

自編家庭教育課程教材 或設計教學活動

家政



家暴相關新聞



如果你是路人，你會不會插手管這件事

YES

NO



如果你是其他家人，你會不會插手管這件事

YES

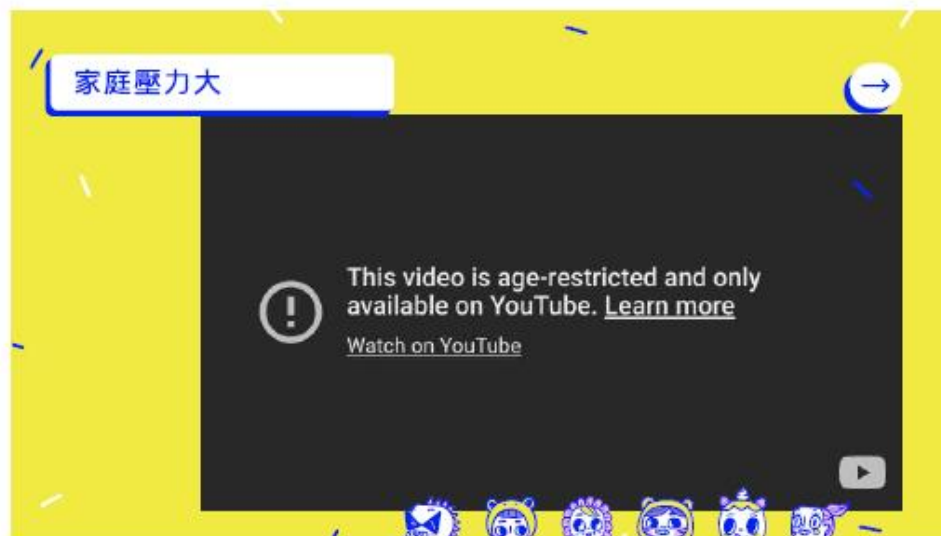
NO



思考

這位男童會產生什麼陰影?





思考
面對壓力，你是
怎麼處理的？



思考
如果今天你
成為媽媽，
你會使用什
麼教養方式？

民主、權威、溺愛(放任、過度保護)、
忽視及不一致型



新北國中 少年命案



如果你是覺得被欺負了，你會請乾哥插手嗎？

YES

NO



如果你是同學，平時看到那位少年有帶刀
會告訴老師嗎？

YES

NO



思考

想想看這位乾
妹的家庭什麼
狀況？才讓乾
妹行為與人不
同

新北國中 少年命案



補充議題：死刑廢不廢



一命還一命？
死刑後，然後呢？
想想看你對死刑的想法...



原生家庭的影響固然很重要
不將錯誤合理化
自己的生命將由自己掌握

為什麼要學習？

韌力根性

成熟應對

社會適應力

飲食文化

臺灣節慶
風俗民情
家鄉美食
異國美食
用餐禮儀

Today
is a fresh
START

GOALS

飲食文化

家庭衝突

TODAY
is a fresh
START

BE KIND
TO YOUR
MIND

臺灣節慶



TAIWAN

風俗民情

由過年活動帶入課程

分享家庭相聚重要時刻

介紹台灣在地重要節慶

介紹台灣新興重要節慶

資料查找 各節慶的歷史背景



飲食文化

- ✓ 臺灣節慶
- ✓ 風俗民情
- 家鄉美食
- 異國美食
- 用餐禮儀



臺灣節慶



TAIWAN

風俗民情

由**過年活動**帶入課程

分享家庭相聚**重要時刻**

介紹台灣**在地重要節慶**

介紹台灣**新興重要節慶**

資料查找 各節慶的**歷史背景**

教學策略

情境問答

閱讀文本

資料查找

正月調

初一早、初二早（巧）
初三暍到飽、初四接財神、
初五隔開、初六是挹肥（工作）
初七七元、初八完全..... /

飲食文化



臺灣節慶



風俗民情

家鄉美食

買國美食

用餐禮儀



臺灣節慶

風俗民情



分享最愛的**家鄉/異國美食**：

料理名稱

料理由來

最愛的原因

食譜設計與製作

手作-**烹飪**：

1.魚料理

2.越南春捲

教學策略

資料查找

手作食譜

實作烹飪

飲食文化

臺灣節慶

風俗民情

✓ 家鄉美食

✓ 異國美食

用餐禮儀



家鄉美食

異國美食

分享最愛的**家鄉/異國美食**：

料理名稱

料理由來

最愛的原因

食譜設計與製作

手作-**烹飪**：

1.魚料理

2.越南春捲



飲食文化

臺灣節慶

風俗民情

✓ 家鄉美食

✓ 異國美食

用餐禮儀





基本餐桌禮儀

國外餐桌禮儀

西餐**餐具擺放**與使用
西餐**口布**





用餐禮儀

基本餐桌禮儀

國外餐桌禮儀

西餐**餐具擺放**與使用

西餐**口布**

教學策略

講述教學

實作-口布

餐具擺放遊戲

飲食文化

臺灣節慶
風俗民情
家鄉美食
異國美食
用餐禮儀



家庭階段

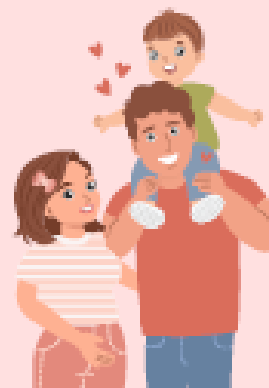


家庭事件

挑戰與解決

認識**家庭發展歷程**

各階段家中角色任務

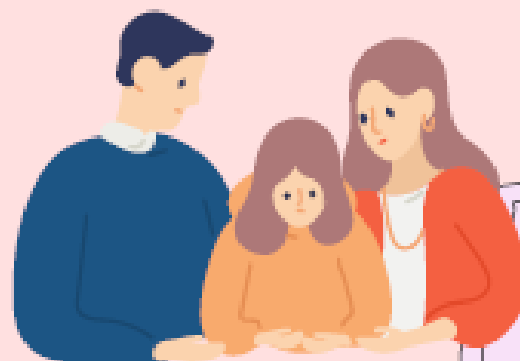


蒐集**家庭問題事件**

分析須解決議題

統整面臨的問題/衝突類別

ex.子女教養、家庭經濟、家務
分工.....

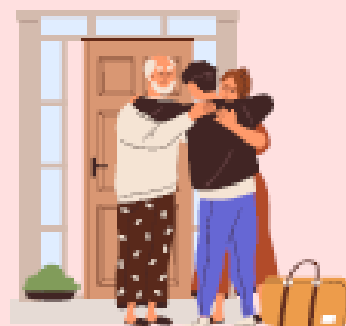


家庭衝突

衝突好好說

面對壓力-了解壓力-管理壓力

達到平衡狀態、脫離危機



家庭階段
家庭事件
挑戰與解決
家庭光譜



家庭衝突

家庭階段
家庭事件
挑戰與解決
家庭光譜

BE KIND
TO YOUR
MIND

家庭階段



家庭事件

挑戰與解決

認識**家庭發展歷程**

各階段家中角色任務

蒐集**家庭問題事件**

分析須解決議題

統整面臨的問題/衝突類別

ex.子女教養、家庭經濟、家務
分工.....

衝突好好說

面對壓力-了解壓力-管理壓力
達到平衡狀態、脫離危機

教學策略

講述教學

了解家庭發展階段的任務與挑戰，
方能正向面對家庭的轉變。
探討與分析家庭問題解決之道，思
考如何盡己之力改善家庭問題。

情境分析

發表報告



家庭光譜

觀察**家庭樣貌**

覺察家人的**角色意義**與責任

蒐集**社會調查數據**

分析**人口變遷**及**文化多元性**的趨勢

反思**社會變遷**對自身及家庭組成所造成的影響

人口外移



台灣近5年人口外移地圖

2018年至2022年第3季每季社會增加率平均值

人口外移最多

台北市信義區	-5.04%
台北市大安區	-5.34%
台北市松山區	-5.19%
台北市中山區	-5.11%
台北市萬華區	-5.02%

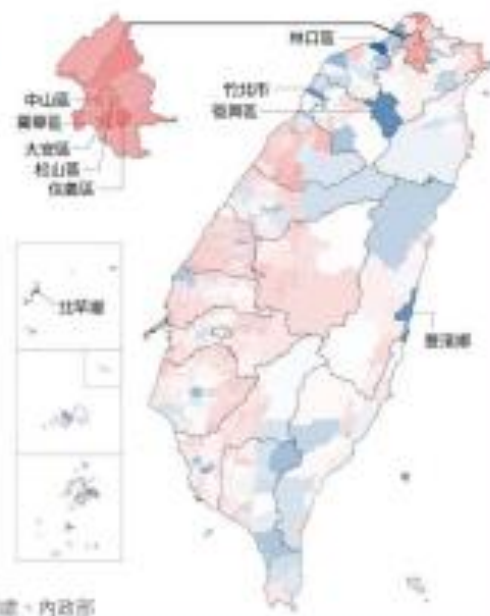
人口遷入最多

新竹縣全縣	+15.32%
新北市林口區	+8.46%
桃園市復興區	+6.28%
花蓮縣瑞穗鄉	+6.02%
新竹縣竹北市	+5.76%

社會增加率(%)
社會增加人口數/人口數



資料來源：主計總處、內政部



家庭衝突

家庭階段
家庭事件
挑戰與解決
✓ 家庭光譜

家庭光譜

觀察**家庭樣貌**

覺察家人的**角色意義**與責任

蒐集**社會調查數據**

分析**人口變遷**及**文化多元性**的趨勢

反思**社會變遷**對自身及家庭組成所造成的影響



教學策略

講述教學

牌卡運用

情境分析

「我家是個動物園」

動物 特質 原因

角色意義 角色責任

家庭衝突

家庭階段

家庭事件

挑戰與解決

✓ 家庭光譜

《MOVE TO HEAVEN: 我是遺物整理師》



當家屬面對過世親人的遺物時，會有許多不同的情緒表現自己，
也透過整理遺物的過程，回憶過往
並向過世的親人好好表達在生命中能夠遇見彼此的感謝與想念，
並做最後的告別。

一、請問妳看待「死亡」的感受是什麼？
(可多用形容詞或是一段話描述)

害怕、擔心、驚恐

二、人生經驗中有沒有遇過家人去世的經驗？如果有請描述當下的心情以及現在的心情變化？如果沒有？請試想看看你會有什麼情緒產生？

有；雖然不是很親，但多少還是會難過

三、如果有機會讓妳提早整理自己的遺物，妳最想收藏的是哪三件遺物？而每一個遺物所代表的意思或故事是什麼？

眼鏡、手機、衣服

用這副眼鏡看了許多事物
妳的回憶相片、影片
有My味道、彷彿我還在

very good!

四、死亡或是分別前，往往都來不及把該說的話說完，若今天妳將好好跟一位人物道別，妳會選誰？想跟她說些什麼呢？

爸、媽、奶、好friend

我要離開這個世界了，我們都會難過，捨不得，但為了我，日子還是要好好過，想我的話就看天上的星星，我會一直守護你們的~

《MOVE TO HEAVEN: 我是遺物整理師》



當家屬面對過世親人的遺物時，會有許多不同的情緒表現自己，
也透過整理遺物的過程，回憶過往
並向過世的親人好好表達在生命中能夠遇見彼此的感謝與想念，
並做最後的告別。

一、請問妳看待「死亡」的感受是什麼？
(可多用形容詞或是一段話描述)

很可怕，很難過

二、人生經驗中有沒有遇過家人去世
的經驗？如果有請描述當下的心情以
及現在的心情變化？如果沒有？請試
想像看看你會有什麼情緒產生？

很難接受

三、如果有機會讓妳提早整理自己的遺物，妳最
想收藏的是哪三件遺物？
而每一個遺物所代表的意思或故事是什麼？

- 1 最愛用東西
- 2 最常用東西
- 3 別人送的東西

四、死亡或是分別前，往往都來不及把該說的話說完，
若今天妳將好好跟一位人物道別，妳會選擇誰？
想跟她說些什麼呢？

阿公、爸爸
幫我做衣服
幫不起

《MOVE TO HEAVEN: 我是遺物整理師》



當家屬面對過世親人的遺物時，會有許多不同的情緒表現自己，
也透過整理遺物的過程，回憶過往
並向過世的親人好好表達在生命中能夠遇見彼此的感謝與想念，
並做最後的告別。

一、請問妳看待「死亡」的感受是什麼？
(可多用形容詞或是一段話描述)

孤單、可怕

二、人生經驗中有沒有遇過家人去世
的經驗？如果有請描述當下的心情以
及現在的心情變化？如果沒有？請試
想像看看你會有什麼情緒產生？

沒死過
會很難過，我不死

三、如果有機會讓妳提早整理自己的遺物，妳最
想收藏的是哪三件遺物？
而每一個遺物所代表的意思或故事是什麼？

衣服 因為是從小到大
給我的家人
信 因為信是陪伴我們成長的

四、死亡或是分別前，往往都來不及把該說的話說完，
若今天妳將好好跟一位人物道別，妳會選擇誰？
想跟她說些什麼呢？

爸爸 謝謝您的陪伴 一路我走了許多路
阿媽 謝謝您的照顧 讓我長大了

《MOVE TO HEAVEN: 我是遺物整理師》



當家屬面對過世親人的遺物時，會有許多不同的情緒表現自己，
也透過整理遺物的過程，回憶過往
並向過世的華人好好表達在生命中能夠遇見彼此的感謝與想念，
並做最後的告別。

一、請問妳看待「死亡」的感受是什麼？
(可多用形容詞或是一段話描述)

二、人生經驗中有沒有遇過家人去世的經驗？如果有請描述當下的心情以及現在的心情變化？如果沒有？請試想想看你會有什麼情緒產生？

1. 有 2. 苦惱, 痛苦

三、如果有機會讓你提早整理自己的遺物，你最早收藏的是哪三件東西？

而每一個這物所代表的意義或故事是什麼？

1. 從小到大的東西 ^{回憶} 照片、娃娃、衣服、平安符、書。

2. 兒時、童話、童話所代表的意義是長大後兒時記憶的象徵。

兒國跟大人們所代表的意見，
是相反的。從前，
事經成立，
利。

四、死亡或是分別前，往往都來不及把該說的話說完，若今天妳將好好跟一位人物道別，妳會選誰？
想跟她說些什麼呢？

第 1 章 虽然你不在，其实就走走了，我有
 很多话想说给你听。小时候，我总是
 想和你在一起，想和你吃好吃的，想和你
 去玩。现在，你走了，我才知道，原来你
 一直都在我身边。

【题文】(1) 一直角三角形的三边长分别为 3, 4, 5, 其中斜边上的高为 h, 则 h 的值为 _____。

《MOVE TO HEAVEN: 我是遺物整理師》



當家屬面對過世親人的遺物時，會有許多不同的情緒表現自己，也透過整理遺物的過程，回憶過往並向過世的親人好好表達在生命中能夠遇見彼此的感謝與想念，並做最後的告別。

一、請問妳看待「死亡」的感受是什麼？
(可多用形容詞或是一段話描述)

臨泉

二、人生經驗中有沒有遇過家人去世的經驗？如果有請描述當下的心情以及現在的心情變化？如果沒有？請試想看看你會有什麼情緒產生？

始！因为我和她没有熟
她也不方喜欢我，所以没什么
情绪。

三、如果有機會讓你提早整理自己的遺物，你最想收藏的是哪三件遺物？

而每一個遺物所代表的意義或故事是什麼？

照全福有比廣的意
山一山有有人
山一山有有人

此乃一
人

四、死亡或是分別前，往往都來不及把該說的話說完，若今天妳將好好跟一位人物道別，妳會選誰？想跟她說些什麼呢？

Y 会!
 谢! 你把我照顾到大, 我的孩子,
 送你一首诗, 献给你。

謝！你把我照顧到文，我的親身，
讓你受苦了，我愛你。

1 壓力討論與比擬

2 壓力診療室

3 練習



壓力怎麼這麼大

壓力診療室



你是「挖哩勒」診所的心理獅，具有十年的工作經驗，近幾年因家庭因素決定從海外回來自立門戶開設「挖哩勒」，你專攻壓力調解，擅長將個案的壓力事項給予回應與解套方式，今天你的個案將自己的困惑寫在紙條上希望你能給他一些意見……

生活中的性與性別

1. 性別特質

2. 玫瑰少年

3. 職業中的性別差異

我的特質	屬性	
生理性別－我生下來是	雄	雌
性別認同－我覺得我是	男生	女生
性別氣質－我看起來像	陽剛	陰柔
性傾向－我喜歡的是	女生	男生

2014年50種，2016年54種

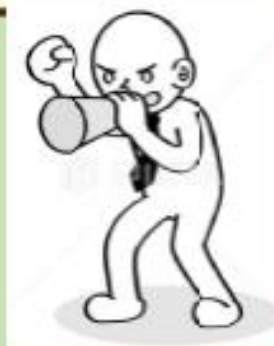
一起談情說愛吧

1. 我的情感樣態

2. 我的感情曲折圖

3. 記憶猶新的那件事

4. 我們的回憶故事館



性教育

愛的進行曲

愛情發展流程圖



2-1-1



疾病管制局



杏林基金會

親密關係(?) 親密關係(?) 親密關係(?)

約會 → 戀愛(固定對象) → 結婚

2-1-3



從生涯發展及人際發展的觀點
談適宜的兩性交往：

※情感關係發展：循序漸進、由淺而深

※個人價值觀、規範的不同：

對親密性行為的接受度個別差異

※人際關係原則：尊重、關懷、平等互惠



疾病管制局



杏林基金會

躲在螢幕背後的人是誰？- 青少年網路交友詐騙



小旭，14歲的我和Sugar Daddy

螢幕背後的人是誰？小心，你的私密照正在外流

高中那年，我的私密照外流之後．．．

兩位少女的網路交友周記

自我中心

19.3

肢體暴力

17.8

金錢掌控不當

14.1

疑心病重

10.1

藥物或酒精成癮

8.8

恐怖情人

Top
10

徵兆
排行

<< 回選單

請直接點選文字



10大恐怖情人徵兆(07:05)

情緒容易失控

6.8

有自殘習慣或紀錄

6.3

生活圈狹窄

6.0

佔有慾強

5.8

隨時掌控行蹤

5.2

她用自由換來一部保護家庭所有人的法律
——鄧如雯案



刀揮婦少 虐凌期長堪不

凶行手下忍可無忍 嚇恐及打毆後酒夫文遭常稱供首自犯嫌

【本報訊】一名市南區女子鄧如雯，因長期遭受丈夫文酒之虐待，於十月廿九日，在文酒酒醉後，持刀將其殺死。警方接報後，迅速趕到現場，將鄧如雯逮捕。據悉，鄧如雯在案發前，曾多次向警方求助，但均無果。警方在案發後，對鄧如雯進行了心理輔導，並對其進行了法律教育。鄧如雯在供詞中表示，她之所以殺死丈夫，是因為她無法忍受丈夫的長期虐待。她表示，丈夫經常打她，並威脅要殺死她。她感到恐懼，最終決定採取行動。警方表示，他們將對此案進行進一步調查，並對鄧如雯進行法律處理。

事件的新聞報導 (Source: 中國時報報導 1993 年 10 月 29 日)

在走到「殺夫」這條路以前，鄧如雯到底歷經了什麼？

鄧

如雯案是1993年台灣社會一件重大刑案，鄧如雯因為長期受暴、父母手足及子女受其丈夫長年生命威脅、暴力對待甚至性侵，最終鄧如雯殺死丈夫。在案件審理過程中，因為婦女團體的聲援與倡議，鄧如雯成為台灣家庭暴力防治立法契機，亦促成日後的民法、性侵害防治法、家庭暴力防治法的修訂與成立。是台灣1990年代的重大婦女運動議題。

食鹽知味的暴力與控制

安全分手

分手四部曲-1：
我所交往的人是
理想情人還是恐
怖情人？

好聚

分手四部曲-2：要
跟恐怖情人分手，
我該做哪些準備和
沙盤推演？

你如何看待這些
「分手暴力」事件？
請參考分手四部曲
要領，思考分手處
理的方法。

分手四部曲
-4：分手後
如何調適情緒？
如果對方反悔又
要聯絡我該如何
因應？

好散

分手四部曲-3：
我跟對方協商分手
的時間、地點和陪
同者的選擇？

附件2-5-3學習單



社會福利司



台灣基金會

衛福部

安全提分五步驟

擇

慎擇分手
時間地點

告

告知友人
必要陪同

靜

平靜提出
避免激怒

淡

冷淡對應
避免牽扯

報

持續騷擾
向警報案

如何跟分手(m3-50)

性騷擾 / 性侵害的自我防護

性騷擾的樣貌



疾病管制局



杏林基金會

● 刑法第227條：妨礙性自主罪



疾病管制局



杏林基金會

本學期性教育選書



十大章節，十大角色

01	02	03	04	05
 陰影	 月經	 陰莖	 性/別	 愛情
06	07	08	09	10
 性表達	 性暴力	 性圖畫	 性病	 生育

性傳染病



1. 了解性病的特質及傳播方式，體會保護自己健康免於性病威脅的重要性



1. 建立防治性病的正確觀念、態度，採取較安全性行為
2. 運用健康自主管理來規畫對自己性與愛的發展

潛衣裡的毒藥 性傳染病的傳染



本學期性教育助教



未成年懷孕

01

建立正確避孕與優生保健態度，學習採用安全、有效的避孕



03

未成年懷孕生養規劃，中止懷孕、奉子成婚、留養、出養



02

了解懷孕的過程、徵兆與孕期保健、生產過程及後續醫護的重要性



04

1. 小媽媽小爸爸的天空
2. 學習尋求社會資源協助



性生理發展與健康



男女性性器官之認識及錯誤觀念的澄清。(含生殖系統的疾病預防)

青春期前後身心變化之比較/自我身體心像的檢視

性價值觀

多元家庭模式

1. 認識多元的家庭型態
2. 透過認識各種家庭型態，反思家庭的意義，從中體會家庭重要的價值

性別光譜

1. 認識性別光譜
2. 理解與尊重與自己不同的人，減少歧視與霸凌

性剝削

1. 討論愛與性的異同
2. 宣導性與愛無法被交易

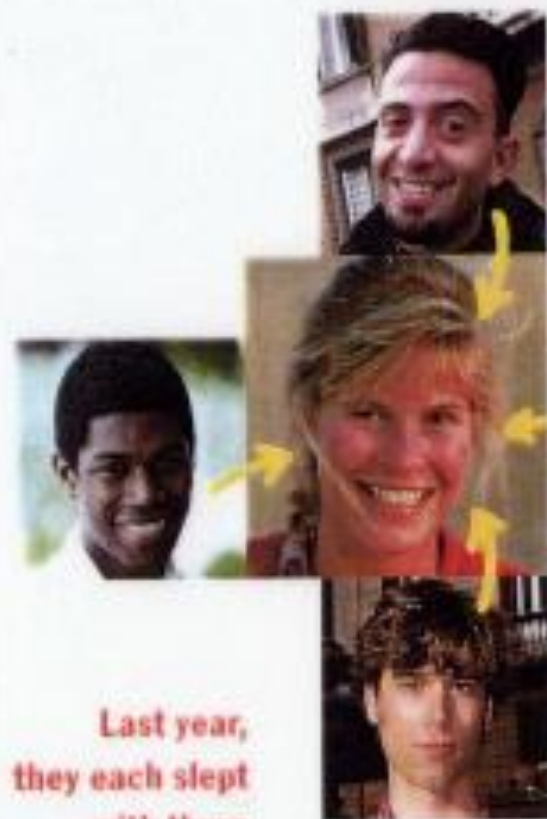


莎麗和麥克昨晚發生性行為—
關我什麼事...?

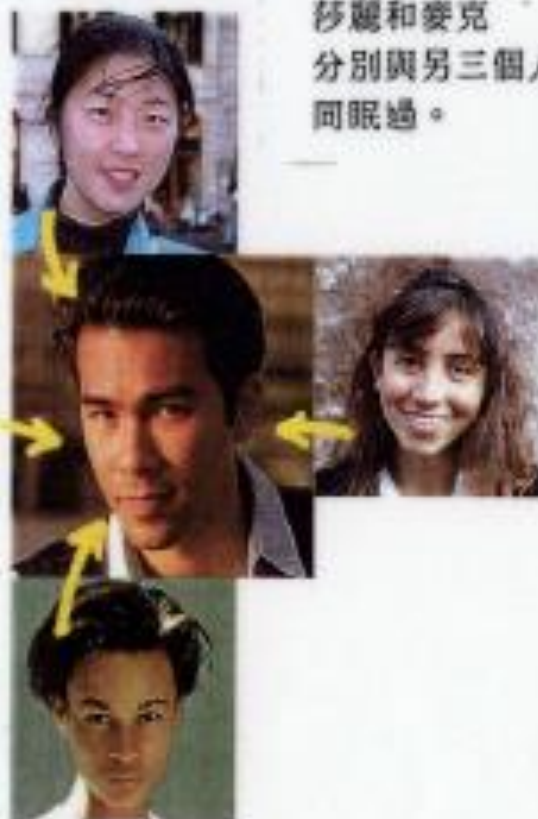


沒事嗎?





Last year,
they each slept
with three

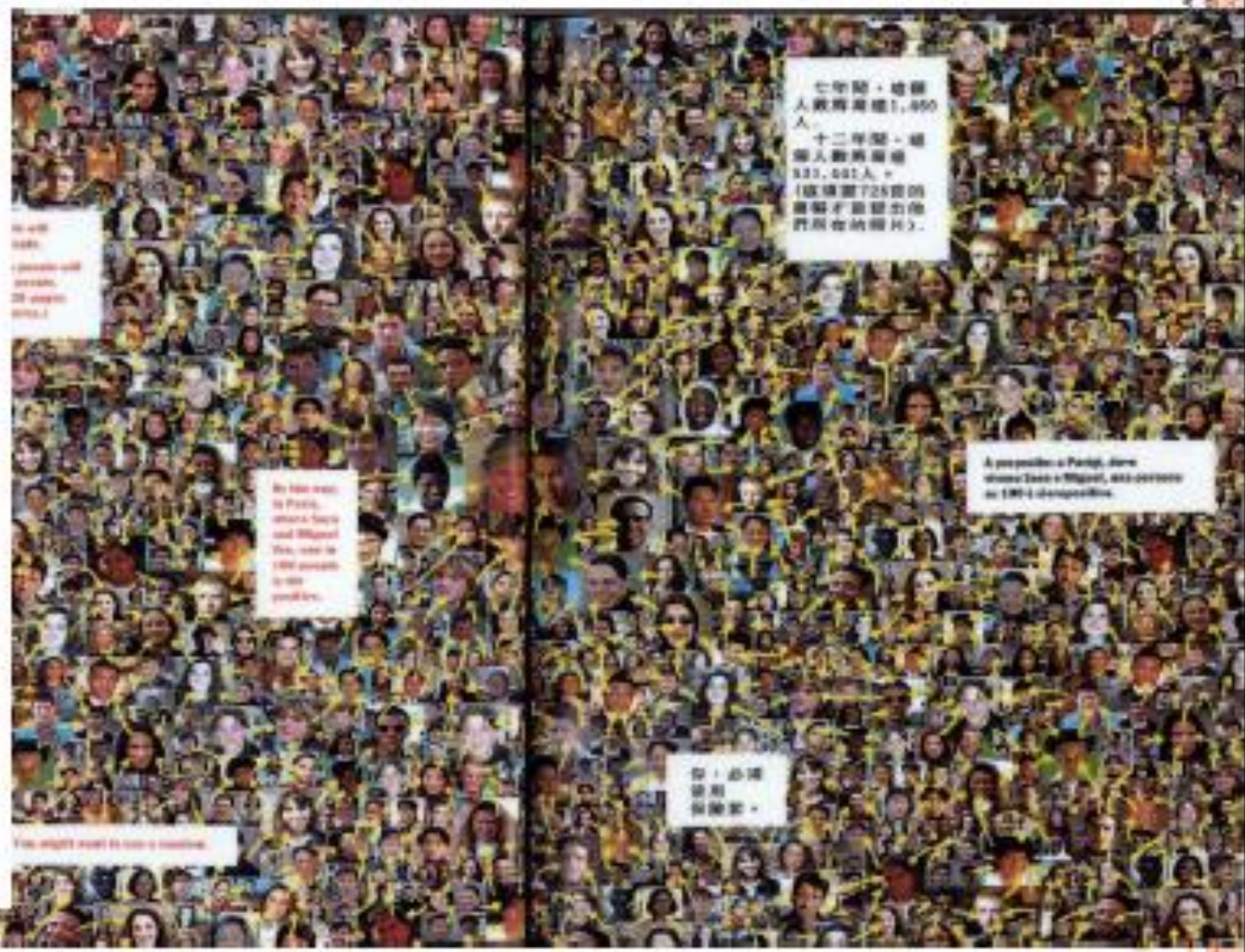


莎麗和麥克
分別與另三個人
同眠過。

真的沒事嗎？



再想想 真的沒事嗎？



七年前，維多利亞人
數將高達1,450
人。
十二年前，維
多利亞人將
高達1,451人。
(根據725頁的
維多利亞人
數目表。)

À propos de Paris, dire
qu'il y a 100 personnes
à 100 personnes.

你，必須
思考。
你，必須
思考。

It will
take
100 years
to reach
100 years.

It will take
100 years
to reach
100 years.
It will take
100 years
to reach
100 years.

You might want to see a movie.

避孕方法千百種！你較合適那一種？



口服避孕藥



子宮內置孕器



保險套



男性避孕



女性避孕

拿手絕套七式 保險套使用說明



看



撕



擠



扭



套



取



丟



附件3-5-3(2)影片

正確判別是否懷孕

生育年齡 + 月經週期正常 + 有性行為的婦女

月經延遲兩週以上
就有
可能是懷孕了

孕期前幾週徵兆並不明顯



台灣衛教網



台灣衛教網

健康身體
生命的誕生、成長、老化與死亡
The Lifespan Developmental Perspective

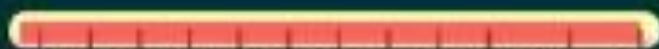
生命的開始

胚胎成長



第 38 週

胎兒體態快速增加，皮下脂肪增厚，出生時體平均體重3500公克，
50公分，頭部位置開始下轉，準備出生。



第1週 第2週 第3週 第4週 第5週 第6週 第7週 第8週 第9週 第10週 第11週 第12週 第13週 第14週 第15週 第16週 第17週 第18週 第19週 第20週 第21週 第22週 第23週 第24週 第25週 第26週 第27週 第28週 第29週 第30週 第31週 第32週 第33週 第34週 第35週 第36週 第37週 第38週

受暴者畫像

自畫像總是美肌開到最大，那受暴者的樣貌會是...

家暴防治
霸凌議題

8堂課

學習目標：
學習同理心，理解他人認知、感受，
並做出善意行動。



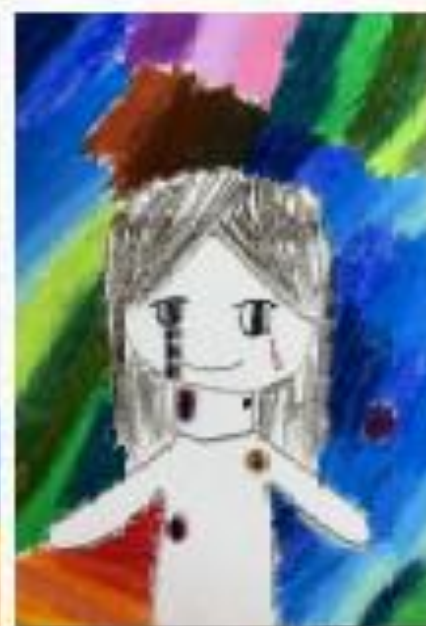


受暴者畫像



1. 讓學生自拍，並使用修圖軟體，得到一張滿意的自拍照。
2. 請同學畫出一個國小女學生—小如的樣貌、狀態。觀賞關於家暴影片(小如案例)，影片後再繪出小如的樣貌。
3. 與同學討論此兩幅畫的差異。並進一步與同學討論暴力史與暴力行為、情境因素、加害人因素、介入效果、被害人因素、家庭關係動力。
4. 延續上周進度。
5. 請同學設想一位受暴者，須包含身分、年紀、背景故事、受暴原因等。並為他或她繪出一幅「受暴者畫像」。
6. 延續上周進度。
7. 延續上周進度。
8. 延續上周進度。邀請同學上台分享作品與其人設，並說出自己的學習心得。





音樂

一、上課進度-小山丘咖啡廳演出計畫

- 計畫演出時間:一月(若順利)
- 演出形式:用餐間演出, 會有一小份甜點及茶飲, 讓觀眾邊欣賞音樂邊享用美食。



演出人員	劉子軒	演奏曲種	流行、爵士、搖滾
演出形式	小型	專輯/ 作曲	原創
設備需求		時間	



演出人員	劉子軒	演奏曲種	流行、爵士、搖滾
演出形式	小型、現場、心聲	專輯/ 作曲	原創、翻唱
設備需求	1. 樂器	時間	2. 10-15分

家長日~音樂會成果展



家庭教育&技職參訪- Family Tree & Occupation

教學策略

1. 繪本融入：圖文呈現，讓學生更好理解並學習畫出自己的家庭樹。
2. 回到自身：探索未來。



學習檢驗

1. 學習單呈現。
2. 口語練習：上台分享自己的家人與想從事的職業。



眾閱悅-英文連續體

教學策略-文字美學結合書籤

1. 生活情境融入。
2. 增加字體使用時機及閱讀動機。



草寫字母練習



寫成句子吧



壓花囉



製作書籤

學習檢驗-作品呈現

1. 字體
2. 美感



生命教育-形容詞句型



教學策略-周哈里窗

1. 自我揭露：列出自己的人格特質，加深相關英文單字。
2. 他人回饋：交換學習單。
3. 自願性分享：英文口語表達。

教學目標

1. 能正確寫出形容詞句型。
2. 能依指示完成學習單。
3. 能用形容詞句型描述自己的人格特質。

融入 - 家庭教育、中秋晚會

我可以用這些錢，購買哪些食材？





歷史科-與議題融入3(多元文化教育 / 多J4)

歷史

- 透過不同宗教的出現，了解不同群體間如何看待彼此的文化。
- 課程主題：古代文化遺產（西亞、埃及、希羅、宗教）。

➤ 一次瞭解 ▶ 基督教、猶太教與伊斯蘭教有什麼關係？ (youtube)





公民科-與議題融入1(家庭教育 / 家J7)

公民

- 透過面對選擇的問題，運用家庭資源，規劃個人生活目標。
- 課程主題：選擇與機會成本。

➤ 3招解改善擇障礙，做自己人生的主人 (youtube)

