

附錄、教育部委託台灣知識庫研發 CRC 家長親職教育數位學習媒材成果

主題	兒少發展階段	序號	單元(影片)名稱	教育部核定之親職教育單元內涵	連結網址
一、CRC 簡介(共 1 單元)	0-18 歲	1	家長不可不知的兒童權利公約(CRC)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 何謂兒童權利公約。 2. 兒童權利公約之意義。 3. 兒童權利公約在我國落實情形。 4. 兒童權利公約定義的兒童。 5. 我國法令中的兒少權益。 6. 父母應該特別注意的事情。 	https://www.youtube.com/watch?v=lgrbf2hGvAc
二、表意權(共 12 單元)	0-6 歲	2	跟孩子溝通，這樣說更有效	<ol style="list-style-type: none"> 1. 如何理解不同階段孩子的語言。 2. 用孩子可以理解的方式順利跟孩子溝通。 	https://www.youtube.com/watch?v=a-R_p4WPRjE
		3	叫孩子「聽話」前，請先聽懂他的心	<ol style="list-style-type: none"> 1. 找出孩子不聽話的原因：聽不懂、做不到、不想做或故意作對。 2. 理解關於聽話，家長應著重於讓孩子理解自己的用心，而非無條件服從。 3. 介紹讓孩子願意聽話的說話技巧。 	https://www.youtube.com/watch?v=IK4goheo8Ng
		4	我家孩子太「內向」，怎麼辦？	<ol style="list-style-type: none"> 1. 理解孩子是外向或內向，在嬰兒時期就已經決定。 2. 理解並接納孩子的人格特質，不強迫孩子一定要活潑外向。 3. 學習如何幫助孩子更自信大方。 	https://www.youtube.com/watch?v=I_Jvi9xjdf0
		5	對話式親子共讀，共享親密時光	<ol style="list-style-type: none"> 1. 瞭解對話式親子共讀的優點：促進認知、學習及語言能力的發展，增進親子關係；能藉此傾聽孩子對書中人物、劇情的理 	https://www.youtube.com/watch?v=fXD-zn-PM3M

主題	兒少發展階段	序號	單元(影片)名稱	教育部核定之親職教育單元內涵	連結網址
				<p>解與想法，並給予適當回應。</p> <p>2. 能運用對話式親子共讀方式，和孩子一起共讀。</p>	
	7-12 歲	6	「小孩子有耳無嘴？」他其實懂得比你想像中多	<p>1. 理解傳統的教養方式(長輩的要求孩子應接受，不可多問；不允許孩子發表言論，覺得他們什麼也不懂)容易抹殺孩子的好奇心、自信心。</p> <p>2. 引導家長從自身做起，給孩子一個可以自由自在提問、發表意見的成長環境。</p>	https://www.youtube.com/watch?v=A4QjF5XhjDc
		7	比考第一更重要的事—讓孩子擁有和他人相處的能力	<p>1. 理解若只注重孩子的成績，容易使孩子過度關注競爭，無形中影響自己的價值觀、人際關係，對孩子的發展有負面影響。</p> <p>2. 提供具體方法，提供家長於生活中培養孩子的溝通合作能力。</p>	https://www.youtube.com/watch?v=AC-L0bY60YY
		8	正面回應批評，你的孩子也能做到	<p>1. 引導家長反思是否常用批評的方式對孩子說話。</p> <p>2. 鼓勵家長了解並尊重孩子的行為，儘量用建議取代批評，避免傷害孩子自尊。</p> <p>3. 提供方法讓家長和孩子一起練習，用積極正面的態度應對批評。</p>	https://www.youtube.com/watch?v=9RPcC4PdTV0
		9	今晚來個家庭會議吧！	<p>1. 理解不同孩子會擁有不同的個性、價值觀、生活習慣等。</p> <p>2. 認識如何透過家庭會議提供一個平臺，讓家人可以理性溝通處理家庭中的歧見，建立全家共識與凝聚力。</p>	https://www.youtube.com/watch?v=EyzFu56IdQo

主題	兒少發展階段	序號	單元(影片)名稱	教育部核定之親職教育單元內涵	連結網址
	13-18 歲	10	你的孩子也可以改變世界	<ol style="list-style-type: none"> 讓家長認識青少年倡議的影響力。 故事中也會提及他們的家長是如何教養孩子，鼓勵並支持孩子改變世界。 	https://www.youtube.com/watch?v=1pktZ94bRsY
		11	家有青春期孩子的溝通教戰守則 1)從前跟我無話不談的孩子，到哪去了？	<ol style="list-style-type: none"> 理解青少年時期屬於個體成長與社會化最重要的階段。 面對孩子的轉變，能調整溝通方式，理解孩子渴望尊重、認同與肯定的心理感受，建立一個適度開放的溝通環境，給予他們合理的選擇權利。 	https://www.youtube.com/watch?v=cPhpa80jwDI
			家有青春期孩子的溝通教戰守則 2)為什麼講沒幾句話就起爭執？		https://www.youtube.com/watch?v=e6gVR6-Qiy0
			家有青春期孩子的溝通教戰守則 3)孩子言行不得體該如何是好？		https://www.youtube.com/watch?v=SoXrCBr_ONU
			家有青春期孩子的溝通教戰守則 4)跟孩子意見不合時怎麼辦？		https://www.youtube.com/watch?v=XobtAefQ9Ws
12	面對衝突，我們一起這樣做	<ol style="list-style-type: none"> 認識自己面對衝突時是屬於哪一種類型(不敢表達、拒絕溝通、委曲求全、暴躁易怒、堅持己見等)。 引導家長也觀察孩子是哪一種類型，同理並接納孩子的衝突處理方式。 與孩子一同討論，解決人際衝突的方式。 	https://www.youtube.com/watch?v=swjpbE9nhjg		

主題	兒少發展階段	序號	單元(影片)名稱	教育部核定之親職教育單元內涵	連結網址
		13	如何和高中生討論爭議問題	<ol style="list-style-type: none"> 1. 面對複雜敏感的爭議問題，讓家長反思自己是避而不談，還是會強迫孩子接受自己的想法。 2. 理解那些爭議問題，並非都有標準答案。 3. 提供原則性方法，使家長用正面、開放、尊重的態度，與孩子討論爭議問題。 	https://www.youtube.com/watch?v=ofEs_oHiydK
三、性健康及生育保健 (共 4 單元)	0-18 歲	14	我的孩子對「性」好奇了 1) 探索「性」的時期(5-8 歲)	1. 指出家長教養 0~6 歲孩子時，常見的性別刻板印象(如：服裝、顏色、髮型及偏好的玩具等)，以及如何應對幼年期自慰問題。	https://www.youtube.com/watch?v=oVlAU6pQzq0
			我的孩子對「性」好奇了 2) 對「性」感到懵懂好奇的時期 (用 9-12 歲)	2. 家長自我檢視教養 6~12 歲孩子時，對性徵/性傾向/親密關係的性暴力/性行為的觀念是否正確，以及如何回應孩子對「性」感到好奇的問題。	https://www.youtube.com/watch?v=c7VMGzB3MN8
			我的孩子對「性」好奇了 3) 明確說「要」才是「要」(16-18 歲)	3. 指出家長如何面對 12~18 歲青少年自慰、性向認同不明、性傾向非異性戀等課題。	https://www.youtube.com/watch?v=twli1F82JoE
		15	在家練習談情說愛 (0-12 的情感教育) 1) 幼兒篇	1. 0~6 歲著重表達情感，並能接受對方的回應。	https://www.youtube.com/watch?v=L0I1PxelKD8
			在家練習談情說愛 (0-12 的情感教育) 2) 學齡兒童篇	2. 6~12 歲培養自信心、練習和喜歡的人互動、如何拒絕以及面對被拒絕。	https://www.youtube.com/watch?v=10TKK4hJUCw
		16	讓孩子做自己身體的主人 1) 尊重孩子的意願(0-6 歲)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 有一種冷叫爸媽覺得你冷，教導家長從「放手」中學習建立孩子的身體自主。 2. 教導孩子不可隨意碰觸他人或被碰觸 	https://www.youtube.com/watch?v=JAhtjxcJNpl

主題	兒少發展階段	序號	單元(影片)名稱	教育部核定之親職教育單元內涵	連結網址
			讓孩子做自己身體的主人 2) 建立孩子對身體界線的認識(7-12 歲)	3. 當孩子反應他對於身體接觸感到「不舒服」, 家長該如何回應與處理。 (例:擁抱、撫摸、親吻), 先從自身做起。	https://www.youtube.com/watch?v=GXpiEnQJ40
			讓孩子做自己身體的主人 3) 把孩子當大人來看待(13-18 歲)		https://www.youtube.com/watch?v=Xp5Rd_XlhE
		17	關於青少年怦然心動的那些事	1. 家長如何面對孩子告白/被告白/建立交往關係/提分手/被分手/變心劈腿/被劈腿等情感課題。 2. 當孩子年滿 16 歲, 家長如何和孩子談性行為, 包括: 性與愛的關係、約會性侵與安全性行為。	https://www.youtube.com/watch?v=WZLNfg2vWYY
四、不受不當對待 (共 9 單元)	0-12 歲	18	孩子掣(jù)起來怎麼辦?: 溫柔而堅定的教養	1. 理解當孩子無理取鬧時, 嚴厲對待可能會侵害其表意權或傷害其自尊心, 無節制的溺愛則容易影響孩子未來發展, 這些都屬於不當對待。 2. 認識如何根據孩子的發展階段, 給予溫和而堅定的教養, 同理但不體罰、怒罵或縱容, 使孩子產生改變行為的動機, 同時無損他們的自尊。	https://www.youtube.com/watch?v=CnsKLhVFks8
		19	「犯錯」是最好的學習機會	1. 理解孩子犯錯時, 一味逼迫孩子道歉, 可能會讓孩子言行不一; 體罰或用其他懲罰禁止孩子不可以這樣、不可以那樣, 也容易讓孩子產生反抗心, 這些都不利於孩子的發展。 2. 幫助家長瞭解孩子犯錯時較佳的處理方式, 並將焦點放在協助孩子從錯誤中習得解決方法, 幫助孩子成長。	https://www.youtube.com/watch?v=nnBWZ6l_XFA

主題	兒少發展階段	序號	單元(影片)名稱	教育部核定之親職教育單元內涵	連結網址
	0-6 歲	20	讓孩子安心成長，親師溝通要持續	<ol style="list-style-type: none"> 1. 如何選擇托育機構？ 2. 如何察覺孩子在托育機構的生活狀況？ 3. 如何與園方進行親師溝通？ 4. 孩子出現創傷反應時有哪些資源可協助自己？ 	https://www.youtube.com/watch?v=sGt-1zOKPec
	7-12 歲	21	孩子被霸凌，我該怎麼辦？	<ol style="list-style-type: none"> 1. 與孩子一起找出霸凌現象產生的可能原因：自身背景、個性、行為、性別，加害人本身問題等。 2. 介紹如何協助孩子處理、面對霸凌。 <p>適用階段：主要針對 6~12 歲，但部分內容 12~18 歲也通用。</p>	https://www.youtube.com/watch?v=fkdE_0Z9F04
	7-18 歲 (主要年齡層為國小高年級~國高中)	22	孩子在現實/虛擬世界中，跟誰在一起？	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提醒家長注意，無論男孩、女孩都有可能成為性騷擾或性侵害的對象。 2. 家長如何避免孩子陷入險境。 3. 如何教孩子拒絕長輩的無理要求。 4. 父母要提升對孩子人際交往的敏感度，尤其是網路社群可能帶來的危險。 	https://www.youtube.com/watch?v=tzUPOM8Nlzk
	0-6 歲	23	他/她是「我們」的孩子—和樂「共親職」	<ol style="list-style-type: none"> 1. 使家長瞭解自身的權利、責任跟義務。 2. 針對親職難題(一方覺得另一方沒有花足夠時間陪孩子、養育孩子的責任不平均、婚姻與親子關係不平衡、對小孩的管教方法不一致等)給予適當建議。 3. 針對親職角色的衝突(職業婦女、單親家庭、代間教養等)給予適當建議。 	https://www.youtube.com/watch?v=XTBZcF8feMo

主題	兒少發展階段	序號	單元(影片)名稱	教育部核定之親職教育單元內涵	連結網址
	0-18 歲	24	家庭不睦，孩子不必選邊站	<ol style="list-style-type: none"> 提醒家長孩子擁有的權利(被父母愛及愛父母的權利，並和雙方父母保持非常自在且安全的依附關係；不被父母的衝突夾在中間的權利，包含不選邊站、不被父母彼此的憤怒所波及；自由自在和一方的父母相處的權利，而不被另一方父母干涉或破壞等)，期許家長不要因家庭問題傷害到孩子 針對離婚的家長提供一些指引，幫助家長繼續成為孩子心中的堡壘。 	https://www.youtube.com/watch?v=I7qtIAyFVg
	0-18 歲	25	尊重孩子隱私，建立親子互信 1)網路曬娃篇	為了怕孩子學壞，有些家長會偷聽孩子講電話、偷看孩子的日記，或者上網看孩子的留言等，本單元將協助家長： <ol style="list-style-type: none"> 理解以上作法容易破壞親子間的信任，也觸犯了孩子的隱私。 學習如何在關心與侵害孩子隱私間取得平衡。 	https://www.youtube.com/watch?v=eaPuJwfl_cY
尊重孩子隱私，建立親子互信 2)偷看日記篇			https://www.youtube.com/watch?v=BokCGSazI10		
尊重孩子隱私，建立親子互信 3)緊迫盯人篇			https://www.youtube.com/watch?v=9tBeHRg5IqQ		

主題	兒少發展階段	序號	單元(影片)名稱	教育部核定之親職教育單元內涵	連結網址
	0-18 歲	26	「不公平！」你的孩子常將這句話掛嘴上嗎？ 1)大的就要讓小的？	1. 理解孩子常抱怨「不公平」，可能與家長對於子女性別年齡產生的差別對待有關。 2. 使家長反思自身的行為是否符合平等原則 3. 透過理性溝通與孩子討論他們覺得不公平的地方與改善的方式，共創雙贏。	https://www.youtube.com/watch?v=lroNO631kHU
「不公平！」你的孩子常將這句話掛嘴上嗎？ 2)家事該由誰來做？			https://www.youtube.com/watch?v=6FCk8kNXNYw		
「不公平！」你的孩子常將這句話掛嘴上嗎？ 3)公平就是大家都一樣？			https://www.youtube.com/watch?v=T93ReKD_P-k		
五、休息、休閒與遊戲權 (共 9 個單元)	0-18 歲	27	美好的生活從睡覺開始—正視睡眠的重要性 1)幼兒篇	闡述各年齡層兒童標準的睡眠時間，以及睡眠不足對兒童發展造成的影響： 1) 0~6 歲著重調整家長與孩子的作息。 2) 6~12 歲著重了解小孩晚睡的原因，並鼓勵家長和孩子討論練習早睡的獎勵(例：連續 2 週準時上床睡覺，假日可以去放風箏)，以及規範睡前行為(例：喝牛奶→刷牙→講(聽)故事)。 3) 12~18 歲著重家長應了解小孩晚睡在做什麼，並視情境予以協助或尊重。	https://www.youtube.com/watch?v=i1-3Qsab3wg
			美好的生活從睡覺開始—正視睡眠的重要性 2)學齡兒童篇		https://www.youtube.com/watch?v=JAPoYGdks5A
			美好的生活從睡覺開始—正視睡眠的重要性 3)青少年篇		https://www.youtube.com/watch?v=ZmpZQd1oy_0
	7-18 歲	28	正視玩樂的重要性	家長不得剝奪兒童玩樂的權利 1) 0~6 歲著重多樣化的玩樂模式，可訓練孩子不同面向的潛能發展。 2) 6~12 歲著重發覺孩子的喜好與專長。 3) 12~18 歲著重給予玩樂的時間，以紓解壓力(建議以文化、藝術或體能活動取代打電動)。	https://www.youtube.com/watch?v=pXRyKrbMXs

主題	兒少發展階段	序號	單元(影片)名稱	教育部核定之親職教育單元內涵	連結網址
	0-18 歲	29	與孩子安全共遊網路世界 1) 為孩子的網路安全把關 [0-6 歲]	1. 0~6 歲著重資訊的選擇、如何解決 3C 產品的使用時間與 3C 依賴的問題。 2. 6~12 歲著重資訊的選擇、如何利用網路資訊解決課業問題，以及過濾來自社交群組的資訊。 3. 12~18 歲著重資訊的選擇、3C 產品的使用時間、3C 依賴的問題、如何利用網路資訊解決課業問題，以及如何應對色情/暴力/賭博/詐騙/假消息等資訊。	https://www.youtube.com/watch?v=gqP8R46QwsY
			與孩子安全共遊網路世界 2) 辨識網路謠言 [7-12 歲]		https://www.youtube.com/watch?v=7Z--MyKOFoA
			與孩子安全共遊網路世界 3) 正確使用網路資源 [7-12 歲]		https://www.youtube.com/watch?v=UdX47quc6Uo
			與孩子安全共遊網路世界 4) 小心網路詐騙 [13~18 歲 歲]		https://www.youtube.com/watch?v=DFQCz0CCxrU
		30	帶著孩子動起來！ 1) 給家有 3~6 歲兒童的家長	帶出國內兒童缺乏運動的現況以及衍生的身心問題： 1) 0~6 歲可帶到公園訓練肢體協調、體能與社交，注意衛生清潔問題。 2) 6~12 歲可一同騎腳踏車、登山、露營等，著重親子相處時光，並探索孩子喜歡的運動。 3) 12~18 歲青少年以同儕社交為主，家長可陪同前往目的地(以節省交通時間或送飲料點心為由)，認識同儕並了解孩子從事哪些戶外休閒及運動，可適時給予建議。	https://www.youtube.com/watch?v=KfJfMcZMigl
			帶著孩子動起來！ 2) 給家有最愛運動孩子的家長		https://www.youtube.com/watch?v=NV2vsB5sf0o
			帶著孩子動起來！ 3) 給家有忙碌青少年的家長		https://www.youtube.com/watch?v=SQoRH_IMpRE

主題	兒少發展階段	序號	單元(影片)名稱	教育部核定之親職教育單元內涵	連結網址
	6-12 歲	31	孩子這張潛力股，你開發了多少？ 1) 從玩樂中開發孩子的潛能	1. 提醒家長重視與持續發掘孩子各項「特質」與「興趣」的重要性。 2. 在尊重孩子意願的前提下，平衡地安排孩子的動靜態活動。	https://www.youtube.com/watch?v=Is8bCXF-aTQ
			孩子這張潛力股，你開發了多少？ 2) 讓孩子的潛能自由發展		3. 協助孩子適性多元發展，並協助克服或排除影響其多元發展的阻礙。
		32	問孩子考幾分，是在哈囉？	1. 探討對均衡教育的觀點。 2. 打破只關心學校排行及學校成績的迷思。 3. 鼓勵:適性揚才,鼓勵孩子多元發展，並加入相關案例。	https://www.youtube.com/watch?v=-2UIKYvbEII
		33	跟孩子一起成為時間的主人，共享親子時光 1) 滿檔卻無趣的課後時間	1. 導正填滿孩子課後時間=均衡發展的觀念。 2. 和孩子討論並尊重他對自身課後安排的計畫。 3. 看重父母陪伴孩子的親子時光。	https://www.youtube.com/watch?v=sG22jKIROJk
			跟孩子一起成為時間的主人，共享親子時光 2) 把時間管理的主導權還給孩子		https://www.youtube.com/watch?v=zokfF8UBFHs
		13-18 歲	34	我家有個住在網路的青少年 1) 探索孩子的網路世界	1. 家長須了解社群媒體的型態，以及青少年的使用模式。 2. 孩子如果有意願要經營網路商店或影音平台/「抖內」直播主/成為電競選手，家長如何引導、協助，並予以合宜的監控。 3. 家長應認識社群媒體的黑暗面，例：不法交易、詐騙，並進一步了解孩子真實的網
	我家有個住在網路的青少年 2) 社群媒體帶來的憧憬與衝擊			https://www.youtube.com/watch?v=g1M8yflBN7k	

主題	兒少發展階段	序號	單元(影片)名稱	教育部核定之親職教育單元內涵	連結網址
			我家有個住在網路的青少年 3) 陪伴孩子在網路探險	路行為。	https://www.youtube.com/watch?v=-IDm3NEMgM
		35	未來的方向，讓孩子自己做選擇 1) 我是女生我要當黑手	1) 和孩子一起討論各個升學路徑(高中職五專)的不同發展 2) 探討讓孩子多元發展的優點，並應弭除家長對學歷的刻板印象[針對升大學時期] 3) 尊重孩子對未來方向的選擇	https://www.youtube.com/watch?v=9zKPMq3xiMQ
	未來的方向，讓孩子自己做選擇 2) 選科系是為了好找工作嗎？		https://www.youtube.com/watch?v=mHzpVOL3NXw		
	未來的方向，讓孩子自己做選擇 3) 將來要做什麼，我還在摸索		https://www.youtube.com/watch?v=kN9uQNIui-I		