

新竹市立成德高級中學 107 學年度第 1 學期親職教育推動實施計畫

一、計畫依據：

- (一)依據家庭教育法第十二條規定辦理。
- (二)教育部 107 年教育優先區推展親職活動計畫。
- (三)新竹市立成德高級中學 107 學年度家庭教育實施計畫。

二、活動目標：

- (一)建立家長正確的親職觀念及對學校教育的適當態度，以促進家庭與學校間的和諧關係。
- (二)培養家長教育子女的能力，並能善盡父母職責，以協助子女成長及自我成長。
- (三)加強家長對青少年問題的認知，並能謀得解決之道，以發揮家庭教育的功能。
- (四)以親職及子職教育理念為主題，結合孝親及倫理教育，將相關理念提供親職教育、子職教育推展至家庭生活，達到家人和樂互動，共創和諧家庭代間關係。
- (五)增進家長對多元入學管道的了解，提早收集生涯資訊，以減低學生與家長的焦慮。
- (六)增進家長對特殊學生的認識與了解，以建立適當之親子溝通方式。

三、主辦單位：新竹市政府

四、承辦單位：成德高中

五、活動時間：107 年 11 月 10 日(六)

六、活動對象：本校教職員、學生家長及社區人士

七、活動地點：本校二樓視聽教室

八、報名日期：請各班輔導股長，不論班上同學參加與否，請以班級為單位在 11/1 前將報名回條交至輔導處 徐貝寧老師(國中)/洪俐婷老師(高中)(03-5258748 分機 405/406)

九、活動內容：

時 間	主 題		主 講 人	地 點
8：00～8：10	報到/開場		輔導處/校長	視聽教室
8：10～8：40	相關議題宣導 (A)		朱育萱主任	視聽教室
8：40～11：10	親職講座 (B)：「親子這堂課-E 世代親子觀的七個需要」		王中砥 老師	視聽教室
11：10～12：10	國中	國二技藝課程說明會 (C)	高志平老師	一樓會議室
	高中	大學多元入學說明會 (D)	李蔚欣老師	視聽教室
12：10	賦歸			

十、凡家長參與活動者，其子弟可記嘉獎一次。

十一、經 費：本項活動所需經費由 107 年度教育優先區經費及

107 學年度高中優質化年度 A-3,T-4-37、A-3,T-4-38 子計畫經費支應

十二、預期成效：

- (一)家長能了解子女的身心發展，因勢利導，消彌青少年問題於無形。
- (二)家長能習得適當管教子女方式之資訊，以積極負起教育之責。
- (三)期許為人父母者能培養「終身學習」的觀念，為子女樹立良好的典範。
- (四)家長能了解多元入學管道，提早為孩子生涯規劃收集資訊，減低焦慮。
- (五)家長能對特殊學生的認識與了解增加，以建立適當之親子溝通方式。

十三、本計畫呈校長核准後實施，修正或有未盡事宜得隨時修正補充之。

新竹市立成德高級中學各處室聯繫電話

學校電話：03-5258748		傳真：03-5282271
處室	組別	分機
校長室(1)	校長	101
	秘書室	102
教務處(2)	教務主任	201
	教學組	202
	實驗組、資訊組	203
	設備組	206
	註冊組、試務組	205
	專任老師辦公室	210
學務處(3)	學務主任	301
	活動組	302
	生輔組	303
	教官室	304
	體育組(訓練組)	310
	衛生組	303
	健康中心	312
	高二、國三導師室	305
	高一、高三導師室	306
	國一、二導師室	307
輔導處(4)	輔導主任	401
	輔導組	402
	資料組	403
	特教老師	404、409
	高中輔導教師	406、408
	國中輔導老師	405、409
總務處(5)	總務主任	501
	財產管理、出納組	502
	事務組	503
	文書組	505
	警衛室	504
圖書館(6)	圖書館主任	601
	借書處	602

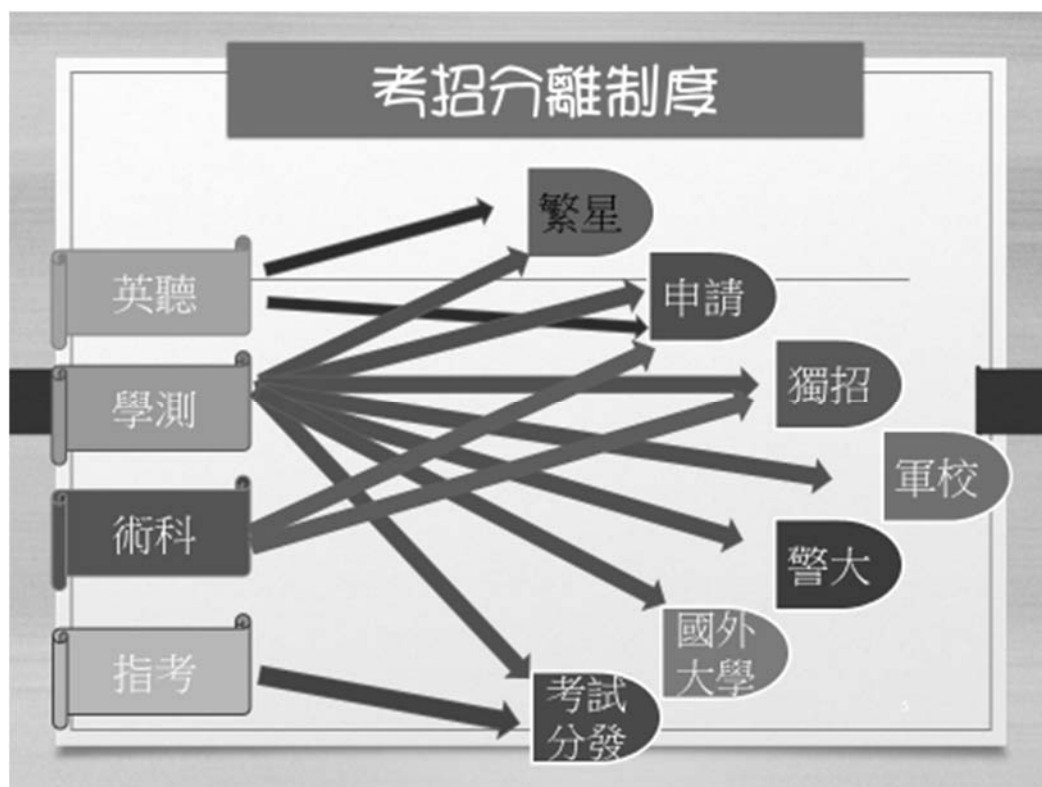
新竹市立成德高中108學年度 大學多元入學說明會



輔導老師 李蔚欣
時間：107/11/10
地點：二樓視聽教室

講座大綱

- 大學招生管道介紹
- 108升學微調說明
- 英聽採計說明
- 繁星推薦、個人申請入學管道介紹



108學年度調整措施—

參採學測科目數之調整

- 大學校系至多使用學測4科，並可於所用之學測4科中自訂1項科目組合
- 大學校系不再使用學測5科總級分
- 同級分超額篩選使用項目改變
- 學測考試仍辦理5科，考生可自由選考

學科能力測驗考試說明

考試日期	
考試科目	■ 國文、英文、數學、社會、自然 ■ 5科自由選考(108起繁星、申請管道至多參採4科) ■ 國寫獨立施測
考試範圍	高一、高二課程(國、英考到第五學期)
成績計算	■ 答錯均不倒扣 ■ 各科成績採15級分制

學科能力測驗五標

標準	說明
頂標	該科成績位於第88百分位數之考生分數
前標	該科成績位於第75百分位數之考生分數
均標	該科成績位於第50百分位數之考生分數
後標	該科成績位於第25百分位數之考生分數
底標	該科成績位於第12百分位數之考生分數

「繁星推薦入學」、「個人申請入學」及「考試入學」之招生檢定標準

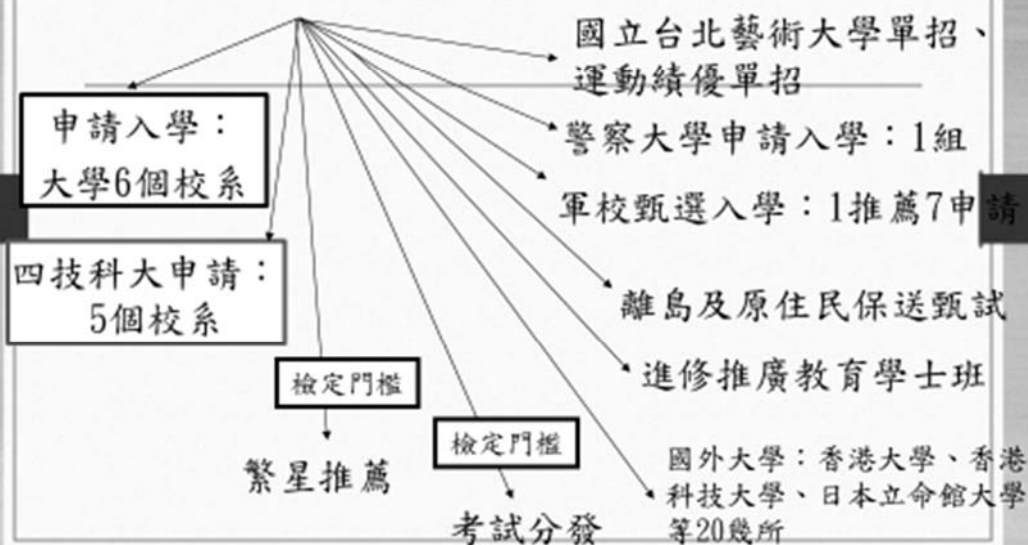
107學年度學科能力測驗總級分與各科成績標準一覽表

() 內為106年的五標

	頂標	前標	均標	後標	底標
國文	13 (13)	12 (12)	11 (11)	9 (9)	8 (7)
英文	14 (13)	13 (11)	10 (8)	6 (5)	4 (4)
數學	12 (11)	10 (9)	6 (6)	4 (3)	3 (2)
自然	12 (14)	10 (13)	8 (11)	6 (9)	5 (7)
社會	13 (13)	12 (12)	10 (9)	8 (6)	7 (5)
總級分	63 (62)	56 (55)	45 (44)	35 (34)	28 (27)

今年學測總級分五標成績比去年高1級分

學科能力測驗---用途說明



108大學繁星推薦管道學測參採方式統計

參採科目組合	科系數	參採科目組合	科系數
國文,英文,數學,自然	364	國文,英文,數學	210
國文,英文,社會	199	國文,英文,數學,社會	185
國文	152	國文,英文	114
英文,數學,自然	104	國文,社會	67
社會	65	數學	48
英文,數學	38	數學,自然	32
英文,自然	29	自然	28
國文,英文,自然	24	英文,數學,社會,自然	19
國文,自然	13	國文,英文,社會,自然	12
國文,數學	11	國文,數學,自然	9
英文,社會	7	不參採	5
英文,數學,社會	5	國文,數學,社會	4
社會,自然	1	數學,社會	1

資料來源：多元策圖書資訊社

108大學個人申請管道學測參採方式統計

參採科目組合	科系數	參採科目組合	科系數
國文,英文,數學,自然	405	國文,英文,數學	266
國文,英文,社會	264	國文,英文,數學,社會	221
國文,英文	153	英文,數學,自然	115
國文,社會	103	國文	86
國文,英文,自然	40	社會	40
國文,數學	28	國文,自然	24
英文,數學	23	英文	22
國文,英文,社會,自然	21	數學	17
國文,數學,自然	16	英文,自然	16
英文,數學,社會,自然	13	國文,數學,社會	11
數學,自然	9	自然	6
英文,數學,社會	7	國文,數學,社會,自然	3
英文,社會	3	英文,社會,自然	1
社會,自然	1		

資料來源：多元策圖書資訊社

108參採學測科目調查結果使用科目數

繁星推薦

使用科目數	107年度系組數	108年度系組數
0	*348	**5
1	559	333
2	277	313
3	261	554
4	147	581
5	194	0

*只採計總級分或術科 **只採計術科之術科校系

個人申請

使用科目數	107年度系組數	108年度系組數
0	*1	0
1	111	171
2	186	360
3	597	744
4	446	688
5	622	0

*藝術類科

108參採學測科目調查結果

繁星推薦使用科目數及百分比

國立大學

年度	107年度		108年度	
採計科目數	系組數	百分比	系組數	百分比
0科	78	10%	2	0%
1科	78	10%	12	2%
2科	129	16%	71	9%
3科	183	23%	268	34%
4科	137	17%	431	55%
5科	179	23%	0	0%

私立大學

年度	107年度		108年度	
採計科目數	系組數	百分比	系組數	百分比
0科	270	27%	3	0%
1科	481	48%	321	32%
2科	148	15%	242	24%
3科	78	8%	286	29%
4科	10	1%	150	15%
5科	15	1%	0	0%

108參採學測科目調查結果

個人申請18學群最多使用的科目組合

科目組合	使用學群
英數自	不分系招生
國英數	資訊學群、管理學群、財經學群、遊憩與運動學群
國英數自	工程學群、數理化學群、醫藥衛生學群、生命科學學群、生物資源學群、地球與環境學群
國英社	外語學群、文史哲學群、*建築與設計學群
國英	藝術學群、大眾傳播學群、*建築與設計學群
國英數社	社會與心理學群、教育學群、法政學群

*建築與設計學群採用國英社與國英組合兩者之比例相當

108學年度招生制度微幅調整

繁星推薦、個人申請 招生作業微幅延後

整體作業時間延後1至2週
(*日期仍以正式簡章為準)

- ▲繁星推薦3/11~3/12報名
- ▲個人申請3/20~3/21報名
- ▲大學校系第二階段指定項目甄試於4/10~4/28週間及週末辦理

個人申請管道第一階段 試辦納入學習歷程項目

開放資訊類學系
招生分組、少量試辦

- ◆不影響一般考生權益
- ◆參與試辦之資訊類學系：
 - (1)每系至多3名，全國試辦名額至多76名。
 - (2)訂定APCS成績，作為108學年度試辦納入第一階段檢定／篩選標準之項目。

16

108學年度個人申請入學資訊類學系試辦第一階段檢定、 篩選 納入大學程式設計先修檢測 (APCS) 校系一覽表

學校名稱	學系(組)名稱	招生名額	學校名稱	學系(組)名稱	招生名額
1 國立中興大學	資訊科學與工程學系	3	27 實踐大學	資訊科技與管理學系	3
2 東海大學	資訊工程學系資訊工程組	1	28 靜宜大學	資訊工程學系	1
3 東海大學	資訊工程學系軟體工程組	2	29 靜宜大學	資訊傳播工程學系	2
4 長庚大學	資訊工程學系	3	30 靜宜大學	資訊管理學系	2
5 國立政治大學	資訊科學系	3	31 長榮大學	資訊暨設計學院學士班	3
6 國立高雄大學	資訊工程學系	3	32 國立暨南國際大學	資訊管理學系	3
7 國立臺灣師範大學	資訊工程學系	3	33 國立暨南國際大學	資訊工程學系	2
8 國立中央大學	資訊工程學系	3	34 元智大學	資訊工程學系	3
9 國立中央大學	資訊管理學系	3	35 國立臺北教育大學	新學暨資訊教育學系資訊組	2
10 國立交通大學	資訊工程學系	3	36 銘傳大學	資訊工程學系	3
11 淡江大學	資訊工程學系	2	37 國立成功大學	工業與資訊管理學系	1
12 義守大學	資訊工程學系	3	38 國立成功大學	資訊工程學系	2
13 國立臺東大學	資訊管理學系	3	39 國立臺灣海洋大學	資訊工程學系	2
14 輔仁大學	資訊工程學系	3	40 國立臺北大學	資訊工程學系	2
15 國立聯合大學	資訊管理學系	3	41 慈濟大學	醫學資訊學系	2
16 國立聯合大學	資訊工程學系	2			

高中英聽測驗

測驗範圍	高中必修科目「英文」課綱所訂之1-4學期必修課程。
測驗目標	提供各大學校院招生選才之參考。
測驗內容	涵蓋生活化、實用性之主題，情境包括家庭、校園、公共場所、社交場合等。詞彙範圍以高中英文常用4500字詞為主，可參考大考中心高中英文參考詞彙表第一至第四級，試題皆為選擇題，由高至低依序為：「A」、「B」、「C」、「F」共四等級 (http://www.ceec.edu.tw/Research/paper_doc/ce37/ce37.htm)
測驗日程	108學年第一次英聽測驗 (107/10/20) 第二次英聽測驗 (107/12/15) 舉辦兩次考試，考生可自由選考，成績擇優使用 考試時間：共 60 分鐘
測驗用途	由大學校系自訂是否設為「繁星推薦入學」、「個人申請入學」及「考試入學」之招生檢定項目或納為「個人申請入學」審查資料之一。

學測與指考之比較

項目	學科能力測驗	指定科目考試
日期	108年1/25、1/26	每年7/01-03
考科	國、英、數、社、自	國、英、數甲、數乙、歷、地、物、化、生、公民與社會
範圍	高一、高二、高三必修課程	高一、高二、高三必修與選修課程
時間	國文80分鐘 國寫90分鐘 英文、數學100分鐘 社會、自然110分鐘	各科均為80分鐘
目的	接受大學教育所應具備的基本知能(較簡單)	進入大學的先備知識與能力(較難)
成績	級分制、15級分/科；不 到扣	考生可自由選考，100分(至少 數2位)/科

術科考試

考試單位	由「大學術科考試委員會聯合會」負責統一辦理，舞蹈、戲劇、國樂、國劇與運動競技等術科考試由相關校系自行辦理。
考試目的	藉由術科考試測驗學生程度，作為招生依據。
考試日程	108年為： <u>體育組 (1/28-1/30)</u> <u>音樂組 (1/29-2/01)</u> <u>美術組 (2/16-2/17)</u>
考試用途	可供大學繁星推薦入學、個人申請入學、考試入學及部分大學校系单招使用。
考科	測驗項目
體育	60公尺立姿快跑、20秒反覆側步、一分鐘屈膝仰臥起坐、立定連續三次跳、1600公尺跑走

術科考試項目說明

科目	考試項目
音樂	分為主修、副修、樂理、聽寫、視唱等五項
美術	分為素描、彩繪技法、創意表現、水墨書畫、美術鑑賞等五項
體育	60公尺立姿快跑、20秒反覆側步、1分鐘屈膝仰臥起坐、立定連續三次跳、1600公尺跑走



繁星推薦之推薦條件

一

- 全程就讀同一所高中，修滿高一高二各學期之應屆畢業生

二

- 前四學期在校成績總平均之校排百分比，符合各大學所設定之標準(校排百分比20%、30%、40%、50%)

三

- 學校依各大學設定之招生條件，得分學群推薦符合資格之學生至多各二名。
- 高中若推薦一名以上學生至同一所大學，需排定推薦優先順序。

四

- 同一名學生僅限推薦報名至一所大學之一個學群。

分發比序及錄取作業原則

第一輪分發作業

- 第一至七類學群
- 各大學錄取同一高中學生以一名為限

第二輪分發作業

- 各大學對同一高中再錄取人數不受一名之限制

「繁星推薦」之錄取生

- 無論放棄與否，一律不得報名108年大學甄選「個人申請」及科技院校日間部四年制申請入學第一階段篩選。
- 不設備取生

108大學繁星推薦管道學測參採方式統計

參採科目組合	科系數	參採科目組合	科系數
國文,英文,數學,自然	364	國文,英文,數學	210
國文,英文,社會	199	國文,英文,數學,社會	185
國文	152	國文,英文	114
英文,數學,自然	104	國文,社會	67
社會	65	數學	48
英文,數學	38	數學,自然	32
英文,自然	29	自然	28
國文,英文,自然	24	英文,數學,社會,自然	19
國文,自然	13	國文,英文,社會,自然	12
國文,數學	11	國文,數學,自然	9
英文,社會	7	不參採	5
英文,數學,社會	5	國文,數學,社會	4
社會,自然	1	數學,社會	1

(資料提供：甄委會)

107年各大學要求在校學業成績%

前 20%	台大,台師大,成大,政大,清華,交大,中央,陽明,中山,北藝大,台藝大,台北,馬偕 13(351)
前 30%	中興,高師大,彰師,長庚,台中教,國北教,台南,東華,國體大,中正,暨南,台南藝,嘉義,高雄,北醫 15(330)
前 40%	高醫,中國醫,淡江,輔大,海洋,中山醫,屏東,元智 8(231)
前 50%	東吳,中原,東海,逢甲,文化,靜宜,大同,北市大,台東,大葉,中華,華梵,義守,銘傳,世新,實踐,長榮,南華,台體,玄奘,真理,慈濟,開南,首府,康寧,中信金,佛光,明道,亞洲,宜蘭,聯合,金門 32(895)

108大學甄選入學委員會





大學甄選入學委員會
College Admissions Committee

回首頁 個人申請

108繁星推薦

大學之位 為它預留

[校系分類查詢](#)
[網路簡章覽覽](#)
[簡章生免英聽檢定](#)
[錄取名單查詢](#)

MAIN MENU

- 訊息公告
- 法令規章
- 重要時程
- 簡章發售
- 簡章公告
- 統計資料

訊息公告 News

最新消息

107/10/19 [招生試務] 108學年度大學繁星推薦入學招生學生成績檔案規格公告

107/10/15 [簡章訊息] 108學年度大學「繁星推薦」入學招生簡章發售辦法。

107/09/06 [其他事項] 108學年度大學「繁星推薦」暨「個人申請」入學等2種簡章招生簡章印製與發寄作業招標公告

107/09/05 [其他事項] 「大學甄選入學委員會」通過ISO 27001資訊安全管理國際標準認證

107/08/30 [招生試務] 108學年度大學「繁星推薦」入學招生檢定科目採計「大學入學考試中心高中英語聽力測驗成績」之校系一覽表

107繁星推薦招生簡章

國立中正大學 化學工程學系		學測、英聽檢定		分發比序項目
		科目	標準	
校系代碼	04125	國文	均標	1、在校學業成績全校排名百分比 2、學測總級分 3、學測數學級分 4、學測自然級分 5、學測英文級分 6、化學學業總平均成績全校排名百分比 7、物理學業總平均成績全校排名百分比
學習類別	第二類學群	英文	前標	
招生名額	13	數學	前標	
可填志願數	10	社會	—	
外加名額	2	自然	前標	
可選志願數	4	總級分	—	
備註	有視聽障礙或辨色力異常、精神障礙者，宜慎重考慮。 本系網址： http://www.cha.ccu.edu.tw 聯絡電話：03-2720411轉23401			

108參採學測科目調查結果一 繁星推薦使用科目組合

科目組合	108年度 系組數	百分比	科目組合	108年度 系組數	百分比
無	*5	0.28%	國英數	210	11.76%
國	152	8.51%	國英社	198	11.09%
英	40	2.24%	國英自	24	1.34%
數	48	2.69%	國數社	4	0.22%
社	65	3.64%	國數自	9	0.50%
自	28	1.57%	國社自	0	0.00%
國英	114	6.38%	英數社	5	0.28%
國數	11	0.62%	英數自	103	5.77%
國社	67	3.75%	英社自	0	0.00%
國自	13	0.73%	數社自	0	0.00%
英數	38	2.13%	國英數社	186	10.41%
英社	7	0.39%	國英數自	365	20.44%
英自	29	1.62%	國英社自	12	0.67%
數社	1	0.06%	國數社自	0	0.00%
數自	32	1.79%	英數社自	19	1.06%
社自	1	0.06%	國英數社自	0	0.00%

繁星推薦—原住民外加名額

原住民生僅可擇一般生身分或原住民生身分報名

原住民與原住民的申請學生一起比較在校成績、學測分數。

務必注意「外加名額」放在哪個學系，是否為自己想要念的學系

繁星推薦之錄取分發—分兩輪分發

第一輪分發作業，各大學錄取同一高中學生以1名為限

第一輪分發後有缺額之校系進行第二輪分發(不限1名)。

故每一大學對每一高中至多錄取6名(不含藝才班、體育班學生及原住民外加名額)

繁星推薦可以跨組嗎？

沒有限制第一類組只能填第一學群，二類組只能填第二學群，但每個人只能選一個學群

1~3學群都可以報名

但須考量各校的分發比序項目，自己是否佔有優勢。

規則清楚了，接下來要做什麼？

2/27(三)	寄發學測成績 發放繁星推薦校內報名表
2/27 (三)	繳交繁星推薦校內報名表 繁星選填志願說明會
2/27(二)	公佈撕榜序號
3/4 (一)	繁星模擬撕榜
3/6 (三)	繁星正式撕榜 發繁星推薦校系志願表
3/7 (四)	繳交繁星推薦校系志願表 繳繁星報名費200元
3/18(一)	公告錄取名單

(若時間有變更以教務處公布時間為準)

個人申請入學

個人申請入學

英聽/學測/術科

報名(最多六校系)
級分篩選

大學甄試及公告
正備取名單

正備取生上網登記
就讀志願序

公告統一分發結果



備審資料 全面電子化上傳

大學自辦
甄試時程 107/4/10~4/28期間
之週間與週末辦理

聲明放棄後始得參加指考之登記分發

108個人申請校系參採科目

108 個人申請 大學之選 為志預言

校系分類查詢 網路購買學單 網路報名系統 簡章查詢 簡章結果查詢 審查資料上傳 各校校系連結 網路登記志願 分發結果查詢

MAIN MENU

- 最新消息
- 法令規章
- 重要時程
- 簡章發布
- 簡章公告
- 技術指南
- 統計資料
- 下載專區
- 相關網站
- 歷年資料

108學年度大學「個人申請」入學招生校系參採「學科能力測驗科目」之一覽表

- 表列校系係依107學年度招生校系進行彙整，本次公告不含108學年度新增校系及公費生校系。
- 108學年度實際招生校系、各校系學測科目參採情形，將研訂於108學年度大學「個人申請」入學招生簡章，確切內容以正式簡章公告（預計11月1日）為準！

學校代碼	學校名稱	校系參採學測科目一覽表(PDF)
001	國立臺灣大學	校系參採學測科目
002	國立臺灣師範大學	校系參採學測科目
003	國立中央大學	校系參採學測科目
004	國立成功大學	校系參採學測科目
005	東吳大學	校系參採學測科目
006	國立政治大學	校系參採學測科目

108科大申請

108學年度

- 最新消息
 - 重大徵求事項
 - 考生資訊
 - 高中職學校資訊
 - 委員學校資訊
 - 其他資訊
- 招生學校
- 報章辦法
- 重要日程
- 常見問題
- 簡章查詢與下載

科技校院日間部四年制申請入學聯合招生委員會

科技校院日間部四年制申請入學聯合招生

最新資訊 | 簡章查詢與下載 | 報名資訊 | 高中職學校資訊 | 考生作業資訊

最新消息

【重大徵求事項】

目前無新消息

【考生資訊】

107.10.10 108學年度四校日間部申請入學簡章

107.09.26 108學年度四校日間部申請入學簡章

107.08.31 四校日間部申請入學簡章

科大可透過申請入學進入5個校系，多數校系不需面試，只看學測成績及備審資料，因此小論文或科展比賽較為重要！

https://www.jctv.ntut.edu.tw/caac/

108參採學測科目調查結果一

個人申請使用科目組合

科目組合	108年度 系組數	百分比	科目組合	108年度 系組數	百分比
國	86	4.38%	國英數	276	14.06%
英	22	1.12%	國英社	268	13.65%
數	17	0.87%	國英自	41	2.09%
社	40	2.04%	國數社	11	0.56%
自	6	0.31%	國數自	18	0.92%
國英	153	7.79%	國社自	0	0.00%
國數	28	1.43%	英數社	3	0.15%
國社	103	5.25%	英數自	126	6.42%
國自	24	1.22%	英社自	1	0.05%
英數	23	1.17%	數社自	0	0.00%
英社	3	0.15%	國英數社	234	11.92%
英自	16	0.82%	國英數自	411	20.94%
數社	0	0.00%	國英社自	21	1.07%
數自	9	0.46%	國數社自	3	0.15%
社自	1	0.05%	英數社自	19	0.97%



大學招生委員會聯合會

大學考試入學分發委員會

[首頁](#) [公告欄](#) [重要訊息](#) [招生簡章](#) [相關資訊](#) [資格審查](#) [校系分組](#) [下載專區](#) [相關網站](#)


考試入學

高中英語測驗(檢定)
學科能力測驗(檢定)
術科考試(檢定或採計)

指定科目考試
採計3~5科(含術科)

網路選填志願及分發

學科能力測驗
檢定科目最多2科

大學各校系自訂
不同加重科目
不同加重比例
25%、50%、75%、100%

各考科組合總分未通過最低登
記標準不得登記分發
志願數最多可填100個

指考能力測驗考試範圍說明

考科	考試範圍	課綱依據
國文	高一必修科目國文、高二必修科目國文、高三必修科目國文	101 課綱
英文	高一必修科目英文、高二必修科目英文、高三必修科目英文	99 課綱
數學甲	高一必修科目數學、高二必修科目數學 B 版 高三選修科目數學甲 (I)、高三選修科目數學甲 (II)	99 課綱微調*
數學乙	高一必修科目數學、高二必修科目數學 A 版 高三選修科目數學乙 (I)、高三選修科目數學乙 (II)	99 課綱微調*
歷史	高一必修科目歷史、高二必修科目歷史、高三選修科目歷史	101 課綱
地理	高一必修科目地理、高二必修科目地理、高三選修科目地理	99 課綱
公民與社會	高一必修科目公民與社會、高二必修科目公民與社會、高三選修科目公民與社會	99 課綱
物理	必修科目基礎物理一、必修科目基礎物理二 B、選修科目物理	99 課綱微調*
化學	必修科目基礎化學 (一)、必修科目基礎化學 (二) 必修科目基礎化學 (三)、選修科目化學	99 課綱微調*
生物	必修科目基礎生物 (1)、必修科目基礎生物 (2) (應用生物) 選修科目生物	99 課綱微調*

註：依據 103 學年度實施之「修正『普通高級中學課程綱要』數學、物理、化學、生物、基礎知識科學課程綱要」。

其他招生管道



好站推薦

- 漫步在大學
 - <http://major.ceec.edu.tw/search/ceec.htm>
- 大學問
 - <http://www.unews.com.tw/>
- 哈學網
 - <http://w3.mingdao.edu.tw/ceec/>
- 教育部大學多元入學方案線上小秘笈
 - <http://epaper.edu.tw/examsite/>
- 大學入學考試中心
 - <http://www.ceec.edu.tw>
- 大學招生委員聯合會-當年度之聯合分發委員會
 - <http://www.uac.edu.tw/>
- 大學甄選入學業務中心
 - <http://www.caac.ccu.edu.tw/caac98/index.php>
- 技專校院入學測驗中心
 - <http://www.tcte.edu.tw/index.php>
- 「大學指考全攻略」電子書
 - <http://campus.udh.com>
- 運動成績優良學生升學輔導網路作業系統
 - <http://iss.ntcpe.edu.tw/true/>

不一樣的管道 不一樣的選擇

* 擇其所愛 · 愛其所擇

輔導處 為你加油!!!

有任何疑問都歡迎來洽詢

蔚欣老師408

在「不一樣」的管道中，
尋找「不一樣」的選擇，
是為了找到最適合自己的路。



Printed by www.sart-k.co.id/
© 2008 Sart-K, All Rights Reserved.

新聞狂播普悠瑪意外，孩子竟出現反常行為！

心理師揭家長最常忽略的「創傷情緒」嚴重後果...

作者 | 陳彥琪



災難新聞 24 小時的播，即使是大人也會感到哀傷難過，更不用說孩子也被嚇得不敢入睡。那麼該如何跟孩子討論，才能好好教導孩子、又能安撫他們的創傷情緒呢？（顏麟宇攝）

捷運殺人、八仙塵暴到殺童案、火車出軌意外事件，每每有災難事件發生時，媒體新聞的連續播放與高頻率的實況轉播總令人焦慮，即便想要轉開，心中卻仍有許多不安，尤其為人父母者，還會擔心發生在自己的孩子身上怎麼辦？又或者，明明發生在別人身上，可是光看著新聞 24 小時的播，自己就感到哀傷難過，孩子也嚇得不敢入睡；然而並不是我們迴避去面對，事情就不會發生，那麼該如何跟孩子討論，才能好好教導孩子，又能安撫孩子的創傷情緒呢？

孩子談論情緒感受，而不是新聞渲染的內容

我們可能都會很憂慮，急著想要把好多資訊一口氣全部說給孩子聽，但是別忘了，先好好關心留意、掃描孩子的狀態，孩子接收了多少程度的訊息？而根據孩子的不同狀態給予安撫、澄清以及教育，你可以試著與孩子討論：

1. 對於這件新聞，你知道的有哪些？

先聽聽孩子理解的內容為何，並了解孩子關注的重點，你可以簡單澄清、說明事情經過給孩子聽，但不在事情的因果、對錯或細節上多做強調與討論。

2. 你那時看到新聞，會感到害怕嗎？

別急著否定孩子的情緒，比起「你又沒事，哭什麼？」，不如聽他好好說，沒有邏輯也沒有關係，並讓孩子知道「我會陪著你，你很安全」。此外，有時沈默也是一種表達，好好陪伴即可。

處理孩子情緒的過程中，亦留意孩子行為背後傳達的心理需求，如：在捷運殺人案剛發生的時期，我曾遇過孩子一見我就拿著玩具刀喊著「我也會殺殺殺」而令父母緊張，但有的時候這並非模仿學習，而是一種焦慮與防衛，當我溫和的詢問孩子「殺殺殺是不是會讓你覺得自己可以變得勇敢一些？」時，孩子才慢慢吐露他對父母可能也會受到傷害的不安心情。

3. 我們可以做些什麼，會讓你好一點？

不管是未來如果發生該如何自我保護、勇敢協助他人，或是現在的低潮情緒需要被轉移注意力、放鬆安定，父母都請記得別用威脅、恐嚇的方式對孩子說教，如：「你看，你不乖不然你給他抓走好了！」、「看你以後敢不敢自己溜出去玩，發生這種事情我就不要理你了！」。

與孩子討論新聞事件，我們很容易受到時時刻刻播放的媒體影響，淪於挖掘肇事者、罹難者的身家背景故事，或是一些事後的情緒性責難與歸咎，但重點應該放在「我們可以怎麼辦？」或是「做些什麼會讓自己好一些？」，讓焦點回到孩子的內在，帶著孩子起伏的情緒回歸安定。

大人也要好好照顧自己的情緒

我們很習慣地要求孩子：不要去想、不要一直跟我提，其實往往是因為自己也感到慌張無助—我已經不太知道要如何去面对了，更遑論接收孩子的情緒—因此，好好的先照顧自己，關掉電視或手機，不再將注意力放在高張力的新聞媒體上，並让自己的情緒慢慢沈澱，方有餘力去關照孩子。

當父母越穩定，孩子越有安全感，親子之間才能在乎和與信任的基礎下，發展出問題解決的能力。

作者 | 陳彥琪

長期擔任臺北市親子館的副館長，同時為看見心理諮商所治療師、旭立心理諮商中心的諮商心理師（諮心字 002178 號；上海二級心理諮詢師第 1303000226200573 號），也是一個女寶的媽媽，定期撰有【育兒生活】雜誌之專欄：育兒診斷室，並長期參與台北義務張老師服務。

文章來源：風傳媒 <https://www.storm.mg/lifestyle/563537>

周慕姿心理師：情緒從來都不是別人的責任，面對心中不窵，始終要自己負責

採訪者：蔡昀暉 2018/03/05

「明明面對的是自己最愛的家人、伴侶，與信任的朋友、同事，但為什麼我們總感到委屈、想逃？」

「情緒勒索」被視為一種「操控」的手段，會讓彼此關係崩壞，因為當一方一再的屈服和退讓，是出自懼怕，而不是親密、信任、愛，那麼這段關係終究走向毀滅。」

自我價值低的人容易被情緒勒索

周慕姿心理師說，通常習慣情緒勒索的人也是對自己沒信心、缺乏安全感、不相信自己值得被愛，他害怕別人照自己的意思去做，是因為「自己不夠好、不被在乎」，所以才會使出「情緒勒索」的手段逼得對方一定要照自己的意思去做，這樣他才能夠肯定自己的重要性和價值。

好比，父母不相信小孩愛他，就會用很多貶低性的話去控制，像講出「如果你不回來看我，你就是不孝」、「如果你現在不聽我的話，就是不乖」因為父母知道講出這些話，小孩會照做，當小孩有照做了才表示孩子有愛他。

再譬如說，情侶間有一方感覺不安，覺得對方不夠愛自己的時候，就會去規定對方幾點要回家、手機簡訊要給看等等，就是因為自己內心太不安了，所以無法忍受一點點「不被愛」的可能性出現。

無論是父母或情侶間，上述這些「規定、要求」其實都是出自內心的「不安」，不相信自己值得被愛，就會使出這種極端的情緒勒索行為。

一個有安全感、有自信的人，當對方一次沒照自己的意思做時，他們不會去懷疑別人「是不是不夠愛他」，而是反過來替對方著想「他應該有什麼原因吧！」

「設立界線」擺脫情緒勒索」

談到如何擺脫情緒勒索？周慕姿心理師說，情緒勒索者跟被情緒勒索者，兩方各自活在不同文化裡，對被勒索者而言，「情緒勒索」讓他們痛苦，對勒索者而言「情緒勒索」是他們取得安全感的方式，想擺脫情緒勒索就由被勒索的一方先主動「設立界線」保護自己，逼著對方慢慢改變彼此的互動模式！

好比對面父母的貶低，像是「你都不回家，這樣很不孝」，那兒女可以禮貌回應「雖然你這樣說，我不覺得，但我尊重你的想法」甚至更強烈一點回「我不這麼覺得（我不孝），但如果你

要這麼想，那我也沒辦法！」設立界線、拒絕被貼標籤，當情緒勒索者感覺到這招對你沒有效的時候，他才有機會去調整自己。

而對情緒勒索者而言，當自己有意識到自己會對別人情緒勒索時，就要練習相信自己是被愛的，以及不斷提醒對方是在乎自己的！對方被你「情緒勒索」可能是出自恐懼，但確實也包含了在乎的成分，因此開始練習試著把自己的脆弱和需求說出口，關係才有轉圜的餘地。比方父母一味的責備孩子只跟朋友出去玩，不如坦白地溝通，其實我們也很希望有機會跟你一起出去。

每個人內心都藏著「不安」

最先由精神分析學家約翰·鮑比（John Bowlby）提出，後由心理學家瑪麗·愛因斯沃斯（Mary Ainsworth）發揚光大一個相當著名的理論——「依附理論」（attachment theory）中將人分為三種：安全型、迴避型、焦慮—矛盾型。其中焦慮型依附的人比較在乎關係，所以時常表現出較多的情緒勒索行為，但其實迴避型的人情緒勒索行為可能更極端劇烈，周慕姿心理師分享，如果今天焦慮型依附的人喊著「你不愛我，那我就去死」，這時迴避型依附的人可能早已先用頭去撞牆了，用傷害自己的方式來反制對方，所以無論是何種依附型人格，一旦被不安給淹沒時，誰都會像個孩子一樣做出任性的行為。

「停！看！應！」挽救關係，提升自信心

我們都只是平凡人而已，難免焦慮不安，而如何幫助自己讓心中的不安、焦慮停下來，避免破壞關係？周慕姿心理師用了三字訣：「停！看！應！」

就拿「奪命連環 call」這舉動來分析，因為對方沒接電話，不安的一方腦中開始產生「他不愛我、我被拋棄」的生存焦慮感、失去的恐懼感，所以又拚命狂打好幾通，一直要到對方接聽為止，心中的不安和焦慮才得以被安撫，這種互動就像吸毒上癮一樣，所以正在奪命連環 call 的人，這時最需要做的就是先「停」止打電話的動作。

鼓勵自己，他不回電話是他的事情，這只是我自己「習慣性的擔心」，「不被愛的焦慮」都不是真的，要不斷練習停下來深呼吸，每當想要做衝動性行為時都先逼自己停下來，因為焦慮不安而去做的事，之後都會讓人更後悔。試想一下，當一個人看到自己打了好幾十通電話，對方都沒接的情況，他也會開始覺得自己發瘋、像個神經病，這時候「自我感覺變差」更有害兩人關係，因為自我感覺差的人愈容易去向對方索討，可能會做出比奪命連環 call 更可怕的事。

因此先逼自己停下來，一旦停（忍）過一次，效果就會像戒毒成功一樣，不只兩人關係變好，更重要的是人會變得有自信，提升自我感覺良好，當一個人自我感覺良好時，心中的安全感也會跟著上升。

再來是「看」，找點其他事情做，轉移注意力後，回頭看看自己「剛剛發生什麼事？我有這

麼害怕他不要我、離開我嗎？」試著質疑自己的過度焦慮，反向思考「這些擔心是真的嗎？」

這樣反思後若依舊很擔心害怕，那心中的「恐懼感」就是自己該去面對的課題，不能因為自己焦慮不安就要對方照你的意思去做，情緒從來都不是別人的責任，面對心中不安，始終要自己負責。

最後是「應」，冷靜過後找對方商量，告訴他自己有意識到，一旦沒安全感就會狂打電話的習慣性反應，但「這只是個過度期」，你也在訓練自己改掉這件事，這段期間是否可以請他協助？

像是：我會忍耐不打電話，當你有空的時候、心情想和好的時候，只要回個貼圖給我就好，這和「10 分鐘報備」比起來，對方也容易執行！

當對方發現到你自己有所意識，而你也提出可行方案時，兩個人的關係才有可能改善，走上正向回饋！

一段關係要走得長久，勢必要輕鬆自在的相處，一旦心中的焦慮不安演變成「情緒勒索」，那只會將關係推向結束，想修復關係就從面對自己的「不安全感」開始。

文章來源：<https://www.storm.mg/lifestyle/403665>

小野 x 李亞：

心再怎麼急，手都別過界

作者：陳怡伶 (Cheers 雜誌 162 期)

看到子女就業不易，當父母的是否真能不插手？要如何表達關心，又不會引起反感，變成阻力？做子女的，又該如何和父母溝通，才能「做自己」，不會被標上「媽寶員工」的註記？這樣的情感考驗，也出現在作家小野和他的女兒當中。身為父親，小野曾極度掙扎過，摸索著如何在「過度干涉」與「適時提供意見」間，取得屬於兩人的平衡。



小野的女兒李亞（本名李華），高中時決定休學一年「找尋自己」；24歲到義大利取得工業設計碩士學位後，回到台灣，同樣遭遇到「低薪」與「過勞」的考驗。因此，5年前，小野跟李亞合著了《面對》這本親子對談的書，交換彼此內心對話。

5年後，這對父女再度同台，分享「癡心爸爸」小野如何忍住不插手，讓七年級的李亞在職場上找到定位，而李亞一路上又怎麼看待這一切？

小野寫了十幾本親子教養書，經常強調父母不要過度干涉子女的人生，這跟你父親對你的教養方式有關嗎？

小野：我年輕的時候，是最不需要父母干預的小孩，因為台灣師範大學畢業後，當老師就好，就業沒有問題。但是我父親害怕到什麼程度呢？當時，我已經被分配到一個在新北市五股的學校，父親覺得離台北市太遠，他就在僅有的關係裡，要我去見三重的一個校長，沒想到，我當面被羞辱了一頓。

這個校長打開抽屜，對著我說：「你看，我有這麼多推薦信，你都已經有分到學校了，幹嘛還找我？」他的態度很壞，那堆信中，第一封還是我的同班同學，讓我觸目驚心。那個校長看著我的那一刻，是我人生中最大的屈辱。我的確已經有學校去，我父親還要這樣，我就更氣了。

為人父母後，我跟我父親不一樣的地方是，我變得比較有名，的確有朋友可以打電話請託。可是，我更不能這樣做，因為我打了電話才有這份工作，小孩哪裡有成就感？而且，對方會覺得是朋友的孩子，該怎麼對待這個員工？朋友很尷尬，我自己也很尷尬。

我兩個孩子在求職過程中，我真的是沒有插手過。兒子跟女兒一直找不到工作時，我也覺得沒有關係。即使心裡很在乎，但是不動手，讓孩子自己去找，他們才有成就感。

所以父母參與過多，會剝奪小孩對工作的成就感？

小野：對，什麼都是人生啊！每個人是誰就是誰，挫敗、挫折，你就讓孩子去嘗試。不是為了刻意讓小孩接受磨練，是因為那是人生的一部份，要讓他去體會嘛！如果我的孩子從頭到尾都考第一名，高不高興？當然高興！我不會對孩子說，你不用考第一名。但是不是每一個孩子都可以考第一名？你得接受你的孩子不是這樣的，你接受孩子的時候，就要接受他自己選的路。

不過，當你看到李亞有機會獲得「更好的工作」時，據說還是忍不住插手了？

小野：只有一次，我有給她意見。當時《中國時報》人間副刊找她去當主編，很多人都以為是我的緣故，我真的沒有。但是她是我女兒這件事，別人都知道，李亞換來的，是別人對她很有興趣。其實，她一直有在《中國時報》投稿，跟副刊的人互動，人家覺得她滿負責任的，所以找她去。李亞那時候不太想去做文字編輯，但是我對她說，《中國時報》很棒，是大家夢寐以求的工作，待遇也比原來高。

我弟弟在美國時，聽到她要去人間副刊當主編，還說：「被她卡位卡到了。」這是我們這一代的想法，一卡進去，可以做一輩子，安全就好，別再貪心。

李亞：我後來決定念設計，就是為了要跟他劃清關係，不要走入文學。我問他的意見，真正的意思是「我不想去」。最後，我聽他的話去了，的確是像他講的一樣，可以快速認識很多作家。因為我學設計，又想寫作，就應該去多認識這些文壇的人。

不過，後來我發現，這個工作模式很固定，是不是我來做，也沒有差別。如果我一直做下去，好像也不太會成長，或學到新的東西。那種感覺跟我高中時想休學是一樣的，看不見未來會滾去哪裡？日子一直在重複，對我來講沒有意義，所以沒辦法再繼續工作下去。

有時候，會不會是孩子反過來希望父母幫他們做決定？

小野：做父母很難的地方是，如果你讓小孩自己做決定，小孩會說，那你幫我想一想嘛！在介入跟不介入之間，很難拿捏。

李亞從小就知道自己要什麼，很早就決定要學設計，所以我不用太擔心。但是哥哥李中就不是，他當時不知道自己要什麼，大學選填志願時，就變成得用「排除法」：他跟我說，絕對沒辦法念理工組，那就選文組；文組也不適合商業領域，就又劃掉一大塊了。我問他到底想念什麼？他

竟然說：「其實我不知道！」最後只剩下兩個選擇：社會跟哲學。我姊姊就對李中說，你神經病，念那個。（編按：李中後來為政治大學社會學系畢業，並赴美攻讀哥倫比亞大學電影創作碩士。）有時候，當父母最大的障礙是不懂小孩要什麼。你以為他要，其實都錯。我兒子第一個聖誕禮物是一台很貴的玩具火車，玩不到多久就不見了。原來，他拿去跟人家換了一個壞掉的雙節棍，他媽媽氣得要命，因為車子很貴，這個雙節棍在路上撿都有。不過，那一刻，我從孩子的反應中發現，他要的跟我想的不同。

李亞自己也當媽媽了，妳是用什麼方法來對待自己的小孩？

李亞：我也覺得小孩的成長是他自己的，怎麼走、長成怎樣，都是他自己要決定的。可能當他真的需要什麼時，跟我講，我才會給他。畢竟，他沒主動講的時候，我也不知道要給他什麼才是好的。

每個人需要的都不一樣。我當母親後，發現每個父母對小孩的需求都會有盲點。以為自己很了解自己的小孩，因為從小看到大。事實上，反而因為跟小孩有某種默契，因為有血緣關係，很容易被這種默契蒙蔽。

小孩也是一個個體，一定有你不了解的部份，當你自以為很了解他的時候，就會給錯、給了他不想要的東西。

小野：我開始寫教養書後，很多人都以為內容是假的，其實，我都是寫真的！

曾經為了這件事，我接到家長電話，要求我告訴他女兒，書裡的故事都是編的，因為女兒拿書的內容跟家長抗議。我說，我沒辦法這樣告訴你，因為我就是寫生活瑣事；甚至，我透過寫作，是在自我療癒，這是對我自己成長的反彈。

每個父母對待孩子的方式，都是對自己的投射。我的投射很簡單，我爸爸管我太多了，剝奪我很多快樂；等有了孩子，我就決定讓他們自己去摸索。

李亞出國念了兩年設計，最後待在出版業，跟你對她的期待有落差嗎？

小野：我自己是個作家，我會覺得李亞的文字很好，不寫有點可惜，只有這樣子。

李亞：後來，我也不會覺得不走設計很可惜。當然，一方面是發現自己對這個領域並沒有很在行。現在公司提供一個適合我的職務，因為學過設計，懂一點美術的東西，我就負責出版設計類的書，或者幫忙美編。

如果你找到一群對的人，他們會知道怎麼讓你發揮身上的特質。我們出版社裡，幾乎都不是學文學的，有學日文的、有學韓文的、有學統計的，大家進來後，因為合作得很愉快，就會把身上的東西放進工作裡，不足的地方再一起成長。

小野，1951 年生，台灣師範大學生物學系畢業後，前往美國紐約州立大學研究分子生物學。後來成為專職作家與電影人，相關創作已超過百部。育有一子李中，一女李亞。

李亞，1983 年生，本名李華，用李亞為筆名出版多本書。就讀實踐大學工業設計系、義大利米蘭工業設計學院，主修多媒體視覺設計。曾任網路公司動畫設計、報社副刊主編、提琴行店長，目前任職出版社編輯。

給父母的建議

要有意識和子女及早展開生涯選擇討論

在孩子的成長過程中，便一點一滴觀察他對未來的發展可能。可以是在課後聆聽孩子對學習的感受，或者透過對孩子個性的觀察，建議適合的工作領域與方向。避免在最後一刻選填學校志願，或者準備應徵工作前，才開始介入與阻止。

要「一起分析」

孩子主動徵詢你的意見或求助時，不要急著幫他做決定，而是跟他一起檢視能力清單，肯定孩子擁有的、接納孩子不足的，釐清工作不適應的問題與層次，並且鼓勵他們自己做決定，承擔必要的後果。

要練習「放手」的智慧

子女的選擇，並非父母未竟願望的延伸。當鼓勵孩子自我探索時，也要放下父母心中的「好」，克制自己想給孩子「最佳選擇」的衝動。

給子女的建議

多跟父母分享新知

這個時代的企業競爭、職場變化可能比父母理解的更複雜，如果父母觀念無法更新，很可能成為衝突的來源。

多講理性計劃，而非情緒字眼

萬一父母當下真的無法接受你的選擇，不妨先找出父母不同意之處，提出解決計劃，再次溝通。避免出現「我不管，我一定要這樣做！」等情緒字眼，這只會讓父母覺得你不夠理性，更不信任你的決定。

多談自己工作上的成就感與心得

與其回家抱怨，不如換個角度分享，讓父母參與你的成長，這樣即使對工作出現不滿，父母也較能掌握前因後果，減少對企業或雇主的誤會。

適時接受父母意見，但不要過度依賴

要有這樣的認知：不管父母能幫多少忙，終究是自己要對自己的人生負責。獨立是可以學習的，這件事沒有這麼可怕，在能力範圍內，盡力讓自己過得還不錯，就是邁出第一步。

《被討厭的勇氣》越是親近的關係，越需要課題分離

東方社會親子關係緊密，父母對兒女總有一生捨不下的牽掛，兒女對父母也是終身親恩難報的厚重。或許，在互相愛護關心的同時，我們該學著把自己和對方當作獨立的成年人，在親子關係之外，更需要的是對待另外一個個體的尊重。

人生三件事

簡快身心積極療法的宗師李中瑩老師曾提出「人生三件事」，分別是「自己的事」「他人的事」以及「老天的事」。

對於「自己的事」，我們要做到的是「盡力」；

對於「他人的事」，我們要做到的是「尊重」；

對於「老天的事」，我們要做到的是「臣服」。

這個道理很好懂，但我們卻總很難明辨什麼是屬於「自己的事」，什麼是「他人的事」，什麼又是「老天的事」。

錯把他人的事當成自己的事，你就會侵犯到他人的界限，或是容許他人越了自己的界。企圖透過控制或討好的手段，來干涉他人的決定或一舉一動，甚至背負起不屬於自己該承擔的責任。這樣的狀況特別會發生在關係親近的人之間。

越是親近的人，越是需要課題分離

父母過度涉入孩子的發展課題，做了過多自以為好的安排，認為孩子的成敗就是自己一生的責任，卻引來孩子的反感，因為要承擔這些安排的後果的，不是父母，而是孩子本身。

相對地，做子女的也常無意間承擔了本屬於父母自己該解決的問題的責任，而沒能明白自己的身分只是子女，不但無助於父母減輕困擾，也使自己的人生總困在動彈不得的境地之中，在雙輸的結果下，還堅持這就是對父母的愛。

在《被討厭的勇氣》一書中告訴我們，分辨「這是誰的課題」的方法，就是去思考「因為這個決定帶來的後果，最後會由誰承受？」這對我們是當頭棒喝，尤其在關係緊密、界限觀念模糊的華人世界中，更是如此。

在越親近的人際關係中，越是難以做到課題分離，而親子之間這種剪不斷、理還亂的糾結問題，經常出現在華人世界的家庭人際互動中。

常有學生來找我討論如何做出生涯抉擇，實際上他們的難題常是「父母不認同我想發展的方

向，怎麼辦？」

我們以為現在的孩子迷迷糊糊，不知道自己的未來想要做什麼、可以做什麼；然而，有更多的孩子正處在「好想做什麼」卻「不被父母支持」的困境之中。

我認為，一個逐漸成熟的人，終究得走上自己的路；因為，自己的人生由自己主導，也由自己負責。然而，在走自己的路的同時，究竟該如何處理與父母之間糾纏不清的愛恨關係，也就是做到與父母的課題分離呢？



不斷活在父母期待中的孩子

倩琳才進大一，就起了想轉系或轉學的念頭。她說對現在所學沒興趣，想找個新方向，但不知道往哪裡走好。

「我從小學琴，國中讀音樂班，但我爸媽說在臺灣念音樂沒前途，高中便讓我去念一般高中，課業繁忙，也中斷學琴了。」倩琳告訴我，彈鋼琴是生活中最令她感到熱情的事情，曾夢想未來要當個音樂老師。

才大一，轉換跑道還不遲吧！我疑惑著。

「我的父母不可能會答應的。從小，我只能照著他們的安排走，可是我卻永遠達不到他們的要求……」

打從上國中後，倩琳就沒再聽過父母的讚美了，尤其是母親。不管再怎麼努力，母親總會找到機會嫌棄她的表現，甚至歇斯底里地數落著她的不是。於是，她總是避免與母親見面。即使如此，倩琳仍然在課業上投注心力，或許是想避免再被母親責罵，也或許是想獲得母親的肯定與認同。

她犧牲了自己的興趣，進入父母期待中的高中與大學科系，然而，「儘管如此，他們還是對我不滿意。我到底要怎麼樣，他們才會滿足？」倩琳哭訴著。

「妳知道，妳是永遠無法滿足父母所有期待的。」我試著讓她認清這一點。就算滿足了這一個期待，還會有下一個，活在別人的期待中，太累了。

其實，這些倩琳都懂；但她就是無法不顧慮爸媽的心情，只能不斷妥協！

對父母有所愧疚，所以總想回報父母

倩琳的父母出身貧寒，兩人白手起家，給她和弟弟受最好的教育，希望藉著子女在課業上的成就，能在親友面前抬得起頭。事實上，倩琳知道他們的內心是自卑的，尤其是母親，她常說，如果當時初中畢業後能夠繼續升學就好了。

「我一想到他們如此辛苦，而我卻總是無法做到他們的要求，甚至想走一條他們反對的路，心中就充滿愧疚感。」倩琳如此說道。

在我從事心理助人工作的過程中，看到過太多年輕生命都在類似倩琳這樣的痛苦中掙扎著，而愧疚感總是在當事人的內心世界裡扮演著關鍵的角色。

愧疚感最常出現在與父母的關係中，也是一個孩子難以與父母課題分離的困境來源。我們的生命來自父母，根本上，我們是永遠虧欠著父母的，因為，我們再怎麼樣也無法回報給父母另一個生命。

文章來源：女人迷 womany.net

2/3 美國青少女曾傳自拍裸照

專家提醒：男孩性教育同樣重要

作者：曾多聞(親子天下) 2018-01-10

網路時代，年輕人用 3C 談戀愛，青少年間更掀起互相寄送裸照的風潮。最新一項研究顯示，多數少女曾被交往對象要求寄裸照。專家對此表示憂心，並提醒家長，不但要教育少女們保護自己，更要教育少男們尊重女性。

兒少心理學家麗莎·達穆爾 (Lisa Damour) 醫師近日在《紐約時報》撰文指出，青少年間寄送裸照的風潮，是建立在一種非常不健康的基礎上：在兩性場域裡，女孩扮演「跑」而男孩扮演「追」的角色。最新研究顯示，多數少女曾被交往對象要求甚至強迫寄送裸照，專家認為這是警訊。該研究分析 500 名 12 至 18 歲少女的社群媒體帳號，發現有三分之二的少女寄出過自拍裸照。研究人員把這種風潮叫做「性簡訊」(sexting)。

過半受訪少女表示，她們面對來自交往對象的壓力，要她們寄裸照來證明自己對交往對象的感情，若是拒絕，對方就會不斷要求、甚至生氣、騷擾、威脅她們。一位 14 歲少女說：「我男朋友花了好幾個小時的時間說服我寄一張裸照給他。現在他威脅我，如果我不寄給他一些更猥褻的照片，他就要把我已經寄給他的裸照公開。他叫我做的事簡直無法置信。」

另有研究發現，雖然少男與少女都會寄裸照給交往對象，但男孩向女孩施壓、要求對方寄裸照的次數，是女孩要求男孩的 4 倍。

達穆爾醫師寫道：「放寬來看這件事，這是成人世界有權力的男人對女人性剝削的縮影。」她指出，這些因為頻繁而被視為正常的錯誤兩性互動模式，已經毒害了青少年。我們應該要立刻採取行動，糾正這些錯誤。很多老師與家長都會教育青少年保護自己，不要寄出自拍裸照。但我們也應該教育少年，尊重女性，不要向交往對象要裸照。

當然，僅僅宣布一個新規矩，並不能抹去既成的問題。但規矩可以帶來改變。達穆爾醫師指出，首先，規矩明白指出什麼才是正常的。我們告訴青少年不要寄發裸照，因為我們擔心這些未成年人還不明白散布裸照的後果，不論是個人的還是法律上的。但如果我們不同時告訴他們不要索取裸照，我們就錯失了一個教育他們的機會。

領導上述研究的西北大學教育博士候選人薩拉·托馬斯 (Sara Thomas) 指出，如果我們只告訴女孩們不要寄裸照，那我們便忽略了少女們在感情生活中面對的複雜的壓力，以及她們經常要與男友談判的事實。如果我們想阻止性簡訊風潮，我們首先應該阻止男孩們向女友要裸照。

家有青少年的家長們，不論對兒子或女兒，都應該討論傳送性簡訊的問題。

文章來源：親子天下 <https://www.parenting.com.tw/>

「標籤」對特殊生只有傷害嗎？

作者：沈雅琪（基隆市長樂國小老師，網路暱稱為神老師&神媽咪）



在現今的社會中，是沒有人希望被標籤化！而許多特殊生的家長也都擔心孩子在學被貼上標籤後，使孩子受到傷害。但在教育現場 18 年、自己也是特殊生家長的神老師提出值得思考的觀點：重點其實不是標籤，而是我們怎麼看待標籤？如果沒有適合的標籤，孩子的求學路會不會更艱鉅？

很多特殊生的家長擔心孩子在學校被貼上標籤，在入學或新編班的時候不願意跟老師說太多，還有些家長會拒絕學校幫忙評估或特教的服務。

重點其實不是標籤，是看標籤的那個人。

在一個班級裡面，有些孩子需要服藥，有些孩子成績很差，有些孩子行動不便，有些孩子每一節課都被老師提醒，有些孩子家貧需要協助，有些孩子就像我家女兒一樣怎麼也學不會……我們不說，孩子們也看得清清楚楚，不說清楚，同學之間的猜測、排擠、厭惡、口耳相傳最恐怖。

標籤，其實一直都在

當標籤不夠清楚，當標籤的貼法不對，當看待標籤的人想法錯誤時，造成的傷害豈是我們能夠承受的？孩子就是有特殊身分，但是很努力，也很辛苦，法律賦予他和其他孩子一樣的受教權。我一直認為既然孩子身上的標籤緊緊黏著，撕也撕不掉，那我們就把標籤貼清楚、貼大張一點，我們一定要極力捍衛孩子的受教權，雖然孩子有身心障礙手冊，但是他的受教權不能被任意剝奪。沒有任何人，能用任何理由，去剝奪孩子的任何權利。

既然要一起相處兩年，很多事情閃躲不了，就該用正確的態度把話講清楚，在一個班級裡都是同班的兄弟和姊妹，沒有什麼不能說的，可是說的態度、面對這孩子的態度真的很重要，尤其是老師主導的風向球，該怎樣引導其他孩子們去面對別人的不同，是重要的關鍵。

該如何讓同學們同理處境特殊或是身心特殊的孩子？

在課堂上我常常說故事給孩子們聽，找了許多的特教影片讓孩子了解，我們體驗過跟自閉的孩子一樣用力甩手大叫，我讓孩子們回想躺在病床上生病的感受，我們思考無法控制自己情緒的暴躁，我們嘗試過身體不便的痛苦，常常用日常生活中的狀況做機會教育。

那天去演講時主任跟我分享，他們學校有一位五年級的孩子轉入，很明顯的是自閉症的孩子，但是家長堅持不去做鑑定、不想給孩子身心障礙手冊，想要透過自己的陪伴和教育讓他好起來。我聽了覺得很遺憾，沒有這張身心障礙手冊，孩子得接受跟一般孩子一樣的要求和課業，對這孩子來說，是很沉重的負擔，這孩子應該需要很多專業的治療和教育。

沒有適合的標籤，這孩子求學路上所受的困境更加艱鉅。

等這孩子畢業，上國中時無法安置、無法享有各種適當的安排和課程。接到這孩子的老師也很無助，孩子沒有透過特殊生的安置會議來安排適合的老師，沒有心理準備會接到這麼嚴重的孩子，這老師的班上已經排了幾位特殊生，這孩子在班上的狀況連連，讓他措手不及、分身乏術，沒有資源班的協助，這孩子在教室的學習也幾乎是 0。

當孩子沒有身心障礙手冊，他身上就沒有標籤嗎？

當孩子的障礙一定需要協助時，刻意的隱瞞就會造成誤解，該有的權益會被任意剝奪，他需要的資源就會無法安排，孩子的能力和成績的期待就會被誤判，讓孩子在學習中陷入困境，受到許多的責難和不適當的要求。如果家長沒有陪讀，可能無法了解孩子在學校受到的困境，孩子得自己去面對所有的狀況。

面對特殊的孩子，老師需要家長的支持和協助

我雖然在國小已經第 18 年，但是很多類別的孩子都只有接過一個，有些還從來沒遇過，我們修了很多特教學分，但是就算是自閉症，每個孩子的狀況也大不相同。很多時候需要專業治療師和資源班老師、心理師的協助，還得透過跟家長不斷溝通、找方法，才能慢慢找到對待每個孩子適合的方法，所以我很期望家長對我能坦白，能夠給我很多的協助，能跟我討論各種狀況的應對，讓我能接到這個孩子時迅速的了解孩子的狀況，可以縮短跟孩子的磨合期，也減少孩子融入班級的痛苦。

只要有孩子要面臨入學或編班的家長，我都會告訴他們，找時間跟要接班的老師好好談一談，讓老師提早知道孩子的狀況，可以及早規劃孩子需要的資源和安排。

就如在我女兒身上的標籤，從出生就緊緊地貼在她身上，是讓身邊的人對她有多一點的包容，是提供她努力向前的一些資源，是提醒我們陪她用緩慢的速度前進，是強迫我用不同的角度去欣賞。

讓需要協助的孩子，有最好的照顧，教育看待標籤的人，讓他們有正確的態度。

*原文出自神老師&神媽咪臉書，經作者同意授權轉載。

黃璫寧：有聽沒懂，不見得是不專心



插畫 | 薛慧瑩

跨越學習障礙，給孩子我可以學的體驗和信心！親子天下9月號《跨越學習障礙》>>

台灣小孩如果對父母「嘎」來「嘎」去，常常會被拎去耳鼻喉科做聽力測驗，不過最後結果通常是正常的。既然聽力正常，為什麼整天嘎嘎嘎？難道是注意力不集中，還是個性粗魯沒禮貌？

有聽沒有到，就像恐龍腦

然而耳朵聽得見，不等於聽得懂。近年來在兒童學習障礙的範疇中，有一種受到高度重視的疾病，稱為中樞聽知覺處理異常（Central Auditory Processing Disorder），名詞看起來很高深，但其實就是俗話說的「有聽卻沒有懂」。

中樞聽知覺異常的問題，不在耳朵聽力，也不在大腦智商，而是出在兩者中間的「郵差」。當聲音進入耳朵之後，這些訊息必須經由類似郵差的「神經傳遞系統」，把訊息送到大腦皮質。而中樞聽知覺異常的孩子，這「郵差」不斷的打瞌睡，很難叫醒，導致常常讓人感覺有聽沒有到，天天都似魂遊象外。

這些孩子的特點包括：

1. 無法辨別聲音從哪裡來：鬧鐘在房間響，他跑到客廳找。
2. 電視音量開很大聲：大聲才能聽懂角色間的對話內容。
3. 無法辨別文字音調的差異：老師說要寫有關「祠堂」的作業，他交出一張有關「池塘」的報告。
ㄣㄥ永遠不分，英文發音更不用說。
4. 環境一吵雜就分心：只要教室旁邊有蟲鳴鳥叫，上課就一定發呆。
5. 大腦處理聲音步調太慢（slow temporal processing）：當有人說笑話時，最慢笑的那一位，俗稱恐龍大腦。
6. 老是記不住同學的名字。

孩子的學習有八〇％是來自聽覺，罹患中樞聽知覺處理異常的孩子，語言發展在起跑點就輸人一大截，進而影響了閱讀能力。他們通常被歸類於「學習障礙」，不僅父母教養感到挫折，老師也欲振乏力，大家都覺得「這孩子不用心、不專心」，而且常常被嫌笨。他們除了學習障礙之外，說話也可能會不清不楚，有高比例曾經被診斷注意力不足過動症，或泛自閉症候群，然後被投予藥物。

摸索適合孩子的學習模式

跟聽知覺處理障礙的孩子說話，必須在安靜的環境，提高音量，速度放慢，字正腔圓的傳達訊息，而且等待他回應的時間要有耐心，非～常～的耐心。給予指令的時候，也不能一次給太多，三個是極限。所有的指令都需要圖像暗示，提醒他們做事必須善用便利貼。

即便如此，孩子還是會常常需要重複指令，常常忘記事情，常常誤解大人的意思。這些孩子的閱讀能力也會比較慢發展。通常是音痴，強迫他們學音樂是一件痛苦的事。有些孩子喜歡用單耳處理事情，因為兩隻耳朵都打開讓他們無法專心。他們一天會說五次以上的「ㄟ」。常常問話不回答，常常看起來像是在做白日夢，很容易疲倦。父母會罵他們不專心聽話，但他們其實很無辜。

中樞聽知覺處理異常的孩子並不少見，根據國外的統計約有二～五％的盛行率，男孩是女孩的兩倍。然而因為這些孩子沒有外顯的疾病，診斷需要專業的聽語治療師協助。執行中樞聽知覺行為評估，包括了行為及電生理的檢測等等，這些檢查在台灣非常不普及，甚至很多醫生沒聽過這疾病，導致這些孩子雖然有明顯的學習障礙，進了資源班卻仍不見起色。

如果您的孩子有類似狀況，可以找有在治療「閱讀障礙」的語言治療師，或聽語治療師，來尋求協助。另外也有學習障礙的家長團體，可以幫助孩子找到適合的資源，透過特殊設計的教案，希望能幫助這些中樞聽知覺處理異常的孩子，摸索出適合他們學習的方法。當然家長也要同時受訓練，磨一磨自己的耐心，學會怎麼跟這樣的孩子溝通，因為即便到了成年之後，可能也有人持續困擾著。多麼希望未來能有更多的管道，可以發現並且幫助這些中樞聽知覺處理異常的患者。

資料來源：小兒感染科 黃璫寧 (親子天下雜誌) 2018-09-01

認識妥瑞氏症

作者：李宜蓁(親子天下雜誌) 2011-01-01 (已於 2018-09 更新)

猛眨眼睛、裝鬼臉、搖頭晃腦、突然大叫.....他不是故意的，很可能是妥瑞兒。什麼是妥瑞氏症？需要治療嗎？當孩子確認是妥瑞兒時，家長、老師該怎麼辦？



中部一位妥瑞症國中生在上課時突然大叫，嚇到懷孕的老師，學校因此規定他上課咬原子筆，以免影響秩序，一咬就是三年。高雄市鳳山高中一位妥瑞症學生參加大學指考時，身體不自主的扭動被監考老師誤認為作弊，給他化學零分。經家長據理力爭，大考中心最後還是扣了他五分。這些妥瑞症孩子所受的不當對待，看在所有家長眼裡都深感心痛，更別說那些飽受誤解之苦的妥瑞兒與家長們。台灣有將近十萬名的妥瑞人，需要我們更多的認識與理解。

你是否曾遇過，每三秒鐘脖子要抽搐扭動一下、每兩秒鐘嘴巴會吠叫鬼吼一聲的妥瑞兒？治療妥瑞症權威、林口長庚兒童神經科醫師王輝雄指出，妥瑞氏症候群（Tourette's Syndrome）是一種神經生理基礎的毛病。雖致病機轉仍不清楚，但目前許多證據指出可能源自於腦部基底核多巴胺的高度反應，導致患者反覆出現不自主的動作或聲音，醫界一般稱為 tic。

妥瑞症的全球發生率約是每兩百人就有一位，台灣的男女比例是九比一，合計台灣有高達十萬名的妥瑞人，族群不算小。妥瑞症分為動作型 tic、聲語型 tic 和混合型 tic。常見的表現為快速而短促的眨眼睛、噁嘴巴、裝鬼臉、聳肩膀、搖頭晃腦等動作，以及清喉嚨、擤鼻子、大叫、發出類似髒話的短促或複雜聲音。



妥瑞兒的症狀會轉好，不一定要接受治療

妥瑞兒多在五到七歲左右被確診。症狀在青春期達到高峰後，有三分之一的妥瑞兒症狀會完全消失，三分之一的症狀會逐漸減輕，只有三分之一的妥瑞症狀會持續到成年。關鍵期是在青春前期及早發現並治療。王輝雄指出，其實只有不到一〇%的妥瑞兒因為症狀嚴重到影響生活才被注意；大多數的妥瑞兒症狀輕微，唯有在家心情放鬆時，才會顯現 tic 症狀。這些隱性妥瑞兒從未接受治療，只需家人親友的心理支持即可。

妥瑞症不會傳染，也不是經由模仿而來

妥瑞症既非心理疾病也不是精神問題，是中樞神經系統異常，不會影響智能發展。兩成以上的患者有明顯的家族遺傳史，許多更合併了過動症、強迫症、情緒障礙和學習障礙等共病症。這些共病症引發的學習與社交困擾經常大於妥瑞症本身，這些兄弟症通常也需要被優先治療。第一社會福利基金會研發組組長易曼強調，單純的妥瑞兒不需接受特殊教育，通常是妥瑞兒合併過動症或自閉症等，才需安排進入資源班就讀。

妥瑞兒的 tic 也許可被短暫壓抑，但不能經由壓抑而完全終止

《站在學生前面》作者、曾獲選全美新進教師獎的妥瑞人布萊德·柯恩形容，要妥瑞兒不要出現 tic，就像要求過敏的人不要打噴嚏一樣，雖然可以暫時忍住，但隨後會以更大能量爆發出來。家長也不用擔心若不制止孩子，會讓他們誤以為干擾的言行可以持續下去。因為學齡以上的妥瑞兒

知道自己正出現 tic，不需要別人提醒；而一再的專注壓制只會帶來反效果。反之，包容、放鬆、轉移、專注投入在興趣上時，tic 反而會減輕，甚至消失。

給家長：適當的忽略，幫助孩子放鬆

妥瑞兒在剛被發現的第一時間經常遭誤診，以為是眼睛、鼻子過敏，或脖子、身體的肌肉出問題。妥瑞兒和家長一起出門，家長為怕尷尬會想一直抑制 tic 出現，尤其是當親友投以關注的眼神或陌生人一些不友善的舉動，都足以讓妥瑞兒和家長好不容易建立的信心崩盤。王輝雄建議家長，帶孩子外出時儘可能平心靜氣跟陌生人解釋妥瑞症的真相，或者自我建設學會裝聾作啞，到餐廳或戲院可事先觀察好「閃人動線」，以備不時之需。有些家長會學一套「行為治療技術」，在家裡精確的計算孩子幾分鐘出現一次 tic，並在 tic 發作前提醒孩子，反而讓孩子整天神經緊繃。新竹教育大學特殊教育系教授孟瑛如建議家長，「適當的忽略」是應付 tic 的最高指導原則。此舉不但解放了妥瑞兒，也能漸漸解放家長自己，發自內心接納孩子，轉念不再跟罪惡感周旋。特別要注意：妥瑞兒需要規律的作息與足夠的睡眠，tic 會在身心遭受壓力時，特別明顯且難以控制。

過去，妥瑞兒常被貼上「著猴」（台語，中邪之意）的標籤，不是被帶去收驚，就是找精神科。因此阻斷了許多家長帶孩子求醫的念頭，也錯失了及早發現治療的關鍵期。王輝雄建議，現在台灣各大醫院兒童神經科或兒童心智科的醫師，都可以成為妥瑞兒家長的諮詢求診對象，千萬不要把妥瑞兒關在家裡「養病」，或等到妥瑞症好了才讓他們上學。師長的真心接納與正確策略，能引導妥瑞兒順利融入人群，重建自信，最後擊敗妥瑞。

【小辭典】「tic」是什麼？

妥瑞症的主要症狀就是不自主的動作異常，醫學上稱之為 tic。這個字源自於法文的 tique，是一種扁蟲。當扁蟲叮咬牛馬時，牛馬出現急促、快速、反覆、無特定目的動作，有時還包含聲音。用來形容妥瑞人不自主做出的動作或聲音。

【適合家長閱讀的妥瑞兒書單】

《站在學生前面》，遠流出版。

《勇氣之歌》，智園出版。

《又抖又叫——鬥陣妥瑞症》，新迪出版。

資料來源：

<https://www.parenting.com.tw/article/5020017-%E8%AA%8D%E8%AD%98%E5%A6%A5%E7%91%9E%E6%B0%8F%E7%97%87/?page=1>

拿掉不用功標籤， 看見學習障礙兒的「會」與「不會」

作者：陳珮雯 (親子天下雜誌 102 期) 2018-09

在《特殊教育法》所定義的障礙類別中，學習障礙屬於其中一種，但學障兒智商及外表與一般人無異，以致常被誤認是不用功、不專心，學障兒「可以學」，只是他們需要老師及家長更多的了解，用對的學習方法對待，找回他們的自信心。

八月初的早晨，位於台北市仁愛路一段，鄰近台大醫學院的東門國小，李玉玲（化名）來到一年級教室內準備開學，即使教書教了二十一年，有十七年帶的都是低年級導師班，經驗豐富的李玉玲仍形容自己處於高度備戰狀態。前兩年一開學，她的班上就有六個類別的特殊兒：亞斯伯格、妥瑞兒、輕微自閉、注意力缺失症（ADD）與注意力不足過動症（ADHD）、學習障礙兒。

而李玉玲的班級不是特殊現象，東門國小一個年級有十一個班，電腦隨機抽籤分班，「每個班都有特殊兒，而且不只一個，」另一位也準備接低年級導師班的唐美瑩（化名）說，她已經接到校內幼兒園的通報，還沒開學，一位即將成為她學生的孩子一見到她，就指著她鼻子罵：「你不是好老師！」

「以前（特殊兒）五根指頭數不完，現在十根指頭都不夠數，而且還有突然冒出來的，」李玉玲如此形容當今教學現場的特殊兒現象。

現象：國中小的學障兒，十年增加一倍

東門國小並不特別，事實上，國中、國小教育現場的特殊兒十年來成長驚人，而且在《特殊教育法》所定義的十二個障礙類別中，視覺障礙、聽覺障礙、智能障礙、語言障礙、肢體障礙等學生數量皆逐年下降，惟有學習障礙（含 ADD）、情緒障礙（ADHD 與其他精神疾患）、自閉症卻逐年增加。其中學習障礙兒成長最多，國中、國小學生數量從二〇〇八年至二〇一八年增加了一〇〇%，其次是自閉兒九五%，情緒障礙也成長了六七%。

「有鑑定就有出現率，」彰化師範大學特殊教育學系助理教授呂偉白指出，這十年政府的特教宣導，老師的敏感度提升，加上台灣在學障、情障的鑑定上有了工具及標準，造成通報鑑定確診的數量增加。

挑戰：特殊兒大增，為教師帶來兩大難題

特殊兒數量大增，以及「融合教育」的實施，特殊兒與一般孩子一天有八小時都要在同一個班級裡學習、生活與遊戲，每個老師、每位學生都要與特殊兒互動，這幾年形成師生衝突不斷、親師不信任的局面，為教育現場帶來兩大難題：

難題① 行為問題屬先天或後天難判斷，「疑似生」的爭議不斷

「我覺得很多是小孩沒什麼問題，老師卻動不動叫家長帶小孩去評估，」家有小三生的曾倚萱（化名）說出了身為家長的觀察與感受。

不論是學習障礙或 ADHD，在醫學上的解釋都是源於腦部神經傳導功能的失調。但老師與家長非醫療專業，面對孩子出現「疑似」學障、情障的行為時，很難判斷究竟是「後天教養不當」形成，還是「先天腦發展失衡」所導致。錯判了，很可能導致「先天」學習有困難的孩子長期被老師誤解，失去學習自信，對自己有錯誤的自我評價。今年甫升高一的徐宜廷就是一例。

小學五年級才確診為讀寫障礙的徐宜廷，在小三時就出現了疑似症狀，考試成績一落千丈，作業也無法好好完成，對於老師的指令常無法明確接收而被認為不服管教，甚至嚴重到師生衝突，被老師霸凌，學校並為此召開了校務會議。

媽媽李佩珊說，宜廷的智商高達一百二十一（多數人智商為九十至一百），從外表看起來就是個聰明伶俐的孩子，但學習障礙屬於隱形的障礙，當孩子學習低成就，再出現了不專心、不服管教的行為時，就容易被誤會。

徐宜廷從被懷疑為讀寫障礙到確診，整整花了兩年的時間，過程中的學習自信、自我價值感都跌落到谷底。每個求學階段換一個老師，李佩珊就要勤跑學校，費心費力與老師磨合，協助孩子與老師能好好的互動，也因此她辭了工作，專心陪伴孩子。即使女兒現在要上高中了，李佩珊在過去兩個月的暑假還是心情忐忑，深怕開學一段時間後，師生間又出現什麼誤會。

「衝動行為」也經常是親師衝突導火線。當孩子在課堂上坐不住，與同儕相處經常動手動腳，或是口出惡言頂撞老師，老師一句「不妨帶孩子去評估」隨即惹怒家長，認為老師只圖自己管教的方便，進而質疑老師的愛心與耐心。

面對行為有異狀，但又未鑑定確認的「疑似生」，擁有二十多年幼教經驗的寶血幼兒園園長何翩翩，運用幼教所學的行為觀察記錄法進行親師溝通，這幾年順利協助園所的家長釐清孩子的行為是教養問題，還是真的需要前往醫院尋求專業協助。

難題② 教育學障兒，普通班教師的認識與裝備不足

對學習障礙的認識不足，是老師最大的瓶頸，也是學障兒家長遭遇最大的困難。

《親子天下》與台北市學習障礙者家長協會合作，在七月份蒐集了全省一百位學障兒家長的心聲，問卷發現，多數家長認為帶養學障孩子的困難就是「老師對學障的認識不足」，使得孩子在不友善的環境中學習，當孩子的學習行為或成就與老師的預期不同時，誤認為孩子是懶惰、不努力，或責怪家長未用心督促孩子。因為孩子成績很差，加上老師的誤解，孩子在校易受同儕欺負、嘲笑。也有不少家長反應，因著老師不認識學障，過度簡化孩子學習低成就的原因只是不用功，不願意通報特教系統尋求資源，因而延宕了孩子的就醫診斷、取得特教資源的黃金時機。

「很多學障的孩子會自卑，會有攻擊行為或犯罪，因為他們要逃避學習的不公平，」長年協助學障兒的台灣師範大學特殊教育系教授、國家教育研究院副院長洪儷瑜說，學障兒看起來不笨，可是在讀寫算能力就是有極大的困難，沒有特教方法的介入，學障兒努力十分也許連一分回饋都沒有，學校教育要協助這群孩子有公平成功的機會，努力十分至少可以有六、七分的回饋。

長期研究學習障礙的中央研究院語言學研究所副所長李佳穎也觀察到，請現場老師蒐集學障兒的學習行為，老師因為對學障的認識不足，形成各自解讀、想像，造成資料蒐集方向錯誤，對孩子的判斷、評估也自然有偏差。

事實上，政府這幾年已開始有特教宣導，以台北市為例，提供了一般老師三個小時的特教研習時數，但是東門國小老師湯麗鈺說，研習講的都是理論，而老師需要的是能實作的經驗分享。

即使被鑑定出學障，台北市西區特教資源中心主任顏瑞隆指出，每個學障兒的學習困難還是差異很大，需要差異化、個別化的教導。但從《親子天下》所蒐集的一百位學障兒家長心聲中發現，多數學障兒在教室裡面對的還是「標準化」的學習，不論作業、學習內容和方式、能力的評量，多數老師仍用一致性的標準看待每個孩子，使得學障孩子的學習動機低落，長期的學習低成就，大大影響孩子的學習信心和自我價值感。

即使通過政府的鑑定安置標準，孩子在特定時間到資源班學習，問卷中也有家長反應，多種障礙類別在同一班上課，老師也很難進行個別化教學，導致孩子在資源班的學習內容不是太深就是太淺。

因此，教學現場老師是否能「因材施教」，針對每個孩子獨有的學習困難給予差異化的教學，成為問卷中學障兒家庭的普遍心聲。



學習障礙兒在特殊兒中人數最多。（註：統計自 2008 年至 2018 年 8 月）

對策：釐清孩子學不會的原因，對症下藥

洪儷瑜說，許多學障兒過往在老師眼中就是「不用功」的壞小孩。而今日因著醫學鑑定的進步，學障兒的出現率愈來愈高，親師對於學習障礙都要有進一步的認識與理解，當孩子出現看似不努力、分心、過動時，請先冷靜，從孩子的學習行為中抽絲剝繭，釐清孩子學不會的原因，才能對症下藥，協助孩子跨越學習關卡。

幫助孩子肯定自我，找到「我可以學」的體驗和信心也是親師可以努力的方向，不論父母選擇讓學障兒留在體制內學習，或是出走至體制外學校，「發現孩子的優勢才能，並給予支持和引導」是家長重要的功課，每個孩子都有亮點，只有孩子能有舞台揮灑自己的天賦才能，才能擁有自信、對自我有正向的評價。

洪儷瑜觀察，學障兒其實很清楚自己的障礙，而這十年有能力的父母聽到老師說孩子有學習障礙，第一個反應就是老師的教學能力有問題，接著先轉班，再來轉校，然後離開體制內的學習。體制外學校可以是學習的其中一個選項，但她認為，體制外學校的辦學理念，重點都不是「讀寫算」，把孩子放到那樣的環境，再怎麼欺騙孩子，他自己也知道讀寫算的能力就是和同儕不同。「父母與孩子都要勇敢面對，找到孩子的亮點，協助孩子往優勢能力發展」洪儷瑜說。

轉念：看見孩子的亮點，發展優勢能力

「許多學障兒都很有藝術、操作的天分，」被學障家庭視為精神支柱的台北市學習障礙者家長協會常務理事郭馨美說出了她二十年來的觀察，走訪協會的當天，她拿出一本作品集，裡頭的每幅作品從創作主題到構圖、媒材的使用、技巧及背後思考的成熟度，都不像出自孩子的手。郭馨美一一帶記者認識作品集裡的每個孩子，最後很驕傲的和記者說：「從這些作品來看，誰說學障兒不能學？」也因此，學障協會每年都會為學障孩子舉辦作品成果展，提供孩子發光發亮的舞台。

學習障礙，在社會的關注度上就如同這群孩子的障礙般隱形，統計數字這十年默默的增加，學校與家庭在討論特殊兒議題時，學習障礙卻從未被提出。開學了，當孩子出現了令你費解的學習行為時，先不要被成績與世俗的學習成就框架，暫時放下為人父母「這樣都學不會」、「才幾年級就考這麼差，以後能做什麼？」的焦慮，多一點敏感度、多一點關心，了解孩子學不會的原因。如果用心用力了，孩子的學習依然無法達成你的期待，不妨調轉眼光，看見孩子的亮點，支持並協助他找到屬於自己的舞台！

學習障礙小字典

學習障礙是《特殊教育法》中的專有名詞，指的是在「聽說讀寫算」有特定的學習行為特徵出現，經過醫療院所的鑑定診斷後，確診為學習障礙者，可取得政府提供的特教資源協助學習。幼年的孩子不合適以讀寫算方式學習，所以學障常在小學之後，進入讀寫算學習時才被發現。學習障礙與情緒障礙（ADHD）的關係：

學障兒需要不一樣的學習方法，按著主流的讀寫算學習方式，學障兒再怎麼努力，學習也不會進步，長期的學習低成就，容易導致學障兒出現情緒障礙的行為。而臨床上，學障與情緒障礙經常形影不離，學者稱之為「共病」。

學習障礙常見行為特徵：

讀寫障礙》

- 1.教過的字，隔天馬上忘記。
- 2.考試時報讀（題目用唸的）的成績比紙筆測驗好很多。
- 3.閱讀時常漏字或跳行。

閱讀理解障礙》

- 1.閱讀時容易停頓、速度緩慢不流暢。
- 2.朗讀時容易在不該斷句的地方斷句。

書寫障礙》

- 1.無法寫出字，寫字像畫圖，無筆順概念。
- 2.寫字常多一點、少一撇，常用替代字或字形結構錯誤。
- 3.考卷常寫不完，寫功課時間遠比同學久，書寫速度過慢。

口語障礙》

- 1.常常答非所問。
- 2.無法聽懂故事內容，或無法用口語完整描述生活中的事件。

數學障礙》

- 1.缺乏數感，分不清楚多還少。
- 2.都高年級了計算時需要手指協助。
- 3.最基本的加減計算皆有困難。

知覺動作障礙》

- 1.經常撞到、讓液體溢出或打翻東西。
- 2.對需要協調身體雙側的活動有困難，如使用剪刀。
- 3.可能在寫字有相當困難，導致作業或考卷常寫不完。

資料來源：台北市國民小學身心障礙在校學生鑑定及安置研判參考資料

本文出自當期雜誌：2018.09.01 親子天下雜誌 102 期

文章來

源：<https://www.parenting.com.tw/article/5077711-1-%E6%8B%BF%E6%8E%89%E4%B8%8D%E7%94%A8%E5%8A%9F%E6%A8%99%E7%B1%A4%EF%BC%8C%E7%9C%8B%E8%A6%8B%E5%AD%B8%E7%BF%92%E9%9A%9C%E7%A4%99%E5%85%92%E7%9A%84%E3%80%8C%E6%9C%83%E3%80%8D%E8%88%87%E3%80%8C%E4%B8%8D%E6%9C%83%E3%80%8D/?page=5>

筆記～

謝謝



