

以愛為核心，讓愛活出來——臺北市立成功高中推展家庭教育經驗

張月良 輔導主任
◎ 臺北市立成功高級中學

壹、前言

近年來家庭結構改變，家庭功能及家人互動關係式微，為喚起國人重視家庭價值，教育部訂定「102家庭教育年」，以「全家人互動」、「親子互動」、「祖孫互動」、「夫妻互動」等四季主軸議題來倡導家庭教育。希望人人透過學習，看重、愛護家庭，與家人更相愛。

學校是家庭教育的推手。早在民國92年，教育部頒布「家庭教育法」，其中第十二條明定：高級中學以下學校每學年應在正式課程外，實施4小時以上家庭教育課程及活動，並會同家長會辦理親職教育。家庭教育推行之後，本校即積極推展能增進家人關係與家庭功能的各項活動，透過動態表演、靜態展覽、知能課程等多元方式辦理。希望落實的作法，讓家庭教育相關理念深植於親、師、生，培養每人營造家庭氣氛與創建家庭幸福的能力，進而增進家人關係與家庭和諧，發揮家庭功能。

貳、理念與目標

學校家庭教育之實施，旨在提升學生及其家庭生活品質，營造健康幸福家庭，成為社會安定的基石。「家庭教育法」第二條界定：家庭教育係指具有增進家人關係與家庭功能之各種教育活動。因此，凡對家庭或個人有助益的學習活動，皆為本校規劃家庭教育活動的考量。本校推動家庭教育，以家庭教育法為依據，訂定中、長程計畫及年度實施計畫，透過多元的學習與體驗，充實家庭教育內涵。目的在加強親職教育、子職教育、性別教育、倫理教育、家庭資源與管理教育，並加強特殊及弱勢族群家庭之輔導，以促進學校與家庭間之聯繫，激發家長關心子女，協助學校教育，增進教育效果。

本校家庭教育推展「以愛為核心，讓愛活出來」之教育理念，落實「一個不能少」之教育目標。家庭教育各項措施本著三級預防工作模式落實執行。初級預防重在「資訊提供」，定期提供家長親職教育相關訊息

及家庭觀念宣導；二級預防重在「教育支持」，辦理親職教育座談、輔導知能研習、快樂學習日、親子論壇等活動；三級預防以「介入輔導」為主，申請專案計畫，提供特殊需求及弱勢家庭之學生與家長家庭教育諮商輔導服務。

參、實施策略與方法

本校推展家庭教育，由家庭教育委員

會研議實施計畫，每次會議邀請教師會、家長會、各處室、各學科等代表參加，期建立團體共識並配合推動。實施策略主要為：

(一) 統整教育資源，加強教育觀念與價值之宣導；(二) 辦理多元學習課程與活動，推展家庭教育多元議題；(三) 規劃專題研習與推廣培訓方案，增進親師家庭教育知能；(四) 結合專業輔導人力，落實優先對象家庭教育諮商與輔導服務。

家庭教育工作之規劃及其方法，以100、101年度為例，整理如下表：

實施項目	實施方式	實施對象	實施時間	教育資源
1.家庭教育觀念與價值之宣導	1.專題演講	1.學生	1.班會	1.家庭教育中心
2.學校日活動與親職教育座談會	2.座談會	2.教職員工	2.週會	2.社區醫療及專業輔導機構(醫師、心理師、社工師)
3.快樂學習日	3.影片欣賞與討論	3.家長(含祖父母)	3.空白課程	3.大學
4.家庭教育輔導知能研習	4.徵文比賽	4.社區人士(含退休及校外教師)	4.社團時間	4.家長會
5.高風險家庭關懷與輔導	5.攝影比賽	5.特殊需求個案與家長	5.學校日	5.家長人才庫
6.新移民多元文化週活動	6.體驗活動		6.共同領域課程	6.青輔會
7.祖父母節活動	7.班會討論			7.公益團體(天主教失智老人協會、中華彩虹天堂協會)
8.全國孝親家庭月活動	8.小團體			
9.家庭教育諮商輔導服務	9.融入課程			
10.推廣培訓方案	10.親子活動			
	11.訪談			
	12.個案輔導			

肆、具體作法

以下就本校推展家庭教育的執行成果提出說明：

一、成立家庭教育委員會

校長邀集各處室主任、教師會代表、學科教師代表、家長代表及社會專業人士，成

立委員會。家庭教育委員共13人，其中女性委員5人，家長5人（含資源班家長及社會專業家長各1人）。委員會每學期召開一次會議，訂定家庭教育各項實施計畫，並督導家庭教育推動成果。

二、宣導家庭教育觀念與價值

- (一)運用各項會議與活動，提供親職教育相關訊息，宣導家庭觀念。如導師會議及校務會議提供老師宣導資料、學校日提供家長親職教育資訊。
- (二)建置家庭教育網頁，並透過每月的「輔導通報」、「輔導專欄」、「輔導心語」等提供家庭教育訊息。

三、舉辦學校日暨親職教育座談會

- (一)時間：開學一個月內舉辦，每學年舉辦2次。
- (二)方式：採高一與高二、三交錯實施進行。分二個階段，班級座談——由導師、任課教師分別說明班級經營及教學理念；綜合座談——由校長、家長會長分別介紹校務發展及家長會務，由各處室主任說明處室業務，並與家長進行雙向溝通。親師活動之後，接著繼續進行升學輔導專題演講，提供家長最新大學甄選相關資訊。
- (三)功能：提供家長與導師面對面溝通，讓家長彼此分享管教與輔導孩子經驗，而任課教師至班教學說明，展現出專業規劃能力與主動創新教學。行政單位藉由

綜合座談溝通及學校日手冊提供家長最新教育資訊，亦達宣導教育理念之效。

- (四)意見回饋：由輔導室設計「學校日活動家長問卷」，對全校各班家長進行抽樣調查，並統計分析結果，作為檢討改進的依據及繼續辦理活動的參考。活動中家長意見經相關處室研覆後，立即公告並力求改善。

四、辦理快樂學習日活動

- (一)時間：每年四、五月間，利用班會，全校共同舉行。
- (二)方式：結合家長會邀請家長來上課。每班一個主題，由職涯有成之家長分享職場經驗、人際關係、學習歷程等，增進親子溝通與生涯規劃能力。爸媽來上課，快樂學習日讓學生上不一樣的課。

五、辦理家庭教育輔導知能研習

- (一)主題：成就每一個孩子
內容：邀請親子天下陳之華講師，分享如何看見每個孩子內在的「軟實力」。從不同的生涯楷模人物故事，以及芬蘭教育體制的內涵介紹中，引導參與夥伴學習珍視每個孩子的「平凡人性」；並藉由發自內在真實的看重與賞識，瞭解與接納每個孩子的差異，逐步成就孩子的天賦。
- (二)主題：給孩子有力量的愛
內容：邀請開平餐飲學校創辦人夏惠汶博士，協助家長以智慧引導孩子學習與

成長，從父母自我的反思，開啓親子關係對話的空間，透過「見證」愛的正向力量，給予孩子最大的支持陪伴，讓孩子更有勇氣面對人生的難題與挑戰。

(三)主題：協助亞斯伯格症孩子跨越情緒障礙

內容：邀請萬芳醫院張勝傑醫師，協助教師與家長認識亞斯伯格症之相關特徵，並指導如何透過堅定的界線設定、建立接納的同盟關係、清晰具體的口語指令、持續正向的鼓勵行為等技巧。

(四)主題：協助孩子走出憂鬱

內容：邀請榮民總醫院陳映雪醫師，協助教師與家長瞭解憂鬱症之診斷依據與症狀。透過臨床實例個案分析，講解主要治療之道與預防方法。

(五)主題：如何陪伴與面對自傷孩子的傷與苦

內容：邀請臺灣大學學輔中心柯書林心理師，講解自我傷害學生之身心特質與行為表徵，並分享親師陪伴與相關因應之道。此外，指導親、師學習如何自我照顧並尋求相關資源網絡的協助。

六、落實高風險家庭關懷與輔導

(一)高風險家庭：開學一個月內請各班導師利用「高風險家庭篩檢問卷」，建立班級需要優先關懷與輔導的學生名單。學務處、教官室配合進行高關懷學生家庭訪視，並視是否需要轉介社會局提供關懷性服務。

(二)認輔工作：學期初，先發給各班「認輔

學生需求調查表」，由導師、輔導老師、輔導教官提供適應困難、行為偏差、復學、高風險家庭及特殊需求等學生名單。再依認輔工作作業流程，建立認輔人力資源，協調編配認輔個案。認輔教師以晤談、電話等方式關懷認輔學生。

七、辦理新移民多元文化週活動

(一)目的：為使師生了解進而接納異國文化特色，尊重、關懷與協助新移民及其子女，協助新移民家庭及其子女文化適應，融入在地生活。本校訂定每年四月（第9週）為新移民多元文化週。

(二)活動項目：辦理多元文化海報製作與展覽、異國文化介紹、異國風味料理製作與體驗等。

八、辦理祖父母節活動

(一)目的：增進子女對祖父母的認識，學習長者的經驗與智慧，加強子孫互動與情感交流。每年9月進行系列活動。

(二)活動項目：辦理感恩祖父母攝影創作比賽、成功三代情、親情快遞體驗活動、祖父母影片欣賞與討論、班會討論、珍愛立約等活動。

(三)祖父母節暑期感恩活動暑期作業：高一相片故事學習單——以「祖孫互動」為主題，透過文字進行照片故事創作；高二煮出美味祖孫情學習單——以「為家人料理一道菜餚」為主題，透過料理過

程增進祖孫或家人互動，並由照片紀錄與文字分享，呈現感恩與回饋之情。

(四)歡樂祖父母節——搭起世代傳承情：辦理創意祖孫才藝表演。由祖父母、社區老人服務中心打鼓隊與手語班，校內國樂、吉他、戲劇、魔術、熱舞、民俗表演隊等優質社團精彩演出，活動當天由學生邀請父母或祖父母一起觀賞。表演結束，繼續參觀昆蟲科學博物館，由國寶級生物學家——陳維壽老師親自解說。

九、辦理全國孝親家庭月活動

(一)目的：為鼓勵師生營造溫馨和樂的家庭，加強家人情感連結，於五月全國孝親家庭月，辦理「慈孝在我家」系列活動。

(二)活動項目：包括感恩故事創作比賽、「昨日的記憶」影片欣賞與短文創作、「如何安排與家人相處的時間」班會討論、「父母達人秀」職業訪談與分享、「親子論壇——讓你更懂我的心」等。

(三)親子活動：「父母達人秀」是結合高一生涯規劃課的職業訪談報告，邀請報告內容豐富感人之學生，進行分享。學生於訪談父母過程，可以深入瞭解父母職業之工作型態與職涯內容，進而從良善的親子溝通與互動中，省思家庭意義與價值。「親子論壇——讓你更懂我的心」是學生的自主學習活動，其分組、邀請家長、主持、記錄、攝影等皆由學生自行籌劃。親子議題討論，讓家長與

子女真誠表達彼此的想法與期待，增進互重的親子溝通關係。

十、家庭教育諮商（輔導）活動

(一)目的：針對特殊需求或重大行為學生之家庭，進行個別諮商輔導與家庭會談，協助父母瞭解特殊個案學生之身心特質，學習陪伴與因應之道，從而發展家庭系統之改變與合作，共同協助個案學生正向改變。

(二)對象：以家庭為單位，聘請具備專業執照如心理師、社工師或醫師之專業諮商心理輔導人員，對個案及家庭監護人（照顧者）進行數次、每次1小時之家庭諮商輔導團體課程及個別輔導課程。

(三)方式：

1. 團體課程：包括王增勇教授「看見孩子的彩虹世界——父母面對多元性別孩子之陪伴與因應」、柯書林心理師「如何陪伴與面對自傷孩子的傷與苦」、張勝傑醫師「協助亞斯伯格症孩子跨越情緒障礙」、陳映雪醫師「協助孩子走出憂鬱」等課程，協助家庭學習父母之職責、家庭支持方案與資源、家庭危機之處理。

2. 個別課程：邀請柯書林心理師透過個別家庭諮商與輔導之專業協助，讓家長學習家庭系統觀、親子互動模式等面向，協助孩子面對與克服個人困境，提升正向自我價值與適應行為。

十一、辦理推廣培訓方案

- (一)家族系統排列：邀請臺灣海寧格機構排列師楊世華老師指導「從《花園裡的螢火蟲》影片欣賞看家族系統與親子互動」與「從家庭系統觀談家庭中的序位」。親情的感召，像螢火蟲在黑暗中帶來光明，從家庭系統觀家庭中的序位，建立家族系統觀念，找出家族中內在的動力，能解開家庭的糾結，讓家庭的愛流動，增進親子關係。
- (二)人類圖課程：邀請潛能開發講師陳慧真老師主講「從人類圖談親子關係」。人類圖系統是邏輯方法，以具體的地圖，透過人格的投射找出通往存在的本性，看到自己。運用人類圖瞭解不同特質與類型親子間如何溝通與互動，增進親子關係是研習的標的，而活動中學員其實享受在自己的設計圖，才是意想不到的效果。
- (三)彩繪曼陀羅：邀請杏語心靈診所蘇湘婷主任治療師指導「圖像療癒——彩繪人生」。透過彩繪曼陀羅活動，覺知個人在家庭互動中的模式與位置。此課程學員深覺用正向的眼光看待家人互動，更有能力創造家人情感的連結，讓家人關係更親密。

伍、省思分享

綜觀本校推展家庭教育，有值得引介的特別經驗，也有一些困境需要解決：

一、執行特色

- (一)建立親師與親子溝通平台，增進親師聯繫與合作：學校日、家長親職教育座談、親子論壇、快樂學習日、家長說明會等，提供親師、親子、家長與學校之間的溝通機會。
- (二)擴充學習內涵，突破學習時間與空間：重視生活化課程，讓學習更有意義。「父母達人秀」職業訪談與分享、暑期「為家人料理一道菜餚」等活動，將學習時間延伸至課餘、假日、寒暑期；學習環境可為教室、校園、家庭、大自然……。家庭教育學習，時時處處在進行。
- (三)活動多樣化及深化，吸引學生主動學習：體驗活動、班會討論、專題演講、影片欣賞、徵文比賽、小團體等多元方式，將家庭教育融入學習生活中。
- (四)整合校內外資源，推廣宣導相關節日及新興議題：結合家長會、校友會、大學、公益團體等資源積極辦理家庭教育活動，並推行祖父母節、孝親家庭月及新移民文化週。

二、執行困難與突破

- (一)正式課程外實施4小時家庭教育之時間運作上的限制：高中課業重，空白課程少，不易安排共同活動時間，為規劃整體的學習，許多活動只得利用午休、聯課活動等時間進行。企盼十二年國教實施之後，各校透過選修、特色課程，讓

學生有更多彈性時間及多元學習機會。

- (二)家庭教育工作推動上的限制：從實務層面來看，發現高中生對家庭教育各項議題的接受度有明顯落差，性別、婚姻教育較受歡迎，可能與身心發展階段的需求有關，至於家長則對親職教育相關成長議題較感興趣。家庭教育的目標定位在教育預防，未來推行家庭教育課程及活動，除了考量實施對象的需求，應力求以創新、務實、議題融合方式，整合的作法，提升活動執行成效。
- (三)提供特殊需求學生及其家長專業諮商與輔導服務的限制：本校對於特殊需求學生，除了召開個案研討會、持續諮商與輔導以外，透過專案補助計畫提供專業輔導人員諮商與輔導服務。自從專業補助方案結束之後，要取得進一步專業諮商與輔導的經費較為困難。未來有需要轉介的學生可以運用社區心理衛生中心、醫療相關機構等資源，學校亦可加強規劃適應困難學生成長課程，改善家長親子溝通與親子關係。

本校在教師與行政團隊努力下，全面提升家庭教育效能，落實推動的家庭教育工作成果，曾榮獲教育部99年度推展家庭教育績優團體獎之肯定。今年即將實施的特色課程，其中不乏如愛情婚姻與家庭類的拓展性活動，不僅擴大學生學習內涵，提供多元實踐機會，也為啟動十二年國教特色招生及特色課程預作準備，值此家庭教育年積極推動家庭教育之際，相信可產出相得益彰之成效。未來，我們願意繼續深耕家庭教育這塊園地，建立家庭的核心價值，使家庭的溫暖與親情能散播在社會各角落；讓家庭功能更健全，社會更祥和。

陸、結語

本校推展家庭教育，除了協助家長學習管教與溝通的知能，了解每個孩子的獨特性，善進親職，同時培養學生瞭解家庭的價值，懂得感恩父母，善盡子職。我們深信每一個學生都獲得家庭關注並成長，當生命注入情感交流的元素，終將建立自信與方向，開啓美麗的人生。