

113 學年度新北市立新店高級中學

一、行政運作（二）建置專區網頁與行銷

1. 【校網首頁】中設置「家庭教育成果專區」



圖一、新店高中校網首頁-家庭教育成果專區

2. 連結家庭教育中心網址



圖二、新店高中校網首頁-新北市家庭教育中心

3. 建置家庭資源網絡

親職諮商服務

字體大小調整 小 中 大

親愛的家長們：

照顧好自己，才能更好的照顧孩子，

爸爸媽媽是孩子很重要的人，孩子跟您一同成長，

從出生養育至高中，一定花費了不少心力在愛護教養孩子，

到了青少年期間孩子開始有獨立的需求，相信不少父母都有些許的煩惱，

若您有親職教養諮詢、親子互動溝通的需求，

除了可與導師、輔導室聯繫外，也歡迎不吝使用以下資源：

※**新北市家庭教育諮詢專線 412 - 8185 幫一幫我：**

服務內容：夫妻相處、親子溝通、子女教養、婚前交往、家庭資源、生活適應、人際關係等相關問題，歡迎撥打諮詢。

服務時段：

周一至周五早上 9:00-12:00、下午 2:00-5:00、晚上 6:00-9:00。

周六 早上 9:00-12:00、下午 2:00-5:00

※**現代婦女基金會家庭法院駐點服務**

(<https://www.38.org.tw/service/854>)

什麼是家事服務中心？可以協助在法院有離婚、監護權等家事事件的當事人和未成年子女，提供陪同出庭、心理支持、親職教育輔導、法律諮詢和連結相關福利資源等很多元福利服務。

什麼是家事商談服務？幫助高衝突(分居、已離異、正經歷離婚訴訟、家庭暴力等)的雙方平心靜氣坐下來討論，針對雙方產生所爭執「子女議題」協助其尋求共識、解決衝突的合作過程。在商談過程中，透過商談專業人員，以中立的第三者角色，協助雙方來尋求可行的衝突解決方案，針對子女相關議題(子女生活、探視、教養、居住及財務等)進行討論與安排，協助其提高履行協議的意願與化解困境。

圖三、新店高中家庭教育：親職諮商服務頁面

4. 運用各種管道充分宣導家庭教育

【針對大學多元入學方案，父母可以陪伴孩子做的事】

新店高中輔導室彙編

【高一】準備方向

1. 善用網路，陪伴孩子上網瀏覽升學資訊，增進孩子蒐集資訊的能力。

2. 從孩子的「大考中心興趣量表」測驗結果，了解孩子的興趣。

3. 陪伴孩子建立資源網絡：

(1)到輔導室查詢大學校系資料、借閱相關叢書

(2)請教目前在各大學校系就讀的學長姊

(3)請教在職場工作的親友

(4)分享自身經驗，成為孩子學習的楷模

4. 鼓勵孩子參加輔導室舉辦的「大學學群介紹座談會」，以探索自己喜歡的學群，作為選課選班群之參考。

5. 鼓勵孩子認真探索選課選班群，主動向輔導室老師及課程諮詢教師諮詢，以增進孩子為自己生涯抉擇負責任的態度。

6. 提醒孩子養成上傳「學習歷程檔案」的習慣，將成果作品、證明文件(含課程成果、多元表現)等掃描歸檔，統整自己優點和長處，建立信心也累積成果。

7. 閱讀人物傳記、雜誌，建立學習楷模，激發個人向上動力。

8. 支持孩子走訪大學校園，參加認識大學校系的活動，如報名寒暑假各大學科系舉辦的營隊，一窺大學科系內涵。

※ 部分大學亦有透過線上課程方式，協助高中生了解大學科系。

【高二】準備方向

1. 鼓勵孩子繼續高一的探索。

2. 鼓勵孩子參加輔導室舉辦的「大學學群介紹座談會」，以探索自己喜歡的學群，作為未來選學系之參考。

3. 陪伴孩子主動關心與蒐集生涯/升學最新資訊。

4. 陪伴孩子研究大學繁星推薦、申請入學與分發入學各種入學管道，以及感興趣之校系的錄取分數(可在「大學甄選入學委員會」及「大學考試入學分發委員會」查得)，找出適合自己能力興趣的幾類學群，準備需要的考科，全力以赴。

5. 知己知彼百戰百勝，鼓勵孩子在大考中心網站之「測驗考試」找到學科能力測驗、分科測驗及高中英語聽力測驗歷屆試卷，以期深入了解題型與應考方向。

6. 持續豐富自己的學習歷程(活動/競賽/認證參與或作品)，一方面深入探索未來方向，一方面加強累積相關能力經驗。

【親職教育文章(一)】

天真可愛的小孩去哪了？周育如淺談前青春期到青春期中孩子的大腦變化

文章摘錄自《親子天下》2024-04-26

作者：清華大學教授 周育如

網址：<https://www.parenting.com.tw/article/5097353>

面對(前)青春期的少男女，不是改變他，而是理解他！孩子只是正在經歷你曾經歷過的階段，了解這時期的大腦發展與心理狀態，可以幫助你在跟青春期中孩子相處時有更多的溝通，幫助他們建立健康與正向的發展。

青春期中是個尷尬又矛盾的年紀，大人們知道他心智上還是個孩子，好像很會表達，也看似有獨立思考的能力，然而卻常常出現很多不成熟的行為，甚至跟父母、老師吵架頂嘴天天發生，演變到後來跟孩子的溝通變得困難重重。

其實，青春期中對人體來說，分為生理和心理的兩大改變，以生理來說，是身體及大腦快速轉變的過程；以心理來說，又是孩子在成為大人過渡的認知劇烈改變時期，對孩子及父母或老師來說，其實都需要很多的理解跟適應。

在生理方面，青春期中開始發動時，大腦的下視丘會開始釋放命令給我們的腦下垂體，腦下垂體收到命令後，就會開始釋放性荷爾蒙，一旦性荷爾蒙開始在孩子的身體裡發生作用時，孩子的身體跟腦袋會開始進行大幅度的改組。最明顯可以看到的，就是性生理的發育，但有一個肉眼看不到，但其實更劇烈的改組正發生在他的大腦。

孩子在兒童時期，大腦已經建立很多迴路，到了青春期中，人的身體其實要集中火力幫助孩子性生理發育能夠完成，大腦為了讓發育能夠有效率的運作，會轉去把重點放在性生理的發展，所以原本大腦已經建立的某些連結在青春期中會被大幅修剪。

觀察兒童時期大腦的造影跟青春期中孩子大腦的造影，你會發現兒童時期的連結，

圖四、運用家長日手冊宣導親職教育