



家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小 4年1班 姓名: 許青

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

① 一起吃飯、看電視、出遊、② 因為我喜歡和全家人聚在一起的感覺。

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

① 父母要求我做事，我不會不開心。
② 因為我很喜歡幫父母的忙。

繼上題~如果不開心你會表達嗎?如何表達?如果不表達，是因為-----?

① 如果不開心我會表達。
② 我會跟父母說我不想做的原因。

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

很貼心、懂得關心別人
個性溫和、不與人計較
心地善良、熱於助人

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？

① 做好自己的本份，不做讓家人擔心的事。
② 8分

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

期待他對於課業能多點自信，不要因為小小挫折而減少對學習的熱情。
陪伴學習，並多給予鼓勵。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

① 我的優點是孝順、知足。
② 沒有。
③ 多關心、陪伴家人。





家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小

4年 1班

姓名: 莊勝勳

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

看電視

因為是很放鬆的時光

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

自己去買東西

因為我會迷路

繼上題~如果不開心你會表達嗎?如何表達?如果不表達,是因為-----?

會

直接說

我要累積起來,再跟媽媽說

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

善良、懂事、會幫忙妹妹不會的地方

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？

考試考好、聽話、懂事

3分

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

主動做家事、及整理環境
一起做家事、並提醒注意事項

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

① 會幫忙 ② 在學校會掃地

③ 多做點家事



家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小 4年1班 姓名: 何以晴

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

A: 一起騎車踏青, 因為可以休息。

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

A: 父母要我讀英文時我會不開心, 因為不想讀。

繼上題~如果不開心你會表達嗎?如何表達?如果不表達, 是因為-----?

A: 我不會表達, 因為表達會被父母罵。

● 自我覺察



父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

以晴很善良, 樂於幫助人。

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？

上課認真上、下課認真玩。

我給自己打8分。

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

對於課業和日常生活上的自動自發很缺乏, 媽媽只能時常在旁提醒她。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

A: 樂於助人, 好像沒有什麼優點是父母沒有注意到而我也很在意。我可以幫她跑腿也可以照顧妹妹。



家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小 4年2班 姓名: 張家瑋

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

我最喜歡和家人一起出去玩，因為可以很開心的玩。

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

父母要求我整理房間時，我會不開心，因為要整理很久，會很累。

繼上題~如果不開心你會表達嗎?如何表達?如果不表達，是因為-----?

如果不開心我會表達，我會用生氣的方式來表達。

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

①、心地善良，大多時間都算乖。

②、上台不怕生，能夠完整的思考將所想的表達出來。

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？

我覺得好孩子的定義是不頂嘴，我給自己打5分。

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

① 期待家瑋能夠更懂事，不隨便發脾氣，更能照顧妹妹，做個乖孩子。

② 家瑋有任何不愉快或難過或是他想找人談心時的時候，媽咪願意聆聽並給與意見。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

我的優點是很會畫畫，畫畫是父母沒有注意到，而且我也很在意。

我還能幫家裏忙家裏多做一些家事。



家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小 4年2班 姓名: 李的芳

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？
 爬山, 因為可以看到美麗的風景。

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？
 ① 幫姐姐洗碗。
 ② 因為這是姐姐該做的事。

繼上題~如果不開心你會表達嗎?如何表達?如果不表達，是因為----?
 ① 我會表達
 ② 拒絕做這件事。

● 自我覺察

父母填寫：	學生撰寫：
我的孩子優點有哪些？ ① 自動自發 ② 體貼 ③ 樂於助人	我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？ ① 認真負責。 ② 5分。
我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？ 勇氣、自信。 多和其他的小朋友接觸。 鼓勵不自挫折接受挑戰	我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？ ① 熱心助人、字體優美、成績優良。 ② 熱心助人。 ③ 多做一些家事。



家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小 四年二班 姓名:陳洪提

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

玩桌遊,因為可以讓全家一起放鬆,促進感情。

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

洗碗,因為手會用的濕濕,有時還會弄到衣服上,很不舒服。

繼上題~如果不開心你會表達嗎?如何表達?如果不表達，是因為-----?

我不會表達,因為我怕會被爸爸、媽媽罵。

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

個性平靜沈穩,有責任感,
細心,善良。

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？

①會聽爸爸、媽媽的話。
②5分。

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

希望洪提能學獨立自主,與學會欣賞肯定自己特質。
爸媽會以旁陪伴,在他需要幫忙時協助他。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

①我很熱心。
②我會唱歌。
③做家事。



家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小 4年三班 姓名: 宋恩奇

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

出去玩

可以運動, 讓身體更健康

日常生活中, 父母要求我做什麼事時, 我會不開心? 為什麼?

吃飯快一點時

有一些食物很大不好吞也不好咬。

繼上題~如果不開心你會表達嗎? 如何表達? 如果不表達, 是因為----?

說出我不開心的原因。

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些?

貼心, 誠實, 跟她講

要改進的地方, 會聽。

我覺得「好孩子」的定義是什麼? 如果好孩子是10分, 我給自己打幾分(1~10分)?

(7分)

我期待他要如何表現會更好? 我可以提供甚麼協助?

△認真聽講, 回家自動自發複習功課。

△跟她一起訂定課後計劃表並執行。

我自己有哪些優點? 哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意? 想看看, 我還能為家人多做些什麼?

喜歡寫作文

沒有

幫媽媽畫店面海報



家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小 4年3班 姓名: 張秉潔

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

玩桌遊

因為可以和家人互動

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

我在寫作業的時候，要我去寫書法。

我有我的安排

繼上題~如果不開心你會表達嗎?如何表達?如果不表達，是因為-----?

不會

因為會被罵

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

善良, 樂於助人, 樂於學習
嘗試新事物, 喜愛閱讀, 吹笛
寫書法

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？

7分

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

更有耐心, 細心的去練習
所學習的才藝, 學習每天去
做一件事, 去練習, 時間不用
長但要每天做。

觀察, 提醒, 停止提醒, 觀察

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

熱心助人, 有天馬行空的想像力
做家事

提醒, 反覆模式, 但不成為嘮叨
的媽咪, 破壞親子關係



家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小 4年3班 姓名: 林常璋

① 日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼? 為什麼?
 A: 我在日常中最喜歡和家人一起下棋。因為互相鬥智, 增進感情。
 可以

① 日常生活中, 父母要求我做什麼事時, 我會不開心? 為什麼?
 A: ① 父母要我趕快去讀書的時候我會不開心。
 ② 因為沒有自己的自由權。

① 繼上題~如果不開心你會表達嗎? 如何表達? 如果不表達, 是因為-----?
 A: 如果我不開心我都不會表達, 因為我不想發脾氣。

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些?

開朗、熱心、樂於助人、天真、正義

① 我覺得「好孩子」的定義是什麼? ② 如果好孩子是10分, 我給自己打幾分 (1~10分)?

A: ① 孝順父母、尊敬師長、友愛兄弟、同學。
 ② 8分

我期待他要如何表現會更好? 我可以提供甚麼協助?

① 我期待他可以更加主動學習, 做個勇於承擔的人。

② 陪伴他成長, 訓練獨立自主。

① 我自己有哪些優點? ② 哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意? 想看看, 我還能為家人多做些什麼?

A: ① 體貼、熱心、負責任。
 ② 體貼
 ③ 多陪家人談天說地。



家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小 四年4班 姓名: 曾筠喬

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

- ①一起出外旅遊 ✓
- ②因為可以增加親子互動及增進感情

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

- ①關電視 ✓
- ②因為我不想這麼早就去睡覺



繼上題~如果不開心你會表達嗎?如何表達?如果不表達,是因為----?

- ①會
- ②直接跟他們講 ✓ 沒有



● 自我覺察



父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

乖巧、貼心、孝順 ✓

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？

①乖巧、貼心、主動幫忙、善良 ②8分

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

少看電視、多閱讀、限制3C產品使用時間 ✓

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

①貼心、孝順 ✓
②沒有 ✓
③要多分擔家事



家庭教育~~ 子職教育學習單

北門國小

4年4班

姓名: 黃晨屹



日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

喜歡和家人一起玩桌遊, 因為能增進家人的情感。

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

做很多評量的時候, 因為會覺得很不耐煩。

繼上題~如果不開心你會表達嗎?如何表達?如果不表達，是因為-----?

不會表達, 因為會被罵。

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

體貼, 愛運動, 食慾很好, 學習認真

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？

8分

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

期待他可以在學校交到更多好朋友。
提早送他去學校早自習。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

我有很多優點, 例如: 人際關係很好, 學習認真等。
② 很自律
③ 幫忙做家事。



家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小

四年四班

姓名: 溫佑言

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

我最愛和家人一起出去玩。

因為大家都會笑得很開心。

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

要求我要考第一名的時候。

因為我有一種被別人強迫的感覺。

繼上題~如果不開心你會表達嗎?如何表達?如果不表達，是因為-----?

我會表達。 因為我自己靜靜。

我會跟爸媽討論。

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

熱心助人、乖巧聽話。

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？

是孝順父母。

五分

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

希望可以更有專注力、自動自發。

陪伴孩子養成專注學習

的好習慣。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

田徑很好希望爸女馬能注意。

我能為家人多做家事。



家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小

4年5班

姓名: 巢育辰

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

A: 戶外活動 A: 因為大家一起到戶外玩樂, 覺得和家人的感情更好了。

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

A: 背單字 A: 因為今天的事已經做完了。

繼上題~如果不開心你會表達嗎?如何表達?如果不表達，是因為----?

A: 會 A: 直接跟父母講 A: 其實沒什麼大不了。

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

貼心、樂於助人、有正義感

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？

A: 尊重父母、尊重他人，父母有些要幫忙就主動幫忙。 A: (7分)

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

① 對家人要更好、更貼心一些
② 多給孩子表現的機會

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

A: 很會畫畫、體力很好 A: 我的優點都有被父母注意到 A: 按摩、做好自己的本分, 不讓長輩擔心。



家庭教育~~子職教育學習單

北門國小

四年五班

姓名：高 乃 薰



日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

畫圖，和做點心，因為這樣可以學更多。

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

畫畫時打擾我專心畫畫，因為我不喜歡別人打擾我。因為畫畫有時是來自於靈感，所以我不喜歡任何人的打擾。

繼上題~如果不開心你會表達嗎？如何表達？如果不表達，是因為-----？

會直接告知家長表達自己的意見，然後和家長溝通，這樣自己才不會產生彼此代溝和誤解。

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

樂觀、反應快
樂於助人、聰明機敏
理解力強、愛整潔乾淨

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？

在家要聽家長的話，在學校要好好專心上課不讓家人擔心。我給自己8~9分，所以還要加油改進努力。

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

家長期待她能下學期功課方面不要太大粗心大意，希望老師能經常上課時點名乃薰上台作答。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

我真正要做一件事會很專心去做好，凡事會克制自己，不希望任何人打擾我。我能夠為家人做的就是品性要保持良好課業成績盡量達到家長對我的期待標準內。



家庭教育~~子職教育學習單



北門國小

四年 班

姓名:

范允謙

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

丟棒球，因為哥哥和我一起練習可以在樂樂棒球投準時丟得準一點。

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

寫評量，因為評量裡的題目很難想到答案。

繼上題~如果不開心你會表達嗎？如何表達？如果不表達，是因為-----？

不會是因為寫評量能讓我變厲害

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

允謙很貼心，會撒嬌樂於分享學校的事，喜愛閱讀各方面的書籍

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？

主動幫忙做家事，我會自己打5分

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

希望允謙能更主動幫忙做家事，與人相處也要有禮貌。大掃除讓允謙自己拖地，哥哥先拖地，一起分工合作整理家裡環境。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

不會欠老師作業。
②我其實看了很多書，而且有記住內容。
③我還可以多做些家事，例如：晒衣服和折衣服。



家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小

4年6班

姓名: 謝依庭

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

我想和家人一起吃飯，因為全家能在一起。

150

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

爸爸很常說要讓給妹妹，所以我會不開心每一次都要讓他。

繼上題~如果不開心你會表達嗎？如何表達？如果不表達，是因為-----？

我會表達，我會跟爸爸說，如果我不表達是因為我能忍受。

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

跑步韻律佳。

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？

10分

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

思考能力、專注力、細心度！
得加強！

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

① 我的跳舞很好。

②

跑步。

③

我要當一個好孩子。



家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小

四年 6 班

姓名: 邱翔玓

150 (15)

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

聊天

因為可以說出平常發生的趣事

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

看書

因為我覺得看書很無聊

繼上題~如果不開心你會表達嗎?如何表達?如果不表達,是因為-----?

我不會表達

因為怕他們會生氣

可找自己有興趣的課外書看呢!

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

主動幫忙做家事, 心思細膩 善良

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是 10 分，我給自己打幾分（1~10 分）？

很乖, 會幫忙做事
6分

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

大方自信一些會更棒哦. 多幫助別人就會成就更棒的自己。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

- ① 會跳舞
- ② 畫畫
- ③ 多做一些家事



家庭教育~~ 子職教育學習單



北門國小 4年6班 姓名: 官宥好

日常生活中我最喜歡和家人一起做的事是什麼？為什麼？

看益智型節目,因為可以互相討論答案。

150

日常生活中，父母要求我做什麼事時，我會不開心？為什麼？

媽媽會要求我多閱讀課外書籍,因為要花很多時間閱讀。

60

繼上題~如果不開心你會表達嗎?如何表達?如果不表達，是因為----?

會,我會告訴媽媽等我完成再閱讀。
作業

● 自我覺察

父母填寫：

學生撰寫：

我的孩子優點有哪些？

貼心、誠實、熱心助人。

我覺得「好孩子」的定義是什麼？如果好孩子是10分，我給自己打幾分（1~10分）？

會主動幫忙做家事
6分

我期待他要如何表現會更好？我可以提供甚麼協助？

多表達想法,增加
自信心,透過日常
溝通耐心教導。

我自己有哪些優點？哪些優點是父母沒有注意到而且我也很在意？想看看，我還能為家人多做些什麼？

會幫忙照顧比我小的弟弟。
幫忙媽媽料理蔬菜和水果。