

2-3 子計畫二學校社區新住民、原住民共融共學、兒少親職輔導—親子歡樂列車活動 共計60場

社團法人南投縣竹山鎮富州社區發展協會辦理第一場串聯社區、深入鄰里-幸福南投-親子歡樂列車-愛的存款簿活動計畫

南投縣家庭教育中心聯合本縣兒少關懷社區發展協會暨家庭教育鄉鎮工作站資源網絡學校，舉辦「幸福南投—親子歡樂列車-愛的存款簿活動」，寓意著爸媽溫暖無私的愛，時時刻刻照應著全家人，提醒大家，記得向爸媽表達「我愛您」！

壹、計畫名稱與依據

一、計畫名稱

南投縣政府辦理教育部第二期串聯社區、深入村（里）鄰家庭教育服務試辦計畫—串聯社區、深入鄰里-幸福南投 親子歡樂列車活動/子計畫二學校社區新住民、原住民共融共學、兒少親職輔導—親子歡樂列車活動

二、計畫依據

教育部109年7月16日臺教社(二)字第1090100721號函辦理。

三、辦理單位

(一) 主辦單位：教育部

(二) 承辦單位：南投縣政府、南投縣家庭教育中心

(三) 協力承辦單位：社團法人南投縣竹山鎮富州社區發展協會

(四) 協辦單位：南投縣竹山鎮中州國民小學、南投縣竹山鎮社寮國民小學

四、辦理時間：110 年1月16日(星期六) 下午

伍、辦理地點：富州社區活動中心

六、活動方式：分組互動、親子學習圈、家庭教育體驗模式課程設計

七、參加對象：社區兒少服務（親子2人一組，30個家庭）。

貳、子計畫二推動指標—社區家庭教育服務組織培力、人力資源開發與經驗分享

一、推動指標：2-1. 提供「需兒少守護者之家庭」家庭教育服務

行動步驟：

(一) 運用已開辦「兒少守護」社區活動中心設置社區家庭教育服務工作站。

(二) 提供「需兒少守護者之家庭」關懷訪視、電話訪談家庭教育支持服務。

(三) 強化社區家庭教育多元活動及優先接受家庭教育諮詢方案、轉介服務。

二、推動指標：2-2. 新住民、原住民共融共學、兒少親職輔導（子計畫二）15場

行動步驟：

- (一) 促進串聯社區、深入村里鄰-幸福南投-親子歡樂列車系列活動計畫。
- (二) 以家庭教育服務工作站為據點，強化新住民、原住民共融共學課程。
- (三) 促進兒少生活、親職教育課程及社區家庭教育服務需求調查為推動。

叁、子計畫二期程（繪製甘特圖）共計60場

本計畫工作內容預計14個月完成，執行完畢後1個月內繳交執行報告及經費收支結算表，主要工作項目及流程如下圖所示。

月份 (行依期程調整月份)	109 年 11 月	109 年 12 月	110 年 1 月	110 年 2 月	110 年 3 月	110 年 4 月	110 年 5 月	110 年 6 月	110 年 7 月	110 年 8 月	110 年 9 月	110 年 10 月	110 年 11 月	110 年 12 月
工作項目及推動指標共計60場														
一、109年11月至110年3月：社區家庭教育服務組織培力、人力資源開發與經驗交流分享 2-1. 提供「需兒少守護者家庭」家庭教育服務子計畫二15場 2-2. 新住民、原住民共融共學、兒少親職輔導子計畫二15場														
二、110年1月至6月：強化社區家庭教育服務協力網絡，建立家庭教育服務工作站資源網絡，推動社區家庭教育服務輔導機制 2-3. 結合家庭教育之社會資源及運用專長志工，為邊緣、低收入、中低收入之家戶做家庭教育服務。（子計畫二）15場														
三、110年7月至12月：配合社區相關資源，積極推動社區內家庭生活教育，藉以有效提升家人之間的良性互動；建立社區家庭教育服務體系，使社區家庭教育服務工作站協力網絡的工作能延伸，創造多元的發展。 2-4. 提升社區家庭教育服務工作站協力網絡營造能力，落實教育部推動串聯社區、深入鄰里-幸福南投 親子歡樂列車活動計畫。（子計畫二）15場														

肆、活動內容：

主 題	內 容 說 明	時間/場次	講師
一、辦理「需兒少守護者之家庭」家庭教育服務--社區家庭教育多元活動	活在他人眼中的您--生命繪本家庭教育成長營/主要探討內容為「人活在關係中」，從「生命繪本」中啟動生命思考--傾聽與回應，從繪本故事到啟動生命思考/人是群居的，我們要學習如何與人互動，接著就要愛人如己，但有些人在人的關係中是挫敗的，你該如何愛人如己呢？「愛人如己」在華人社會中更是困難--人活在關係中。	15:00-16:00 青春故事親子繪本 16:00-17:00 分組故事敘說互動分享 17:00- 詩性智慧體驗學習	leader 梁靜如校長、 洪碧伶校長 (家庭教育輔導團) + co-leader(家庭教育中心人員)

伍、子計畫二期經費概算表：

項目	單位	數量	單價	金額	備 註
講師鐘點費	節*組	2*2	1,000	4,000	親子分二組
助理講師鐘點費	節*組	2*2	500	2,000	親子分二組
教材費	份	35	200	7,000	親子每組一份200元盆組*30個家庭 +講師及工作人員5份教材
膳費(一)	份	70	80	5,600	含工作人員
紅布條	場	1	1,000	1,000	
雜支	式	1	400	400	
合計				20000	

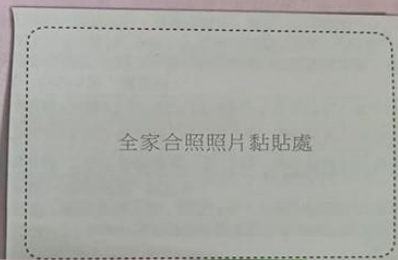
南投縣串聯社區、深入鄰里-幸福南投 --親子歡樂列車簡報資料20201222

- 一. 幸福南投--親子歡樂列車-愛的存款簿活動計畫
- 二. 親職教育/【欣賞自己繪本】你很特別
- 三. 角色性格特質對對碰/角色特質學習單
- 四. 「愛之語」行動學習單
- 五. 詩性智慧體驗學習



1

一. 幸福南投--親子歡樂列車-愛的存款簿活動計畫



幸福家庭

憑此券兌換禮物
(影印無效)



全國家庭教育諮詢專線
412-8185 (幫一幫我)
(手機請加02)
週一至週六 (上午9~12時、下午2~5時)
週一至週五 晚上6~9時



南投縣家庭教育中心
Nantou Family Education Center
地址：南投市中興路669號1樓
電話：049-2248090
傳真：049-2239924

夫妻相處・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



幸福向前走

2

3

一. 幸福南投--親子歡樂列車-愛的存款簿活動計畫



串聯社區、深入鄰里-幸福南投-親子歡樂列車-愛的存款簿活動

南投縣家庭教育中心聯合本縣兒少關懷社區發展協會暨家庭教育鄉鎮工作站資源網絡學校，舉辦「幸福南投-親子歡樂列車-愛的存款簿活動」，寓意著爸媽溫暖無私的愛，時時刻刻照應著全家人，提醒大家，記得向爸媽表達「我愛您」！

- 一、活動期間：110年1月1日起至12月30日止。
- 二、索取愛的存款簿及獎品兌換地點：本縣兒少關懷社區發展協會暨家庭教育鄉鎮工作站資源網絡學校。
- 三、活動辦法：於110年12月30日前完成「愛的學習」及「愛的行動」，並由承辦單位認證蓋章，即可至上述指定地點兌換精美獎品(如下表)，數量有限，換完為止。

銅質獎獎品	300個	於期限內完成 3個「愛的學習」及10個「愛的行動」兌換銅質獎獎品
銀質獎獎品	100個	於期限內完成 5個「愛的學習」及15個「愛的行動」兌換銀質獎獎品
金質獎獎品	100個	於期限內完成10個「愛的學習」及20個「愛的行動」兌換金質獎獎品

四、愛的存款簿包括：「學習存款」與「行動存款」兩大項。

1. 「學習存款」：參加「愛與榜樣-親子歡樂列車」親子活動，就是持續為家庭幸福累積「學習存款」。
2. 「行動存款」：「一週在家3晚餐」或「一日暢談30分鐘」，是對家人進行5種「愛之語」行動；包括，肯定的言詞、精心安排時刻、愛的禮物、服務行動、身體接觸等，就是「行動存款」。
3. 愛的存款簿提供全家人共同使用，任何成員參加「愛與榜樣-親子歡樂列車」親子活動，都可獲得承辦單位「學習存款」認證；而家人間的「愛之語行動」，則由互相存款」認證。

一. 幸福南投--親子歡樂列車-愛的存款簿活動計畫



學習，讓我們更相愛

學習存款使用說明

1. 想快速有效的累積家庭裡愛的存款，「學習」就是最棒的投資！
2. 參加活動時，可在下頁「學習存款」頁面中，登錄存款項目並獲得簽章。
3. 家中成員親子2人參加課程或活動，立即可幫全家人存款。



11/22富州社區心靈牌卡



學習存款

參加日期	存款人	親職活動名稱	單位核章	請依幸福感受塗星星，並寫下一句話

一. 幸福南投--親子歡樂列車-愛的存款簿活動計畫

愛是在付出中不斷累積的能量

行動存款使用說明

1. 當家庭成員感受到愛的行動時，請翻到下一頁「行動存款」頁面登錄。
2. 每週訂立一個家庭時間，共同討論當週家庭成員的付出和感受。
3. 當接受者與行動者的感受不同時，仍請接受者表達謝意，並說出自己的期待與想法。



行動存款

日期	愛的行動列舉	行動者 (存款者)	接受者 (被存款人)	請依幸福感受塗星星，並寫下一句話
範例： 11.10.6.30	今天我幫媽媽按摩	我	媽媽	能夠幫媽媽消除疲勞 讓媽媽感覺到我的愛，真好

5

二. 親職教育/【欣賞自己繪本】你很特別 - 學習欣賞自己、肯定自我的特質

<https://www.youtube.com/watch?v=o9X0RoQkRvU>

「幸福南投--親子歡樂列車-愛的存款簿活動」親職教育/生命教育學習單

<https://www.youtube.com/watch?v=o9X0RoQkRvU>

【欣賞自己繪本】你很特別 - 學習欣賞自己、肯定自我的特質

相信每個人從小到大的成長過程中，一定都有懷疑自身價值的經驗。這樣的心情很多時候並非是自身造成的，常常是別人的眼光、別人的言語譏笑、別人的標準、世俗的價值觀...常伴隨的缺點也容易被他人貼標籤而不斷放大，搞得自我懷疑，也認為「我，是一個很糟糕的人」生活中不斷的比較，看別人好厲害，卻忽略自己也有好多的優點，導致自己一直活在自卑當中，不斷惡性循環。

「你很特別」就是在這說這樣的情形這樣的故事，而且這個故事可能是你，我都曾經歷過的。「你很特別」的故事是在這說：做美兒人是一群小頑童，他們都是大正依萊爾刻成的。每個做美兒人都長得不一樣，有的大鼻子，有的大眼瞼，有的高，有的矮，他們每個人都有一盒星星貼紙和一盒美兒點點貼紙。這些頑童人會在村子裡到處為別人貼貼紙，漂亮的美兒人，有才能的人能得到星星，反之，水質粗糙，油漆脫落，什麼都不會的美兒人，主角群哥就是一個常被貼點點的人，而大家也說：他是該貼很多點點，日子久了就覺得哥自己也是這麼認為。直到有一天他遇到露西亞，露西亞的身上沒有任何美兒點點也沒有星星，別人想在他身上貼點點也貼不上，群哥也好奇希望能像她一樣，露西亞告訴他去往依萊爾，群哥原本不敢去找依萊爾，但是他看著頑童人不斷繼續幫他貼點點，他覺得這是不對的，他鼓起勇氣去找依萊爾，他去請教依萊爾為何露西亞不會被貼上點點?依萊爾告訴他：因為她決定，把對她的想法看得比別人的想法更重要。你在乎點點的時候才貼得住，你越相信自己的愛，就越不會相信他們的點點了。當群哥要離開時，依萊爾說：「你很特別，因為我是你的，我從不回頭。」群哥心裡想：我想他說的才是真的。現在他這麼想的時候，一個美兒點點掉了下來。

這是一位牧師寫的故事，所以故事會帶有宗教的色彩，我想依萊爾應該是上帝的化身，但是他也可以是指我們的父母，「你很特別」是一本值得細細品味的書在這本書裡可以看到很多的意義：像是不會亂幫別人貼點點，因為我們自己也不愛別人貼點點。學習欣賞自己的特質，自己的想法比別人的想法更重要(但不是自恃甚高)，還有，以父母的角度而言，我們不會也是傷害孩子的那個人?當我們教育(教訓)孩子的過程中，也會傷害了孩子的自尊心，或是過度強化了某些東西的重要性(比方成績)若孩子長時間達不到那個點，是否孩子會認為我什麼都不是?從此自甘墜落...其實父母才是孩子最初的啟發對象，我們的價值觀才是影響孩子最深的那個人。我們也是會幫孩子貼點點的那個人，比起外人對於孩子的傷害，我想原生家庭對於孩子的意義更重要。當孩子在外面受到傷害時，一個擁抱，一個關心都能讓孩子重新獲得力量，但反觀父母的情形就不一樣了，專家說自歲前是一個孩子人格發展的黃金時期，不過到孩子成人長大之前應該都很重要才是。父母是陪伴孩子最多時間的人，所謂滴水可穿石，時間是最可怕的，如果我們很在意自己是否愛孩子，很少的孩子不愛父母，長時期下來恐怕我們才是導致孩子沒自信的那個幫兇，或者孩子的比較心態最初是來自哪裡呢?也許是父母的態度讓兒弟姊妹之間引發了比較的心情?這些其實都是我們要好好思考的部分。所以這本書其實不只是拿來教孩子也是提醒自己，雖然孩子要學習懂得自我欣賞，但是原生家庭的支持和教育也好重要，不過我也在想了解一個部分，我覺得教育孩子欣賞自我的同時，也要教孩子懂得欣賞別人，因為也不能忽略別人的努力，也許別人是努力非常久才有現在的成果囉。



6

5

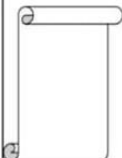
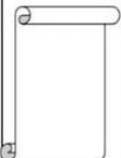
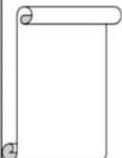
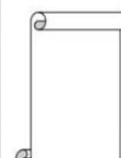
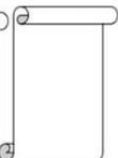
老師提供的特質表

學習單核蓋

完成戳章

老師提供的特質表

(角色圖形可自行繪畫修改)

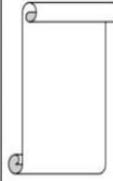
胖哥	露西亞	木匠依萊	微美克人	微美克人
				

外向	內向	感性	理性	嚴肅	幽默	誠懇
樂觀	悲觀	有主見	隨和	負責任	散漫	忠厚老實
積極主動	被動	準時	不守時	害羞	大方	親切
安靜	開朗活潑	聲音宏亮	說話輕柔	小心眼	不愛計較	有禮貌
獨立	依賴	衝動	冷靜	遲鈍	敏感	有氣質
做事實際	喜歡幻想	較保守	較開放	善解人意	心地善良	企圖心強
膽小	勇敢	有正義感	溫柔	好奇	力氣大	口才好
細心謹慎	粗心	追求刺激	領導才能	有信用	囉唆	合群
勤勞	懶惰	喜歡安定	願意冒險	情緒化	擅長運動	有自信

四、「愛之語」行動學習單

「愛之語」行動

82000已發文加增10月31日(六)8:00-18:00/苗栗·心
靈牌卡/延正社區·講師梁靜如校長·洪碧玲校長·
春米校長·張麗芳校長

我	爸爸	妈妈	家人	家人
				

肯定的言詞	精心安排時刻	愛的禮物	服務行動	身體接觸
讚美	陪伴	小禮物	摀背	擁抱
鼓勵	驚喜	送卡片	幫對方做一件他 喜歡的事	握握手
支持	慶祝行動	對方喜歡的禮物	幫忙做家事	摸摸頭

五、詩性智慧體驗學習

攻略一：徒長的解決方案，多肉植物本身就是一種在露天乾旱環境的植株，所以相對於花迷們日常養護的盆栽花草來說，多肉植物們就需要補充更多的陽光的。但很多肉迷們偏偏就喜歡將多肉植物養在補光條件極差的室內，所以肉肉植物隨著時間的推移，植株就越長越丑，葉片就越拉越高，莖桿就越長越長。



表 2 4 種教養模式，你是哪一種？



正向教養的五大特色



解決方案：多肉植物要想保持正常飽滿的狀態，就必須吸收足夠的光照，只要陽光和水分都比較充足的時候，那麼植物的葉片就不會持續徒長，而且顏色也會越來越好。



Related

1. 孩子的行為與接收到的後果是有相關的

合情合理

Reasonable

3. 給予孩子的後果，是客觀上理性合理的



溫和堅定
正向教養
邏輯後果



尊重態度
Respectful



事前告知
Revealed in advance

2. 孩子接受後果時，不會感到強烈情緒羞辱
4. 讓孩子有機會瞭解做不允許的行為的後果

11/22 富州社區心靈牌卡



攻略二：多肉植物退色的原因，肉迷不論是在花市還是網上所購買的多肉植物正常情況下都是生活在大棚環境下的。而大棚里的多肉植物基本都能保持全天日照，而且溫差合適，所以肉肉植物們也非常容易出狀態。而正常的肉迷養殖多肉植物的場所，基本都是陽台，所以植物的補光條件就極其受限，而且溫差也就不會太大，所以多肉植物就可能受到環境變化的影響而出現顏色上的變化。



孩子貶低自己，不肯定自己，疏離，缺乏自主能力，或是找麻煩、頑固……，



這幾種態度傳達出自信心的缺乏，而且讓孩子每天的日子過得很辛苦，甚至無法忍受。身為父母，你們可以幫助孩子獲取他所缺少的自信心。

這本書探討的是認識自己、情緒管理、制勝手段，以及正面的自我表達，同時也會討論孩子建立自信心的基石。內容包括培養自信心不同的階段及情境：



解決方案：變色屬於多肉植物的正常變化，此時肉迷們一定要用平常心態來對待，因為多肉植物在完全適應室內陽台環境後即可恢復顏色（最快的恢復方法就是人工製造大棚環境）。



爸媽正向教養8行為 孩子會跟著學

爸媽這樣做...	孩子學到...
1 主動理解孩子想法	▶ 同理能力
2 先調整情緒再回應	▶ 自我控制
3 發現孩子優點並鼓勵	▶ 勇於挑戰
4 回應孩子並理性溝通	▶ 有效溝通
5 專注與孩子互動	▶ 社交能力
6 正視教養困境並求助	▶ 主動思考
7 依孩子年齡訂規範	▶ 冷靜判斷
8 理解「教小孩，需要學習」	▶ 自我學習

父母8正向教養行為 孩子會跟著學

爸媽這樣做...	孩子學到...
1 少威脅「你再哭，我就…」	▶ 理性溝通
2 大人先冷靜再回應	▶ 控制情緒
3 陪孩子時專心不看手機	▶ 專注社交互動
4 主動理解孩子想法	▶ 同理能力
5 發現孩子優點並鼓勵	▶ 讚美他人
6 跟孩子一起學困難知識	▶ 主動思考
7 依孩子年齡訂規範	▶ 冷靜判斷
8 大人做錯也能「對不起」	▶ 自我學習

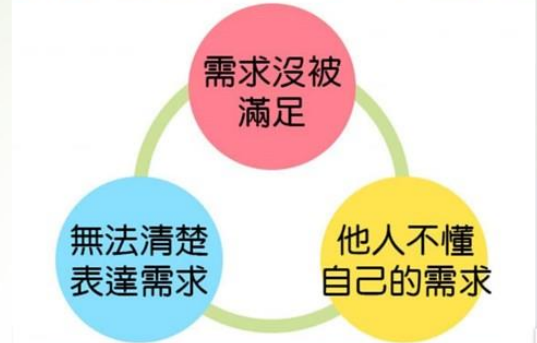
什麼是朋友？

分享 遊戲與樂趣	友善與關心	互相了解
支持與鼓勵	守信用 說到做到	誠實 信任與忠誠
關係平等	談心 (自我揭露)	衝突解決

攻略三：錯誤澆水法解決方法，多肉植物的體內含有著大量水分，所以日常的澆水肯定還是少不了的。而且一直不澆水，多肉植物也會通過消耗體內的水分，來維持生命。所以平時一直不為多肉植物澆水的或者亂澆水的肉迷，是很難將多肉植物養大養肥的。



孩子情緒失控的三大原因



孩子哭鬧時，他真正想表達的...



13

解決方案：要想將多肉植物養出狀態，那麼在控型上色前，就一定要讓多肉植物補充足夠的水分，而且澆水一定要澆透，這樣才能保證多肉植物的根系充分吸收水分，澆水千萬不要直接對著植物葉片上澆（多肉植物是通過根系來吸收水分的，而澆在植物葉片上的水分則會堵塞葉片上的透氣孔，甚至導致植株的死亡）。



2-5歲孩子，大人要教三件事

1. 不能所有事都照他意思
2. 不能用哭鬧來達成目的
3. 不能命令大人做事

2-8歲小孩，叛逆原因大不同

2歲叛逆	要大人關注他
3、4歲叛逆	想要人家照他規定做
5、6歲叛逆	覺得我的能力比大人強
7、8歲叛逆	愛講反話、快速模仿期

天才領袖

14

四大NG教養，讓孩子情緒更暴走

			
封鎖型	不傾聽型	情緒勒索型	翻舊帳型
社交退化	更生氣	沒安全感	愛挑戰權威

孩子講不聽、叫不動

爸媽必知溝通3步驟

想

- 孩子是不是累了或餓了
- 孩子是不是覺得都沒人關注他
- 我是不是也常沒立即回應孩子的話
- 孩子失控是不是因為環境因素

做

- 眼睛平視著孩子說話
- 說話時握住孩子的手
- 孩子眼睛看著你再開始說
- 請孩子重述一次你剛剛說的話

說

- 不以負面語言開頭
- 引導說出緣由比教訓重要
- 教導方法比說「不行」有用
- 說明界線比說「要乖」有用

愛插嘴、太愛講話

父母要教孩子四句話

1 教他等待能力

等5分鐘後再說

2 教他看場合

你看大家在做什麼

3 教他觀察別人

你看別人的反應

4 教判斷說話內容

這句話能現在說嗎

講不聽！是教養做錯四件事

- 1 說太多，孩子耳朵更關閉
- 2 太嘮叨，孩子被動式抗議
- 3 用太多情緒語言教養
- 4 要孩子聽，卻忽略要聽孩子說

天才領袖

好難教！孩子情緒失控10進條

- 1 很愛用尖叫來表達
- 2 常常暴躁、易怒
- 3 情緒失控就摔東西
- 4 不順他意就暴走
- 5 愛哭、常常哭不停
- 6 討厭被碰、被碰會有情緒
- 7 生氣起來丟亂丟打
- 8 一秒爆炸無法溝通
- 9 攻擊的情緒語言很多
- 10 容易挫折發脾氣

認同 +1 你需教孩子控制情緒嗎？情緒教的好，一生都受用



已發56000第3場10月2日(五) 09:00-18:00/科博館-心靈牌卡/平林社區/建館24週年