

宜蘭縣高級中等以下學校家庭教育課程及活動實施要點

中華民國95年3月14日府教終字第0950031698號函發布

中華民國102年5月13日府教終字第1020074869函修正發布

(原名稱：宜蘭縣各級學校提供家庭教育課程及活動實施要點)

中華民國110年8月3日府教家字第1100000963B號函

一、宜蘭縣政府(以下簡稱本府)為落實家庭教育法第十三條第一項前段規定，特訂定本要點。

二、宜蘭縣轄內各高級中等以下學校(以下簡稱學校)每學年除將家庭教育課程融入正式課程外，並應依本要點規定實施四小時以上家庭教育課程及活動。

三、家庭教育課程及活動規劃之原則：

(一) 共同參與：由學校課程發展委員會根據學校不同需求及辦學特色討論選擇學校施行之課程主題及進行方式，責由教務處主要統籌，其他處室協同執行，全校教職員工共同參與，並於學校行事曆載明。

(二) 廣徵意見：廣徵教師、家長及學生意見，瞭解其需求，並參考教育部、本縣及其他縣市出版的家庭教育課程教案參考彙編，做為學校本位安排家庭教育課程設計的依據。

(三) 適性推展：為使家庭教育課程及活動達到最大成效，實施方式宜多元、彈性、符合終身學習的目標，並以學生經驗為出發點，因學生身心發展、家庭狀況、學校人力、物力之不同而規劃不同主題，以適應家庭生命週期發展需求。

(四) 善用資源：善用學生家長委員會、家長志工團、青少年輔導或社會教育機構等社會資源，施行家庭教育課程及活動。

(五) 親師合作：學校應會同家長會推展親職教育，並用各種方式鼓勵家長踴躍參加，以同步推展「家庭」終身學習的概念，協助學校教育，增進家庭教育課程及活動成效。

四、家庭教育課程及活動實施的方式：

(一) 演講：邀請家庭教育領域學者專家蒞校演講或校內人員擔任。

(二) 座談：議題討論、深度對話及經驗分享。

(三) 辯論：利用議題正反意見論證，澄清問題。

(四) 讀書會：利用短文、繪本、書籍等文字媒介進行閱讀討論與分享。

(五) 影片賞析：利用電影、紀錄片等視訊媒介進行觀後感討論與分享。

- (六) 角色扮演：議題困境解決、家庭角色易位演示等。
- (七) 參觀活動：家庭教育機構或社會資源機構參觀。
- (八) 親子活動：親子營、親子郊遊、親子共學時間，或配合親子節慶舉辦聯誼或趣味活動，並邀請家長參加。
- (九) 其他方式：遠距教學、個案輔導、自學、成長團體等。

五、家庭教育課程及活動實施時間：

- (一) 國小部分：晨間時間、導師時間、朝會、班會、週會、彈性課程、家長會活動或學校日、運動會等學校大型活動及其他時間。
- (二) 國中部分：導師時間、朝會、班會、週會、彈性課程、家長會活動或學校日、運動會等學校大型活動及其他時間。
- (三) 高中職部分：導師時間、朝會、班會、週會、社團時間、家長會活動或學校日、運動會等學校大型活動及其他時間。

六、學校辦理之家庭教育課程及活動之實施內涵應為下列主題：

- (一) 家庭的組成、發展與變化。
- (二) 家人關係與互動。
- (三) 人際互動與親密關係發展。
- (四) 家庭資源管理與消費決策。
- (五) 家庭活動與社區參與。

七、學校規劃實施四小時以上家庭教育課程參考大綱如附表。

八、學生學習評量方式：

- (一) 以學習單、問卷等方式評量：瞭解學生對家庭教育課程及活動的學習成果。
- (二) 績效追蹤評量：在活動過後一段時間，以預擬項目觀察學生的行為表現，或家長提供其子女之行為表現。

九、本要點所需經費，由本府及各級學校編列年度預算或由相關經費項下支應。

十、學校辦理情形考核與獎勵：

- (一) 學校定期考核：於學校課程發展委員會議中，提出推動家庭教育現況之討論，對於待改進處並作追蹤檢視與輔導。
- (二) 召開輔導會議，由有關人員按預定項目實施自我檢核。

(三) 經本府考核辦理家庭教育課程及活動成效良好學校，由本府予以獎勵。

【修正後】

附表：高級中等以下學校家庭教育參考大綱

目 錄

壹、基本理念	1
貳、學習目標	1
參、學習重點（含學習表現與學習內容）與補充說明	1
一、編碼說明	1
二、學習表現、學習內容與補充說明	1
（一）依家庭教育主題軸	2
1/A. 家庭的組成、發展與變化	2
2/B. 家人關係與互動	6
3/C. 人際互動與親密關係發展	13
4/D. 家庭資源管理與消費決策	15
5/E. 家庭活動與社區參與	20
（二）依教育階段	25
1. 國民小學一、二年級	25
2. 國民小學三、四年級	28
3. 國民小學五、六年級	31
4. 國民中學	35
5. 高級中學	40

壹、基本理念

家庭是每個人出生、成長、茁壯、老年安適的生活場所，因此人人都希望擁有幸福與健康的家庭。家庭教育提供所有人學習主動分享與關心家庭成員、提升與家人的互動關係、創造家人共好的生活環境。高級中等以下學校家庭教育的內涵與目標，呼應十二年國民基本教育的「啟發生命潛能」、「陶養生活知能」、「促進生涯發展」、「涵育公民責任」總體課程目標，更是實踐十二年國民基本教育課程「自發」、「互動」、「共好」的重要教育活動，亦是家庭教育法開宗明義的第一條所示「為增進國民家庭生活知能，健全國民身心發展，營造幸福家庭，以建立祥和社會」。

貳、學習目標

- 一、具備探究家庭發展、家庭與社會互動關係及家庭資源管理知能。
- 二、提升積極參與家庭活動的責任感與態度。
- 三、激發創造家人互動共好的意識與責任，提升家庭生活品質。

參、學習重點（含學習表現與學習內容）與補充說明

一、編碼說明

學習重點	第 1 碼：主題軸	第 2 碼：教育階段	第 3 碼：流水號
學習表現	主題軸 1,2,3,4,5	I(國小低年級)、II(國小中年級)、III(國小高年級)、IV(國中)、V(高中)	流水號
學習內容	主題軸 A,B,C,D,E	I(國小低年級)、II(國小中年級)、III(國小高年級)、IV(國中)、V(高中)	流水號

二、學習表現、學習內容與補充說明

依據家庭教育法第十三條「高級中等以下學校每學年應在正式課程外實施四小時以上家庭教育課程及活動；另應會同家長會對學生及其家長、監護人或實際照顧學生之人辦理親職教育」，高級中等以下學校每學年需在正式課程外，提供每一位學生至少 4 小時（即 240 分鐘）的家庭教育課程及活動；又依據十二年國民基本教育課綱，家庭教育為 19 項議題之一，其內容可融入各學習領域或各科目（含生活課程）。因此，本參考大綱提供教師將家庭教育設計為「外加」的家庭教育課程及活動，或設計為「融入」學習領域或科目的參考。據此，家庭教育參考大綱中各項學習表現、學習內容，若可對應的十二年國民基本教育課綱各學習領域或科目，則以括弧標示出可融入該領域之處。

*本參考大綱，以「十二年國民基本教育課綱-家庭教育議題」為藍本。各教育階段皆包含五項主題軸，分別為「家庭的組成、發展與變化」、「家人關係與互動」、「人際互動與親密關係發展」、「家庭資源管理與消費決策」、「家庭活動與社區參與」；據此研發完整的家庭教育學習表現與學習內容，並在加列補充說明。以下依「家庭教育主題軸」及「教育階段」分別列出家庭教育學習表現、學習內容與補充說明。

(一) 依家庭教育主題軸

1/A. 家庭的組成、發展與變化

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
1/A 家庭的組成、發展與變化	國民小學一、二年級	1-I-1 認識家庭成員的姓名、生日、喜好、關係，並能對家庭成員有合宜稱謂。	A-I-1 同住與不同住之家庭成員的姓名、生日、喜好。 A-I-2 同住與不同住之家庭成員的關係及稱謂。 (國語文 Cb-I-1)	1.認識同住與不同住的家庭成員姓名、生日及喜好。 2.了解家庭成員的關係，例如親子、手足、親戚等，進而能對家庭成員有適當的稱謂。
		1-I-2 了解家庭的意義與功能。 (家庭教育議題 E1)	A-I-3 家庭在個人心中的意義。 A-I-4 家庭在個人成長中的功能。	1.了解家庭是家人間分享親密情感、資源、決策、價值，並互相許下承諾的組織。 2.家庭提供個人成長歷程中的情感、教育、保護、經濟、娛樂、宗教等功能，讓家庭成員能健康成長。
	國民小學三、四年級	1-II-1 描繪自己的家庭，並從中探討不同的家庭型態。 (家庭教育議題 E2) (性別平等教育議題 E12)	A-II-1 多樣的家庭型態。 A-II-2 不同地區、不同國家的家庭型態。 (社會 Bc-II-2) (國語文 Cb-II-2)	1.社會中的多樣家庭型態，如雙親家庭、單親家庭、雙薪家庭、三代同堂家庭、隔代家庭、候鳥家庭、繼親家庭等。 2.不同的地區或不同的國家，因為文化或習俗的關係，有不同的家庭型態，例如父系家庭、母系家庭、雙系家庭等。
1-II-2 了解家庭生活儀典，並能參與家庭儀典活動。 (綜合 3c-II-1)		A-II-3 家庭的生活儀典，及家庭生活儀典的傳承與改變。 (綜合 Cc-II-2) (國語文 Cb-II-1) A-II-4 家庭儀典的參與。 (綜合 Cc-II-1)	1.家庭的生活儀典包括慶典、節日中的飲食、衣著、儀式等；家庭生活儀典有些代代相傳，而有些會因著社會變遷而改變。 2.透過參與家庭儀典，熟悉家庭儀典及家庭的文化傳承。	

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
	國民小學五、六年級	1-III-1 了解家庭成員的身心發展，並正向看待家庭成員。 (綜合 1a-III-1)	A-III-1 家庭成員的身心發展。 A-III-2 對家庭成員身心發展的正向態度。 (綜合 Aa-III-1)	1.家庭成員的身心發展，包含生理(如:五官長相、身高、體重、膚色)及心理(如:心智、情緒、能力)等。 2.家庭成員的身心發展，不只是增加或提升，也有可能是衰退，無論是提升或衰退應以正向態度面對。
		1-III-2 覺察家庭轉變，並以正向的態度面對。	A-III-3 家庭中可預期與不可預期的轉變。 A-III-4 健康、正向的處理家庭變化所帶來的感受。	1.家庭的轉變包括可預期與不可預期的。可預期的家庭轉變，包括結婚、子女出生、就學、進入青春、退休等；而不可預期的家庭轉變，通常對家庭的衝擊較大，例如天然災害(如颱風、地震)、火災、父母離婚、父母失業、家人發生意外等。 2.可預期或不可預期的轉變，都可能給家庭帶來衝擊與壓力，以健康、正向態度面對家庭改變所產生的壓力或挑戰。
		1-III-3 了解族群文化，並分析其對個人與家庭發展的影響。 (家庭教育議題 E2) (多元文化教育議題 E6) (社會 2b-III-2) (綜合 3c-III-1)	A-III-5 不同族群的家庭文化與傳統。 (綜合 Cc-III-3)(綜合 Cc-III-4) (社會 Bc-III-1) A-III-6 不同族群家庭文化對個人及家庭的影響。	1.不同族群的家庭生活中，有不同的家庭儀典與習俗，形成了家庭文化。例如春節、清明節、端午節、中秋節、萬聖節、感恩節、聖誕節等節日的慶賀方式；婚喪、生育等的慣用習俗等。 2.不同族群文化的家庭儀典與習俗所具有的獨特意義，例如華人的春節意味家人團聚及新的一年將開始；西方人的感恩節，意味感謝上帝賜予年度豐收的祝福。家庭文化影響著個人的家庭觀念與家庭的凝聚。

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
	國民中學	1-IV-1 了解家庭發展歷程，並能解析各發展階段的分期。 (家庭教育議題 J1) (綜合 1b-IV-1)	A-IV-1 家庭發展階段的區分。 A-IV-2 家庭各發展階段的內涵與歷程。 (家政 Db-IV-2)	<p>1.家庭發展歷程是指一個家庭從建立、蓬勃發展到終止的過程，並由家庭發展歷程更瞭解家庭史。依據 Duvall 與 Hill (1986) 將家庭生活發展分為三期共八階段：</p> <p>(1)家庭建立期</p> <p>①第一階段(建立階段)：新婚無子女</p> <p>(2)家庭擴展期</p> <p>②第二階段(初為父母階段)：家中有新生兒~未滿3歲</p> <p>③第三階段(子女學前階段)：最大子女滿3歲~未滿6歲</p> <p>④第四階段(子女學齡階段)：最大子女滿6歲~未滿12歲</p> <p>⑤第五階段(子女青少年階段)：最大子女滿12歲~未滿20歲</p> <p>(3)家庭收縮期</p> <p>⑥第六階段(子女送出階段)：子女陸續遷出家中</p> <p>⑦第七階段(中年父母階段)：子女全部遷出，進入空巢階段</p> <p>⑧第八階段(退休階段)：生計負擔者退休至二老去世</p> <p>2.多數家庭的發展會經歷八個階段，但也可能因家庭的生育狀況、婚姻狀況而有所不同，家庭不必</p>

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				然經歷這八階段。
		1-IV-2 了解社會與自然環境，及其對個人及家庭的影響。 (家庭教育議題 J2) (國語文 5-IV-5)	A-IV-3 個人及家庭生活脈絡中的社會環境、自然環境。 A-IV-4 社會環境、自然環境對個人及家庭的影響。	1.社會環境包括文化、習俗、價值、政策、教育、經濟、科技、戰爭等，而自然環境包括自然資源、天候、天然災害等。 2.社會與自然環境和個人與家庭的發展息息相關。例如科技的進步，為人們帶來便利的生活；而經濟衰退、通貨膨脹等可能導致家人失業，對個人及家庭帶來負面衝擊。
	高級中學	1-V-1 了解家庭系統的內涵與運作。 (家庭教育議題 U1) (家政 4b-V-2)	A-V-1 家庭系統的基本概念。 (家政 Db-V-2) A-V-2 家庭組成與家庭系統運作。 (家政 Db-V-2)	1.從系統觀點看家庭，家庭成員因互動而形成系統。在家庭系統內個人因為與他人關係不同而形成許多角色，如丈夫同時也是祖父、父親、哥哥等，因著這些角色的互動產生了許多次系統，如夫妻次系統、親子次系統、手足次系統、代間次系統等。 2.家庭次系統的互動影響個人的成長，如夫妻次系統的衝突，影響親子次系統的親子互動關係，進而影響一個人的成長與發展。 3.比家庭系統更大的系統，稱為超系統，如社會文化、政府政策、生活環境等，不只是影響家庭系統的運作，也影響個人成長與發展。
		1-V-2 剖析社會變遷、經濟發展及人口結構對家庭系統的影響。 (家庭教育議題 U3)	A-V-3 社會變遷、經濟發展及人口結構的基本概念。 A-V-4 社會變遷、經濟發展與人口結構對家庭系統的影響。	1.社會變遷含廣義及狹義的定義，廣義的社會變遷泛指一切社會現象的變化，如器物、制度、價值觀；而狹義的社會變遷則指社會結構的變化，如人口結構的變化。經濟發展包含(1)經濟社會結

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
		(國語文 5-V-3)		構性的轉變，如產業結構、就業結構、社會階層結構、收入分配結構等；(2)經濟社會質的方面的改善，如生活質量改善，生態環境良好等；(3)國民經濟量的增長與擴張等。 2.社會變遷、經濟發展對家庭人口結構、家人互動、家庭經濟等都帶來影響。
		1-V-3 分析家庭發展歷程中的任務及壓力。 (家庭教育議題 U2)	A-V-5 家庭各發展階段的任務、挑戰、壓力與危機。 A-V-6 家庭各發展階段的資源需求。	1.家庭發展的不同階段，須完成不同的發展任務與挑戰，若未能順利達成發展任務，則可能面臨壓力或危機，例如家庭建立期會有婚姻關係的適應與協調、家庭擴展期會有初為父母的適應、家庭收縮期會有中老年夫妻的調整與適應及父母與成年子女代間關係的調整與適應等發展任務。 2.家庭的不同發展階段，有不同的資源需求，例如 (1)建立期：婚姻關係與適應的學習、生育的預備、家人關係建立的學習等資源。 (2)擴展期：新手父母的協助、社區托育服務、學校教育、兒童課後輔導、青少年的社區支持、圖書館、安全的休閒環境等資源。 (3)收縮期：終身學習管道、休閒運動環境、健康醫療機構、社區照顧服務等資源。

2/B. 家人關係與互動

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
2/B 家人關係與互動	國民小學一、二年級	2-I-1 了解家庭中的各種角色與互動。 (家庭教育議題 E5)	B-I-1 家庭成員的各種角色。 B-I-2 家庭成員各種角色的合宜互動。	1.家庭成員有各種角色，如父/母親、祖父/母、兄弟/姊妹等長幼及尊卑角色。 2.與長輩、平輩及晚輩的合宜互動方式。
		2-I-2 理解增進家人關係的方法，並在家庭中實踐。 (家庭教育議題 E7)	B-I-3 增進家人關係的方法。 (國語文 Be-I-2) B-I-4 增進家人關係的行動。	1.主動與家人分享課業學習、同儕相處、師生互動，或是上學/放學途中的觀察與所見所聞等生活經驗。 2.熟悉並實踐「愛家五到運動」或「五種愛之語」，適時表達對家人的關心與愛護。 「愛家五到運動」包含： (1)眼到—相視含情。 (2)耳到—傾聽會意。 (3)口到—鼓勵讚美。 (4)手到—擁抱支持。 (5)心到—關心包容。 「五種愛之語」包含： (1)肯定的語言 (2)精心的時刻 (3)貼心的禮物 (4)服務的行動 (5)身體的接觸
	國民小學三、四年	2-II-1 了解家庭成員的多重角色與責任。 (家庭教育議題 E3) (社會 2c-II-1)	B-II-1 家庭成員的多重角色。 (社會 Aa-II-1) B-II-2 家庭成員多重角色對應的職責。	1.家庭的多重角色包含：家人角色、親屬角色、工作角色、社區角色、社會參與角色等；多重角色不免帶來角色壓力，因此家人之間需要彼此關懷、支持和體諒。

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
	級			<p>2. 家庭成員多重角色對應的職責：</p> <p>(1) 以子女為例：</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 家人角色：兒子/女兒 ② 親屬角色：堂(表)兄弟/堂(表)姊妹 ③ 社區與社會參與角色：志工 <p>(2) 以爸爸/媽媽為例：</p> <ul style="list-style-type: none"> ①① 家人角色：爸爸/媽媽；丈夫/妻子 ②② 親屬角色：舅舅/舅媽；姨丈/阿姨 ③③ 工作角色：主任/老闆 ④④ 社區角色：志工/管理委員會委員 ⑤⑤ 社會參與角色：非營利組織顧問/家庭教育中心志工 <p>3. 家人角色與角色之間互動的行為準則與變遷</p>
		2-II-2 表達對家人的情感支持與關懷。 (家庭教育議題 E7)	B-II-3 由家庭獲得的不同情感支持與關懷。 B-II-4 家人情感支持與關懷的行動。	<p>1. 家人情感支持與關懷的來源與方式：以子女能力所及的方式，表達對家人的愛與關懷。例如說出對家人的感謝或鼓勵、寫卡片、留字條、問候、製作小禮物、觀察家人的作息或身體狀況、觀察並描述家人的特點等。</p> <p>2. 實踐「愛家五到運動」或「五種愛之語」，適時表達對家人的關心與愛護。</p>
		2-II-3 參與家庭活動並與家人分享經驗。	B-II-5 家庭活動的形式、意義與重要性。 B-II-6 與家人分享參與家庭活動經驗的方式。	<p>1. 家庭活動參與包括家庭休閒、家庭共讀、家務工作、家庭購物、家庭運動、家庭儀典、家庭生產活動、家庭參與社區活動、家庭參與學校活動、家庭參與志工活動等，可增進家人情感、凝聚</p>

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				力、親密關係。 2.可規劃「家人精心時刻」分享參與家庭活動的經驗或心得，例如家庭共餐、家人閒暇聊天等方式。
	國民小學五、六年級	2-III-1 實踐兒童在家庭中的角色與責任。 (家庭教育議題 E6)	B-III-1 兒童在家庭中的角色與責任。 (健體 Fa-III-2) B-III-2 兒童的家庭角色與責任實踐。	1.兒童最基本的家庭責任為從自己出發，盡本分地照顧好自己。 2.透過兒童可做到的「對父母有禮貌、參與家務工作、關心體貼父母、友愛兄弟姐妹、保護自己身體健康、注意自身安全、不讓父母操心、謀求自我充分發展、學習與人和諧相處、養成良好習慣、保持端正品德、行為表現合宜有禮、與祖父母建立親密關係」等實踐家庭責任。
		2-III-2 了解並關懷家庭親屬及有照顧需求的親屬。	B-III-3 家庭親屬成員及有照顧需求的人。 B-III-4 家庭親屬的適當關懷行動。	1.家庭親屬包含父母的長輩、平輩、晚輩等親人；而有照顧需求的家人，通常是指幼小的小孩、年歲較大的長輩、生病的人等。 2.了解家庭親屬的年齡、身體狀況、工作、特質、背景、角色等，將可適時展現主動關懷行動。
		2-III-3 了解家庭中可能出現的暴力，並採用適當的方法避免傷害。	B-III-5 家庭暴力的形式。 B-III-6 家庭暴力對個人和家庭的影響。 B-III-7 避免家庭暴力傷害的合宜方法。	1.家庭暴力是指「家庭成員間實施身體或精神上不法侵害之行為」。舉凡警告、嘲弄、辱罵他人之言語及動作、肢體傷害、遺棄、惡意冷漠、濫用親權、限制行動、違反性自主權或製造使人心生畏怖情境之行為。 2.家庭暴力對個人可能產生威脅感、暴怒感、自責感、怨恨感等，進而可能造成身心症狀、退縮行為、暴力攻擊或其他偏差行為；而對家庭可能產

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				<p>生家人關係的疏離、家庭功能無法發揮，而造成家庭壓力或危機。</p> <p>3.經營良好的家人關係，可避免家庭暴力的發生；而遇到家庭暴力，可透過尋求協助，避免受到傷害。</p>
	國民中學	2-IV-1 實踐青少年在家庭中的角色與責任，並適時關懷父母及長輩。 (家庭教育議題 J6)	B-IV-1 青少年的家庭責任。 B-IV-2 青少年家庭角色與責任的實踐方法。 B-IV-3 青少年對父母及長輩的關懷行動。	<p>1.從自我照顧，進而照顧家人，以促進家庭和諧幸福。</p> <p>2.透過青少年可做到的「對父母有禮貌、參與家務工作、關心體貼父母、友愛兄弟姐妹、保護自己身體健康、注意自身安全、不讓父母操心、謀求自我充分發展、學習與人和諧相處、養成良好習慣、保持端正品德、行為表現合適有禮、與祖父母建立親密關係」等實踐家庭責任。</p> <p>3.青少年可透過資訊提供、情感支持、服務行動等實際行動關懷長輩。</p>
		2-IV-2 了解並關懷家庭成員的需求與期待。	B-IV-4 家庭成員的需求與期待。 (家政 Da-IV-2) (國語文 Cb-IV-2) B-IV-5 家庭成員需求與期待的覺察與關懷。	<p>1.每一位家庭成員的需求並不相同，家庭成員間必須學習開誠布公的說出自己的生理、心理、社會需求，並清晰的且具體說出對家庭成員的期待，以增進彼此的了解、接納與支持。</p> <p>2.透過家庭生活互動的觀察，覺察家人的需求與期待，並適時展現關懷。</p>
		2-IV-3 了解青少年與父母的溝通、衝突與因應方式。 (家庭教育議題 J5)	B-IV-6 青少年階段常見的生活困擾成因及影響。 B-IV-7 青少年階段的親子衝突成因與因應	<p>1.常見的青少年生活困擾包含社交生活、學校生活、生活習慣、家庭關係、資源分配、價值觀念；此外，青少年可能因上述因素與家人產生衝突。</p>

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
			方式。	2.親子衝突惡化的最主要原因是親子雙方的負面情緒，因此學習正向溝通、聽與說的技巧，例如「我訊息」、積極傾聽、正向回饋、同理心等，可降低親子衝突。
		2-IV-4 營造與家人分享的家庭生活。 (家庭教育議題 J6)	B-IV-8 家人分享的意涵。 B-IV-9 營造家人分享的策略。	1.家庭中舉凡有形的、無形的家庭資源都可以分享，例如物品、空間、閒暇時間、愛、喜怒哀樂等；透過與家人分享，可以反思是否做到愛家、適時表達對家人的關心與愛護。 2.主動規劃、執行家人共同活動，透過活動分享生活，提升家庭凝聚力。例如規劃家人慶生活動、好書共讀、電影共賞等。
	高級中學	2-V-1 實踐青年在家庭中的角色與責任。 (家庭教育議題 U8) (家政 4c-V-1)	B-V-1 青年的家庭責任。 (家政 Dc-V-1) B-V-2 青年家庭角色與責任的實踐策略。 (家政 Dc-V-2) B-V-3 青年的文化反哺行動。 (家政 Dc-V-1)	1.青年可擔負促進家庭和諧幸福的責任、學習家庭生活的經營，做好建立與經營家庭的準備。 2.透過青年可做到的「對父母有禮貌、參與家務工作、關心體貼父母、友愛兄弟姐妹、保護自己身體健康、注意自身安全、不讓父母操心、謀求自我充分發展、學習與人和諧相處、養成良好習慣、保持端正品德、行為表現合適有禮、與祖父母建立親密關係」等實踐家庭責任。 3.主動與家人分享年輕世代的次文化，例如器物的使用、流行文化、生活價值觀等，做到文化反哺。
		2-V-2 反思並調整自己與家人的互動，建立良好家人關係。	B-V-4 家人日常言語、行為等互動關係對個人與家庭的影響。 B-V-5 健康的家人互動關係。	1.檢視自己與家人日常互動關係中的對話、互動行為等，反思其對個人與家庭的影響，例如「良言一句三冬暖、惡語傷人六月寒」；當發現言語、

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
		(家庭教育議題 U7) (家政 4b-V-2)	(家政 Db-V-2)	行為不當時，當應適時調整。 2.從家庭系統觀點來看，健康家人互動關係包含夫妻、親子、手足、代間等；健康的互動關係方能營造健康的家庭。
		2-V-3 營造健康家庭。	B-V-6 健康家庭的意涵。 B-V-7 健康家庭的經營策略。	1.健康家庭的特質包含「樂於表達與聆聽」、「家人間相互瞭解、接納、支持與讚賞」、「家共同參與家庭活動，分享閒暇時間」、「家人都有成長的機會，彼此成全」、「有效且積極解決危機與衝突」、「珍惜家庭儀式與傳統」、「擁有共同目標」、「共度難忘的時光」等。 2.學習型家庭的營造是健康家庭經營良策。
		2-V-4 分析家庭壓力、危機與韌性，及提升家庭韌性的方法。 (家庭教育議題 U2) (家政 4b-V-1)	B-V-8 家庭壓力、危機與韌性的意涵。 B-V-9 家庭危機處理與因應。 B-V-10 提升家庭韌性的策略。 (家政 Db-V-1)	1.家庭發展的不同階段，會出現不同的發展任務，這些發展任務若無法順利完成，家庭及家庭成員將面臨壓力；若壓力無法解決，壓力的累積就可能形成危機。 2.當嗅到家庭危機發生時，其處理與因應歷程為：「首先要避免危機擴大、其次應迅速解決危機、最後為化家庭危機為家庭轉機」。 3.家庭韌性（family resilience）是指家庭面對挑戰與危機時，忍耐、自我修正與成長的積極過程，也是家庭發揮因應與適應功能的過程，因此不是一靜態結果，而是一動態歷程；而家庭正向信念系統、家庭組織模式、家庭溝通與問題解決是家庭韌性產生的關鍵歷程。

3/C. 人際互動與親密關係發展

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
3/C 人際互動與親密關係發展	國民小學一、二年級	3-I-1 覺察自己的情緒可能對他人產生的影響，並展現合宜的人際禮儀。 (國語文 2-I-3)	C-I-1 情緒對他人的影響。 C-I-2 合宜的人際互動禮儀與技巧。	1.了解自己的情緒會對他人產生影響，例如自己快樂也會讓周遭的人快樂。 2.使用合宜的人際互動禮儀與同儕和成人互動溝通，例如聆聽他人說話、與人分享、遵守活動規則等。
	國民小學三、四年級	3-II-1 覺察個人的正負向情緒，並適切的因應與調整。 (家庭教育議題 E4) (綜合 1d-II-1)	C-II-1 正負向情緒的認識與覺察。 (綜合 Ad-II-1) C-II-2 正負向情緒的因應與調整。 (綜合 Ad-II-2) (健體 Fa-II-3)	1.認識引起正負向情緒的來源，並能辨識正負向情緒；正向情緒，例如快樂、滿足與自信等；負向情緒，例如傷心、害怕、生氣、驚訝與憎惡等。 2. 在各項活動與情境中覺察正負向情緒，運用有效的策略調整情緒，例如以等待、放棄自我的堅持及找到事情的真相等；與他人有爭執時，處理負面情緒的方法。
	國民小學五、六年級	3-III-1 了解不同文化的人際互動禮儀，並展現正向人際互動。 (多元文化教育議題 E5) (綜合 3c-III-1) (國語文 2-III-7)	C-III-1 不同文化的人際互動禮儀、尊重與同理。 (綜合 Cc-III-2)(綜合 Cc-III-4) C-III-2 正向人際互動關係的建立。 (綜合 Ba-III-3) (國語文 Bb-III-1)(國語文 Bb-III-2)	1.不同文化的人際互動禮儀可能不同，如：穿著禮儀、用餐禮儀等，了解並能尊重與同理。 2.與人相處時和諧、誠實、寬容，並多聽各方意見，不以自我為中心，是建立正向人際互動的基礎。
	國民中學	3-IV-1 了解人際交往、親密關係，以及婚姻與家庭等關係的發展。 (家庭教育議題 J4) (綜合 2a-IV-2)	C-IV-1 人際交往的態度與知能。 C-IV-2 親密關係的發展歷程。 (家 Db-IV-3) C-IV-3 婚姻與家庭建立的預備。	1.人際交往是建立在平等、互惠的基礎上。 2.親密關係的發展歷程，一般為經歷初接觸、開始互動、公開情侶關係，最後邁入婚姻等四部曲。 3.婚姻與家庭的建立，必須先裝備自身為成熟獨立的個體、釐清婚姻的意義與進入婚姻的動機與期

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				待、了解不同文化對婚姻與家庭的影響。
		3-IV-2 主動與父母或家人討論愛戀關係。 (家庭教育議題 J3)	C-IV-4 合宜的愛戀關係互動。 (健體 Db-IV-4) C-IV-5 在家庭中，愛戀關係的揭露與討論。	1.個人交友與親密關係發展之合宜態度與調適方式。 2.向家人揭露愛戀關係的目的、時機與揭露內容。向家人揭露愛戀發展關係，一方面可以得到家人的經驗傳承或支持，另一方面也可以獲得家人的保護，尤其是面臨棘手問題時不會孤立無援，例如分手。
	高級中學	3-V-1 探索人生伴侶的選擇。 (家庭教育議題 U4)	C-V-1 人生伴侶的選擇與影響因素。 C-V-2 理想的人生伴侶。	1.人生伴侶選擇的要件，例如生理條件、心理條件、社會條件等；而其影響因素包含家庭、朋友、同事、社會環境、文化價值等。 2.每個人對理想伴侶的期待與想像可能不同。
		3-V-2 澄清婚姻的本質、責任與承諾。	C-V-3 婚姻的意義、功能與變遷。 C-V-4 婚姻的責任與承諾。	1.婚姻的意義雖可從不同的角度分析，但一般而言，是兩個人經由社會或法律認可，承諾在一起共同生活，並滿足親密情感需求的盟約。 2.婚姻有多樣的功能，例如情感的功能、經濟的功能、健康的功能、保護與安全的功能、性生活的功能等。 3.結婚的選擇、婚姻的型態都會隨著社會的變遷而有所改變。 4.婚姻責任與承諾：進入婚姻就有責任維繫婚姻，並對高品質且長久的婚姻做出承諾。
		3-V-3 建構自己的家庭願景。 (家庭教育議題 U5)	C-V-5 家庭角色與婚姻經營。 C-V-6 理想家庭的願景與營造。	1.進入婚姻後，必須要調適伴隨而來的角色改變，例如從單身轉變成雙人行、從兒子/女兒轉變成

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				<p>女婿/媳婦等。婚姻中的衝突與溝通、工作與家庭的平衡、姻親的相處、財務的管理、家務的分工、親子互動關係等，都需要用心經營。</p> <p>2. 建構家庭願景可從建立家庭的核心價值出發，例如從家人的角色與互動關係、家庭生活資源與經營兩大方向思考，可勾勒出未來願景並用心經營。</p>
		3-V-4 了解為人父母的喜悅與壓力。 (家庭教育議題 U6)	C-V-7 生育的價值與喜悅。 C-V-8 養兒育女的壓力與因應。	<p>1. 子女可提供父母的心理滿足(親密情感連繫; 愉悅、滿足與能力感)、提供家庭經濟助益、幫助父母獲得文化認同(傳宗接代與生命延續、社會地位、宗教或道德價值)等價值。</p> <p>2. 養育子女除喜悅外，亦會伴隨著壓力，例如教養壓力(子女養育、親子互動)、親職角色能力與限制(親職能力限制、親職角色限制)、外界環境壓力(社會環境、自然環境)等。親職壓力的因應可從尋求支持資源、正向面對與界定壓力著手。</p>

4/D. 家庭資源管理與消費決策

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
4/D 家庭資源管理與消費	國民小學一、二年	4-I-1 認識成長所需的家庭資源，並珍惜資源。	D-I-1 家庭提供個人成長所需的資源。 D-I-2 家庭資源的有限及珍惜。	1. 個人成長所需要的資源包含生理、心理、知識成長資源。生理成長資源，如食物、房子、衣服、促進身體動作發展的玩具等；心理成長資源，如愛與關心、安全感等；知識成長資源，如圖書、

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
決策	級			<p>電子產品、網路、益智性玩具等。</p> <p>2.引導學生認識資源是有限的，進而抱持珍惜與感念所擁有資源的態度。</p>
		4-I-2 辨識需要與想要。	<p>D-I-3 需要與想要的區別。</p> <p>D-I-4 生活中需要與想要的心理和物品的辨認。</p>	<p>1.需要是維持生活的基本要件，例如基本的生活用品、基本的社交能力、被愛的需求等；而想要常常只是滿足自己的物質優越心態。</p> <p>2.辨認心理需求、各種物品的想要與需要，例如被愛是「需要」，但如果期待父母專寵自己，就是「想要」；吃飽穿暖是「需要」，但如果經常想要吃速食、山珍海味就是「想要」。</p>
		4-I-3 參與個人物品的購買，並合宜使用物品。	<p>D-I-5 與家人討論個人物品的購買。</p> <p>D-I-6 個人物品的合宜使用。</p>	<p>透過參與自己生活物品的購買，例如購買文具用品、學用品等，可以了解金錢使用的概念及其意義，並從消費行為中建立節流、環保與珍惜的觀念。</p>
	國民小學三、四年級	<p>4-II-1 了解家庭資源的意涵，並能察覺家庭資源對個人與家庭的重要性。 (家庭教育議題 E8)</p>	<p>D-II-1 家庭資源的定義與內涵。</p> <p>D-II-2 家庭內外部資源對個人與家庭的重要性。</p>	<p>1.家庭資源是指家庭內外可以協助我們達成目標、維持標準、解決問題的有形及無形資源。</p> <p>2.家庭內外部資源對個人和家庭的重要性： 家庭資源是滿足個人和家人生活需求及創造生活福祉的來源，包含家庭內外部資源： (1)家庭內部資源： 有形：房屋、設備、金錢。 無形：家庭成員的智慧、家庭價值觀、情感、相互支持、時間等。 (2)家庭外部資源：</p>

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				有形：公共設施、政府制度或法規、民間組織。 無形：朋友網絡的支持、社會的核心價值。
		4-II-2 參與家庭消費活動，了解家庭的日常消費。 (家庭教育議題 E9) (數學 n-II-4)	D-II-3 一般家庭的日常消費項目與金額。 D-II-4 家庭消費對家庭、社會和環境的影響。	1.家中日常消費包括「食品、飲料及菸草」、「衣著、鞋襪」、「住宅服務、水電瓦斯及燃料」、「家具設備及家務服務」、「醫療保健」、「運輸交通及通訊」、「休閒、文化及教育消費」、「餐廳及旅館」、「什項消費」等項目及其金額。 2.家庭消費對家庭、社會及環境都會帶來影響，因此必須建立合宜的消費價值觀，並力行計畫消費。
		4-II-3 了解金錢與物品的價值。 (家庭教育議題 E9)	D-II-5 生活中的金錢使用。 D-II-6 金錢與物品的價值。	1.金錢的使用需量入為出，並養成儲蓄的習慣。金錢的使用除使用現金，還可使用手機行動支付、網路刷卡或現場刷卡等方式。 2.金錢與物品都有實質價值與隱藏價值，例如物品金錢價值可能不高，但常是代表著情感、付出、回憶等無價的意涵。
	國民小學五、六年級	4-III-1 了解個人時間與金錢資源的管理原則，並靈活應用。 (數學 d-III-1)	D-III-1 個人時間的管理原則與應用。 D-III-2 個人金錢的管理原則與應用。	1.時間管理原則包含設定目標、擬定時間運用計畫、運用工具記錄時間運用等，並實際應用於生活中。 2.金錢管理原則包含設定目標、擬定金錢運用計畫、運用工具記錄金錢運用等，並實際應用於生活中。
		4-III-2 熟悉個人與家庭資源的運用。	D-III-3 個人與家庭資源的使用方式。 D-III-4 個人與家庭資源的適切運用。	1.家庭資源使用的方式，例如交換（以工作時間來換取金錢、以金錢換取食物）、儲蓄（將錢存入

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
		(綜合 2c-III-1)	(綜合 Bc-III-3)	<p>郵局或銀行)、繳稅等；並檢視家庭資源是否有「無目的的消耗」的情形，例如百貨公司大減價，先買再說，而買了不需要的物品。</p> <p>2.家庭資源的適切運用，必須透過妥善規劃、執行、檢討等，以求有效的運用各種資源滿足家人需求，達成個人、家庭目標。</p>
		4-III-3 分析傳播媒體對個人與家庭消費的影響。 (家庭教育議題 E10) (綜合 2c-III-1)	D-III-5 傳播媒體的識讀。 D-III-6 傳播媒體對個人與家庭消費的影響。 (綜合 Bc-III-2)	<p>1.了解傳播媒體的種類(例如雜誌、網路、電視、廣播等)、特性及解讀媒體的能力。</p> <p>2.傳播媒體對個人與家庭消費的影響，例如名人廣告代言、置入行銷。</p>
	國民中學	4-IV-1 運用家庭資源訂定個人的合理生活目標。 (家庭教育議題 J7)	D-IV-1 個人生活目標的訂定。 D-IV-2 個人生活目標與家庭資源的運用。	<p>1.訂定個人的學習、社交互動、休閒等目標。</p> <p>2.運用家庭中之人力、情感、時間、精力、金錢及產品設備等資源，訂定合理的個人生活目標；當個人的目標與家庭的目標、資源運用衝突時，需進行溝通與協商。</p>
		4-IV-2 探討家庭消費與財物管理策略。 (家庭教育議題 J8)	D-IV-3 家庭消費與財務管理的內涵。 D-IV-4 家庭財務管理策略。	<p>1.不同家庭發展階段的重要家庭消費與財務管理。</p> <p>2.家庭財務管理策略，包含家庭收入規劃、支出管理、居住規劃、購車與旅遊規劃、子女教育規劃、節稅規劃、家庭保險規劃、投資規劃、退休規劃、遺產規劃等內涵。</p>
		4-IV-3 了解家庭資源與運用的相關法規與政策，及其對家庭生活的影響。 (家庭教育議題 J9)	D-IV-5 家庭資源與運用的相關法規與政策。 D-IV-6 個人和家庭資源的相關法規與公共政策對家庭生活的影響。	<p>1.家庭資源與運用的相關法規與政策，例如家庭教育法提供家庭學習資源；性別工作平等法提供育嬰假；幼兒教育及照顧法保障幼兒接受適當教育及照顧之權利；老人福利法提供長者福利及長期</p>

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				<p>照顧服務法提供老人照顧服務；工作生活平衡補助計畫提供工作與生活上的調和。</p> <p>2.個人與家庭資源的相關法規與公共政策對家庭生活的影響，例如學習、家人互動、經濟、照顧等。</p>
	高級中學	4-V-1 運用家庭資源訂定家庭生活目標。 (家庭教育議題 U10)	<p>D-V-1 家庭生活的目標與願景。</p> <p>D-V-2 家庭生活目標與家庭資源的運用。</p> <p>D-V-3 家庭生活與工作的平衡。</p>	<p>1.家庭的短、中、長程目標及願景。</p> <p>2.運用家庭中之人力、時間(含時間銀行)、精力、金錢及科技產品設備等資源，分析家人需求，為家庭訂定家庭生活目標。</p> <p>3.家庭與工作的平衡，包含了解家庭與工作衝突、互益，並降低衝突、提升互益，達成平衡。</p>
		4-V-2 了解家庭理財，並善用科技於家庭財務管理，提升家庭財務管理知能。 (家庭教育議題 U11) (家政 3a-V-2)	<p>D-V-4 家庭理財的相關商品。</p> <p>D-V-5 家庭理財、消費決策與風險管理。 (家政 Ca-V-2)</p> <p>D-V-6 新型態的財務管理與消費。</p>	<p>1.家庭理財商品包含支付型，例如信用卡；投資型，例如外匯、股票、基金、期貨；借貸型，例如貸款。</p> <p>2.家庭理財、消費決策與風險管理，包含理性的消費、良好消費信用、開源節流、確實記帳、規劃與執行預算、風險管理等。</p> <p>3.科技的進步，新型態的財務管理與消費，帶來生活上許多方便性，例如手機行動支付、APP 使用、網路購物等；然應認識網路詐騙，避免落入陷阱。</p>
		4-V-3 分析全球化的消費議題，提升家庭消費決策能力，達成環境永續的目標。	<p>D-V-7 全球化的消費議題。</p> <p>D-V-8 家庭在環境永續中的角色、責任與實踐。</p>	<p>1.新版「聯合國消費者保護指導綱領」中新增「保護易受害及弱勢消費者、促進永續消費模式、保護電子商務消費者、保護消費者隱私和資訊全球</p>

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
		標。 (家庭教育議題 U12) (國際教育議題 U3) (環境教育 U5) (家政 1a-V-2)	(家政 Aa-V-3)	流通」等四項。 2.家庭消費扮演著落實促進地球永續消費模式的重要角色，可從減量消費 (Reduce)、重複使用 (Reuse)、回收再生 (Recycle)、講求經濟 (Economic)、符合生態 (Ecological)、實踐平等 (Equitable) 等，落實家庭在環境永續中的角色。

5/E. 家庭活動與社區參與

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
5/E 家庭活動與社區參與	國民小學一、二年級	5-I-1 建立良好的家庭生活習慣。 (家庭教育議題 E11)	E-I-1 良好家庭生活習慣的意涵。 (生活 E-I-1) E-I-2 自己與家人生活作息的配合。	1.家庭生活中的良好習慣，包含維持自己房間的整潔、準時上下學、按時完成學校作業與整理書包等。 2.了解家人的生活作息，例如睡覺、起床、用餐、上學、上班、休閒等時間，能配合家人的作息；例如配合家人下班到家時間一起用餐。
		5-I-2 參與家務工作。 (家庭教育議題 E11)	E-I-3 家務工作的內容。 E-I-4 家務工作的參與分擔的意義。 E-I-5 簡易物品整理的參與。	1.家務工作包含關愛與照顧家人 (例如生病照顧、起居照顧、接送等)、餐食準備與收拾、環境整理 (例如清理地板、整理房間、客餐廳、衛浴、倒垃圾或資源回收等)、衣物整理 (例如清洗、晾曬、收拾、縫補等)、生活用品採買 (例如購買食物、日常用品等)、家庭各種活動的規劃與安排 (例如休閒活動、節慶活動等)、維修工作 (例如設備維修、照顧植物等)。 2.家務工作參與是家中每一位成員的責任，分擔家

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				<p>務是對家人愛與關懷的表現。</p> <p>3.家中簡易物品整理的方法，例如分類、擺設、收納、丟棄等。</p>
國民小學三、四年級	5-II-1 了解並運用家務工作技巧。 (家庭教育議題 E11)	E-II-1 家務工作的基本操作順序。 E-II-2 家務工作基本工具的運用。		<p>1.家務工作的基本操作順序，例如由上往下、從乾到濕、由內到外。</p> <p>2.家務工作的基本工具使用，例如洗衣機、掃把、拖把、吸塵器等。</p>
	5-II-2 規劃、執行與檢討自己的生活作息安排。 (家庭教育議題 E12)	E-II-3 個人生活作息的規劃與安排。 E-II-4 個人生活作息的執行與檢討。		<p>1.規劃與安排合理的睡眠休息、上學及做功課、閒暇時間（例如運動、上網、遊戲、看電視）等生活作息；尤其要避免用眼過度或是沉迷網路無法自拔。</p> <p>2.執行生活作息安排，並透過檢討與反思，修正執行困難之規劃。</p>
國民小學五、六年級	5-III-1 分析並反思家庭生活中的家務分工。	E-III-1 家務分工的意涵。 E-III-2 符合個人發展的家務分工。		<p>1.個人參與家務工作可學習生活技能、成就感、自主性、正向回饋、分擔家人辛勞、提升生活品質等意義。</p> <p>2.家務分工考量因素，包含年齡、時間、能力、喜好等，並應避免性別刻板的分工。</p>
	5-III-2 了解並善用與家庭生活相關的社區資源。 (家庭教育議題 E13)	E-III-3 與家庭生活相關的社區資源認識。 E-III-4 社區資源的運用。		<p>1.社區中可用資源包含社區人力資源（例如志工、奇人、耆老等）、學習資源（例如學校、圖書館、家庭教育中心等）、社區組織與機構資源（例如人民團體、托育安養機構、社區大學等）、公共建設（例如公園、綠地、運動中心等）、健康照顧資源（例如社區心理衛生中心、醫院等）、觀光遊憩資</p>

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				<p>源、文化資源、自然生態資源等。</p> <p>2.依家庭成員的不同發展階段需求，運用社區資源，例如參與社區圖書館的閱讀起步走活動。</p>
國民中學	5-IV-1 了解家人作息，覺察家中個人生活作息的差異，並能支持與協助家人。	E-IV-1 家人生活作息的觀察與記錄。 E-IV-2 家人生活支持的資源與協助。		<p>1.運用生活作息時間表，觀察與記錄父母或其他家人的作息。</p> <p>2.從父母或其他家人的生活作息紀錄中，學會尊重、體諒家人生活作息的差異，必要時給予支持與協助。</p>
	5-IV-2 規劃並執行家庭活動。 (家庭教育議題 J11) (綜合 2d-IV-1)	E-IV-3 家庭活動的意涵。 E-IV-4 家庭活動的規劃與實施。 (家 Dc-IV-1)		<p>1.家庭活動可包含家人共餐、共玩、共讀、共運動等；規劃家庭活動時，也可善用科技產品，例如近年教育部倡導「善用 3C、幸福 3T」，就是善用 3C 產品，家人共學、同樂、動健康 (learning together、playing together、walking together)。</p> <p>2.規劃家庭活動，並執行；例如慶生活動、度假活動、藝文欣賞活動、運動活動等。</p>
	5-IV-3 參與社區活動，豐富家庭生活品質。 (家庭教育議題 J10) (視藝 3-IV-1)	E-IV-5 家庭參與社區活動及其對家庭生活品質的影響。		<p>1.社區活動包含學習、休閒、服務、慶典、社區發展規劃等活動。</p> <p>2.家庭參與社區活動，不但可凝聚家人及社區向心力、擴展社交，更能提升家庭生活品質。</p>
	5-IV-4 分析家庭生活與社區的關係，並建立家庭與社區的互動連結。 (家庭教育議題 J12)	E-IV-6 家庭與社區的互動關係。 E-IV-7 家庭與社區關係的建立與連結。		<p>1.從家庭生態系統觀點出發，家庭是生態系統的核心，受到社區環境的影響，家庭也影響社區環境，家庭與社區息息相關並相互影響，是一個生命共同體，關係非常密切。</p> <p>2.家庭與社區都是資源的提供者，也都是資源的使</p>

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				用者，只有相互支持與互惠，方能建立長久關係。
	高級中學	5-V-1 運用資源與科技產品簡化家務工作。 (資訊科技-運 m-V-2)	E-V-1 家務工作簡化。 E-V-2 科技產品的善用與家務工作簡化。	1.改變家務處理流程、善用工具、思考家務標準及流程等，以簡化家務工作。 2.善用照顧家人、餐食準備與收拾、環境整理、衣物整理、生活用品採買、家庭活動的規劃與安排、維修工作等科技產品和服務。
		5-V-2 營造學習型家庭。 (家庭教育議題 U15)	E-V-3 學習型家庭的意涵。 E-V-4 學習型家庭的經營策略。	1.學習型家庭是指以家人共學而組成的家庭型態，在家庭中除了個人的自我學習外，全家人也應共同學習。學習型家庭的五項修煉，包含改善心智模式、自我超越、團隊學習、共同願景、系統思考。 2.學習型家庭的建構要素，包含創造有益學習的環境、家庭中能自由討論與對話、家庭成員要有共同的願景；並可透過家庭會議、家庭共讀、家庭遊戲、共賞傳播媒材、參觀活動、休閒活動、家庭聯誼、社區聯誼、公益活動等策略或方法來達成。
		5-V-3 規劃家庭參與社區活動，並省思家庭與社區的互動。 (家庭教育議題 U13) (美術 3-V-1)	E-V-5 家庭參與社區活動的規劃與安排。 (藝生 P-V-5) E-V-6 家庭參與社區活動的歷程與省思。	1.家庭面對多樣且頻繁的社區活動，需考量家人的時間、體力、能力、財務和興趣等，做妥善的規劃與安排。 2.參與社區活動後，針對準備、參與等歷程，家庭可透過分享、檢討與反思，做為爾後規劃與安排的參考。
		5-V-4 了解並具備實踐家庭社	E-V-7 家庭在社區的角色與責任。	1.家庭在社區中可以投入的角色、可以承擔的責任。

主題軸	教育階段	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
		區責任的知能。 (家庭教育議題 U14)	E-V-8 家庭社區責任的實踐策略。	2.透過支持政府的各種政策，實踐家庭的社區責任，例如支持社區綠色商店、通報社區暴力事件、守望相助、社區聯防等實踐策略。

(二) 依教育階段

1. 國民小學一、二年級

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
國民小學一、二年級	1/A 家庭的組成、發展與變化	1-I-1 認識家庭成員的姓名、生日、喜好、關係，並能對家庭成員有合宜稱謂。	A-I-1 同住與不同住之家庭成員的姓名、生日、喜好。 A-I-2 同住與不同住之家庭成員的關係及稱謂。 (國語文 Cb-I-1)	1.認識同住與不同住的家庭成員姓名、生日及喜好。 2.了解家庭成員的關係，例如親子、手足、親戚等，進而能對家庭成員有適當的稱謂。
		1-I-2 了解家庭的意義與功能。 (家庭教育議題 E1)	A-I-3 家庭在個人心中的意義。 A-I-4 家庭在個人成長中的功能。	1.了解家庭是家人間分享親密情感、資源、決策、價值，並互相許下承諾的組織。 2.家庭提供個人成長歷程中的情感、教育、保護、經濟、娛樂、宗教等功能，讓家庭成員能健康成長。
	2/B 家人關係與互動	2-I-1 了解家庭中的各種角色與互動。 (家庭教育議題 E5)	B-I-1 家庭成員的各種角色。 B-I-2 家庭成員各種角色的合宜互動。	1.家庭成員有各種角色，如父/母親、祖父/母、兄弟/姊妹等長幼及尊卑角色。 2.與長輩、平輩及晚輩的合宜互動方式。
		2-I-2 理解增進家人關係的方法，並在家庭中實踐。 (家庭教育議題 E7)	B-I-3 增進家人關係的方法。 (國語文 Be-I-2) B-I-4 增進家人關係的行動。	1.主動與家人分享課業學習、同儕相處、師生互動，或是上學/放學途中的觀察與所見所聞等生活經驗。 2.熟悉並實踐「愛家五到運動」或「五種愛之語」，適時表達對家人的關心與愛護。 「愛家五到運動」包含： (1)眼到—相視含情。 (2)耳到—傾聽會意。

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				(3)口到—鼓勵讚美。 (4)手到—擁抱支持。 (5)心到—關心包容。 「五種愛之語」包含： (1)肯定的語言 (2)精心的時刻 (3)貼心的禮物 (4)服務的行動 (5)身體的接觸
	3/C 人際互動與親密關係發展	3-I-1 覺察自己的情緒可能對他人產生的影響，並展現合宜的人際禮儀。 (國語文 2-I-3)	C-I-1 情緒對他人的影響。 C-I-2 合宜的人際互動禮儀與技巧。	1.了解自己的情緒會對他人產生影響，例如自己快樂也會讓周遭的人快樂。 2.使用合宜的人際互動禮儀與同儕和成人互動溝通，例如聆聽他人說話、與人分享、遵守活動規則等。
	4/D 家庭資源管理與消費決策	4-I-1 認識成長所需的家庭資源，並珍惜資源。	D-I-1 家庭提供個人成長所需的資源。 D-I-2 家庭資源的有限及珍惜。	1.個人成長所需要的資源包含生理、心理、知識成長資源。生理成長資源，如食物、房子、衣服、促進身體動作發展的玩具等；心理成長資源，如愛與關心、安全感等；知識成長資源，如圖書、電子產品、網路、益智性玩具等。 2.引導學生認識資源是有限的，進而抱持珍惜與感念所擁有資源的態度。
		4-I-2 辨識需要與想要。	D-I-3 需要與想要的區別。 D-I-4 生活中需要與想要的心理和物品的辨認。	1.需要是維持生活的基本要件，例如基本的生活用品、基本的社交能力、被愛的需求等；而想要常常只是滿足自己的物質優越心態。

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				2.辨認心理需求、各種物品的想要與需要，例如被愛是「需要」，但如果期待父母專寵自己，就是「想要」；吃飽穿暖是「需要」，但如果經常想要吃速食、山珍海味就是「想要」。
		4-I-3 參與個人物品的購買，並合宜使用物品。	D-I-5 與家人討論個人物品的購買。 D-I-6 個人物品的合宜使用。	透過參與自己生活物品的購買，例如購買文具用品、學用品等，可以了解金錢使用的概念及其意義，並從消費行為中建立節流、環保與珍惜的觀念。
	5/E 家庭活動與社區參與	5-I-1 建立良好的家庭生活習慣。 (家庭教育議題 E11)	E-I-1 良好家庭生活習慣的意涵。 (生活 E-I-1) E-I-2 自己與家人生活作息的配合。	1.家庭生活中的良好習慣，包含維持自己房間的整潔、準時上下學、按時完成學校作業與整理書包等。 2.了解家人的生活作息，例如睡覺、起床、用餐、上學、上班、休閒等時間，能配合家人的作息；例如配合家人下班到家時間一起用餐。
		5-I-2 參與家務工作。 (家庭教育議題 E11)	E-I-3 家務工作的內容。 E-I-4 家務工作的參與分擔的意義。 E-I-5 簡易物品整理的參與。	1.家務工作包含關愛與照顧家人（例如生病照顧、起居照顧、接送等）、餐食準備與收拾、環境整理（例如清理地板、整理房間、客餐廳、衛浴、倒垃圾或資源回收等）、衣物整理（例如清洗、晾曬、收拾、縫補等）、生活用品採買（例如購買食物、日常用品等）、家庭各種活動的規劃與安排（例如休閒活動、節慶活動等）、維修工作（例如設備維修、照顧植物等）。 2.家務工作參與是家中每一位成員的責任，分擔家務是對家人愛與關懷的表現。 3.家中簡易物品整理的方法，例如分類、擺設、收

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				納、丟棄等。

2. 國民小學三、四年級

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
國民小學三、四年級	1/A 家庭的組成、發展與變化	1-II-1 描繪自己的家庭，並從中探討不同的家庭型態。 (家庭教育議題 E2) (性別平等教育議題 E12)	A-II-1 多樣的家庭型態。 A-II-2 不同地區、不同國家的家庭型態。 (社會 Bc-II-2) (國語文 Cb-II-2)	1.社會中的多樣家庭型態，如雙親家庭、單親家庭、雙薪家庭、三代同堂家庭、隔代家庭、候鳥家庭、繼親家庭等。 2.不同的地區或不同的國家，因為文化或習俗的關係，有不同的家庭型態，例如父系家庭、母系家庭、雙系家庭等。
		1-II-2 了解家庭生活儀典，並能參與家庭儀典活動。 (綜合 3c-II-1)	A-II-3 家庭的生活儀典，及家庭生活儀典的傳承與改變。 (綜合 Cc-II-2) (國語文 Cb-II-1) A-II-4 家庭儀典的參與。 (綜合 Cc-II-1)	1.家庭的生活儀典包括慶典、節日中的飲食、衣著、儀式等；家庭生活儀典有些代代相傳，而有些會因著社會變遷而改變。 2.透過參與家庭儀典，熟悉家庭儀典及家庭的文化傳承。
	2/B 家人關係與互動	2-II-1 了解家庭成員的多重角色與責任。 (社會 2c-II-1)	B-II-1 家庭成員的多重角色。 (社會 Aa-II-1) B-II-2 家庭成員多重角色對應的職責。	1.家庭的多重角色包含：家人角色、親屬角色、工作角色、社區角色、社會參與角色等；多重角色不免帶來角色壓力，因此家人之間需要彼此關懷、支持和體諒。 2.家庭成員多重角色對應的職責： (1)以子女為例： ①家人角色：兒子/女兒

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				②親屬角色：堂(表)兄弟/堂(表)姊妹 ③社區與社會參與角色：志工 (2)以爸爸/媽媽為例： ①家人角色：爸爸/媽媽；丈夫/妻子 ②親屬角色：舅舅/舅媽；姨丈/阿姨 ③工作角色：主任/老闆 ④社區角色：志工/管理委員會委員 ⑤社會參與角色：非營利組織顧問/家庭教育中心 志工 3.家人角色與角色之間互動的行為準則與變遷
		2-II-2 表達對家人的情感支持與關懷。 (家庭教育議題 E7)	B-II-3 由家庭獲得的不同情感支持與關懷。 B-II-4 家人情感支持與關懷的行動。	1.家人情感支持與關懷的來源與方式：以子女能力所及的方式，表達對家人的愛與關懷。例如說出對家人的感謝與讚美、寫卡片、留字條、問候、製作小禮物、觀察家人的作息或身體狀況、觀察並描述家人的特點等。 2.實踐「愛家五到運動」或「五種愛之語」，適時表達對家人的關心與愛護。
		2-II-3 參與家庭活動並與家人分享經驗。	B-II-5 家庭活動的形式、意義與重要性。 B-II-6 與家人分享參與家庭活動經驗的方式。	1.家庭活動包括家庭休閒、家庭共讀、家務工作、家庭購物、家庭運動、家庭儀典、家庭生產活動、家庭參與社區活動、家庭參與學校活動、家庭參與志工活動等，可增進家人情感、凝聚力、親密關係。 2.可規劃「家人精心時刻」分享參與家庭活動的經驗或心得，例如家庭共餐、家人閒暇聊天等方式。

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
	3/C 人際互動與親密關係發展	3-II-1 覺察個人的正負向情緒，並適切的因應與調整。 (家庭教育議題 E4) (綜合 1d-II-1)	C-II-1 正負向情緒的認識與覺察。 (綜合 Ad-II-1) C-II-2 正負向情緒的因應與調整。 (綜合 Ad-II-2) (健體 Fa-II-3)	1.認識引起正負向情緒的來源，並能辨識正負向情緒；正向情緒，例如快樂、滿足與自信等；負向情緒，例如傷心、害怕、生氣、驚訝與憎惡等。 2.在各項活動與情境中覺察正負向情緒，運用有效的策略調整情緒，例如以等待、放棄自我的堅持及找到事情的真相等；與他人有爭執時，處理負面情緒的方法。
	4/D 家庭資源管理與消費決策	4-II-1 了解家庭資源的意涵，並能察覺家庭資源對個人與家庭的重要性。 (家庭教育議題 E8)	D-II-1 家庭資源的定義與內涵 D-II-2 家庭內外部資源對個人與家庭的重要性。	1.家庭資源是指家庭內外可以協助我們達成目標、維持標準、解決問題的有形及無形資源。 2.家庭內外部資源對個人和家庭的重要性： 家庭資源是滿足個人和家人生活需求及創造生活福祉的來源，包含家庭內外部資源： (1)家庭內部資源： 有形：房屋、設備、金錢。 無形：家庭成員的智慧、家庭價值觀、情感、支持等。 (2)家庭外部資源： 有形：公共設施、政府制度或法規、民間組織。 無形：朋友網絡的支持、社會的核心價值。
		4-II-2 參與家庭消費活動，了解家庭的日常消費。 (家庭教育議題 E9) (數學 n-II-4)	D-II-3 一般家庭的日常消費項目與金額。 D-II-4 家庭消費對家庭、社會和環境的影響。	1.家中日常消費包括「食品、飲料及菸草」、「衣著、鞋襪」、「住宅服務、水電瓦斯及燃料」、「家具設備及家務服務」、「醫療保健」、「運輸交通及通訊」、「休閒、文化及教育消費」、「餐廳及旅館」、「什項消費」等項目及其金額。

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				2.家庭消費對家庭、社會及環境都會帶來影響，因此必須建立合宜的消費價值觀，並力行計畫消費。
		4-II-3 了解金錢與物品的價值。 (家庭教育議題 E9)	D-II-5 生活中的金錢使用。 D-II-6 金錢與物品的價值。	1.金錢的使用需量入為出，並養成儲蓄的習慣。金錢的使用除使用現金，還可使用手機行動支付、網路刷卡或現場刷卡等方式。 2.金錢與物品都有實質價值與隱藏價值，例如物品金錢價值可能不高，但常是代表著情感、付出、回憶等無價的意涵。
	5/E 家庭活動與社區參與	5-II-1 了解並運用家務工作技巧。 (家庭教育議題 E11)	E-II-1 家務工作的基本操作順序。 E-II-2 家務工作基本工具的運用。	1.家務工作的基本操作順序，例如由上往下、從乾到濕、由內到外。 2.家務工作的基本工具使用，例如洗衣機、掃把、拖把、吸塵器等。
		5-II-2 規劃、執行與檢討自己的生活作息安排。 (家庭教育議題 E12)	E-II-3 個人生活作息的規劃與安排。 E-II-4 個人生活作息的執行與檢討。	1.規劃與安排合理的睡眠休息、上學及做功課、閒暇時間（例如運動、上網、遊戲、看電視）等生活作息；尤其要避免用眼過度或是沉迷網路無法自拔。 2.執行生活作息安排，並透過檢討與反思，修正執行困難之規劃。

3. 國民小學五、六年級

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
國民小學五、六年級	1/A 家庭的組成、發展與變化	1-III-1 了解家庭成員的身心發展，並正向看待家庭成員。 (綜合 1a-III-1)	A-III-1 家庭成員的身心發展。 A-III-2 對家庭成員身心發展的正向態度。 (綜合 Aa-III-1)	1.家庭成員的身心發展，包含生理(如:五官長相、身高、體重、膚色)及心理(如:心智、情緒、能力)等。 2.家庭成員的身心發展，不只是增加或提升，也有可能是衰退，無論是提升或衰退應以正向態度面對。
		1-III-2 覺察家庭轉變，並以正向的態度面對。	A-III-3 家庭中可預期與不可預期的轉變。 A-III-4 健康、正向的處理家庭變化所帶來的感受。	1.家庭的轉變包括可預期與不可預期的。可預期的家庭轉變，包括結婚、子女出生、就學、進入青春期、退休等；而不可預期的家庭轉變，通常對家庭的衝擊較大，例如天然災害(如颱風、地震)、火災、父母離婚、父母失業、家人發生意外等。 2.可預期或不可預期的轉變，都可能給家庭帶來衝擊與壓力，以健康、正向態度面對家庭改變所產生的壓力或挑戰。
		1-III-3 了解族群文化，並分析其對個人與家庭發展的影響。 (家庭教育議題 E2) (多元文化教育議題 E6) (社會 2b-III-2) (綜合 3c-III-1)	A-III-5 不同族群的家庭文化與傳統。 (綜合 Cc-III-3)(綜合 Cc-III-4) (社會 Bc-III-1) A-III-6 不同族群家庭文化對個人及家庭的影響。	1.不同族群的家庭生活中，有不同的家庭儀典與習俗，形成了家庭文化。例如春節、清明節、端午節、中秋節、萬聖節、感恩節、聖誕節等節日的慶賀方式；婚喪、生育等的慣用習俗等。 2.不同族群文化的家庭儀典與習俗所具有的獨特意義，例如華人的春節意味家人團聚及新的一年將開始；西方人的感恩節，意味感謝上帝賜予年度豐收的祝福。家庭文化影響著個人的家庭觀念與家庭的凝聚。

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
2/B 家人關係與互動	2-III-1 實踐兒童在家庭中的角色與責任。 (家庭教育議題 E6)	B-III-1 兒童在家庭中的角色與責任。 (健體 Fa-III-2) B-III-2 兒童的家庭角色與責任實踐。	1.兒童最基本的家庭責任為從自己出發，盡本分地照顧好自己。 2.透過兒童可做到的「對父母有禮貌、參與家務工作、關心體貼父母、友愛兄弟姐妹、保護自己身體健康、注意自身安全、不讓父母操心、謀求自我充分發展、學習與人和諧相處、養成良好習慣、保持端正品德、行為表現合宜有禮、與祖父母建立親密關係」等實踐家庭責任。	
	2-III-2 了解並關懷家庭親屬及有照顧需求的親屬。	B-III-3 家庭親屬成員及有照顧需求的人。 B-III-4 家庭親屬的適當關懷行動。	1.家庭親屬包含父母的長輩、平輩、晚輩等親人；而有照顧需求的家人，通常是指幼小的小孩、年歲較大的長輩、生病的人等。 2.了解家庭親屬的年齡、身體狀況、工作、特質、背景、角色等，將可適時展現主動關懷行動。	
	2-III-3 了解家庭中可能出現的暴力，並採用適當的方法避免傷害。	B-III-5 家庭暴力的形式。 B-III-6 家庭暴力對個人和家庭的影響。 B-III-7 避免家庭暴力傷害的合宜方法。	1.家庭暴力是指「家庭成員間實施身體或精神上不法侵害之行為」。舉凡警告、嘲弄、辱罵他人之言語及動作、肢體傷害、遺棄、惡意冷漠、濫用親權、限制行動、違反性自主權或製造使人心生畏怖情境之行為。 2.家庭暴力對個人可能產生威脅感、暴怒感、自責感、怨恨感等，進而可能造成身心症狀、退縮行為、暴力攻擊或其他偏差行為；而對家庭可能產生家人關係的疏離、家庭功能無法發揮，而造成家庭壓力或危機。 3.經營良好的家人關係，可避免家庭暴力的發生；	

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				而遇到家庭暴力，可透過尋求協助，避免受到傷害。
	3/C 人際互動與親密關係發展	3-III-1 了解不同文化的人際互動禮儀，並展現正向人際互動。 (多元文化教育議題 E5) (綜合 3c-III-1) (國語文 2-III-7)	C-III-1 不同文化的人際互動禮儀、尊重與同理。 (綜合 Cc-III-2)(綜合 Cc-III-4) C-III-2 正向人際互動關係的建立。 (綜合 Ba-III-3) (國語文 Bb-III-1)(國語文 Bb-III-2)	1.不同文化的人際互動禮儀可能不同，如：穿著禮儀、用餐禮儀等，了解並能尊重與同理。 2.與人相處時和諧、誠實、寬容，並多聽各方意見，不以自我為中心，是建立正向人際互動的基礎。
	4/D 家庭資源管理與消費決策	4-III-1 了解個人時間與金錢資源的管理原則，並靈活應用。 (數學 d-III-1)	D-III-1 個人時間的管理原則與應用。 D-III-2 個人金錢的管理原則與應用。	1.時間管理原則包含設定目標、擬定時間運用計畫、運用工具記錄時間運用等，並實際應用於生活中。 2.金錢管理原則包含設定目標、擬定金錢運用計畫、運用工具記錄金錢運用等，並實際應用於生活中。
		4-III-2 熟悉個人與家庭資源的運用。 (綜合 2c-III-1)	D-III-3 個人與家庭資源的使用方式。 D-III-4 個人與家庭資源的適切運用。 (綜合 Bc-III-3)	1.家庭資源使用的方式，例如交換（以工作時間來換取金錢、以金錢換取食物）、儲蓄（將錢存入郵局或銀行）、繳稅等；並檢視家庭資源是否有「無目的的消耗」的情形，例如百貨公司大減價，先買再說，而買了不需要的物品。 2.家庭資源的適切運用，必須透過妥善規劃、執行、檢討等，以求有效的運用各種資源滿足家人需求，達成個人、家庭目標。
		4-III-3 分析傳播媒體對個人與家庭消費的影響。	D-III-5 傳播媒體的識讀。 D-III-6 傳播媒體對個人與家庭消費的影響。	1.了解傳播媒體的種類（例如雜誌、網路、電視、廣播等）、特性及解讀媒體的能力。

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
		(家庭教育議題 E10) (綜合 2c-III-1)	響。 (綜合 Bc-III-2)	2.傳播媒體對個人與家庭消費的影響，例如名人廣告代言、置入行銷。
	5/E 家庭活動與社區參與	5-III-1 分析並反思家庭生活中的家務分工。	E-III-1 家務分工的意涵。 E-III-2 符合個人發展的家務分工。	1.個人參與家務工作可學習生活技能、成就感、自主性、正向回饋、分擔家人辛勞、提升生活品質等意義。 2.家務分工考量因素，包含年齡、時間、能力、喜好等，並應避免性別刻板的分工。
		5-III-2 了解並善用與家庭生活相關的社區資源。 (家庭教育議題 E13)	E-III-3 與家庭生活相關的社區資源認識。 E-III-4 社區資源的運用。	1.社區中可用資源包含社區人力資源（例如志工、奇人、耆老等）、學習資源（例如學校、圖書館、家庭教育中心等）、社區組織與機構資源（例如人民團體、托育安養機構、社區大學等）、公共建設（例如公園、綠地、運動中心等）、健康照顧資源（例如社區心理衛生中心、醫院等）、觀光遊憩資源、文化資源、自然生態資源等。 2.依家庭成員的不同發展階段需求，運用社區資源，例如參與社區圖書館的閱讀起步走活動。

4. 國民中學

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
國民中學	1/A 家庭的組成、發展與	1-IV-1 了解家庭發展歷程，並能解析各發展階段的分期。 (家庭教育議題 J1)	A-IV-1 家庭發展階段的區分。 A-IV-2 家庭各發展階段的內涵與歷程。 (家政 Db-IV-2)	1.家庭發展歷程是指一個家庭從建立、蓬勃發展到終止的過程，並由家庭發展歷程更瞭解家庭史。依據 Duvall 與 Hill (1948) 將家庭生活發展分為三期共八階段：

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
	變化	(綜合 1b-IV-2)		<p>(1)家庭建立期</p> <p>①第一階段(建立階段):新婚無子女</p> <p>(2)家庭擴展期</p> <p>②第二階段(初為父母階段):家中有新生兒~未滿3歲</p> <p>③第三階段(子女學前階段):最大子女滿3歲~未滿6歲</p> <p>④第四階段(子女學齡階段):最大子女滿6歲~未滿12歲</p> <p>⑤第五階段(子女青少年階段):最大子女滿12歲~未滿20歲</p> <p>(3)家庭收縮期</p> <p>⑥第六階段(子女送出階段):子女陸續遷出家中</p> <p>⑦第七階段(中年父母階段):子女全部遷出,進入空巢階段</p> <p>⑧第八階段(退休階段):生計負擔者退休至二老去世</p> <p>2.多數家庭的發展會經歷八個階段,但也可能因家庭的生育狀況、婚姻狀況而有所不同,家庭不必然經歷這八階段。</p>
		1-IV-2 了解社會與自然環境,及其對個人及家庭的影響。 (家庭教育議題 J2)	A-IV-3 個人及家庭生活脈絡中的社會環境、自然環境。 A-IV-4 社會環境、自然環境對個人及家庭的影響。	<p>1.社會環境包括文化、習俗、價值、政策、教育、經濟、科技、戰爭等,而自然環境包括自然資源、天候、天然災害等。</p> <p>2.社會與自然環境和個人與家庭的發展息息相關。</p>

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
		(國語文 5-IV-5)		例如科技的進步，為人們帶來便利的生活；而經濟衰退、通貨膨脹等可能導致家人失業，對個人及家庭帶來負面衝擊。
	2/B 家人關係與互動	2-IV-1 實踐青少年在家庭中的角色與責任，並適時關懷父母及長輩。 (家庭教育議題 J6)	B-IV-1 青少年的家庭責任。 B-IV-2 青少年家庭角色與責任的實踐方法。 B-IV-3 青少年對父母及長輩的關懷行動。	1.從自我照顧，進而照顧家人，以促進家庭和諧幸福。 2.透過青少年可做到的「對父母有禮貌、參與家務工作、關心體貼父母、友愛兄弟姐妹、保護自己身體健康、注意自身安全、不讓父母操心、謀求自我充分發展、學習與人和諧相處、養成良好習慣、保持端正品德、行為表現合適有禮、與祖父母建立親密關係」等實踐家庭責任。 3.青少年可透過資訊提供、情感支持、服務行動等實際行動關懷長輩。
		2-IV-2 了解並關懷家庭成員的需求與期待。	B-IV-4 家庭成員的需求與期待。 (家政 Da-IV-2) (國語文 Cb-IV-2) B-IV-5 家庭成員需求與期待的覺察與關懷。	1.每一位家庭成員的需求並不相同，家庭成員間必須學習開誠布公的說出自己的生理、心理、社會需求，並清晰的且具體說出對家庭成員的期待，以增進彼此的了解、接納與支持。 2.透過家庭生活互動的觀察，覺察家人的需求與期待，並適時展現關懷。
		2-IV-3 了解青少年與父母的溝通、衝突與因應方式。 (家庭教育議題 J5)	B-IV-6 青少年階段常見的生活困擾成因及影響。 B-IV-7 青少年階段的親子衝突成因與因應方式。	1.常見的青少年生活困擾包含社交生活、學校生活、生活習慣、家庭關係、資源分配、價值觀念；此外，青少年可能因上述因素與家人產生衝突。 2.親子衝突惡化的最主要原因是親子雙方的負面情緒，因此學習正向溝通、聽與說的技巧，例如「我

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				訊息」、積極傾聽、正向回饋、同理心等，可降低親子衝突。
		2-IV-4 營造與家人分享的家庭生活。 (家庭教育議題 J6)	B-IV-8 家人分享的意涵。 B-IV-9 營造家人分享的策略。	1.家庭中舉凡有形的、無形的家庭資源都可以分享，例如物品、空間、閒暇時間、愛、喜怒哀樂等；透過與家人分享，可以反思是否做到愛家、適時表達對家人的關心與愛護。 2.主動規劃、執行家人共同活動，透過活動分享生活，提升家庭凝聚力。例如規劃家人慶生活動、好書共讀、電影共賞等。
	3/C 人際互動與親密關係發展	3-IV-1 了解人際交往、親密關係，以及婚姻與家庭等關係的發展。 (家庭教育議題 J4) (綜合 2a-IV-2)	C-IV-1 人際交往的態度與知能。 C-IV-2 親密關係的發展歷程。 (家政 Db-IV-3) C-IV-3 婚姻與家庭建立的預備。	1.人際交往是建立在平等、互惠的基礎上。 2.親密關係的發展歷程，一般為經歷初接觸、開始互動、公開情侶關係，最後邁入婚姻等四部曲。 3.婚姻與家庭的建立，必須先裝備自身為成熟獨立的個體、釐清婚姻的意義與進入婚姻的動機與期待、了解不同文化對婚姻與家庭的影響。
		3-IV-2 主動與父母或家人討論愛戀關係。 (家庭教育議題 J3)	C-IV-4 合宜的愛戀關係互動。 (健體 Db-IV-4) C-IV-5 在家庭中，愛戀關係的揭露與討論。	1.個人交友與親密關係發展之合宜態度與調適方式。 2.向家人揭露愛戀關係的目的、時機與揭露內容。向家人揭露愛戀發展關係，一方面可以得到家人的經驗傳承或支持，另一方面也可以獲得家人的保護，尤其是面臨棘手問題時不會孤立無援，例如分手。
	4/D 家庭資	4-IV-1 運用家庭資源訂定個人的合理生活目標。	D-IV-1 個人生活目標的訂定。 D-IV-2 個人生活目標與家庭資源的運用。	1.訂定個人的學習、社交互動、休閒等目標。 2.運用家庭中之人力、時間、精力、金錢及產品設

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
	源管理與消費決策	(家庭教育議題 J7)		備等資源，訂定合理的個人生活目標；當個人的目標與家庭的目標、資源運用衝突時，需進行溝通與協商。
		4-IV-2 探討家庭消費與財物管理策略。 (家庭教育議題 J8)	D-IV-3 家庭消費與財務管理的內涵。 D-IV-4 家庭財務管理策略。	1.不同家庭發展階段的重要家庭消費與財務管理。 2.家庭財務管理策略，包含家庭收入規劃、支出管理、居住規劃、購車與旅遊規劃、子女教育規劃、節稅規劃、家庭保險規劃、投資規劃、退休規劃、遺產規劃等內涵。
		4-IV-3 了解家庭資源與運用的相關法規與政策，及其對家庭生活的影響。 (家庭教育議題 J9)	D-IV-5 家庭資源與運用的相關法規與政策。 D-IV-6 個人和家庭資源的相關法規與公共政策對家庭生活的影響。	1.家庭資源與運用的相關法規與政策，例如家庭教育法提供家庭學習資源；性別工作平等法提供育嬰假；幼兒教育及照顧法保障幼兒接受適當教育及照顧之權利；老人福利法提供長者福利及長期照顧服務法提供老人照顧服務；工作生活平衡補助計畫提供工作與生活上的調和。 2.個人與家庭資源的相關法規與公共政策對家庭生活的影響，例如學習、家人互動、經濟、照顧等。
	5/E 家庭活動與社區參與	5-IV-1 了解家人作息，覺察家中個人生活作息的差異，並能支持與協助家人。	E-IV-1 家人生活作息的觀察與記錄。 E-IV-2 家人生活支持的資源與協助。	1.運用生活作息時間表，觀察與記錄父母或其他家人的作息。 2.從父母或其他家人的生活作息紀錄中，學會尊重、體諒家人生活作息的差異，必要時給予支持與協助。
		5-IV-2 規劃並執行家庭活動。 (家庭教育議題 J11) (綜合 2d-IV-1)	E-IV-3 家庭活動的意涵。 E-IV-4 家庭活動的規劃與實施。 (家政 D-IV-1)	1.家庭活動可包含家人共餐、共玩、共讀、共運動等；規劃家庭活動時，也可善用科技產品，例如近年教育部倡導「善用 3C、幸福 3T」，就是善用

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				3C 產品，家人共學、同樂、動健康（learning together、playing together、walking together）。 2. 規劃家庭活動，並執行；例如慶生活動、度假活動、藝文欣賞活動、運動活動等。
		5-IV-3 參與社區活動，豐富家庭生活品質。 (家庭教育議題 J10) (視藝 3-IV-1)	E-IV-5 家庭參與社區活動及其對家庭生活品質的影響。	1. 社區活動包含學習、休閒、服務、慶典、社區發展規劃等活動。 2. 家庭參與社區活動，不但可凝聚家人及社區向心力、擴展社交，更能提升家庭生活品質。
		5-IV-4 分析家庭生活與社區的關係，並建立家庭與社區的互動連結。 (家庭教育議題 J12)	E-IV-6 家庭與社區的互動關係。 E-IV-7 家庭與社區關係的建立與連結。	1. 從家庭生態系統觀點出發，家庭是生態系統的核心，受到社區環境的影響，家庭也影響社區環境，家庭與社區息息相關並相互影響，是一個生命共同體，關係非常密切。 2. 家庭與社區都是資源的提供者，也都是資源的使用者，只有相互支持與互惠，方能建立長久關係。

5. 高級中學

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
高級中學	1/A 家庭的組成、發展與變化	1-V-1 了解家庭系統的內涵與運作。 (家庭教育議題 U1) (家政 4b-V-2)	A-V-1 家庭系統的基本概念。 (家政 Db-V-2) A-V-2 家庭組成與家庭系統運作。 (家政 Db-V-2)	1. 從系統觀點看家庭，家庭成員因互動而形成系統。在家庭系統內個人因為與他人關係不同而形成許多角色，如丈夫同時也是祖父、父親、哥哥等，因著這些角色的互動產生了許多次系統，如夫妻次系統、親子次系統、手足次系統、代間次系統等。

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				<p>2.家庭次系統的互動影響個人的成長，如夫妻次系統的衝突，影響親子次系統的親子互動關係，進而影響一個人的成長與發展。</p> <p>3.比家庭系統更大的系統，稱為超系統，如社會文化、政府政策、生活環境等，不只是影響家庭系統的運作，也影響個人成長與發展。</p>
		1-V-2 剖析社會變遷、經濟發展及人口結構對家庭系統的影響。 (家庭教育議題 U3) (國語文 5-V-3)	<p>A-V-3 社會變遷、經濟發展及人口結構的基本概念。</p> <p>A-V-4 社會變遷、經濟發展與人口結構對家庭系統的影響。</p>	<p>1.社會變遷含廣義及狹義的定義，廣義的社會變遷泛指一切社會現象的變化，如器物、制度、價值觀；而狹義的社會變遷則指社會結構的變化，如人口結構的變化。經濟發展包含(1)經濟社會結構性的轉變，如產業結構、就業結構、社會階層結構、收入分配結構等；(2)經濟社會質的方面的改善，如生活質量改善，生態環境良好等；(3)國民經濟量的增長與擴張等。</p> <p>2.社會變遷、經濟發展對家庭人口結構、家人互動、家庭經濟等都帶來影響。</p>
		1-V-3 分析家庭發展歷程中的任務及壓力。 (家庭教育議題 U2)	<p>A-V-5 家庭各發展階段的任務、挑戰、壓力與危機。</p> <p>A-V-6 家庭各發展階段的資源需求。</p>	<p>1.家庭發展的不同階段，須完成不同的發展任務與挑戰，若未能順利達成發展任務，則可能面臨壓力或危機，例如家庭建立期會有婚姻關係的適應與協調、家庭擴展期會有初為父母的適應、家庭收縮期會有中老年夫妻的調整與適應及父母與成年子女代間關係的調整與適應等發展任務。</p> <p>2.家庭的不同發展階段，有不同的資源需求，例如 (1)建立期：婚姻關係與適應的學習、生育的預備、</p>

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				<p>家人關係建立的學習等資源。</p> <p>(2)擴展期：新手父母的協助、社區托育服務、學校教育、兒童課後輔導、青少年的社區支持、圖書館、安全的休閒環境等資源。</p> <p>(3)收縮期：終身學習管道、休閒運動環境、健康醫療機構、社區照顧服務等資源。</p>
	2/B 家人關係與互動	2-V-1 實踐青年在家庭中的角色與責任。 (家庭教育議題 U8) (家政 4c-V-1)	<p>B-V-1 青年的家庭責任。 (家政 Dc-V-1)</p> <p>B-V-2 青年家庭角色與責任的實踐策略。 (家政 Dc-V-2)</p> <p>B-V-3 青年的文化反哺行動。 (家政 Dc-V-1)</p>	<p>1.青年可擔負促進家庭和諧幸福的責任、學習家庭生活的經營，做好建立與經營家庭的準備。</p> <p>2.透過青年可做到的「對父母有禮貌、參與家務工作、關心體貼父母、友愛兄弟姐妹、保護自己身體健康、注意自身安全、不讓父母操心、謀求自我充分發展、學習與人和諧相處、養成良好習慣、保持端正品德、行為表現合適有禮、與祖父母建立親密關係」等實踐家庭責任。</p> <p>3.主動與家人分享年輕世代的次文化，例如器物的使用、流行文化、生活價值觀等，做到文化反哺。</p>
		2-V-2 反思並調整自己與家人的互動，建立良好家人關係。 (家庭教育議題 U7) (家政 4b-V-2)	<p>B-V-4 家人日常言語、行為等互動關係對個人與家庭的影響。</p> <p>B-V-5 健康的家人互動關係。 (家政 Db-V-2)</p>	<p>1.檢視自己與家人日常互動關係中的對話、互動行為等，反思其對個人與家庭的影響，例如「良言一句三冬暖、惡語傷人六月寒」；當發現言語、行為不當時，當應適時調整。</p> <p>2.從家庭系統觀點來看，健康家人互動關係包含夫妻、親子、手足、代間等；健康的互動關係方能營造健康的家庭。</p>
		2-V-3 營造健康家庭。	B-V-6 健康家庭的意涵。	1.健康家庭的特質包含「樂於表達與聆聽」、「家人

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
			B-V-7 健康家庭的經營策略。	<p>間相互瞭解、接納、支持與讚賞」、「家共同參與家庭活動，分享閒暇時間」、「家人都有成長的機會，彼此成全」、「有效且積極解決危機與衝突」、「珍惜家庭儀式與傳統」、「擁有共同目標」、「共度難忘的時光」等。</p> <p>2.學習型家庭的營造是健康家庭經營良策。</p>
		2-V-4 分析家庭壓力、危機與韌性，及提升家庭韌性的方法。 (家庭教育議題 U2) (家政 4b-V-1)	B-V-8 家庭壓力、危機與韌性的意涵。 B-V-9 家庭危機處理與因應。 B-V-10 提升家庭韌性的策略。 (家政 Db-V-1)	<p>1.家庭發展的不同階段，會出現不同的發展任務，這些發展任務若無法順利完成，家庭及家庭成員將面臨壓力；若壓力無法解決，壓力的累積就可能形成危機。</p> <p>2.當嗅到家庭危機發生時，其處理與因應歷程為：「首先要避免危機擴大、其次應迅速解決危機、最後為化家庭危機為家庭轉機」。</p> <p>3.家庭韌性 (family resilience) 是指家庭面對挑戰與危機時，忍耐、自我修正與成長的積極過程，也是家庭發揮因應與適應功能的過程，因此不是一靜態結果，而是一動態歷程；而家庭正向信念系統、家庭組織模式、家庭溝通與問題解決是家庭韌性產生的關鍵歷程。</p>
	3/C 人際互動與親密關係發展	3-V-1 探索人生伴侶的選擇。 (家庭教育議題 U4)	C-V-1 人生伴侶的選擇與影響因素。 C-V-2 理想的人生伴侶。	<p>1.人生伴侶選擇的要件，例如生理條件、心理條件、社會條件等；而其影響因素包含家庭、朋友、同事、社會環境、文化價值等。</p> <p>2.每個人對理想伴侶的期待與想像可能不同。</p>
		3-V-2 澄清婚姻的本質、責任與	C-V-3 婚姻的意義、功能與變遷。	1.婚姻的意義雖可從不同的角度分析，但一般而

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
		承諾。	C-V-4 婚姻的責任與承諾。	<p>言，是兩個人經由社會或法律認可，承諾在一起共同生活，並滿足親密情感需求的盟約。</p> <p>2. 婚姻有多樣的功能，例如情感的功能、經濟的功能、健康的功能、保護與安全的功能、性生活的功能等。</p> <p>3. 結婚的選擇、婚姻的型態都會隨著社會的變遷而有所改變。</p> <p>4. 婚姻責任與承諾：進入婚姻就有責任維繫婚姻，並對高品質且長久的婚姻做出承諾。</p>
		3-V-3 建構自己的家庭願景。 (家庭教育議題 U5)	C-V-5 家庭角色與婚姻經營。 C-V-6 理想家庭的願景與營造。	<p>1. 進入婚姻後，必須要調適伴隨而來的角色改變，例如從單身轉變成雙人行、從兒子/女兒轉變成女婿/媳婦等。婚姻中的衝突與溝通、工作與家庭的平衡、姻親的相處、財務的管理、家務的分工、親子互動關係等，都需要用心經營。</p> <p>2. 建構家庭願景可從建立家庭的核心價值出發，例如從家人的角色與互動關係、家庭生活資源與經營兩大方向思考，可勾勒出未來願景並用心經營。</p>
		3-V-4 了解為人父母的喜悅與壓力。 (家庭教育議題 U6)	C-V-7 生育的價值與喜悅。 C-V-8 養兒育女的壓力與因應。	<p>1. 子女可提供父母的心理滿足（親密情感連繫；愉悅、滿足與能力感）、提供家庭經濟助益、幫助父母獲得文化認同（傳宗接代與生命延續、社會地位、宗教或道德價值）等價值。</p> <p>2. 養育子女除喜悅外，亦會伴隨著壓力，例如教養壓力（子女養育、親子互動）、親職角色能力與限制（親職能力限制、親職角色限制）、外界環境壓</p>

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
				力（社會環境、自然環境）等。親職壓力的因應可從尋求支持資源、正向面對與界定壓力著手。
4/D 家庭資源管理與消費決策	4-V-1 運用家庭資源訂定家庭生活目標。 (家庭教育議題 U10)	D-V-1 家庭生活的目標與願景。 D-V-2 家庭生活目標與家庭資源的運用。 D-V-3 家庭生活與工作的平衡。		1.家庭的短、中、長程目標及願景。 2.運用家庭中之人力、時間（含時間銀行）、精力、金錢及科技產品設備等資源，分析家人需求，為家庭訂定家庭生活目標。 3.家庭與工作的平衡，包含了解家庭與工作衝突、互益，並降低衝突、提升互益，達成平衡。
	4-V-2 了解家庭理財，並善用科技於家庭財務管理，提升家庭財務管理知能。 (家庭教育議題 U11) (家政 3a-V-2)	D-V-4 家庭理財的相關商品。 D-V-5 家庭理財、消費決策與風險管理。 (家政 Ca-V-2) D-V-6 新型態的財務管理與消費。		1.家庭理財商品包含支付型，例如信用卡；投資型，例如外匯、股票、基金、期貨；借貸型，例如貸款。 2.家庭理財、消費決策與風險管理，包含理性的消費、良好消費信用、開源節流、確實記帳、規劃與執行預算、風險管理等。 3.科技的進步，新型態的財務管理與消費，帶來生活上許多方便性，例如手機行動支付、APP 使用、網路購物等；然應認識網路詐騙，避免落入陷阱。
	4-V-3 分析全球化的消費議題，提升家庭消費決策能力，達成環境永續的目標。 (家庭教育議題 U12) (國際教育議題 U3) (環境教育 U5)	D-V-7 全球化的消費議題。 D-V-8 家庭在環境永續中的角色、責任與實踐。 (家政 Aa-V-3)		1.新版「聯合國消費者保護指導綱領」中新增「保護易受害及弱勢消費者、促進永續消費模式、保護電子商務消費者、保護消費者隱私和資訊全球流通」等四項。 2.家庭消費扮演著落實促進地球永續消費模式的重要角色，可從減量消費（Reduce）、重複使用（Reuse）、回收再生（Recycle）、講求經濟

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
		(家政 1a-V-2)		(Economic)、符合生態 (Ecological)、實踐平等 (Equitable)等，落實家庭在環境永續中的角色。
	5/E 家庭活動與社區參與	5-V-1 運用資源與科技產品簡化家務工作。 (資訊科技-運 m-V-2)	E-V-1 家務工作簡化。 E-V-2 科技產品的善用與家務工作簡化。	1.改變家務處理流程、善用工具、思考家務標準及流程等，以簡化家務工作。 2.善用照顧家人、餐食準備與收拾、環境整理、衣物整理、生活用品採買、家庭活動的規劃與安排、維修工作等科技產品和服務。
		5-V-2 營造學習型家庭。 (家庭教育議題 U15)	E-V-3 學習型家庭的意涵。 E-V-4 學習型家庭的經營策略。	1.學習型家庭是指以家人共學而組成的家庭型態，在家庭中除了個人的自我學習外，全家人也應共同學習。學習型家庭的五項修煉，包含改善心智模式、自我超越、團隊學習、共同願景、系統思考。 2.學習型家庭的建構要素，包含創造有益學習的環境、家庭中能自由討論與對話、家庭成員要有共同的願景；並可透過家庭會議、家庭共讀、家庭遊戲、共賞傳播媒材、參觀活動、休閒活動、家庭聯誼、社區聯誼、公益活動等策略或方法來達成。
		5-V-3 規劃家庭參與社區活動，並省思家庭與社區的互動。 (家庭教育議題 U13) (美術 3-V-1)	E-V-5 家庭參與社區活動的規劃與安排。 (藝生 P-V-5) E-V-6 家庭參與社區活動的歷程與省思。	1.家庭面對多樣且頻繁的社區活動，需考量家人的時間、體力、能力、財務和興趣等，做妥善的規劃與安排。 2.參與社區活動後，針對準備、參與等歷程，家庭可透過分享、檢討與反思，做為爾後規劃與安排的參考。
		5-V-4 了解並具備實踐家庭社區責任的知能。	E-V-7 家庭在社區的角色與責任。 E-V-8 家庭社區責任的實踐策略。	1.家庭在社區中可以投入的角色、可以承擔的責任。 2.透過支持政府的各種政策，實踐家庭的社區責

教育階段	主題軸	學習重點		補充說明
		學習表現	學習內容	
		(家庭教育議題 U14)		任，例如支持社區綠色商店、通報社區暴力事件、守望相助、社區聯防等實踐策略。