



國立花蓮高級工業職業學校

National Hualien Industrial Vocational Senior High School

114學年度親師座談會

家長手冊



建築三甲沈戴依庭設計

中華民國114年10月18日

輔導室編印

目錄

壹、國立花蓮高工 114 學年度親師座談會程序表.....	2
貳、各班教室、行政辦公室位置圖.....	3
參、花蓮高工校內各處室連繫電話.....	4
肆、114 學年度花蓮高工班級導師名冊.....	5
伍、校務報告.....	6
陸、教務處報告.....	9
學務處報告.....	19
實習處報告.....	25
總務處報告.....	28
輔導室報告.....	30
圖書館報告.....	33
柒、家庭教育選文.....	34
我為孩子好，孩子為什麼不理解？.....	34
5 個策略，正向回應孩子前先照顧好自己.....	35
脫口而出的質問式語言，常是關係中的隱形殺手.....	37
親職好書分享《讀懂孩子內心話》.....	40
捌、政令宣導.....	41
一、學生生涯輔導網.....	41
二、技專校院招生資訊網.....	41
三、悠遊網路不迷惘.....	42
四、家庭教育暨親職教育宣導.....	44
玖、附件.....	45
114 學年度第一學期行事曆.....	45

壹、國立花蓮高工 114 學年度親師座談會程序表

- 一、時間：114 年 10 月 18 日(星期六)
- 二、地點：學校交誼廳
- 三、主辦單位：輔導室
- 四、協辦單位：本校各處室、各科主任及各班導師
- 五、參加人員：本校學生家長
- 六、活動流程：

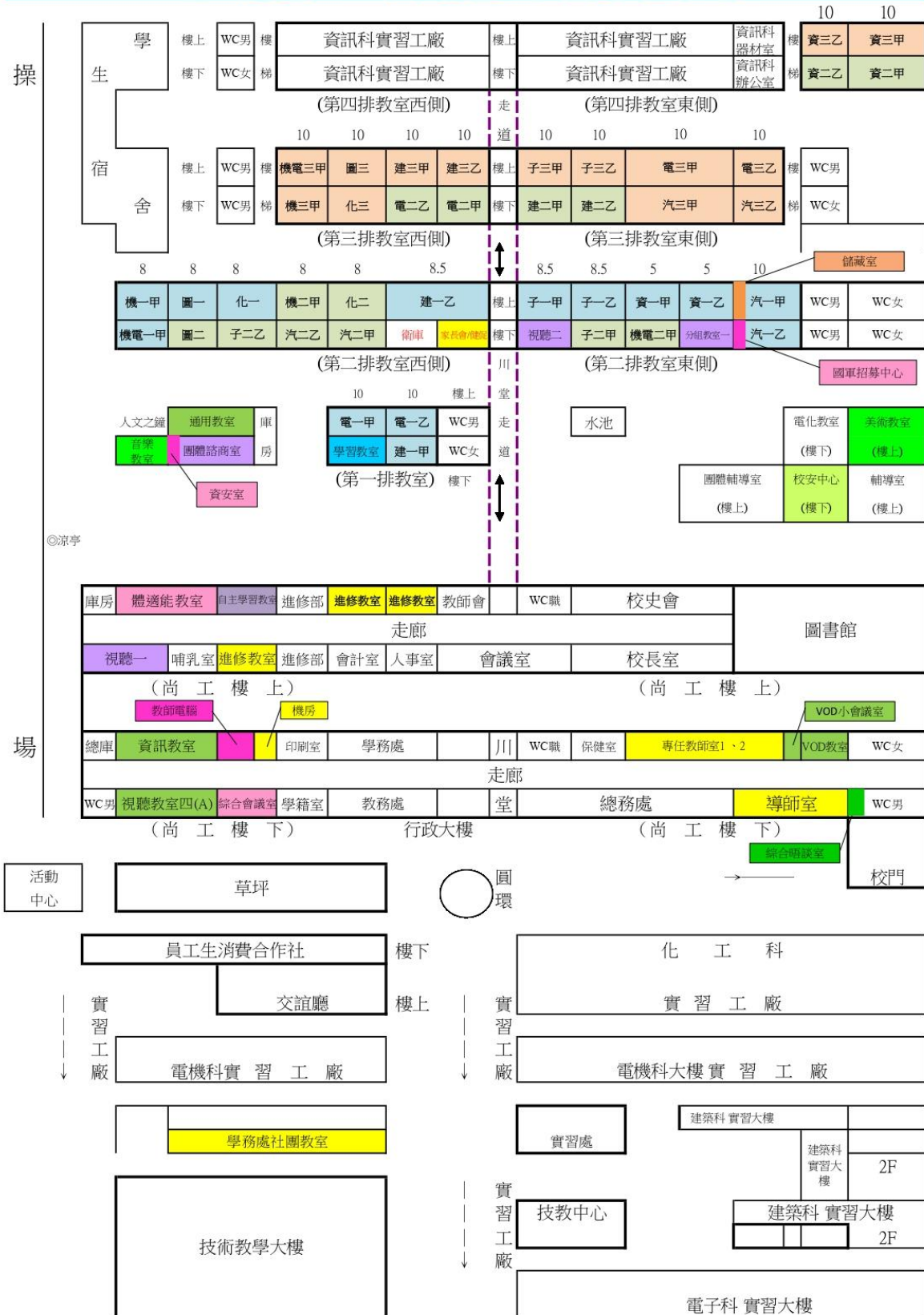
國立花蓮高工114學年度第一學期親師座談會

活動日期：114年10月18日(星期六) 8:10~12:10

活動時間	活動內容	主講(持)人	活動地點	
8:10~8:30	1. 家長報到、領取家長手冊 2. 心理衛生與社區資源宣導 3. 推動中小學數位學習精進方案影片宣導	輔導室	交誼廳	
8:30~8:40	開幕式(歡迎家長、介紹校內師長、頒發家長委員當選證書、家長會長致詞)	曾銘文校長 家長會長		
8:40~8:55	校務報告	曾銘文校長		
8:55~9:15	學生學習歷程檔案與技專多元入學說明	教務處主任		
9:15~9:35	高職生特色生涯發展介紹	實習處主任		
9:35~9:40	反毒宣導	校安中心		
9:40~9:50	家長前往各科工廠與班級	輔導室		各場地
高一	9:50~10:20	參觀工廠及專業教室	科主任	各科工廠
	10:20~10:30	家長前往班級	輔導室	各場地
	10:30~12:10	導師座談	高一導師	班級教室
高二、高三	9:50~12:10	導師座談	高二導師、 高三導師	班級教室
12:10~	活動結束、賦歸			

貳、各班教室、行政辦公室位置圖

國立花蓮高工114學年度教室、辦公室位置平面圖



參、花蓮高工校內各處室連繫電話

總機：8226108

處室	職稱	分機	處室	職稱	分機
校長室	校長	101	總務處	總務主任	601
	秘書	102		庶務組長	602
教務處	教務主任	201		文書組長	605
	教學組長	202		出納組長	608
	註冊組長	205	人事室	人事主任	621
	設備組長	208	主計室	主計主任	631
	實研組長	209	輔導室	輔導主任	641
	資源班導師	644		輔導教師	642
	資源班導師	645		輔導老師	643
學務處	學務主任	301	實習處	實習主任	401
	訓育組長	302		實習組長	402
	活動組長	305		就業組長	403
	衛生組長	310		資訊科主任	411
	體育組長	308		電機科主任	421
	1年級導師室	823-3530 8226108#317		電子科主任	431
	2年級導師室	822-5192 8226108#316		化工科主任	451
	3年級導師室	823-6408 8226108#31		機械科	461
				機電科	466
		汽車科主任		471	
		建築科主任		481	
		製圖科主任		491	
校安中心	生輔組長	321		圖書館	圖書館主任
	校安人員	322	進修部	校務主任	501
	校安人員	323		教務組長	506
	校安人員	324		輔導教師	509
	校安人員	325	技術 教學中心	執行秘書	661
	校安人員	326			
	校安人員	328			

伍、校務報告-從專業到全人，技職教育的新面貌

曾銘文 校長

誠摯感謝各位家長對花蓮高工的肯定與支持。孩子的成長與學習離不開父母的陪伴與關心，您的參與正是教育中最重要的助力。

品格扎根、校園暖心，共創良善氛圍

為學，立基於完善的人格；做人，立足於堅定的信念；做事，須憑藉踏實的行動。學校的功能在讓孩子成為更好的自己，為這個社會奉獻所學。學務處與導師群在學生品德教育上的努力與付出，以正向能量陪伴孩子成長，使學生在行為舉止上展現良善的改變。如學務處積極爭取「三好學校計畫」，並持續榮獲第十五屆「三好校園實踐學校」之肯定，將「做好事、說好話、存好心」的精神深植於日常，進一步提升了校園的溫暖氛圍與良善風氣。我們也鼓勵學生至榮民之家參與「愛來榮家逛夜市」志工服務，將善心善行推廣到社區鄰里。多年來，學校更持續推廣孝行教育，而今年七月電機科學生榮獲花蓮縣 114 年度「孝行楷模獎」，更是對學校德育工作的肯定。

此外，特別感謝輔導室及特教團隊的師長們，在心理測評、諮商輔導與資源轉介上的專業協助，對學生的心理健康與適應、調整發揮了關鍵作用。尤其在面對嚴重適應困境或行為偏差時，師長們提供了即時的支持，也讓教師與家長在專業諮詢中獲得協助，進一步營造校園裡健全的學習氛圍。

技職教育的力量：從實作中培養創新

技職教育的最大特色：強調實作與創新。台灣技職教育體制完備，從高職一路延伸至專科、技術學院、科技大學，乃至研究所，並與回流教育相互銜接，讓學生在不同的人生階段都能找到合適的學習途徑。花工作為技術高中，最核心的優勢在於理論與技能並重，特別注重「做中學」與「解決問題」的能力養成。學生在就學期間即能參與產學合作或實習，掌握專業技能，不僅具備職場競爭力，也同時為升學鋪設道路。

近年來，花工學生在技優、推甄升學表現亮眼，屢屢在全國技能競賽及各類比賽中展現實力。例如第 55 屆全國技能競賽，學生奪下七面獎牌，涵蓋汽車技術、工業控制、汽車噴漆、電器裝配、機器人整合、CAD 機械設計製圖等專業領域。此外，花工學子在 AI 自走車運算思維機器人大賽、智慧鐵人創意競賽、智慧機械手競賽、全國高中職人工智慧與資訊生活應用創新競賽、全國小論文與閱讀

心得比賽等活動中同樣嶄獲佳績，顯示技職教育除了專業技能，更能激發學生的創意思考與多元能力，為未來升學與就業開啟更多選擇。

花工的全人養成：專業與多元並進

花工九大科系擁有優秀師資與完善設施，能讓孩子在理論與實務、創新與應用之間取得平衡，並在學習過程中找到專屬的天賦與熱情。透過專業與學術兼具的成績，花工已逐漸翻轉社會傳統印象。在 112 學年度全國學生音樂比賽中，嗩吶獨奏獲得優等，原舞隊更以全國特優的表現成為花蓮豐年祭壓軸；體育方面，卡巴迪隊多次奪冠，跆拳道、柔道、排球、籃球隊、法式滾球都獲得極佳的成績。這些成果突顯，技職學校並非僅限於技能培養，更重視學生在藝術、體育與文化上的全人發展。

親子連結與家校合作：少子化的教育新契機

少子化帶來的挑戰，其實也讓學校更有機會去照顧到每一位孩子。因為技職學校師生比相對較低，老師能更清楚地了解學生的特質與需要，並給予個別的幫助。孩子在學習專業的同時，也能參加各種活動和比賽，展現自己的創意和才能。對家長來說，在少子化的時代，更要把握和孩子一起學習、一起成長的機會，主動和學校保持互動，共同關心孩子的專業訓練歷程。這不但能拉近親子間的感情，也能幫助孩子建立自信。而您今天能親自到場，就是孩子教育路上最直接、最有力的支持。

我們誠摯期待家長能與學校保持良好的交流，一同關心孩子的學習歷程。若能適時了解孩子在專業上的成長與努力，並給予鼓勵與陪伴，必能讓孩子在技術學習上更有信心。今天您的蒞臨，本身就是對孩子最溫暖、最重要的支持。

技職教育的革新：產業接軌與全球競爭力

當前技職教育正處於產業快速轉型的挑戰，但也迎來了革新的契機：如何讓技職體系不斷更新、緊扣產業脈動，並成為新時代人才培育的核心基地，已是刻不容緩的課題。教育部與臺灣師範大學共同舉辦的「2025 技職教育國際研討會」，正以人工智慧、數位教學、跨域學習與永續發展為核心議題，探討如何將這些新興元素融入技職教育，培養符合未來產業需求的專業人才。透過政策推動與經營模式創新，逐步扭轉社會對技職教育的刻板印象，並實現教育與產業間的無縫接軌，這不僅是技職教育的使命，更是台灣提升全球競爭力的重要關鍵。

隨著科技日新月異的發展，市場對專業技術人才的需求持續擴增，社會價值觀也應隨之調整。技職教育正在形塑「培養專業、厚植實力」的本質，成為孕育職場菁英與創新人才的重要途徑。

攜手同行：家長與花工共築孩子的未來

技職教育的前景無限寬廣，尤其在當今社會對專業技術人才需求持續攀升的背景下，技職畢業生的未來職涯更顯光明。當學生能在全國性技能競賽中多次脫穎而出，或考取多張乙、丙級專業證照時，便充分展現技職教育所帶來的深厚養成與成長契機。由此可見，在少子化的時代，家長的理解與支持，將成為孩子邁向成功不可或缺的力量。

家長更應看見技職教育的價值與潛能。於花工學習，不僅是磨練一技之長的過程，更是邁向專業成就、培養創新思維與開展多元發展的光明大道。當家長與學生攜手並進，花工必將成為孩子探索自我、揚帆展翼、逐夢未來的重要舞台。



**Happy Homes And Flourishing School Life
Inspire Students To Shine.**

畢業校友 李念主設計

陸、各處室報告

教務處報告

一、教務處竭誠歡迎各位家長，教務處的工作旨在奠基學生的學習能力、專業能力、素養能力、面對問題的應對能力、人際溝通能力。花工教務秉持著全人精神，適性引導學生發揮所長，以所學的技能奉獻社會。以下是教務處業務相關說明與績效：



二、學校行事簡曆與全校課程計畫：

(一) 本學期學校行事簡曆已公告於學校網頁(重要資訊)或請掃描右方 QR Code：

(二) 有各類考試期程、比賽日期、重補修選課與繳費、學習歷程上傳與認證、族語認證考試等重要日期，請家長協助督促學生注意相關期程。

(二) 全校課程計畫書請見：<https://www.hlis.hlc.edu.tw/home?cid=1991>

(三) 各項特色課程計畫：

承接教育部多項競爭型計畫，亦為技術型高中課程綱要前導學校之一，開設多種特色課程。包含國際教育、外籍教師全英課程、提升語文學習能力課程、數位精進學習課程、數位科技輔助自主學習、半導體概論課程、人工智能(AI)跨校遠距教學課程、安全教育課程、跨域課程等，於不同科別及年段實施，期能開拓學生視野，提升學生知能、培養多元能力。



(四) 本校執行多年數位精進計畫，建置完整數位學習環境，運用數位學習平台培養自主學習能力。為了讓家長更了解教育部推動數位教學及學習之觀念，**教育部製作宣導影片可觀看影片連結**https://youtu.be/4_7V3rZgtPQ 或掃描右方 QR Code 觀看。

三、獎學金

113學年度協助本校學生申請校內外各類獎助學金，金額合計**3百萬餘元**，註冊組會不定期更新各類獎學金公告，提供學生申請。

四、教務處為學生拔尖與課業加強：

(一) 辦理**拔尖超群專班**，會在寒暑假、課餘時間開班，上個學年度共開設13班，在學期成績表現上明顯提升。本學期上課時間預計為週一、週二及週三16:10至17:30，開設科目國、英、數。國文課程訓練閱讀理解與寫作，英文課程著重文法及會話，數學課程提供學生例題練習及解題技巧，針對課內教材做加深加廣的學習，以期能厚植學生實力，為將來升學之路做準備。

(二) 辦理**學習扶助班**，利用課餘時間為學生補強較弱的一般科目(國英數)、專業科目，讓學生盡快跟進課業，使後面的學習不會再受困擾。由學校申請經費補助，學生皆可**免費參加**。

五、校外競賽部分：本校學生參加**花蓮縣語文競賽、更生日報盃數學競賽、東區科展、英文檢定(英檢/多益、PVQC)、簡報力競賽、花蓮區學習成果發表競賽**，都有不錯的表現，選手能夠為校爭光，除了本身的努力之外，還有指導老師的善誘利導，更重要的是有家長您的支持，希望家長能

多多鼓勵學生參加各類競賽。

為鼓勵學生報名英檢，凡通過初級以上者繳交證書影本，可獲得2,000元獎勵。

六、教務處辦理校內相關競賽、測驗、成果發表、研習等：

VQC單字測驗、族語認證考試、PVQC專業英文認證、創意暨專題製作競賽、自主學習與彈性學習成果發表、校內語文競賽、師生共學講座等。

七、高職課程修習科目較多元，若家長想瞭解學生在校學習狀況，歡迎您隨時與導師或科主任聯繫，也可登錄本校學生管理系統【學校首頁→校園智慧平台→學生成績查詢系統】查詢貴子弟在校的學業成績、日常缺曠及獎懲紀錄。

八、本學期重補修將於10月18日開始上課，各課程上課時間可上學校首頁「重補修」專區查詢。重補修是給學生再一次學習並獲取學分的機會，但並非保證能及格，學生仍須穩定出席、認真上課、繳交作業才能及格。上課若點名不到時，學校會以電話或簡訊通知家長，請家長協助督促小孩準時上課以免影響畢業權益。

高一新生下學期才會有重補修課程，開學時會辦理重補修說明會。

九、本校學生畢業條件：

1.至少修畢 160 學分以上及格(3 年總學分最高為 192 學分)

2.部定科目及格率 85%

3.專業及實習科目至少 60 學分及格

4.實習科目至少 45 學分及格

5.功過相抵後未滿 3 大過

依照教育部新的規定：學生即使未達足夠的學分仍能升級，因此請家長務必要注意貴子弟的學分數是否可以達到畢業標準，以免高三因為學分不足無法取得畢業證書。學校端會於每學期期初針對學分數低於標準的同學建立預警機制，提醒家長與學生注意。

十、升學與考試

(一)本校114級畢業生共**62人錄取國立一流科技大學**，表現十分亮眼。錄取國立科大的學生中，部分是經由「產學專班」、「產攜專班」這兩種管道取得國立大學的門票，這些學生四年後不僅能擁有國立科大的學歷更能進入上市櫃公司服務，為職場與學業並重的職涯發展。除升學之外，校方也積極和一些優質的公、民營企業合作，開發就業導向專班，提供本校學生更多元的職涯選擇管道。

(二)高三學生各項升學考試報名12月份開始進行，學校會隨時提醒學生重要期程、考招制度的改變，也請家長協助學生注意學校公告事項。【學校首頁→升學資訊或重要連結】

(三)因應新課綱的上路，學習歷程檔案的建置對學生日後的升學佔有絕對的重要性，教務處針對高一新生逐班舉辦學生學習歷程服務平台教育訓練，希望透過實際上機操作，讓學生對於上傳學習資料更得心應手。

108課綱強調「自主學習」、「專題製作」的重要性，請家長們多多鼓勵您的子女踴躍參與，俾便將來作為學習歷程重要參採資料。

1.各入學管道備審資料採計項目：

備審資料來源	學習歷程中央資料庫			報名平台 聯合會
入學管道	B.課程學習成果 (三年內最多上傳18件)	基本資料 A.修課紀錄	C.多元表現 (三年內最多上傳30件)	D1.多元表現綜整心得 D2.學習歷程自述 D3.其他(有利審查文件)
甄選入學 技優甄審入學	<ul style="list-style-type: none"> 具學分數之專題實作、實習科目學習成果*註 113變革 •招生校系至多可採計3件*(至少1件) 具學分數之其他課程學習成果 •招生校系至多可採計3件* 	基本資料 學生學籍資料(含校級、班級及社團幹部經歷) 修課紀錄 每學期修課之科目學分數及成績	彈性學習時間、團體活動時間及其他表現 招生校系 至多可採計10件*	多元表現綜整心得 學習歷程自述 依升學之志願科系撰寫 • 學習歷程反思 • 就讀動機 • 未來學習計畫與生涯規劃 其他(有利審查文件) • 各校系需求之補充資料 • 其他有利審查資料
四技申請入學 (普高生)	<ul style="list-style-type: none"> 具學分數之課程實作、作品或書面報告 •招生校系至多可採計3件* 113變革 			

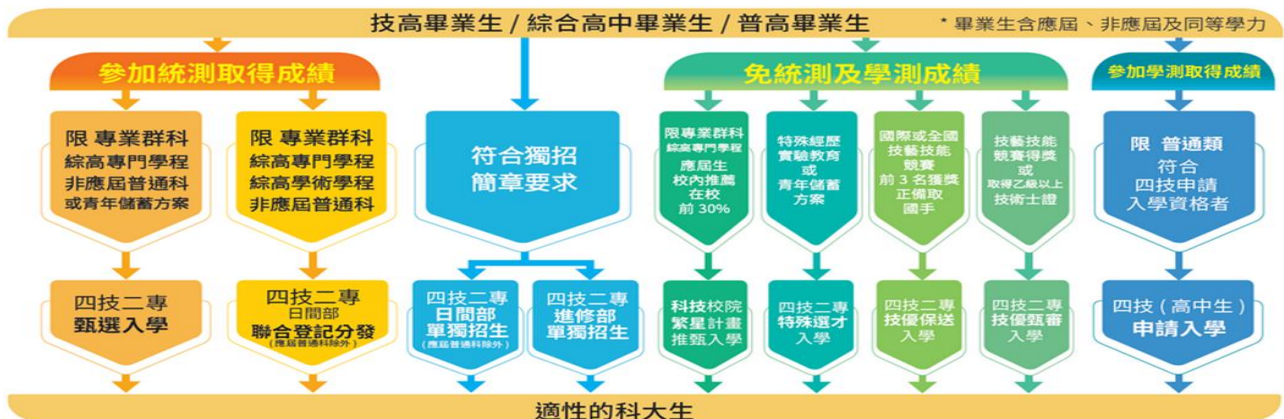
學生在學期間，需要上傳的資料為B課程學習成果、C多元表現，課程學習成果主要為專題實作、實習科目；多元表現則可以為比賽成果、彈性學習時間成果、志工服務等。

2.甄選入學備審資料成績採計原則：

第一階段		第二階段						
篩選倍率 ①		統測加權 ②		指定項目甄試				
科目	調整說明	科目	調整說明	指定項目 ③	總成績占比 ④	件數 ⑤		
國文	1.取消總級分篩選。 2.以「大倍率篩選共同科目、小倍率篩選專業科目」為原則。 3.同級分超額篩選至少(含)4項，可為篩選倍率外之其他統測科目。	國文	1.選採統測至多4科目。 2.取消各科目權重下限。 3.專業科目採計總權重大於共同科目總權重。	專題實作、實習科目學習成果(含技能領域)	≥10%	≥40%	1~3	
英文		英文		2	學習歷程備審資料審查	%		--
數學		數學		1	術科實作(各校自訂)	%		--
專業一		專業一		2	筆試(各校自訂)	%		--
專業二		專業二		2	面試(各校自訂)	%		--
總級分		取消		專業二	2			

相關考招變革資訊、學習歷程檔案說明，家長可以至「技專校院考試及招生制度專屬網站」了解。
(<https://www.techadmi.edu.tw/newer/>)

3.對於升學管道，可以透過許多管道升學，以下是四技二專聯合招生入學流程圖：



【附件一】本校辦理四技二專各升學管道說明 (註冊組)

管道名稱	資格	採計項目	報名日期	其他
特殊選才	<ol style="list-style-type: none"> 1.應屆或非應屆畢業生。 2.須符合所報校系科組學程志願所規定之特殊選才資格條件。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本入學管道不採計四技二專統一入學測驗及大學學科能力測驗成績，由各招生學校辦理指定項目甄試，可採書面資料審查、經歷審查、面試、筆試、實作等，且各校可針對特定的背景、身分、求學經歷、學習成果給予特別優待加分。 2. 考生若有 1 項指定項目甄審成績為 0 分或缺考者，則不予錄取。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.個別網路報名。 2.於2月下旬開始辦理。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 至多選擇5個校系科(組)、學程。 2. 設有「技職特才及實驗教育組」、「青年儲蓄帳戶組」
技優保送	<ol style="list-style-type: none"> 1. 高中職畢業生或具同等學歷及應屆畢業生。 2. 全國技能競賽(勞委會)及工科技藝競賽(教育部)等全國性比賽前三名 	依比賽種類及名次劃分等級並依等級分發，同等級同名次者，以參加該比賽項目人數較多者優先。	約為2月初開始報名	此管道為學生個人報名，相關資料登錄及寄送由學生自行負責。
繁星計畫	<ol style="list-style-type: none"> 1. 應屆畢業生，並全程就讀本校無轉科轉學紀錄者。 2. 在校成績科組學程前30%。 3. 依據本校技專校院繁星計畫校內規定各科推派人選。 	比序為該群(科)組在校學業-專業科目-技能領域科目-英文-國文-數學等群百分比。	約為3月初開始報名。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 本校註冊組協助報名及志願選填事項。 2. 114學年度開放申請名額為每高中職校 15 人(預計)。
技優甄審	<ol style="list-style-type: none"> 1. 高中職畢業生或具同等學歷及應屆畢業生即可。 2. 全國技能競賽(含分區賽)、工科技藝競賽、全國中小學科展等全國性或直轄市比賽具有名次者。 3. 領有乙級以上技術士證照者。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 依招生學校要求之備審資料(包含在校成績、自傳、及競賽成績證明等。) 2. 依比賽種類及名次劃分等級並依等級及名次作加分比例依據。 3. 部分學校需面試。 	約為5月初開始登入資料資格審查及相關程序	<ol style="list-style-type: none"> 1. 此管道為學生個人報名，相關資料登錄及寄送、繳費由學生自行負責。 2. 至多申請 5 校系，依證照或比賽類型可跨群。

甄選入學	<ol style="list-style-type: none"> 1. 應屆畢業生。 2. 須參加統一入學測驗，成績 0分(含缺考)於1科以內。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 第一階段以統測成績 2. 級分數篩選錄取。 3. 第二階段依招生學校要求之備審資料，電子檔均需上傳報名系統(包含在校成績、自傳、及競賽成績證明等。) 4. 第一階段與第二階段占分比例依各招生學校訂定之標準。 5. 具全國技能競賽(含分區賽)、工科技藝競賽、全國中小學科展等全國性或直轄市比賽具有名次者及領有乙級技術士以上證照或語言認證者依種類有總分加分不同比例。 6. 部分學校需面試。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 身分審查約4月底。 2. 集體報名約於5月初。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 至多申請 6 校系，依統測群別申請。 2. 原住民學生先與一般生篩選，若未能通過一般篩選，再與原住民比較競爭原住民招生名額 3. 低收、中低收及原住民具外加名額。 4. 此管道為註冊組負責第一階段集體報名及繳費，第二階段備審資料由學生自行上傳。
登記分發	<ol style="list-style-type: none"> 1. 高中職畢業生或具同等學歷或應屆畢業生即可。 2. 須參加統一入學測驗，且不得有2科(含)以上為 0 分。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 依統測成績分發。 2. 專業科目成績加權2-3倍，國英數成績加權1-2倍計算。 3. 原住民學生先與一般生篩選，若未能通過一般篩選，再與原住民比較加分後成績競爭原住民招生名額(但需達該科系一般生最低錄取分數)。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 約於5月底開始特殊身分審查。 2. 約於7月初繳費。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 此管道為學生個人報名，相關資料登錄、繳費由學生自行負責，註冊組協助特殊身分審查。 2. 志願可選填 199 個。 3. 特種生具外加名額。 4. 具有中級以上原住民族語能力證明書者，於原住民外加名額內成績X 1.35。

※相關內容以日程當年度各招生管道公告簡章為準。

※114學年度各招生管道簡章於公告，網址：<https://www.jctv.ntut.edu.tw/>

【附件二】114 級科大(大學)錄取名單

NO.	班級	姓名	錄取學校	科系
1	電機三乙	歐 0 洲	國立聯合科技大學	機械工程類學系
2	電子三乙	江 0 愷	國立聯合大學	機械工程學系
3	電子三乙	林 0 洋	國立聯合大學	機械工程學系
4	電子三乙	羅 0 恩	國立聯合大學	機械工程學系
5	電機三甲	潘 0 均	國立聯合大學	電機工程學系
6	汽車三乙	邱 0 祥	國立臺灣師範大學	車輛與能源工程學士學位學程
7	資訊三乙	許 00 安	國立臺灣科技大學	資訊工程系
8	建築三甲	黃 0 婷	國立臺灣科技大學	建築系
9	電機三甲	林 0 宏	國立臺東專科學校	電機工程科
10	製圖三甲	高 00 銓	國立臺北護理健康大學	運動保健系(10-030)
11	製圖三甲	盧 0 葶	國立臺北護理健康大學	運動保健系
12	電子三乙	童 0 祥	國立臺北護理健康大學	資訊管理系
13	化工三甲	賴 0 瑀	國立臺北護理健康大學	高齡健康照護系(35-002)
14	機電三甲	陳 0 安	國立臺北科技大學	機械工程系
15	電子三甲	張 0 榆	國立臺北科技大學	資訊工程系(25-010)
16	化工三甲	李 0 榕	國立臺北科技大學	化學工程與生物科技系
17	建築三甲	黎 0 賢	國立臺北科技大學	土木工程系(40-006)
18	建築三甲	黃 0 德	國立臺北科技大學	土木工程系(40-006)
19	資訊三甲	鄭 0 承	國立臺中科技大學	資訊工程系(25-044)
20	電機三甲	劉 0 辰	國立勤益科技大學	機電整合實務專班
21	建築三乙	江 0 叡	國立勤益科技大學	景觀系(40-010)
22	資訊三乙	竹 0 任	國立勤益科技大學	人工智慧應用工程系
23	機電三甲	林 0 宇	國立雲林科技大學	機械工程系
24	電機三甲	高 0 鈞	國立高雄師範大學	藝術產業原住民專班
25	電機三乙	周 0 佑	國立高雄師範大學	藝術產業原住民專班
26	電機三乙	潘 0 民	國立高雄師範大學	藝術產業原住民專班
27	電機三甲	張 0 愷	國立高雄師範大學	語言與文化學士原住民專班
28	建築三甲	何 0 德	國立高雄科技大學	營建工程系
29	電機三乙	歐 0 昇	國立高雄科技大學	機電工程系智慧自動化組
30	電子三甲	黃 00 權	國立高雄科技大學	機電工程系智慧自動化組
31	資訊三甲	林 0 宏	國立高雄科技大學	資訊工程系
32	電子三甲	黃 0 憲	國立高雄科技大學	微電子應用技優領航專 (25-022)
33	電子三甲	簡 0 喆	國立高雄科技大學	智慧系統技優專班(25-021)
34	電機三乙	邱 0 漢	國立高雄科技大學	智慧系統技優專班(20-015)
35	電機三乙	黃 0 佑	國立高雄科技大學	智慧系統技優專班(20-015)

36	電機三乙	張 0 騫	國立高雄科技大學	智慧系統技優專班
37	電機三甲	張 0 愷	國立高雄科技大學	能源與冷凍空調工程系
38	機電三甲	林 0 宇	國立高雄科技大學	工業設計系(10-015)
39	建築三甲	范 0 玲	國立高雄科技大學	土木工程系
40	機電三甲	李 0 玚	國立屏東科技大學	機械工程系(10-004)
41	機電三甲	胡 0 昕	國立屏東科技大學	機械工程系(10-004)
42	機械三甲	金 0 允	國立屏東科技大學	機械工程系
43	資訊三甲	林 0 涵	國立屏東科技大學	資訊管理系
44	資訊三甲	柯 0 丞	國立屏東大學	電腦與通訊學系
45	機電三甲	吳 0 霖	國立虎尾科技大學	機械與電腦輔助工程系 (10-020)
46	電子三乙	李 0 益	國立虎尾科技大學	機械與電腦輔助工程系
47	電子三乙	林 0 洋	國立虎尾科技大學	機械與電腦輔助工程系
48	電子三乙	陳 0 宇	國立虎尾科技大學	機械與電腦輔助工程系
49	電子三乙	羅 0 淵	國立虎尾科技大學	機械與電腦輔助工程系
50	電子三乙	湯 0 元	國立虎尾科技大學	機械與電腦輔助工程系
51	資訊三乙	吳 0 緯	國立虎尾科技大學	資訊管理系(25-030)
52	電子三甲	陳 0 揚	國立虎尾科技大學	資訊管理系(25-030)
53	資訊三乙	杜 0 祺	國立虎尾科技大學	資訊管理系
54	資訊三乙	黃 00 昱	國立虎尾科技大學	資訊工程系
55	汽車三甲	葉 0 竣	國立虎尾科技大學	車輛工程系
56	化工三甲	施 0 儒	國立虎尾科技大學	材料科學與工程系(30-010)
57	機械三甲	宗 0 軒	國立虎尾科技大學	材料科學與工程系
58	化工三甲	張 0 喆	國立虎尾科技大學	生物科技系(30-011)
59	電機三甲	林 0 宏	國立空中大學	不分系專班
60	電機三甲	彭 0 澔	國立空中大學	不分系專班
61	化工三甲	邱 0 任	國立宜蘭大學	食品科學系(90-018)
62	電機三乙	張 0	國立台東大學	體育學系
63	建築三甲	吳 0 凱	嶺東科技大學	視覺傳達設計系(85-057)
64	電機三甲	展 0 歲	嶺東科技大學	流行設計系
65	機電三甲	鍾 0	龍華科技大學	機械工程系(10-045)
66	機械三甲	馮 0	龍華科技大學	機械工程系
67	機械三甲	黃 0 衍	龍華科技大學	機械工程系
68	汽車三甲	劉 0 祖	龍華科技大學	機械工程系
69	機電三甲	黃 0 祐	龍華科技大學	機械工程系
70	汽車三甲	莊 0 祥	龍華科技大學	機械工程系
71	電機三乙	潘 0 民	龍華科技大學	電機工程系
72	資訊三甲	甘 0 翰	龍華科技大學	資訊網路工程系
73	資訊三甲	楊 0 樺	龍華科技大學	資訊網路工程系

74	資訊三甲	鍾 0 恩	龍華科技大學	多媒體與遊戲發展科(25-064)
75	化工三甲	高 0	龍華科技大學	半導體工程系(30-020)
76	製圖三甲	劉 0 訢	龍華科技大學	半導體工程系
77	機電三甲	饒 0 書	龍華科技大學	工業管理系
78	製圖三甲	許 0 凱	樹德科技大學	應用外語系
79	資訊三甲	郭 0 文	樹德科技大學	電腦與通訊系
80	製圖三甲	廖 0 庭	樹德科技大學	生活產品設計系
81	資訊三甲	沈 0 瀚	德明財經科技大學	資訊科技系
82	製圖三甲	林 0 真	臺北城市科技大學	電機工程系
83	製圖三甲	劉 0 訢	臺北城市科技大學	電機工程系
84	電子三乙	楊 0 任	實踐大學	國際企業管理學系
85	建築三乙	黎 0 俊	嘉藥學校財團法人嘉南 藥理大學	職業安全衛生系
86	化工三甲	徐 0 惠	嘉藥學校財團法人嘉南 藥理大學	化粧品應用與管理系(30-019)
87	電機三乙	歐 0 洲	嘉藥學校財團法人嘉南 藥理大學	公共安全及消防系
88	電子三乙	黃 0 榕	嘉南藥理大學	運動管理系
89	電機三乙	黃 0 翔	萬能科技大學	航空光機電系
90	資訊三乙	林 0 惠	慈濟學校財團法人慈濟 大學	護理學系
91	資訊三乙	許 0 哲	慈濟學校財團法人慈濟 大學	護理學系
92	電機三乙	鄭 0 中	慈濟學校財團法人慈濟 大學	醫學影像暨放射科學系
93	機械三甲	榮 0 楷	慈濟學校財團法人慈濟 大學	資訊科技與管理學系
94	資訊三甲	凌 0 竣	慈濟學校財團法人慈濟 大學	資訊科技與管理學系
95	資訊三乙	任 0 錦	慈濟學校財團法人慈濟 大學	資訊科技與管理學系
96	資訊三乙	金 0	慈濟學校財團法人慈濟 大學	資訊科技與管理學系
97	電子三甲	吳 0 華	慈濟學校財團法人慈濟 大學	資訊科技與管理學系
98	電子三甲	李 0 溥	慈濟學校財團法人慈濟 大學	資訊科技與管理學系
99	製圖三甲	江 0 宏	慈濟學校財團法人慈濟 大學	資訊科技與管理學系

100	資訊三甲	陳0安	慈濟學校財團法人慈濟大學	資訊科技與管理學系
101	化工三甲	施0宣	慈濟學校財團法人慈濟大學	公共衛生學系
102	化工三甲	林0婕	慈濟大學	兒童發展與家庭教育學系
103	資訊三甲	黃0璋	朝陽科技大學	資訊管理系資訊管理組
104	建築三乙	彭0慧	朝陽科技大學	建築系建築組(40-012)
105	建築三甲	李0霓	朝陽科技大學	建築系建築組(40-012)
106	製圖三甲	劉0雅	朝陽科技大學	工業設計系
107	化工三甲	劉0浙	陸軍專科學校	應用外語科
108	建築三乙	吳0晴	健行科技大學	室內設計與管理系
109	汽車三乙	李0慶	修平科技大學	機械工程系智慧車輛組 (15-017)
110	電子三甲	林0慧	南臺科技大學	電子工程系(25-050)
111	電子三甲	林0慧	南臺科技大學	電子工程系
112	電子三甲	簡0喆	南臺科技大學	電子工程系
113	電子三甲	林0佑	南臺科技大學	資訊管理系(65-028)
114	電子三甲	葉0杰	南臺科技大學	資訊管理系(65-028)
115	資訊三乙	施0祖	南臺科技大學	資訊管理系
116	資訊三乙	徐0恩	南臺科技大學	資訊管理系
117	資訊三乙	蘇0威	南臺科技大學	資訊工程系(資安人才)
118	資訊三乙	蘇0威	南臺科技大學	資訊工程系(25-051)
119	資訊三乙	孫0城	南臺科技大學	資訊工程系
120	電子三甲	林0佑	南臺科技大學	資訊工程系
121	電子三甲	彭0庭	南臺科技大學	資訊工程系
122	電子三甲	葉0杰	南臺科技大學	資訊工程系
123	製圖三甲	張0豪	南臺科技大學	創新產品設計系
124	製圖三甲	劉0維	南臺科技大學	創新產品設計系
125	電機三甲	曾0昕	南臺科技大學	半導體與光電工程系
126	化工三甲	陳0晰	南亞技術學院	幼兒保育系
127	建築三乙	顏0禾	東南科技大學	室內設計系
128	汽車三甲	許0群	明新科技大學	電機工程系
129	化工三甲	陳0瑜	明志科技大學	環境與安全衛生工程系
130	汽車三乙	陳0恩	明志科技大學	機械工程系車輛組(15-012)
131	機電三甲	黃0文	明志科技大學	機械工程系光機電組(10-052)
132	機電三甲	高0傑	明志科技大學	機械工程系光機電組
133	化工三甲	周0宇	明志科技大學	化學工程系(30-022)
134	化工三甲	周0宇	明志科技大學	化學工程系
135	汽車三乙	徐0彥	亞東科技大學	機械工程系汽車組(15-020)

136	汽車三甲	章0宇	亞東科技大學	機械工程系汽車組
137	汽車三甲	劉0恩	亞東科技大學	機械工程系汽車組
138	汽車三乙	徐0彥	亞東科技大學	機械工程系汽車組
139	電機三乙	陳0緒	亞東科技大學	電機工程系
140	電子三甲	江0明	亞東科技大學	電子工程系(25-115)
141	電子三甲	陳0恩	亞東科技大學	電子工程系(25-115)
142	資訊三甲	林0宇	亞東科技大學	電子工程系
143	電子三甲	李0溥	亞東科技大學	資訊管理系(25-118)
144	機電三甲	楊0皞	亞東科技大學	工業管理系
145	機械三甲	李0廷	正修科技大學	電競科技系
146	資訊三乙	古0辰	正修科技大學	資訊工程系
147	建築三甲	廖0淨	正修科技大學	建築與室內設計系建築設計組 (40-025)
148	建築三甲	易0儒	正修科技大學	建築與室內設計系建築設計組 (40-025)
149	建築三甲	蘇0宏	正修科技大學	建築與室內設計系建築設計組
150	建築三乙	田0宇	正修科技大學	土木與空間資訊系(40-024)
151	化工三甲	陳0瑜	弘光科技大學	營養系
152	建築三乙	陳0佑	中臺科技大學	環境與安全衛生工程系 (40-028)
153	建築三甲	劉0庭	中臺科技大學	環境與安全衛生工程系
154	電機三甲	張0愷	中國科技大學	視覺傳達設計系(臺北校區)
155	建築三甲	蔡0軒	中國科技大學	建築系(臺北校區)(40-026)
156	建築三乙	彭0慧	中國科技大學	建築系(臺北校區)
157	電子三乙	呂0曄	大葉大學	職能治療學系
158	化工三甲	田0妍	大仁科技大學	藥學系藥學組

學務處報告

學務處全體同仁歡迎各位家長的蒞臨，讓我們共同關懷學生在校的生活狀況。學務處主要目標是提供學生友善的學習環境、培養學生良好的生活習慣與態度、並建立學生正確的價值觀念。在多元學習的教育理念下，提供多樣性的社團讓同學培養休閒興趣與發展第二專長。在目標確立之下，我們以人性為本，在生活常規上做正確的引導，使其能夠發展出健全的人格。

本學期學務處管教重點在於**服裝穿著、上課手機管制、學生校內外行為、生活作息**，以下將與學生有關之本校學務措施或相關規定提醒諸位家長，時時提醒學生，期能與學校共同引導學生建立良好生活常規，使品德教育深耕於學校，並普及到家庭教育及社會教育。

學生手冊網頁下載處(花蓮高工首頁/行政單位/學務處/相關法規/114 學年度學生手冊)

https://www.hlis.hlc.edu.tw/ischool/publish_page/4/?cid=53

壹、學生穿著相關規定(部分重點)

- 一、學生上放學得選擇合宜穿著學校校服(制服、運動服)。
- 二、「重大活動」包含：新生訓練、始業式、結業式、畢業典禮等，必須穿著制服。
- 三、體育課時，應穿著學校運動服及運動鞋，學生得依天氣情況更換可運動之長短袖衣服，惟課程結束後需更換為學校校服(制服、運動服)。
- 四、實習或實驗課程時，依各科規定穿著實習、實驗服裝，並於課程結束後更換為學校校服(制服、運動服)。
- 五、國定假日、例假日、寒假、暑假，學生到校自習或參加課業輔導、補考、重補修、補救教學以外之活動者，得穿著便服，並應攜帶可資識別學生身分之證件，以供查驗。
- 六、學生得依個人對天氣冷、熱之感受，選擇穿著長袖或短袖校服。如遇天氣劇烈變化及學生特殊需求可加穿保暖衣物(例如便服外套、帽T、毛線衣、圍巾、手套、帽子等)，惟便服外套內應穿著學校規定之外套。
- 七、上學、放學及在校期間，學生得穿皮鞋、運動鞋或布鞋；非有正當理由，不得穿著拖鞋或打赤腳。
- 八、如有特殊狀況，由承辦單位經學務處同意後，得依承辦單位公告穿著。
- 九、學校對於違反服裝儀容規定之學生，得視其情節，採取適當且合乎比例原則之輔導或管教措施。第一次違反規定時，採取口頭糾正，並列入生活榮譽競賽成績計算；第二次違反規定時，採取書面自省或是靜坐反省，並列入生活榮譽競賽成績計算；第三次以上違反規定時，採取通知監護人到校協助處理。

貳、請假相關(部分重點)

- 一、學生因故無法到校上課時，須事先於線上請假系統請假。如因特殊事故、急病者可由家長或同學代請，或以電話向導師先行報告請假，到校 21 天內補辦請假手續，無正當事由者一律不予

補請假，期末考前須完成當學期所有請假並無 21 天之補辦期。考試期間除重大事故外（由校方認定），一律不准請假。

二、請假類別：區分為公假、事假、病假、產前假、娩假、流產假、育嬰假、陪產假、生理假、喪假、婚假、身心調適假等十二類。

三、請假手續：在校期間，必須完成請假手續，始可離校，否則視同曠課。因故無法事先完成請假手續，或利用非正課時間（例如午休時間）臨時外出者，須填寫「臨時外出申請單紙本」，經導師（或任課老師、校護、教官）同意後始得離校，離校證明單留存於學校備查。

四、請假程序（除公假外）：學生需於線上請假系統提出申請並上傳相關證明檔案，提出申請後知會導師。核准逾期請假部份，均依學生獎懲實施要點規定辦理。

參、「懲罰存記」暨「改過銷過」措施(部分重點)

一、懲處存記辦理原則如下：

(一) 受理對象：凡初犯本校「學生獎懲辦法」第6條第一款或第二款各項，因而記警告或小過懲處事項之學生。受大過懲處及特別懲處措施者，不得辦理懲處存記。

(二) 申請時機：在懲處未公布前，經考察確有悔悟及改過遷善之誠意者，得申請辦理懲處存記。

(三) 申請程序：由申請人(學生本人)向學務處(進修部)生輔組領取並填妥懲處存記申請表，並由授課教師(非導師)附署(受警告處罰者須1人附署、受小過處罰者須2人附署)，再經班導師、輔導教官、生輔組長審核後，始可提出申請。於完成懲處存記考察後，再將申請表交還生輔組複審及陳核。

(四) 執行方式：凡申請懲處存記之學生，於考察期間已有悔意而未再違反校規者，予以註銷懲處記錄；未具悔意而再違反校規者，除發布再違反校規之懲處外，並將已存記之懲處記錄併案公布。懲處存記考察期分別為小過1個月，警告2星期。

二、改過銷過辦理原則如下：

(一) 受理對象：凡已核定公布之警告、小過或大過懲處之學生(不含特別懲處措施者)。

(二) 申請程序：由申請人(學生本人)向學務處(進修部)生輔組領取並填妥改過銷過申請表，並由授課教師(非導師)附署(受警告處罰者須1人附署、受小過處罰者須2人附署、受大過處罰者須3人附署)，再經班導師、輔導教官、生輔組長審核後，始可辦理改過銷過。於完成改過銷過考察後，再將申請表交還生輔組複審及陳核。

(三) 執行方式：

1、申請以「日常生活表現」辦理改過銷過者：改過銷過申請經審核後，申請人須於考察期間(大過2個月，小過1個月，警告2星期)確有改過遷善之誠意，奮發向上之具體事實，且未再有早自習、升旗、上課、午休及其它各項集合時機等遲、缺、曠紀錄或警告(含)以上任一懲處紀錄，才核予註銷本次申請之改過銷過案。否則，取消此次改過銷過申請；欲再辦理改過銷過者，應按程序重新提出申請。

- 2、申請以「愛校服務」辦理改過銷過者：改過銷過申請經審核後，申請人須於考察期間（大過2個月，小過1個月，警告2星期）內完成，逾期末完成均須重提申請，愛校服務時數分為警告1次2小時、小過1次6小時、大過1次18小時，依此類推，且未再有警告（含）以上任一懲處紀錄，才與予本次申請之改過銷過並註銷存記。
- 3、配合本校菸害防制教育推行，凡具有吸菸懲處紀錄者，除配合上述改過銷過措施外，均需接受2小時（含）以上菸害防制教育課程，始完成改過銷過申請並與予註銷存記。

肆、開放有駕照學生騎機車上放學

本校為有效輔導及管理本校領有機車駕照學生正確騎機車，強化對交通安全重要性之認知，以減少交通事故，維護學生行車安全，養成遵守交通規則之良好習慣，經校內相關會議討論決定辦理開放有駕照學生騎機車上、放學措施。相關申請規定如下：

- 一、每學期開學15天內，由申請人至教官室領取申請表，備妥相關文件辦理申請手續。
- 二、居住地與學校距離30公里以上者，不得申請騎乘機車到校。
- 三、無家長同意書者，不得申請騎乘機車到校。

伍、急難救助金

編號	救 助 金 名 稱	辦 理 單 位	單 位 位 置
1	教育部學產基金 急難慰問金	生活輔導組	校安中心
2	台北行天宮 急難濟助	生活輔導組	校安中心
3	花蓮高工 急難救助金	訓育組	學務處

陸、學生使用行動電話（手機）管理要點（部分重點）

凡本校學生在上學期間內欲攜帶手機到校，由家長簽署申請書且不得違反相關管理法令。

- 一、管理規範：上課時間，手機一律關機或使用靜音模式，統一放置於班級手機置放處。遲到或晚到學生由導師統一管理。若因課程需要，任課老師得領回於課堂使用。
- 二、違反「管理規範」之處理方式：勸導將其手機放置於班級手機置放處，經勸導後仍不遵守規定者，記警告兩次，累犯者記過處分。違規使用行動電話，必要時得予暫代保管（不含 SIM 卡且不超過一日為限），並通知家長或監護權人到校領回。學生使用行動電話具照相與錄影、錄音功能者，應尊重他人隱私，上課期間欲攝錄教學內容做為複習之用，應徵得任課老師同意，不得上傳散播或拍攝未經同意之內容，若因上述行為造成師長、同學或學校聲譽者，得依本校學生獎懲實施要點及現行相關法律處理並通知家長。

柒、學生在校作息時間實施要點(部分重點)

學習節數每週三十五節，其中包含必選修課程、團體活動時間及彈性學習時間、月會活動。其他非學習節數之活動例如：自主規劃運用、午餐、午休、環境清掃/環境維護等規劃如下：

- 一、自主規劃運用：每日07：30-08:00，由班級自行規劃，學生自行決定是否參加，提供學生自修或班級事務處理等安排。
- 二、學生自主規劃運用：每週一至五 07：30-08:00，由學生自行規劃，學生於第一節開始上課以前抵達上課地點即可。
- 三、環境清掃/環境維護：08:50-09:10學生依照班級掃區工作分配，確實進行內、外掃區環境清掃工作；16:00~16:15各班級視掃區狀況進行環境維護。
- 四、午餐：12：00-12：30。
- 五、午休：12：30-13：00，除經申請核准之活動外，全體同學應於教室內安靜休息。
- 六、學生上放學時間：每日上學時間為08：00，每日放學時間為16：15。

學生於非學習節數活動之參與狀況，不列入出缺席紀錄；但基於維護學生在校安全，各時段仍應實施點名登錄，並視學生學習情節，採取適當之正向輔導管教措施僅限於口頭糾正、列入日常生活表現紀錄、通知監護權人協請處理、書面自省或靜坐反省。

捌、本學期工作計畫

一、生輔組：

- (一) 加強學生禮儀訓練，營造禮節周到、尊師的校園氣氛。
- (二) 持續要求學生午休及上課秩序。
- (三) 養成良好公德心，重視生活教育，啟發自動、自發、自治精神，培養負責、守紀、互助美德。
- (四) 杜絕校園暴力及各項霸凌相關事件。
- (五) 辦理新生始業輔導教育及班級幹部訓練活動。
- (六) 辦理友善校園週活動，凡走過必留痕跡-網路安全。
- (七) 辦理國家防災日與全校防災活動。
- (八) 維護學生校外賃居安全，並配合教育部要求各校加強學生校外賃居生輔導作為。

二、訓育組：

- (一) 辦理學生自治幹部及班級、年級模範生推選。
- (二) 辦理教室佈置競賽及「原聲再現」原住民母語歌唱比賽。
- (三) 辦理慶祝教師節及母親節感恩系列活動。
- (四) 辦理校慶慶祝大會及高三畢業典禮。
- (五) 辦理高一露營活動、高二校外教學、高三畢業紀念冊暨公民訓練活動調查及籌備事宜。
- (六) 辦理例行性之班會、週會活動、月會等。
- (七) 辦理原住民生涯規劃巡迴講座及原住民文化暨教師輔導知能研習。

三、活動組：

- (一) 辦理學生社團選社作業、幹部訓練、刊物出版及指導老師聘任等相關事宜。

- (二) 學生社團活動用器材管理與維護。
- (三) 規劃參加學生民俗舞蹈比賽(原住民舞蹈)及音樂比賽。
- (四) 辦理學生參與社會公益服務之指導與考查事項。
- (五) 策劃辦理學生各項康樂活動及校外參觀活動。
- (六) 統計及調查學生參與各項校外活動狀況。
- (七) 協助辦理校內外各項慶典活動及族語認證課程。

四、衛生組：

- (一) 配合政策，本校自 107 年 10 月 1 日起，禁收一次性餐具及購物用塑膠袋限制物品包含：一次性之筷、匙、吸管、刀、叉、碗、盤、碟、杯及購物用塑膠袋。
- (二) 持續推動本組例行業務及學生衛生教育課程：
 - 1、秋行軍蟲及火蟻防治工作宣導。
 - 2、健康體位、菸害(檳榔)防制及性教育等健康促進議題。
 - 3、環境保護、緊急事故防治、校園傳染病防治教育。
 - 4、進行基本急救教練課程。
- (三) 配合捐血中心辦理全校師生捐血活動。
- (四) 廣續辦理校內師生戒菸門診及流感疫苗接種作業。
- (五) 辦理全校學生視力檢查及一年級新生身體健康檢查工作。
- (六) 辦理校園食品販售及廚房衛生管理督考作業。

五、體育組：

- (一) 一年級新生運動選手招募工作及組訓參加高中體育總會辦理之各項球類聯賽。
- (二) 各項運動代表隊訓練場地規劃與訓練時間分配工作。
- (三) 各項運動代表隊參賽報名作業。
- (四) 加強游泳教學，提昇學生游泳技能，並實施游泳與自救能力測驗。
- (五) 辦理校慶運動會及各年級班際球賽。
- (六) 各項運動設施安全檢查、加強體育場館安全維護工作及管理。
- (七) 全校學生體適能檢測。

我們都知道，一棵健壯的大樹，必須有健康的根，相同的道理，一個身心健全的學生，必須有一個完整的家庭教育。我們堅決相信，如果連家長都管不動他的孩子，那請別指望學校能把孩子教好，那是不可能的。學校教育，必須建立在家庭教育之上，只有成功的家庭教育，學校教育才能發揮它的功能。目前我們學務工作上的一些困擾提供各位家長參考：

- 一、學生該上學時，家長還在床上，所以學生遲到。
- 二、學生上學前沒吃早餐，所以學生上課時吃東西。
- 三、家長給未達考照年齡之學生買機車，所以學生騎機車上、放學。
- 四、很多因素，造成學生有抽菸的習慣，在此必須強調，學生抽菸，不僅僅違犯了校規，傷害身體，更是違法的行為（青少年福利法、菸害防制法）這些困擾，都有賴家長的配合，才能讓我們的子弟，能在健康的環境下成長茁壯與學習。
- 五、推行三好校園運動，期許家長能於家中共同推行三好運動-做好事、說好話、存好心。

實習處報告

花工特色生涯發展



報告人：實習處主任 陳文帆

簡報大綱

1 實習課程與技能檢定

2 各科技藝能競賽訓練

3 青年教育與就業儲蓄專案

4 產學合作



實習課程與技能檢定-1

1. 每科每週有10-12節實習課
實習機具都有一定危險性，進
工場後一定要遵守老師的安全
規定。



2. 實習課成績計算：採學分
制，於每學期末評量，**不
辦理補考**



實習課程與技能檢定-2

考取勞動部乙、丙級技
術士證照，每張證照的取
得均需通過**學科**測試及
術科測試

(每科都會安排證照考試加強輔導，
同學一定要參加)



實習課程與技能檢定-3

丙級為基本能力、乙級相當大專程度，證
照取得不僅增加**自信**，更是日後就業
加薪的保證，且**可抵重修學分**，
一舉數得。



實習課程與技能檢定-4

技優甄審與甄選入學放榜 花蓮高工成績亮眼

取得**乙級證照**可參加技術
優良甄審**免統測**、**可
跨群並加分15%申
請優質科大**，是本校
進入國立科大最有利的途
徑



各科技藝能競賽訓練-1



高一入學後即可加入各
選手訓練，讓自己成為高
職最頂尖的技术精英

可領台積電獎金
及獲雲科大技優
班加分

各科技藝能競賽訓練-2



勞動部辦理之**全國技
能競賽**，參賽年齡
16-22歲，每年3月底分區
賽，前五名可參加7月中全
國決賽。

各科技藝能競賽訓練-3



全國技能競賽，分區賽分
區賽前5名即可參加技優甄
審升學加分20%-25%。

全國決賽前3名可參加技優
保送國立科大，4-
優勝名次，可參加技優甄
審升學加分25%-30%。

各科技藝能競賽訓練-4

高三可參加教育部辦理之工科技藝競賽，**前
三名可獲技優保送國立科大**，
第4-優勝可參加技優甄審加分15-25%。



3.青年教育與就業儲蓄專案-1

高中畢業後先到政府媒合廠商就業-合作廠商
全新光電(上市公司)



3.青年教育與就業儲蓄專案-2

進修規劃

修讀推廣學分課程

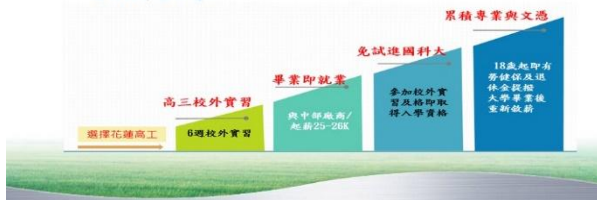
為鼓勵青年在職場、學習及國際體驗期間持續探索及提升知能，青年可於徵得雇主同意後，利用夜間、假日或非工作時間修讀未具正式學籍之進修推廣學分課程、技能(證照)課程或在職訓練等

於執行計畫第2年起

青年可於徵得雇主同意後報考就讀大學進修學制學士班，或參加「大學進修部四年制學士班彈性試辦方案」(https://www.techadmi.edu.tw/open/page_2_0.php)

■ 產學攜手合作~1

- ◆ 高三上參加產學攜手班校外實習甄選，高三下免註冊費。
- ◆ 於高三下參加6週校外實習，有實習津貼及獎勵金，校外實習可抵校內實習課程2學分。
- ◆ 實習合格即可報名國立虎尾、勤益科大產學攜手專班，高三畢業即成為合作廠商正式員工。
- ◆ 星期一到星期四上班，星期五、六由廠商推薦至科大進修，4年後取得該校畢業證書。



■ 產學攜手合作~2

- ◆ 國立虎尾科大機械與電腦輔助設計系- (機械群)。
- ◆ 國立虎尾科大機械設計系- (機械群)。
- ◆ 國立勤益科大智慧自動化控制系- (電機科+機電科)。

■ 產學攜手合作~3

合作廠商：旺宏電子 (電子科+資訊科)

合作學校：國立聯合大學機械系

畢業即就業：台電獎學金訓練班

(電子科+電機科+建築科及資訊科)

期待三年後
我們共同創造
更多新的紀錄



總務處報告

總務工作屬於後勤支援服務，一方面必須為學校全體師生構築一個良好友善的環境，另一方面又必須以維護校園安全及正常運作為職責。換言之，總務處價值在於維護與建置讓全校師生得以盡心教學或熱衷學習的優質環境。為此，需大家共同配合、協助及維護，並持續支持總務處同仁的辛勞付出。

此外，因本校辦學認真，績效良好，獲教育部肯定補助眾多款項，故持續不斷更新校舍建物及教學設施，期望提供學生更良好的環境。雖然學校持續監督廠商施工品質，仍難免偶爾因施工影響教學活動進行，也請家長體諒短暫的不便。

一、綜合業務報告：

- (一) 本校持續推動節約能源政策，除改善老舊電力減少損耗之外，針對學習場域也新設置能源管理系統(EMS)及更換 LED 照明設備，期待在師生全體的努力下，用電量可以逐步下降，提升整體用電效率。
- (二) 各班冷氣設備皆於暑假期間已完成清洗保養，冷氣使用開放時段為每年 5 月起至 10 月底，每日 08：30 至 16：30。
- (三) 本校各種獎學金種類眾多且總金額數龐大，為方便迅速進行撥款，也避免同學會損失轉帳手續費。請家長協助貴子弟開立花蓮二信帳戶，以便統一作業(若有疑問請洽總務處出納組)。
- (四) 為達到維護綠色校園及友善校園的目標，學校將不再進行全校性的噴灑殺蟲劑工作，對於蚊蟲的防治工作，將持續要求各班確實執行所轄範圍內的環境整潔工作，菁苔也請務必清除，可減少小黑蚊的幼蟲成長。
- (五) 本處定期召開「安全衛生、環保暨消防管理會議」，落實校園防災、職業安全衛生及消防安全之管理，以保障師生身心健康，維護師生校園安全。

二、校園環境建置：

	113-114 辦理工程	施工目的
1	太陽能光電停車棚工程	建設光電停車場域，降低車輛曝曬損壞
2	0403 地震災損復原工程	重建因地震造成之損壞
3	凱米颱風災損-邊坡修繕工程	復原因風災造成之建物損害
4	校園老舊電力整修工程 (第四期)	新設線路系統與即設建物線路銜接
5	校園能源管理系統工程	降低本校電力用量，提升使用效率
6	校園樹木修剪工程	維護校園景觀，降低因天災造成之安全危害
7	視聽教室 A 改善工程	改善階梯教室，活化教學動能



操場邊坡(0403 災損重建)



太陽能光電車棚



視聽教室 A 空間活化(原住民意象)



校園環境維護(草皮修剪)

輔導室報告

壹、輔導室重點工作

- 一、個別輔導：針對不同學生之需要，實施個別輔導，推動認輔制度，以協助學生自我了解，並增進問題解決的能力。
- 二、團體輔導：實施各種主題之小團體輔導，以協助同學藉由團體歷程，學習正確的觀念與人際技巧。
- 三、心理測驗：實施各項心理測驗，以協助同學了解自己在興趣、性向、情緒與學習困難等方面的情形。
- 四、諮詢轉介：提供心理衛生資訊，並與教育部學生輔導諮商東區分區中心及花蓮區醫院身心科密切合作，協助處理學生問題。
- 五、宣導活動：舉辦各種主題如生命教育、性別教育、生涯輔導、學習輔導等之教師研習與學生活動，以達到教育宣導之目的。
- 六、通報處理：辦理校園性騷擾與性侵害案件、少年保護與家庭暴力事件等通報作業與輔導工作。
- 七、申訴評議：受理學生申訴案件，召開學生申訴評議委員會。
- 八、諮詢服務：藉由親師座談會、專線電話與電子信箱，提供家長及社區民眾諮詢服務，並邀請家長參加校內輔導知能研習。
- 九、資訊提供：透過輔導專刊、網路資源提供輔導訊息，並提供書籍、影片、升學資料、大專校院簡介等資料之借閱。

貳、親職教育/家庭教育

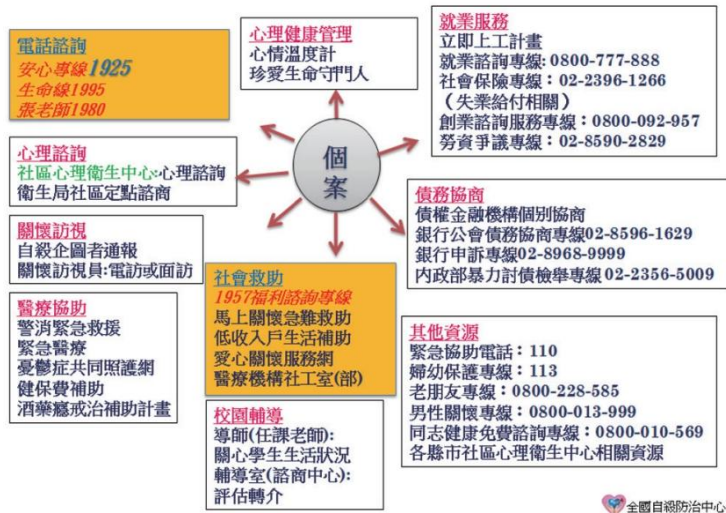
- 一、親職教育講座/家長成長團體：輔導室每學期至少安排一場親職教育講座或家長成長團體，邀請親職專家主講，提供家長親職教育知能，歡迎家長參加。
- 二、家長諮詢諮商服務：輔導室每學年申請經費，提供家長「免費心理諮商」服務，有意願的家長請向輔導室洽詢。

參、家庭教育網路資源

- 一、教育部家庭教育資源網 <https://familyedu.moe.gov.tw/index.aspx>
- 二、花蓮縣家庭教育中心 <https://hlc.familyedu.moe.gov.tw/>
- 三、國立臺灣大學兒少暨家庭研究中心出版「把上網壞習慣—「網」打盡!陪孩子在網路世代成長的指南」電子書索取方式：

- (一)PDF 檔下載：https://reurl.cc/RXdAng
 (二)電子書線上閱覽：https://reurl.cc/jGdx dD
 (三)索取實體書 (運費自付)：https://reurl.cc/xQDdZZ

肆、自殺防治網絡資源轉介/連結



伍、青壯世代心理健康支持方案

衛福部推出「青壯世代心理健康支持方案」，希望鼓勵有心理諮商需求的年輕朋友勇於求助，並加強心理諮商與精神醫療資源的可近性、建立正確就醫觀念，以促進心理健康。此方案於 2024 年 8 月 1 日起至 2025 年 12 月 31 日實施，年滿 15 歲至 45 歲有心理諮商需求者，攜帶身分證明文件至配合的心理諮商服務機構，可於期間內免費諮詢 3 次。

113-114 專線 15-45 歲青壯世代 心理健康支持方案

預約方式
依心理諮商服務機構名單
自行致電預約

補助項目
補助對象：15-45 歲青壯世代
補助時間：自 113 年 8 月 1 日至 114 年 12 月 31 日止
補助費用：限補助「心理諮商費用」，不含掛號費或其他費用。
次數：3 次/人

注意事項
◎ 心理諮商服務使用前應與案切結書，並配合服務機構出示有效身分證明文件，以利審核符合補助資格。
◎ 若連續 2 次未依約至服務機構接受諮商，暫停補助資格。
◎ 詳細方案依衛生福利部心理諮商服務可查為準。

衛生福利部 數位行動生活 諮詢專線：(03) 5355276

陸、花蓮地區輔導資源一覽表

一、花蓮心理健康及精神醫療相關資源

機構名稱	服務地址	聯繫電話
國軍花蓮總醫院	花蓮縣新城鄉嘉里村嘉里路 163 號	(03)826-0601/826-3151 (03)826-3152
衛生福利部花蓮醫院	花蓮縣花蓮市中正路 600 號	(03)8358141
臺北榮民總醫院玉里分院	花蓮縣玉里鎮新興路 91 號	(03)8883141
慈濟醫院	花蓮縣花蓮市中央路 3 段 707 號	(03)8561825
門諾醫院	花蓮市民權路 44 號	(03)8241234
衛生福利部玉里醫院	花蓮縣玉里鎮中華路 448 號	(03)8886141
門諾醫院壽豐分院	花蓮縣壽豐鄉共和村魚池 52 號	(03)8664600

同心診所	花蓮市莊敬路 148-1 號	(03)8567803
悅增身心診所	花蓮市中華路 373-9 號	(03)8321805
悅思身心診所	花蓮縣吉安鄉建國二路段 213 號	(03)8460436

二、花蓮心理諮商資源

服務提供單位	服務地址	聯繫方式
花蓮心理衛生中心	花蓮縣林森路 391 號	諮詢專線：03-835-1885 服務時間為週一至週五 0800~1200；1330~1730
社團法人花蓮縣兒童暨 家庭關懷協會	花蓮縣吉安鄉建昌路 172 號	服務電話：03-856-3020
花蓮縣政府駐地方法院 家事服務中心	花蓮市府前路 15 號	服務電話：03-822-5144 轉 584、585
花蓮縣家庭教育中心	花蓮市達固湖灣大路一號	諮詢專線：4128185 (手機請加 02) 中心電話：03-842-2860
門諾醫院 自費心理諮商聯合門診	花蓮市民權路 44 號	服務電話：03-8241234 自費心理諮商服務
花蓮縣諮商心理師公會	花蓮縣壽豐鄉志學村志學新邨 202-3 號	服務電話：0910-329557 自費心理諮商服務
秘密花園心理諮商所	花蓮縣吉安鄉仁里村仁里五街 146 號	服務電話： 0918-096-864 自費心理諮商服務
昔日如今心理諮商所	花蓮市民有里花崗 62 號 4 樓-1	服務電話：03-8335110 自費心理諮商服務
睿翔心理治療所	花蓮市中美一街 31 號 3 樓-2	服務電話： 0918-096-864 自費心理諮商服務



三、電話及線上心理諮詢資源

服務提供單位	聯繫方式
衛生福利部安心專線 【24 小時電話諮詢服務】	服務專線：1925(依舊愛我)
生命線 【24 小時電話諮詢服務】	服務專線：1995(要救救我)
保護專線 113 【24 小時電話諮詢服務】	家庭暴力、性侵害、性騷擾的問題或困擾，或是兒童、少年、老人、身心障礙者受到身心虐待、疏忽、遺棄，皆可撥打。
財團法人張老師基金會	服務專線：1980(依舊幫你) 提供電話及網路輔導。
法鼓山關懷生命專線	服務專線：(02)2311-8585 時間:每週一至週五 09:00~17:00
內政部男性關懷專線	服務專線：0800-013-999 時間:每週一至週日 09:00~22:00 提供男性面對家庭問題時之諮詢與輔導，包括「夫妻關係」、「親子教養」以及其他親屬之相處與溝通障礙，或因前述現象引發之家庭暴力事件等狀況。

圖書館報告

- 一、本館現有各類圖書與視聽資料 38,147 冊，報紙 4 種，期刊 119 種。同學借書請攜帶學生證至服務台辦理，每次可借圖書 3 冊，借期 2 週。
- 二、本館開放時間如下，歡迎家長到館，並請鼓勵孩子多加利用：週一至週五 08：00 ~ 12：20，13:00~16:30。
- 三、圖書館新購圖書雜誌陸續上架中，歡迎全校師生多多利用。詳細書單請至圖書館頁面：<https://library.hlis.hlc.edu.tw/webopac/>，於「新書通報」項下查詢。
- 四、114 年資訊及科技教育司推動數位學習，製作「中小學數位學習發展趨勢與精進方案推動家長參與」影片，以提升家長對於數位學習的了解，消除家長對於數位學習的疑惑。歡迎各位家長觀看，網址 <https://reurl.cc/EQ0G1K>。
- 五、教育部擬定【中小學使用生成式人工智慧注意事項-家長版】與【家長數位學習知能指引】，可於教育部推動中小學數位學習精進方案入口網資料下載，或最新公告中查看（網址：<https://reurl.cc/IYWvrY>）
- 六、充實學習歷程，鼓勵同學投稿全國高級中等學校閱讀心得語小論文寫作比賽。
 - 1.閱讀心得
投稿時間：114 年 9 月 1 日(一)至 10 月 9 日(四)中午 12 時止。
115 年 2 月 1 日(日)至 3 月 10 日(二)中午 12 時止。
 - 2.小論文
投稿時間：114 年 9 月 1 日(一)至 10 月 15 日(三)中午 12 時止。
115 年 2 月 1 日(日)至 3 月 13 日(五)中午 12 時止。
 - 3.請家長多鼓勵孩子投稿，詳情請參見：<https://www.shs.edu.tw/>。
- 七、圖書館每學期辦理圖書館週比賽，活動內容有花工少年選書師、閱讀心得、圖文攝影寫作比賽（11~12 月，與 3~4 月），歡迎家長鼓勵孩子參與。
- 八、為鼓勵學生踴躍借閱圖書、親近書香，藉以開拓個人視野，辦理「圖書借閱排行榜」比賽，歡迎家長鼓勵子女踴躍參加。
- 九、為擴大圖書館服務功能，提升服務品質，並增進學生瞭解及利用圖書館之能力，徵求圖書館學生志工，服務優良頒發志工服務證書。
- 十、圖書館將辦理各類書展、贈書展、圖書館週成果展等，不定期免費贈書。
- 十一、本館建置「行動圖書館」，學生可掃描 QR CODE 下載 APP，依學生學號登入後即可利用手機、平板進行各式圖書查詢、個人借閱狀況，若操作上有問題，可至圖書館詢問。



	
IOS 系統	Android 系統

柒、家庭教育選文

「我為孩子好，孩子為什麼不理解？」經營親子關係，從學習愛自己開始

撰文/林家暉（台中分事務所 社工師）

在服務許多家庭時，我們觀察到家長想對孩子表達關心，但常忍不住就發了脾氣，常常會覺得「我為孩子好，但為什麼孩子都不聽？」

這樣的次數一多，家長便容易感到挫折無力、失落難過，這些感受的背後其實是對孩子的愛及關心。然而，教養往往充滿挑戰，也並非一方的付出，就能得到好的回饋。成為「獨立」的家長，和孩子保有各自生活界限。

經歷相同挫折的家長們分享如何將心態轉變：開始練習自己和孩子保有各自的生活，也試著不要過度擔心孩子、並試著去接受有些經驗對孩子而言是必要的歷練，在親子關係中若因為擔憂而太過努力反而會讓彼此很累，應該要適度回到自己身上。

專家表示，好的親子教養經歷，必須能夠彼此產生共鳴、同時感到被理解及支持，也透過團體學習到先照顧自我情緒，才有好的狀態進行親子溝通，進行親子互動時**多些同理及支持、少責罵或高壓手段**，更利於維持親子關係、陪伴孩子度過生命中的大小事。



5 個策略，正向回應孩子前先照顧好自己

Min 職能治療師

本文摘錄自 <https://minandmindfulness.com/aboutmin/>

當自己把焦慮投射到孩子時，過多的擔憂會影響對孩子的話語、行為表現，接著親子衝突不斷發生時，這時候家長們需要暫停一下，重新審視自己的內心，才能有雙贏的親子關係。提供以下這五個小技巧，藉此提高親子間舒心、有品質的互動及關係培養。

1.呼吸(正念呼吸)	呼吸，讓身體慢下來，可以讓心做出更好的回應。
	<p>作法</p> <ul style="list-style-type: none">● 找個舒適的位置坐下，可盤坐或雙腳踩地，背部挺直。● 可以閉眼，或視線低垂在一個地方。● 一開始不急著找呼吸，可以感受一下身體的感覺。● 將手放在腹部，感受呼吸的起伏。 <p>心法</p> <ul style="list-style-type: none">● 想像式：熱巧克力式呼吸，深呼吸不吹破奶泡，讓自己呼吸速度放慢，「徐緩而長的呼氣是平靜情緒的關鍵」。● 幫自己的思緒與分心貼標籤，「這是想法」、「這是焦慮」... 貼完標籤就重新回到呼吸上！
2.承認、肯定、允許	接受不適的情緒，是情緒調節的秘方。
	<p>作法</p> <ul style="list-style-type: none">● 承認：要先覺察、發現自己的情緒，並標註他。「我現在覺得很焦慮」、「現在感到心跳加速，快生氣了..」。● 肯定：尊重你的感受，這些感覺都有道理(原因)！「忙碌下班後還要幫小孩準備晚餐，難怪我這麼累、易怒」● 允許：允許自己可以以任何方式抒發感受。「做父母真的心很累」、「我有權力可以抱怨吧」允許自己氣餒，結束後再以和善面對孩子。 <p>心法</p> <ul style="list-style-type: none">● 「焦慮/憤怒/悲傷，不是我的敵人，我允許他們存在，接受這些不適感。」

3.允許放下後，解決問題	知道自己的焦慮後，中立客觀的處理他！
	<p>可以試著這麼想：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 預期擔憂→接受、調整 「小孩會不會進校門就開始哭？」→「剛上學應該要時間適應，幼稚園就需要花時間了，再多陪他練習一下。」 ● 焦慮→相信自己/小孩 「他學習跟不上怎麼辦？」→「入小的銜接都已經安排好了，就看看小學會怎樣吧！」 ● 焦慮→問題解決 「光整理書包都有問題了，忘東忘西的，老師會很頭痛吧？」 →「也許該找一些方式協助他獨立完成一些例行事項」
4.為自己做一件事	從小事開始，重新建立「自我優先」的價值
	<p>作法</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 即使生活中需要照顧他人，照顧自己仍不容忽略！ ● 選一件「我一定做得到的事」開始，時間不用長。 ● 適時地說「不」，是對自己的慈悲。 <p>★滋養活動清單：早晨好好品味一杯咖啡、正念練習(冥想)2分鐘、好好的上妝、好好的哭一場、享受一次的洗澡、讀幾頁的書、聽音樂、單純的散步.....</p>
5.自我慈愛、修復自己	不用當完美父母，記得對自己寬容。
	<p>作法</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 將一隻手放在心上(感受自己)，告訴自己：「挫折是可以的，犯錯也沒關係，不懂也無所謂。即使外在仍然辛苦，但我的內在依舊良善。」(自我安撫、鼓勵) ● 偶有挫折、沮喪，但別忘了為自己留一點空間，「剛才情緒失控的我不是原本的我」(允許、接受) ● 「最好的父母不是不犯錯，而是懂得修復」跟孩子道歉前，先發現自己累了，需要休息！

我們與他人的關係取決於我們與自己的關係，親子關係也是！
 照顧自己就是最好的練習，日常中建立照顧自己的習慣，
 心的空間是我們的避風港。



脫口而出的質問式語言，常是關係中的隱形殺手

作者：陳志恆（諮商心理師）

也許你不知道，日常生活中時常使用的說話方式，有時候是破壞關係品質的殺手，特別是在越親近的家人或伴侶之間。

有位母親剛在廚房裡忙完，走到客廳的沙發上休息片刻，才坐下來，見一旁念國中的兒子正目不轉睛地看著電視。她向兒子開口說道：「孩子，你怎麼不去幫我倒杯水呢？」

孩子應了聲：「噢！」，離開座位去弄了杯水遞給媽媽，臉上的表情不是很愉悅。

母親心想，我整個早上忙進忙出，你在那邊翹二郎腿看電視，請你倒個水給我，還給我擺臭臉。她忍不住念了孩子說：

「你怎麼都不能體諒一下你媽媽的辛苦呢？」

「好啦！我知道了啦！」孩子不耐煩地回應。

母親聽了更不開心：「你難道就不能口氣好一點嗎？我是你媽，不是妳家傭人，好嗎？」「好啦！我說我知道了嘛！我沒有那個意思啦！」

這是一段令母子雙方都感到洩氣的親子互動片刻，卻是經常在家中上演的戲碼。

不過就是媽媽請兒子倒杯水，問題出在哪裡呢？

我們不難發現，這位母親對孩子說出的話語中，有一些共同的模式，裡頭常是「**怎麼沒有……？」**、「**為什麼不……？」**、「**怎麼不會……？」**、「**難道不能……？」**的句型結構。這是一種典型的「**質問式**」句型，語句中帶有否定的字眼，並以問號做為結束。

常見的包括：

「離開時怎麼都不關門？」

「你為什麼沒有順道幫我帶點東西？」

「你怎麼沒有找我一起去？」

「你難道不能體諒我一下嗎？」

「怎麼沒有先跟我說一聲？」

大多數的人聽到這樣的話語，心裡都是不舒服的。因為其中帶有濃厚的指責與否定意味，不是指出了我們沒有做到的事情，就是貶抑了我們的人格與形象。

言者無心，聽者有意。說話的人不一定有意要指責或否定對方，通常只是在傳遞出一份請求。像是前述例子中的母親對孩子說：「你怎麼不去幫我倒杯水呢？」，真正的想傳達的，是請孩子幫忙倒杯水，希望孩子展現體貼，而不是真的想知道孩子不去倒水的原因。

只是，聽在孩子的耳裡，他感受到的是被母親責難：「我不夠體貼，我不是個乖孩子！」，自然會產生防衛心態。

如果孩子直覺地回應：「妳又沒說妳渴了，我怎麼會知道？」接下來，免不了的是更加針鋒相對的場景。

如果，換個說法，直接表達自己的期待，或許就可以避免接下來關係的緊張甚至衝突。例如：「孩子，我好累，有點渴了。請你幫我倒杯水來，好嗎？」這便是直接請求，兒子應該會很樂意為母親效勞的。

當我們說出質問式的語言時，表面上似乎是要對方解釋沒做到某事的原因，事實上，我們一點都不想知道為什麼。我們真正在意的是對方沒有做到我們期待中的事情，我們希望他能夠做到。而當對方想方設法努力地解釋時，卻發現我們根本不在意，不想聽，這往往令對方感到十分惱怒！

有個孩子某天晚了點回到家，父親劈頭就問：「你怎麼不早點回家呢？」

「我也想呀！但是今天放學比較晚，公車錯過了一班，等下一班花了很多時間，路上又堵車，所以比平常還晚了一點。」孩子認真解釋道。

「那你怎麼不先打個電話回家呢？你難道不知道我們很擔心嗎？」父親接著問。

「我也想呀！不過我的手機剛好沒有電了。」

「你怎麼不保留點手機電力用在緊急時刻，你難道不知道這樣很危險嗎？」

孩子發現父親表面上是在問自己晚回家、沒先打電話的原因，事實上根本不在意自己說了什麼，從頭到尾只感覺到被指責而已，似乎自己的所作所為都很愚蠢。

如果不在乎原因，又何必問呢？

質問式的語言在關係中最大的破壞力，其實是傳達出對對方能力的不信任。

我們很容易將對方的質問式語言解釋成：「你根本就不相信我能做得到！」、「你就是質疑我的能力呀！」、「你一定覺得我欠缺這方面的能力吧！」於是我們回應對方的語氣也不會太好。

如果，我們本來就擔心自己的能力不足，不相信自己可以做得好；如果，這是一直以來我們極力隱藏，不想被知道，不想被看透的部分，一旦被揭露，情何以堪？

於是，使用質問式語言，一個不小心，就會掀開了對方的自卑之處。在防衛心理驅使下，對方要不是不想接續這個話題，不然就是使用更強烈的攻擊性字眼回應，這場對話鐵定不歡而散。

每個人都希望受到尊重，被他人喜愛；沒有人天生喜歡在別人眼中有著惡劣的形象。然而，質問式的語言卻容易傳遞出一種貶抑與負面評價，而戳中了人們往往最在意的自我價值感。

我們活在關係中，也活在他人眼中。雖然不需要過份在意他人的觀感，但也不能對別人的評價絲毫不予理會，做自己與我行我素之間經常只有一線之隔。

相對地，我們也要能夠體會他人時時在意如何受到評價的心情。當口中的話語在脫口而出之前，請先想想自己的起心動念是什麼。

如果，你只是希望對方做出某些行為，請直接提出請求吧！

「請你下次早點回來！」

「請你記得來找我前先跟我聯絡。」

「請你順道幫我買樣東西。」

如果，你確實想知道對方沒做到的原因，也直接開口詢問吧！

「我看到你今天的心情不太好，可以告訴我發生什麼事嗎？」

「你的成績最近有點退步了，可以告訴我原因嗎？」

「兩個會議的時間撞期了，我想知道當時是如何協調的。」

當然，知道原因之後，你也得與對方討論解決方案。

明確傳遞內在意圖，少用質問式語言，讓關係更親近。



親職好書分享 《讀懂孩子內心話》

作者：郭葉珍

讀懂孩子，自然無話不談



「怎麼辦？我兒子才高中，就已經是躺平族了，明明能力可以，卻不肯努力。」

面對叛逆期的青少年，家長們總是希望孩子再努力一些，為未來再多讀一點，但偏偏孩子的表現總是不如父母意，反而因過度的管教產生親子衝突。

本書作者郭葉珍女士以自己的親職經驗著筆，分享如何與子女相處與溝通的技巧。

在書中第一章裡提到，既然是聊天，就好好聊、用心聊，而不是說要聊天，卻在講問題或敷衍應付，這樣才會讓孩子覺得和爸媽在一起是有趣的。聊天中也要讓孩子感覺到被愛，滿足到他們的自尊。平常十次舒舒服服的聊天，真的有一次要談問題，孩子也比較不會認為爸媽在找碴。家長可以做的就是等待，願意慢慢聽孩子說，不幫他把話講完，也不反駁他，於是我兒子就有機會好好練習說話，不會卡卡講不出完整的內心話。

本書第二章「包容，陪孩子走過低谷」談到導致過度使用網路的原因，談到我如何讀懂並接納孩子的情緒、接住受挫、壓力大的孩子，以溫和、耐心、慈悲、重複的態度陪伴孩子戒癮，也談到有哪些看似安慰的話其實是地雷不能踩，以免孩子不敢或不願意再說出內心話。

在本書第三章「放手，引導孩子長大」談到他們這些職能是如何從小養成的。其中最值得一提的，是我相當願意放手讓他們嘗試，不怕他們繞遠路，理解親身經歷也是成長的重要環節。

作者提到自己花在兒女身上的只有三分力，孩子不喜歡聽訓，我不會刻意教他們什麼，而是在和兒女聊著生活中的大小事，或是談起共同追的劇時，在彼此都很放鬆之下，傳達我認為重要的觀念。其他的七分力，我則放在自己身上。透過我自己冒險、嘗試、失敗、傷心、重新爬起來的歷程，透過我尋求兒女支持與安慰的過程，他們學到失敗不可恥，也知道可以傷心，但傷心完要如何爬起來的態度與方法。

期待你看完《讀懂孩子內心話》以後，和孩子無話不談，輕鬆相伴。

捌、政令宣導

一、學生生涯輔導網

身處在這個變遷快速的時代，要能支持孩子築夢踏實，父母對「生涯發展」具有全方位的宏觀視野，更顯得重要！您可以透過「學生生涯輔導網」，陪伴孩子探索自己，學做決策，成為人生路上的踏實築夢者。

小明(16Y)
我不知道我的興趣在哪，怎麼辦？

掃描
看回答

小明爸(45Y)
我不贊成孩子選的課，怎麼辦？

掃描
看回答

教育部國民及學前教育署
學生生涯輔導網
https://career.cloud.ncnu.edu.tw


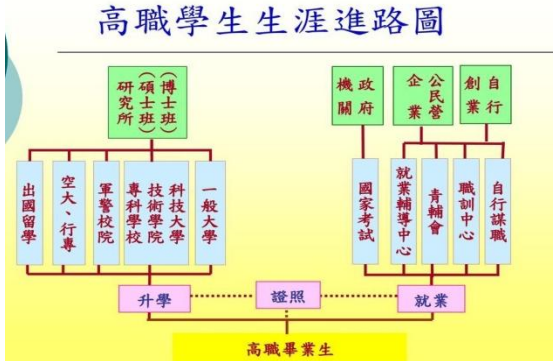
- 專為國高中學生及家長、教師設置
- 超過100題高中生常見生涯輔導Q&A
- 全國大學營隊資訊傳送門，請進！
- 連結多元資源，陪你找尋未來方向

- 認識我自己
- 我是國中生
- 認識高中職
- 認識大專校院
- 認識產業職場
- 生涯問鮮Q&A

國立中興大學附屬臺中高級農業職業學校 承辦

二、技專校院招生資訊網

四技二專，為技術型高級中等學校畢業生主要升學進路。主要入學方式包含甄選入學、聯合登記分發、技優入學、科技校院繁星計畫及單獨招生等多元入學管道。此外，近年各科技校院更開設產學攜手合作計畫專班、雙軌訓練旗艦計畫專班、產學訓專班等產學合作班，除了與產業接軌，提供學生實習機會，更可讓學生紮實技術，培養完全就業的能力。相關訊息，歡迎點選「技專校院招生資訊網」一探究竟。

技專校院招生資訊網	高職學生 生涯進路圖
	

三、悠遊網路不迷惘

虛擬的網路世界，正如影隨形地融入青少年日常生活。在這無邊際的世界中悠遊，家長不免擔心青少年被網路陷阱與誘惑迷惘的片刻。以下針對「青少年網路使用習慣」、「網路兒少性剝削」、「網路霸凌」以及「求助資源」主題，提供衛教資訊，請家長們參考：

三-1 網路使用習慣檢測

青少年對於自己是否「迷網」的定義，似乎總與家長的解釋不同。透過「衛生福利部心理健康司網站」及「心快活心理健康學習平台」，提供家長與青少年一個具公信力的網路使用習慣檢核表，讓青少年與家長，能共同探討與面對青少年的網路使用習慣。

衛生福利部心理健康司 網路使用習慣自我篩檢量表 CIAS-4		心快活心理健康學習平台 網路使用習慣量表 CIAS-10	
--------------------------------------	---	------------------------------------	---

三-2 網路兒少性剝削—私密照外流

在數位時代，只要有一個能上網的數位載具與鏡頭，就藉由偷拐搶騙各種方式，取得他人的性私密影像，放在虛擬世界中永遠上架販售。被害人失去了決定自己身體的權利，甚至永遠不知道加害者是誰。

以下提供網路性別暴力防治相關宣導訊息，促進家長與青少年對「兒少性剝削-私密照外流」議題的了解，並了解分享私密照的法律責任，更能保護與幫助他人。

防治數位性別暴力 - 「五不四要」	
<p>5不</p> <ul style="list-style-type: none"> 不違反意願：不可強迫他人拍攝或傳送影像 不聽從自拍：不要聽從引誘拍攝自己的影像 不倉促傳訊：傳送訊息及影像前應再三確認 不轉寄私照：收到他人私密照，轉傳即違法 不取笑被害：取笑或檢討被害人是更大傷害 <p>就是5件不要做的事</p>	<p>4要</p> <ul style="list-style-type: none"> 要告訴師長：比起獨自面對，師長可提供更多協助 要截圖存證：有明確的證據，有效將歹徒繩之以法 要記得報警 110：不只為了自己，避免更多無辜者受害 要檢舉對方：就算是假帳號，讓管理者依規定處理 <p>若真的不小心在網路上遇到騷擾或威脅，你可以透過「4要」來尋求協助</p>
教育部數位/網路性別暴力防治宣導	衛福部保護服務司-分享照片很有事
	

三-3 網路霸凌介紹與相關求助資源

網路霸凌是藉由資訊和通訊科技進行個人或團體的蓄意、重複和惡意行為，目的是傷害他人。——比爾·貝斯 Bill Belsey，2007。

網路霸凌是一種隱蔽的精神霸凌方式，家長若更了解網路霸凌的形式，更能陪伴青少年面對與處理網路霸凌。

教育部防治校園霸凌專區 遠離網路霸凌(家長版)	婦幼警察隊 網路霸凌認識與預防	求助專線														
		<table border="1"> <thead> <tr> <th>單位</th> <th>電話</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>▶ 警察局</td> <td>110</td> </tr> <tr> <td>▶ 全國婦幼保護專線</td> <td>113</td> </tr> <tr> <td>▶ 人本基金會</td> <td>(02)2367-0151</td> </tr> <tr> <td>▶ 兒福聯盟</td> <td>(02)2550-5959</td> </tr> <tr> <td>▶ 警察局保護少年專線</td> <td>0800-059-595</td> </tr> <tr> <td>▶ 教育部反霸凌專線</td> <td>0800-200-885</td> </tr> </tbody> </table>	單位	電話	▶ 警察局	110	▶ 全國婦幼保護專線	113	▶ 人本基金會	(02)2367-0151	▶ 兒福聯盟	(02)2550-5959	▶ 警察局保護少年專線	0800-059-595	▶ 教育部反霸凌專線	0800-200-885
單位	電話															
▶ 警察局	110															
▶ 全國婦幼保護專線	113															
▶ 人本基金會	(02)2367-0151															
▶ 兒福聯盟	(02)2550-5959															
▶ 警察局保護少年專線	0800-059-595															
▶ 教育部反霸凌專線	0800-200-885															

雖然有那麼多令人擔心的迷惘，但只要養成好的習慣，就可以把風險降到最低。願大家都能藉著網路世界開啟寬廣的眼界，並有智慧的分辨陷阱，遠離網路世界的潛在危機。

三-4 求助資源

在數位世界闖蕩難免遭遇風險危機，請家長善用以下資源，為孩子網路使用習慣把關：

eliteracy 中小學資訊素養與認知網	網路守護天使	相關參考法條
		
台灣展翅協會 web547 網路無色情檢舉熱線	iWIN 網路內容防護機構	社團法人臺灣憂鬱症 防治協會心情溫度計
		

請記得不管發生什麼事情，鼓勵孩子「勇敢說出來」並一同尋求相關資源協助，一起度過困難。



- 學校學務/輔導處室 相關協助單位與資源

 - 花蓮地區輔導資源一覽表(請參考手冊 P31-32)
 - 撥打 110/113



四、家庭教育暨親職教育宣導

四-1 愛~與你童在:認識兒童權利公約

兒童的幸福需要你我，攜手共進。《兒童權利公約》(Convention on the Rights of the Child, CRC) 是一項有關兒童權利的國際公約，在於保障兒童在公民、經濟、政治、文化和社會中的權利。

兒童是指年齡 18 歲以下的每一個人，透過兒童公約四大原則：「免受歧視權利、兒少最佳利益、生存及發展權利、社會參與權利」，將保障了每個兒童的生存和全面發展，使其免受剝削、虐待或其他不良影響，同時確保兒童有權參與家庭、文化和社交生活。詳細訊息，請參閱 CRC 聯合國兒童權利公約資訊網。



兒童權利公約網站



四-2 消費者保護權益

為保護消費者權益，促進國民消費生活安全，提昇國民消費生活品質，特制定消費者保護法。如有消費糾紛可至行政院消費者保護會或撥 1950 迅速諮詢消費問題。



行政院消費者保護會

玖、附件



114 學年度第一學期行事曆

114-1 花工行事曆

週次	月份	日期							
		日	一	二	三	四	五	六	
國立花蓮高工114學年度第1學期行事曆(草案)									
預計活動內容									
暑假	八月	17	18	19	20	21	22	23	7/10免試入學報到、7/11補考、7/22轉學考、7/16-20第55屆全國技能競賽、7/23-25第三梯次測測即評及發證報名、8/22高二高三全校返校日、8/18-9/12 114學年工科技藝競賽第二階段報名
準備週	八月	24	25	26	27	28	29	30	8/25-26新生始業輔導、8/27(教師)家庭暨生命教育研習、8/29教師研習、校務會議、8/28-9/4全國技術士技能檢定報名、8/29測測即評及發證花工場大考試
第1週	九月	1	2	3	4	5	6		第一次教學研究會週、工場安全教育宣講週、9/1始業式、正式上課、9/3實習處第一次處務會議、友善校園週宣導、第一次導師會議、幹部訓練(第七節)、9/5-9/9 114-1多元選修暨彈性學習加選週、9/1-26 工場安全教育演練
第2週	九月	7	8	9	10	11	12	13	9/8學生轉銜評議會、9/8-26各科工安衛教育常識測驗、9/9高一健康檢查、9/10防災演練、班會、9/10-10/3新生圖書館利用教育、9/13花蓮縣語文競賽
第3週	九月	14	15	16	17	18	19	20	9/17校內小論文研習、反毒宣導、全校月會、9/18輔導工作暨生命教育委員會會議、家庭教育推動小組會議、9/19-30校內小論文競賽、9/19國家防災日防災演練(暫定)
第4週	九月	21	22	23	24	25	26	27	9/22-26 114-1重補修選課、9/24教師節敬師活動、114-1社團老師會議(第五節)、社團活動(第六節)、班級活動(第七節)、9/24-10/7 114學年度工科技藝競賽最後更換選手/指導老師
第5週	十月	28	29	30	1	2	3	4	9/29教師節補假、9/30校內小論文比賽截止、第六屆創意發想暨專題製作競賽開始、10/1社團活動、班會、10/2-3第一次統測模考、10/1-3繳交工安衛教育常識測驗前三名名單、10/3-9重補修開始繳費
第6週	十月	5	6	7	8	9	10	11	10/6中秋節放假、10/6-24各科繳交工安衛創作競賽名單、10/8青年教育與就業儲蓄帳戶方案執行小組會議、演講：吳佳穎/夢的冒險、利他精神、全校月會、10/10全國讀書心得比賽截止、國慶日放假
第7週	十月	12	13	14	15	16	17	18	10/15社團活動、班級閱讀心得寫作1、全國小論文比賽截止、10/16-17第一次期中考、10/16第二次導師會議(8:00)、10/17 A閱讀力講座1、10/18全校親師座談會、重補修正式開課
第8週	十月	19	20	21	22	23	24	25	期中作業檢查週、10/20學習歷程資料上傳、認證開始、10/20高一生命教育電影欣賞及作文競賽開始、10/20-24高一學生學習歷程系統教育訓練、10/22動保講座、班級活動、10/24光復節補假
第9週	十一月	26	27	28	29	30	31	1	第二次教學研究會週、10/27圖書節週開始、10/29社團活動、班級活動、10/29-30學測模考(第一次)、10/27-31高一心理測驗週、10/31親職與家庭教育線上講座(19:00-20:30)
第10週	十一月	2	3	4	5	6	7	8	11/2全國檢定第3梯次學科測試、11/3青年教育與就業儲蓄帳戶方案宣傳及申請開始、11/4、11/6英文單字測驗(高一、高二)、11/5全校工安衛常識測驗比賽、85週年校慶運動會預演、班級活動、11/7 85週年校慶運動會、11/8校慶慶祝大會暨運動會決賽(暫定)
第11週	十一月	9	10	11	12	13	14	15	11/10校慶補假(暫定)、11/12實習處第二次處務會議、演講：三好校園-從人際和諧人生、班會
第12週	十一月	16	17	18	19	20	21	22	11/17-21高二心理測驗週、繳交工安衛創作比賽作品、11/19社團活動、全校月會、11/20中途離校學生輔導小組會議
第13週	十一月	23	24	25	26	27	28	29	11/24-28課後師宣講週、11/26班級閱讀心得寫作2
第14週	十二月	30	1	2	3	4	5	6	12/1圖書館週截止、12/1-2第二次期中考、12/1第三次導師會議(8:00)、12/2 A閱讀力講座2、12/3社團活動、班會、12/4學生穩定就學多元課程1、12/6原住民族語認證考試
第15週	十二月	7	8	9	10	11	12	13	12/8-12自主學習申請週、12/9-12 114學年度工科技藝競賽、12/10原聲再現母語歌唱比賽、班級活動、12/9-10學測模考(第二次)、12/11學生穩定就學多元課程2
第16週	十二月	14	15	16	17	18	19	20	第三次教學研究會週、12/17社團活動、全校月會、12/18學生穩定就學多元課程3、12/18-19原民教師研習、12/19生命教育電影欣賞及作文競賽結束
第17週	十二月	21	22	23	24	25	26	27	12/22-26 114-2多元選修暨彈性時間選課、12/23-24第二次統測模考、12/24花工好聲音6學生歌唱決賽、班級活動、12/25行憲紀念日放假、12/24第六屆創意暨專題製作競賽收件截止
第18週	一月	28	29	30	31	1	2	3	12/31第六屆專題暨創意發想競賽、性平宣導、班級活動、1/1元旦放假、1/2-7專業類科實習報告抽查、1/2公告114-2多元選修暨彈性時間選課結果
第19週	一月	4	5	6	7	8	9	10	1/5-7 114-2多元選修暨彈性時間加選週、1/6-8期末作業抽查、1/7實習處第三次處務會議、社團活動、班級活動、1/8-13工場實習日誌抽查
第20週	一月	11	12	13	14	15	16	17	1/14社團活動、班會、1/16-20期末考、1/17-19學科能力測驗
第21週	一月	18	19	20	21	22	23	24	1/19第四次導師會議(8:00)、1/20休業式、校務會議、1/21-23補課、1/24寒假假期、2/14-22春節假期、2/23開學
圖例說明									

請家長於會後掃描 QR Code，

填寫「親師座談會家長回饋表」。

您的回饋是我們進步的動力！



孩子的成長路上難免會迷惘，
在跌撞的路途上，有你的陪伴就是幸福與肯定。
讓我們帶著愛與鼓勵，感謝彼此的相遇。
祝福孩子找到屬於自己的閃亮生命的亮點。