

107 學年度親職教育手冊目錄

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	1
新竹市立成德高級中學各處室聯繫電話	2
108 年國中基本學力測驗暨各項入學管道重要日程表	3
十二年國教適性主要入學路徑	4
108 年會考竹苗區免試入學超額比序項目積分表	5
「標籤」對特殊生只有傷害嗎？ 作者：沈雅琪	6
黃琮寧：有聽沒懂，不見得是不專心 作者：黃琮寧	8
認識妥瑞氏症 作者：李宜蓁	11
拿掉不用功標籤，看見學習障礙兒的「會」與「不會」 作者：陳珮雯	14
一句話，治癒孩子的擺爛思考病：「如果你知道的話，那會是什麼？」 作者：陳志恆	20
注意!!孩子正在模仿你 作者：洪蘭	23
青少年交友不當，父母該怎麼和孩子討論？ 作者：黃敦晴	25
2/3 美國青少年曾傳自拍裸照，專家提醒：男孩性教育同樣重要 作者：曾多聞	27
全國性家庭支持服務諮詢專線一覽表	28

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：本校二樓視聽教師

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，消弭青少年問題於無形。
- (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

新竹市立成德高級中學各處室聯繫電話

學校電話：03-5258748		
處室	組別	分機
校長室(1)	校長	101
教務處(2)	教務主任	201
	教學組、資訊組	202
	實研組	203
	註冊組	205
	設備組、事務組	206
	專任老師辦公室	209、306
學務處(3)	學務主任	301
	活動組	302
	衛生組、生輔組	303
	教官室	304
	體育組(訓練組)	310
	健康中心	312
輔導室(4)	輔導主任	401
	輔導組	402
	資料組	403
	國中特教、資源班	404
	高中專輔	406
	高中特教	407
	高中輔導	408
	國中特教巡迴、國中專輔	409
總務處(5)	總務主任	501
	出納組	502
	事務組	503
	警衛室	504
	文書組	505
圖書館(6)	圖書館主任	601
	借書處	602

108學年度國中教育會考及全國高級中等學校與專科學校五年制適性入學重要日程表

教育部107年9月10日臺教授國部字第1070103308號

月	日	星期	辦理事項
3 月 份	1	五	
	2	六	
	3	日	
	4	一	1.4日：建教合作班入學報名開始日
	5	二	2.4日-8日：藝才班術科測驗報名
	6	三	3.7日-8日：科學班報名
	7	四	
	8	五	
	14	四	
	15	五	1.14日-16日：國中教育會考報名
	16	六	2.16日：科學班科學能力檢定
	18	一	
	19	二	
	20	三	1.18日-22日：特色招生專業群科甄選入學報名
	21	四	2.20日：進修部辦理非應屆畢業生免試入學開始日
	22	五	

月	日	星期	辦理事項
4 月 份	12	五	1.寄發國中教育會考准考證 2.科學班報到
	13	六	1.13日：身心障礙學生適性輔導安置高級中等學校集中式特教班能力評估（臺北市、新北市、桃園市、臺中市及高雄市除外）
	14	日	2.13日-14日：藝才班（戲劇班、美術班）術科測驗
	20	六	
	21	日	20日-22日：藝才班（舞蹈班、音樂班）術科測驗
	22	一	
	27	六	
	28	日	27日-28日：特色招生專業群科甄選入學術科測驗
	29	一	1.4月29日-5月1日：體育班、運動績優生（獨招學校）術科測驗報名 2.4月29日-5月3日：免試入學變更就學區申請

月	日	星期	辦理事項
5 月 份	4	六	體育班、運動績優生（獨招學校）術科測驗
	6	一	體育班、運動績優生（獨招學校）放榜
	7	二	
	8	三	7日-8日：試辦學習區完全免試入學報名
	15	三	試辦學習區完全免試入學放榜
	18	六	
	19	日	18日-19日：國中教育會考
	20	一	1.各就學區辦理優先免試入學開始日 2.特色招生專業群科甄選入學術科測驗成績公告 3.免試入學變更就學區審查結果通知截止日 4.20日-24日：五專優先免試入學報名
	22	三	
	23	四	22日-23日：技優甄審入學、實用技能學程報名

※備註：

- 有關國中教育會考、高級中等學校、五專各入學管道詳細日程（包括註明截止日者），以各區各入學管道招生簡章內容為準，請詳閱簡章。
- 身心障礙學生適性輔導安置報名期程：108年2月13日（三）至2月23日（六）（臺北市、新北市、桃園市、臺中市及高雄市除外）。
- 有關臺北市、新北市、桃園市、臺中市及高雄市等5市辦理身心障礙學生適性輔導安置入學管道詳細日程，以公告之招生簡章為準。

月	日	星期	辦理事項
6 月 份	1	六	運動績優生甄試學科考試
	2	日	運動績優生甄試術科考試
	3	一	3日-10日：各校直升入學報名
	5	三	公告身心障礙學生適性輔導安置結果
	10	一	1.寄發國中教育會考成績單並開放網路查詢 2.10日-14日：藝才班分發報名 3.實用技能學程放榜
	13	四	1.技優甄審入學放榜 2.特色招生專業群科甄選入學放榜 3.各校直升入學放榜截止日
	14	五	1.技優甄審入學報到 2.特色招生專業群科甄選入學報到 3.各校直升入學報到（含報到後聲明放棄錄取資格）截止日 4.試辦學習區完全免試入學報到 5.實用技能學程報到截止日 6.五專優先免試入學放榜
	17	一	1.技優甄審入學報到後聲明放棄錄取資格 2.特色招生專業群科甄選入學報到後聲明放棄錄取資格及遞補截止日 3.試辦學習區完全免試入學報到後聲明放棄錄取資格 4.實用技能學程報到後聲明放棄錄取資格
	18	二	1.各就學區優先免試入學放榜、報到（含報到後聲明放棄錄取資格）截止日 2.五專優先免試入學報到（含報到後聲明放棄錄取資格）截止日
	20	四	1.各就學區公告免試入學實際招生名額、開放個人序位查詢及志願選填 2.6月20日-7月1日：五專聯合免試入學報名
	21	五	特色招生考試分發入學學科測驗報名截止日
	23	日	特色招生考試分發入學學科測驗
	25	二	特色招生考試分發入學開放網路查詢學科測驗分數截止日
	27	四	各就學區個人序位查詢、免試入學及特色招生考試分發入學志願選填截止日

月	日	星期	辦理事項
7 月 份	2	二	各就學區國中集體報名高級中等學校免試入學、特色招生考試分發入學截止日
	9	二	1.各就學區免試入學及特色招生考試分發入學放榜 2.藝才班（獨招學校）放榜
	10	三	1.五專聯合免試入學現場登記分發報到 2.藝才班各類各區分發報到 3.公告特色招生專業群科甄選入學續招學校名單截止日
	12	五	1.各就學區免試入學及特色招生考試分發入學報到 2.藝才班（獨招學校）報到 3.體育班、運動績優生（甄審、甄試及獨招學校）報到 4.建教合作班入學報到截止日
	15	一	1.各就學區免試入學及特色招生考試分發入學辦理報到後聲明放棄錄取資格 2.五專聯合免試入學辦理報到後聲明放棄錄取資格 3.體育班、運動績優生（甄審、甄試及獨招學校）辦理報到後聲明放棄錄取資格
	30	二	公告各就學區高級中等學校免試入學續招學校名單截止日

107學年度十二年國教適性入學主要入學路徑



*備註 | 有關國中教育會考高級中等學校及五專各入學管道詳細日程及招生名額，以各區各入學管道招生簡章內容為準，請詳閱簡章。

*此為 107 年度之路徑表，請參酌。

108 年會考竹苗區免試入學超額比序項目積分表

比序項目	分項目	積分換算			採計上限	備註
均衡發展 (30 分)	扶助弱勢	符合 5 分		不符 0 分	本項總分 35 分	弱勢界定： 偏遠 <u>地區</u> 國中學生（註 1）、經濟弱勢(中低、低收入戶)學生(註 2)，符合其中一項者即給分。
	就近入學	符合 5 分		不符 0 分	採計上限 30 分	就近入學界定： 凡竹苗區(含共同就學區及變更就學區)學生皆採計 5 分，其他就學區未完成變更就學區不得報名
	志願序位積分	第 1~5 志願序位積分 10 分 第 6~10 志願序位積分 7 分 第 11~15 志願序位積分 5 分 第 16~20 志願序位積分 3 分 第 21~25 志願序位積分 1 分				學生參考國中學生生涯輔導紀錄手冊之生涯發展規劃書，選填志願。
	均衡學習	以健體、藝文及綜合三項領域採計之各學期加總平均成績達 60 分以上者換算，3 領域皆符合為 15 分	以健體、藝文及綜合三項領域採計之各學期加總平均成績達 60 分以上者換算，2 領域符合為 10 分	以健體、藝文及綜合三項領域採計之各學期加總平均成績達 60 分以上者換算，僅 1 領域符合為 5 分		採計國一上、下學期，國二上、下學期及國三上學期五學期。
多元學習表現 (40 分)	日常生活表現評量	功過相抵後或銷過後無懲罰紀錄 10 分。			本項總分 52 分	日常生活表現評量項目採計國一上、下學期，國二上、下學期及國三上、下學期六學期。 國三下採計至當年 5 月 10 日止
		學生出缺席情形，該學期無曠課記錄給 2 分，最多採計 12 分。				
		獎勵採「功過相抵後之獎勵紀錄」。大功每次 4.5 分、小功每次 1.5 分、嘉獎每次 0.5 分。最多採計 20 分。			採計上限 40 分	
	服務學習	參加校內服務、校外服務等， 每一學期每服務滿 3 小時得 1 分， 每學期最多採計 2 分， 5 學期最多採計 10 分。				1. 服務學習類型及認定程序依教育部十二年國民基本教育免試入學超額比序——「多元學習表現」採計原則辦理。 2. 服務學習項目採計國一上、下學期，國二上、下學期及國三上學期五學期。
教育會考 (30 分)	國中教育會考成績	精熟 每科 6 分	基礎 每科 4 分	待加強 每科 2 分	30 分	單科上限 6 分， 五科（國文、數學、英語、社會、自然）上限 30 分

「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，讓他們有正確態度。

*原文出自 [神老師&神媽咪](#) 臉書，經作者同意授權轉載。

黃琮寧：有聽沒懂，不見得是不專心

（親子天下雜誌）2018-09-01

孩子的學習有八成是來自聽覺，當他有聽沒有懂時，可能是罹患中樞聽知覺處理異常，語言發展落後，影響閱讀能力，也容易給人不專心的感覺



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 黃琬寧（親子天下雜誌）2018-09-01



認識妥瑞氏症

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。關鍵期是在青春期前及早發現並治療。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，是一種扁蝨。當扁蝨叮咬牛馬時，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。

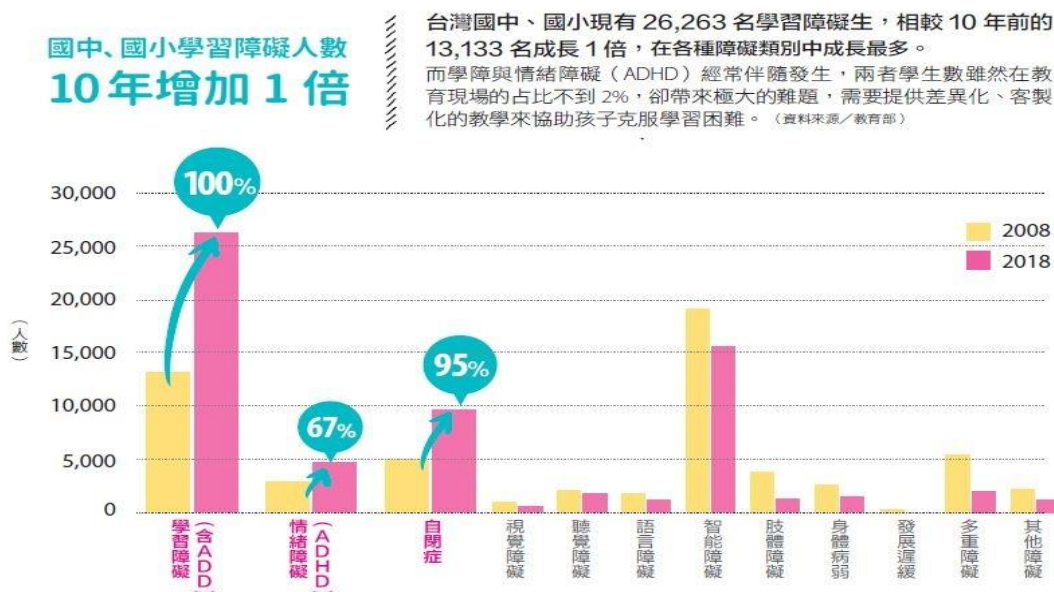
長期研究學習障礙的中央研究院語言學研究所副所長李佳穎也觀察到，請現場老師蒐集學障兒的學習行為，老師因為對學障的認識不足，形成各自解讀、想像，造成資料蒐集方向錯誤，對孩子的判斷、評估也自然有偏差。

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。



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](#)

一句話，治癒孩子的擺爛思考病：「如果你知道的話，那會是什麼？」

作者：陳志恆（諮商心理師）

當你與孩子對話時，你的孩子常回你「不知道」嗎？

許多父母都抱怨，好好問孩子一些事情，孩子卻總用一句話：「不知道」帶過。我也常聽聞為師者的痛苦心聲，課前精心準備課程與教學內容，期待與學生能有良好的互動，但每當向同學提問時，台下總是鴉雀無聲，若指定某位學生回答，孩子便要吐出三個字：「不知道！」

用「不知道」一語帶過師長的提問，似乎是現代青少年的常態。有時候，真讓人摸不著頭緒，孩子們究竟是沒想法、不知道答案，或者，根本不願意思考，所以出現消極的思考態度——近乎擺爛。為方便說明，我把舉凡對思考與回答問題展現出來的消極態度，稱為「擺爛思考病」。

除了「不知道」外，常見還有「還好」、「沒差」、「都可以」……等極簡回應。

說「不知道」的保護功能

要拯救孩子的擺爛思考病，免不了需要對這個現象深入探究一番。還是回到老話一句，所有的行為都是有功能的，不是用來幫助自己更為提升，就是保護自己免受傷害。

想一想，如果在一個公開場合，例如演講或會議上，裡頭最有權勢的人（通常是拿著麥克風的人），突然問你個問題，或邀請你發表意見，而你的腦中一片空白，同時，你發現，你的手心冒汗、呼吸急促、肌肉緊繃，你試圖張開嘴，卻一個音也發不出來。我相信，你也會很想就把「不知道」三個字，脫口而出吧！

因為，當說「不知道」時，雖然什麼都沒說，但也至少說了三個字，可以交差了；而當說「不知道」時，如果對方就不再繼續問，你就脫離險境了。

所以，「不知道」這三個字，確實具有保護功能，讓你免於繼續處在尷尬與煎熬的狀態中。而對青少年孩子而言，更是如此。

如果說了會被罵，不如不說算了

青少年孩子很聰明，當他們知道，回答大人的話，很可能受到批判時，他們就學到「少說比多說好，沒說比有說好」。但如果被要求不能不說時，「不知道」就成了讓師長即使惱怒也沒輒的防禦武器了。

什麼，被批判？沒錯！大人總是很愛批評孩子的意見。於是，許多孩子便從一個原本好思考、愛發問、願意嘗試回答問題的孩子，成了將「沈默是金」視為圭臬的信徒。於是，在青少年的團體中，不輕易在課堂上對師長發表自己的高見，是孩子們的默契。

因為講了也被罵，沒講也被罵，那麼乾脆就說「不知道」好了。連帶著，也不需要去思考任何大人的提問了。看在大人眼裡，便會好像一副對思考有著消極態度的動物。

其實，孩子陷入了「認為講了一定會被批判→焦慮不敢講→被罵得更凶→更焦慮不敢講→放棄思考→說不知道帶過」的循環機制中。

「如果你知道的話，那會是什麼？」

幸好，擺爛思考病是有得醫的。關鍵在於大人的態度，你得表現出好奇、開放與絕對尊重的態度，讓孩子知道，你很想聽到他們的想法，同時，說錯話也沒關係，絕對不會受到批評。

光有這樣的態度還不夠，還得能問出好問題。

在我的實務經驗中，每當孩子說出「不知道」，我是不會就此放過的。我會接著問：「如果你知道的話，那會是什麼？」

這是一句神奇的話語，當我這麼問時，通常孩子們就會多少說點什麼了。如果我想繼續鼓勵孩子說更多，我會接著問：「那還有嗎？」，以及「如果你知道的話，那還會想到什麼呢？」我正在暗示他們能夠思考，對我的問題已經擁有答案，而且能夠表達得出來。

這樣帶有假設性質的問句，之所以能夠促使孩子多思考一下，多表達一點，是因為對孩子而言比較不具「威脅性」，同時，傳達出一份「我相信你一定想得到」的期待，這正能鬆動那些原本放棄思考或懶得思考的孩子的內在信念：「因為我想不到大人要的好答案，所以說什麼都是錯的。」

治癒擺爛思考病，大人的態度是關鍵

在我的晤談中，我常問個案，你有什麼感覺？個案常回答：「不知道」或「沒有感覺」。我會接著問：「如果你有感覺到的話，那會是什麼？」

在我帶領的工作坊中，我常邀請學員做活動，像是畫圖，學員常說：「我不會做！」或「我不知道要畫什麼？」我會接著問：「如果你知道要畫什麼的話，你會畫些什麼？」

在我的授課過程中，我常會請學員分享自己的想法或見解。學員常說：「我不知道要說什麼？」，我會接著問：「如果你知道要說什麼的話，那會是什麼？」

我也曾遇過好幾次，有學員舉手想問問題，但當站起來時，卻停頓了好一會兒，尷尬地說：「我忘記要問什麼了？」，我也會接著問：「如果你知道你要問什麼的話，那會是什麼？」

說也奇怪，這句話一出，通常對方就能開口說話、分享意見，或者著手活動了。當然，這句話雖然有一定程度的魔力，但**關鍵還是在師長的態度**。若你能表現出好奇、誠懇與開放的態度，孩子通常感受得到，他們會願意多說一點。

而若孩子願意說點話了，你能繼續保持尊重，甚至肯定他所說的：「我聽到你說了……，謝謝你願意告訴我！」孩子便學到，在這位大人面前說話是不會被責罵的，未來，則更可能積極表達，當然，連帶著就會啟動思考。

注意!!孩子正在模仿你

作者:洪蘭（「心」幸福園地（親職教育篇）-第17期）

很多父母教育孩子的方式是說一套，做一套，有一個孩子對我說：「我爸叫我不能做的事，他自己都在做。」所以這種管教無法讓孩子心服，心不服，口就會頂撞，親子的衝突就發生了。

中午與學生一起吃便當時，有個學生先把便當中的雞腿撥到一邊，等別的都吃完後才吃它，我問他為什麼，不怕等一下吃不下雞腿了嗎？他想了想說：「不知道，我爸都是這樣吃的。」

我知道為什麼。在我們成長的時代，台灣物資不豐裕，能夠讓孩子吃飽的家庭不多，大部分人只能吃八分飽，所以人口眾多的家庭或住宿的同學都學會先吃好的，因為等一下好菜就沒有了，而較有安全感的孩子才會留下好的慢慢享受，在當時，沒有吃不下的問題，老人家總是教孩子先吃苦，後吃甜，要苦盡甘來。後來社會富裕了，孩子生的少了，小公主、小王子對吃飯挑三揀四，父母要「勸食」，上述留到最後慢慢享用的現象就消失了。想不到在這「新生代」的孩子身上還看到，這顯然是身教關係，這孩子平日看他爸爸吃飯的樣子，不知不覺中學來的。

感嘆部分父母沒有以身作則

我很感嘆很多父母教育孩子的方式是說一套，做一套，有一個孩子對我說：「我爸叫我不能做的事，他自己都在做。」所以這種管教無法讓孩子心服，心不服，口就會頂撞，親子的衝突就發生了。模仿是最原始的學習狀態，日本獼猴會把蕃薯放到水裡洗去泥沙再吃，別的地方的獼猴並不會，因為別的地方的獼猴並沒有人做給牠看，如果有一隻獼猴這樣做了，別的猴子就會跟進。中國有句成語「東施效顰」，笑人家不自量力，畫虎不成反類犬，其實東施效顰在動物行為上是很自然的，假如西子捧心大家都去讚嘆她，東施當然認為我這樣做別人也應該會讚美我，只是因為她長得不美，所以同樣行為做出來就不討喜了。

言教是無法取代身教的

模仿的學習方式在心理學上屬於內隱的學習，在神經儲存的方式與地點都與外顯的學習不同，這是為什麼中國人說「江山易改，本性難移」，很多習慣是根深柢固的，即使病人得了失憶症，把外顯記憶都喪失了，它還保留著。因此，如果我們希望孩子以後對我們孝順，我們必須對我們的父母孝順，這種身教的力量是言教無法取代的。

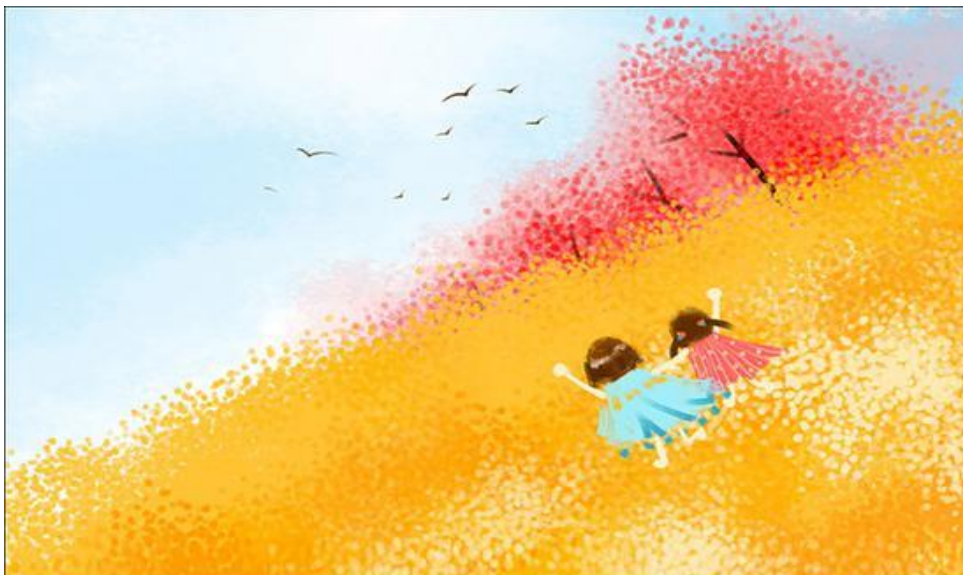
了解到這一點，父母除了自己以身作則之外，孩子在家時要盡量少開電視，不要讓議員質詢校長窮兇惡極的鏡頭一再烙印在孩子腦海中，讓他以為對人說話可以這種態度，更不要讓他以為質詢無效就可以動手打人。從研究上，我們知道長期看到殘忍圖像會對血腥畫面失去敏感度，對別人的痛苦變得無動於衷，電視公司辯說他們節目低俗是應觀眾要求，為了討好觀眾，而觀眾看了這些低俗節目使他們舉止更低俗，這是惡性循環，最好方式就是不看。

關掉電視從大人開始

孩子生下來是張白紙，他的很多行為是我們在不知不覺中教予他的，如果孩子虛榮、崇尚名牌，不妨先檢討一下自己平日跟朋友談話是否三句不離名牌？如果我們不要孩子學電視「偶像」染頭髮、穿鼻洞、罵粗話或是學政治人物說謊、打架、劈腿，就請你關掉電視，陪著孩子讀書，打開他的眼界，提升他的境界，在你還能影響他的時候，引導他成為一個正直的人。

資料來源：

<http://tw.myblog.yahoo.com/cyehome/article?mid=11229&prev=11305&l=f&fid=9>



青少年交友不當，父母該怎麼和孩子討論？

作者：黃敦晴（親子天下） 2018-09-17

兒福聯盟開學前公布的調查發現，孩子跟父母都煩惱課業和人際關係。家長擔心孩子被霸凌，孩子擔心跟同儕相處、是否受歡迎。事實上，除了擔心能不能交到好朋友，大家應該都更怕交到壞朋友。例如，會霸凌、對人頤指氣使、利用善良的孩子、甚至引誘孩子吸毒、喝酒、翹課的損友。當父母覺得孩子的朋友怪怪的時候，該怎麼辦？專家建議，不妨從問這幾個問題下手？

真的是壞朋友嗎？還是你只是不喜歡？

擔任家庭醫生的麥凡登（Joan McFadden）在《衛報》（The Guardian）的專欄指出，父母看小孩的朋友不順眼，是常見的事。不過，在確認對方不是個壞孩子之前，千萬不要承認你不喜歡這個朋友，因為通常這樣只會讓孩子跟對方更親近。父母應該先不作聲，但是密切觀察，甚至也跟這些怪怪的孩子做朋友，跟他們多親近，例如，邀他們來家裡玩，或是一起參加活動，以便就近觀察。如果發現異狀，就要跟孩子深入地聊。

什麼時候該怎麼該出手？

交朋友是孩子成長的過程。在亞特蘭大擔任學校社工的潘德莉娜（Tara Pandarinath）指出，孩子小的時候，要學習社交、怎麼當一個好朋友、以及用正面的方式來化解衝突。到了青少年前期或青少年時，因為會發展認同感，所以朋友也在其中扮演重要的角色。

但是孩子都還在學，所以家長要也要盡父母的責任，跟孩子討論、清楚的設定對孩子行為的期待，當他們受挫時支持他們，避免孩子太受傷。意思是說，讓他們有交友的自主權，也讓他們在友誼中經歷傷害，父母的角色就是幫他們擦淚水，陪著他們學習經歷交友這件事，以及朋友的意義。

在學習與陪伴過程中，麥凡登也提醒父母要讓孩子知道，隨著年齡增長，會有更廣的交友圈，也可能會遇到想要影響他們的人，孩子要建立自信心，這有助於他們在未來懂得怎麼抉擇。

不過，如果懷疑孩子交的是損友，潘德莉娜建議，與其突然下禁令，不如先用好奇的態度多探詢。「青少年對自主權很敏感，」她認為父母可以先抽離自己的情緒，跟孩子說明對方有那些不當的行為、事實，讓你擔心，以免孩子覺得父母想操控他們，就會先反彈。

青少年人生經歷較有限，不一定會發覺或懷疑身邊的人不對勁，所以父母千萬不要裝作不在乎，要跟孩子盡量聊，不只聊朋友的言行有什麼問題，還要聊青少年常見的吸毒、飲酒等問題，也教他們怎麼拒絕與應付同儕壓力，並且讓孩子知道，如果發生任何事情，隨時可以找父母。

怎麼遠離壞朋友？

麥凡登指出，當確定孩子真的交了壞朋友，有可能染上惡習或出現危險行為時，先不要責備他們，孩子才會願意持續對話，讓父母了解狀況與協助他。

心理醫師施拉許（Christy Thrash）建議，禁止青少年交友並不容易，父母可以鼓勵孩子擴大社交生活，例如報名課後活動或打工，認識其他新朋友。

在紐澤西執業的臨床社工師薛佛（Kimberly Schaffer）說，青少年的額葉尚未發展完成，會低估危險、又認為自己不會受傷害。如果經歷上述的溝通與安排後，孩子仍然沒有跟壞朋友拉開距離，父母就要採取更激烈的行動，中止他們來往。例如轉學，尤其是孩子被霸凌，或是學校遲遲不採取行動時。

不過施拉許提醒，如果孩子是貪圖跟壞朋友交往、甚至吸毒時，被對方接受、認同的感覺，那在換了學校後，還是可能會物以類聚，又交上壞朋友。所以父母在家也要嚴密的督導孩子，在孩子行為好轉時，再放鬆、給他們多一點自由。這樣長期可以培養孩子更健全的獨立！

2/3 美國青少年曾傳自拍裸照 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/>

全國性家庭支持服務諮詢專線一覽表

※家庭教育諮詢專線「412-8185」（手機加02）

週一至週六

上午9:00~12:00

下午14:00~17:00

週一至週五

晚間18:00~21:00（國定假日，則會另於語音系統內說明）

家庭問題、婚姻溝通、兩性交往、自我調適、親子關係、人際關係或溝通問題。

※113 保護專線

（24小時全年無休）由專業社工人員於線上提供家庭暴力、兒童及少年保護、性侵害及性騷擾等四種類型之危機處遇、電話諮詢

※安心專線 0800-788-995

（24小時全年無休）電話關懷、諮詢。由生命線培訓之志工擔任接聽人員，並由專業人員擔任督導。

※1957 福利諮詢專線

每日上午8:00 至下午10:00

1. 提供社會福利相關諮詢服務。
2. 委託財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會辦理。

※1980 輔導專線

財團法人張老師基金會

家庭問題、人際關係問題、感情問題、學習問題、職業問題、性問題、自我與人生觀問題、危機問題。

1. 電話直撥1980即可
2. 網路輔導：請上「張老師全球資訊網」登入（<http://www.1980.org.tw>）

週一至週六

上午 9:00-12:00 下午14:00-17:00 晚間18:30-21:30

週日

上午 9:00-12:00 下午14:00-17:00

※1995 協談輔導專線

24 小時協談輔導、自殺防治、危機處理社團法人國際生命線

1. 由通過四階段訓練之協談志工，提供民眾協談輔導服務。
2. 基於專業倫理，來電資料均會保密。



筆記欄位