



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?

1. 幫媽媽捶背、按摩。
2. 幫弟弟蓋被子、洗澡。
3. 關心爸爸的身體健康。

家人有什麼反應?

- ① 每次都摟著我,稱讚我是貼心的小棉襖。
- ② 弟弟是我的小跟班,他超愛我的。
- ③ 認真的回答我,告訴我他的感受、想法。

在日常生活中我做了那件事情讓父母最放心及開心?

- ① 照顧弟弟,并檢查他的作業。
- ② 有空時去媽媽攤位幫忙。
- ③ 整理房間,拖地、掃地。

我是如何觀察到讓父母開心?

媽媽開心時會笑出來並告訴我,還會摟摟我。

爸爸開心時會露出微笑,摸摸我的頭說:好孩子!

● 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

品正非常的懂事,每天很準時的去上學,安排好英文補習武術的練習時間,時間觀念非常強。在媽媽忙的時候,像小大人一樣照顧弟弟,幫忙家事,是個可以讓媽媽依靠的孩子。最幸福的是他有一颗溫暖的心。

我期待孩子如何表現會更好?

別的方面都很好了,但,唯獨錢的方面品正還需要改進,媽媽也需要協助他改變觀念。因為家庭關係,品正買東西,盡量買便宜的,這樣,並不太好。媽媽希望他能學會正確的使用金錢,買最適合自己的、買最需要的。

【學生填寫】:我會主動與父母分享自己生活點滴?請舉例說明

每天回家後都會告訴父母當日的新鮮事,比如說我們今天有什麼好笑的事,我曾經問媽媽:A和C誰的身高比較高,媽媽想了很久我才告訴她「A比C低」,媽媽笑慘了,她工作結束後聽了,非常高興。

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?

父母太忙,一直都沒有看到我做的樂高機器人和手工大炮,都非常有意思!希望他們可以知道我樂高小能手。



北門國小

4年6班

姓名：蘇俊宇



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？

我最常用言語表達我的關心，例如詢問弟弟在學校上課情況或是跟媽媽說你很累先休息一下吧！

家人有什麼反應？

弟弟會很開心的跟我分享學校發生的事，媽媽會跟我謝謝說我很體貼。

在日常生活中我做了那件事情讓父母最放心及開心？

主動把一件家事，從頭到尾獨立完成。

我是如何觀察到讓父母開心？

晚餐時間媽媽會把我主動做家务的經過說給爸爸聽，媽媽還會稱讚我很棒。

● 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

偶爾會主動關家人及常常分享在學校的生活點滴。

【學生填寫】：我會主動與父母分享自己生活點滴？請舉例說明

放學回家我會主動分享在學校做了什麼勞作；放假在家我也會跟爸媽分享自己看了什麼書和學到什麼新知識。

我期待孩子如何表現會更好？

在家能夠主動積極分擔家事；在學校，和同學間相處熱絡，維持良好互動。在學習方面，能多方涉獵及嘗試，勿害怕失敗而侷限自己。

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？

以前上美術課，步馬聚比賽交複雜的作品，我都無法獨立完成。可是剛開始，部份的美勞作品我雖能聽懂老師講解操作的方法，也能獨立完成了。



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？

時常在晚餐後，大家坐在客廳休息時和大家聊天每天發生的事，有時不好意思說出口的話，我會寫卡片，再畫個圖給家人。

家人有什麼反應？

因為每天都有和家人們互相聊天，分享每天的心情，各種喜怒哀樂，有與家人們互相分享，成為彼此的依靠，家人們感情更好了。

在日常生活中我做了那件事情讓父母最放心及開心？

因為裡有三個姐姐，東西就會比較多。看到爸媽每天整理家務非常忙碌，我會利用假日和姐姐把自己房間整理乾淨，幫忙曬衣服摺衣服減輕他們的負擔。

我是如何觀察到讓父母開心？

因為假日時會特早點起床整理房間和客廳，爸媽起來看到家裡變乾淨整齊就會輕鬆不少，就有更多的時間陪我們，帶我們出去玩。

● 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

依綾會管理好自己的錢財，講話有時很貼心及會撒嬌，有天真無邪的想法，是家裏的開心果。

【學生填寫】：我會主動與父母分享自己生活點滴？請舉例說明

每天我都會和家人們分享學校發生的大小事，讓父母也參與到我的校園生活，爸爸也跟著我一起認識了校園的老師。

我期待孩子如何表現會更好？

希望她認識自己的優點及注意自己缺點改進，這樣心智會更成長，往後才有更美好人生。

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？

因為我很迷糊，時常忘東忘西，有時上學忘了帶聯絡簿，有時東西留在學校忘了帶回家，前陣子有努力改善，希望自己記住改掉這個缺點，可能剛開始，爸媽還沒發現我的改變。



家庭教育~~ 子職教育學習單

40
在日常生活中我最常用哪些方式來對家人表達關愛？

幫忙家人打掃
狗房, 及收拾碗
筷。
快。

家人有什麼反應？家人會非常開心，
還會誇獎我。

40
在日常生活中我做了那件事情讓父母最放心及開心？

幫忙爸爸收攤子
或幫忙媽媽掃地
和幫忙哥哥洗衣服。

我是如何觀察到讓父母開心？

我會問今天你們快樂嗎？
爸爸如果心情好開車時
就會唱歌，而媽媽則是
會帶我和哥哥去吃大餐。

● 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

會自己起床，
很自律，
會自己洗衣服，

【學生填寫】：我會主動與父母分享自己生活點滴？請舉例說明

今天在校的時後跌倒，
但沒有受傷所以，
不用擔心。

爸

我

我期待孩子如何表現會更好？

已經很棒了！
做自己就好！

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？

幫爸爸收攤子
但是太急著回，所以沒有
注意我有幫忙。

爸

我



北門國小

4年4班

姓名：陳宥婷



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？每天我出門上學時，都會跟媽媽說「祝你上班順利」。

家人有什麼反應？

媽媽也會回我「祝你上學愉快」。

在日常生活中我做了那件事情讓父母最放心及開心？每次我洗完澡後，都會跑去廚房問在煮菜的爸媽需不需要幫忙。

我是如何觀察到讓父母開心？

媽媽都會說「好哇」。

● 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。

會主動完成課業，學校辦體育生活，力圖自理，能融入，還會常幫父母按摩舒壓的兒子。

【學生填寫】：我會主動與父母分享自己生活點滴？請舉例說明。

有時在學校遇到讓我覺得不開心的事時，我會跟爸爸媽媽說。

我期待孩子如何表現會更好？

能更會生活自理，例如：摺衣服、洗水杯、整理房間。

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？

↓
我很喜歡打籃球，雖然三年級時籃球社裡只有我一個女生，不過我的球技巧並不輸給其他男生。但是，爸媽卻沒有完全注意到我對籃球的熱情。





北門國小

4年2班

姓名：尤聖恩



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？

給他們一個大抱抱。

家人有什麼反應？

他們會抱著我說：「我愛你」。

在日常生活中我做了那件事情讓父母最放心及開心？

把打電動的時間拿去看書。

我是如何觀察到讓父母開心？

不會一直看著地板，笑笑的。

● 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

每天早上的晨課，聖恩都很節制的起床上課，很少抱怨，令家人都非常佩服！

【學生填寫】：我會主動與父母分享自己生活點滴？請舉例說明

媽媽接我放學回家的時候，我會跟媽媽分享我在學校吃些什麼？有做些什麼特別的事？

我期待孩子如何表現會更好？

① 能夠更專注的做完每次要做的
的事！另外，也能運用刻意練習的
學習法來讓自己目前遇到的學
習困難！
克服

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？

有一次媽媽出去買菜，我把家裡整理的乾乾淨淨，想給媽媽一個大禮物，但是媽媽回來後卻沒有發現我把家裡整理的乾乾淨淨的。