



**GOOD
ACTIONS**

**GOOD
WORDS**

**GOOD
THOUGHTS**

新輔♥幸福

SHINSHIH ELEMENTARY SCHOOL

112年6月輔導室專刊

01 重要活動

(1)輔導組

- 母親節感恩系列活動
- 「無限青春網，網路世界」宣講
- 生命教育宣講-四年級
- 性平教育宣講-五年級
- 生涯教育宣講-身心調適與規劃-六年級
- 生命教育宣講-六年級

(2)特教組

- 認知功能嚴重缺損學生的語言治療融入教學研習
- 期末IEP會議

02 暑假來囉！放假的同時 請注意網路使用安全~



**GOOD
ACTIONS**

**GOOD
WORDS**

**GOOD
THOUGHTS**

03 好文分享-
關於交朋友這件"大"事...
對青少年來說「朋友」
就是生活的全部！

04 活動預告

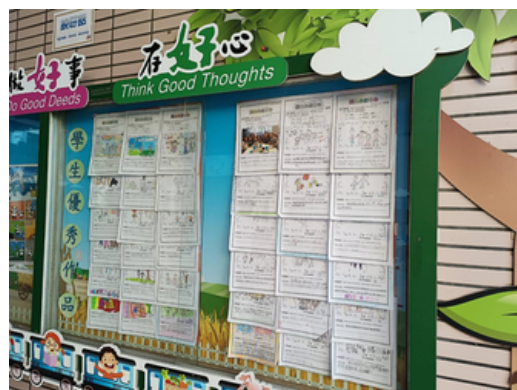
■08/26(六)新生入學輔導活動

01 重要活動

(1) 輔導組

♥ 112年4月24日至 5月12日 母親節感恩系列活動
(愛在五月天)

輔導室製作<熊大心揪甘心>學習單，學生在學習單上寫下為家人做的貼心事與對家人的感謝或祝福，並畫下與家人的快樂時刻。將畫作給家人欣賞及說出對家人感謝的話語後，請家人簽章，表達對家人的謝意。



(親情連線，感恩無限)

小朋友寫上想對家人說的感謝或祝福，於下課時間至輔導室撥打電話親自對家人表達感念之情，營造溫馨感恩氛圍。





112年4月6日

「無限青春網，網路世界」宣講

在宣講活動中，講者透過自身經驗帶領六年級學童了解如何在網路世界保護個人資料，防範網路詐騙以及常用交友軟體的漏洞，了解虛擬世界與現實世界皆須查證訊息。



112年4月27日 生命教育宣講

在宣講活動中，透過影片及討論，帶領四年級學童了解生命的無常與可貴，珍惜和家人相處的時光，並勇於把對家人的愛表達出來。



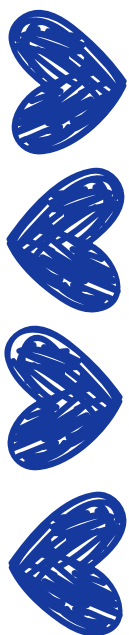
♥ 性別平等教育宣講 - 認識情緒、正向互動

專輔教師透過宣講活動，讓五年級學童認識欣賞與喜歡的差異，學習與異性正向相處的方式，避免觸犯性別相關法律。



♥ 生涯教育宣講

透過宣講活動，讓六年級學童知道升上國中後可能面臨的挑戰，如何幫助自己身心調適與規劃，期許孩子們擁有美好燦爛的國中生活！



112年6月14日 生命教育宣講

喜德老師透過示範，用有趣、轉念的方式帶領學童學習如何化解言語霸凌，所有師生都熱情參與！

透過和學童的對答互動，全場笑聲不斷，可說是收穫滿滿！



(2) 特教組

❤️ 認知功能嚴重缺損學生的語言治療融入教學研習（線上研習）

校內老師持續增能，透過講師分享，讓老師更能夠了解認知功能嚴重缺損學生的特質，同時有更多元的方式協助學生，以利學生有效學習。



❤️ 期末IEP會議

每學期皆會辦理會議，透過親師的討論和分享，檢視與調整課程，滿足學生教育需求。





02 暑假來囉！

放假的同時請注意網路使用安全~

暑假要到了，您的孩子打算如何度過暑假呢？根據教育部調查，孩子暑假期間，每日使用網路的時間平均高達4小時，週末假日更高；隨著年級越高，使用網路時間也會越長。您是否擔心孩子在家一直上網？或是不知道孩子在網路上從事什麼活動？以下幾點小叮嚀，提供給各位家長參考，讓我們共同關心孩子的網路世界：

1. 為電腦找個安全的家：建議和孩子一起討論，電腦最適宜的位置，最好是能夠讓爸媽放心的地方。
 - 電腦最好放在明顯的位置，例如客廳，能夠隨時注意孩子的上網活動，也能一起參與孩子的遊戲，增進親子關係。
 - 請留意椅子和螢幕的高低位置，螢幕需在孩子能平視的位置，減少肩頸痠痛不舒服。
 - 如有需要，可以在父母房間內裝設網路或電腦電源的開關定時關機。
 - 安裝「網路守護天使3.0」軟體，可至教育部網站下載。

2.訂立我們的上網守則：與孩子一起制定上網守則，貼在電腦旁，親子一起簽名執行。

- 使用規則：完成功課或詢問家長(爸、媽、阿嬤、阿公)同意後才可上網。
- 上網守則：上網30分鐘就休息10分鐘，並訂立處罰與獎勵規則。



提醒您：

- (1)手機亦可以上網，請考慮孩子手機之網路設定。
- (2)隨時注意孩子上網時間長短，是否有身心不適、睡眠不足的網路沉迷問題。
- (3)與孩子討論是否可去網咖；如果可以，請注意進出時間、使用內容及網咖安全性。
- (4)邀請家長與孩子將客廳布置成舒心自在的空間，全家一起在客廳喜歡的位置使用手機或平板。

3.與孩子一起教學相長：與孩子一起討論網路使用的注意事項，在討論中，給予孩子正確的網路行為。

- 結交網友要小心，網友邀約要謹慎：如要赴約一定要告訴爸媽、結伴同行。
- 個人的資料要保密，不輕易透露自己的真實姓名、住址或電話。
- 在轉寄或張貼訊息前，要好好思考：網路是公開場合，有可能會到處流傳。

- 隱私玩笑能傷人，不隨便惡作劇或惡搞，尊重他人才能獲得別人尊重。
- 網路遊戲的世界與真實世界還是有差異，不要沉迷於遊戲，影響身心。

4.適時檢查孩子的活動：如果真的不放心孩子的網路行為，可以與孩子討論後，適時適當的檢查電腦。

- 透過電腦的瀏覽紀錄，適時檢視孩子上網紀錄；如有必要，可封鎖不良網站。
- 如果孩子有網誌，可以瀏覽孩子的網誌，了解孩子的活動或心理狀況。
- 安裝監控電腦使用情況或增加網路守門功能的軟體。

5.一起從事戶外活動：培養孩子的多元興趣與發揮所長的機會。

- 製造孩子和家人的相處時間，利用家人閒暇時間一起規劃戶外活動，如運動、出遊。
- 鼓勵孩子參加非網路活動的夏令營或暑假活動，如社團、學習技藝與娛樂活動。



03 好文分享---

關於交朋友這件"大"事...對青少年來說 「朋友」就是生活的全部！

本文摘錄於Amazing Key (vocus 2022-08-06)

因為網路的普及，Z世代的孩子們，從一出生就有電腦、網際網路、智慧型手機，對他們來說，他們的生活不只包括現實世界，也包括了虛擬世界；在社群媒體的蓬勃發展之下，學生之間在網路上的交流也是每天都在發生，像是社群媒體中的誰在限時動態說了誰、誰在群組中罵了誰、誰封鎖我等。

對Z世代的孩子們來說，光是「建立友情」比過去來得複雜很多，他們很自然就會體會到「友情」是有不同層次，因為在IG上追蹤一個人成為好友只要一個按鍵、一秒鐘就可以完成。孩子們很聰明，知道這樣的follower只是一種社群媒體的連結關係，跟真正的友情是不太一樣的事，但是卻常常在實際的生活中會搞混現實跟網路上的關係。





孩子們都是看著父母的背影長大的，學習模仿也是建構孩子性格、價值觀以及習慣重要的來源，因此父母親自己的交友習慣，也會影響到孩子的友誼風格。那該如何幫助孩子處理人際關係的情緒風波呢？

1.同理孩子主觀的感受，並給予支持：

- (1)先分辨孩子來找自己是想要得到「情緒的支持」還是想得到「事情的看法或意見」。
- (2)如果孩子需要被情緒支持，請先將自己的想法忍住，就靜靜的聽他說。
- (3)聽完後問問孩子怎麼做可以讓他覺得好一點，在合理且做得到的範圍之下給予陪伴。

2.了解孩子客觀的處境，並給予引導：

- (1)了解實際事件的面貌是如何，是不是真的有被欺負，或是有什麼誤會？幫助孩子去了解自己的問題，和引導孩子去思考可能的解決方案是非常重要的。
- (2)如果做不來邀請您尋求專業的幫助，找輔導老師或到諮商所去找心理師都是好方法，不要抱著不去看、不去想、不去管問題就會自動解決的心態，或是堅持我自己來就行的想法，這些都只會讓事情變得更糟！



送給孩子們的交友指南～

★**不要設限自己交友的條件：**在人際關係發展上的「彈性」是非常重要的，不要因為第一印象或聽說某個人很討人厭，就在還沒真正認識這個人以前便暗暗決定不跟這個人來往，也不用覺得自己只適合跟某些類型的人在一起，而放棄跟其他類型的人相處的機會。

★**面對比自己更強的人不要嫉妒或是妄自菲薄：**孩子們在自我探索進而自我認同的過程當中，常常會因為「被同儕比下去」或是「怎麼努力也比不上別人」的現實衝擊自信。這點絕對需要我們從小到大在教育過程中特別去注意，自己是不是也會把孩子拿去跟別人家的孩子做比較？或是跟兄弟姊妹作比較？

★**試著結交可以志趣相投的朋友：**用開放的心胸去跟各式各樣的人相處，如果能夠有相同的興趣或是話題，就可以再慢慢培養成為知己，如果無法那就停在朋友階段，不同類型、交情深淺的朋友，都是朋友。



陪伴孩子面對人際議題，是一項耗時又艱難的任務，相信在家長的用心關懷以及引導澄清下，孩子都能夠透過適當的引導，將每一個情緒風暴化為自身成長的養分，也透過一次次的練習，從不同的事件中，逐漸增進孩子自我覺察以及因應情緒問題的內在能力。

臺南市家庭教育中心也有許多資源可供運用，歡迎諮詢或參加相關講座活動。



家庭教育諮詢專線412-8185

家庭教育中心 關心您



伴侶相處 / 婆媳關係 / 親子溝通 / 子女教養 / 婚前交往 / 情緒調適 / 家庭資源 / 生活適應



只要用對方式，孩子會在每一次的引導過程中學到更多，思考的層面也愈寬廣、愈柔軟。

04 活動預告

新生入學輔導活動

新市國小112學年度一年級新生入學輔導活動，將於112年8月26日(六)辦理。

若家中今年有就讀新市國小一年級的新生，歡迎家長與孩子於活動當日一同前來，認識溫馨、有活力的新市國小喔！

新市國小誠摯歡迎您的到來！

