

學校名稱：東門國小 年級： 班級：102 姓名：李萱

家庭教育與子女職業教育學習單

在日常生活中心我最常用哪
些方式來對家人表達關
愛？

媽生日我送他生日卡
父生日不見他少送他
生日卡作生日卡

家人有什麼反應？

爸爸一出言說我是笨蛋
媽媽在家人面前是
爸爸是笨蛋

在日常生活中心我做了那件
事情讓父母最放心及開
心？

爸媽我的作業
都完成

我是如何觀察到讓父母開
心？

爸爸媽媽和爸爸媽媽
爸爸媽媽爸爸媽媽
爸爸媽媽爸爸媽媽

自我觀察

父母填寫：

我的孩子有那些生活習慣
值得讚許？(例如：管理好
自己的生、善用金錢，
能自愛自立、避免父母擔心
及主動與父母分享、回饋
父母自己學)

- 會對自己該做的事情負責，不用大人擔心
- 會樂於和家人分享學校和大家相處點滴
- 會把自己的房間整理得很整齊，很有規矩

學生填寫：

我會主動與父母分享自己
生活點滴？

請舉例說明

我爸爸媽媽和爸爸媽媽
爸爸媽媽爸爸媽媽
爸爸媽媽爸爸媽媽

我期待孩子如何表現會更
好？

奕萱有時遇到不如意的事情會
情緒「卡關」，會開始「歎」「哭」，
通常都要讓她情緒冷靜後
才能溝通。希望奕萱對於情緒
的控管與抗壓性可以再更進
步！不要一直執著在哭鬧中。

我有哪些表現希望得到父
母肯定或讚美？但是父母
沒有注意到？

有時爸爸媽媽，我
爸爸媽媽爸爸媽媽
爸爸媽媽爸爸媽媽

學校名稱：東門國小 年級：2 班級：9 姓名：黃 縉

家庭教育～子職教育學習單

在日常生活中心我最常用哪
些方式來對家人表達關
愛？

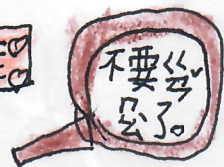
我會用眼睛看小兒說：

喜歡你，用小字畫送家。



家人有什麼反應？

會開心么么我，也會小字畫
起來么么。



好棒

在日常生活中心我做了那件
事情讓父母最放心及開
心？

自己主動完成作業和么么。



我是如何觀察到讓父母開
心？

臉上有笑也說我很么么的
事情。



好棒

自我覺察

父母填寫：

我的孩子有那些生活習慣
值得讚許？(例如：管理好
自己的生、善用金錢，
能自愛自立避免父母擔心
及主動與父母分享、回饋
父母自己所學)

我們的亦縉漸漸成長，能主動表
達自己學習到人事物，談話對
亦縉來說是一點一滴去主動學習的。

我期待孩子如何表現會更
好？

會安排照顧好自己
事情。



學生寫：

我會主動與父母分享自
生點滴？
請舉例說明

我會跟父母分享……
我的好朋友么字
我們喜歡的遊戲、地方。
我今天生的事么和心情。



我有那些表現希望得到父
母肯定或讚美？但是父母
沒有注意到？

我可以勇敢完成一
件事情，以前我都么要別
人陪我。



學校名稱：東門國小

年級：3 年 7 班

姓名：吳 婕

家庭教育~~ 子職教育學習單

在日常生活中我最常用哪些方式來對家人表達關愛？

外公和外婆常常找不到東西，比如：遙控器、眼鏡、髮夾等，我會盡量做好自己該做的事情，不讓大人擔心，做好自己的本份。

家人有什麼反應？

外公和外婆都很開心家裡有我這個小幫手。

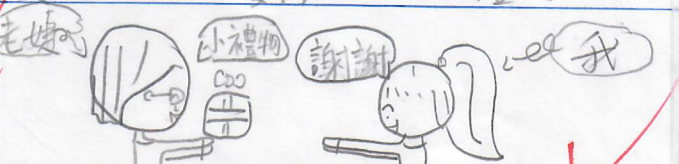
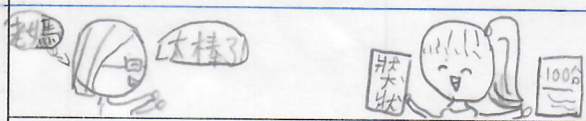


在日常生活中我做了那件事情讓父母最放心及開心？

每次考試有進步或考進前五名得到獎狀。

我是如何觀察到讓父母開心？

老媽會眉開眼笑，會帶我去吃美食，還可以獲得小小的禮物。



自我覺察

父母填寫：

我的孩子有哪些生活習慣值得讚許？

(例如：管理好自己的生活、善用金錢，能自愛自立避免父母擔心及主動與父母分享、回饋父母自己所學)

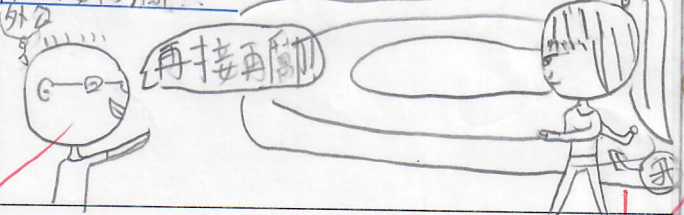
從來不會要求要買東西，知道只有媽媽再賺錢，會珍惜所買的物品，不會浪費。

學生填寫：

我會主動與父母分享自己生活點滴？

請舉例說明

每天放學後，我會馬上和外公外婆分享今天在學校的趣事，例如：今天上體育課，我跑操場都會氣喘吁吁、上氣不接下氣，外公都會叫我再接再厲。

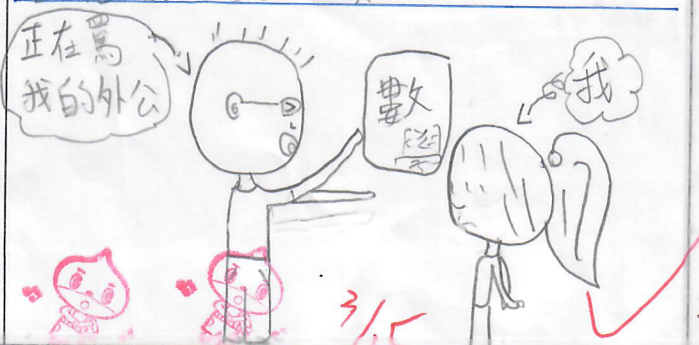


我期待孩子如何表現會更好？

希望在学校能和同學好好相處，能尊重每一個不同個性的孩子，有能力時能幫助別人，會熱心友愛同學。

我有哪些表現希望得到父母肯定或讚美？但是父母沒有注意到？

每次寫學習單時，我明明都全力以赴了，但是還是有不會的地方，外公都會說我不夠認真。



家庭教育~~ 子職教育學習單

在日常生活中我最常用哪些方式來對家人表達關愛？

日常生活我最常用寫卡片的方式來對家人表達關愛，因為家人常常很忙，所以用寫卡片的方式可以快速表達關愛。

家人有什麼反應？

我的家人看到我寫的卡片非常開心又很驚訝，因為我寫的卡片都是手工的有時候是立體的，有時候是雙層的每次都不一樣。

在日常生活中我做了那件事情讓父母最放心及開心？

在日常生活中我會幫忙照顧弟弟、小狗、幫忙做家事，讓父母最放心及開心。

我是如何觀察到讓父母開心？

我知道父母很開心，因為父母知道後就會說我很乖，也會稱讚弟弟很聽話不會頂嘴，所以我知道父母很開心。

● 自我覺察

父母填寫：

我的孩子有哪些生活習慣值得讚許？
(例如：管理好自己的生活、善用金錢，能自愛自立避免父母擔心及主動與父母分享、回饋父母自己所學)

品頤會保管好自己的物品，且愛物惜物，不會輕易讓書本或文具遺失或損壞。當提醒生活注意事項時，也能記在心中並落實其中，令人欣慰。

學生填寫：

我會主動與父母分享自己生活點滴？
請舉例說明

我每主動與父母分享自己生活點滴，例如：我下課時老師會叫我們跑操場三圈，跑完三圈操場後我會回教室集合跟同學一起玩「警察抓小偷」。

我期待孩子如何表現會更好？

品頤很在意自己的表現，但總有些事情仍有進步空間。若得失心能看輕一些、嘗試新事物的勇氣可以多一些，生活肯定可以更添樂趣的！不怕輸、不怕摔、不怕運氣差，生活才會多采不同風采。

我有哪些表現希望得到父母肯定或讚美？但是父母沒有注意到？

我如果表現好的話父母就會讚美我，就算父母沒有給我禮物我還是覺得我有得到父母的肯定，而且這是我該做的。

學校名稱：東門國小

年級：4 年 6 班

姓名：

廖 楚

家庭教育~~ 子職教育學習單

在日常生活中我最常用哪些方式來對家人表達關愛？

我常用語言和擁抱家人來表達關愛，就像我每天都會和家人互道晚安，擁抱對方，安心入睡。

在日常生活中我做了那件事情讓父母最放心及開心？

只要我放學回到家就認真的把作業寫完，碗也洗好，而且沒有和姐姐一直吵架，媽媽就會很放心。

家人有什麼反應？

媽媽會溫柔回應我一聲晚安，慈愛的摸摸我的頭後，站起來走出房門，還不忘輕輕的說一句「愛你！」，才依依不捨的緩緩離開。

我是如何觀察到讓父母開心？

媽媽看到我這樣，就會稱讚我很乖，而且臉上會浮現少有的欣慰微笑，使家裡洋溢著幸福的感覺。

自我覺察

父母填寫：

我的孩子有哪些生活習慣值得讚許？

(例如：管理好自己的生活、善用金錢，能自愛自立避免父母擔心及主動與父母分享、回饋父母自己所學)

自律性佳：主動完成份內功課及家事。

樂在閱讀：能安靜專注享受閱讀樂趣。

善於分享：能主動分享所見所聞，想或心情。

學生填寫：

我會主動與父母分享自己生活點滴？

請舉例說明

我會告訴父母我在學校發生的趣事，還有我學了什麼特別的知識，以及對於每件事的想法，也會告訴他們我和同學之間的相處情形。

我期待孩子如何表現會更好？

- 持續保持良好生活習慣，並樂在學習吸收新知，加深加廣。
- 加強融入團體生活，學習待人接物，激發不同火花。
- 培養抗壓性及好EQ。

我有哪些表現希望得到父母肯定或讚美？但是父母沒有注意到？

我曾經在媽媽去上班時，幫忙把書整理好，桌面也收拾乾淨，可是回家後媽媽卻沒有注意到我把東西都整理過一遍了，使我心中有一點挫折。

學校名稱：東門國小

年級：4年8班

姓名：謝潔

家庭教育~~子職教育學習單

在日常生活中我最常用哪些方式來對家人表達關愛？幫忙按摩，跟他們說工作一天辛苦了，我覺得我最大的表達關愛方式是不跟姐姐吵架。

家人有什麼反應？家人很欣慰，覺得很舒服，服可以把所有煩惱通通拋在腦後面。

在日常生活中我做了那件事情讓父母最放心及開心？我從二年級開始學會自己買早餐，讓爸媽放心是因為離很近，我很開心是因為我變得更獨立了。

我是如何觀察到讓父母開心？當我買早餐回來時，媽媽就會說謝謝你，辛苦了！

自我覺察

父母填寫：

我的孩子有哪些生活習慣值得讚許？（例如：管理好自己的生活、善用金錢，能自愛自立避免父母擔心及主動與父母分享、回饋父母自己所學）

買東西時，不會害怕年紀比自己大的店員，勇於發問，主動性強，姊妹睡不著時，願意陪她聊天聊到一起睡著。（體貼人心）

學生填寫：

我會主動與父母分享自己生活點滴？請舉例說明

會，我常跟媽媽說我在學校發生的一些事情，像是我今天不舒服，或著今天我做了什麼事，得到獎勵等等，然後，媽媽就跟我說她在工作上發生的事。

我期待孩子如何表現會更好？

期待孩子更加重視“金錢觀念”，好好珍惜所擁有的物品，自動自發，有生活及學習的目標。

我有哪些表現希望得到父母肯定或讚美？但是父母沒有注意到？

沒有，我覺得爸媽對我很好，該讚美的時候，都會先讚美我，有時候甚至會給一些小獎勵呢！我的父母對我非常好。

學校名稱:東門國小 年級: 5 班級: 5 姓名: 洪金廷

家庭教育~子職教育學習單

在日常生活中我最常用哪些方式來對家人表達關愛?

我會在家人須要幫助時給予他們幫助來表達自己的關愛。

家人有什麼反應?

除了口裡說謝謝以外,臉上還露出既開心又充滿謝意笑容。

在日常生活中我做了那件事情讓父母最放心及開心?

我只要在晚上9點以前把當天的作業與該做的事情都做完,再用剩下的時間來做家事和閱讀,就會讓父母最放心及開心。

我是如何觀察到讓父母開心?

我都從父母的行為表態來得知他們的情緒,例如如果他們讓我打電動的話,表示心情不錯,如果他們幫我增加電動時間的話,表示心情非常好。

● 自我覺察

父母填寫:

我的孩子有哪些生活習慣值得讚許?
(例如:管理好自己的生活、善用金錢,能自愛自立避免父母擔心及主動與父母分享、回饋父母自己所學)

假日會自動把自己房間的地板拖乾淨。

幫忙去5F收衣服。

每週去診所拿號碼

學生寫:

我會主動與父母分享自己生活點滴?
請舉例說明

每次放學後,媽媽來接我回家的路上,我都跟她分享學發生的事,雖然有時候她都沒在聽。

每當爸爸下班回家時,我都會告訴他一些在學校發生且他可能比較想知道事情。

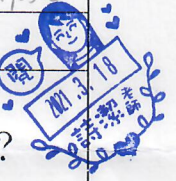
我期待孩子如何表現會更好?

主動一起維持家務。

對哥哥及妹妹更加寬容,不用都太認真他們的挑釁!!

我有哪些表現希望得到父母肯定或讚美?但是父母沒有注意到?

我希望父母能看到我從一年級的邊緣人到現在人氣在班上可能接近中間偏高的狀態中,我做了多少努力與改變,我想得父母對我人際方面的肯定。



學校名稱:東門國小

年級:六

班級:603

姓名:吳巨

家庭教育~子職教育學習單

在日常生活中我最常用哪些方式來對家人表達關愛?

我會幫家人按摩或跟他們談心,聊天會讓我心情變更好,也可以增加我們的感情,真的是一舉兩得!



Make a Wish !!

家人有什麼反應?

他們臉上會露出大大的微笑,就好像在表示我做得很好,我長大了!



在日常生活中我做了那件事情讓父母最放心及開心?

只要在生活中我把一件事做好,並且不需要別人催促,爸爸媽媽就會感到放心及開心。

PLANET



我是如何觀察到讓父母開心?

當爸爸媽媽稱讚我或臉上露出微笑時,我就會知道他們對我做得事情很滿意,他們很開心。



● 自我覺察

父母填寫:

我的孩子有哪些生活習慣值得讚許?
(例如:管理好自己的生活、善用金錢,能自愛自立避免父母擔心及主動與父母分享、回饋父母自己所學)

吳巨自主管理能力很強,常常不用父母擔心,是個很棒的孩子! 她非常感恩的,媽咪很感謝她,讓媽咪少了一些許煩惱。❤️

學生寫:

我會主動與父母分享自己生活點滴?
請舉例說明

只要我在學校發有趣或驚奇的事情時,我就會告訴爸爸媽媽,並且告訴他們我對這件事情的看法或想法,他們也會耐心的把我的話聽完,並且給我一些意見。



我期待孩子如何表現會更好?

希望吳巨放鬆心看待一切,不要讓自己課業壓力如此沉重,能自愛自立,管理好自己,才是最重要的一門功課,媽咪愛你。❤️

我有哪些表現希望得到父母肯定或讚美?但是父母沒有注意到?

我沒有什麼表現希望得到父母的肯定或讚美,我只要認真、努力,爸爸媽媽就會讚美我,所以我不需要希望得到,我自然就會得到了。

EXERCISE



學校名稱:東門國小 年級:609 班級:07 姓名:張峰

給
有
個
用
讚
心

家庭教育~子職教育學習單

在日常生活中我最常用哪些方式來對家人表達關愛?

我會以「擁抱」來對家人表達關愛。
兒子呀~~~~ 吧拔~~~~



家人有什麼反應?

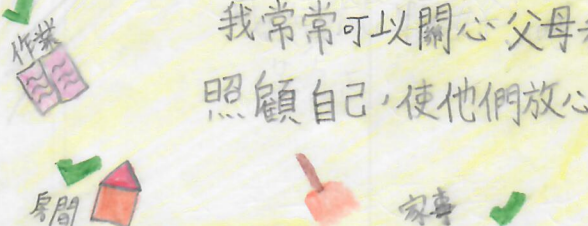
他們都會緊緊抱著我。
Tight



good!

在日常生活中我做了哪件事情讓父母最放心及開心?

我常常可以關心父母和照顧自己,使他們放心。
作業 房間 家事



我是如何觀察到讓父母開心?

從表情、動作都可以觀察出來。

很開心 超開心 非常開心



開 110.2.22 張峰

自我覺察

父母填寫:

我的孩子有哪些生活習慣值得讚許?
(例如:管理好自己的生活、善用金錢,能自愛自立避免父母擔心及主動與父母分享、回饋父母自己所學)

對於課業自動自發,從不需父母提醒或擔心,對於金錢花費也從不浪費,會主動分享生活趣事。



學生寫:

我會主動與父母分享自己生活點滴?
請舉例說明

我會,例如說我常常在晚餐後跟媽媽分享自己在學校裡發生的趣事。



我期待孩子如何表現會更好?

希望可以更獨立自主!



我有哪些表現希望得到父母肯定或讚美?但是父母沒有注意到?

我有一些「勇敢的表現,真的很希望受父母讚美,雖然他們都沒發現。

