



新輔❤幸福

SHINSHIH ELEMENTARY SCHOOL

112學年度第二學期 輔導室專刊

HAPPY
GRADUATION

HAPPY
GRADUATION

HAPPY
GRADUATION

01 重要活動

(1)輔導組

■2/22友善校園教育宣導性平教育

入班宣導

■3/21全校性平教育週宣導

■5月母親節感恩系列活動

■5/4母親節活動暨親子性平教育
宣導

■6/6性平教育宣講-六年級

■6/12六年級2024青少年心理健
康校園巡迴講座

(2)專輔教師

■開辦高關懷課程-園藝治療、野
獸派對情緒課程

■持續協助與進行各項輔導工作

(3)特教組

■6/6六年級特教宣導

■6/6升國一特教生轉銜參觀

■特推會、IEP會議

■6/22特教親子活動



**HAPPY
GRADUATION**

**HAPPY
GRADUATION**

**HAPPY
GRADUATION**

(4)資料組

- 學習扶助課程
- 5/25親職教育講座-從性別平權談兒少性剝削防制的家長責任
- 6/8親職教育講座-好好聽、好好說，親子溝通不卡關

(5)藝才班

- 4/13國小美術類藝才班鑑定

02 迎接暑假，我可以做些什麼？

03 好文分享-萬名「過曝世代中小學生心理韌性調查」結果：逾3成兒少怕失敗而不敢嘗試、手機離身就焦慮

04 活動預告

- 08/24(六)新生入學輔導活動

01 重要活動

(1) 輔導組

♥ 113年2月22日 友善校園教育宣導性平教育
入班宣導

全校透過導師進行各年級不同性平主題宣導，例如：過度追求、性騷擾等，再藉由學習單讓學生更加理解宣導內容，同時了解學生日常的生活經驗，是否有需要協助之處。

♥ 113年3月21日 全校性平教育週宣導

透過相關主題影音教材，進行性別平等教育宣導-解密網路跟騷影片及聊天機器人等，讓學生更加了解「跟蹤騷擾防制」及「五不四要三提醒」。





113年4月22日至 5月12日 母親節感恩系列活動

〈 幸福龍抵家 〉

輔導室製作<幸福龍抵家>學習單，學生在學習單上學生寫下最喜歡家人的地方，並說明原因，再畫下和家人的快樂時刻，寫下想對家人說的話及祝福，並將此感謝與祝福傳達給家人。輔導室也將優秀學習單張貼於校內各處，營造溫馨動人的感恩氣氛。

〈 親情連線，感恩龍總來 〉

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。





〈因為你，因為我〉

由專輔老師帶領愛心推廣社成員，準備歌唱演出-〈因為你因為我〉，並於校內感恩音樂會上表演，表演完畢後，再獻上親手摺的愛心，希望將溫馨與感謝傳達給前來參加活動的觀眾。

〈芋見愛馨〉

為了讓學生體驗到孕育生命、照顧他人的辛勞，輔導室準備每位學生一小包洋芋片，以及感恩卡片，學生於體驗活動結束後，可以在〈芋見愛馨〉卡片上寫下想對照顧者說的話，同時也跟大家分享體驗的心得。





113年5月4日 母親節活動暨親子性平教育宣導-讓我們一起好好說話

由本校專輔教師蔡孟芳老師，透過親子活動讓家長了解家中的性平相關迷思、如何帶領孩子一起家事分工、網路危機等，也透過親子共同DIY建立正向互動，分享正向教養知能。



113年6月6日 性平教育宣講-六年級

113年6月12日 六年級2024青少年心理健康校園巡迴講座

透過相關宣講活動，提醒學生性別平等相關知識，尤其是自我保護、危機辨識等，希望再六年級學生畢業以前，能讓他們帶著更多知識與技能迎接下一個學習階段。



(2) 專輔教師

♥ 113年3月至5月 園藝治療、野獸派對高關懷課程

本學期3月至5月期間，邀請鄭心理師到校，於每週一早自習時間帶領中低年級高關懷學生學習情緒覺察、調節等課程，協助學生更加自我認識。

同時也邀請鄒園藝治療師到校，於週五下午時間，帶領中高年級高關懷學生，透過園藝治療課程增加正向人我互動、建立學生自我價值感。



(3) 特教組

♥ 113年6月 六年級特教宣導、升國一特教生轉銜參觀

透過宣導活動，讓學生能更加瞭解特教相關知識，有了解才能更懂得關懷他人、同理他人感受，進而相互友善與包容。

為了讓特教學生更加熟悉下一個學習階段，校內老師帶領畢業生提前到新市國中參訪。

♥ IEP會議、特推會

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。



(4) 資料組

♥ 113年3月至5月 持續推動學習扶助課程

期望結合中央及地方政府、學校及教師的力量，持續實踐學習扶助的願景，讓孩子重拾學習熱情，讓教育的愛與溫暖深植在孩子心中，陪伴他們走向希望的未來。

♥ 113年5月25日 親職教育講座-從性別平權談兒少性剝削防制的家長責任

113年6月8日 親職教育講座-好好聽、好好說，親子溝通不卡關

兩場親職講座分別邀請校外知名講師，來與家長分享親職教養相關知能。

第一場講座透過真實案例分享，讓家長們帶領孩子，在資訊氾濫的世界裡如何正確識讀，做好防護。第二場講座則是如何好好傾聽、好好說話，改善親子關係，也幫助孩子改善人際關係！



(5) 藝才班

♥ 113年4月13日 國小美術類藝才班鑑定

本校設有藝術才能班，配合教育局早期發掘具有美術才能之學生，施予系統之美術教育，以充份發展其美術潛能。透過美術認知及鑑賞活動涵養學生美感情操與健全人格。培養國民小學具有優異美術才能之學生，以奠定我國文化建設所需人才之基礎。



02 迎接暑假 我可以做些什麼？



6月28日就是本學期的休業式了，緊接而來的便是長達兩個月的暑假，這兩個月，我們可以做些什麼呢？利用假期，孩子有更多時間可以學習與接觸不一樣的事物，同時增進自身能力，當然，家長的陪伴也是十分重要的喔！

1. 可以訓練孩子學習做家事、自我照顧。
2. 參加暑假夏令營，接觸與發展感興趣的才藝或技能。
3. 到社區機構或圖書館等，擔任志工，培養「為別人服務」的能力，並體會箇中樂趣；此外，服務學習也是升學條件之一喔！
4. 好好維持正常作息：放假後，可能就會想要晚睡晚起，這樣很容易對身體造成傷害。即使放假了，也請盡量讓孩子早睡早起，並且事先規劃好每天要完成的暑期作業活動安排喔！
5. 運動：世界衛生組織建議運動「533」，頻率每週五次或每週150分鐘以上的運動量；兒童及青少年每天至少60分鐘或每週420分鐘以上。運動不僅能增強身體的生理持續力，更能提升體內免疫力。

6. 留意身體健康：做好勤洗手、戴好口罩、盡量減少前往人多擁擠的地方，維持健康飲食，好好的照顧自己與他人。

7. 務必留意水域安全：夏天到來，玩水消暑、或體驗水域活動時，務必選擇合法地點，小孩應有家長陪同。教育局設置「臺南市水域安全網」，提供適合從事水域活動的開放水域、游泳池及南市府舉辦的水域遊憩體驗活動訊息。

8. 妥善使用3C產品：將數位工具做為教學輔助，已經是許多父母在教養孩子上不可或缺的一環，但在將數位載具等3C產品給孩子使用之前，父母還是要留意，不要被線上遊戲或其他網路娛樂時間佔據全部的生活，而是應該線下、線上取得平衡。同時，也要留意孩子接觸的影音內容是否合宜，給予適當的指導與討論。

祝福每位家長與孩子都能夠度過充實且美好的暑期生活，親愛的家長，您辛苦了！您我的努力，都是為了能許孩子一個更美好的未來。

新市國小與您共同合作！



03 好文分享-

萬名「過曝世代中小學生心理韌性調查」結果

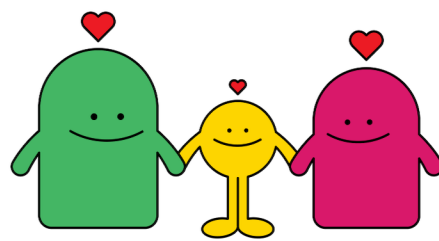
親子天下媒體中心 - 陳奕安

《親子天下》發表過曝世代中小學生心理韌性問卷調查結果，發現逾3成兒少手機一離身就焦慮、每10人有超過3人害怕失敗等兒少現況，顯示心理韌性是這群身處「過曝世代」孩子必備的軟實力。

《親子天下》召集人潘乃欣指出，親子天下於2024年3到4月，針對2008到2013年間出生、現就讀國小五年級到國中九年級的孩子，執行「過曝世代中小學生心理韌性調查」，最終回收全台22縣市共499所校、9,464名學生回填的有效樣本，分析後有以下3大重要發現：

發現1：愈長大愈焦慮！逾3成兒少手機離身就焦慮

有學生在問卷開放題中坦言：「遇到困難時，我最先向手機求救」、「生活中最大壓力來源是手機一直被媽媽沒收」。調查也發現，半數（50%）兒少在社群發文時，在意他人是否按讚、留言；39%學生就連滑手機看到朋友的發文，都會感到焦慮。



值得注意的是，年級愈高，擁有手機的比率、對手機離身的焦慮、對社群發文的焦慮就愈高，即將面臨國中教育會考的九年級生對於「手機離身」的焦慮比例高達43%，重度使用比例也是各年段中最高。



發現2：年紀愈大愈求助無門！近3成學生遇困難找不到大人協助；「同學」是最熱門求助熱線，老師的優先順序在爸爸前面。

回到現實生活來看，校園現場學生無動力學習、「從學習中逃走」問題依舊存在。調查發現，兒少年紀愈大愈不喜歡上學，當學生的壓力也隨年級漸升：全台36%學生覺得「當一個學生壓力好大」。

針對壓力來源分析，會發現56%兒少認為主要壓力來源是學業。最多學生不喜歡的學科中，以「數學」佔比24%比率最高，「英語」則以20%緊追在後；有30%學生表示自己聽不懂上課內容，九年級生聽不懂占比更達41%，形同「教室裡的客人」。

調查同時發現，有61%兒少表示聽不懂課程內容時「不敢主動發問」，而對於整體生活與學習的困境，有28%孩子覺得「找不到大人幫忙」。在找對象求助時，有30%學生優先找同學求救，佔比最高，其次依序是媽媽、老師、爸爸。

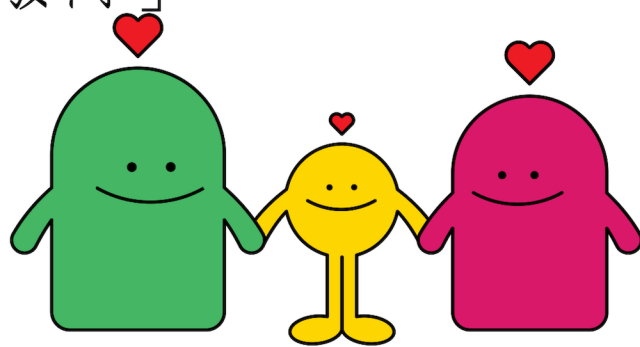


發現3：每10人就逾3人害怕失敗，台灣兒少亟需建立心理韌性

潘乃欣指出，2018年時，評比多國15歲學生的國際學生能力評估計畫（PISA）顯示，台灣名列「害怕失敗」排行榜榜首，時隔6年後，《親子天下》調查發現，仍有33%孩子「因擔心失敗就不嘗試」，正值15歲的九年級生比例更高達41%。

學生是否足夠的學習成就感，以及是否獲得稱讚肯定，是影響心理韌性的關鍵因素。調查結果發現，具以下10大特質的學生「最不怕失敗」：

- 1.「上課聽不懂時，總是敢發問」
- 2.「上課時總是聽得懂」
- 3.「喜歡所有科目」
- 4.「非常喜歡上學」
- 5.「最喜歡的科目是數學」
- 6.「在學校遇到困難，總是有大人可以求救」
- 7.「非常知道自己擅長什麼」
- 8.「在學校遇到困難，總是有同學可以求救」
- 9.「生活中遇到困難，最先向老師求救」
- 10.「表現好時總是被家人稱讚」

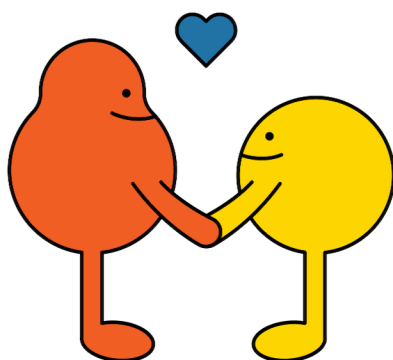


培養心理韌性，為孩子建立安心環境、一起找意義

想培養過曝世代孩子的心理韌性，可以怎麼做？米露谷心理治療體系策略長、臨床心理師陳品皓指出，身處過曝世代，孩子的自我認同容易受到網路世界、人際影響，變得脆弱；家長在陪伴孩子建立自我認同的過程中，可以記得「挫折＝挑戰－意義」的公式，因為決定挫折是否巨大的關鍵，不是挑戰有多大而是意義有多大，陪孩子找到挑戰帶來的學習與意義，孩子自然能找到面對與減少挫折的方法。

陳品皓也提醒，家長會擔心孩子受傷，不由自主想出手協助，但過度擔心可能延伸成為無盡控制的親子關係，因此家長也要反思、看見自己內在的擔心，找到合適的教養步調跟方法。

長期推動 SEL 的臺灣芯福里情緒教育推廣協會創會理事長楊俐容則提醒，情緒教育並非一蹴可及，關鍵時期是3～12歲，家長應與孩子從小一起學習，透過知識累積、技巧學習達成態度改變，幫助孩子找到人生意義跟幸福感。



04 活動預告

新生入學輔導活動

新市國小113學年度一年級新生入學輔導活動，將於113年8月24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！

