



學校安全教育系列宣導—交通安全篇



安全教育為十二年國民基本教育課程綱要議題之一，教育部國民及學前教育署以事故傷亡率較高類型，將安全

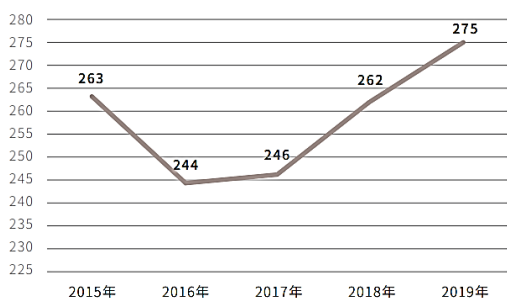
教育分為「交通安全、水域安全、防墜安全、防災安全、食藥安全」等五大主題。除了在課程融入議題之外，也透過學校刊物加強宣導，希望有效讓安全教育推動至全國高級中等學校，降低意外事故傷害，持續將安全教育向下扎根，建立友善校園安全環境。

《交通安全篇》

交通安全教育與其他安全教育不同之處在於，「交通」是每人每天一踏出家門就會面臨的情境，個人稍有不慎，便會危及自身及他人的生命安全。因此，「律己」是非常重要且基本的前提。在高中階段最主要是注意用路人(行人、自行車或機車騎士)的基本知能與安全行為。

行人步行於道路時，應行走於人行道或騎樓，未劃設人行道且無騎樓之道路，應靠邊行走，建議行人應靠路邊且盡量面向來車行

6-17 歲學生無照騎乘機車每十萬人死傷人數



走，因面向來車行走，能讓行人更易於覺察車輛動向。

目前學生通學型態，已從早期以通勤或騎自行車上學為主，逐漸偏向家長機車接送，甚至有愈來愈多的高三同學是騎乘機車或是微型電動二輪車通學。呼籲一定要配戴好合適的安全帽、不要無照騎機車、要有防禦騎乘的觀念、等基本原則。更多資訊請參閱[交通安全入口網](#)



輔導處辦理親職教育講座



輔導處於 12 月 16 日(星期六)下午辦理親職教育講座，主題是《打開親子溝通黃金之鑰》特別邀請到知名作家澤爸(魏瑋志)擔任講師。澤爸他是親職教育講師、Podcast 節目主持人，電視節目、電台廣播、親子雜誌常邀親職教養專家，是一位擁有一子(澤澤)一女(花寶)的爸爸。已出版著作《讓孩子在情緒裡學會愛》、《陪伴你的力量》、《世界愈快，對孩子說話要愈慢》、《引導孩子說出內心話》等。當天共有五十多位家長參與講座，實在難得有這麼多家長願意在假日參加學校活動。

輔導處也很貼心的將演講摘要記錄起來，分享給當天無法參加的師生及家長們參考，讓我們一起學習陪伴高中孩子們成長，促進良好的親子溝通。

1. 促成溝通的根本叫關係，而願意說、願意聽就是好關係的判斷標準。跟高中生對話，不要都只是



聊功課，聊功課的比例要降低一些、念他的比例也要降低一些。試著去了解孩子的興趣、喜歡的偶像跟運動，當父母的要抱持一顆好奇的心，當一個有趣的大人。

2. 你覺得世界上最難溝通的人是誰？通常是長輩，而現在你可能也在慣性傳承，讓孩子覺得你很難溝通。
3. 上對下權威式對話：命令、說服、批評、指責、否定；平等的對話：平等、尊重、好奇、關心。
4. 怎樣算是好的溝通、好的關係？孩子在我們面前是自在的，孩子可以如實呈現自己真實的樣貌。
5. 小孩子被責備時的反應是：是不是我做錯什麼，惹父母不開心？高中生被責備時的反應是：煩死人了！（因為青少年孩子在學著獨立成長，自然不會像小時候這麼多話，但如果他身上都是刺，一定是過去傷痛的累積，可能受傷了、防衛心變重了，如今不想再受傷了。）
6. 大人要察覺自己的情緒火山，思考我的生氣背後是：擔心、焦慮、煩惱孩子的未來，所以大人要先處理大人自己情緒，告訴孩子我的情緒跟感受，喊暫停就先離開，等雙方情緒都穩定了，再來溝通。調節情緒是，情緒火山開一個口，讓情緒岩漿流出來。
7. 抽菸喝酒暴飲暴食—不好；好方法：運動、畫畫、閱讀、聽音樂、訴苦抱怨、好友之間的內在交流。
8. 好的親子溝通三句話：
 - (1) 溝通完，讓孩子覺得我們是願意溝通、能理解他的人嗎？
 - (2) 溝通完，他會喜歡自己，覺得自己是很棒的嗎？
 - (3) 溝通完，我們的關係變得更加緊密與融洽？
9. 當孩子願意跟我們傾訴心情，無論內容對錯，要先傾聽完先照顧心情，要教再教。如果我們不認同他分享的內容，還是可以很肯定他願意分享的

心：謝謝你願意主動跟爸爸說。

10. 高中生可能已經不跟父母擁抱了，但父母可以試著拍肩膀。
11. 太陽式溝通：(1)說話傳遞溫度：愛、關心、肯定、包容、支持、信任、尊重、接納、在乎，以及(2)告訴他：我為什麼要管教你的良善動機。(3)找尋中間值的雙贏辦法。
12. 同理法：單純傾聽與好奇客觀提問，例如：孩子，每次這個老師上課都很多人講話嗎？
13. 反映情感：客觀事實陳述，先連結情感(感受：我的感受、他的感受)，再糾正討論行為(說出期許、創造雙贏)。



管樂隊參加南大 125 周年運動會開幕表演



臺南大學於 16 日歡度 125 週年校慶，特別舉辦運動會、創意展演、慶祝大會等活動。本校管樂隊在王勝美主任及指揮老師孟懷馳帶領下參加開幕進場的樂隊。在開幕活動中，南大更特別邀請海軍陸戰隊樂儀隊進行表演。這次運動會點燃聖火的火炬



手其中一位是我們 312 的田徑高手張勻薰同學，讓現場充滿青春活潑的朝氣與歡樂的氣息。