



Pingtung County Ping Rong High School

113學年度

屏榮高級中學 親師座談會手冊

國中部



屏榮FB Scan me

2024.09.21



目次

親師座談會時程表	P. 3
想讓您知道的事	P. 4
教務處工作報告	P. 8
學務處工作報告	P. 9
總務處工作報告	P. 14
輔導室工作報告	P. 15
傑出的教學成果	P. 25
各處室電話號碼	P. 42
附錄	
反毒宣導	P. 43
親職好文共享	P. 50



屏榮高級中學 113 學年度親師座談活動時間分配表

113 年 09 月 21 日

實施時間	實施課程	實施地點	實施人員
08:20－08:30	報到、相見歡	江來館禮堂	學務處主任、組長
08:30－08:50	防治學生藥物濫用宣導	江來館禮堂	陳羿仁 先生 屏東校外會反毒講師
08:50－09:10	致歡迎詞	江來館禮堂	李欣蔓 校長
09:10－10:00	親職教育講座－ 正向親子關係與 連結	江來館禮堂	鄭愷縈心理師 屏東市好好心理諮商所
10:10－11:50	與導師有約	班級教室	班級導師
10:50－11:50	家長代表會議	西芝二樓 會議室	校長及處室主任
11:50～	賦 歸		

備註：

- 一、家長到校後入禮堂休息。
- 二、各導師在禮堂前協助引導招待(按各班分配位置)。
- 三、導師可將學校重要施行方針對家長宣導。
- 四、家長座談之意見及建議，由各班導師彙整後轉交學務處。
- 五、因家長代表須於 10:45 前離開班級前往家長代表會議，建議導師可先與其完成意見交換。

**想讓你知道的事****【教務處】**

Q1：目前國中升學有哪些主要管道？

A1：為了達成「適性揚才」的願景，國中升學分為四種入學方式：免試入學、特色招生、未受補助私校單獨招生與其他，詳下方圖表：





Q2：「國中教育會考」成績如何計算？

A2：以113會考為例，各縣市再依成績等級採計成績，如屏東區A每科得5分，最高採計25分。

113會考答對題數與分數等級標示對照表

成績等級標示		國文	社會	自然	英文 (加權成績)	數學 (加權成績)
精熟	A++	答對40-42題	答對52-54題	答對48-50題	98.14-100.00	93.20-100.00
	A+	答對39題	答對50-51題	答對47題	96.23-98.13	86.40-93.19
	A	答對37-38題	答對48-49題	答對44-46題	90.70-96.22	76.40-86.39
基礎	B++	答對33-36題	答對42-47題	答對37-43題	82.30-90.69	66.20-76.39
	B+	答對30-32題	答對36-41題	答對30-36題	70.01-82.29	56.90-66.19
	B	答對18-29題	答對21-35題	答對19-29題	38.43-70.00	38.10-56.89
待加強	C	答對0-17題	答對0-20題	答對0-18題	00.00-38.42	00.00-38.09

【加權成績計算】

■ 英文：(閱讀答對題數/閱讀總題數) $\times$ 80+(聽力答對題數/聽力總題數) $\times$ 20

■ 數學：(選擇題答對題數/選擇題總題數) $\times$ 85+(非選擇題得分/非選擇題總分) $\times$ 15)

Q3：「超額比序」是什麼？

A3：免試入學的分發方式是由報名學生上網選填志願，每生依志願序以錄取1個校(科)為限。如各高級中等學校(科)報名人數未超過招生名額時，全額錄取；當報名人數超過招生名額時，才會依照「比序項目積分對照表」換算積分以進行比序分發。

屏東區超額比序積分對照表如下頁：

你的陪伴，就是給予孩子最重要的禮物



超額比序項目積分對照表 屏東區

項目		上限	積分換算
志願序		7分	- 第1~3志願7分。 - 第4~6志願5分。 - 第7~9志願3分。 - 第10~12志願2分。 - 第13~30志願1分。
畢業資格		2分	- 符合畢業或達畢業資格者2分。 - 不符合畢業或未達畢業資格者不計分。 - 採計至登記報名作業前。
經濟弱勢		2分	- 領有縣（市）政府中、低收入證明者。 - 低收入者得2分、中低收入者得1分。
均衡學習		9分	- 本項基本條件為國中健康體育、藝術人文、綜合活動等三個領域五學期平均成績達及格者。 - 符合基本條件單領域五學期平均成績達及格以上者，計3分。 - 符合基本條件2領域五學期平均成績達及格以上者，計6分。 - 符合基本條件3領域五學期平均成績達及格以上者，計9分。 - 採計至九年級上學期。
多元學習表現 (上限28分)	服務表現	10分	- 幹部：擔任班級幹部任滿1學期，經考核表現優良者得3分。 - 社團：社長任滿1學期，經考核表現優良者得2分。 - 特殊服務表現：每班0~4位，任滿1學期，經考核表現優良者得2分。
	品德表現	10分	- 無任何記過紀錄者（含銷過後）得10分。 - 銷過後未達小過紀錄者得7分。 - 銷過後無累積至小過兩次紀錄者得4分。 - 採計至當年度4月30日前。
	競賽表現	10分	- 個人賽： (1) 國際性：第1名10分、第2名9分、第3名8分、第4名7分、第5名6分、第6名5分、第7名4分、第8名3分。 (2) 全國性：第1名8分、第2名7分、第3名6分、第4名5分、第5名4分、第6名3分、第7名2分、第8名1分。 (3) 全縣性：第1名5分、第2名4分、第3名3分、第4名2分、第5名1分、第6名（含佳作）0.5分。 - 團體賽：依個人賽積分計算。 - 成績比照： (1) 特優：比照第1名。 (2) 優等：比照第2名。 (3) 甲等：比照第3名。 (4) 全國家作：比照第4名。 (5) 全國入選：比照第5名。 (6) 給獎名次為金獎、銀獎、銅獎及佳作：依次比照第1名、第2名、第3名、第4名。 (7) 給獎名次為白金獎、金獎、銀獎：依次比照第1名、第2名、第3名、第4名。 (8) 特別獎、最佳鄉土教材獎、最佳團隊合作獎、最佳創意獎：全縣性競賽比照佳作；全國性競賽比照第4名。 - 國中在學期間同一學年度同一性質或同一項目之競賽僅擇優計分一次。
	體適能	10分	- 完成四項檢測者，成績達教育部公佈之最新門檻標準者：一項成績得4分、二項成績得6分、三項成績得8分、四項成績得10分。 - 完成四項檢測者，得2分。
適性發展		6分	報名科、群與生涯規劃建議： 「我的志願」相符者得2分。 「家長建議」相符者得2分。 「輔導小組建議」相符者得2分。
國中教育會考		25分	「精熟(A)、(A+)、(A++)」者每科得5分 「基礎(B++)」者每科得4分 「基礎(B+)」者每科得3.5分 「基礎(B)」者每科得3分 「待加強(C)」者每科得1分
總積分		79分	
說明		超額比序相關規定採計依屏東區「十二年國民基本教育免試入學超額比序項目」採計作業補充說明。	



Q4：學生如何順利畢業？

A4：依據「國民小學及國民中學學生成績評量準則」，學生修業期滿，符合下列規定者，為成績及格由學校發給畢業證書；未達畢業標準者，發給修業證明書：

1. 學習期間扣除學校核可之公、喪、病假，上課總出席率至少達三分之二以上。
2. 經獎懲抵銷後，未滿三大過。
3. 八大學習領域有四大學習領域以上畢業總平均成績丙等(即60分)以上。

【學務處】

Q1：如何幫學生請假？

A1：您可以直接和導師聯絡，除臨時不可抗力因素外，最遲應於事前1日完成請假，並請貴子女依照本校請假須知之規定，填寫不同假別的請假單，經家長及導師簽名後，由學生交至學務處，並務請於三日內完成正式請假程序，共同督促學生，培養守時守紀良好德行。

Q2：請問學生要如何辦理助學貸款？

A2：8月起至開學後一週至學務處訓育組索取申請表，依申請表上的說明辦理。

學生申請就學貸款必須先至台銀網站 <https://sloan.bot.com.tw/sloan/sLoanLogin.do> 登錄，預約對保時間，列印申請／撥款通知書（共有三聯）後至臺銀櫃檯申貸。

Q3：請問學生需要遵守服儀的規定嗎？

A3：為使同學養成整齊、清潔、簡單、樸素之良好生活習慣，並確保學生安全、健康、符合公共衛生並配合地區環境、人文成為有朝氣、守秩序之屏東青年，懇請家長能協助指導孩子穿著合宜的制服與維持端正的儀容，提升對學校的認同以及培養榮譽感，有助於建立優良的學習風氣，我們一起努力。

Q4：請問學生可以騎乘電動自行車到校嗎？

A4：滿14歲者得向學校申請，本校提供兩個時段申請，一是期末預先調查下學期的需求，二是開學後二週內，填寫申請單通過審查後，請貴子女依照指定地點停車。

【輔導室】

Q1：如何協助孩子生涯規劃？

A1：

(一)輔導室有辦理賴氏人格測驗以及性向測驗，幫助學生透過各科能力測驗結果，譬如空間、語文能力等，認識自己不同領域的能力；九年級做興趣測驗，協助學生探索興趣與生涯規劃，或對相關工作類型有概略認識。

除了智力測驗結果不會公布，其他測驗結果會記錄在學生自七年級就有的「生涯發展紀錄手冊」，家長也能看到。直到九年級選填志願，親子就可以用過去的測驗結果當參考，討論求學規劃，例如若是性向測驗的結果發現孩子的語言能力特別突出，或許就能選填與語言相關的科系，或是搜尋有開出豐富語言選修課程的高中。屏東區每年都會辦理高中職博覽會，進場可以一次了解縣內學校的辦學特色。

(二)教育部國前署「[國中及高級中等學校學生生涯輔導網](#)」，提供國高中生豐富的生涯資訊，請多加運用。

**各處室工作報告****【教務處工作報告】****一、國中畢業條件**

依據「國民小學及國民中學學生成績評量準則」，學生修業期滿，符合下列規定者，為成績及格由學校發給畢業證書；未達畢業標準者，發給修業證明書：

1. 學習期間扣除學校核可之公、喪、病假，上課總出席率至少達三分之二以上。
2. 經獎懲抵銷後，未滿三大過。
3. 八大學習領域有四大學習領域以上畢業總平均成績丙等(即60分)以上。

二、重要考試日程表**(一)本學期段考日期**

段考別	考試日期
第一次段考	10 月 7~8 日
第二次段考	12 月 5~6 日
第三次段考	1 月 16~17 日

(二)本學期模擬考日期

模擬考別	考試日期
第一次模擬考	9 月 3~4 日
第二次模擬考	12 月 19~20 日

(三)114年國中教育會考考試日期訂於114年5月17日與18日(星期六與日)**三、重要訊息公告**

(一)行事曆、班級課表、考試日期、獎學金申請、各項校內外競賽及研習活動等重要訊息公佈於學校網頁，歡迎家長上網瀏覽查詢和加入本校FB。

<http://www.prhs.ptc.edu.tw/>



屏榮高中網站 QR code



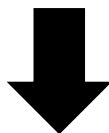
屏榮高中FB code

**【學務處工作報告】****一、113學年度上學期重要活動**

日期	活動內容	參加人員
9/23-27	微笑928敬師活動	全體學生
10/14	新生盃 3 對 3 籃球賽	參賽班級
10/24-25	全校田徑賽預賽	參賽班級
10/30	全校才藝競賽	參賽班級、個人
11/4-5	全校田徑賽複賽	參賽班級
11/11	全民國防實彈射擊體驗	職二普三
11/14-15	全校大隊接力預賽	參賽班級
11/22	校慶暨各科成果展	全體學生
12/18-20	一年級迎新活動	高一國一

二、學務處規範學生事項

- (一)每週一 7:40 全校升旗，須 7:40 時前到校，其餘日數學生應於上午第一節8:00開始上課以前抵達上課地點，請家長督促孩子準時到校學習。
- (二)本學期開始使用線上點名系統，請假請按請假規則辦理，務必於三日內完成正式請假程序。
- (三)為了食品衛生安全，目前禁止學生訂購外食，若家長親送請以每位學生一份為限。
- (四)上課時間未經老師許可，不得使用3C產品。
- (五)根據《高級中等學校學生學習評量辦法》第二十五條規定：「學生曠課及事假之缺課節數合計達該科目全學期總修習節數三分之一者，該科目學期學業成績以零分計算。」
- (六)學生除公假外，全學期缺課節數達修習總節數二分之一，或曠課累積達四十二節者，經提學生事務相關會議後，應依法令規定進行適性輔導及適性教育處置。

學生獎懲辦法**學生在校作息時間實施要點****學生校園行動載具使用管理規範****電動(電動輔助)自行車申請停放須知**

點我





學生在校作息時間表

項目	時間	說明
校園開放	07:00	
學生自主學習	07:30-08:00	國中部 7:30 到校
升旗 (每週一實施)	07:40-08:00	1. 學校每週固定集合時間 (07:40 於操場集合完畢) 2. 因專車等因素 07:40 時後到校者， 統一於西芝樓前方集合升旗。
第 1 節	08:00-08:50	
環境維護	08:50-09:10	20 分鐘
第 2 節	09:10-10:00	
第 3 節	10:10-11:00	
第 4 節	11:10-12:00	
午膳	12:00-12:30	30 分鐘
午休	12:30-13:05	35 分鐘
第 5 節	13:10-14:00	
第 6 節	14:10-15:00	
第 7 節	15:10-16:00	
環境維護	16:00-16:15	15 分鐘 16:15 時鐘響後，未參加輔導課學生可離校。
第 8 節	16:15-17:05	輔導課 50 分鐘
學生離校	17:05-18:00	
校園關閉時間	18:00	配合進修部時間

注意事項：

(一) 到校：

1. 為維護學生校園安全，學生請避免於上午 7 時前到校。
2. 須 7:30 時前到校，其餘日數學生應於上午第一節開始上課以前抵達上課地點即可。

(二) 全校集合活動：

1. 每週一屬全校集合活動，07:40-08:00 於操場實施升旗典禮。
2. 週一升旗時有行動不便、身體不適或特殊事故者，經報備導師核准後，統一於中菁樓一樓階梯處休息，不可單獨留在教室內，以避免危安。
3. 週一升旗遇專車因素 07:40 時後到校者，統一於西芝樓前方集合升旗。

(三) 午休：

1. 中午午膳時間為 12:00-12:30(30 分)統一於教室內用餐，不可在校園其他角落用餐。
2. 午休時間為 12:30-13:05(35 分)，所有廚餘及便當盒清運一律於 12:40 前完成，除申請同意之活動外，午休時間應於教室內安靜午休，以維校園寧靜使學生充份休息。



屏東學校財團法人屏東縣屏東高級中學

學生請假須知

99 年 12 月 彙 整
99 年 02 月 08 日 修訂
102 年 01 月 16 日 修訂
103 年 6 月 24 日 修訂
105 年 6 月 28 日 修訂
111 年 06 月 28 日 期末校務會議通過

一、依據（一）高級中等學校學生學習評量辦法。

（二）依據性別平等公約。

二、學生請假，除臨時不可抗力因素外，最遲應於事前 1 日完成請假，凡未依本須知所律辦理者，視同逾時請假及曠課辦處，家長應與本校配合，共同督促學生，培養守時守紀良好德行。

三、請假程序

（一）學生或請家長（監護人）應先主動向導師回報，以電話或其他得以聯繫導師方式，說明原由後實施，除臨時不可抗力（如天災、車禍及突發高燒等因病事由）因素、病假及其他先經報准之事由，得於返校後 3 日內完成，餘一般事由應事先完成。

（二）臨時（因病等）請假，應先向導師（或代理人）回報說明原由後，填具外出（早退）申請單，送導師→輔導教官簽核後，始得憑單離校（離校時申請單繳至警衛室），返校後依時限辦理（完成）請假。

（三）外出單僅供臨時離校使用，不論請假類別，返校後仍須依時限於 3 日內檢附相關證明完成請假。

（四）每週公布之缺曠課統計表如未符實況，應於公佈後 3 日內至學務處查核更正，逾期不予受理。

四、學生請假類別（評量辦法第 22 條），分為病假、事假、公假、喪假、生理假、產假（含產前、分娩、流產及育嬰假）、婚假、陪產假等，各類別請假細則及注意事項如後述：

（一）病假：

1. 預檢附就醫證明（收據或診斷證明）為憑；若因故無就醫情事，則應請家長（監護人）填具假單背面之證明單，說明事由並簽章為憑。
2. 段考期間（期中及期末考）請假，均須出具醫院證明文件，送學務處辦理，完成請假後，持相關單據至教務處登錄備查。

（二）事假：

1. 計畫性活動需於事前辦理，若因緊急（突發）事故不能到校者，須由家長（或監護人）電話先親向導師說明，返校後依請假程序完成請假。
2. 段考期間（期中及期末考）請假，預檢附證明文件，於考試前 1 日完成，並至教務處登錄備查。

（三）公假：以學校薦派為主，



1. 代表學校參加各項校外活動，如全國技能(藝)競賽、中小運、衛生講習等，以經核定之公文或簽呈為憑。
 2. 參加政府技術技能相關檢定及活動(勞委會檢定、公職資格考、兵役體檢及志願役測考等)，請假時檢附准考證、公文或簽呈等證明為憑；未能檢附證明或參加私人機關所舉辦之檢定及活動則依事假方式辦理。
 3. 校內經行政單位(各處室、各科或社團等權責人員)核准指派之公益勤務及學生自治幹部各項正規勤務等。
 4. 大學四技入學應考及面試等升學相關活動，得由業管權責單位(教務處、輔導室及普通科)適妥規劃報准後，學生請假時檢附准考證、公文或簽呈等證明為憑。
 5. 申請公假應由行政或活動單位(各處室、各科或社團等權責人員)按各欄位填寫公假單，確認無誤簽章後送生輔組審查，應於事前 3 日完成(若遇突發或不可抗力情況請先回報學務處管制)。
- (四) 喪假：以直系血親為限；旁系血親過世，應以事假辦理。
- (五) 生理假：因生理日肇致無法正常到校者，每月得請生理假 1 日，其假日數併入病假計算。
- (六) 產假(含產前、分娩、流產及育嬰假)：分娩及流產假應一次請畢，將分娩前已請畢產前假，經醫師證明確有請假必要者，得於分娩前申請分娩假，其日數應併入分娩假日數計算；辦理流產假時亦同。
1. 產前及分娩假：因懷孕者，於分娩前，給產前假 8 日，得分次申請，不得保留至分娩後；於分娩時，給分娩假 42 日(不包含例假日)。
 2. 流產假：懷孕滿 3 個月以上流產者，給流產假 14 日(不包含例假日)。
 3. 育嬰假：女學生撫育子女未滿 3 歲前，持有證明者，得請育嬰假。(其成績考查及修業年限另召開專案會議討論)。
- (七) 婚假：同事假方式辦理，應於事前檢附證明完成請假。
- (八) 陪產假：因配偶分娩者，給陪產假 5 日，得分次申請。但應於配偶分娩日前後 5 日內請畢，例假日順延之。

五、准假權限及核准程序：

- (一) 請假 1 日內，導師→學務處(出缺席幹事)辦理。
- (二) 請假 1~2 日，導師→生輔組長(輔導教官)→學務處(出缺席幹事)辦理。
- (三) 請假 2~3 日，導師→生輔組長(輔導教官)→學務主任→學務處(出缺席幹事)辦理。
- (四) 請假逾 3 日，導師→生輔組長(輔導教官)→學務主任→呈校長→學務處(出缺席幹事)辦理→完成審查後單據(第 2、3 聯)分送導師處存管。

六、逾時請假之處理：自請假翌日起算(不含例假日)，

- (一) 逾期 4~7 日(含)者：依校規核予警告 1 次。
- (二) 逾期 8~14 日(含)者：依校規核予警告 2 次。
- (三) 逾期 15~21 日(含)者：依校規核予小過 1 次。
- (四) 逾期 22 日(含)以上者：以曠課辦處，不予核假(若因不可抗力因素，且能提



具有效證明者，經權責人員核准得另案辦理)。

若具上開(一~三項)逾期事實者，請假時預檢附獎懲建議單，始得辦理請假。

七、若事假及曠課節數達該科目全學期教學總節數 1/3 者，該科目學期學業成績以 0 分計算。(評量辦法第 23 條)

八、未依規定完成請假者，一律視同曠課；曠課累積達 42 節(含以上)者，提送德行審查會議依法令規定進行適性輔導及適性教育處置審查。(評量辦法第 24 條)

九、各假別無另訂日數上限，家長(監護人)應視實際情況酌定，並請學生依上開規定(第七、八條)衡量自身條件，免生後遺。

十、請假單如有下列不法情事經查屬實者，視情節輕重，依學生獎懲辦法予以辦處：(一)各欄位未按事實填寫、擅自塗改或變造已核准假單各項資料者。

(二)偽造家長、導師或權責人員簽章者。

(三)冒用他人名義或企圖協助他人偽造不實資料者。

十一、學校重大活動期間，未依規定完成請假者，除視同逾時及曠課外，另視情節輕重，依學生獎懲辦法予以辦處。

十二、本須知經校務會議通過，呈校長核定後實施，修正時亦同。

◆學務處成員及服務

聯絡電話：08-7223409 #21

學務主任：陳季容

訓育組長：陳韋宏

體衛組長：陳美香

生輔組長：書銘成

◆教官室成員及服務

聯絡電話：08-7223409 #20

主任教官：李彥鋒

校 安：林盈宏

校 安：洪火聲

校 安：陳耀宇

◆健康中心：

聯絡電話：08-7223409 #42

校 護：蕭慧敏

黃慧妮

盧純慧



生生有品格、做事有品質、生活有品味





【總務處工作報告】

- 一、學校為維護學生安全，嚴禁訂購外食，也重視環保及衛生教育，每一位學生都有發給一雙環保筷使用。校園內禁止使用衛生筷，也麻煩家長配合，若要親自送便當，請勿使用紙餐盒或保麗龍餐盒，盡量使用可重複使用之環保餐具，以減少垃圾量。
- 二、服裝上若遇有短缺需要添購，可以至本校育英館二樓事務服務中心購買，外面部分商店也有賣運動服裝，但品質及價格皆不及本校，提供給家長參考。
- 三、為配合政府節能減碳措施，學校冷氣的管理必須依規定的溫度(達 28 度)開放，或有時會遇冷氣主機故障(採中央空調)的情形，請家長能諒解並請孩子稍安勿躁，總務處會儘速處理，讓大家有個舒適的學習環境。
- 四、搭乘交通車的學生，因為考量每個學生家庭的經濟能力，在票價上比屏東客運車較為優渥，某些車雖無法安排每位搭車的人都能有座位乘坐(每車含站、立位)，但不會有超載安全的虞慮，請家長放心，也為了讓學生不至於每天都是站位，本校採輪流坐座位的機制，單數日為男生優先，雙數日為女生優先，上學時會做宣導，放學則會依序男女排隊上車，若申請立位者，學校會提供 10%的車資減免。若因交通車臨時故障或因下雨天路況較差而延誤時間時，學校會主動連絡學生，學生務必留在原處等候，不要擅自離開或回家，學校定會設法接學生到校上課，若因此遲到或被記曠課，總務處會代為請假，請家長放心。
- 五、在學校裡難免會發生有腳踏車、貴重物品、金錢遺失等情形，當然這些我們也會盡力協助同學尋找，校園內雖裝了多處的監視器，但畢竟還是有限。所以也要拜託家長叮嚀您的小孩，單車停放車棚要能上鎖，貴重的東西盡量不要帶到學校，若需繳費帶錢來學校，也儘早交給承辦人員。
- 六、本校獲教育部認證「優質化高中」，以及多項計畫補助經費，不論在軟體的活動或硬體的設備上都有不斷的提升，相信有這些的協助教學，一定可以讓各位的子女在這裡得到更多元化的學習與更大的幫助。

聯絡電話：總務處 08-7223409#18 ， 事務服務中心 08-7223409#26

總務主任：鄭君政

庶務組長：莊百如

文書組長：陳汝綾



【輔導室工作報告】

屏榮高中 113 學年度輔導工作計畫

類別	項目	實施內容及方式	預定完成日期	協辦單位
壹、一般性行政	一、擬訂工作計畫	編組輔導工作委員會及召開會議，擬定輔導工作計畫	每學年度八月下旬	各處室
	二、充實輔導設備	1. 申購各項設備、心理測驗、文具 2. 印製各種輔導相關表格	預備週	總務處
	三、建立學生基本資料	1. 建立學生綜合記錄表 2. 整理休、轉出學生資料 3. 登錄二、三年級學生綜合資料之各項紀錄	經常性 寒、暑假 預備週	導師 導師
	四、諮詢、輔導與諮商	1. 針對學習、人際、家庭、自我等各類問題，提供諮商與輔導 2. 建立個案輔導會議及個別諮商紀錄 3. 建立個案研究資料 4. 依輔導需要與相關福利機構聯繫及轉介	經常性 經常性 經常性 經常性	
貳、生活輔導	一、始業輔導	1. 實施新生始業定向輔導	預備週	學務處
	二、年級輔導工作推動	1. 執行輔導股長訓練，瞭解輔導室業務與服務 2. 安排年級輔導老師，定期批閱輔導股長聯絡簿，瞭解班級學生適應狀況	第二週 每週	
	三、協助學生解決個別生活適應問題	1. 與各處室、教官、導師保持密切連繫並主動協助，加強具特殊問題學生之輔導 2. 運用輔導股長協助轉介以協助學生，並發揮同學愛，關懷班上同學 3. 成立學生申訴評議委員會，保障學生權益並促進校園和諧	經常性 經常性 經常性	導師
	四、心理測驗實施及運用	1. 配合各年級需要、實施心理測驗及解釋 七年級：賴氏人格測驗 八年級：適性化生涯性向測驗 情境式生涯興趣測驗 2. 分析項心理測驗結果提供相關處室及教師	第 4 週 第二學期 9 月	
	五、特殊個案輔導	1. 進立特殊個案輔導記錄。 2. 召開特殊個案會議，協同教師、家長與社區資源，擬定輔導策略。 3. 依個案需求轉介社區醫療單位。 4. 召開特殊個案畢業轉銜評估會議，辦理學生轉銜通報。	經常性 經常性 經常性 下學期 5 月	學務處
	六、學生申訴制度	1. 定期宣導學生申訴辦法，以維護學生權益 2. 召開學生申訴評議會審理申訴案件	預備週 經常性	學務處
	七、輔導資源	1. 建立各項社區轉介資源 2. 宣導社區資源與管道	經常性 經常性	
	八、中途離校學生預防與復學輔導	1. 進行離校生輔導與資源介入 2. 定期辦理離校生追蹤輔導，提供生涯諮詢與輔導 3. 輔導長期缺課學生，預防學生中途離校	經常性 經常性 經常性	學務處 註冊組
	九、高關懷學生轉銜	1. 召開高關懷新生轉銜會議，輔導介入評估 2. 召開高關懷畢業轉銜會，決議轉銜/結案名單	每年 9 月 每年 5 月	教務處 學務處



類別	項目	實施內容及方式	預定完成日期	協辦單位
	十、國中、部中輟學生追蹤輔導	1. 中途輟學學生通報及函報強迫入學委員會及警政單位。 2. 建立中途輟學學生檔案資料。 3. 中途輟學學生復學安置與輔導。 4. 召開中途輟學學生輔導會議。	經常性 經常性 經常性 經常性	學務處 教務處 學務處
參、性別教育	一、辦理性別平等教育課程，提昇性別平等教育知能	1. 辦理性別平等相關知能研習 2. 規劃性別平等教育課程 3. 鼓勵教師編製性別平等教案 4. 課程融入教學-生涯規劃課、輔導活動課、健康與護理課 5. 辦理性別教育專題演講	8月、113年1月 寒、暑假 經常性 每學期 第17週	
	二、辦理校內外性別平等教育活動	1. 鼓勵參與教育部競賽活動 2. 辦理性別平等教育海報比賽 3. 定期宣導相關資訊 4. 辦理性別教育小團體輔導 5. 充實性別平等教育軟硬體設備	經常性 本年級不辦理 經常性 本學年不辦理 經常性	
肆、生命教育	一、課程教材教學及研發	1. 生命教育課程設計 2. 輔導活動生命教育篇課程設計 3. 生命教育體驗課程活動 4. 相關影片欣賞與討論 5. 各科教學研究會利用融入式課程教學，並逐年彙整教案，進行教學觀摩。 6. 鼓勵教師參加或協同、指導實習教師參加生命教育議題融入教學教案甄選活動	寒、暑假 寒、暑假 經常性 每學期 每學期 經常性	
	二、高關懷學生	1. 高風險家庭調查 2. 高關懷學生篩選 3. 高關懷學生轉銜輔導	第7週 第6週 每年6月、9月	
	三、宣導活動	1. 週會演講：校園安全與生命關懷主題演講 2. 生命教育文章、刊物宣導-公布在輔導室布告欄及網頁 3. 憂鬱與自殺防治影片觀賞及教育宣導 (1) 生命教育課程 (2) 建置相關資源網站	第14週 經常性 第10週	
	四、社區資源合作	1. 屏東區心理衛生諮詢服務中心醫師。	經常性	
伍、學習輔導	一、充實生涯輔導圖書	1. 充實圖書，協助學生養成運用圖書設備，蒐集資料及自學能力。	經常性	
	二、學習診斷測驗	1. 實施心理測驗，診斷學生之學習困難所在，施以學習輔導。	第7週	
	三、蒐集升學參考資料	1. 蒐集升學參考資料，讓學生隨時取閱。	經常性	
	四、辦理升學輔導座談	1. 舉行「升學輔導座談」，指導升學進路與資料準備。		



類別	項目	實施內容及方式	預定完成日期	協辦單位
柒、生涯輔導	一、生涯探索	1. 融入班級輔導活動課程實施「生涯輔導」活動 2. 學生生涯檔案及生涯輔導手冊使用指導 3. 適性化職涯性向測驗 4. 情境式職涯興趣測驗	經常性 經常性 上學期 下學期	導師 導師 導師
	二、升學輔導	1. 辦理各年級多元入學管道之宣導與輔導。 2. 辦理多元入學方案導師/家長說明會 3. 辦理高中職五專選填志願輔導 4. 辦理高中職參訪。 5. 辦理技藝教育課程。	上學期 2 月 下學期 8 年級 9 年級	教務處
	三、職業探索	1. 辦理升學就業狀況調查。 2. 提供就業資訊。 3. 辦理 8 年級職群試探活動	上學期 經常性 8 年級	
捌、特殊教育	一、特殊教育推行委員會	1. 成立特殊教育推行委員會，擬定身心障礙學生輔導工作計畫 2. 召開新生安置會議 3. 身障生交通車補助申請審查 4. 疑似生/更改鑑定申請(9 月) 5. 身障生獎補助學金申請 6. 舊生重新安置(12 月)(轉科/轉學) 7. 跨階段/疑及生鑑定(下學期 2 月)(一年級)	預備週 預備週 第 3 週 第 3 週 第 12 週 第 14 週 下學期 下學期	各處室 導師
	二、新生轉銜安置	1. 召開新生轉銜會議 2. 進行新生始業輔導，學校對於新生入學之身心障礙學生，於開學後安排輔導老師、工讀生	第 3 週 第 3 週	導師 導師
	三、生活輔導	1. 個別與團體輔導，依學生個別差異、問題類別採定時或不定時之個別或團體輔導方式，予以必要之協助 2. 親師座談與專題研討：規劃邀請專家及學者辦理親職教育相關專題研習會，協助家長預防或解決親子問題 3. 擴充身心障礙學生知能，規劃資源，不定時舉辦閱讀、欣賞影片、校外參觀活動	經常性 第 4 週 經常性	
	四、個別化教學計畫	1. 召開期初、期末 IEP 會議，擬定個別化教育計畫與評量 2. 建立身心障礙學生完整基本資料，同時擬定個別化教育計畫，給予個別或混合式之學業輔導、生活輔導、心理輔導、升學輔導	第 4 週、第 18 週 經常性	導師 導師



類別	項目	實施內容及方式	預定完成日期	協辦單位
	五、轉銜輔導	1. 三年級學生召開轉銜輔導會議，學校對於即將畢業之身心障礙學生，應就其需求，安排適切的轉銜輔導。	第 17 週	導師
	六、升學輔導	1. 辦理身心障礙學生升學志願填報輔導 2. 辦理身心障礙學生升學輔導說明會，並邀請家長參加，提供各年度的考古題目，鼓勵身心障礙學生參加升學考試	第 3 週 第 16 週	導師
捌、家庭教育	一、家庭教育輔導機制	1. 透過家庭教育諮商輔導機制，與家長建立夥伴關係，並建立正確之家庭教育觀念。 2. 提供重大違規事件或特殊行為學生之家長或監護人及實際照顧學生之人家庭教育相關知能、輔導課程。 3. 建立危機及高風險家庭社區預防網絡，並整合區域服務資源網絡。	經常性 經常性 經常性	教官室 教官室 教官室
	二、多元文化講座	1. 辦理多元文化講座，鼓勵學生認識多元文化與經驗分享，使師生了解、進而接納異國文化特色，尊重、關懷與協助新住民及其子女。	每學期	學務處
	三、學生家庭調查	1. 辦理新住民、原住民與低收/中低收入戶家庭調查，建立班級清冊 2. 提供獎助金申請、社會福利申請與學雜費減免協助。	第 7 週 經常性	學務處 教務處
	四、新住民子女獎助學金申請	1. 辦理新住民及其子女獎助學金申請。	12 月	註冊組

家是世界上唯一隱藏

人類缺點與失敗的地方，

它同時隱藏着甜蜜的愛。

-George bernard shaw



一、輔導室重點工作

- (一)青少年的健康發展需要許多環境的支持。在家庭溝通方面請家長多給孩子表達意見的機會，同時要培養孩子對個人事務的「決策權」與家庭事務「參與權」。在如此環境下長大的孩子更有獨立能力與挫折容忍力。
- (二)針對學習態度的養成，家長千萬不能任意放棄對孩子的期待。多鼓勵孩子從日常生活培養讀書習慣與態度。家庭成員不可一方面看連續劇一方面吆喝孩子去做功課。如果能一起固定欣賞休閒娛樂的節目，一起分享感受，會是良好的家庭氣氛。欣賞完畢再各自進行各自的功課，如此孩子會更快樂學習成長。
- (三)若家長有需轉介學生可向導師或輔導室諮詢。
- (四)親師輔導電話：08-7223409 轉 14

二、輔導業務介紹

- (一)個別諮商--
只要自己本身有任何疑問，不論是親子、學習、人際、感情~~~等問題，都歡迎學生輔導室約定個別面談。
- (二)班級輔導--
以班為單位，導師同意，歡迎同學到輔導室約定班級輔導，輔導老師將借課針對同學有興趣的主題進行主題式的討論(主題類型可以有親子、兩性、友情、學業、生涯規劃……等，任君選擇ㄟ)。
- (三)心理測驗—
 - * 賴氏人格量表
 - * 適性化生涯性向測驗
 - * 情境式生涯興趣測驗
- (四)團體輔導—
以小團體約 8 至 15 人的形式，讓自己在團體中覺察自我，訓練自我表達能力與溝通技巧，在老師帶領下經歷團體從陌生羞澀到離別時的依依不捨。
- (五)網路服務— 網站 <http://guidance.prhs.ptc.edu.tw>
服務電子信箱
輔導主任 洪孟堂 主任 skyhuta@prhs.ptc.edu.tw
輔導教師 侯幸伶 老師 jasmine.hou214@yahoo.com.tw
輔導教師 林峰安 老師 anndylin@gmail.com
特教教師 蘇恆如 老師 vvo406@yahoo.com.tw

三、特教資源教室工作重點

- (一)辦理特殊教育相關業務。
- (二)針對特殊需求學生提供生理、心理、課業學習及生涯轉銜輔導。

正面教養的目標是幫助孩子學會思考，而不只是服從



特殊教育

特教老師 蘇恒如

在這段特殊的教學生涯中，我想與您分享一些我對您孩子的教育旅程所觀察到的挑戰、成就以及我的感慨。這不僅是對您孩子的成長的見證，也是對我們合作的深刻理解。

首先，我們面對的挑戰是顯而易見的。每位特殊需求的學生都有獨特的需求和能力，這要求我們制定個別化的教育計劃，以適應他們的學習風格。這過程中，您可能會感受到學校資源的限制，以及對我們教師團隊的期待。這些挑戰有時會使我們感到壓力，但也驅使我們尋找創新的解決方案。透過與您及其他專業人士的合作，我們能更好地支持孩子的需求。

儘管挑戰重重，但在每一個小小的進步中，我都能感受到無比的成就感。例如，當我看到您的孩子在經過反覆練習後，能夠自信地與同學互動，或者在某個學科上有所突破時，這種喜悅是難以言喻的。這些進步不僅是學業上的，也是情感和社交技能上的成長，這些都是我們共同努力的結果。

這份工作讓我深刻體會到耐心與愛的真正意義。教育的價值不僅在於知識的傳遞，更在於關懷與支持。我們希望創造一個充滿理解和支持的環境，讓每一位孩子都能感受到被珍視和鼓勵。在這個過程中，我也深刻了解到，每位學生的成功都需要來自家庭、學校和社區的共同努力。

我特別感謝您對我們工作的信任，並希望未來能與您保持密切的溝通。我們可以共同分享孩子的成長故事，並一起制定最佳的支持策略。每一位特殊需求的孩子都擁有無限潛力，期待能與您攜手，見證他們的蛻變與進步。

謝謝您的支持與合作，讓我們一起為孩子們創造一個美好的未來。

每個孩子都希望「被注意」、「被看重」、「被欣賞」



家庭教育諮詢專線 412-8185（幫一幫我）



愛要行動～反哺回饋



資料來源:教育部家庭教育資源網



知識補給站

一、認識國中畢業後選讀的學校類型

進路選擇	類別	分 項	說 明
高級中等學校	普通型高級中等學校	普通科	❖ 學生考量自己的志趣與潛力後，認為未來從事各項高深學術研究或專門知能的可能性較高，可以選擇以基本學科課程為主的普通型高中就讀。
		音樂班 美術班 舞蹈班 戲劇班	❖ 具備音樂、美術、舞蹈、戲劇專長。 ❖ 主要以分區分類辦理招生作業，並以聯合辦理為原則，招生作業分測驗方式及分發作業兩階段。 ❖ 分發作業以術科測驗分數及學生志願做為入學依據，並得以國中教育會考成績做為入學門檻。
		科學班	❖ 各校單獨招生，以直接錄取及甄選錄取(科學能力檢定及實驗實作)方式辦理，內容除了學校課業學習之外，特別著重實驗原理、設計及操作。
		體育班	❖ 為培育優秀運動人才，高級中等學校體育班依各校體育班發展運動種類及課程。 ❖ 以自辦或聯合辦理的術科測驗分數為入學依據，包括：基礎體能、專項技術及運動成就表現等。
	技術型高級中等學校	專業群科	❖ 課程規劃結合一般科目、專業科目及實習科目所學之知識與技能，包含：工業類、商業類、農業類、家事類、海事及水產類、藝術與設計類等六類。
		實用技能學程	❖ 以培養學生職場就業技能為主，簡單理論為輔，是專為有興趣學習技藝、就業意願高並且想學習一技之長的學生設計的一種學習環境。 ❖ 課程設計的理念，在不同的年段有不同的技能、專長與教學目標，跟一般學制有所差異，讓學生於技術型高中畢業後即具備就業能力，可立即投入職場。



知識補給站

一、認識國中畢業後選讀的學校類型

進路選擇	類別	分 項	說 明
高級中等學校	技術型高級中等學校	建教合作班	❖ 職業學校、附設職業類科或專門學程之高級中學及特殊教育學校，與建教合作機構合作，以培育建教生職業技能為目標之機制。 ❖ 選讀建教合作班的學生均享有三年學雜費全免。
		產業特殊需求類科	❖ 為了配合國家經濟建設發展需求，培育產業特殊需求就業人力。另為鼓勵學生就讀，選讀此類科的學生均享有三年學雜費全免。 ❖ 目前辦理的群別為：機械群、動力機械群、化工群、設計群、土木與建築群、農業群、食品群、海事群、水產群、電機與電子群、商業與管理群及家政群等12群（技術型高中專業群科有27科，實用技能學程群科有21科，共48科辦理）。
		產學攜手合作計畫	❖ 結合學校及產業界，由學校與企業共同規劃契合式人才課程，並透過甄審管道升讀合作的技專校院，於技專校院在職進修，學校課程契合業界需求，在學期間提供業界所需專業技術養成。
	綜合型高級中等學校		❖ 融合普通型高中及技術型高中的特質，學生進入就讀一年後再選修課程，想多方試探未來方向的學生，可以享有更多彈性與空間。
	單科型高級中等學校		❖ 學生清楚了解自己的志趣明顯具備某一單科的發展潛力，或對某一教育實驗課程感興趣，可考慮選擇提供特定課程的單科或實驗高中，如：體育高中、藝術高中。



知識補給站

進路選擇	類別	分 項	說 明
五專			◆ 為培養中級技術人力的重要管道之一，主要學習應用科學與技術，除一般理論課程之外，著重實習、實驗及實作演練，重視專題製作，並鼓勵學生考取專業證照，使學生一畢業就具備職場就業力。 ◆ 修業時間五年，修滿畢業應修學分可拿到副學士學位。
進修部 (學校)			◆ 分為高級中等學校進修部（學校）、專科進修部及大學進修學院。上課時段有日間、夜間或週末。 ◆ 教學內容以適應學生學習及社會需要為準。課程規劃及相關規定比照各類型學校辦理，入學方式亦和一般學校相同。
軍校			◆ 單獨招生，如：中正國防幹部預備學校。

二、身心障礙學生升學相關說明

應備文件	說 明	參考網站
◆ 身心障礙證明 ◆ 各直轄市、縣(市)特殊教育鑑定及就學輔導會鑑定為身心障礙之證明文件。	◆ 參加免試入學者，超額比序總積分加25%。 ◆ 參加特色招生入學者，依其採計成績，加總分25%。 ◆ 身心障礙學生參加適性輔導安置，可從國立特殊教育學校、高級中等學校集中式特教班、高級中等學校三種簡章擇一報名。 ◆ 學生除了參加適性輔導安置外，亦可參加免試入學或特色招生入學。	1. 國教署特教網路中心 2. 身心障礙學生適性輔導安置

備註：上列各項資訊供參，請以當年度各升學管道公告之內容為主。



傑出的教學成果

國中部(112.08.01~113.09.14)

序	競賽	項目	名次	姓名
1	113 年屏東縣語文競賽	寫字	第一名	郭昶辰
2	112 年屏東縣中小學聯合運動會	國武術國中男子組	第一名	林煜翔
3	112 年屏東縣運暨公教聯合運動會	國男游泳組：50M 蛙式	第六名	鍾碩
4	112 年全國學生音樂比賽個人組	初賽/鋼琴獨奏組	第五名	陳邈
5	113 年屏東縣中小學聯合運動會	國武術國中男子組	第一名	張胤玄
6	113 年屏東縣中小學聯合運動會	國武術國中男子組	第二名	陳品霖
7	113 年屏東縣中小學聯合運動會	國武術國中男子組	第三名	林鳳翔
8	113 年屏東縣中小學聯合運動會	國武術國中女子組	第二名	劉詠妮
9	113 年屏東縣中小學聯合運動會	國武術國中女子組	第三名	張簡芮恩
10	113 年屏東縣中小學聯合運動會	國武術國中女子組	第四名	蘇柔瑄
11	113 年屏東縣中小學聯合運動會	跳高國中女子組	第五名	張簡芮恩
12	112 學年度全國學生美術比賽屏東縣初賽	版畫類	第三名	劉詠妮
13	112 學年度均質化屏中盃數學競賽	國中組：接力賽	第三名	陳逸博 蕭茂德 鍾碩 吳沂軒 郭柏辰 盧宥宸
14	112 學年度國中英語讀者劇場 (Reader's Theater)比賽	B 組	甲等	李姝嫻 沈可芯 徐筱涵 張斌婷 劉詠妮 張胤玄 陳志紘
15	112 學年度屏東縣國中小英語文 單字桌遊拼字比賽	國中組	特優	張胤玄 陳志紘 鍾碩 鍾緹
16	日文檢定 N5		通過	陳邈
17	全民英檢初級		通過	沈可芯
18	全民英檢初級初試		通過	鍾碩 徐筱涵 羅雍淇
19	112 學年度全國學生音樂比賽個人組初賽	鋼琴獨奏組	第五名	陳邈
20	屏東縣 64 屆中小學科學展覽會初賽	國中組/地球科學科	鄉土教材獎	黃彥中 陳薪凱 吳喬蓁
21	屏東縣 64 屆中小學科學展覽會初賽	國中組/生活與應用科學科(三)	初審通過進入複賽	陳邈 沈可芯 張家靜
22	屏東縣 64 屆中小學科學展覽會初賽	國中組/化學科	佳作	王景儀 徐筱涵 吳沂軒



高中部(112.08.01~113.09.14)

序	競賽	項目	名次	姓名
1	中華民國第 64 屆全國中小學科學展覽會	高中地球與行星	第一名	陳芊仔
2	2024 世界 U17	男子排球錦標賽	季軍	蔡東橙 潘尚余 施予恩
3	113 年全國中等學校熱舞大賽	高中混合組	第五名	張可霓 楊宸 宋昀儒
4	屏東縣 113 年縣長盃排球錦標賽	高中男子組	冠軍	排球隊
5	屏東縣 113 年縣長盃排球錦標賽	高中男子組	亞軍	排球隊
6	113 年屏東縣語文競賽	台語情境式演說	第一名	梁馨云
7	113 年屏東縣語文競賽	台語情境式演說	第三名	林姿婷
8	113 年屏東縣語文競賽	作文	第二名	陳識茜
9	113 年屏東縣語文競賽	英語演說	第三名	謝品綸
10	113 年屏東縣語文競賽	國語字音字形	第三名	卓家陞
11	113 年屏東縣語文競賽	國語字音字形	第五名	韓鈺雯
12	113 年屏東縣語文競賽	客語朗讀	第六名	葉秣寓
13	113 年屏東縣語文競賽	寫字	第六名	郭家蓁



113 年 09 月 05 日總統接見「中華民國第 64 屆中小學科學展覽會」第一名作者師生





**全國科展
臺南**
SHINING

大會獎 高級中等學校組 地球與行星科學科

名次

第一名

編號

051903

作者

陳芊仔

學校名稱

屏東縣私立屏榮高級中學

作品名稱

正本「塑」源-探討河川塑膠微粒



賀



賀

113年屏東縣語文競賽

成績優異

組別	項目	名次	學號	姓名	指導老師
國中組	寫字	第一名	701	郭昶辰	黃蘭婷
	台語情境式演說	第一名	計三2	梁馨云	黃百申
高中組	台語情境式演說	第三名	普二3	林姿婷	黃百申
	作文	第二名	普二3	陳識茜	林芙伊
	英語演說	第三名	普二3	謝品綸	蕭永琳
	國語字音字形	第三名	普三3	卓家陞	黃寶萱
	國語字音字形	第五名	普三2	韓鈺雯	黃寶萱
	客語朗讀	第六名	普三3	葉林寓	李瑞梅
	寫字	第六名	普二1	郭家蓁	黃百申



屏榮高中全體師生全賀



**屏東縣113年六堆文學獎
作文比賽-高中組**

第一名 普二3 卓家陞
第二名 普三1 黃宥鈞
第三名 普一1 林姿婷
優選 普二3 鄭梓芸
優選 普一1 陳識茜
佳作 普一1 江寶儀

**113年全國中等學校
熱舞大賽**

高中混合組
第五名

PRHS
BOUNCE ON

113年
全國中等學校
熱舞大賽

全國
第五名

高中混合組 第五名

序	競賽	項目	名次	姓名
1	112 全國高級中等學校商業類技藝競賽	商業簡報	第 7 名 / 金手獎	張芯瑜
2	112 全國高級中等學校商業類技藝競賽	文書處理	第 18 名 / 優勝獎	歐昱陞
3	112 全國高級中等學校商業類技藝競賽	烘 焙	第 20 名 / 優勝獎	翁遠均
4	112 全國高級中等學校商業類技藝競賽	電腦繪圖	第 24 名 / 優勝獎	林呈驛
5	112 數理暨資訊科學科能力競賽		生物科 第四名	黃柏霖
6	112 第 25 屆全國高中高職日語演講比賽		佳作	邱宛柔
7	112 學年度外語群科中心第一期日文閱讀心得寫作推廣活動		優選	鍾佩綺
8	112 學年度外語群科中心第一期閱讀心得寫作推廣活動		佳作	邱俞瑄
9	112 年度屏東縣語文競賽		第一名	梁馨云
10	112 年度屏東縣語文競賽		第一名	蔡欣妤
11	112 年度屏東縣語文競賽		第三名	卓家陞



序	競賽	項目	名次	姓名
12	112 年度屏東縣語文競賽		第三名	陳郁茶
13	112 年度屏東縣語文競賽		第六名	許美伶
14	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	林福德
15	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	林子淵
16	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	張語桐
17	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	許淳縈
18	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	張軒堯
19	全國高級中等學校小論文寫作比賽		優等	翁遠均
20	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	蔣開竣
21	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	簡佑庭
22	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	蔡宛庭
23	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	丁宥文
24	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	洪瑋志
25	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	王宥程
26	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	辛采臻
27	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	蔣靜儀
28	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	莊秀君
29	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	陳毓庭
30	全國高級中等學校小論文寫作比賽		甲等	陳意函
31	112 學年度高中排球甲級聯賽	男生組	第 4 名	鍾昱鞍 陳鵬逸 李柏翰 潘毅融 林柏廷 張珉銓 高郁祖 吳宥欣 蔡東橙 潘俊佑 潘尚余
33	全國青少年中正盃保齡球錦標賽	高男雙人組	第 1 名	陳宥旭 陳宥丞
34	全國青少年中正盃保齡球錦標賽	高男個人組	第 4 名	蘇柏勳



屏東縣屏榮高級中學
Pingtung County Ping Rong High School

認識

行政單位

教學單位

校務行政

團體組織

新

更多成果在屏榮高中網頁”屏榮之光”



最新資訊

屏榮之光

獎助學金

升學進路



全校三年內歷年動靜態優秀表現統計(統計到 113.06.30)

高雄市教育局「我的簡報力」 佳作3次，最佳創意獎1次。



多媒體設計科 佳作

參賽學生：
林嘉紋、劉頤璇
指導老師：高嘉君



多媒設計科 最佳創意獎

參賽學生：
梁馨云、陳永璇、張駿炎
指導老師：黃也真



餐飲科 佳作

參賽學生：
張芷芸、陳心怡、劉又瑋
指導老師：
何淑真、黃百申



幼保科 佳作

參賽學生：
許歆婕、陳姿函、潘育宏
指導老師：李佳佩

木球&羽球

木球—全國性比賽：第七名一次

全縣性比賽：第一名三次、第二名三次、第五名一次

羽球—全縣性比賽：第四名一次





排球

全國性比賽：第一名一次、第三名一次、第四名兩次、第五名一次
全縣性比賽：第一名兩次、第二名一次、第三名兩次

指導老師：
陳俊昌老師
陳耀宇教練



籃球

全縣性比賽：第二名一次、第三名一次、第六名一次

指導老師：
劉惠茹老師
蔡宛薰老師





拳擊& 網球&劍道

拳擊—全國性比賽：第二名一次；全縣性比賽：第一名一次、第二名一次
網球—全縣性比賽：第五名一次
劍道—全國性比賽：第二名一次、第三名一次



國武術

全國性比賽：第一名兩次
全縣性比賽：第一名二十三次、第二名十二次、第三名八次、
第四名三次、第五名一次

指導老師：
陳季容主任
彭文隆教練





桌球

全縣性比賽：第二名一次、第三名兩次、第五名一次



獨輪車 & 民俗體育

獨輪車—全縣性比賽：第一名三次
民俗體育（陀螺）—全國性比賽：特優一次





游泳

全縣性比賽：第一名兩次、第二名兩次、第三名四次、第四名兩次、第五名一次、第六名一次

指導老師：
梁高倫老師



田徑

全縣性比賽：第一名兩次、第二名三次、第三名三次、第四名兩次、第五名兩次、第六名一次

指導老師：
潘慶龍老師



跆拳道 & 空手道

跆拳道—全國性比賽：第一名三次
全縣性比賽：第三名一次、第五名一次
空手道—全國性比賽：第五名一次



法式滾球 & 保齡球

法式滾球—全縣性比賽：第一名一次、第三名一次、第四名一次
保齡球—全國性比賽：第一名兩次、第四名一次







全球性比賽：第三名一次
全國性比賽：第三名一次、第四名一次、第五名一次、第六名一次、第七名一次、第八名兩次
全縣性比賽：第一名八次



屏東縣第64屆中小學科展國中組化學科
獲佳作、地球科學科獲鄉土教材獎



國中組化學科佳作
701徐筱涵、吳沂軒、王景儀
指導老師：謝海永

國中組地球科學科鄉土教材獎
701吳喬蓁、黃彥中、陳薪凱
指導老師：謝海永 張媛絜

高中組科展
地球與行星科學特優
指導老師：謝海永



第25屆全國高中高職日語演講比賽獲佳作



112學年度外語群科中心第一期 日文閱讀心得寫作推廣活動獲優選、佳作





112學年度全國學生美術比賽屏東縣初賽

漫畫類獲第一名、第二名、第三名

水墨畫類獲第一名、第二名、第三名；平面設計類獲第一名

西畫類獲第二名、佳作；版畫類獲第三名；書法類獲佳作



數理暨資訊科學科能力競賽生物科獲第四名



112年數理暨資訊科學科能力競賽
生物科
普三-1黃柏霖
指導老師：謝海永



112學年度全國學生舞蹈比賽全區高中職
個人組民俗舞獲甲等



112年度屏東縣語文競賽



閩南語情境演說第一名
計二2梁馨云；指導老師：黃百申
閩南語朗讀第一名
普二1 蔡欣妤；指導老師：陳舒宜
國語演說第三名
普二3卓家陞；指導老師：蔡佳玟
客語情境式演說第三名
餐三3陳郁葵；指導老師：賴敏香
字音字形第六名
普三2許美伶；指導老師：黃寶萱



第二屆善科科技文藝獎電腦繪圖高中組獲二獎



屏東縣花果天堂友善食農海報設計獲第三名





國中小英語文單字桌遊拼字比賽優等



國中英語讀者劇場比賽獲甲等



父母所給予最好的鼓勵，是肯定孩子的努力

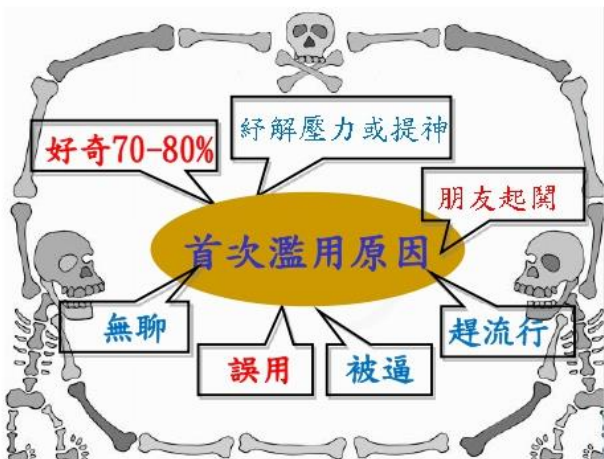
**各處室電話號碼**

08-7223409

單位	分機
校長室	10
教務處	11
輔導中心	14
會計室	16
總務處	18
進修學校	19
教官室	20
學務處	21
導師室	22
圖書館	24
體育館	31
普通科	36
器材室	40



反毒宣導







新興毒品的特性：

1. **群聚性**：俱樂部濫用藥物
2. **公開性**：在公開場合助興使用
3. **流通性**：利用網路資源交易
4. **便宜性**：符合青少年經濟能力需求
5. **流行性**：跟上時代潮流的比較心態
6. **多變性**：多變的外貌與形狀
7. **複數性**：混合多種毒品或藥品



近年來青少年犯罪態樣統計

- **毒品** (叫我第一名，少年法庭數據第二名)
- **竊盜** (少年法庭數據第二名)
- **妨害性自主** (被害人年紀都很輕...)
- **詐欺** (逐漸增加中...)
- **公共危險** (酒駕、飆車!)



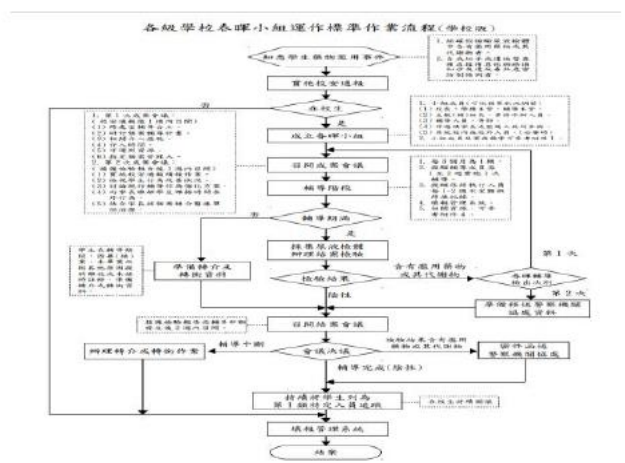
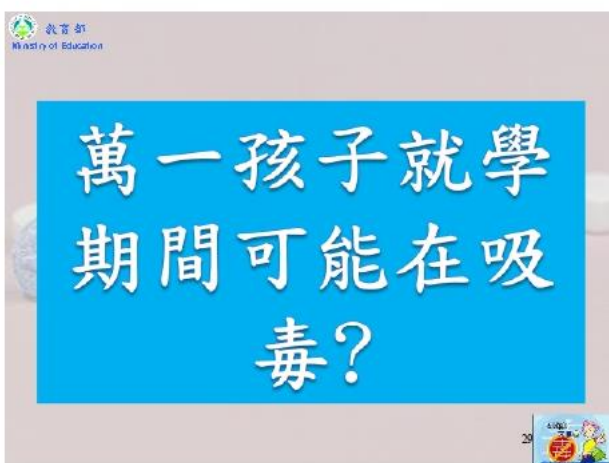
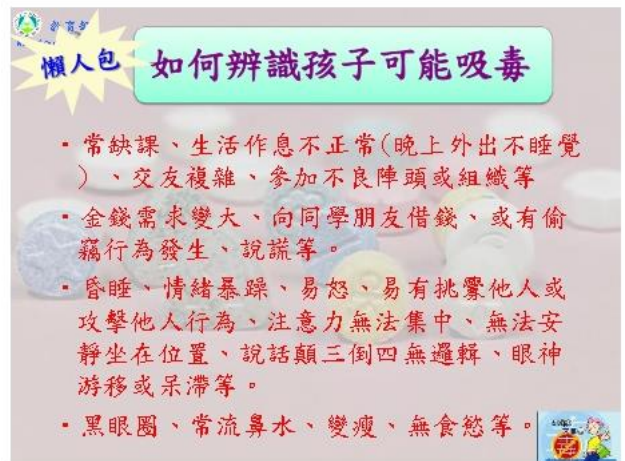
毒品就在我們身邊



神仙水…….

- 沒鑑驗完成前，永遠不知道他的成分是什麼？
- 這兩年內被大量附隨於其他新興毒品查獲
- 很難發現只有單一藥物：混合填充(含笑半步癲)
- 都有美麗的包裝
- 群聚場合查獲率提高
- 客製化







違反「毒品危害防制條例」相關罰則一覽表				
分級	第一級毒品	第二級毒品	第三級毒品	第四級毒品
常見濫用毒品	海洛因、嗎啡、鴉片、古柯鹼	大麻、安非他命、迷幻(迷幻丸)、甲基卡西酮、恰特草	Lorazepam (一勒眠)、羅西洋 (FV2)、Ketamine (K他命)、甲基甲卡西酮 (喵喵)	Alprazolam (細拉片)、Zolpidem (思元睡)、Diazepam (安定、痾寧)
1. 製造、運輸、販賣	死刑或無期徒刑 (三千元以下)	無期徒刑或十年以上 (一千五百萬元以下)	七年以上 (一千萬元以下)	五年以上十二年以下 (五百萬元以下)
2. 販賣販賣前持有	無期徒刑或十年以上 (七百元以下)	五年以上 (五百萬元以下)	三年以上十年以下 (三百萬元以下)	一年以上七年以下 (一百萬元以下)
3. 協助伴送、窩藏或非法方法使人施用	死刑、無期徒刑或十年以上 (一千萬元以下)	無期徒刑或七年以上 (七百萬元以下)	五年以上 (五百萬元以下)	三年以上十年以下 (三百萬元以下)
4. 誘導他人施用	三年以上十年以下 (三百萬元以下)	一年以上七年以下 (一百萬元以下)	六月以上五年以下 (七十萬元以下)	三年以下 (五十萬元以下)
5. 轉運	一年以上七年以下 (一百萬元以下)	六月以上五年以下 (七十萬元以下)	三年以下 (三十萬元以下)	一年以下 (十萬元以下)
6. 施用	六月以上五年以下	三年以下	《一萬元以上五萬元以下》 《十萬元以上五十萬元以下》 《五十萬元以上一百萬元以下》 《一百萬元以上五百萬元以下》 《五百萬元以上一千萬元以下》 《一千萬元以上五百萬元以下》 《五百萬元以上一百萬元以下》 《一百萬元以上五十萬元以下》 《五十萬元以上十萬元以下》 《十萬元以上一萬元以下》 《一萬元以下》 《少年施用另依少年事件處理法處理》	《一萬元以上五萬元以下》 《十萬元以上五十萬元以下》 《五十萬元以上一百萬元以下》 《一百萬元以上五百萬元以下》 《五百萬元以上一千萬元以下》 《一千萬元以上五百萬元以下》 《五百萬元以上一百萬元以下》 《一百萬元以上五十萬元以下》 《五十萬元以上十萬元以下》 《十萬元以上一萬元以下》 《一萬元以下》 《少年施用另依少年事件處理法處理》
7. 持有	三年以下、拘役或 (三十萬元以下) 持有純質淨重十公克以上者，一年以上七年以下，一百萬元以下	二年以下、拘役或 (二十萬元以下) 持有純質淨重二十公克以上者，六月以上五年以下，七十萬元以下	持有純質淨重五公克以上者，二年以下，二十萬元以下	持有純質淨重五公克以上者，一年以下，十萬元以下





謠言終結站

大麻合法化？ 經查證非事實

網傳大麻合法化的圖片訊息
經查證非事實

司法院已澄清為假訊息，並
公告大法官釋字第790號解釋，
並「沒有」將栽種大麻行
為除罪化。

《毒品危害防制條例》第12
條第2項所稱「栽種大麻」，
其具體情形可包含栽種數量
極少至大規模種植之情形，
均屬違法行為。

15個大法官要
讓它通過、
「4月大麻要
台灣合法化」

相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：
諮詢專線 **0800-770-885**
(請請你幫我)

教育部
Ministry of Education 關心您

網路商品藏毒機 你我務必要小心

如何避免??

1. 提高網路警覺及判斷能力，學習判斷真假訊息。
2. 網路瀏覽看到不明廣告時，不要因好奇而點擊不明來源的連結或登入不明網站。
3. 拒絕接受來源不明、包裝炫麗且宣稱具有神奇功效之藥物。

不明廣告或代號

誠信司機、超高薪無經驗可=販毒詐騙車手

高級燕窩飲、含笑半步齋=毒咖啡包

「紅豆」=毒品一粒眼 「貢丸湯」=搖頭丸

「茶飲」、「燒肉店」有可能是販毒代號

相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：
諮詢專線 **0800-770-885**
(請請你幫我)

教育部
Ministry of Education 關心您

破解 新型態毒品 各式偽包裝

毒咖啡包
毒果汁包
毒梅粉
毒魚肝油
毒鳳梨酥
毒巧克力
毒軟糖
毒果凍
毒清冠一號

相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：
諮詢專線 **0800-770-885**
(請請你幫我)

教育部
Ministry of Education 關心您

新興毒品網路流竄 當心！可能是毒品暗號

1. 透過通訊軟體販毒
2. 利用短影音平台APP販毒

按下一鍵
隨即到貨
你知悉你
學到的這毒品嗎?

社群軟體可疑訊息

交易平台販售訊息，不會把毒品的品名或形式顯現出來，外包裝及品名不斷在更新並作成文字廣告，對於各式通訊軟體上奇怪的暗語及販售高於平常市價金額的物品都要提高警覺。

相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：
諮詢專線 **0800-770-885**
(請請你幫我)

教育部
Ministry of Education 關心您



親職好文共享

成為彼此的心靈捕手——接住情緒、從心出發

撰文：吳順發校長



2021 年 5 月在 COVID-19 疫情嚴峻的背景下，國內無預警宣布各級學校暫停實體課程，改以線上模式進行學習活動，如此改變對師生而言是一大挑戰，而對長期依賴學校教育緩衝親子互動壓力的家長來說，更是有如接收到晴天霹靂的消息一般，不斷地湧現無助與惶恐的情緒感受！孩子的部分也堪憂，因為無法與同儕、師長進行實體互動，暫時失去社交情緒學習舞台，隨之而來的是一面對螢幕學習後的孤寂感！

情緒大小事

根據家扶基金會近期針對 7-18 歲兒少族群「自我心情認識和抒發方式」議題所進行的調查顯示：有近 20% 兒少陷入負面情緒，21% 在一週內曾出現「想開，甚至想死」的念頭，負面情緒來源的前三名為課業與生涯、人際關係及可運不用時間，且近 50% 兒少不願求助於專業（李琦璋，2021）。面對兒少族群的負面情緒，除學校端的協助與關愛之外，如何透過家庭互動歷程實踐心靈捕手角色

正確認知情緒對個體發展的影響、情緒的本質及運作歷程後，當察覺到埋藏內心的情緒按鈕正悄悄被啟動時，親子將在具備基本的認知基礎下，逐步發揮所學，實踐轉化負向情緒、善用正向情緒的相關策略。



情緒轉個彎

親子彼此在家庭中正向表達、因應與轉化情緒感受，以有效提升家人互動品質。以下提供「面對情緒警報」的思考歷程，做為引導親子做出適切行動的建議，期能引導親子們共同修復被情緒打擾的心理，讓情緒轉個彎，再次回到身心平靜發展的軌道上！

（一）認識情緒（Know）：認識情緒的種類有助於親子進行情緒標記活動，根據加州大學伯克利分校的研究發現（引自張傑，2021），人類的情緒有 27 種，

包括：欽佩、崇拜、審美欣賞、娛樂、焦慮、敬畏、尷尬、無聊、冷靜、混亂、渴望、厭惡；因同情而生的痛苦、狂喜、嫉妒、興奮、恐懼、恐怖、興致、喜悅、懷舊、浪漫、悲傷、滿足、性慾、同情和勝利。在家庭生活中，透過親子討論共作，用孩子可以理解的詞彙，將情緒標示出來，以便在下一個記錄階段運用。

（二）記錄情緒（Record）：家長可以陪伴孩子透過記錄，針對特定情緒事件與成長歷程進行觀測；初期可先以每週為單位進行審視，進而擴增到每月、甚

至一年，如此行動可清楚看見彼此在特定時間、事件下，所呈現出對家人關係正負向影響的情緒內涵。目前有許多實用的 APP 可供運用，例如，微日記—心情追蹤，能透過文字、圖像記錄每一個情緒當下的事件脈絡，作為下階段辨識情緒類別及強度的基礎。

（三）辨識情緒（Evaluate）：平時即可做情緒辨識練習，或在衝突事件之後，待情緒緩和，可以平心靜氣對話時，對每個情緒事件進行討論，引導彼此先辨識

情緒的類別為何，並同步評估特定情緒當下的強度，以身作則進行練習，陪伴孩子建構自主辨識力，才能在下個階段透過對話發想，構思因應與轉化情緒的良方。

（四）因應情緒（Decide）：可善用情緒溫度計等工具

（可參考<https://www.leaderkid.com.tw/2020/03/10/79121/>）進行因應發想，共同思考每個強度不一的情緒當下，家人之間可以如何適切地面對或運用，以轉化負向情緒對家人關係帶來的衝擊，或善用正向情緒感受提升彼此的生活士氣。待討論完成，可以小海報張貼於家庭角落，時時提醒彼此，讓情緒正向轉個彎。

結語—包容彼此、建構友善的家庭對話時空

透過親子協力過程，以顏色來標示情緒，增加「一起面對彩色情緒怪獸」的時光，透過傾聽、聊感受、說情緒等練習，增進彼此的理解與覺察，在支持的環境下創造包容多元情緒發展的氛圍，才能為家庭互動好時光，建構更多友善的時空。

參考資料

李琦瑋（2021年11月17日）。近兩成兒少陷負面情緒 家扶籲心理健檢。國語日報，第 2 版。

李儀婷（2021）。薩提爾的親子情緒課。臺北市：遠見天下文化出版股份有限公司。

陳詩妤（2021 年 11 月 16 日）。OECD 調查：孩子未來成功關鍵看「社交情緒能力」。

取自 <https://today.line.me/tw/v2/article/YL3Yjq>

張傑（2021 年 11 月 27 日）。【情緒不只喜怒哀樂】心理學家：舒緩你的抑鬱，變得快樂，試著學習區分「27種情緒」。

取自<https://buzzorange.com/vidaorange/2019/08/26/differentiate-emotions/>



孩子在網路世界的性平議題

撰文：曹翠英老師



性別平等是一種互相尊重的人權價值觀（教育部，2019）。意指每個人／每個性別都是平等的，都擁有同樣的價值與權力，不同性別者（男性、女性或跨性別）也應享有平等的權利；所謂不同性別者包括跨性別者，可能是生理性別為男性、心理性別則為女性者；或者是生理性別為女性、心理性別卻為男性者，都應在我們的社會中享有同樣被尊重的權利。社會不宜以「娘娘腔」或者「男人婆」或「變態」等名詞污名化她／他們。

由於面臨生活無法解決的困難或無法滿足的需求，有些人不願面對，或者為了暫時忘卻現實的煩惱，而轉向虛擬世界，因此，在不知不覺之中造成沈迷。而網路的高度匿名性與便利性，以致稍有不慎，可能誤交損友，或者遭受欺騙，其網路性別霸凌，更是層出不窮。以下就性別平等常見的問題與處理，以及面對數位網路性別暴力時，可以做的防護措施略作說明：

一、性別平等常見的問題與處理

本文從國內常見的四面向性別平等上的爭議，包括身體界限、性別權力關係、性別



暴力以及其他重要議題，分述如下：

（一）尊重彼此的身體界限

所謂身體界限，係每個人能夠忍受別人碰觸的限度，因對象、時間、年齡、性別的不同而有所改變，而為自己訂定需要的身體界限，是身體自主權的表現。身體界限不全然是「身體」接觸，還包括視覺與聽覺界限在內，諸如開黃腔、散播不雅圖片…，有任何不舒服，感受到不被尊重，都算是界限被侵犯了（胡綺祐，2021）。

「你的不舒服很重要」，當你確定了自己感受後，要清楚向對方表達感受與想法，並依當下狀況做反應，「向對方明示拒絕」、反抗或是尋求旁人協助，或透過申訴管道，或撥打保護專線 113、110 報案專線，或尋求家庭或心理諮商，都是可行的途徑。

（二）創造平等的性別權力關係

性別是一種權力關係（蘇芊玲，2008）。當雙方當事人存在著地位、知識、年齡、體力、身分、族群或是資源不對等狀況下，就容易發生性騷擾、性霸凌或性侵害，最常出現的除了「上對下」關係外，就是「男對女」關係，當然可能能源於兩性教養方式差異或傳統價值觀，因此，具備性別平等意識，學習合宜的性別人際互動，應是核心關鍵。

（三）預防性別暴力

所謂「性別暴力」（行政院性別平等處，2021）是指任何因「性別不平等」而產生的種種暴力行為，包括肢體傷害、精神威脅、強迫或任意剝奪自由等各種形式，如性騷擾、性霸凌、性侵害、家庭暴力、情侶或伴侶間的暴力、人口販運、兒少保護及青少年性暴力等。無論程度、大小如何，性別暴力都會對被害人的身心造成傷害與痛苦，甚至終其一生都深受影響。

性別暴力可能在任何地點和情境下發生，因此，從小要讓孩子建立防治性別暴力觀念，鼓勵民眾對性別暴力行為要有覺察的意識，對周遭對象與生活議題多關注。

（四）其他重要議題

包括跟蹤偷窺、拍攝他人如廁之身體隱私部位或是公共空間進行自慰，均具有性意味，屬於不受歡迎行為，且損及他人人格尊嚴，這些行為都屬於性別平等法第 2 條第 4 款第 1 目規定的性騷擾行為（教育部，2019）。而立法院會已於 110 年 11 月 19 日三讀通過《跟蹤騷擾防制法》，並預計公布後 6 個月施行。



二、面對數位網路性別暴力的防護措施

加諸年輕世代的價值差異，這一代的孩子，從小接觸 3C 產品，熱衷網路直播、互動與交友，因此層出不窮的「數位性別暴力」案例或「未取得同意散布 性私密影像」隱憂，以及引發數位網路性別暴力問題等，因此，在此以直播為例，提供社會大眾與家長留意的五個提醒、三個關心，以及「五不」與「四要」的防護措施（教育部，2020），包括：

（一）孩子在直播，要注意

1. 年齡有限制：直播平臺普遍設有使用者年齡限制。
2. 隱私會曝露：直播可能會曝露過多個人隱私，或因裸露涉及妨害風化，吃上官司。
3. 要取得同意：未經同意直播他人恐涉及違反個人資料保護法。
4. 罵人涉毀謗：直播罵人可能觸犯刑法毀謗罪或公然侮辱罪。
5. 侵犯智慧財產權：未經著作權人允許而直播恐涉及侵害他人智慧財產權。

（二）孩子看直播，要關心

1. 直播隱藏危害：直播可能涉及色情、暴力、自殺、吸毒等不當內容戕害心靈。
2. 直播耗費時間：花過多時間看直播，影響心靈與情緒起伏。
3. 直播花費金錢：投入過多金錢購買虛擬禮物或點數贈送給直播主，可能造成價值觀扭曲。

（三）避免數位性別暴力「五不」與「四要」防範守則

1. 應避免的「五不」防護
 - （1）不違反意願：不可強迫他人拍攝或傳送影像。
 - （2）不聽從自拍：不要聽從引誘拍攝自己的影像。
 - （3）不倉促傳訊：傳送訊息及影像前應再三確認。
 - （4）不轉傳私照：收到他人私密照，轉傳即違法。
 - （5）不取笑被害：取笑或檢討被害人將造成更大傷害。



2. 遭遇時的「四要」守則

- (1) 要告訴父母師長：比起獨自面對，師長能提供更多協助。
- (2) 要截圖存證：有明確證據，有效將歹徒繩之以法。
- (3) 要記得報案：不只是為自己，也避免更多無辜者受害。
- (4) 要檢舉對方：就算是假帳號，讓管理者依規定處理。

三、結語

當 Google 取代記憶，思考影響我們的決定與行為時，我們必須深思還能用什麼樣的價值觀來引導下一代的成長（曹翠英，2015）。相信做到性別平等是起碼的尊重與人權；在網路世界尊重彼此的身體界限、創造平等的性別權力關係、預防性別暴力，甚至有能力面對可能的偷拍，都是網路世界重要的性平議題。因此，除了上述措施外，我們須協助任何階段的孩子，不在偶然事件中成為受害者，同時教導孩子也不要成為加害者，強化法治觀念，並加強媒體與網路識別能力，有效落實性別平等教育，實質達到性別平等。

參考資料

- 行政院性別平等處（2021）。有關性別暴力。臺北市：行政院。
- 胡綺祐（2021）。做自己身體的主人-談身體界限。臺北市：旭立文教基金會。
- 曹翠英（2015）。翻轉教育另一章-走出戶外 讓我們看雲去。新北市教育季刊，14，19-22。
- 曹翠英（2017）。數位性暴力分享。未公開，Iwin 網路內容防護研討會。
- 教育部（2019）。資源教室輔導人員之性別平等教育參考手冊（試閱版）。臺北市：教育部。
- 教育部（2020）。數位性別暴力防護補充資料。臺北市：教育部。
- 教育部（2020）。【宣傳單】孩子熱衷網路直播時，家長可以提供的 5 個提醒及保護。臺北市：教育部。取自https://isafe.moe.edu.tw/flyers/1954?user_type=4&topic=7
- 蘇芊玲 回響：性別也是一種權力關係（2008 年 9 月 7 日）。中國時報，第 B1 版。

取自 <http://tag/%E4%B8%AD%E5%9C%8B%E6%99%82%E5%AO%B1->



別再讓對話句點，講道理前先引導孩子思考這三個問題

本文轉載自愛心理網站 作者：陳志恆 諮商心理師

「那麼，下次要再努力一點呀！」

「分數不是最重要的，重要的是你有沒有真的學會。」

「考試成績不能代表一切，別難過了！」

「以前我也曾考得很差過，你不會比我還慘的。快！打起精神來！」

「只要你更用功，不放棄，下次就可以考好啦！」

「你要想想問題出在哪裡，下次不要再犯就可以了。」

我常在父母成長班或家長支持團體裡，與家長談親子溝通時提出一個情境——當孩子這次月考成績不佳，看起來很沮喪，你會怎麼回應他？

類似狀況很常見，而上述父母對孩子的回應方式也司空見慣。我問，上述這些語句，孩子聽了之後，接著會說什麼、做什麼？

在場的父母面面相覷，有人說：「好像，也沒說什麼，沒做什麼。」

「是呀！好像，這個話題，就在這裡停止了。」我停頓了一下，「可是，是不是哪裡怪怪的？」我請家長再思考一下。

有位家長舉手說話了：「我也不知道，他下次是不是真的會用功？」其他人聽了，紛紛點頭附和。我問，還有嗎？另一位家長說：「孩子的臉還是很臭，好像沒安慰到他，然後他也不再講了。」

「所以，你們也沒機會和孩子進一步討論，或想一起辦法，幫助他下一次可以做得更好，或避免問題再次發生，是嗎？」學員們這次點頭更用力了！

我問：「這真的是我們想要的結果嗎？」為人際互動劃下句點的「閉嘴模式」

文章開頭的這些回應方式，不是不對，也不完全對孩子沒幫助；但大部分的時候，會讓彼此的互動劃上句點，也就是，孩子不知道，或不想要再說什麼了，然後，話題就到此為止——我稱為「閉嘴模式」。

當然，如果孩子會繼續回應，通常是向你表達不滿，或者為自己的行為找理由、試圖辯解，像是：「唉唷！你又不了解，你不懂啦！」

「可是，我已經很用功了呀！這次我很努力準備考試耶！」

「要不是老師題目出成這樣，我怎麼可能考這麼差？」

接下來，親子之間的對話，就會開始淪為「對」與「錯」、「是」與「非」的辯論賽，偏離真正重要的焦點——有效安慰孩子，並引導孩子解決困境。為什麼開頭的那些回應方式，會造成這樣的結果？在人際溝通中單向傳輸的副作用仔細探究，這裡頭都有「講道理」的意味在。什麼是講道理？舉凡「分析大局」、「探究原因」、「批評指教」、「重翻舊帳」、「給予建議」、「下指令」等，都屬於講道理的範疇。

講道理時，講道理的人站在一個高位，向聽道理的人傳遞真知灼見，這是一種單向的溝通形式，聽道理的人只能被動接受，當然無法引發進一步的互動與更深入的探討。傳統的課堂上常常死氣沈沈，就是這個狀況。

即使我們用著再和緩可親的語氣說出這些話，還是講道理；孩子也許會接受，但是無法激發更多的討論，也難以將焦點放在解決問題上，更難有效鼓舞孩子的士氣，讓孩子有更多力量面對下一次的挑戰。而更多的時候，孩子感覺到的是被責備、被否定與不被理解，所以乾脆就不再提了，當然也不會從中去反省、記取教訓或學習。

講道理還有一個副作用，因為是單向傳輸，意味著「我講的是對的」，所以「你要聽話照著做」，於是，孩子就不去思考了。那麼，是否也剝奪了孩子自我覺察、深度思考或探究問題原因與解方的機會了？



道理不是不能講，而是不要太快講。當你還未全盤了解孩子的困境或問題時，切勿直接給建議、給指導、開處方，而是移到對話的較後頭才說。

通常，面對孩子的困境，我們會透過提問了解問題，透過回應情緒感受讓孩子感受到被理解，並且繼續用一問一答的方式，引導孩子去思考「問題在哪裡」、「試過哪些方法」、「還可以怎麼做」，也就是以討論的方式與孩子一起想辦法，答案常常就在孩子的心中，自己說出來的，也比較會做得到。到最後，我們再分享一下自己的看法就行了——這時候才是給出建議的好時機。

「可是，我們哪有那個時間和耐性，和孩子講這麼多？」一位媽媽發難了！

「對！問題就在這裡。因為我們總是覺得時間不夠用，凡事很都趕，於是，也沒有耐性好好傾聽孩子說些什麼？為了趕時間、拼效率，直接下指令，總是比較快。孩子小的時候不敢反抗，照著做就對了；當孩子大了，就會有各種意見，但他知道你不會想聽，所以也不敢講、不想提，慢慢地，就形成眼前的局面。」

而到最後，就算我們有時間好好地與孩子互動，我們也會很直覺地講起道理。我們誤以為這是種打氣或鼓勵的方式，事實上，對孩子而言，根本起不了激勵的作用，甚至感覺到更沮喪，因為沒能被好好理解。

這樣的狀況，不只發生在與孩子的互動上，與伴侶、同事、朋友或任何人，都可能會發生。因此，不論對家長、教師、社會大眾，甚至企業員工的溝通課程中，我常要求學員做的第一個練習，就是傾聽別人訴說困境時「不給任何建議」。在課堂練習中，大多數的人還算做得到；但下課後，就會聽到各種此起彼落的建議、分析、指導和經驗分享——對！就是這麼迫不及待。

即使你不是從小立志當老師的人，每個人似乎都是「好為人師」的。過去我在許多文章中都提過，我們為什麼如此愛講道理，那是因為，講道理會讓人的心理地位處在相對高的位置，因而提升自我價值感，這種在雲端的感覺多好！所以，當對方有難，不管他需不需要你的幫忙，你都會出「言」相救，各種經驗分享、建議、偏方、指導或分析，全都搬出了來。

然而，你不知道的是，這可能正是破壞溝通品質的頭號戰犯呀！

我們一起
老師用心、家長關心、學生開心
親師合作共創親師生三贏



先學而後教
陪伴學生成為
準備好自信及健康的學習者
迎來面對困難勇於挑戰
智慧解決問題的未來人





P
R
H
S

Preparation & Pride

Relationship & Resolve

Health & Hardworking

Sincerity & Sharing