

二年五班 姓名：蔡昕言

一、小朋友，你們那組成功將幾顆球放進籃子裡呢？（ 3 ）顆

二、你剛剛在進行活動時的感覺是：

很累 很難 很輕鬆 很好玩

三、你覺得沒有手或沒有腳的人在生活上會不會很辛苦？ 會

不會，因為

四、如果你身邊有手、腳不方便的同学，你該怎麼辦幫助他們？

問他需不需要幫忙拿東西

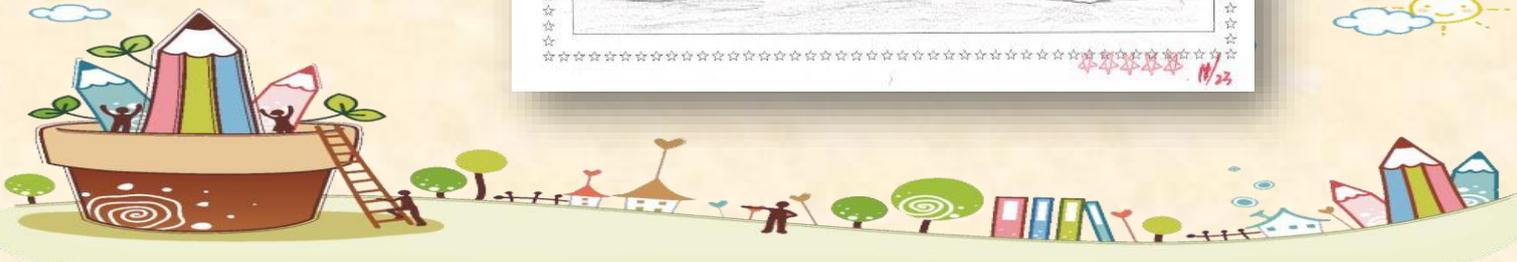
陪他慢慢走

下課時，跟他一起玩

不玩弄他的拐杖或輪椅

其他：他跟他正多人一樣好。

五、請畫出今天活動的樣子



義小志工閃亮亮

學校裡除了老師和學生，背後有一群志工們默默在支持教育，目前本校志工共 152 位，分成五大組服務內容如下：1. 故事組：週二晨間入班說故事。2. 書香組：圖書館內辦理借還書、書籍整理上架等。3. 導護組：維護學生上放學交通安全。4. 愛心組：陪伴孩子學習，協助學習緩慢的孩子。5. 環境教育組：每週三早上資源回收、分類及整理。感謝您們無私奉獻的精神。

1. 志工大會

一年一度志工大會於晚上舉行，除了新舊志工隊長及組長交接典禮，對於校園志工編組服務內容、志工活動計畫及檢討做說明。感謝新舊任志工大隊長陳玉玲、詹佩菱領導照顧志工，新任組長李娜、周倩慧、陳素貞、朱倍嫻以及阮鈺歲，帶領全體志工好朋友，一起努力讓學生有更優質的學習環境。



▲志工大會-新舊志工隊長交接。



▲志工大會-頒發志工聘書。

2. 志工培訓

[志工基礎訓練]：於 112 年 9 月 26 日，地點階梯教室，實施台北 e 大公播實體課程，為期一天 6 小時。

[志工特殊訓練]：於 112 年 10 月 3 日分成 3 場次，(第一場)花藝布置：聘請日本 NFD 國際花藝設計協會講師-郭陳素華、馮曉雙，指導會議桌的花藝佈置，地點地下室禮堂。(第二場)急救訓練：由消防署訓練中心 EMT 訓練教官-吳台林、吳家成，分享自救救人的基本急救知能。(第三場)肌力訓練：邀請泰山國民



運動中心主任-黃少豐，指導在家也能輕鬆做 1. 即效伸展運動-全身性的拉伸來緩解及預防酸痛。2. 徒手健身運動-提升肌肉量、增加基礎代謝、降低體脂！即效伸展運動及簡易阻抗運動。



▲志工基礎訓練-頒發基礎訓證書



▲志工特殊訓練-花藝成果



▲志工特殊訓練-急救訓練學員操作。



▲志工特殊訓練-肌力訓練

3. 志工教育參觀研習

這學期舉辦志工戶外教育參觀研習，於112年10月24日至宜蘭文化參觀，提供志工體驗環境與人文結合之生活美學。透過參觀研習培養志工相互情誼，增加志願服務能力，促進志工自我成長動機。珍惜彼此情誼，感恩志工們的付出！





▲志工教育參觀-參觀虎牌米粉工廠了解製作過程



▲112年10月24日志工教育參觀研習大合照

4. 志工支援校園重大活動服務

8月26日(六)新生始業輔導，環境布置、指導新生各項闖關活動、導護組志工執勤，增添校園趣味性及安全性。10月12日全校流感疫苗接種，安撫學生、量測體溫、引導等。11月24日一四年級健康檢查，協助醫護人員讓活動順利進行。12月2日校慶運動會支援，提供茶飲及熱食。12月5日布置聖誕樹。12月22日佈置聖誕花車，同時也感謝家長會成員，裝扮聖誕老公公老婆婆發送糖果禮物，帶給學生快樂童年。學校有你們的身影增添教育色彩，讓孩子更安心、快樂學習。





▲新生始業輔導-環境布置



▲新生始業輔導-闖關活動



▲新生始業輔導-闖關活動



▲新生始業輔導-闖關活動



▲全校流感疫苗接種-安撫學生



▲全校流感疫苗接種-支援志工





▲一四年級健康檢查-協助醫護人員



▲一四年級健康檢查-支援志工



▲校慶運動會-服務志工



▲佈置 12 棵聖誕樹



▲佈置聖誕樹-支援志工



5. 志工表揚

為了表達志工默默付出，帶給學生更優質學習。教育局及本校頒各項獎項，感謝志工的的努力付出。

● 「112 年度新北市資深優良志工」：

- **林明慧** 志工服務年資 12 年，感言：當志工的初心，希望孩子越來越好，本著無私奉獻的信念，協助教育單位陪伴兒童成長。
- **劉嘉麟** 志工服務年資 11 年，感言：因緣際會加入志工行列，在服務時得到的快樂，自我能力的提升，還有認識了一群無私的同伴，原來在付出的同時我卻獲得的更多。感謝義學國小志工隊。



▲林明慧志工



▲劉嘉麟志工

● 「112 年度新北市志願服務獎勵」：

金心獎-陳林香絨。

銅心獎-周倩慧、李娜。



▲校慶運動會頒發新北市志願服務獎勵

● 「校內服務資深優良志工」：

服務滿 15 年：包綳仔(導護)、葉淑娟(導護)、林麗足(導護)、王美華(導護)。

服務滿 10 年：陳江水(導護)、林彭梅英(導護)、李岱霖(導護)、周素琴(導護)、掌孝君(故事)。

服務滿 5 年：鍾碧瓏(書香)、蔡黃月英(書香)、張玉婷(書香)、陳美珠(導護)、陳明珠(故事)、李娜(故事)、郭美杉(故事)、黃舒怡(愛心)、陳真(環教)、陳素姮(環教)、姚兜(環教)。



▲校慶運動會頒發服務滿 15 年志工

▲校慶運動會頒發服務滿 10 年志工



▲校慶運動會頒發服務滿 5 年志工



家庭教育系列

家庭教育研習 本學期舉辦 2 場家庭教育研習

第 1 場 112 年 8 月 28 日 [脆家辨識與輔導知能]

由本校專輔老師王佳珍分享，內容涵蓋兒少保護及脆弱家庭辨識與協助、通報流程、學校創傷之情照護等讓老師更了解。



第 2 場 112 年 11 月 15 日 [家人互動愛發光~談溝通與紓壓]

教師與家長一起參加，由新北市家庭教育中心主辦「新北築家好幸福家庭 123 宣導」講座，聘請退休校長劉倬翰校長分享。以深入淺出方式探討愛家觀念。常見家庭內溝通問題與因應方式、練習自我紓壓方式及促進家庭關係和諧、正向溝通健康互動。



親師交流

本學期辦理 2 場親師生交流會

第 1 場 112 年 9 月 14 日(四)家長日

主要目的是建立正確的親子觀念，促進親師合作關係，戮力推動親職教育，培養家長教養子女的正确觀念，善盡父母職責，學習適應社會生活，發揮家庭教育功能。家長入班進行親師雙向溝通，了解學生學習內容及班級經營方式。



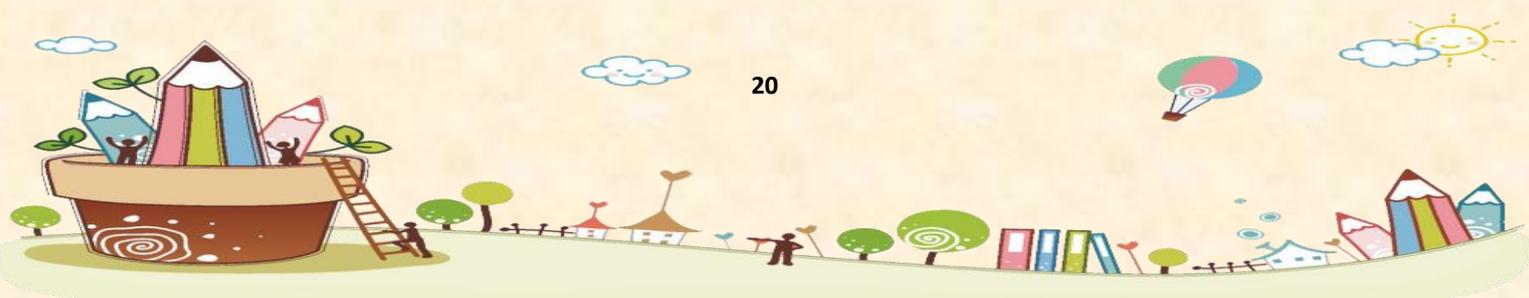
▲校長帶領各處室主任及家長會長入班



▲家長與班導師進行親師交流

第 2 場 112 年 12 月 2 日(六)校慶運動會

主要目的是透過各項競賽，提昇學生運動技能，促進身心健康，增強健康體位。適時宣導 SH150，運動變聰明，鼓勵學生走出戶外活動。邀請家長一起參加，與班導師親師交流，參與孩子的活動，陪伴孩子快樂成長。





▲校慶運動會-學生藝文展



▲校慶運動會-學生運動比賽



親職教育 本學期規劃 3 場親職講座

第 1 場 112 年 9 月 22 日 [不讓網路綁架我的孩子~談親子溝通技巧與網路依賴]

由本臺灣科技大學專任心理師張益善心理師分享，如何辨識孩子的情緒及應對挫敗感。對自己重啟連結:1. 不要急著與孩子討論成績、網路。2. 把握任何機會與孩子講話、吃飯、放學。3. 簡短關心、問候，溫柔不帶批評。4. 接受孩子拒絕你的關心。



第 2 場 112 年 10 月 20 日 [愛得剛剛好，就好~~給孩子一份有能力的愛]

新北市學生輔導諮商中心輔導教師督導陳止沄主任主講，在陪伴孩子成長的歷程中，您是不是也曾經出現過這樣的感受~

小時候心疼他的弱小，給予無微不至的照顧；兒少時期擔心他承擔力不夠，恨不得為他準備前導車；長大之後感覺他不够獨立與成熟，卻只能擔心、乾著急…



都說父母的愛是孩子往前的動能，但要怎麼樣愛孩子，才可以避免踩到”溺愛”或是”錯愛”的紅線?怎麼愛才能愛得剛剛好、讓孩子更有能力?我們將和您一起探討”如何給孩子一份有能力的愛”。



第3場 112年11月16日 [家人互動愛發光~談溝通與紓壓]

本場次對象為教師與家長，主要談家人彼此間溝通，及如何紓解壓力。



[幸福甜甜圈]親職團體

本校申請新北市政府家庭教育中心[幸福甜甜圈]親職團體課程，為了提升家長自我成長的能力與觀念，激發其潛能，擴展其生活領域。協助家長面對孩子的教養難題，故辦理本親職團體服務，增進家長教養知能。**本次課程主題：**
【親子EQ樂園】以情緒教育為主軸，旨在提升親子的EQ，協助家長瞭解及管理自己和孩子的情緒與壓力，透過自我激勵與激勵孩子，幫助孩子面對挫折，建立圓融的親子關係。本課程感謝吳孟芬講師、林淑貞講師帶領，分4個場次



上課，地點在本校階梯教室，第1場11月3日[情緒旋轉馬]，第2場11月10日[壓力碰碰車]，第3場11月24日[親子咖啡杯]，第4場12月1日[激勵摩天輪]，家長願意學習自我成長，鼓勵全程參加4次課，期待教養方面更有助力。



▲幸福甜甜圈-情緒旋轉馬



▲幸福甜甜圈-壓力碰碰車



▲幸福甜甜圈-親子咖啡杯



▲幸福甜甜圈-激勵摩天輪

新住民多元文化宣導

為了讓孩子更了解多元文化的社會，學習接納不同國家文化。本校邀請由新北市政府勞工局主辦，六藝劇團演出[<新城漫遊>112年度外國人多元文化戲劇巡迴宣導]，於11月10日表演，地點在義學國小禮堂，參觀對象一二年級。本次演出介紹越南、泰國、印尼、菲律賓的風土民情，表演者與孩子們開

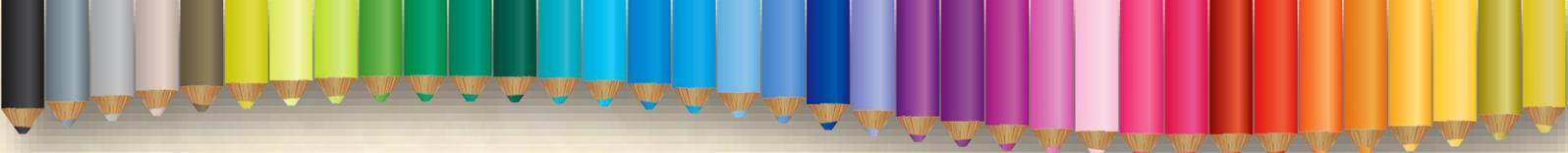


心互動，會後參加[觀後感繪畫徵件]，本校二年5班林澄同學榮獲新北市第三名，感謝李明晶老師協助鼓勵孩子參加。



▲六藝劇團演出[<新城漫遊>外國人多元文化戲劇巡迴宣導





多元文化學生文章

多元文化戲劇觀後感想

205 張庭蕎

今天六藝劇團來到我們學校演出，劇團裡的大哥哥、大姊姊們，透過有趣又活潑的演戲方式，為我們介紹新住民國家的特色與文化。

表演準備開始，在小朋友一陣一陣的熱烈的掌聲中，演員們笑容滿面地登場，他們滑稽搞笑的表情，逗得我們眉開眼笑、笑得合不攏嘴。表演主題是利用風、水、火和土四個元素，來介紹四個東南亞國家。首先，代表越南的是風元素，因為當地有著名的笠帽風之舞，接著，代表的是水元素，是因為那裡有兩個主要節日：潑水節、水燈節都和水有關係。再來，代表印尼的是火元素，因為印尼是世界上擁有最多火山的國家所以被稱為火山之國。最後，要登場的是代表菲律賓的土元素，主要是因為他們國家境內的梯田總長度長達兩千公里，它還曾經被列為世界遺產呢！

最讓我印象深刻的是一泰國潑水節，演員們竟然出其不意地拿出水槍，瘋狂地往台下噴水，我們被這突如其來的舉動，嚇得驚聲尖叫、花容失色。

除了表演之外，現場還有有獎徵答，被選上的幸運小朋友如果答對的話，就可以得到精美獎品，大家躍躍欲試，爭先恐後地把手舉高高，我也有勇敢的把手舉起來，可惜都沒有選到我，真掃興。這次的活動讓我更認識新住民的家鄉文化，我希望六藝劇團能再來我們學校表演，我非常期待。



多元文化學生作品



▲戲劇演出觀後感繪畫 205 林澄



戲劇演出觀後感繪畫 205 蔡昕言



▲戲劇演出觀後感繪畫 205 林容萱



▲戲劇演出觀後感繪畫 205 江謝有豪



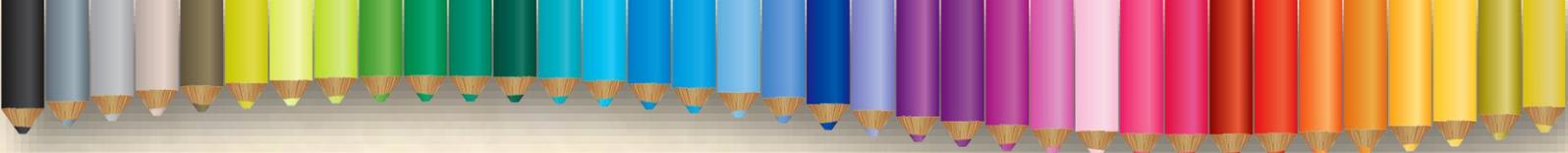
家庭教育中心官網



讓我們來幫幫您

1. 家庭教育諮詢專線 412-8185 (手機請加區碼 02)，服務內容:凡有夫妻相處、親子溝通、子女教養、婚前交往、情緒調適、生活適應、人際關係等相關問題歡迎撥打本專線。
2. 法律扶助資源:法律扶助基金會 412-8518#2(手機請加 02)
3. 經濟協助資源:福利諮詢專線 1957。長照服務專線 1966。各縣市政府就業服務(站)處。家庭(社會)福利服務中心。新(原)住民家庭服務中心。
4. 疑難雜症:市民服務專線 1999





寶貝我想對你說

親愛的家長，在您閱讀本期主題「有效學習」之後，希望在孩子學習方面能幫助到家長。家長對於孩子在學習上有甚麼方法或案例呢？邀請家長分享寶貴的經驗與想法。

請用掃描下方 QR Code，或點選連結，完成送出後小朋友將可參加抽獎喔！

前 10 位留言者的小朋友將直接送禮物，11 位之後的留言者，將於 1 月 15 日抽出 20 位贈送禮物。

<https://forms.gle/mv4di4L2YWUJbWk3A>

