

臺北市立士林高商 105 學年度第 1 學期

學 校 日

活動手冊



了解孩子，就從參加「學校日」開始！

輔導室 編印

中華民國 105 年 9 月 24 日





目 錄

	活動程序 /02
	校長的勉勵 /03
	家長會資訊 /04
	榮譽榜 /05
	各處室宣導事項
	教務處 /06
	學務處 /10
	教官室 /11
	實習處 /18
	輔導室 /20

附錄

好文章欣賞--如何和青少年展開有意義對話/23

父母成長的天空/26

高職畢業生進路 /27

各處室分機/28

105 學年度第 1 學期行事曆/29





活動程序

日間部(高一 08:50~12:00；高二及高三 09:50~12:00)

日期	參與年級	時間	活動內容	參與人員	活動地點	主持人	承單 單位	備註
中華民國 104年9月24日(星期六)上午	日高一	08:50 09:00	報到	日間部出席 家長及教師	行政大樓 一樓穿堂	輔導主任	輔導室 圖書館 實習家 長會	請服務同學引導至 行政大樓 5F 第三會議室
	日間部全體	09:00 09:50	歡迎式	日間部出席 家長及教師	行政大樓 5F 第三會議室	校長	教師會 家長會 各處室 各科科主任	1. 家長自由參加 2. 結束時請各班 派服務同學引 導自己班級家 長回到親師座 談場地
			校務報告					
	日高二高三	09:50 10:00	報到	日間部出席 家長及教師	行政大樓 一樓穿堂	輔導主任	輔導室 圖書館 實習家 長會	1. 請服務同學引 導高二家長至 各班教室 2. 引導高三家長 至學生活動中 心 4F 禮堂
	高三	10:00 12:00	升學進路 及 親師座談	高三家長 導師 科任老師	學生活動 中心 4F 禮堂	教務主任 導師	教務處 家長會	1.10:00~10:30 高三 進行升學進路宣導 2.10:30~12:00 高三 進行親師座談
高一高二	12:00	班級經營 及 親師座談	高一高二家長 導師 科任教師	高一高二 教室	導師	學務處	3.各科科主任級各 班科任教師協助導 師進行親師座談	



校長的勉勵

敬愛的家長：

歡迎蒞臨參與本校學校日的活動。由於您的關心與付出，我們將手攜手、心連心，一起為我們孩子的成長與進步而努力。

本校以傳統「六藝」~禮、樂、射、御、書、數的精神為教育核心，設計相關學習活動，塑造學生優良的品格，培養學生多元學習的能力，滿足學生學習需求。因此，全面推動學生學習護照活動，透過服務、藝能、運動、合作、國際、閱讀、專業等各類學習護照的實踐與完成，使每位士商人都能淬煉成為「六藝俱全、具競爭力、快樂的學習者」。期望士商人，學習過程懂方法、有效率、很愉悅、肯付出、能負責、會讀書、尚紀律、重禮貌、展專業、成人才。讓父母及師長們以士商人為榮！

本校今年統測成績優秀，650分以上9位，600分以上121位，佔畢業生16%，並榮獲設計群、外語群英語類2個全國榜首，勇冠全國。升學部份繁星計畫錄取百分百，推薦甄選與登記分發榜單創新高，國立共389位，約51%，總升學率約93%。

入學部分，本校日間部、進修學校特色招生甄選入學、優先免試入學、一般生免試招生百分百錄取，錄取成績再創新高，各科最低錄取成績更勝過5~8所北市公立高中與37所基北區公立高中。感謝全體教師努力教學，學生成績展獲成果。

感謝家長會與校方合作，為提供學生更好的讀書環境，為使本校學生更有競爭力，學校特地安排模擬考、寒暑假複習考及學業競試（本校行事曆與各項考試日期請詳見本校網站公告之行事曆）。請家長配合學校給予學生學業上的叮嚀外，更希望注意孩子生活作息的正常及心理上的支持。我們期望達到的教育是「全人」的發展，所以孩子平日參與社團及各項活動，對於品行之陶冶，學習做人處事之道都有很大的助益。

「學校日」活動是瞭解學校行政、導師班級經營、教師教學計畫及學生學習狀況最好之機會，各科教師之教學計畫，將建置在本校網頁中（士商→線上服務→學科教學計畫查詢→學科教學計畫表查詢系統→輸入105學年度上學期部別及班別），歡迎隨時上網查詢；此外，輔導室為本校家長規劃有許多家庭教育成長課程及活動，期望踴躍報名參加。並參閱網頁家長篇中學校日活動及親職教育詳盡的資料。

我們深信：您對孩子的關懷與努力的付出，孩子是有福的；更由於家長對學校的支持與配合，學校才會更進步；讓我們共同努力，共創士商美好的願景。敬祝

闔家平安 健康喜樂

士林高商校長 曾騰瀧敬上
105.09.24



家長會資訊

親愛的家長 您好：

很高興能與您在士商結緣，期待我們一起攜手幫孩子在學習的路上一路順暢，我們都是愛孩子，早早讓孩子去了解並學習適應學校相關規範、努力學習自己解決問題，才是孩子學習獨立往上唯一的要件。親、師、生三方溝通的管道順暢就幫助孩子更容易適應高職的生活，也唯有溝通和包容才能達到三贏的局面，家長會及學校所有成員皆願意搭起與您溝通的橋樑。

家長會辦公室位置在行政大樓三樓演講廳前，歡迎所有家長有空到家長會辦公室聚聚，讓我們互相分享經驗，也請您不吝賜教提供您寶貴意見，亦邀請您瀏覽家長會網頁(點選士林高商網頁→夥伴單位→點家長會即可進入)隨時了解本會訊息。本校學生自習中心開放，歡迎每位學生充分利用課後時間學習成長，開放時間有家長志工陪伴，也歡迎您加入陪伴志工的行列。如有意願當志工請填寫表格交給班導師或有任何問題需家長會協助的歡迎於週一至週五早上10:00至下4:30致電家長會辦公室，2831-6582、2831-3114 分機412，傳真：2836-4084、2364-8211 E-mail：parents412@slhs.tp.edu.tw

家長會長期受到曾校長騰瀧帶領的行政團隊、老師和家長捐助會務或清寒愛心便當的善款，讓會務順利推動，非常感謝大家。今年也希望您伸出雙手，有錢出錢、有力出力，與我們一起努力共創讓我們的學校與孩子更美好的未來。

★家長會所能做的事：

1. 做為學生及家長和班級與校方通橋樑：例如：收集相關建議後提交校方修正校規。
2. 提供學生有更佳之學習環境：例如：爭取自習中心開放時間，冷氣之維修保養提供，弱勢家庭學生愛心便當之提供，統測考生服務....等等....
3. 更大之方向：結合外校團體針對政府教育方針之建議：例如：會長副會長及特教委員參與之特教權益促進聯盟，成功要求教育部暫緩執行理論多過於實做之特教新課綱。

順祝 闔府安康！ 事事順利！

家長會會長 盧炫龍 105.9.24

自由捐款回條

班級： 年 班 學生姓名： 家長姓名： 聯絡電話：

現金，捐款金額 新台幣： 元整

匯入專戶，捐款金額 新台幣： 元整（合作金庫-士林分行 0470717598128）

清寒愛心便當，捐款金額 新台幣： 元整（陽信銀行-營業部 001420114661）

※請記得填寫您的大名，本會收到捐款後會儘速將收據交給您，感謝您的慷慨捐款！

志工招募回條

班級： 年 班 學生姓名： 家長姓名： 聯絡電話：

願意協助：家長會辦公室輪值，時間：星期_____ 10:00-13:00 13:00-16:30 18:30-21:00

電腦高手、網頁維護管理。 活動支援 其他： 抱歉，無法參加！

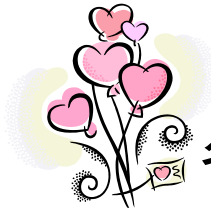
※請將回條送回家長會辦公室，謝謝您！



榮譽榜

104 學年度下學期-本學期 8 月

日期	事蹟	公告處室
2016/3/10	恭賀本校田徑隊參加港都盃全國中學校田徑錦標賽 1 銀 1 銅	學務處/體育組
2016/3/10	狂賀本校田徑隊參加臺北市中等學校運動會獲 4 金 3 銀	學務處/體育組
2016/3/16	賀！廣設科學生參加高雄市廣告創意協會第六屆台灣創意之星設計獎榮獲佳績	廣設科
2016/3/16	賀！廣設科 222 賴廉哲榮獲 2016 麥當勞設計大賞最佳創意獎	廣設科
2016/3/16	賀本校參全國青年盃排球錦標賽榮獲第三名	進修學校/體育組
2016/3/29	賀本校柔道隊參加臺北市青年盃柔道錦標賽獲 6 金 4 銀 1 銅	學務處/體育組
2016/3/29	賀本校田徑隊參加全國青年盃田徑錦標賽獲 1 銀 1 銅	學務處/體育組
2016/3/29	賀本校田徑隊參加 105 年全國中上學校室內撐竿跳高錦標賽獲 1 金 1 銀 1 銅	學務處/體育組
2016/3/29	賀本校田徑隊參加 105 年臺北市春季全國田徑公開賽獲 2 金 1 銀等佳績	學務處/體育組
2016/3/31	賀！320 林貞瑜參加「天天想你攝影展徵件」作品入圍	廣設科
2016/4/12	恭賀本校獲北投士林區群組校際體育交流羽球賽冠軍	學務處/體育組
2016/4/20	狂賀！本校 105 學年度繁星計畫同學表現亮眼！錄取百分百	教務處/註冊組
2016/4/25	賀！本校榮獲臺北市 105 學年度特殊優良教師選拔榮譽	教務處/教學組
2016/4/27	賀！本校廣設科 221 張佑齊同學參加第 46 屆全國技能競賽北區初賽榮獲佳績	實習處
2016/5/3	賀本校體育班參加 105 年全中運獲 1 金 2 銀等佳績	學務處/體育組
2016/5/9	賀~本校學生參加中學生網站第 1050315 讀書心得寫作比賽，榮獲佳績！	圖書館
2016/5/10	賀 本校女壘隊獲臺北市教育盃壘球賽 冠軍	學務處/體育組
2016/5/10	賀 本校棒球隊獲臺北市教育盃壘球賽 殿軍	學務處/學活組
2016/5/19	賀！本校師生參加第六屆全國暨海外教育盃電子書大賽榮獲佳績	圖書館
2016/5/20	賀~本校學生參加中學生網站第 1050331 梯次小論文寫作比賽榮獲佳績！	圖書館
2016/5/24	賀 本校柔道隊參加 105 年全國柔道錦標賽獲 1 金 1 銀 2 銅	學務處/體育組
2016/5/25	狂賀~進 206 代表學校參加 104 學年度英語讀者劇場比賽獲得全市第 3 名	教務處/教學組
2016/5/30	狂賀！105 學年度四技二專統一入學測驗，本校成績輝煌	教務處/設備組
2016/6/6	狂賀 108 班吳家如代表中華台北獲亞洲青年田徑賽撐竿跳高銅牌	學務處/體育組
2016/6/6	賀 208 班江家慶獲選 2016 亞洲青少年柔道錦標賽國手	學務處/體育組
2016/6/14	狂賀！本校學生參加 105 年德明科大專題製作競賽榮獲佳績	教務處/實研組
2016/6/30	賀！本校榮獲臺北市 105 年度卓閱學校獎，共 3 位教師、8 位同學獲獎。	圖書館
2016/7/6	夜間部暨進修學校各管道升學榜單，賀 305 余莉芃等人大學個人申請及技優甄審上榜。	進修學校/註冊組
2016/7/14	105 高職優質化輔助方案—「特色高職微電影」~士商四月天獲優等獎	圖書館
2016/7/22	104 學年度高三甄選入學榜單，賀 306 吳心怡等人金榜題名	教務處/註冊組
2016/7/26	104 學年度夜間部暨進修學校升學榜單，賀 302 黃祖邦及 401 林君如等人錄取	進修學校/註冊組
2016/7/27	狂賀！本校學生參加臺北市政府「紫錐花運動形象公仔設計比賽」榮獲佳績	教官室
2016/8/2	賀！108 班宋品璇參加新北勢土城區區訓格言盃學生書法比賽榮獲佳作	教務處/教學組
2016/8/2	104 學年度高三畢業生登記分發榜單，賀 301 江奕輝等人上榜	教務處/註冊組
2016/8/10	夜間部暨進修學校聯合登記分發榜單，賀 304 徐慧婷、402 藍鵬歡等人榜上有名	進修學校/註冊組
2016/8/16	104 學年度高三畢業生技優榜單，賀 306 邱映廷等人金榜題名。	教務處/註冊組
2016/8/25	賀 308 蔡曉萱參加 2016 年亞洲女子極限飛盤邀請賽獲金牌	學務處/體育組



各處室宣導事項

教務處



一、本學年度教務處行政組長及協助行政教師如下：

- (一)教學組長：劉家欣組長；副組長：謝芸芸老師
- (二)註冊組長：林時雍組長；副組長：湯家興老師
- (三)設備組長：林彩鳳組長；副組長：魏郁華老師
- (四)實研組長：陳惠貞組長；副組長：李美齡老師
- (五)特教組長：簡冠瑜組長

二、104 學年度高三畢業生升學表現如下：

- (一)技職日間部繁星：推薦 2 人，錄取 2 人(國立)
- (二)技優甄審：68 位學生申請，共 59 位同學獲正取或備取資格，正取 21 人次。
- (三)大學學測個人申請：市立大學 2 位、私立大學 14 位。
- (四)大學指考登記分發：國立大學 2 位、市立大學 1 位、私立大學 16 位。
- (五)技專甄選入學：國立科大(學院)：168 位，私立科大(學院)：178 位。
- (六)技專登記分發：國立科大(學院)：167 位，私立科大(學院)：188 位。
- (七)104 學年度四技二專日間部聯合登記分發各群國立學校錄取最低分數：
 1. 商管群-國立澎湖科技大學-應用外語系 448.5 分
 2. 外語群-國立金門大學-應用英語學系 444.25 分
 3. 設計群-國立臺南護理專科學校-化妝品應用科 508 分
- (八)104 學年度四技二專日間部聯合登記分發達國立學校最低錄取標準：
 1. 商管群--達最低錄取標準 計 436 人
 2. 外語群--達最低錄取標準 計 88 人
 3. 設計群--達最低錄取標準計 47 人合計 571 人 (共 710 人報名上述三類群統測)符合國立錄取標準者達 **80.4%**
 4. 其他類群--達最低錄取標準 計 39 人 (共 57 人報名工管、幼保、家政生活、餐旅、日語、藝術影視、衛護等其他類群統測)(本校畢業生 816 人，含綜職班 15 人，體育班 14 人)

三、教務處重點工作

- (一)105 年度課程與教學設計領先計畫的推動與執行。
- (二)持續推動 105 學年教師專業發展評鑑，本次期程採初次多年期(3 年)的方式。
- (三)104 學年教專辦理情形：(統計至 105 年 8 月 18 日)

1. 104學年度共有172位教師參加，其中161人取得教專初階證書。
2. 104學年度進階人員培訓第2年共17位，至104學年度取得進階評鑑合格教師共28位，本校將有56位進階教師。教學輔導教師已培訓7人(申請證書中)，本校將有17位教學輔導教師。
3. 104學年度完成並新申請初階證書者者，共6位。待申請通過後，全校將有167人取得初階證書。

序號	學年度	教專資格證明書類別			
		參加人數	初階證書	進階證書	教學輔導教師
1	103	154	93	23	10
2	104	172	167	56	17
3	105	175	173	77	19
註：105學年度為預估人數					

- (四)持續開發校本特色課程、研擬因應107年新課綱課程。
- (五)高職優質化輔助方案子計畫的執行。
- (六)加強招生宣導工作。

四、105學年度第1學期各項重要考試日期

日期	考試項目	備註
8月30、31日	高二、三複習考	
10月11、12、13日	全校第1次期中考	
10月20、21日	高三第1次模擬考	將公告班級成績排名
11月30日、 12月1、2日	全校第2次期中考	
12月19、20日	高三第2次模擬考 20日 高一(英文)、 高二(數學)學業競賽	將公告班級成績排名
1月16、17、18日	全校期末考	

- (一)請家長留意孩子的考試日期，隨時關心孩子是否有固定的讀書時間。
- (二)其他重要行事，請參看學校行事曆。

五、學生學習評量辦法：

臺北市立士林高級商業職業學校學生學習評量補充規定

103.06.30 校務會議修訂

【適用於 103 學年度起高一、高二、高三之學生】

第一章總則

- 一、依據民國 103.01.08 日臺教授國部字第 1020127904A 號令修正「高級中等學校學生學習評量辦法」全文 28 條規定訂定之。
- 二、職業學校學生成績評量，包括下列二類：
 - (一) 學業成績：採百分制評定。
 - (二) 德行評量：依行為事實綜合評量，不評定分數及等第；其項目如下：
 1. 日常生活綜合表現與校內外特殊表現：考量學生之待人誠信、整潔習慣、禮節、社團活動、參與校內外競賽情形及對學校聲譽之影響等。
 2. 服務學習：考量學生之班級服務、尊重生命價值、規劃生涯發展、提升生活素養、體驗社區實際需求，具備公民意識及責任感等。
 3. 獎懲紀錄。
 4. 出缺席紀錄。
 5. 具體建議。

第二章 學業成績評量

- 三、學業成績評量以學期為單位，採百分計分法，以一百分為滿分，六十分為及格。特殊身分學生另行規定辦理。各項(科)目成績取整數，學期成績及畢業總成績取小數第一位，第二位均四捨五入。
- 四、學業成績評量應參照學生身心發展與個別差異，並依學科及活動之性質採擇多元適當的方法。評量分為日常評量及定期評量：
 - (一) 日常評量，每一科目日常評量成績之計算，以在一學期內日常評量各項分數平均之。每一科目得依其性質酌用下列方法辦理：
 - 1、口頭問答 2、演習練習 3、實驗、實習 4、閱讀報告 5、作文 6、隨堂測驗 7、調查採集等報告 8、工作報告 9、其他。
 - (二) 定期評量
 - 1、期中考試，得視其每週教學時(節)數之多寡，每學期舉行一至二次。每一科目期中考試成績之計算，以在一學期內之期中考試分數平均之。
 - 2、期末考試，於每學期終了時每一科目就全學期所授之教材考試之。
 - (三) 每一科目之日常評量、期中考試與期末考試三項成績，合計為學期成績，除課程綱要另有規定外，其所佔成績比率，日常評量佔百分之四十、期中考試佔百分之三十，期末考試佔百分之三十。
- 五、體育科目成績之評量，包含運動技能、運動精神及學習態度、體育常識三項。三項成績合計為學期成績，其中運動技能成績佔百分之五十，運動精神及學習態度佔百分之二十五、體育常識佔百分之二十五。

- 六、身心障礙，不適隨班上課之學生應依課程標準另行設計活動，其運動技能成績之評量標準，由本校體育教學研究會研訂。

第四章 成績處理結果

- 七、學生在一學期內，對於某一科目缺課之時(節)數(因公假、病假、產前假、娩假、流產假、育嬰假、生理假、喪假或其它特殊事故經學校核准給假者除外)，達該科目全學期教學時(節)數三分之一時，該科目成績以零分計算。於每學期上課結束日由學務處提供『缺課達全學期上課總節數三分之一名單』給教務處。
- 八、學生於定期評量時，因故不能參加全部科目或部分科目之評量，依學生請假規則，報經學校核准給假者，准予補行考試，其成績按實得分數計算；但無故缺考者，不准補行考試，其缺考科目之成績以零分計算。
- 九、新生及轉學生入學前，已修習及格之科目與學分，經審查符合課程要求，或必要時經甄試及格者，得列抵免修，不及格或未修之科目學分均應重、補修；其審查及學分抵免規定，依「士林高商轉(科)部、轉學生學分抵免實施要點」辦理之。
- 十、學校對於資賦優異學生，得辦理學科免修鑑定。經鑑定合格者，得免修該學科該學期或學年有關之課程或科目，並授予學分，其學科成績以鑑定之分數登錄之。前項學科鑑定規定，由教學研究會定之。
- 十一、學生取得之校外學習成就或教育訓練，經審查符合課程要求，或經甄試及格者，得列抵免修；其審查及學分抵免規定，由臺北市政府教育局定之。
- 十二、學期學業平均成績之計算，為各科目學期成績乘以各該科學分數所得之總和，再以所修習之總學分數除之。各學期(含寒暑修)修習學分數總和除成績積分總和為畢業學業成績。
- 十三、學生及其家長或監護人對成績評量有疑義時，得向學校提出申請覆查。
- 十四、學生若因興趣不合，得申請參加轉科考試，惟當欲轉入科總人數低於教育局核定之班級人數時，始可申請；其餘相關規定依本校學生轉科辦法辦理。
- 十五、學生若因故須辦理休學者可提出休學申請，每次以一年為限，最多二年。
- 十六、重補修實施方式依「臺北市立士林高級商業職業學校重補修實施計畫」辦理。學生參加技能檢定及格者，可依「士林高商技能檢定及格抵免重修實施要點」辦理抵免重修。
- 十七、未能畢業之延修生，補修每一學分收費四百八十元整，如重修學分費超出註冊費用時，按該年級學雜費標準收費。
- 十八、學生除因公假外，全學期缺課節數達教學總日數二分之一者，應辦理休學。學生曠課累積達四十二節，經提學生事務會議通過後，應依據本校學生獎懲規定與相關程序輔導及安置。
- 十九、學生成績優異，在規定修業年限屆滿前一學期或一學年修滿該科組應修學分，且符合畢業條件者，得准提前畢業。

本補充規定經校務會議通過後實施，並報請臺北市政府教育局備查。

學務處



一、學務處

學務處成員介紹

- 學務主任：吳鳳翎（電話 28313114 分機 301）
學生活動組組長：林文超（分機 305）
體育組組長：張祐慈（分機 306）
衛生組組長：林邵洋（分機 304）
生輔組組長：廖貞惠（分機 704）
相關問題，歡迎家長電話聯繫



學務處與學生家長互勉

教育家普遍認同，學生的潛能有多種面向，根據美國哈佛大學教育研究所教授豪爾·迦納(Howard Gardner)：人類的智慧分為七種：「語言」、「邏輯-數學」、「空間」、「肢體-運作」、「音樂」、「人際」、「內省」，並將這七種智慧稱之為多元智慧(MI)，以鼓勵充分發掘學生潛能，適性發揮。

本校十分重視學生品德教育，並鼓勵學生發揮多元興趣、健康成長，學習尊重與關懷，以備將來進入大學或社會中，奠立良好的基礎。

近來有關校園霸凌的事件引起社會各界的關注，家長們更關心自身子弟的安危。本校已訂定有加強防治校園霸凌三級預防具體做法，加強校園安全管理、學生輔導及防治校園霸凌宣導，期使學生能在友善校園中快樂學習。

臺北市政府教育局以**善閱讀、勤運動、能尊重及友善學校**作為施政重點中五大具體行動之一項，本校將持續配合推動晨讀、班級文庫、閱讀 100 本好書及辦理各項班級運動競賽等活動。本校於 105 學年度第 1 學期依照本校學生的特質，學生活動主要工作重點在敬師、責任、尊重三項品德教育核心價值，以推動「優質文化、品德校園」。

希望家長在家庭教育中共同配合推動，讓本校全體學生成為一個尊師重道、關懷社會、感恩惜福、自我負責的時代青年。

學務處工作目標

1. 安排動靜有序的校園環境，希望培養『創意、整潔、禮貌、公德心、責任感』學習知識與技能，成為對社會有貢獻的公民。
2. 安排各種體育、社團、週會、班會等活動，並舉辦各項校園活動與競賽，開發同學多元智慧、建立自信的人格。
3. 透過服務學習、清潔活動，培養學生榮譽感與責任心，並鼓勵學生的優點，培養健康快樂的人生觀。



教官室

壹、校園安全：

校園安全維護有賴學校、警方與家庭共同持續不斷的檢討與配合，經由教育與警政資源之整合，才能有效防範各項危害校園事件發生，藉此保障學校師生安全，促成友善校園目標之實現。臺北市教育局反霸凌及本校校安通報專線：

- 一、臺北市教育局反霸凌專線：『市民熱線 1999』轉 6444
- 二、本校校安通報專線：02-28330218，反霸凌專線：02-28330218
- 三、本校反霸凌信箱：anti-bulling@slhs.tp.edu.tw 或進入本校網頁之下方處反霸凌信箱點選進入。

貳、學生校外輔導委員會：

一、未滿 18 歲之學生，不得於上課時間內及夜間十二時以後於網路咖啡店消費或滯留；

未滿 15 歲之學生，不得於夜間十時以後於店內消費或滯留。

二、同學因補習、打工而較晚返家時，請多留意夜歸時是否有陌生人跟蹤，搭乘計程車請謹慎選擇，上車後請撥電話告知家人（朋友）搭乘車輛車牌、司機姓名，並預估到家時間，以維安全；並提醒同學注意服裝勿暴露。

三、綁架詐騙（轉載節錄自臺北市警察局防制詐騙專區）

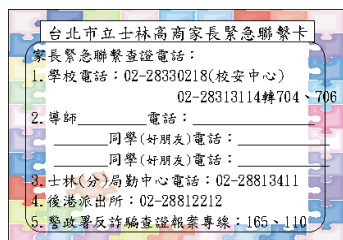
（一）案件發生時之守則：

- 1、如果家中接獲不明電話告知發生遭綁架事件，請秘密報警處理，警察會協助您如何應付歹徒，與警方充分合作，絕大多數的案件受害者都可以平安歸來。
- 2、如歹徒來電，先要求確認被綁者是否安全，如確認安全，則與歹徒約定一個代號
- 3、凡其來電先報代號，以免其他歹徒藉機勒索。
- 4、對歹徒遺留之現場痕跡，及各種錄音帶、照片均需保持原狀。

（二）家庭預防守則：

- 1、充分了解孩子的作息時間、地點及養成外出一定告知行蹤的習慣。
- 2、常與學校聯繫，勤於參加學校舉辦的各種活動，並知道班級導師的辦公室與晚上的聯絡電話與住址。學校電話：2831-3114 轉（301 學務處）（705 教官室）（511 輔導室）（801 夜間部）。

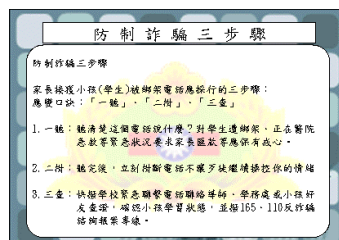
（三）請各位家長協助參予「家長緊急聯繫卡」（如下圖）討論及共同填寫，每位家長請平常攜帶於身上等，以便接獲詐騙電話時能緊急聯絡。



台北市立士林高商家長緊急聯繫卡

家長緊急聯繫查證電話：

1. 學校電話：02-28330218(校安中心)
02-28313114轉704、706
2. 導師 電話：_____
同學(好朋友)電話：_____
同學(好朋友)電話：_____
3. 士林(分)局勤中心電話：02-28813411
4. 後港派出所：02-28812212
5. 警政署反詐騙查證報案專線：165、110



防制詐騙三步驟

防制詐騙三步驟

家長接獲小孩(學生)被綁架電話應採行的三步驟：
應變口訣：「一聽」、「二掛」、「三查」

1. 一聽：聽清楚這個電話說什麼？對學生遭綁架，正在醫院急救等緊急狀況要求家長匯款等應保有戒心。
2. 二掛：聽完後，立刻掛斷電話不讓歹徒繼續操縱的情緒。
3. 三查：快撥學校緊急聯繫電話聯絡導師、學務處或小孩好友查證，確認小孩學習狀態，並撥165、110反詐騙諮詢報案專線。

參、弱勢關懷：

一、校內急難救(慰)助金申請：

- (一)學期初申請應於開學 20 日內依規定提出申請(含資料完備)，學期中申請應於每月 10 日前申請(含資料完備)，始得請領次月補助金，否則不予以辦理追補相關補助金。
- (二)急難慰助金不受上述時程限制，惟應完成相關資料完備及繳交備審。申請表可向班級導師或學校承辦單位領取。

二、教育儲蓄戶申請：

- (一)因經費勸募資源有效，主要以學生「教育生活費」為主要支應(出)。
- (二)專戶內相關明細、申請表及訪視紀錄等公開資訊，可於學校網站上專頁查詢並下載。

三、教育部學產基金申請：

- (一)申請資格、相關準備資料或文件等訊息可於網頁上 (<http://edufund.cyut.edu.tw/HomePage/BoardShow.aspx>) 查詢。
- (二)另相關申請表格或申請方式等可逕向教官室索取並詢問。

四、校外急難救(慰)助金申請：

- 長期提供本校學生申請計有「行天宮急難救助金 (<http://www.ht.org.tw/ed2.html>)」及「財團法人台北市政府教育局認助清寒學生基金會 (http://203.71.210.5/aid_fund/index.html)」等 2 項，相關申請表均可於學校教官室網頁內下載或逕至教官室索取。

★上述 3 項申請，均應由導師或輔導老師協助學生完成提出及申請程序，以維個人權益。

肆、交通安全

- 一、為維護師生上、放學及用路人安全，請勿於校門黃網區及人行道兩旁之紅線區域迴轉及臨停，以維護學生安全，讓交通更順暢。請騎車及開車接送的家長配合，讓同學由右方車門上下車；校門口之紅線及公車站請勿臨時停車，亦請勿在門口違規迴轉，以免影響後面來車，造成交通壅塞。學生上放學的安全需要您的幫忙、學生的健康需要您的培育，請各位家長做個優良的示範，讓同學從做中學，短程距離鼓勵孩子徒步上學以促進健康。



二、學生年滿 18 歲已考取機車駕照，在家長同意後，可向學校申請機車停車證，奉核可後即可騎機車到校（校內備有停車棚，但不可搭載同學），另請家長叮嚀貴子弟勿危險駕駛並遵守交通規則及學校相關規定，以維自身安全。

三、反手開車門宣導：

基隆市警察局交通隊認為使用離車門較遠的手開車門，雖然感覺奇怪、不順手，但經過實際操作，發現可強迫自己轉動肩膀和頭部，透過車窗直接查看後方來車，方便判斷對方行進速度和方向，同時拿捏力道緩慢開門，因此這個習慣(觀念)值得推廣民眾參考，避免不當開啟車門衍生意外。請您接送孩子上、下學時一定要注意，提醒孩子反手開車門以維安全。

四、校園週邊交通狀況現況分析：

觀察校園周邊交通事故發生點位與區域特性，發現大部分集中於士商承德路口以及中正路上各主要路口，另學校鄰近天文館、兒童新樂園等人潮聚集，16 時至 18 時為事故發生最高時段，另經實勘發現，士商路及基河路交岔口：路寬、車多、駕駛人車速度較快，地理位置也最近本校。

(一) 士商路 137 號旁馬路：無紅綠燈管制，車少、駕駛人車速度較快。

(二) 中正路與士商路口：車多、人多、小車都在搶道、人行通過斑馬時間僅有 50 秒

(三) 中正路捷運站附近：車多、人多、小車都在搶道、公車併排。



五、本校交通搭乘參考：(詳細搭乘資訊請參見家長日資料網路版)

(一) 捷運資訊：淡水信義線「士林站」下車步行約 15 分鐘可達 或轉聯營 620、223、302、206、255、304、250、508 於士林高商或陽明高中站下車。或轉搭紅線接駁公車 3、12 於士林高商站下車。

(二) 公車資訊：(詳如下圖)

站名	可搭乘公車
陽明高中	206、223、250、255、255、26、288、288、302、304、508、536、601、620、68、紅 10、紅 15、紅 7、紅 9
天文館	紅 12
兒童新樂園	紅 30、288、41
士林高商	255、620、41、紅 30、557
士林區行政中心	47、68、250、255、304、310 公車、508、515、516、618 620、303
士林	68、203、216、218、224、266、277、280、290、308、310、508、601
外縣市直達	基隆客運、中壢客運

公車資料來源：臺北市政府交通局

伍、春暉專案：

- 一、本校「春暉專案」工作旨在—「防制學生藥物濫用」、「消除菸害」、「預防愛滋病」、「拒絕酗酒」、「禁止嚼食檳榔」。其目的在於協助學生遠離有害物質，宣導健康觀念，進而維護學生身心健康。
- 二、請各位家長協助勸導貴子弟養成良好之生活習慣，規劃健康而有意義之學習生活，勿深夜遊蕩，拒絕毒品誘惑、不吸食毒品、不吸菸、不酗酒、不嚼食檳榔，倘若有長期精神不佳，生活作息不正常，缺曠狀況嚴重暨吸食毒品之情事發生時，請儘速與本校教官室聯絡（02-28313114 轉 708），以便協助辦理尿液篩檢及輔導戒治等相關事宜。
- 三、有關於毒品相關條例及法令，請各位家長參考附件一；另外，要如何觀察子女是否有可能已經接觸青少年常用毒品，相關資訊請參考附件二之反毒摺頁及要領，並請各位家長隨時留意孩子的狀況。
- 四、本校「特定人員」清查及尿液篩檢作法說明：
 - （一）藥物濫用特定人員清查條件：（依據臺北市教育局北市教軍字第 10531610400 號函「104 學年度第 2 學期特定人員清查一案」）
 - 1、曾有違反毒品危害防治條例行為之各級學校學生（包括自動請求治療者）。
 - 2、各級學校之未成年學生，於申請復學時，認為有必要實施尿液採驗者。
 - 3、有事實足認為有施用毒品嫌疑之各級學校學生。
 - 4、前三款以外之未成年學生，各級學校認為有必要實施尿液檢驗，並取得其父母或監護人同意者。
 - 5、為有效防制毒品進入校園，如師長發現發現不明藥丸或藥粉，可

送至教官室進行檢測；如學生疑似有濫用藥物之情事，亦請告知教官室配合進行尿液篩檢，以維護學生之身心健康。

(二) 依據臺北市政府教育局規定，於開學 2 週內依類別建立名冊並召開審查會議，簽請校長核定後送局。另依教育部規定，自 99 年度起，凡經檢、警發現學生有藥物濫用事實，而該生卻未列入校內「特定人員」名冊者，依規定議處。

(三) 依據「各級學校特定人員尿液篩檢及輔導作業要點」規定，各級學校於每學期開學、連續假期及長假後依特定人員名冊進行抽驗，或發現學生施用或持有不明藥物、有精神或行為異常，經觀察或以其他方式認為有施用毒品嫌疑者，得隨時採驗。

五、本校為落實「春暉專案」工作，特別針對吸菸同學，結合衛生署國健局戒菸專線服務中心，專線 0800-63-63-63 免費提供戒菸服務，也會不定期的配合醫院及健康中心辦理戒菸班，期許透過這些方式協助學生遠離菸害，維持校園清新及健康校園，亦希望家長主動協助配合督促輔導，以維貴子弟之身心健康。如孩子已滿 18 歲，也可考慮各縣市醫院開立之戒菸門診。

六、近年來青少年網路交友盛行，請各位家長注意子女交友狀況，維持兩性關係正常交往，注意安全並妥採安全防護措施，以有效防治愛滋病暨自身安全。

(一) 學校有關規範摘錄如下：

- 1、攜帶菸品、檳榔、酒(含酒精性飲料到校)，以小過簽處。
- 2、吸食或注射違禁藥(毒)品者，以大過簽處。
- 3、攜帶違禁藥(毒)品者，以大過簽處。
- 4、販售或贈與違禁藥(毒)品者，以大過簽處。
- 5、違反上列事項特別嚴重者，將送交獎懲委員會處理。

(二) 菸害防制法修正案，摘錄重點如下：

- 1、第 12 條及 28 條規定未滿 18 歲者不得吸菸，父母、監護人或其他實際為照顧之人應禁止未滿 18 歲者吸菸；違反者，應令其接受戒菸教育，行為人未滿 18 歲者且未結婚者，並應令其父母或監護人使其到場。無正當理由未依通知接受戒菸教育者，處新臺幣 2 仟元以上壹萬元以下罰鍰，並接次連續處罰；行為人未滿 18 歲者且未結婚者，處罰其父母或監護人。
- 2、第 15、16、31 條高級中等學校以下學校、圖書館等及其他供兒童及少年教育或活動為主要目的之場所全面禁菸，違反者處新臺幣 2

仟元以上 5 萬元以下罰鍰，並限期改正；屆期未改正者，得按次連續處罰。

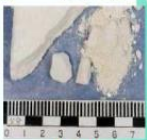
3、第 20 條各機關學校應積極辦理菸害防制教育及宣導。

附件一

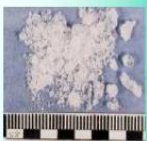
分級	第一級毒品	第二級毒品	第三級毒品	第四級毒品
常見濫用藥物	海洛因、嗎啡、鴉片、古柯鹼	安非他命、搖頭丸、大麻、搖頭丸、一粒沙、美沙冬	FM2、小白板、丁基原啡因、K他命、一粒眠	蝴蝶片、安定、煩寧、可待因
製造運輸販賣	死刑或無期徒刑，得併科二千萬元以下罰金	無期徒刑或七年以上，得併科一千萬元以下罰金	五年以上，得併科七百萬元以下罰金	三年以上十年以下，得併科三百萬元以下罰金
轉讓	處一年以上七年以下有期徒刑，得併科新臺幣一百萬元以下罰金	處六月以上五年以下有期徒刑，得併科新臺幣七十萬元以下罰金	處三年以下有期徒刑，得併科新臺幣三十萬元以下罰金。	處一年以下有期徒刑，得併科新臺幣十萬元以下罰金。
施用	六月以上五年以下	三年以下	一萬元以上五萬元以下罰鍰，並接受四小時以上八小時以下講習	一萬元以上五萬元以下罰鍰，並接受四小時以上八小時以下講習
持有	三年以下、拘役或五萬元以下 大量持有加重罪刑： 持有10公克以上者，處一年以上七年以下有期徒刑，得併科一百萬元以下罰金	二年以下、拘役或三萬元以下 大量持有加重罪刑： 持有20公克以上者，處六月以上五年以下有期徒刑，得併科七十萬元以下罰金	一萬元以上五萬元以下罰鍰，並接受四小時以上八小時以下講習 大量持有加重罪刑： 持有20公克以上者，處三年以下有期徒刑，得併科三十萬元以下罰金	一萬元以上五萬元以下罰鍰，並接受四小時以上八小時以下講習 大量持有加重罪刑： 持有20公克以上者，處一年以下有期徒刑，得併科十萬元以下罰金

1

氾濫時期： 91年以前



海洛因



甲基安非他命

濫用族群：毒品列管人口

91年以後



MDMA、MDA、PMMA
等安非他命類毒品



愷他命

娛樂場所從業者及消費者

100年開始



Mephedrone (喵喵)、1k-MDMA、MDPV (浴鹽)
等安非他命類毒品

娛樂場所從業者及消費者



毒花草茶



毒茶包



毒咖啡奶茶包



毒咖啡包



毒果凍

「毒」百害
無「毒」有我

一青少年常用毒品 ~
“K他命”與“一粒眠”

家長教戰手冊

臺北市政府教育局 印製

K他命的吸食方式

口服

藥錠形狀的K他命

壓碎成粉末
以鼻子吸食

拉K

拉K後鼻子內
側固體可能殘
留粉末顆粒

拉K後鼻子會
不停流鼻水

目前坊間的K他命有各種形狀與口味，K菸的形狀與一般菸罈也幾近相同，由於鑲入菸中吸食和拉K是青少年最常使用的施用方式，所以最好的防制方法就是不讓孩子吸菸

正常菸與K菸

K菸

K菸的擺放方式

不是只有這樣的擺放才需要注意哦！

實習處

一、本處室工作團隊

實習主任：周靜宜；實習組長：翁聖恩

技能檢定組：許瑛翎；幹事：蔡志雄

商經科主任：劉敏慧；會計科主任：李淑慎

國貿科主任：翁英傑；資處科主任：徐必大

廣設科主任：邱玉欽；應外科主任：余美惠

請指教！

二、感謝家長會長期以來對實習處的支持及協助。希望在新的學期裏繼續給與支持與協助。

三、104 學年度工作計劃執行結果如下：

(一) 士商四月天商業季活動：

(1) 商業季成績評定：105 年 4 月 9、10 日辦理日高二學生商業實習活動已完成。各項競賽成績評定如下：

名次 項目	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名	備註
營業計畫	216	209 217 222			211	
設立登記	201	202 211		221	210	
海報設計	222	220	209	221	210 218	
店面佈置	221	222	220	202	219	
環境衛生	205 221		220	215	222	
財務報表	211	205 215		216	202	
稅務申報	205 212 215			202	201 203	
美食獎	207	217	213			第 1 天
	208	218	210			第 2 天
總成績	216	211	202	210	215	商管群
	222	221	220	219	217	非商管群

- (2) 商業季商業實習獎勵：
每單一獎項及總成績第一名\$400、第二名\$300、第三名\$200、第四名\$100。
- (3) 104學年度「士商四月天商業季-實習商店」活動結束，各參與班級基於回饋心理，捐助學校「急難慰助金」共計\$26,800元。
- (4) 「士商四月天-商業季」刊物第五期業已編輯完成，共發行2,500份，歡迎家長參閱指教。
- (5) 105學年度士商四月天商業季活動預訂於105年4月8、9日辦理，相關業務已陸續進行中；敬請貴家長屆時蒞臨指導及協助宣導，並共同參與孩子的活動。
- (6) 本學期將利用週會時間針對日高二各小組負責人舉行商業季活動的說明會，以利下學期活動進行。
- 9月23日宣導說明會
 - 10月14日籌備會
 - 10月21日營業計畫講座
 - 11月11日設立登記講座
 - 12月16日海報設計暨店面佈置講座

(二) 104學年度畢業生丙級技術士證通過率76.6%，乙級技術士證通過率12.51%；取得丙級證照總數1371張，人證比為115.11%，取得乙級證照總數149張，人證比為12.51%。

四、本校技能檢定目標為「一科一證照」，在校期間須報名參加下列檢定項目：

- (一) 商業經營科：電腦軟體應用丙級
- (二) 會計事務科：會計事務(人工記帳)丙級
- (三) 國際貿易科：國貿業務丙級或電腦軟體應用丙級
- (四) 資料處理科：電腦軟體應用丙級
- (五) 應用外語科：全民英檢或多益
- (六) 廣告設計科：視覺傳達丙級

五、105學年實習處點工作項目：

- (一) 士商四月天-商業季深化與轉型。
- (二) 規劃並推動校內外實習課程之實施。
- (三) 規劃專業教師赴業界實習或研習相關事宜。



輔導室

- 一、本校家長諮詢服務專線(若您有關於孩子在升學、親子溝通、交友或生活適應上的任何問題，除平日可與孩子的導師保持聯繫外，亦歡迎與輔導老師討論)：

主任輔導教師:趙慧敏(2831-3114 分機 511)

負責班級	輔導老師	聯繫分機
進修學校	楊孝媛老師	514
101-122	姜金桂老師	516
201-212、217-219	吳佳珊老師	512
213-216、220-222、313-316、320-322	林詠齊老師	513
301-312、317-319	游青霏老師	515

- 二、歡迎學生家長或熱心輔導工作人士，具有專業知能者加入本校認輔工作行列，協助陪伴本校適應困難學生的成長，詳情請洽輔導室吳佳珊老師或趙慧敏主任。
- 三、請以包容尊重、關愛支持的態度對待孩子；勿因課業壓力造成適應挫折導致自傷事件，請勿以成績優劣責備子女。鼓勵孩子參加社團活動，培養正當休閒活動，平日注意孩子課業壓力、情感挫折、親子溝通、人際關係等，以預防自我傷害之發生，尤其是遠道就讀的學生生活、學業之壓力要特別留意，可參考教育部委託中國輔導學會增修之「校園自我傷害防治處理手冊」，請參考運用(教育部→單位介紹→訓育委員會→刊物彙集→綜合類)。
- 四、歡迎大家踴躍參加校內外的家長成長研習，有關本校本學期校內研，請參看附錄「**父母成長的天空**」，平日校外單位辦理的家長成長研習活動，歡迎家長隨時上本校行政單位→輔導室網頁→教師篇→教師研習→校外研習網頁。
- 五、歡迎家長參加**家庭教育線上研習**(教育部數位學習服務平台家庭教育線上研習)，於12月9日前完成線上研習並取得證明的家長，視同參加校內家長成長研習，您的子女將可獲得**嘉獎乙次敘獎**。詳情請見附錄「父母成長的天空」。(研習網站登入方法請見學校首頁9月8日公告)
- 六、歡迎家長參加「**傾聽，讓我們更靠近~親子分享單**」活動，填寫親子分享單，擬定及嘗試執行「**親子愛的時刻實驗計畫**」，並於**12/2完成活動回饋表填寫的家庭**，貴子弟將可獲得**嘉獎乙次鼓勵**。(詳情請見學校首頁9月12日公告，或洽詢輔導室)
- 七、本校訂有生涯輔導計畫，針對高一、高二、高三學生生涯輔導方面，輔導室有一系列之班級輔導主題，高二除資處科、廣設科外另開有生涯輔導課程。指導學生如何準備甄選入學之備審資料，高三除定期提供書面資料外，本校「**生涯處處是綠洲—升學進路輔導手冊【106年度修訂版】**」，目前正修訂中。預計在下學期開學後(三月上旬)，印製、出刊

發給應屆畢業班之學生。也歡迎全校師生及家長上本校行政單位→輔導室網頁→學生篇→生涯輔導→班級輔導→高三班級輔導→甄選面試或選填志願。

八、網站資訊：認識孩子的網路世界~網路素養家長篇，敬請參考利用。

http://www.eteacher.edu.tw/iframe/faq_friendlyprint_20070730.pdf

九、繫上紫絲帶愛家零暴力，當您看見或聽聞家暴，您可以發揮旁觀者關心及協助精神，主動關心或撥打通報專線 113、110，就有機會協助一個家庭免於暴力。

十、民國 104 年 2 月 4 日總統府頒布「家庭暴力防治法部分條文修正案」，第 14 條將目睹暴力之兒童及少年納入保護令保護範圍。詳見修正案全文。

十一、轉知：教育部「《消除對婦女一切形式歧視公約》簡稱 CEDAW」訊息，詳情請見網站：教育部「性別平等教育全球資訊網」→中文版→社會推展→宣導資料專區→大學篇→CEDAW 消除對婦女一切形式歧視公約線上觀賞。

十二、每年 8 月第四個週日為祖父母節，今年是 8 月 28 日(週日)，台北市家庭教育中心(<http://www.family.taipei.gov.tw/>)經常辦理婚姻教育、親職教育等課程或活動，歡迎家長踴躍參加。

十三、萬一不幸，您的子女遭受性騷擾性侵害或性霸凌事件時，除可依法提出告訴，使加害人接受法律制裁外，若加害人為在校(含他校)學生或老師身份，則可以協助子女至學務處啟動校園內申請(檢舉)校園性侵害性騷擾或性霸凌事件申請調查，若經調查屬實，將對加害人行政上之懲處(詳情請見本校網頁校園性侵害或性騷擾防治規定)，本室已將性別平等教育相關法規，如校園性侵害性騷擾或性霸凌防治規定、本校學生懷孕事件預防及處理辦法等(詳細內容請上本校首頁→性別平等教育→法令規章)

十四、生命教育優良參考出版品(影片)參考目錄詳見輔導室網頁。

十五、心理諮商資源網路



機構	實施方式	聯絡方式	地點或網站	負責人員
光智 青少年心理 衛生中心	(夜間)家庭、個案諮詢輔導 17:30~20:30 (星期一至星期五)	(1)2886-2773	臺北市士林區通河街 137 號地下樓	值班人員
	電話預約：09:30~17:00	(2)2885-4250	kuangmhc@ms.17.hinet.net	

臺北市衛生局 「社區心理諮商 服務」	於北投區以外之 11 個行政區健康服務中心(本市民眾持健保卡及掛號費，即可由臨床或諮商心理師提供專業晤談服務)	北投區以外之 11 個行政區健康服務中心	北投區以外之 11 個行政區健康服務中心	心理師
臺北市衛生局 社區心理 衛生中心	電話諮商 09：00~17：00	0800-021995 T：3393-6779 F：3393-6588	臺北市金山南路1段5號 Yu720@health.gov.tw	許昭瑜 小姐
臺北市立聯合醫院松德院區(自殺防治研究中心)	心情專線電話諮商 網 路 諮 詢 (www.tcpc.gov.tw)	2346-6662	臺北市松德路 309 號	值班人員
臺北市 家庭教育中心	幫幫我諮詢輔導專線(星期一至星期五)9:00~17:30(中午不休息)	2541-9981	臺北市中山區吉林路 110 號 5 樓 http://ttaipeifamily.womenweb.org.tw/#	值班人員
友緣基金會	電話諮商(週二至週五下午免費諮詢)	2769-3319	臺北市南京東路五段 123 巷 8 弄 8 號 1 樓	值班人員
社團法人中華白絲帶關懷協會	「家庭網安熱線」網路安全熱線(週一至週五 AM9:30~11:30/PM1:30~3:30)	3393-1885(想想就想你幫幫我)，其他時段請留言或網路諮詢	24 小時網路諮詢： www.cyberangel.org.tw	



附錄~ 好文章欣賞

父母和青少年的教養衝突是好事

教養青少年，總會有衝突，但愈來愈多的研究顯示，衝突也許是好事。衝突處理得當，不但能讓青少年的心理更健康、親子關係更和睦，更影響青少年在家庭外的人際技能。青少年心理學家、《紐約時報》專欄作家麗莎·達穆爾（Lisa Damour），提出給父母的「作戰計劃」。

根據青少年面對衝突的反應，青少年心理學家、《紐約時報》專欄作家麗莎·達穆爾（Lisa Damour）將他們分為4種類型：攻擊型、退縮型、應承型、解決型。

傾向前兩種反應的青少年（升高衝突的攻擊型或逃避衝突的退縮型），最容易出現偏差行為。採取第三種方式而屈服於父母的應承型青少年，最容易出現抑鬱、焦慮等情緒問題。無法处理好與父母間衝突的青少年，在朋友之間甚至感情生活上也容易有相同問題。

養育有正面衝突能力的青少年

能夠正面解決與父母衝突的青少年，不但心理健康狀況良好，且不論他們身在何處，都能享有愉快的人際關係。所以，父母該如何養育能夠正面解決衝突的青少年？研究指出，青少年解決衝突的能力，與他們的成熟度密切相關。成熟的人能夠從別人的角度來思考問題，不成熟的人則不能。當青少年成熟到可以從父母的角度來思考問題時，父母、子女之間的衝突就可以是良性的。當青少年還不成熟時，父母、子女之間只能有惡性衝突。

人類大腦到了10歲的年紀，就應該發展出理解他人觀點的能力。在這個階段，父母應該做個好榜樣，示範如何從他人的觀點來考慮問題。理論上，父母也應該從青少年的觀點來考慮問題，這樣才能教出懂得替別人考慮的孩子。

父母和青少年都要把握衝突學習

可惜研究結果要應用在現實生活中，總不是那麼容易。衝突伴隨著激動，而我們只有在冷靜時能從別人的觀點考慮問題。想像一下：你的青春孩子回家，宣布他這個週末要去一個以前的同學家過夜，那個同學之前因為行為惡劣而被退學了。一般父母都會立刻喊：「絕對不行！」然後一般青少年都會立刻爆發，反抗父母。

如此，你們就失去了一次好好溝通解決衝突的機會。面對任何衝突，為人父母一開始都應該容許孩子提出的可能性，然後引導孩子考慮其他的可能性。例如，你可以

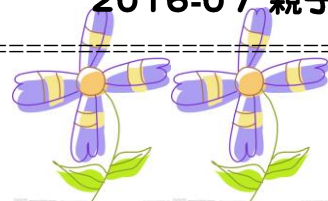


先說：「我不確定那樣好不好。我需要先了解你為什麼要去麥克家過夜。」然後問孩子：「你知道為什麼我不太放心你跟麥克在一起嗎？」

當然，沒有一個爸爸或媽媽或孩子，必須無時無刻的替別人考慮。但我們要時時提醒自己，不要讓小衝突惡化，變成家庭中的毒瘤。在自己的意見和對方的觀點之間求取平衡的同時，你有機會更了解你自己，你的孩子有機會更了解他自己，你們有機會更了解彼此，也為你的青春孩子打下終身的人際技能基礎。

作者：曾多聞

2016-07 親子天下



李崇建：如何和青少年展開有意義對話

面對青少年，家長、老師內心渴望和他們對話，但得到的反應往往是臭臉、不說話或轉身關上房門。經常被拒絕的大人覺得好受傷.....。善於和青少年溝通的名師李崇建親自示範，如何用不指責、不討好、不說教的姿態，和你的青少年，展開5句以上有意義的對話。

「你可以允許孩子做自己嗎？可以當工友，也可以當校長？我們真的允許孩子當自己嗎？」，這是李崇建在上千名國中老師面前，拋出的第一個問題。

孩子越來越難教，是這一代老師和家長共同的感慨。近年來不斷應邀為許多第一線教師演講，操作示範班級經營和師生互動模式的李崇建，7月中，在嘉義中正大學舉辦的2500人大型研習中，針對如何與青少年談心，做了深刻的分析。

教不好孩子 父母師長共同的焦慮

「如果有個學生跟你說，上課好無聊喔！我想要睡覺，此時老師如何就這個議題與他對話呢？請老師試著發展出5句以上的對話。」在教育現場，越來越多老師因為學生課堂上的反應或沒有反應，而覺得受傷，因為「教不好孩子」而產生自責、懷疑和憤怒。李崇建曾遇到過一位老師前來求助，就因為不管他再怎麼努力，班上的一個孩子始終無法被改變，老師竟困惑、失眠了一整年。

家長面對的親子溝通問題，也同樣困難。「請問你們還有在和孩子對話嗎？」李崇建在研習現場統計，父母在家最常與孩子說的話有：「功課做完了嗎？」「你怎麼又做錯了！」「你又忘記啦！」，但這些都不是真正的、豐富的對話，只能算是下指令與要求孩子聽命行事，因此往往只能在5句內結束，達不到親子溝通與情感交流的目的。

大人不妨自問，做為一個大人，你真的還有「興趣」與青少對話嗎？會不會大人想和孩子談的，只是在捍衛自己的價值觀與堅持，包含著既有的期待、命令和答案。

而孩子從小聽到大，早已從過去如銅牆鐵壁的經驗中，學會了應對模式，了解到大人所謂的「關心」，往往夾帶著焦慮，而青少年不想要這樣的關心，因此兩代之間的談話，總是在3、5句之內匆匆結束。

三原則 有效打開溝通的門

如何開啟一道門，讓孩子願意和大人好好說話，而且這對話還能無限開展呢？

李崇建歸納出3大原則：

1. 肢體上保持平穩不搖晃，雙眼專注且平視孩子
2. 語態上維持穩定與一致，也就是不討好、不指責、不說教、不打岔
3. 速度放慢，談話中可善用停頓(至少5到10秒鐘)，為自己和孩子留有餘裕，去內在的真實情感，整個對話過程就會比較安然，令雙方都自在。

李崇建直指這一代父母老師的核心問題，「我們之所以不懂得如何和孩子談心，其實是因為我們連和自己談心都不會，所以先學著和自己談心吧！」，絕大多數大人欠缺對話的能力，是因為我們的父母也不曾和家中孩子有過「對話」，生活中不是說教就是忽略，因此這一代「失落的父母」，要重新學習的是，如何和小孩產生連結與互動。

受傷的大人 先照顧好自己

「我如果很愛孩子，我必得很愛自己」，李崇建提醒，當老師和父母覺得受傷了，「你如何照顧這個內在受傷的自己？」，不妨自問：「你是如何看待自己的？你允許自己挫敗嗎？你能更看重自己努力的過程甚於結果嗎？」，如果大人因為孩子的表現無法滿足預期，而不停的在內心殺伐與自責，反而失去了與自己理性對話的空間，「你連自己的身心都照顧不好，如何談照顧孩子？」

在回答「你可以允許孩子做自己嗎？」這個問題前，也不妨先自問：「你可以允許自己做自己嗎？」如果你自己都不能和自己談心、不能允許自己做自己，此時該優先解決的是自身的問題。李崇建希望父母和老師，將自己過往不被允許的情緒釋放出來，包括恐懼、委屈、挫折種種，避免再將這樣的情緒投射在孩子身上，就讓孩子做自己。

忙碌的大人們，試著每天至少撥出5分鐘，和自己談心，也和孩子談心。擺脫日常性瑣碎的問題，也別只是被動等候孩子來找你說，每天試著從一句話切入，找出可以「穿針引線」的梗來引導，有意識的帶入感受性對話。別急著解決問題，不給期待、命令或答案。不論孩子幾歲，從現在起就試著，創造出一個和諧而平等的對話環境吧！



作者：王韻齡
2016-08 親子天下

附錄~父母成長的天空

臺北市立士林高商 105 學年度第 1 學期

家長暨教師家庭教育研習報名表

項 目	時間及主題	人數及地點	師 資	備 註
一. 專題演講	105/09/24 (六) 13:00-15:30 如何與孩子談性 說愛話家庭	100 人 行政大樓五樓 第三會議室	杜瑛秋老師 (勵馨基金 會研發處總 督導)	報名即錄取，請當日逕 至會場。 ※學校日當天下午。
二. 家庭共學	105/12/02 (五) 13:10~16:10 家庭共學~故宮遊	40 人 (親子或家長/ 教師)	惠風老師 (本校英文教 師/故宮專業 導覽員資格)	依報名順序錄取，額滿 為止。將於活動前一週 書面通知錄取人家長。 親子共同參加，學生將 核予公假。
三. 線上研習	即日起至 105 年 12 月 9 日止	家長於期限內擇時自行登錄教育部數位學習服務平台家 庭教育線上研習，完成 4 小時研習後參加線上測驗通過 者，於 12 月 9 日將通過證明列印繳交給班導師彙整即可。		

請踴躍參加！輔導室/家長會誠摯邀請您（以上課程全部免費，並核發每場 3 小時研習時數）

※您的每次出席，貴子弟皆可敘嘉獎 1 次。

※為響應環保，參加各場次請自備環保杯。

※活動時間或地點若有變動，將於活動前一週在「士商首頁」公告周知。

-----報名成長研習回條-----

我要參加的活動：(請勾選)

105/09/24 (六) 13:00-15:30 如何與孩子談性說愛話家庭(學校日當天下午)

105/12/02 (五) 13:10~16:10 家庭共學~故宮遊

自行擇時參加「教育部數位學習服務平台家庭教育線上研習」4 小時

____年____班 學號：_____ 部別：_____ 間部

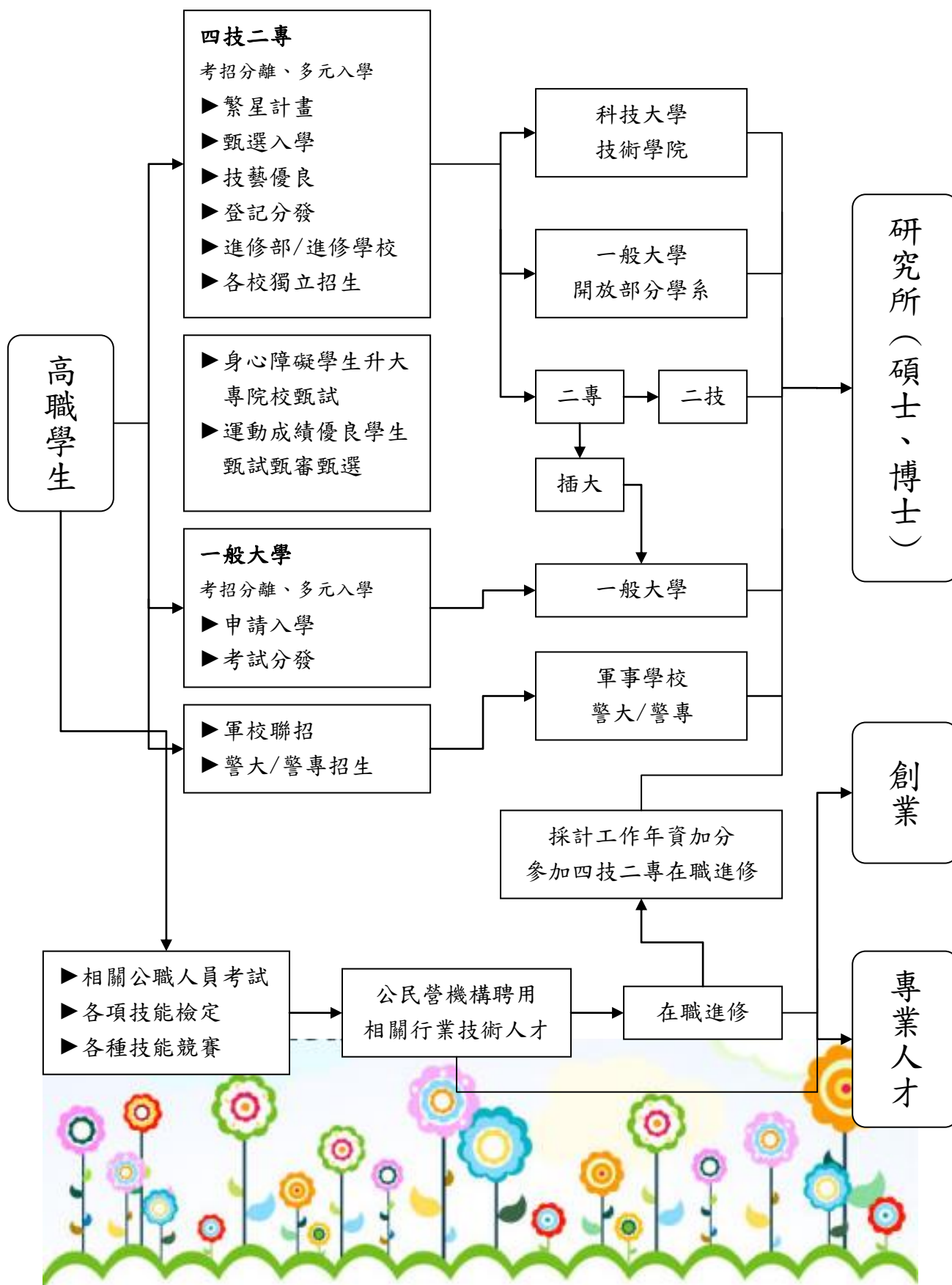
學生姓名：_____ 家長姓名：_____ 聯絡電話：_____

【請交予貴子弟攜至班上，交由輔導股長彙整後，於 9/24 (週六) 前轉交輔導室。謝謝您~】

備註：(12/2 場次因有人數限制，報名表請由學生本人自行盡快繳交至輔導室)



附錄-高職畢業生進路



臺北市立士林高級商業職業學校各處室電話暨內線號碼一覽表

專線：

2832-4511 總務處（夜間值勤室）
 2833-0218 教官室（夜間值勤室）
 2835-2819 合作社
 2831-8611 校友會
 2831-6582 家長會
 2831-3043 輔導室

總機：2831-3114（代表號）

分機：

***101 校長**

102 校長室總機
 103 秘書室

***201 教務主任**

202、205 教學組
 203、216 註冊組
 204 實研組
 206 設備組
 222 特教組
 220-226 特教老師
 550 電腦繪圖教室
 217-219 大專任辦公室
 231 銅鈴軒
 230 演講廳
 209 特教烹飪教室【地中海餐廳】

***301 學務主任**

305 學生活動組長
 304 衛生組長
 312 日、進健康中心
 306、307 體育組
 310、311 高一導師室
 308、309 高三導師室
 315、316 高二導師室
 302、318 生輔組組員（日）
 319 球員休息室
 320 柔道教室



傳真機：

2837-0840 校長室
 2832-1534 教務處
 2832-1529 學務處
 2836-4084 總務處
 2831-3115 實習處
 2831-3043 輔導室

***401 總務主任**

402、420 文書組長
 403 事務組長
 415、416 事務組幹事
 423 技工
 407 工友室
 422 工讀生
 406 經營組長
 405、421 出納組長
 411 傳達室
 409 第二會議室【行政大樓五樓】
 410 第三會議室【行政大樓五樓】
 424 禮堂

***501 實習處主任**

502 實習輔導組
 503、504 技能檢定組
 505 實習處幹事
 506 應外科主任
 507 商經科主任
 509 國貿科主任
 508 會計科主任
 531 資處科主任
 532-537 資處科教師
 541 廣設科主任
 542-545 廣設科教師

***511 輔導室主任**

512-519 日輔導老師
 514 進輔導老師

傳真機：

2832-1520 人事室
 2832-4349 會計室
 2832-4512 進修學校
 2832-1524 教官室
 2833-3096 特教組
 2831-7119 校友會

***521 圖書館主任**

522 圖書指導老師
 524 資訊組
 527-529 系統管理師
 525 技士
 526 資源中心
 530 自習中心

***701 主任教官**

704 日生輔組長
 703-711 日間部教官
 712 教官值勤室
 713 射擊教室

***801 進修學校主任**

802、813 進教學組
 803、804 進註冊組
 805 進學生活動組
 806、808 進衛生暨實習輔導組
 807、814 進導師、專任辦公室
 706、811 進生輔組長

***851 人事室主任**

852-856 組員

***861 會計室主任**

862-865 組員

***412 家長會**

***314 教師會**

***413 合作社**

臺北市立士林高商 105 學年度第 1 學期學校行事曆 105.08.25 修正確認版

週次	月份	一	二	三	四	五	六	日	教務處	學務處	其他處
預備	八月	22	23	24	25	26	27	28	26 日上午：特教研習教學研究會 下午：全體教學研究會、分科教學研究會 28 日 暑假結束	23 日 高一導師班級經營研習 24 日 新生始業輔導	12-28 日 2016 年紐西蘭體驗學習教育旅行(圖書館) 23 日 日本靜岡沼津商校來訪接待(圖書館) 8/30-9/8 全國技能檢定第 3 次報名(實習處)
1	九月	29	30	31	1	2	3	4	29 日 上午：校務會議、開學、註冊、領書、幹部訓練 下午：正式上課 30-31 日 期初複習考	校慶主題及 LOGO 甄選 29 日 幹部訓練 29 日 教室創意佈置競賽(至 9 月 20 日) 2 日 轉復學生家長座談會 2 日 大型廢棄物區清運	8 月 29 日-12 月 13 日 校長有約-我愛閱讀-班級競賽(上學期)(圖書館) 105 年 8 月 29 日 106 年 5 月 2 日 校長有約-我愛閱讀-個人競賽(圖書館) 30-31 日 (日進)高二班級文庫領書 1(圖書館) 9 月 1-2 日(日進)高一班級文庫領書 1(圖書館)
2		5	6	7	8	9	10	11	8-9 日 體育班學測模擬考(第 1 次) 10 日 補行上班上課 11 日 臺北市 105 年語文競賽(教師組)(大安高工)	9 月高三畢冊招標 9 月中-10 月中 各年級身高體重視力檢查 9-10 月協辦臺北市美術比賽 9 日 各班選舉優良學生 9 日 社團迎新 9 日 高三導師會議 10 日 三大服務隊期初編隊	5-14 日 高一認識圖書館週(申辦市圖借書證)(圖書館) 5-16 日 校外賃居生活訪視(教室、各班導師、輔導室) 6 日 防震演練預演(總務處、教室) 8 日 僑生迎新暨秋節慰問(家長會、教室、學務處) 9 日 召開特定人員審查會議 9 日 晨讀-特殊教育 1(圖書館) 10 日 性平主題班會討論
3		12	13	14	15	16	17	18	13-14 日 臺北市 105 年語文競賽(學生組第 1 階段複賽)(育成高中) 15 日 中秋節放假 1 天 16 日 中秋節調整放假	13 日 高三第 1 次服儀檢查	日進高一、二完成班級文庫自評 1(圖書館) 13 日 國中技藝教育課程始業式(實習處) 13 日 期初交通安全教育諮詢委員會會議 14 日 召開「輔導工作委員會」、「學生事務與輔導工作執行小組」暨「推動生命教育工作小組」期初會議(輔導室)
4		19	20	21	22	23	24	25	23 日 臺北市 105 年語文競賽(學生組第 2 階段複賽_朗讀、演說)(育成高中)	19-23 日 高一班際三對三籃球賽 20 日 新生尿液篩檢(初檢) 22-28 日 教師節感恩活動 22 日 高二第 1 次服儀檢查 22-29 日 各班優良學生宣傳期 23 日 社團第一次上課 23 日 高二導師會議	21 日 國家防災演練日(總務處、教室) 22 日 賃居生座談會(教室、學務處、各班導師、輔導室) 23 日 105 年在校內丙級專案技能檢定臺北分區檢討會(實習處) 23 日 晨讀-特殊教育 2(圖書館) 23 日 生涯學習檔案比賽(輔導室) 24 日 學校日(輔導室) 24 日 家庭教育研習 1(輔導室)
5		26	27	28	29	30	1	2	26-7 日 臺北市高職學生優良書籍心得寫作競賽送件(大安高工) 29-30 日 臺北市高職學生學習檔案競賽送件(木柵高工)	29 日 高一第 1 次服儀檢查 30 日 班級優良生選舉投票 30 日 高一導師會議 30 日 三大服務隊期初大會	26-30 日 電腦軟體應用乙級即測即評報名(實習處) 27-28 日 (日進)高二班級文庫選書 1(圖書館) 28 日 認輔工作會議(輔導室) 29-30 日 (日進)高一班級文庫選書 1(圖書館) 30 日 晨讀-生命教育 1(圖書館) 30 日 生涯主題班會討論 30 日 學生藥物濫用防治(高二各班代表)
6	十月	3	4	5	6	7	8	9	高二校外教學招標 4 日 新生尿液篩檢(複檢) 7 日 班級代表大會 7 日 期初高關懷暨護苗會議 7 日 法治教育講座 7 日 性別平等教育委員會	5 日 兒少保護、性平及家暴防治教育創意海報標語製作比賽(輔導室) 6 日 校內急難救(濟)助金資格期初審查會議(教室、各委員) 7 日 學生藥物濫用防治講座(高一)	
7		10	11	12	13	14	15	16	10 日 雙十節放假 1 天 11、12、13 日 第 1 次期中考 12 日 下午停課：全校教師研習(總務處、學務處)	12 日 全校教師研習(衛生組) 13-14 日 學生美術比賽收件、評審 14-21 日 105 犯罪被害人保護週 14 日 人口政策宣導(作文、書法)比賽	11 日 生命教育工作坊-教師成長團體 1(輔導室) 14 日 家庭教育委員會(輔導室) 14 日 商業季籌備會(實習處) 14 日 晨讀-生命教育 2(圖書館) 14 日 閱讀走天下(圖書館) 14-17 日 (日進)高二班級文庫領書 2(圖書館)
8		17	18	19	20	21	22	23	20 日 臺北市 105 年度高職學生閱讀播臺賽(初賽)內湖高工 20、21 日 高三第 1 次模擬考 21 日 105 學年度學生英語歌唱比賽校內初賽	21 日 高一健康操比賽	18 日 生命教育工作坊-教師成長團體 2(輔導室) 18-19 日 (日進)高一班級文庫領書 2(圖書館) 21 日 商業季營業計畫講座(實習處)
9		24	25	26	27	28	29	30	28 日 日本千歲高中來訪(商經科 1、2 年級接待)	25 日 校慶運動會各項預賽開始 26 日 新生胸部 x 光檢查	25 日 生命教育工作坊-教師成長團體 3(輔導室) 28 日 第 1 次讀書會(圖書館) 28 日 晨讀-家庭教育 1(圖書館)
10	十一月	31	1	2	3	4	5	6	3-4 日 體育班學測模擬考(第 2 次)		日進高一、二完成班級文庫自評 2(圖書館) 1 日 生命教育工作坊-教師成長團體 4(輔導室)
11		7	8	9	10	11	12	13	10 日 臺北市 105 年度高職學生閱讀播臺賽(決賽)內湖高工	7-8 日 新生健康檢查	11 日 105 年在校內丙級專案技能檢定總檢討會(實習處) 11 日 商業季設立登記講座(實習處) 11 日 晨讀-家庭教育 2(圖書館) 11 日 閱讀走天下
12		14	15	16	17	18	19	20	14 日 日本共愛學園來訪	19 日 第 65 週年校慶大會 19 日 校慶卡拉 OK 決賽	14-19 日 校慶書展 14-25 日 募書送愛心(圖書館) 15-16 日 (日進)高二班級文庫選書 2(圖書館) 17-18 日 (日進)高一班級文庫選書 2(圖書館) 19 日 沈美紅老師獎助學金頒獎典禮(輔導室)
13		21	22	23	24	25	26	27	21 日 校慶補假 1 天		24 日 士林分區聯席會報 25 日 高一性別平等教育週會演講(輔導室)
14		28	29	30	1	2	3	4	30、1、2 日 第 2 次期中考 1 日 下午停課--全校教師研習(教務處)		1-30 日 春暉宣導月(關懷愛滋宣導活動) 2 日 家庭教育講座 2(輔導室)
15	十二月	5	6	7	8	9	10	11	6 日 高三作業抽查 7 日 校內國語文競賽(字音字形) 9 日 校內國語文競賽(朗讀、演說) 9 日 日本清水櫻丘高校來訪(應外科 1、2 年級接待)	5 日 人口政策活動成果展 7 日 新生心臟病篩檢 5-9 日 高二班際籃球賽	5-30 日 交通安全教育宣導月(教室) 6-8 日 105 年全國商科技藝競賽(高雄高商)(實習處) 9 日 生命教育主題班會討論(輔導室) 9 日 晨讀-環境教育 1(圖書館)
16		12	13	14	15	16	17	18	13 日 高二作業抽查 13-14 日 體育班學測模擬考(第 3 次)	15 日 高一第 2 次服儀檢查	15-21 日 105 學年日本文化體驗教育旅行(圖書館) 15 日 教育儲蓄戶 105 年度期末管理小組會議(教室) 16 日 商業季店面佈置講座(實習處) 16 日 晨讀-環境教育 2(圖書館) 16 日 第 2 次讀書會(圖書館)
17		19	20	21	22	23	24	25	19、20 日 高三 2 次模擬考 20 日 高一(英文)、高二(數學)學業競試 21 日 高一作業抽查	週記抽查 21-28 日 高二班際排球賽 22 日 高二第 2 次服儀檢查 23 日 人口政策宣導成果展捐血活動	20 日 國中技藝教育課程結業式(實習處)
18		26	27	28	29	30	31	1	1 日 元旦放假 1 天	29 日 高三第 2 次服儀檢查	30 日 家庭教育主題班會討論(輔導室) 30 日 第 3 次讀書會(圖書館)
19		2	3	4	5	6	7	8	2 日 元旦補假 1 天	6 日 社團最後一次上課 6 日 下學期班級幹部改選	3-6 日 校長有約-我愛閱讀-班級獎勵(日、進)(圖書館) 5 日 校內急難救(濟)助金期末會議(教室、各委員)
20	一月	9	10	11	12	13	14	15			
21		16	17	18	19	20	21	22	16、17、18 日 期末考試 19 日 結業式 20 日 寒假開始	19 日 學生事務會議(德行評量)	16-19 日 寒假交通安全宣導 17 日 期末交通安全教育諮詢委員會會議 19 日 召開「輔導工作委員會」、「學生事務與輔導工作執行小組」暨「推動生命教育工作小組」期末會議(輔導室)