

# 臺北市立瑠公國民中學 111 學年度第二學期親師座談會

## 七年級 輔導 科教學計劃

授課教師：邱曼妮

授課班級：701-706

授課時數：每週一節課

聯繫方式：27261481\*508

課程 目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能對生涯有初步的概念並培養「隨時蒐集生涯資料」的習慣以建立自己的生涯檔案。</li> <li>2. 能透過各項多元智慧體驗活動動探索自己的能力優勢並繼續發展之。</li> <li>3. 了解個體與群體之關係，以正向態度經營人際關係</li> <li>4. 適切表達自己的想法和感受，運用同理心及合宜的人際溝通技巧</li> </ol>
課程 內容	<p>單元一征服學習王國—學習玩家” 登入</p> <p>活動 1 認識學習模式-VARK 活動 2 認識我的學習風格 活動 3 分析我的戰鬥力(一) 活動 4 分析我的戰鬥力(二)</p> <p>單元二征服學習王國--大學習家</p> <p>活動 1 學習玩家阿滴秘笈大公開 活動 2 自主學習真好玩(一) 活動 3 自主學習真好玩(二)</p> <p>單元三生涯檔案製作</p> <p>活動 1 認識生涯檔案 活動 2 檔案封面設計與製作 活動 3 增置個人生涯儀表板資料 (e 化)</p> <p>單元四讓心更靠近--溝通零距離</p> <p>活動 1 溝通 open 講 活動 2 溝通百寶箱(一) 活動 3 溝通百寶箱(二) 活動 4 互動，從心出發</p>
活動 方式	<p>*教師講述 *小組討論 *自我檢視 *個人紀錄 *班級討論與分享 *資料閱讀 *價值澄清 *實作活動</p>
評量 方式	<p>*小組表現 *課堂參與 *分享 *實作 *報告 *互評</p>

輔導老師  
給家長  
的一封信

各位親愛的七年級新生家長：

很榮幸擔任您孩子的輔導老師，對於您的孩子，輔導老師的角色有兩個：第一是每週一節課的輔導活動課老師，第二是學生個別及小團體的心理輔導老師。

我擔任輔導老師已超過十年，亦是兩個孩子的媽媽。對於新世代的孩子，我認為因為父母親給予的關愛多，期待也就更多，而當孩子進入青春期之後，急於「轉大人」及表現自我的特性就很容易讓親子之間產生衝突…若是您對孩子的情緒、成長、學習有任何的疑惑或意見，除了和導師連絡，也歡迎您和我交換意見。

輔導老師 邱曼妮 2023/02/14

電話：27261481 分機 508