

高級中等以下學校

# 家庭教育教師手冊

播下健康家庭的種子  
～發出幸福快樂的壯芽

南投縣家庭教育中心

# 主題軸一：家人關係

## 核心內涵 1—瞭解家庭.....

壹、家庭定義與功能.....

貳、家庭型態呈多元.....

參、家庭發展理論—家庭生命週期.....

肆、家庭系統與家人互動.....

伍、健康家庭與家庭韌性.....



# 1. 數一數我的幸福

- 請在一張A4紙上寫下...
  1. 我的家人分布圖，並用線條描述家人關係
  2. 寫下家庭生活的美好經驗



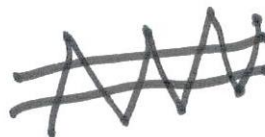
普通  
疏遠



緊密



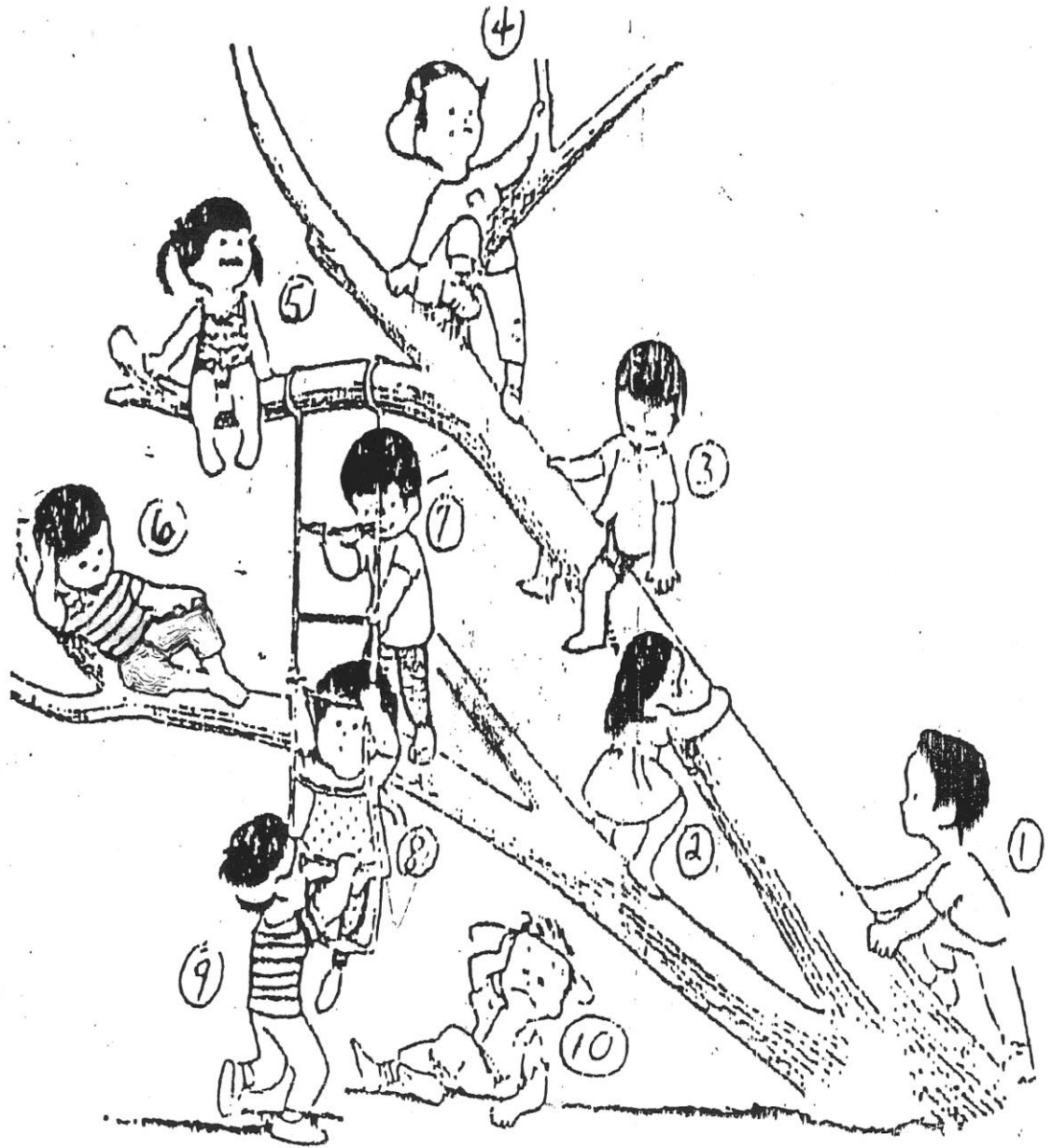
緊張



嚴重衝突

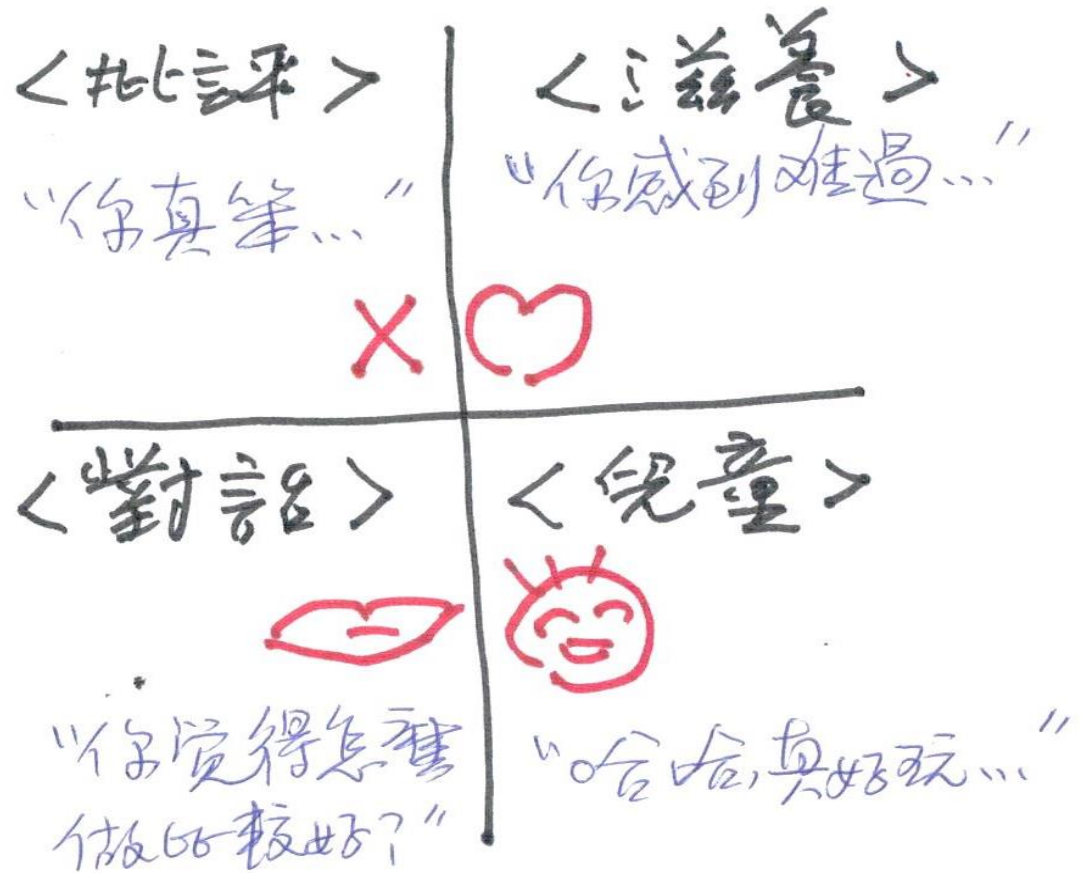
## 2. 家庭圖像

- 右邊1-10的圖像，標記家人的位置
- 敘述家人的各種角色、責任
- 我的責任...



### 3. 家人溝通

- 四個人一組
- 輪流演練四種溝通模式
- 分享經驗
- 綜回歸納



## 4. 學習的家

- 影片觀賞
- 分享觀看心得
- 綜合討論：  
“甚麼是健康家庭?”

