

教育議題 家庭教育



廖婉鈞老師

家庭教育的意涵

- **家庭**是每個人出生、成長、茁壯、老年安適的場所，人人都希望擁有幸福的家庭
- 在各教育階段的家庭教育課程是提供學生**學習建立與經營幸福家庭**，希望達成人人擁有溫暖、關懷、安全、相聚、包容、接納的家庭，進而建立祥和社會的基石



家庭教育的意涵

- 家庭教育法 (108.5.8)
 - 第2條：本法所稱家庭教育，係指具有增進家人關係與家庭功能之各種教育活動及服務；其範圍由中央主管機關定之。
 - 第13條：
 - 高級中等以下學校每學年應在正式課程外實施四小時以上家庭教育課程及活動；另應會同家長會對學生及其家長、監護人或實際照顧學生之人辦理親職教育。
 - 各級主管機關應積極鼓勵師資培育之大學、空中大學及其他大專校院，將家庭教育相關課程列為必修科目或通識教育課

家庭教育的意涵

- 家庭教育法 (108.5.8)
 - 實例：新竹市立培英國民中學
 - 以全校學生為對象，藉由校慶進行系列性的親職感恩體驗活動
 - 與仁德醫專合作設計：「親親寶貝」媽媽體驗營
 - 與華山基金會合作設計：「關懷老人」老人體驗營，讓學生戴上道具，體驗身體老化後的各種狀況，了解老化對個人的影響，以學習如何尊重老人

家庭教育的意涵

- 實例：新竹市立培英國民中學
 - 針對家長
 - 成立家長成長團體，在校內專輔教師的帶領下，藉由不同的媒材與活動，讓家長更貼近青少年的心理與感受，透過閱讀與討論，學習如何有效協助解決孩子的問題
 - 家長與學校可透過每學期的班親會、家長會、新生報到等機會連結，使家長能夠了解學校的治學理念，且導師與家長有機會溝通合作，共同帶領孩子正向學習與成長

家庭教育的意涵

- 實例：臺北市立建國高級中學
 - 成年禮系列活動
 - 知恩惜福，以禮傳家：製作祖父母節感恩卡向祖父母表達相互關愛與感謝，並從撰寫文字過程中學習表達感謝
 - 「我的傳家菜」競賽：展現學生向長輩學習傳家菜或是與長輩探尋家鄉味的歷程，了解這道菜餚對你或家人的意義
 - 針對家長
 - 親職成長團體、爹媽教室、親職講座

家庭教育的學習主題

- 一、社會變遷對家庭的影響

- 了解社會變遷對家庭意涵、型態、功能、發展歷程、因應與調適的影響

少子女化

人口老化

已婚女性就業

晚婚
離婚
不婚

隔代教養

繼親家庭

單親家庭

候鳥家庭

外籍配偶

多元成家

家庭教育的學習主題

• 二、家人關係與互動

- 個人的成長與發展，深受家人關係與互動的影響
 - 可從兒童及少年的親子、手足、隔代間家人的互動關係著手，進而引導學生關懷不同發展階段家人的需求，並展現愛家行動
 - 以**親子衝突**為例，常見的狀況
 - 孩子態度不良，惹惱父母
 - 子女發展不如父母期待
 - 親子關係疏離。

父母常急於快速排除困擾事件，卻忘了處理事件前，**得先料理「人」的情緒與關係**，包括自己與孩子、伴侶及內在平和的關係

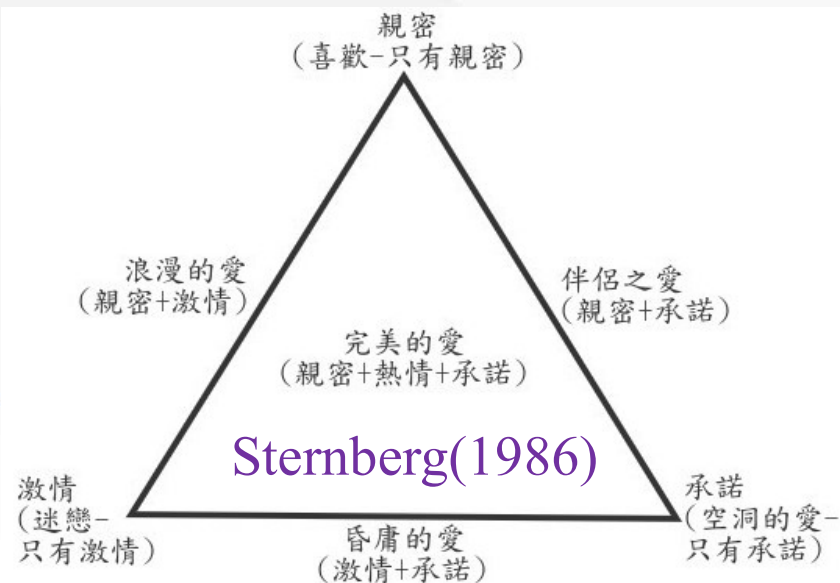
家庭教育的學習主題

- 三、親密關係發展與婚姻預備

- 幸福家庭必須靠學習，因而引導學生「因為愛而學習、學習讓家人更相愛」是親密關係發展與婚姻預備的重要基石
- 在各教育階段的親密關係發展與婚姻預備學習主題，宜包含人際互動與親密關係的發展、約會與分手、擇偶、婚姻願景與承諾、為人父母的喜悅與責任等重要議題

家庭教育的學習主題

• 三、親密關係發展與婚姻預備



(資料來源-社會心理學，1995，P454
李茂興、余伯泉譯)

➤ 健康的關係

- 理解彼此觀點、互相信任、關心、體諒、約束
- 既能給予又能獲得快樂
- 允許暴露個人情感
- 不用擔心失去自我
- 有一種相互豐富的感覺

<https://lovelyrelationship.wordpress.com/2016/06/08/%E5%A9%9A%E5%BE%8C%E7%9A%84%E6%84%9B%E6%83%85/>

家庭教育的學習主題

• 四、家庭資源管理與環境永續

- 家庭資源的管理與運用必須以環境永續發展為前提
 - 可從資源運用與決策歷程出發，繼而探討個人、家庭的消費行為、科技與消費行為，以達成環境永續



家庭教育的學習主題

- 四、家庭資源管理與環境永續

- 例如：理財教育

- 建立學生量入為出的觀念、培養記帳的習慣
 - 理性消費

- 消費有三種選擇：不能避免的支出、不必要的支出、可以完全不要的支出
 - 在買東西之前先問自己「我真的需要它嗎？」、「我真的那麼需要它嗎？」、「我真的有必要現在就買它嗎？」



家庭教育的學習主題

- 五、家庭活動與社區參與

- 家庭生活與社區息息相關，家庭必須從社區獲取資源，也需要透過社區參與以貢獻資源
 - 包括家庭生活管理與經營的意涵、家庭共學活動、家務工作規劃與參與、家庭休閒生活規劃與參與、社區參與與關懷等

家庭教育的學習主題

學習主題	內涵
社會變遷對家庭的影響	家 U1 家庭系統的意涵。 家 U2 健康家庭的特質。 家 U3 家庭發展任務。 家 U4 家庭壓力與韌性。

家庭教育的學習主題

學習主題	內涵
家人關係與互動	家 U5 少年與家人的互動關係。 家 U6 高中階段的家庭責任。 家 U7 學習型家庭。

家庭教育的學習主題

學習主題	內涵
親密關係發展與 婚姻預備	家 U8 人生伴侶的選擇。 家 U9 理想家庭的願景。 家 U10 生育與家庭、社會人口結構的關係。 家 U11 生育的喜悅與壓力。

家庭教育的學習主題

學習主題	內涵
家庭資源管理與 環境永續	家 U12 家庭資源與家庭生活目標。 家 U13 家庭理財知能。 家 U14 家庭資源與家務工作。

家庭教育的學習主題

學習主題	內涵
家庭活動與社區參與	家 U15 家庭參與社區活動的規劃與執行。 家 U16 家庭生活與環境永續。

課堂活動：婚姻關係發展與調適

學習主題	內涵
親密關係發展與 婚姻預備	家 U8 人生伴侶的選擇。 家 U9 理想家庭的願景。 家 U10 生育與家庭、社會人口結構的關係。 家 U11 生育的喜悅與壓力。

婚姻關係發展與調適



- 一. 挑選伴侶
- 二. 準備結婚
- 三. 婚姻的調適



婚姻關係發展與調適

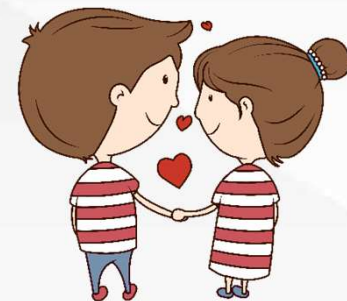


一、挑選伴侶

- 階段一：在能夠交往的人中尋找
 - ✓ 潛意識的愛情圖像
 - ✓ 每個人的交際網絡不盡相同
 - ✓ 有些人吸引你的注意，有些則否



婚姻關係發展與調適



一、挑選伴侶

➤ 階段二：兩人逐漸建立親密感

- ✓ 每個人都有自己的價值觀、金錢觀、宗教信仰等
- ✓ 越能互相理解、給予情感支持，吸引力高
- ✓ 自我認同越完善者越能識別出與他人的相似性，也比較知道自己適合什麼樣的人



婚姻關係的發展與調適

一、挑選伴侶

➤ 階段二：兩人逐漸建立親密感

✓ 健康的愛情特徵

- (一)好的、壞的，你會想把所有事都跟他分享
- (二)可以一起做些蠢事，不用害怕被扣分
- (三)彼此間有著等量的付出與接收
- (四)把彼此的需求放在心上
- (五)你希望未來有他在
- (六)多數時候，這份愛不會給你壓力
- (七)你們已經完整，只是「豐富」彼此



婚姻關係的發展與調適



一、挑選伴侶

- 階段三：自我公開範圍擴大，信任加深
 - ✓ 冒險試探，例如過去情史、個人恐懼
 - ✓ 共同參與活動或完成任務可促進關係發展，
建立同理心，彼此了解對方的反應和需求
- 階段四：建立屏障，關係鞏固
 - ✓ 「可預測」和「同理心」讓關係踏實
 - ✓ 關係破裂的代價很高

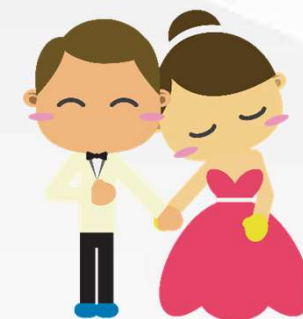


婚姻關係的發展與調適



二、準備結婚

- 什麼因素會影響兩人是否投入婚姻？
 - ✓ 愛
 - ✓ 新生命的來臨
 - ✓ 兩人對長期承諾的義務有了承擔的準備
 - ✓ 按照社會時鐘行事
 - ✓ 個人生涯發展(教育、工作)



婚姻關係的發展與調適

王子與公主從此過著幸福快樂的生活…?



<http://daman.cool3c.com/node/55122>



婚姻關係的發展與調適



三. 婚姻的調適

- 婚後，求愛的激情就結束了
- 婚後是相互適應的過程
 - ✓ 生活習慣、宗教教育或社會階層背景不同、雙方父母的要求、經濟狀況...等造成衝突
 - ✓ 雙方必須了解彼此底線，取得心理承諾
 - ✓ 「自由受到的限制」與「獲得的愛」相比是否值得的



婚姻關係的發展與調適

三. 婚姻的調適

- 影響婚姻適應的因素
 - 自我認同的狀態
 - 對親密關係的期望
 - 彼此坦誠溝通的程度
 - 父母婚姻
 - 資源與權力的分享模式是否平衡
- 婚姻的滿足感來自「有效溝通」與「解決衝突的能力」



婚姻關係的發展與調適



三. 婚姻的調適

➤ 社會文化下的婚姻觀念變遷

- 台灣每年大約有5萬多對夫妻離婚，其中大約40%是結婚10到20年的老夫老妻
- 1990年時，近60%民眾認為應該和公婆同住，2015年只剩下27%
- 1984年，只有11%民眾認同個性不合是正當離婚理由，89%民眾認為，沒有外遇、惡習、虐待，就不該任性離婚，但到了2015年，超過60%認為個性不合構成離婚理由
- 很多人戀愛是因為欣賞對方具備自己缺乏的特質，但結婚多年後，特質上的互補卻常常發展成一種互相折磨



婚姻關係的發展與調適



三. 婚姻的調適

- 何謂**健康有活力**的婚姻？
 - 雙方**有強烈的承諾感**，希望長保婚姻
 - 雙方皆無條件地接受與付出
 - 雙方**接受與肯定彼此**的獨特性，了解彼此興趣的異同



婚姻關係的發展與調適



三. 婚姻的調適

- 要保持**健康有活力的婚姻**，就必須**努力!!!**
- 若一直像頭兩年一樣看待婚姻關係，會喪失活力
- 如何努力？
 - **核心**：建立有效的**溝通體系**，**創造互動機會**
 - **傾聽**並**思考**對方問題，想辦法解決衝突，非以牙還牙
 - 讓雙方**都有發展和進步的空間**
 - 長期任務：**大方向一致，小方向容忍差異**



課堂作業

- 請觀看紀錄片「幸福定格」的介紹短片
(有興趣的同學也可以自己去找完整版觀看)
- 觀看影片後，請寫下你對婚姻感想五百字