

國立彰化高中 114學年度第一學期 高二親師懇談會



輔導處編製
114年11月1日

目錄

校長的話.....	2
行政團隊、高二導師及課諮師.....	4
親職教育專題講座.....	7
處室報告.....	10
教務處.....	11
學務處.....	17
總務處.....	21
圖書館.....	24
輔導處.....	30
學生事務規定與查詢系統	44
彰中校務系統查詢、學校網頁.....	45
國立彰化高級中學學生攜帶行動載具到校管理規範...	46
國立彰化高中學生請假實施規定.....	49
定期考試期間請假時成績相關業務說明.....	51
國立彰化高中服裝儀容規定.....	52
性別平等教育宣導.....	53
親職教育文章.....	54
父母在孩子生涯探索時應該做的事-放手、尊重與支持	55
如何成為孩子的生涯嚮導？生涯探索三大方向.....	57
心理衛生資源.....	60
教育宣導資料.....	63
資訊安全素養.....	64
兒童權利公約宣導.....	69

校長的話

親愛的高二家長們，大家好：

高二階段，正是孩子們高中旅程的黃金時刻：他們已完成高一的適應，逐漸在不同班群中找到專長領域；同時，他們也在社團、班級或各類活動中，開始扮演幹部與組織者的角色，學習承擔責任與合作領導。這一年，不僅是課業深化的重要時期，更是人格、價值與自我探索的關鍵轉折點。

一、108 課綱下的學習歷程與探索

108 課綱強調素養導向與多元發展，孩子們的學習不再侷限於課本與考試，而是透過「學習歷程檔案」記錄成長的軌跡。這些紀錄，不只是未來升學的依據，更是孩子自我探索與反思的重要過程。

在這一年，孩子們會逐漸聚焦於人文社會、理工科技、生醫農等不同領域，並透過專題探究、跨域學習、社團經營，去形塑個人的關鍵學群方向。我們鼓勵孩子「不要只停留在想，而是要去做」，因為真正的學習來自於實踐與挑戰。

家長在此過程中，能給予最重要的支持，就是耐心的傾聽與適度的引導。當孩子嘗試與探索，或許會面對挫折，甚至懷疑自己，但這些過程正是自我定位與價值澄清的必經之路。

二、AI 時代來臨：教育的核心仍是人

AI 的快速發展，正在改變知識學習與社會運作的方式。然而，正如許多專家提醒，AI 能處理龐大的資訊，但它無法教會孩子使命感、熱情與視野。這些，必須來自人性，也必須由教育來滋養。

因此，我們要引導孩子：

- 與 AI 協作，而非被取代；
- 注重創意思維與批判思考，發展 AI 無法替代的能力；
- 更重要的是，建立價值觀與責任感，因為唯有人性才能賦予科技正確的方向。

在彰化高中，我們已導入數位素養課程，幫助孩子建立資訊判讀、網路安全與媒體識讀的能力。同時，也強調自律使用科技，避免沉迷或誤用。希望家長能在家庭中與孩子討論，讓科技成為助力，而不是阻力。

三、SEL 社會情緒學習：培養幸福的底層能力

SEL (Social Emotional Learning, 社會情緒學習) 逐漸成為全球教育的重要趨勢。面對瞬息萬變的社會，孩子若僅有知識與技能，仍不足以應對真實世界的複雜挑戰。更關鍵的，

是自我情緒調適、人際互動與責任承擔的能力。

SEL 的核心能力包含：自我覺察、自我管理、社交技巧、人際關係與負責任的決策。這些能力，往往比課業分數更能決定一個人未來的幸福感。學校致力於在課堂、社團、導師時間中，融入情緒教育與同理心訓練；同時，我們也需要家長的協助，在家庭中營造開放對話與尊重的氛圍。請相信，懂得傾聽、會自我調整、能合作共處的孩子，將比單純追逐分數的孩子，更能在未來立足並發光。

四、親子溝通與教養：陪伴勝於控制

青春期的孩子渴望獨立與自我表達，但同時，他們的內心仍需要被理解與肯定。許多親子衝突，並非來自價值差異，而是來自溝通方式的落差。

我們建議家長：

- **多傾聽，少指責：**先理解孩子的想法，再給予建議。
- **給空間，也給界線：**允許孩子探索，但在重要的價值上堅持原則。
- **陪伴勝於控制：**陪伴是一種品質，不是時間的堆積，更不是監控。

「自在」與「自治」是孩子成長的兩個關鍵字。當他們感受到父母的信任，就會逐漸學會對自己負責，並在錯誤中成長。

五、家長與學校合作：最穩固的教育同盟

學校與家庭，是孩子成長路上的兩股最重要的力量。老師能夠提供學習方法與價值引導，但真正長遠的陪伴，仍來自家長的理解與支持。家長與學校若能攜手合作，孩子會感受到更完整的支持系統。他們需要知道：「無論外在世界如何挑戰，我的背後永遠有父母和師長的守護。」這種信任與安全感，將是孩子勇於探索、敢於承擔的基礎。

六、教育的願景：讓孩子找到自己的答案

教育不是為了標準答案，而是幫助孩子活出「自己的答案」。在社會快速變動的時代，我們更應堅守教育的本質——啟發孩子的潛能，培養他們的熱情與使命感，讓他們能夠自信而謙遜地面對未來。

高二的孩子正在書寫屬於他們的人生篇章。願我們攜手合作，成為他們最堅實的後盾，讓他們在探索中不孤單，在挫折中能重新站起，在成功時仍保有溫度與謙遜。謝謝各位的信任與陪伴。讓我們一起走在教育的路上，用生命影響生命，讓孩子學會成為自己。

國立彰化高級中學

校長 王延煌 2025 年 11 月 1 日



行政團隊、 高二導師及課諮師

國立彰化高中 114 學年度行政人員及各處室分機

行政辦公室聯絡分機

處室	職稱	姓名	分機	處室	職稱	姓名	分機
教務處	教務主任	吳國禎	31001	學務處	學務主任	莊宗達	32001
	註冊組長	熊家豪	31101		訓育組長	張瑞晨	32101
	教學組長	洪嘉澤	31201		衛生組長	魏子閔	32201
	設備組長	王慧雯	31301		體育組長	賴建志	32301
	試務組長	江曉帆	31401		社團活動組長	黃翊嘉	32501
	特教組長	何佳容	31501		生活輔導組長	白秉鈞	32401
	實驗研究組長	簡利宇	31801		校安組長	盧炳誠	32402
總務處	總務主任	張家浩	33001	輔導處	輔導主任	陳淑君	35001
	庶務組長	簡瑞盈	33101		輔導組長	陳鴻彬	35104
	出納組長	謝添化	33201	圖書館	圖書館主任	曾馨霈	34001
	文書組長	許愉珮	33301		資訊媒體組長	方羿云	34101

學生請假：722-2121#32601-32607

學科辦公室聯絡分機

學科辦公室	分機	學科辦公室	分機	學科辦公室	分機
國文科辦公室	36501	數學科辦公室	36801	社會科辦公室	36503
英文科辦公室	36505	自然科辦公室	36803	綜合科辦公室	36507
音樂科辦公室	36509				

國立彰化高中 114 學年度高二導師及課程諮詢教師

班級	導師	任教科別	辦公室分機	課程諮詢師
201	甘老師	英文	36505	劉老師
202	施老師	英文	36507	張老師
203	吳老師	公民	36503	曾老師
204	陸老師	歷史	36503	黃老師
205	陳老師	地理	36503	陳老師
206	楊老師	數學	36801	廖老師
207	陳老師	英文	36507	張老師
208	郭老師	數學	36801	姚老師
209	梁老師	英文	36505	廖老師
210	黃老師	數學	36801	姚老師
211	翁老師	國文	36501	林老師
212	張老師	英文	36505	張老師
213	陳老師	英文	36505	林老師
214	黃老師	國文	36501	張老師
215	潘老師	國文	36501	陳老師
216	吳老師	數學	36801	曾老師
217	余老師	生物	36804	劉老師
218	楊老師	數學	36801	陳老師
219	陳老師	物理	36803	陳老師
220	龔老師	數學	36801	黃老師
221	吳老師	音樂	36509	劉老師



親職教育 專題講座

順勢而為的教養：

從生命風格引導孩子面對彈性無邊界生涯

林上能諮商心理師／博士

國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系兼任助理教授

現職：

諮商心理師公會全聯會常務理事

臺北市諮商心理師公會副理事長

台灣輔導與諮商學會常務理事

點亮心燈心理諮商所

認證：

美國生涯發展學會諮詢師 CDA、培訓師 CDI、總教練 CDM

全球生涯與教育品質認證國際職業策略規劃師 SCPC 培訓師 SCPS

北美與臺灣阿德勒心理學會親師諮詢師講師暨督導、生涯教練

台灣輔導與諮商學會認證諮商心理、學校輔導專業督導

教育部中等學校輔導科、生涯規劃科教師證

著作：

興趣和你想的不一樣：尋嘗日的運用

尋·嘗日：生活興趣探索卡

社會平等：當代的挑戰（譯）

張老師月刊專欄作者



尋嘗日



林上能諮商心理師

講題大綱：

壹、關於生涯的一些思考

一、阿德勒心理學的概念

二、彈性生涯與新興生涯型態的時代（想想這個世代的孩子面對的挑戰）

三、從阿德勒心理學看「焦慮憂鬱」、「躺平」、 「_____依賴」

貳、從尋嘗日的邏輯，平時我們也可以觀察

參、怎麼理解孩子的生命風格？

肆、尋嘗日結果的延伸運用與搭配網路資源

處室報告

壹、認識教務處

一、教務處現職工作人員

- | | |
|-----------------------------|---------------------|
| (一) 教務主任：吳國禎老師 | |
| (二) 教學組長：洪嘉澤老師 | 職員：劉錫洲先生、陳怡秀小姐 |
| (三) 註冊組長：熊家豪老師 | 職員：柯淵彰先生、沈宗憲先生 |
| (四) 設備組長：王慧雯老師 | 職員：洪毓紋小姐、張淑貞小姐(化學館) |
| (五) 試務組長：江曉帆老師 | 職員：呂素蓉小姐、蔡孟志先生(油印室) |
| (六) 特教組長：何佳容老師 | 助理：許恩睿小姐(藝能大樓三樓) |
| (七) 實研組長：簡利宇老師 | 助理：謝嘉芳小姐(教務處) |
| (八) 科學班主任：王鴻翔老師 | 助理：王楷敬先生 |
| (九) 資優教育資源中心助理：蘇聖丰先生(中興樓三樓) | |
| (十) 工友：謝秀卿小姐 | |

貳、全校班級概況

年級	班級數	概況說明
高一	21	普通班 15 班、101 語文資優班、117 科學班、118~119 數理實驗班、120 數理資優班、121 音樂班
高二	21	普通班 15 班、201 語文資優班、202~205 人文社會科學學程、206~210 理工科技學程、211~216 生科醫農學程、217 科學班、220 數理資優班、221 音樂班
高三	21	普通班 15 班、301 語文資優班、302~305 人文社會科學學程、306~311 理工科技學程、312~316 生科醫農學程、317 科學班、320 數理資優班、321 音樂班

參、 相關宣導資訊

一、 國立彰化高級中學學生學習評量辦法補充規定。

其中關於請假成績計算方式如下：

期中考、期末考請假報經學校核准者，可憑請假規定之證明於一週內，申請特殊的成績處理方式，規定如下。

(一) 請公假、喪假者以備註之公式計算。

(二) 請病假者，且檢附醫師親自開立之診斷證明(「醫師囑言」處需有「宜在家休養」等字樣)，以備註之公式降低 10%名次計算。

(三) 請事、病假(無「宜在家休養」等醫囑)，及第一目、第二目未提及之假別者，一律以零分計算。

(四) 若有特殊情況(含二次期中考和期末考全缺席)得召開個案會議辦理。

備註：缺第 1(2)次期中考者，以學生第 2(1)次期中考成績名次，對應全校第 1(2)次期中考成績名次之分數。兩次期中考皆缺考者，以期末考成績名次，對應全校第 1、2 次期中考成績名次之分數。缺期末考者，以學生期中考成績名次，對應全校另一次期中考成績名次之分數，擇優計算。

二、 學雜費減免專區。

三、 校內外獎助學金專區。

四、 「免學費補助」與「特殊身分學雜費減免」Q&A。

五、 升學管道資訊及升學考試資訊。

六、升學管道資訊(教務處註冊組網頁，請向學生宣導注意升學訊息)

A. 一般大學

◆ 特殊選才：高三上每年 10~12 月開始甄選

<http://srecruit.moe.edu.tw/>

◆ 大學甄選入學：學測後，高三下每年 4~6 月開始甄選

1. 大學甄選入學委員會：

<https://www.cac.edu.tw/cacportal/index.php>

2. 114 學年度繁星推薦：

<https://www.cac.edu.tw/star114/index.php>

3. 114 學年度申請入學：

<https://www.cac.edu.tw/apply114/index.php>

◆ 考試分發：高三畢業後每年 7 月中考試

<https://www.uac.edu.tw/>

B. 科技院校

◆ 科技院校個人申請：<https://www.jctv.ntut.edu.tw/caac/>

C. 身心障礙學生升學 <https://cis.ncu.edu.tw/EnableSys/home>

七、定期評量(期中/末考)成績處理作業說明

- (一)依「高級中等學校學生學習評量辦法」第7條第1項：「學期學業成績總平均之計算，為各科目學期學業成績乘以各該科目學分數所得之總和，再除以總學分數。」配合新校務行政系統運行，定期評量(期中/末考)排名採學分加權平均。
- (二)班級內排名(班排)：為該次期中/末考有紙筆測驗的考科，採學分加權平均進行排名。例如：同一班級有部分學生上數學A、部分學生上數學B，班排名時會採計「數學」所得分數乘以4學分、學分加權平均後，再依加權平均成績進行排名。
- (三)全年級排名(校排)：全年級21班排名
- (四)類別排名：係扣除特色招生入學科學班(17班)與音樂班(21班)，其餘班級不分類組，同一次期中/末考所有紙筆測驗的考科，採學分加權平均後全年段19個班級共同排名。
- (五)科排名：係扣除語資班(01班)、科學班(17班)、數資班(20班)與音樂班(21班)，其餘班級不分類組，同一次期中/末考所有紙筆測驗的考科，採學分加權平均後17個班級共同排名。

八、『學生成績查詢系統』

成績查詢系統由本校首頁1Campus連結登入，學生及家長即可查詢各項成績，學校不再另寄紙本成績單。




- 1. [學生成績查詢系統](#)。
- 2. [1campus next App 家長操作說明](#)。

九、手機或網頁查詢成績

- (一)請同學帶回「國立彰化高級中學 — 家長行動應用二維條碼邀請函」，邀請函正面有「家長代碼」、背面有詳細步驟說明如何啟動App、加入同學連結及瀏覽同學資料等操作流程。請家長下載APP並開通使用，以掌握同學在校狀況。
- (二)進入APP後可由評量成績查看每次定期測驗的表現；學期成績則可查看已完成的必修/選修所得學分數及學期成績，高三學生家長可查看高一與高二各學期的完整修課紀錄。
- (三)家長也可以利用彰化高中網頁→師生專區→1Campus平台以自有的Google帳號登入。

<https://1campus.net/intl?lang=zh-Hant-TW>

國立彰化高級中學－1campus next App 家長操作說明

1 使用 Google 帳號登入	2 檢視服務條款及隱私權、著作權政策後點選『同意』	3 選擇『身分管理』	4 點選身分管理後，再點選『加入身分』
			
5 搜尋『國立彰化高級中學』，選取學校後點選『下一步』	6 選擇您的身分『我是家長』並選取稱謂後點選『下一步』	7 輸入『家長代碼 (CHSH+學號六碼)』後，點選『驗證代碼』	8 完成後，會切換至服務頁面即可開始體驗。
			

十、申請/補發成績單、學生證與在學證明 Q&A

1. 申請校外獎學金需要成績單正本，如何申請段考或學期成績單正本？

A：由彰中首頁→師生專區→ 1Campus 平台→請以 Google 帳號登入→點選「電子報表」即可查詢(APP 亦同)，請自行列印所需張數，攜至教務處註冊組用印(免收費)。倘申請由註冊組列印，需繳交每張 20 元。

2. 學生證遺失，如何補發？

A：

(1) 請先至中興樓 1 樓總務處前自動繳費機繳交 150 元後，持收據至教務處註冊組填寫「一卡通數位學生證票卡處理申請單」，學校收到新製的學生證後，會通知同學至教務處註冊組領取。

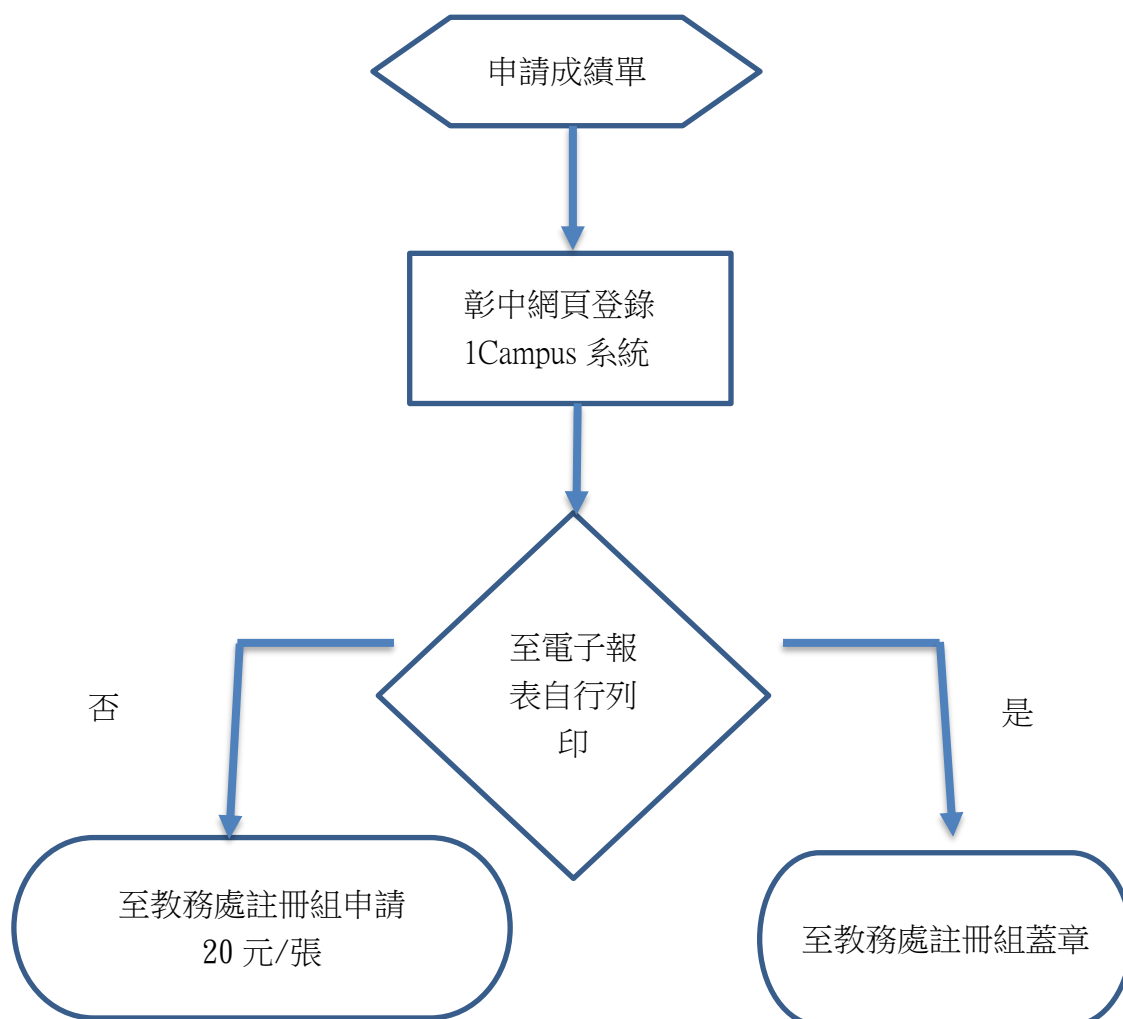
(2) 倘學生證內尚有儲值金，請準備匯款銀行名稱及帳號，一卡通扣除掛失手續費(20 元)、匯費或郵資後，如有餘額會退回學生帳戶或郵寄支票。

3. 如何申辦在學證明？

A：自行影印學生證正反面後至教務處註冊組用印(免收費)。

倘申請書面證明，請至中興樓 1 樓繳費機申請(每份 20 元)。

➤ 學生申請段考/學期成績單流程圖



十一、 柏園自修室開放時間如下，歡迎多加利用。

- 學期中每週一至週四 18:00~21:00
- 期中考17:00~21:00
- 國定假日前一晚不開放



(珍惜每天的 0.01)

壹、認識學務處

一、學務處現職工作人員 (總機：7222121)

(一) 學務處辦公室

學務主任 (分機：32001)：莊宗達老師

訓育組長 (分機：32101)：張瑞晨老師

組員 (分機：32102)：黃明雪小姐

衛生保健組長 (分機：32201)：魏子閔老師

組員 (分機：32202)：蔡雅萍護理師

健康中心 (分機：32203)：余雅茹護理師

(分機：32204)：王雅瑄營養師

體育運動組長 (分機：32301)：賴建志老師

社團活動組長 (分機：32501)：黃翊嘉老師

組員 (分機：32502)：李音慧小姐

職員 (分機：32002)：王倩倫小姐

(二) 校安中心 (校安專線：7286072)

生活輔導組長 (分機：32401)：白秉鈞老師

組員 (分機：32502)：李音慧小姐

校安組長 (分機：32402)：盧炳誠老師

校安老師 (分機：32402)：王振吉老師、陳勝利老師、邱建豪老師、賴建成老師、王家祺老師

(三) 學生宿舍 (輔導員辦公室：7276863)

學生宿舍業務負責人：白秉鈞老師

學生宿舍業務輔導員：廖國勝先生、張維政先生、陳書毅先生

(四) 導師：六十三名

學生請假：722-2121#32601-32607

二、學務處各組業務內容

學務主任：綜理學務處一切業務，並擔任彰化高中學生家長委員會總幹事

訓育組：(一) 學生助學貸款業務，請向本組黃明雪小姐洽詢(分機 32102)。

(二) 輔導學生自治組織 (學聯會—學生會、學生議會、學生評議委員會)。

(三) 發行學務通報刊載學生各項相關事務、各類活動及宣導事項。

(四) 班級活動 (班會、週會) 規劃。

(五) 校內外活動，請密切注意學務處網頁活動訊息公告。

(六) 特色活動，如華陽崗之夜、學測誓師、成年禮、校慶園遊會之規劃及辦

理。

社團活動組：(一)社團活動輔導及社團選填相關業務：請同學依興趣進行社團活動之社團選填，本校社團選填與改選是採用電腦線上作業，請同學注意行事曆中選社與改選社團時間。未依時間選填社團者，均由電腦隨機分派。

(二)清寒工讀申請，402 教育儲蓄專戶補助申請。

(三)彰中校友教育基金會綠蔭勤學計畫申請

生活輔導組：(一)校安中心設有班級室外課貴重物品置物櫃，請將貴重物品統一放置保管。

(二)合作社提供各班（個人亦可）現金存放服務，以避免同學遺失之可能。

(三)班級幹部集合：第二節下課 10：00，地點：司令台旁階梯(兩備:弘道樓川堂)每日輪流幹部為：

星期一：副班長

星期三：學藝股長

星期三：班長(學務處旁階梯集合)

星期五：服務股長

(四)學生專車依各線路搭乘專車，員客專車收費儲值點：7-11、各客運總站，搭乘金富山專車者：各車之車長（學長）

(五)宿舍相關業務，請先洽宿舍輔導員。

體育運動組：(一)請同學踴躍參與學校所舉辦的各項體育競賽活動。

(二)歡迎同學報名參加學校各項體育運動競賽之裁判研習，擔任裁判工作，增廣運動視野，體育成績有加分喔！

衛生保健組：(一)公共區域環境整理督導。

(二)辦理學生團體平安保險，意外傷害相關申請(向健康中心護理師申請)。

(三)辦理環境教育相關活動。

貳、學務處業務推動重點：品格培養、服務學習、校園友善

- 自主自律：

- 依據學校鐘聲規範作息(準時到離校、課堂不遲到、週一寧靜午休日)
- 潔淨不散亂、地上沒有書本及垃圾、完成班級整潔工作
- 不在不當時間使用手機、不私用公用電源
- 服儀禮貌-” 3 要、3 不”
服儀” 3 要” 要整潔、要自然、要美觀
服儀” 3 不” 不穿拖鞋、不打赤膊。

-感恩尊重

- 上下課對老師的尊重及感謝。
- 同學間互動-請、謝謝、問好、問早
- 愛物惜物-個人課桌椅、班上公物妥善維護。
- 對於校內各服務隊同學的引導給予尊重配合

-關懷服務

- 主動關心別人習慣，多注意別人的需要
- 以正當行為幫助他們解決困難
- 多參與社區或公益團體服務活動-市公所課輔志工、衛生所健康服務志工

叁、請家長夥伴共同努力，讓彰中孩子更優質。

- 一、請務必注意孩子到校的出缺席狀態，不讓孩子隨意、輕易請假。
- 二、正視手機問題，共同約束彰中同學不在不當時間使用手機。
- 三、期中考、期末考前一週，禁止任何社團活動。
- 四、當您發現孩子成績退步時，請多關心孩子，通常成績退步，不會只是單一因素(例如社團)，它可能是各種因素綜合造成的。了解他遇到的困難，協助他解決困難，才能回歸正常的生活

肆、與家長共同勉勵：善用七句話，引導孩子看見自己的可能。

- 一、你(妳)做得好
- 二、你(妳)做得到
- 三、你(妳)是有能力的
- 四、你(妳)做得到的，再試看看
- 五、反駁負面的評價
- 六、跟孩子說沒關係，爸媽會陪著你
- 七、無論如何，爸媽都會挺你。

伍、健康中心的叮嚀與提醒

- 一、為了提供最優質的醫療服務品質，煩請在學期間務必隨身攜帶「健保卡」。
- 二、學校辦理各項檢查，例如新生體檢、各學期健康檢查等，出發點都是為了協助各位對健康做最佳的控制與管理，煩請全力配合各項檢查的實施。
- 三、健康中心會依現況，發放衛生宣導單張，目的是提供各位一些基本、必要、及時的醫藥、保健資訊，請勿辜負製作初心。
- 四、如果有特殊的健康問題，請親洽健康中心，我們會對狀況進行整體性評估，提供完整的健康照護，確保在校期間的健康維護。
- 五、學校飲水機供應沸騰的熱開水及溫開水，取用時務必小心，飲水機有定期維修及檢驗，截至目前為止，均符合衛生署規定之安全飲用水標準

準。

六、健康中心協助學生平安保險理賠申請，如果有相關問題請洽健康中心。

七、每日上學前請先量測體溫，若有發燒症狀，請假在家休息，以及就醫治療，並於返校三天內完成請假程序。

陸、學生通勤相關事宜

- 一、金富山遊覽車公司為契約租賃專車，相關行經路線請參考本校通勤專區網頁。
- 二、員林客運為一般公車延伸服務本校。(上學下車點暨放學上車點均為本校中興校門)，相關行經路線請參考本校通勤專區網頁。
- 三、因應彰化客運公司營運方式調整，彰化客運原先協助本校各路線學生班車，自113年6月30日起停駛，學生如搭乘彰化客運一般公車上學，請於鄰近學校站別下車後，自行規劃其他交通方式到校。
- 四、iPASS一卡通請自行至彰客、員客各場站申辦，或直接使用本校學生證(含一卡通功能)。

柒、兒童權利公約宣導-兒權公約四大原則看過來

兒童需要熟悉這些原則保護自己，未滿18歲的大朋友、小朋友們，都有受到兒童權利公約的保障，大人要響應支持兒權公約守護孩子！

- 一、禁止歧視原則：所有兒童，不論住在哪裡、家長做甚麼、說什麼語言、是否身心障礙、是男孩或女孩…，皆享有CRC所示的權利，不受到任何不公平的對待。
- 二、兒童最佳利益：所有成年人應該做對兒童最好的事。國家的政策與父母的決定，都要優先考量兒童的最佳利益。
- 三、生存及發展權：兒童有與生俱來的生命權，家庭、社會及國家應給予必要的保護措施。
- 四、聆聽兒童的意見：兒童有權利表達自己的意見，成年人應該納入考慮及尊重兒童的想法。

捌、認識法規

校方對於學生在校的各項作息、行為均依照教育部相關辦法訂定規範，其目標為培養同學守法、守紀、守時、守分觀念及要求培養良好的生活習性(習性攸關未來畢業後事業成敗)、正常的生活作息、尊重團隊，以提高榮譽心、責任感。期盼諸位家長協助指導貴子弟遵守學校相關規範。

庶務組長簡瑞盈、出納組長謝添化、文書組長許愉珮

一、發展目標

一、短期目標（1-3 年）

- （一）汰換老舊耗能設備及空調，實踐校園節能減碳，建立舒適校園環境。
- （二）整合消防、門禁、監視系統，建構安全校園環境
- （三）屋頂防熱防漏工程改善

二、中期目標（4-6 年）

- （一）持續汰換老舊耗能設備及空調
- （二）規劃有效利用舊教職員宿舍，營造全新校園學習環境
- （三）整合改善多媒體學習空間，建構科技校園

三、長期目標（7-10 年）

- （一）提供全校師生溫馨、友善、舒適、數位化的教學及學習環境
- （二）全校各老舊建築電力配線更新，建立全校用電安全環境
- （三）積極爭取舊有校舍新建多功能教學場域

二、策略與行動計畫

一、策略方向：

（一）短期計畫（1-3 年）

1. 汰換老舊耗能設備及空調，實踐校園節能減碳，建立舒適校園環境

- (1) 持續更新各教學場域空調及燈光，以期達到節能目標。
- (2) 持續宣導執行四省專案-省水、省電、省油、省紙。

2. 整合消防、門禁、監視系統，建構安全校園環境

- (1) 持續檢視並定期維護各項消防安全設施。
- (2) 檢視校園安全地圖，完整校園危險空間監視系統建置。
- (3) 檢討改善墊子圍籬及人力保全相關配套措施。

3. 屋頂防熱防漏工程改善

- (1) 逐棟改善各大樓頂樓防水工程。
- (2) 改善早晚易受陽光曝曬之大樓防熱設施或工程。

（二）中期計畫（4-6 年）

1. 持續汰換老舊耗能設備及空調

- (1) 持續爭取大型場館（雨賢館、活動中心）空調設備更新補助
- (2) 柏園各樓層空調設備及燈光改善。

2. 規劃有效利用舊教職員宿舍，營造全新校園學習環境

(1)確實點收操場旁舊教職員宿舍，並規畫後續改建用途。

(2)召開校園規劃小組會議，依實際需求規劃用途。

3. 整合改善多媒體學習空間，建構科技校園

(1)統整改善校園多媒體運用空間，提供更多可供教學運用之多媒體互動場域。

(三)長期計畫(7-10 年)

1. 提供全校師生溫馨、友善、舒適、數位化的教學及學習環境

(1)規劃合適停車空間，提供安全校園交通環境。

(2)規劃整建多功能場館，提供舒適室內活動場地。

2. 全校各老舊建築電力配線更新，建立全校用電安全環境

(1)檢視並改善校園用電配置，提供安全用電環境。

(2)爭取成為校園光電蓄電示範場地，預防將來停電時各項設施能維持運作。

3. 積極爭取舊有校舍新建多功能教學場域

(1)爭取舊校舍整建，以提供優質舒適師生生活場域。

三、 其他注意事項

◆ 註冊繳費注意事項

1.繳費期限：自註冊單發放日起至114年9月30日止。

2.未於繳費期限內繳費者，自114年10月7日起催繳。

3.繳費方式—中國信託商業銀行臨櫃繳款免手續費

—中國信託銀行自動提款機 ATM，使用中信金融卡轉帳免

手續費

—其他金融機構 ATM 轉帳手續費 15 元

—信用卡繳費（免手續費）

—超商繳費【7-11/全家/萊爾富/OK/】免手續費

4.學雜費減免尚未申請者，請速洽教務處註冊組申請。7222121#31101-2(請持註冊繳費單至註冊組辦理，並請勿先繳費)

5.寒暑假輔導費、重補修費，請洽教務處教學組。7222121#31201-2

6.註冊費就學貸款，請洽學務處訓育組。7222121#32101-2

- 7.宿舍住宿費、伙食費，請洽學務處生輔組輔導員。7222121#39701
- 8.學生保險費，請洽學務處衛生組健康中心。7222121#32203
- 9.家長會費、兄弟姊妹同校已辦理減免如有疏漏者，請洽總務處出納組。
10. 註冊繳費後收據請自行妥善保管不必繳回。
11. 如有其他疑問請洽總務處出納組04-7222121#33201-2



靈感點火 學習啟動 你的智慧升級實驗場

Reading fuels inspiration, learning propels passion.

一、認識本校圖書館

(一) 館址位置

本館位於本校中興樓第五至七樓。五樓區分為知行間（自主學習空間）、閱讀區、電子資源使用區、視聽共賞室及行政辦公室。六樓為書庫，七樓為施崇棠主題圖書館。主題圖書館包括高木友枝·黃土水典藏故事館、藝術展演區、學生創意空間展示區、閉架書庫等。



彰中圖書館 FB

(二) 處室成員

圖書館 主任 曾馨霈老師 34001：綜理圖書館各項業務。

資訊媒體組長 方羿云老師 34101：負責數位學習、資訊安全、網路服務相關業務。

協助行政

許嘉珊老師 36501（國文科）：負責數位學習、讀者服務及自主學習相關業務。

邱科文老師 37703（電腦教室一）：負責數位學習與資訊服務隊相關業務。

涂妤宣老師 36803（理化科）：協助數位精進計畫、均質化計畫相關業務。

專案助理 翁淑暖小姐 34102：負責彰北區自主學習、均質化、戶外教育計畫業務。

書記 林泓利先生 34003：負責圖書借閱流通、校內自主學習、行政事項相關業務。

庶務 陳淑慧小姐 34004：負責圖書借閱流通及館內相關庶務。

實習教師 吳協穎老師 34102：負責讀者服務、自主學習相關業務。

(三) 定位：學習基地+知識寶庫=彰中圖書館

1. 自主學習、國際教育、圖書資訊利用、藝術文物典藏、講座、展覽、參訪活動、人權月／永續月 SDGs 系列活動、國科會科普闖關營、李昌鈺鑑識科學及人文工作坊與其他特色營隊。
2. 館藏四萬七千餘本、期刊雜誌 92 種、報紙 6 份；電子資源：HyRead、ewant 平

台、天下雜誌群知識庫、教室電影院公播大平台等。

3. 校友資源：

- (1) 施振榮實驗與創作基金：由校友施振榮董事長提供，支持圖書館辦理講座、參訪、李昌鈺鑑識科學與人文工作坊等寒暑假營隊與特色活動。
- (2) 江勢源先生獎助學金：由校友江勢源先生提供，由導師提報清寒弱勢學生名單共約 30 名，包含清寒、單親、低收入戶、家庭變故等，由導師簡述學生情況即可。學生本學期須參加圖書館舉辦之講座、活動及展覽至少 3 場，並撰寫心得反思，經圖書館審核後發放獎學金。
- (3) 科學人才培育基金：由校友廖健富醫師提供，包含每年學生至中研院參訪的相關費用，以及弱勢學生參與吳大猷科學營、吳健雄科學營之費用補助。
- (4) 彰化高中壯遊夢想基金：由校友江文德先生提供，鼓勵彰化高中學生於寒暑假於臺灣進行自我挑戰與成長的壯遊，拓展視野與人文關懷。每學年度九月、二月公告申請方式。

(四) 114 學年度數位學習資源

1. ewant 育網開放教育平台：

本校本學年度購置 100 個帳號，有學習需求者向圖書館申請帳號。線上課程修課規劃建議如下：

高一：上學期試探結合線上課程，探索學群興趣。

高一下至高二：各學期提出自主學習計畫，透過修課自我增能。

高三：充實學習歷程檔案，修課展現生涯定向的學習成果，強化報考動機。

2. Hyread 電子書平台：與大學合作提供 150 種電子書借閱。
3. 天下雜誌群知識庫：包含《天下雜誌》、《康健雜誌》、《Cheers 雜誌》、《親子天下》創刊迄今的報導內容。
4. 教室電影院 公播大平台：本校購買「教室電影院 公播大平台」，提供教師於學校空間利用課堂公開播映影片，全校教職員生亦可居家使用此平台，用於課程準備、提升專業、自主學習等用途。圖書館搭配學校特色活動，利用平台針對相關主題舉辦線上影展，以達多元推廣之效。

5. 彰化高中成果發表平台：邀請師生提供優秀作品線上展示

二、自主學習

時程安排：高一：上學期前導課程與微自主試探，下學期執行第一次計畫；高二：上學期執行第二次計畫，下學期執行第三次計畫。

(一) 本學年度自主學習發表活動

1. 本學年度自主學習成果發表規劃：上學期—彰北區自主學習成果展，作品發表形式：海報靜態展示與介紹（時間：12/19 地點：彰化女中）；下學期—彰北區自主學習成果發表會，作品發表形式：簡報形式口頭發表；校內自主學習靜態海報展。
2. 其他校外發表會：全國自主學習線上發表會
3. 近期獲獎情形：參與致理科技大學 114 年度全國自主學習競賽，302 班梁鈞豐以「燃夢之舞」獲得佳作；219 班李益順、江少鈞以「Unity 實踐夢想：一場自學、挑戰與成長的遊戲創作之路」獲得佳作。

(二) 辦理 114 學年度第一學期自主學習成果發表作品徵求活動

本次徵求 15 件自主學習成果作品，依評比結果擇優 4 件參加國立臺中教育大學 114 學年度「高級中等學校學生自主學習成果分享展-知識嘉年華」，擇優 5 件參加「彰北區自主學習成果展」，其餘 6 件安排於本校「自主學習午間分享會」發表。徵求對象：本校學生。徵求時間：即日起至 114 年 11 月 10 日（一）止。徵求內容：自主學習成果作品。

三、本學期活動規劃

(一) 本學期書展規畫

場次	預定時間	主題
第一次	08/22-10/03	Books for Taiwan 愛與書的遠航：青少年讀物展
第二次	10/07-11/07	閱讀啟航：天下文化書展
第三次	11/10-12/12	人權書展或輔諮中心書展&攝影展
第四次	12/15-01/26	未定（由實習老師規劃）

(二) 本學期預定展覽

場次	預定時間	主題	地點
第一次	09/01-10/01	打開高木友枝博士的老相簿	圖書館五樓展示牆
第二次	11/10-01/26	瘟疫來了？！日治時期的臺灣鼠疫	圖書館五樓展示牆

(三) 本學期特色活動

1. 閱讀啟航：天下文化 X 彰中圖書館系列活動

一場從閱讀出發的學習旅程，讓學生在書海中探索視野、啟發創造力，串連知識、人文與行動。由彰中圖書館與天下文化聯手策劃，打造跨主題、跨形式的閱讀推廣活動，點燃學生閱讀熱情，從「選書」到「說書」，從「閱讀」到「思辨」。

(1) 活動期程：114/9-114/11

(2) 系列活動內容：

✓ 我推的書籍 | 閱讀推薦卡創作競賽（開學即起跑）

選讀圖書館「天下文化專區」書籍，製作推薦卡，分享你最推的那一本。精選得獎作品頒發獎狀、獎品外，將展示於圖書館／線上成果發表平台，並設人氣獎與導讀發表機會。

✓ 天下書展 x 校園解謎任務（10月初至11月初）

天下文化《數學公式圖鑑》校園解謎任務。累積紙本打卡點數可兌換精美禮物，促進思考與閱讀行動。

✓ 午間沙龍 | 選書發聲：從一本書看見世界（117、217班及閱讀徵件競賽得獎學生、有興趣的師長；10月初至11月初之間分享）

邀請師生導讀天下文化書籍，分享閱讀中的洞見與共鳴。每場30分鐘，輕鬆參與，提升表達力與閱讀深度。自由入座參與，參與午間沙龍三場以上者可獲得「閱讀啟航」參與證明。

✓ 閱讀挑戰賽 | 《黃仁勳傳》搶答PK賽（開學即起跑）

以《黃仁勳傳》為主題，設計書本內容與延伸AI時事題目進行現場搶答。以Kahoot!採取小組PK賽方式，讓你認識改變世界的AI教主。

✓ 科普專題講座：11/14（五）第七、八節

邀請天下文化作者、科普領域學者或教師進行公開演講。主題包含：「AI與我們的未來」、「科學素養如何影響生活決策」開放校內師生參與，結合素養教育與跨域學習。

2. 人權月系列活動

圖書館11/03-12/10將舉辦人權月系列活動，辦理人權講座、閱讀沙龍、人權書展、寫信馬拉松、人權小旅行、戲劇公演、線上影展、專刊展示等活動，將發放「人權教育學習護照」給學生，參與相關活動可蓋章認證，做為學習歷程檔案之多元表現的證明。活動內容屆時公告在學校首頁。

(四) AI 協作播客科學故事營

時間：11/08 (六) 9-16 時、11/15 (六) 9-16 時；地點：中興樓五樓 知行間；課程內容：11/08 認識大型語言模型、科學故事選題與文案轉化、數位播客、Podcast 節目企劃與製作、認識音樂生成式 AI 服務、成果展示與分享 11/15 認識圖片生成 AI 服務、Podcast 主圖風格討論、利用 AI 生成播客主圖、語音生成 AI 與虛擬主播實作、數位播客 Podcast 頻道建置與檔案上傳、成果展示與分享；招收人數：共 30 人 校內：彰中 15 人 校外：大專共好計畫夥伴學校 15 人 (彰女、彰商、和高、和實、鹿高)；注意事項：課程規劃為 5 人一小組產出作品，歡迎呼朋引伴來參加！因課程內容有延續性，二次課程皆須參與，全程參與者頒發「國科會科普活動計畫——從 AI 生成到協力 Podcast 數位播客製作」證書。

四、國際教育

12/16 (二) 荷蘭 Kandinsky College 師生來訪，預計規劃午餐交流、入班體驗、學校導覽等活動，感謝地理科陳建炎老師、生物科張婕妤老師協助辦理。

五、資通安全宣導

(一) 本校學生電子郵件

1. 依據本校電子郵件帳號暨雲端儲存空間管理要點，所有學生於在學期間均有一組學校提供的 Gmail 帳號，可享雲端儲存空間 100GB。因本校購買帳號有上限，故調整學生帳號使用權限。剛畢業(今年大一生)之電子郵件帳號將於 09/05 後改為只有收寄信功能。已畢業兩年以上之電子郵件帳號將於 09/05 前完成停用及註銷作業。
2. 信箱格式為 學號@st.chsh.chc.edu.tw，密碼預設為身份證字號。
3. 帳號限使用者本人使用，使用者須妥善保管該帳號及其密碼，不得將帳號及密碼洩露、租借或轉讓予他人使用。
4. 帳號之使用均須遵守資通安全相關規範，並定期實施更換密碼、機敏資料保密等措施。
5. 帳號之使用必須遵守現行法律、「台灣學術網路使用規範」，若有觸法或違規之情事，資媒組將暫時或終止該帳號之使用權限，並依情節輕重，提報校方議處。

(二) 數位學習載具 (iPad) 使用規範

1. 本校數位學習載具之借用皆須由校內教師提出申請，借用流程依各單位自行訂定。如須用於遠距線上教學等特殊需求，由班上資訊設備股長向教務處設備組提出個別借用申請。

2. 本校之數位學習載具提供進行資料查詢、文書處理、行政業務推動、教學討論、線上課程、自主學習等用途，並以整輛載具充電車借用為優先。如有短暫用於其他用途、須單獨個別借用之必要，應徵得管理人員之同意。
3. 借用期間應善盡保管之責，如發生人為損壞或遺失，應負擔損害賠償之責任。
4. 數位學習載具除經書面申請獲管理人員核可，均不得任意攜出校園或借予他人使用。
5. 使用數位學習載具，均不得任意更改其內部設定，或未經同意擅自安裝、移除裝置內軟體、瀏覽器設定，或用於非教學、學習之行為及瀏覽具危害校園網路可能之相關網站。
6. 使用數位學習載具，均不得任意撕毀、損壞裝置之外觀，或損壞其保護殼、標示貼紙等。
7. 違反第 5 至 6 款規則者，依情節輕重，提報校方議處，如有造成損壞、遺失，應負擔賠償責任。
8. 本校數位學習載具，除應妥慎使用外，於裝置上輸入之個人資訊亦應謹慎處理，並於使用完畢後登出、刪除個人資料，包含文書、影音資料及個人帳號密碼。前述資料如需留存，請自行備份，本校不負資料保管之責任。若因未妥善處理致使前述資料遺失或遭他人冒用、盜用等，使用者應自行負責，如造成資安事件，則提報本校資通安全委員會議處。



恭喜孩子們進入高中的黃金時段，升上二年級分流為三種班群-人文社會、理工科技及生醫農，重點科目有所差異，若孩子選擇了適合自己的班群，學習上會比較願意投入、也較樂意去面對學習的困難與挑戰，身為家長在陪伴高二的孩子，給出鼓勵與肯定的力量是必要的，

孩子在升學管道與大學校系的選擇上，越來越多的分叉路，作對了選擇、朝自己的努力，而並非分數考高了再來看自己可以選甚麼、別人都是怎麼選的...，這兩個是完全不同的方式，學校備有各式生涯探索活動，請鼓勵孩子主動出擊參加，為自己的高中歷程留下豐富的軌跡。

一、輔導處成員：

職稱	主責業務		分機
輔導主任 陳淑君	綜督學生輔導工作 教育部學生輔導諮商中心總召學校秘書		35001
輔導組長 陳鴻彬	三合一委員會、申評會、公文簽收 青澀芷蘭獎助學金 輔導老師工作成果填報 就學輔導回覆平台收件 輔導資訊系統 協助輔諮中心執行等	主責班級： 320 220 120	35104
專任輔導老師 徐雅雯	高三行政規劃 校友教育基金會拔尖扶弱計畫 高三升學輔導系列規劃 校內外專家指導小組 升學管道說明暨大學學系探索量表解釋等	主責班級： 318-319 314-316 201-205 101-105	35103
專任輔導老師 夏敏	高二行政規劃 家庭教育實施計畫 高二親師懇談會 親師自我成長讀書會 學生心理健康講座 青年教育與就業儲蓄方案 甄選心得、學習歷程檔案蒐集等	主責班級 310-313 321 214-216 218-219 114-116 118-119	35105
專任輔導老師 林婕瑜	高一行政規劃 高一親師懇談會	主責班級： 301-305	35101

	高一定向 心生活報報 高一性向測驗及興趣量表 學生情感教育、生命教育講座 教師輔導知能研習等	206-209 217 106-109 117	
專任輔導老師 翁瑋婕	行政協助 大學學群與產業趨勢講座 大學參訪 彙整並宣導國外大學升學資訊 輔導處網頁、社群推播管理	主責班級： 306-309 317 210-213 221 110-113 121	35106
庶務 蘇淑娟	環境設備清潔、協助會議或活動等		35002
輔導助理 黃怡鈞	協助輔導處及輔導中心活動、青澀芷蘭獎助學金等		35102
實習老師(英) 黃韋桐	協助輔導處辦理活動		35005

本校受國教署委託承辦「教育部學生輔導諮商中心總召學校暨彰化區駐點服務學校」，工作同仁如下：

職稱	姓名	說明	分機
輔導主任	陳淑君	輔導中心執行秘書	35201
輔導組長	陳鴻彬	輔導中心協助推展業務	35208
專輔人員(社工師)	李依婷	總召學校行政規劃與管理組	35202
專輔人員(心理師)	吳伊婷	總召學校研究發展組	35207
專輔人員(心理師)	粘文玲	總召學校研究發展組	35209
專輔人員(心理師)	陳珏汝	總召學校諮商輔導組	35204
專輔人員(心理師)	廖于玄	本校達 55 班配置專輔	35206
專輔人員(社工師)	洪彥彬	彰化駐點配置專輔	35205
個管員	吳欣怡	總召學校個管員	35203
行政組員	周維聖	總召學校研究發展組	35210
行政組員	吳婉鈴	總召學校諮商輔導組	35211

二、家長如何使用輔導處

當你發現孩子有狀況需要進一步了解與關心時，不妨可以先試著與孩子溝通，問問孩子最近怎麼了？需要甚麼幫忙？或者與導師聯絡瞭解在校的學習與適應狀況，若仍有需要進一步諮詢，可以使用電話與輔導老師聯繫。

因為每個孩子有其獨特性與階段性，我們很難有共同的「標準答案」，希望家長來電或當面與輔導老師面談時，能讓我們知道孩子是哪位、遇到甚麼難題、需要甚麼樣的協助等，能讓我們彼此建立在信任的基礎上提供適切的輔導服務。

若輔導老師經過了解，與你的孩子晤談之後，我們也會依來談議題及學生需求等作出適切的輔導評估，繼續晤談、轉介心智科醫師諮詢、心理師晤談等處遇來協助孩子。

我們很樂意跨處室、跨單位共同合作，一起為孩子的成長而努力。

三、高二學生主要輔導工作：

（一）個別晤談或諮詢：

孩子在成長與探索生涯的過程中，難免遇到想要找人說說話，但親人又太靠近，朋友又年紀差不多，在尋找有沒有一位可以懂我的人，輔導處提供一個安全、信任的晤談空間，若有需要歡迎與主責輔導老師預約時段。

我們也提供親子互動、升學、生涯、心理健康等議題的個別諮詢，歡迎學生、家長或師長與我們連絡。

十一月「輔導教師午休加強服務輪值表」

輔導諮詢服務不間斷，於中午時段 12:00-13:10 於輔導處安排有輔導教師輪值，提供本校學生、家長及導師個別諮詢服務，九月份班表如下，每月份會輪動班表。

04-722-2121 請打分機 陳淑君輔導主任 35001、輔導教師 35101-35104

	週一	週二	週三	週四	週五
中午 值班	徐雅雯 老師	林婕瑜 老師	陳鴻彬 組長	夏 敏 老師	翁瑋婕 老師

（二）大學學群暨產業趨勢講座：

本系列講座邀請大學教授及業界專業工作者蒞校，歡迎高一至高三學生線上自由報名參加，上下學期皆會辦理，希望透過學群講座讓彰中學生對大學有更多的認識，本學期場次表如下：相關訊息同步公告於彰中首頁

	學群	大學科系	日期	講題	教授
1	社會心理 跨管理	中正勞工關係	10/3(五) 12:30-14:00	從勞資關係到人才管理：你的大學科系，決定你未來的高度	林淑慧系主任
2	電機	國立成功大學 電機工程學系	10/21(二) 12:30-14:00	網路世界的『海關守衛』—如何設計高速過濾的資安檢查哨(暫定)	劉奕賢教授
3	管理 餐飲 建築	校友產業趨勢講座	11/18(二) 12:30-14:00	從「蓋房子」到「蓋潛艇堡」：一位建築師的斜槓創業管理學(暫定)	陳凱榮建築師
4	資訊	國立臺灣科技大學 資通科技國際學士學位學程	11/21(五) 12:30-14:00	為什麼你的手機聽得懂你說話？信號與系統的數位魔法	沈哲州特聘教授
5	醫藥衛生 跨管理	校友產業趨勢講座	11/27(四) 12:30-14:00	普拿疼先生返校日：網紅醫師人生抉擇與醫療產業鏈分享	張益豪醫師
6	財經	國立政治大學金融學系	11/28(五) 12:30-14:00	大數據如何洞察市場，成為金融投資的秘密武器—金融科系的學習與發展	廖四郎教授 (名譽教授)
7	醫藥衛生	中國醫藥大學 生物醫學影像暨放射科學學系	12/23(二) 12:30-14:00	放射科學X醫學影像X人工智慧	施政廷系主任

(三) 實施心理測驗協助學生自我認識並有助於擬定生涯方向：

年級	測驗名稱	說明
高一	高一生活適應量表 新編多元性向測驗 興趣測驗	全體學生施測，每位學生皆領有個人結果，於高一生命教育課及生涯規劃課進行班級解釋
高二	賴氏人格測驗 學習與讀書策略量表	採自由報名 施測後解釋
高三	大學學系探索量表	全體學生線上施測，團體解釋

(四)校外升學專家指導小組

校友教育基金會「拔尖扶弱多元人才培育計畫」支持本系列講座，歡迎高一至高三學生主動報名參加，本學期辦理場次如下：

彰中輔導處 114-1校外專家指導小組

商管群

09/22(一) 第一、二節
12/08(一) 第一、二節

牙醫系

10/01(三) 第三、四節
11/12(三) 第三、四節

建築系

10/02(四) 第三、四節
10/23(四) 第三、四節

心理與諮商群

11/21(五) 第三、四節
12/12(五) 第三、四節

法律系

10/31(五) 第三、四節
11/28(五) 第六、七節

藥學系

10/07(二) 第五、六節
11/25(二) 第六、七節

活動承辦人：輔導處 徐雅雯老師(分機35105) aveen@chsh.chc.edu.tw

- 相關的場次如報名清單所示，請確定時間允許再報名。
- 活動過程講師會安排須完成之作業與活動，可豐富同學之學習歷程檔案，也敬請參與同學配合。

- 以主題為報名，同一主題兩場次，需全程參加。
- 報名時間：即日起-114.9.26，23:59止，
唯商管群報名至114.9.19止，請留意各組報名時程。

<https://www.chsh.chc.edu.tw/p/404-1009-173482.php>

(五)親師自我成長讀書會

本活動報名表於學期初請孩子帶回，帶領者:邱瓊慧諮商心理師（資深讀書會帶領者），本次共讀《刺激與反應之間》探討在刺激與反應之間，我們的內在心理發生了什麼事？內容探討選擇、情緒、界線、衝突、創傷與需求等六個章節。希冀透過共讀，協助親師在進行自我對話的練習後，更能覺察與陪伴孩子度過青春期的風暴。活動時間：114/9/26、10/17、11/28、12/26，週五 10:10 至 12:00。活動地點：本校輔導中心團體諮商室。



(六)辦理親師懇談會

每學年辦理一次親職講座及親師懇談會，歡迎家長踴躍參與。

年級	辦理時機	辦理目的
高一至高三 家長	上下學期 每個月一次	親師讀書會報名表皆於學期初請學生帶回給家長
高一	約九月中旬	處室報告及親師座談 協助家長了解行政單位功能、高中校園作息與高中階

		段的發展任務，並能了解高一導師班級經營理念，互相合作以協助高一孩子盡早適應高中生活。
高二	約十一月初 (高二第一次 段考後)	辦理一場親子互動講座及親師座談 協助親師了解高中階段孩子的心理狀態。高二經過適性分組，有第一類組(社會組)、第二類組(自然組)、第三類組(自然組+生物)不同性向的學生，家長可進一步與導師了解孩子的學習適應狀況及未來升學之路如何規劃。
高三	**約高二下 六月中旬	辦理一場升學講座及親師座談 本次提前於高二下學期即暑假前辦理，希望家長與學校共同督促孩子善用暑假兩個月的時間，落實自己的讀書計畫，以考取心目中的理想大學。

(七)大學參訪活動或寒暑期營隊(可參考生涯輔導資訊網)

藉由實地的參訪與大學交流對話，增進學生對大學科系的了解。大學若有補助交通費之參訪活動，在導師同意帶隊下，開放有意願班級登記參加，也請鼓勵孩子主動參加大學於寒假、暑假所辦理的校系營隊活動，增加自我探索與認識大學的機會。

<https://www.chsh.chc.edu.tw/p/412-1009-493.php>

(八)高三學長經驗傳承及歷年學長甄選心得分享平台

為使高三學長寶貴的升學經驗得以傳承與分享，邀請透過特殊選才、繁星推薦及個人申請已經上榜的高三學長以講座方式與學弟們互相交流。

對於想要參加「個人申請」管道的同學除了積極準備學測外，了解第二階段甄試內容有助於評估個人與科系的適配性，也鼓勵學生利用平日蒐集與準備第二階段的考試內容，多閱讀相關科系的期刊、筆試、蒐集備審資料題材、面試考題等，甄選資料平台 https://web.jhengao.com/iPH_SERIP/ph_login。

(九)常見的高二學生問題，請家長一起來關心孩子

學生可與輔導老師預約晤談時間，或家長發現孩子有異狀，也歡迎即時保持親師的密切聯繫，以陪伴孩子安全及健康地度過高中生涯。常發現高二的問題類型如下：

1. 選班群後的學習適應：務必釐清為何而選，並愛其所擇、無怨無悔，若努力之後仍不適應者，考慮調整班群。

2. 課業與社團不均衡問題：家長多留意孩子在社團投入的時間與從事的活動內容，多多與孩子交流對話，若有需要與校內師長彼此聯繫。
3. 網路成癮問題：沉迷於線上遊戲或社群網站，嚴重影響學習專注力與動力，白天在校上課時亦容易呈現精神萎靡不振、缺乏活動力等現象；家長請主動與導師、校內師長聯繫，共同討論具體協助方案。
4. 寄宿校外問題：很多的不良生活習性由此而生，建議家長三不五時探望孩子或與之共進晚餐，多了解孩子寄宿在外的狀況。
5. 人際關係問題：多關注人際關係較弱的孩子，使能妥適地在班上生活，也要遏止班上同學之間言語、行為、精神上之霸凌情形發生。
6. 異性交友問題：包括同志間的愛情、如何尊重異性、如何和平分手…。
7. 因壓力造成身心症：經常遲到、請假、曠課等未到校，原因都是身體不適者，從關心的角度切入，了解其想法與感受。
8. 心理疾病問題：清楚分辨暫時的情緒表現或已然生病；溝通班上同學學習接納與包容；務必親師密切聯繫；請尋求輔導處或心理健康單位專業資源介入。

四、資源連結

招聯會 <https://www.jbcrc.edu.tw>:可連結升大學考試與招生相關訊息等。

大學選才與高中育才輔助系統 <https://collego.edu.tw/>:介紹大學十八學群及學習歷程檔案等。

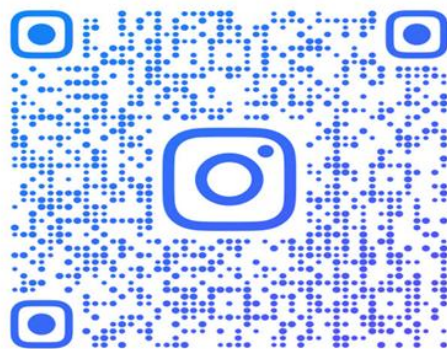
生涯輔導資訊網 <https://career.cloud.ncnu.edu.tw>:大學寒暑假營隊活動彙整等

IOH <https://ioh.tw/>:十八學群、升學面試、國內外大學影音介紹等。

家庭教育網 <https://familyedu.moe.gov.tw/> :家庭教育重要資源及政策等

衛福部 <https://www.mohw.gov.tw/mp-1.html>:心理健康司提供各式心理健康資訊。

歡迎加入
彰中輔導處 IG



@CHSH_GC

五、輔導處空間:於弘道樓二樓



辦公空間



個別諮詢區



活動式討論空間



個別諮詢區



親師諮詢區



商管學群專家指導小組



法政學群專家指導小組



社會心理學群專家指導小組



中正大學勞工學系學群講座



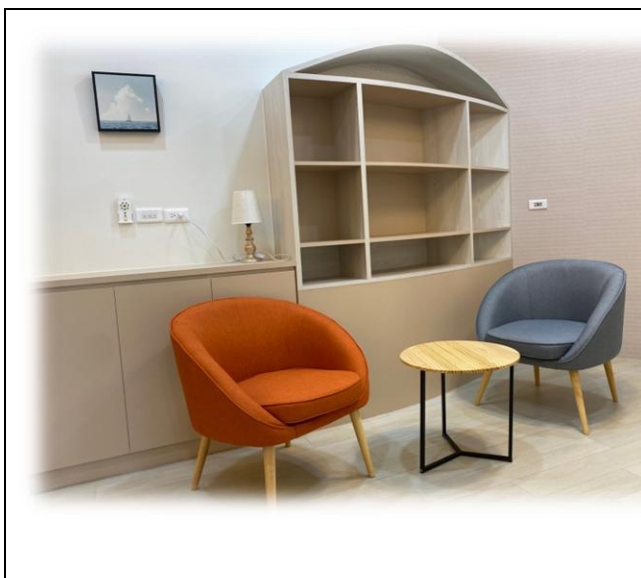
張威創會長蒞臨學群講座



牙醫系專家指導小組



建築設計專家指導小組



晤談室等待區



個諮室



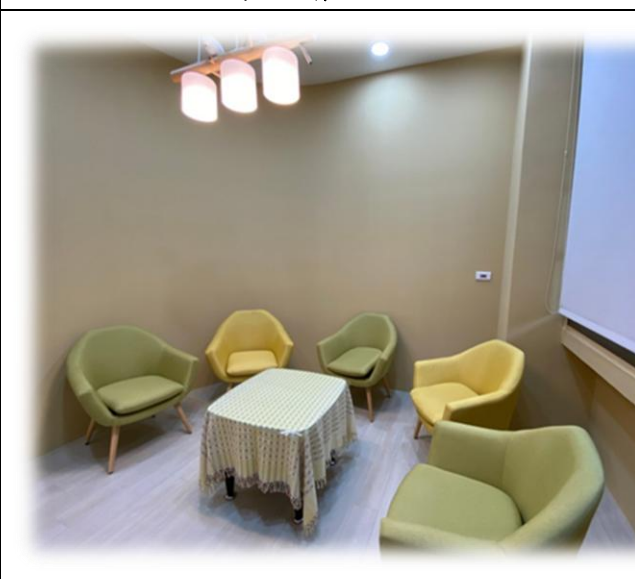
個諮室



家庭會談室



個諮室



個諮室

六、心理健康宣導資料

衛福部提供心情溫度計作為基本情緒自我檢視，可以協助自己及身旁的親人與朋友，請下載 APP 作為日常的心理自我照顧工具。

心情溫度計



什麼是『心情溫度計』？

心情溫度計為簡式健康量表(Brief Symptom Rating Scale，以下簡稱 BSRS-5)的俗稱，主要在作為精神症狀之篩檢表，目的在於能夠迅速了解個人的心理照護需求，進而提供所需之心理衛生服務。與其他篩檢量表相比，心情溫度計具備有簡短、使用容易之特性，研究結果更顯示心情溫度計在社區大規模調查中仍具有良好之信效度。

如何善用『心情溫度計』？

在我們關心他人的過程中，常常遇到對方有情緒的困擾，卻不知他們困擾的程度，心情溫度計可幫助我們具體地了解對方的心情，同時也可幫助對方釐清他們情緒困擾的程度，並且可以根據得分結果做適當的處理。心情溫度計為一自填量表，可以幫助我們了解自己的心情狀態，也可以用此量表主動關懷週遭的人，建立起自我健康管理的習慣。

『心情溫度計』適用的年齡層？

心情溫度計是主觀自填的量表，所以只要被測量者可以識字，一般經驗小學以上的人，均可以順利的填寫量表。

『心情溫度計』除了自填，還可以怎麼應用？

只要對方的回應可以回覆原本的問題，便可將心情溫度計之敘述方式，換成自己的話來詢問，例如詢問『睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒』的問題時，可以先問對方『最近睡眠的狀況好不好』，再根據對方回答的狀況判斷分數。雖然心情溫度計(BSRS-5)原設計為一自填量表，但也可經由電話訪談，因此對於認識中文字或聽懂中文發音者均能適用。

心情溫度計除了紙本的版面，有網路行動版嗎？

目前「心情溫度計 APP」IOS 及 Android 系統之已正式上線並提供免費下載，歡迎擁有智慧型手機、平板的用戶踴躍下載，並協助轉發推廣。APP 版本不只提供心情的檢測及分析建議，更提供了全國心理衛生資源及心理健康秘笈(系列電子書)，掃描 QR Code 就可以下載，敬請詳見「APP 下載說明」。

內容摘自衛生福利部 <https://www.tsos.org.tw/web/page/bsrs>

珍愛守門人-----認識 1 問 2 應 3 轉介的技巧



你自
我殺
都是警
守訊
門不漏
人接

1 問：「主動關懷、積極傾聽」

自殺行為是從「想法」到「行動」的漸進過程。在自殺行為出現之前，個案會透露某一形式的線索或警訊，可能以口語或行為的方式表現，也可由其所處狀態判斷。因此，當發現有自殺風險時，請認真嚴肅地看待警訊，並主動運用心情溫度計評估情緒困擾程度，用心傾聽所遭遇的困境，一旦確認個案具有自殺意圖，立即深入了解自殺危險度高低。要詢問一個人的自殺意念並不容易，循序漸進的討論主題是有幫助的，一感到懷疑便立即詢問，要了解「這可能是唯一一次幫助的機會」。

1) 關於「詢問」的部分注意事項如下：

- 感到懷疑個案仍有自殺意念，需立即詢問
- 要有這可能是唯一一次介入幫助的機會的認知
- 在隱密的地方談
- 讓個案放心自在的說，不要打斷他
- 如果個案不願接受幫助或不願談論，請堅持下去
- 如何問是其次，重點是「你問了」

2) 如何「詢問」？

- 間接問法
 - 你是否曾經希望睡一覺並且不要再醒來？
 - 你是否覺得活著沒意義，沒價值，也沒有人在乎？

- 直接問法
 - 你會不會有想不開的念頭？
 - 你是否有想到要自殺呢？
- 應注意避免詢問的問句
 - 不要對自殺意念或行為以半開玩笑的方式詢問：「你該不會想要自殺吧？」、「不要跟我說你想自殺喔！」
 - 不要太急著提供問題的解決方法
 - 不要發誓保守秘密
 - 不要爭辯自殺是對或錯
 - 不要使自殺者增加罪惡感

2 應：「適當回應、支持陪伴」

當人們說「對生活厭倦」、「沒有活下去的意義」時，這些說法常常會被聽的人否決，或甚至告訴他們其他更悲慘的例子。事實上，最重要的一步是要有效的聆聽他們的想法。因為伸出援手或傾聽本身就能減少自殺者的絕望感。詢問確定個案有自殺意圖後，守門人的任務即轉為適當回應與提供陪伴，同時，在回應的過程中，亦可評估個案是否需要進一步轉介或其他醫療協助。

1) 如何勸說個案繼續活下去並且接受幫助

- 平靜、開放、接納且不批判的態度將有助於與個案的溝通
- 開放地討論失落、孤獨與無價值的感覺，使個案情緒起伏程度減緩
- 積極專注傾聽個案遭遇的問題，嘗試了解他們的感受，提供情緒支持
- 不要急著評斷個案的遭遇、處境或想法，你的傾聽與協助能夠重燃希望，並產生改變
- 「自殺」本身並不是問題，而是個案用來解決他所遭遇困境的方法，因此可試著找出自殺以外的處理方式。
- 提供個案任何形式的「希望」，並將焦點放在個人正面的力量。因此，我們可以思考「這個人在過去的人生當中是為什麼而生，現在活著的理由是什麼？」、「他的生活重心與目標為何？有沒有可以令他積極的人、事、物？」，再接著詢問他：「是否願意尋求協助？」「你是否願意答應在找到任何協助之前，不結束你的生命？」

2) 不適當的回應方式如下，更重要的是，傾聽與理解，並能在適當的資源轉介之後，持續關懷

- 太常打斷他們說話
- 顯露震驚或情緒激動
- 表達自己很忙
- 擺出恩賜的態度
- 做出突兀或含糊不清的評論

- 問大量的問題

3 轉介：「資源轉介，持續關懷」

面對你想幫助的人，當他的問題已經超過你能處理的程度與範圍時，就是你幫個案找出適當的資源，進行資源連結的時候，就如同當我們的家人有生理疾病時（如心臟病），我們立即的反應是尋求專業醫師的協助，而非自己試圖治療。因此，好的守門人不只被動的阻止自殺，也會主動積極的協助轉介處理。且轉介後需持續的關懷個案，並再次評估個案的自殺風險，直至結案為止。

1) 若有以下的情形就可嘗試進行轉介

- 心情溫度計分數偏高者，高於 10 分者建議尋求心理諮商，高於 15 分者建議諮詢精神專科醫師
- 懷疑可能具有潛在的精神疾病者
- 有自殺或自傷的身心問題
- 問題超乎助人者的能力
- 社會資源或支持不足夠

2) 在協助個案進行轉介時，有以下的建議

- 向個案保證隱私之安全與尊重個案的意願。若個案有強烈自殺意念，務必強調轉介後由醫療團隊一起協助的重要性
- 依個案特性提供適切的資源或協助其轉介。如為轉介至醫療院所，可評估個案平時就醫習慣，詢問是否有較習慣的就診醫療院所與固定的主治醫師。若原本已在精神科就醫，則建議繼續在原醫院治療，並鼓勵個案主動與醫師溝通心情溫度之變化
- 轉介個案就醫時，建議守門人可先以電話或其他方式告知被轉介的醫師有關個案的特殊情況，以加速個案的轉介與處理過程，並於事後向個案或受轉介對象瞭解處理情況

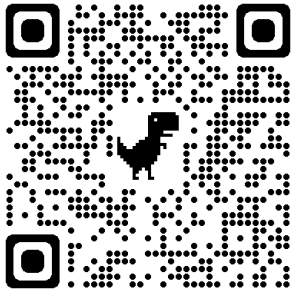

資料引用自 <https://www.tsos.org.tw/web/page/gatekeeper3>



學生事務規定 與查詢系統



校方對於學生在校的各項作息、行為均依照教育部相關辦法訂定規範，其目標為培養同學守法、守紀、守時、守分觀念及要求培養良好的生活習性（習性攸關未來畢業後事業成敗）、正常的生活作息、尊重團隊，以提高榮譽心、責任感。期盼諸位家長協助指導貴子弟遵守學校相關規範。

彰化高中校務系統(缺曠、獎懲查詢)	國立彰化高中網頁
https://reurl.cc/aVppLY 	https://www.chsh.chc.edu.tw 

- 學校首頁左下方，點選即可登入本校校務系統，敬請家長多加利用

師生專區		資訊公告				自主學習專區																																								
<div> <div>新課綱專區</div> <div>模考成績查詢</div> <div>設備修繕登記 (限校內使用)</div> <div>特殊教室預約</div> <div>學生通勤專區</div> <div>親師懇談專區</div> </div> <div> <div>學習歷程檔案</div> <div>彈性學習平台 (自主學習)</div> <div>數位學習平台</div> <div>教職員工差勤</div> <div>學生住宿專區</div> <div>圖書查詢系統</div> </div>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>序號</th> <th>標題</th> <th>日期</th> <th>點閱次數</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>【重補修公告】112年度一二年級(未升級)重補修上課地點時間及名單</td><td>2023/07/28</td><td>9859</td></tr> <tr><td>2</td><td>【校安中心公告】海葵颱風相關注意事項</td><td>2023/09/01</td><td>926</td></tr> <tr><td>3</td><td>【教學組公告】112學年度高一多元選修名單公告，請102-110班同學於9/5(二)第三、四節，依選課名單至指定上課地點上課。</td><td>2023/09/01</td><td>318</td></tr> <tr><td>4</td><td>【競賽訊息】：國立清華大學辦理「2023第20屆清華盃全國高級中學化學科能力競賽」，請有興趣學生踴躍報名參加。</td><td>2023/08/24</td><td>493</td></tr> <tr><td>5</td><td>【教學組公告】112學年度第一學期高一本土語言課程上課名單、時間及地點公告。</td><td>2023/08/29</td><td>569</td></tr> <tr><td>6</td><td>【公告】112學年度第一學期高二編班名冊(暫行轉班後)</td><td>2023/08/28</td><td>794</td></tr> <tr><td>7</td><td>【公告】112年度高三第二次模擬考-考試日程及範圍表</td><td>2023/08/18</td><td>610</td></tr> <tr><td>8</td><td>【重要公告】高一親師懇談會定於112年9月16日(六)上午辦理，國立彰化高中112學年度第1學期高一親師懇談會家長應踴躍參加。</td><td>2023/08/26</td><td>514</td></tr> <tr><td>9</td><td>【教學組公告】112學年度高三多元選修名單公告，請同學開學後依選課名單至指定上課地點上課。</td><td>2023/08/22</td><td>638</td></tr> <tr><td>10</td><td>【學生服務】彰化高中學生服裝儀容規範事項(新生及家長務必詳閱)112.08.22公告</td><td>2023/08/22</td><td>2463</td></tr> </tbody> </table> <div>更多...</div>	序號	標題	日期	點閱次數	1	【重補修公告】112年度一二年級(未升級)重補修上課地點時間及名單	2023/07/28	9859	2	【校安中心公告】海葵颱風相關注意事項	2023/09/01	926	3	【教學組公告】112學年度高一多元選修名單公告，請102-110班同學於9/5(二)第三、四節，依選課名單至指定上課地點上課。	2023/09/01	318	4	【競賽訊息】：國立清華大學辦理「2023第20屆清華盃全國高級中學化學科能力競賽」，請有興趣學生踴躍報名參加。	2023/08/24	493	5	【教學組公告】112學年度第一學期高一本土語言課程上課名單、時間及地點公告。	2023/08/29	569	6	【公告】112學年度第一學期高二編班名冊(暫行轉班後)	2023/08/28	794	7	【公告】112年度高三第二次模擬考-考試日程及範圍表	2023/08/18	610	8	【重要公告】高一親師懇談會定於112年9月16日(六)上午辦理，國立彰化高中112學年度第1學期高一親師懇談會家長應踴躍參加。	2023/08/26	514	9	【教學組公告】112學年度高三多元選修名單公告，請同學開學後依選課名單至指定上課地點上課。	2023/08/22	638	10	【學生服務】彰化高中學生服裝儀容規範事項(新生及家長務必詳閱)112.08.22公告	2023/08/22	2463	<div> <div>HyRead 國立彰化高級中學 數位閱讀平台</div> <div>Education you want! EWant 雲端開放教育平台</div> <div>天下雜誌群知識庫</div> <div>高級中等學校自主學習資源網</div> <div>彰化高中成果發表平臺 iPublish System</div> </div>
序號	標題	日期	點閱次數																																											
1	【重補修公告】112年度一二年級(未升級)重補修上課地點時間及名單	2023/07/28	9859																																											
2	【校安中心公告】海葵颱風相關注意事項	2023/09/01	926																																											
3	【教學組公告】112學年度高一多元選修名單公告，請102-110班同學於9/5(二)第三、四節，依選課名單至指定上課地點上課。	2023/09/01	318																																											
4	【競賽訊息】：國立清華大學辦理「2023第20屆清華盃全國高級中學化學科能力競賽」，請有興趣學生踴躍報名參加。	2023/08/24	493																																											
5	【教學組公告】112學年度第一學期高一本土語言課程上課名單、時間及地點公告。	2023/08/29	569																																											
6	【公告】112學年度第一學期高二編班名冊(暫行轉班後)	2023/08/28	794																																											
7	【公告】112年度高三第二次模擬考-考試日程及範圍表	2023/08/18	610																																											
8	【重要公告】高一親師懇談會定於112年9月16日(六)上午辦理，國立彰化高中112學年度第1學期高一親師懇談會家長應踴躍參加。	2023/08/26	514																																											
9	【教學組公告】112學年度高三多元選修名單公告，請同學開學後依選課名單至指定上課地點上課。	2023/08/22	638																																											
10	【學生服務】彰化高中學生服裝儀容規範事項(新生及家長務必詳閱)112.08.22公告	2023/08/22	2463																																											

國立彰化高級中學學生攜帶行動載具到校管理規範

114.08.29 校務會議通過

本規範依據本校學生行動載具管理委員會會議決議事項訂定。旨在促進教學品質、學習成效及學生身心健康，維護學校秩序及安全，並教導行動載具使用禮儀。

壹、總則

- 一、**目的**：為維護校園安寧、教導行動載具合理使用及維護各項活動秩序，促使學生專心學習、增進教學成效，並考量學生使用行動載具之必要性，特訂定本要點。
- 二、**定義**：本規範所稱行動載具，指手機、可攜式電腦、平板電腦、穿戴式裝置等具無線通訊功能之終端裝置。
- 三、**制定與增修**：學校訂定與增修本管理規範時，應依循民主參與程序，邀集教師、家長、學生各方代表召開會議，其中學生代表人數應佔全體會議人數三分之一以上。代表名單如下
 1. 行政人員代表包括校長、教務主任、學務主任、輔導主任及級導師代表三名，總計 7 人
 2. 學生代表 5 人(由學生會推派)
 3. 家長會代表 1 人(由家長會推派)
 4. 委員會之決議，應有全體委員三分之二以上出席，以出席委員過半數之同意行之。
- 四、**教師引導**：班級導師及任課教師應於課程及教學活動時，輔導學生遵守本規範。

貳、管理方式

- 一、**申請規定**：學生攜帶行動載具到校應事前申請並填寫「學生攜帶行動載具申請表」，除穿戴式載具外，總則定義中其餘各項載具限一人一件，效期以同一學年為限。法定代理人(家長或實際照顧者)簽名後，交由各班導師收回保管並統計人數管制。如更換手機或門號時需重新申請。
- 二、**管制時間與集中保管地點**：
 1. 學生攜帶行動載具到校後，管制時間自第一節上課起，至放學止。
 2. 學生到校後應於第一節上課前先行將行動載具之行動電話(手機)關機並放入行動電話(手機)保管箱，由風紀股長或導師指定專人清點後於第一節下課時收納於行動電話(手機)保管箱，統一放置於本校行動電話(手機)保管區上鎖管制(校安中心旁會議室)。
 3. 行動電話(手機)集中保管時間至放學前一節下課止，由風紀股長或導師指定專人至行動電話(手機)保管區領回班上，並於放學時統一發回個人保管，學生放學後始可開機。
 4. 學生中途進入教室者，需直接交由風紀股長或導師指定專人保管收納，並於下課後交至校安中心行動電話(手機)保管箱內。
 5. 其他行動載具：可攜式電腦、平板電腦、穿戴式裝置等行動載具，到校後由學生自

行保管，若因課程需要須經師長同意方可使用。

參、彈性使用規定

一、因緊急事件中途離校：

- (1). 學生如有緊急事件需聯繫家長，可由學校公用電話、科辦公室、導師或校安中心電話聯繫。
- (2). 家長需聯繫學生時，可經由學校總機（04-7222121）轉接各科辦公室、導師或由校安中心代為轉告。
- (3). 學生如有緊急事件需中途離校，請風紀股長或導師指定專人將行動電話(手機)發還個人保管。
- (4). 學生上課地點非在原班級教室時，由風紀股長或導師指定專人將行動電話(手機)發還個人保管。

二、因課程需要：

- (1) 班級因課程需要使用行動載具，應優先借用學校公用平板，如平板數量不足，經任課教師同意後，始得領回行動電話(手機)，並於課程結束後由風紀股長或導師指定專人將行動電話(手機)放入保管箱，並放置於行動電話(手機)保管區上鎖管制。
- (2) 高一、高三多元選修當天上午行動電話(手機)以個人保管為原則，於第四節下課後實施集中保管，由風紀股長或導師指定專人清點後收納於行動電話(手機)保管箱，統一放置於本校行動電話(手機)保管區上鎖管制（校安中心旁會議室）。
- (3) 週三下午如遇社團活動課，於第四節下課後，由風紀股長或導師指定專人至行動電話(手機)保管區領回班上，並統一發回個人保管。

三、**學校大型活動**：如遇學校大型活動，如校慶運動會、園遊會及校外教學……等，行動載具以個人保管為原則，不實施集中保管。

肆、違規處置

對於違反本規範管理時間及管理方式之學生，本校採取下列處置措施：

- 一、將學生攜帶之行動載具由學校暫時保管，保管時間以不超過當日為限，暫時保管結束後返還學生或通知法定代理人或實際照顧者到校領回。
- 二、依學校所訂之學生獎懲實施要點第三條第八項第 43 款核予懲處，罰則細項如下：

(一) 記「警告」：

1. 行動載具未依規定申請且攜帶到校，經勸導後仍未改正者。
2. 行動載具之行動電話(手機)未依規定放置於手機保管櫃，經勸導後仍未改正者。
3. 未經師長同意使用其他行動載具，經勸導後仍未改正者。
4. 學生使用校內電源插座或接延長線為個人 3C 產品或其它設備充電，經勸導仍未改正者。
5. 使用言語或文字、圖片、動作或影音等，當面或藉由平面、網路或其他電子

媒介侵害他人名譽或侮辱、恐嚇、誹謗他人，他人權益減損，情節輕微者。

(二) 記「小過」：

1. 未經他人同意，使用行動載具對他人拍照或錄影（音）者，經勸導後仍未改正者。
2. 使用言語或文字、圖片、動作或影音等，當面或藉由平面、網路或其他電子媒介侵害他人名譽或侮辱、恐嚇、誹謗他人，他人權益減損，情節尚非重大者。

(三) 記「大過」：

1. 竊盜行為
2. 使用言語或文字、圖片、動作或影音等，當面或藉由平面、網路或其他電子媒介侵害他人名譽或侮辱、恐嚇、誹謗他人他人權益減損，情節嚴重者。

伍、申訴之救濟途徑

學生、法定代理人或實際照顧者於獎懲通知書（含非書面之獎懲通知）送達次日起 30 日內，如有不服者，得依學生申訴相關法令，以書面向本校學生申訴評議委員會提起申訴。

國立彰化高中學生請假實施規定

*本辦法於 104 年 1 月 20 日 103-1 學年期末校務會修訂

*113 年 8 月 29 日校務會議審議

一、學生非因病假或不得已之事故，不得請假。

二、凡學生因故無法參加校內學習活動者，應先依事由（類別區分：公假、事假、病假、婚假、產前假、娩假、陪產假、流產假、育嬰假、生理假及喪假）辦理手續，核准後送交學務處登錄。

三、請假手續：

（一）病假：

- 1、在校：如在校發生傷病事故，應先至本校健康中心就診，如須外出就醫者，應持健康中心開具之證明文件向導師（或校安老師）報備，再向生活輔導組辦妥病假外出手續後始可離校（離校前通知家長），並於三天內完成補請假手續；如僅需在健康中心休息者，得於事後持健康中心證明辦理請假。
- 2、在家：如在家（或未到校之前）發生傷病，不能來校時，必須由家長（或當事學生）當天第一節下課前（9 時 10 分）以電話向導師及校安中心(04-7222121-32401)報備(無先行報備者，不同意補請假)，隔日持證明文件（就診收據或診斷證明書）到校辦理補請假。

（二）事假：

一律於事前檢具有效證明文件完成請假手續（事後辦理一概不准假）；如因偶發之重大事故，無法事先請假時，可由家長（或當事學生）於當日以電話向導師及校安中心(04-7222121-32401)報備(無先行報備者，不同意補請假)，事後到校辦理補請假，事假理由須合情、合理，無正當理由之事假將視同曠課。

（三）喪假：

- 1、直（旁）系血親之喪，始准喪假。
- 2、原則上必須事先准假，如情況特殊無法事先請假時，可由家長（或當事學生）於當日先以電話通知學校，事後到校辦請假。
- 3、時限：除父母之喪准七日之喪假外，餘均准予三日內之喪假，超過時限部份則依事假論。
- 4、應檢附必要之證明文件（如家長證明、死亡證明或訃文等）經導師（或校安老師）簽章後，送生活輔導組依權責准假。

（四）公假：

- 1、個人公假由本人持證明請假；團體公假由派出單位或老師持集體公假單簽章後送生活輔導組逐級呈請核准。

2、准假權限：一日內(含)由生輔組長核准，二日內(含)由學務主任核准，三日以上(含)呈請校長核准。

(五) 生理假：

女學生因生理需要請生理假時，每月每人以1日為限，超過1日以上須檢附家長證明。

(六) 婚假、陪產假、產前假、娩假、流產假、育嬰假：

學生如因婚假、陪產假、產前假、娩假、流產假、育嬰假須辦理請假手續時，由導師、輔導室及學務處視狀況討論後專案處理。

四、考試期間除重病、喪假(直系親屬)外不得請假，考試期間之請假需送教務處會簽後始生效，否則視同缺考。

(一) 請假者必須檢附有效之證明文件，填具請假單後送導師(或校安老師)簽章，逕送生活輔導組依權責准假。

(二) 缺考者相關成績考核辦理方式，均依教務處學生段考、期末考請假成績處理原則辦理。

五、准假權限：

(一) 二日以內：經家長—導師—校安老師。

(二) 三日：經家長—導師—校安老師—生輔組長(校安組長)。

(三) 四日：經家長—導師—校安老師—生輔組長—學務主任。

(四) 五日(含)以上經家長—導師—校安老師—生輔組長—學務主任—校長。

六、補假：病假必須於返校後三日內為補請。

七、無故不參加返校日、開學典禮、休業式及其他重要集會者，視情節輕重，依學生獎懲辦法規定予以處分，如屢犯不改得加重處分。

八、凡請假者，一律予以登記，並依德行評量補充規定辦理。

九、請假學生假期已滿或未滿已到校上課者，應向導師(或校安老師)報告，並通知生活輔導組，予以註銷未使用之假期。

十、上課期間申請外出者，應至生活輔導組(或校安中心)辦妥外出手續，始准外出，並依上列各有關規定辦理請假手續。

十一、中午午休期間外出者，敬由導師(授課師長)簽章後至生活輔導組(或校安中心)辦妥外出手續，始准外出，並依規定時間內返校銷假，凡未依規定而私自外出者，依不假外出之規定記小過處分，屢犯不改者，得加重處分。

十二、違犯各類請假規定者，概依學生德行成績考查補充規定辦理。

十三、本要點經校長核准後實施，修正時亦同。

定期考試期間請假時成績相關業務說明

- ☞ 一般請事、病假（無宜在家休養等醫囑）者，一律以**零分**計算。
- ☞ 請病假者，務必檢附醫師親自開立之診斷證明（「醫師囑言」處**需有宜在家休養等字樣**），才可以公式降低 10%名次計算成績。
- ☞ 請假程序請務必遵照校內規定，**超過請假時間才補假，註冊組一律不予換算**。
- ☞ 現在**新冠確診已不須隔離，做好防疫（全程配戴口罩）可以正常到校應考**。若無法到校，請依上述病假程序辦理，符合規定才予以成績換算。
- ☞ 校內大型考試成績占學期成績比例高，更會影響學生繁星計算或其他升學，需嚴謹公正處理，請學生注意規則以維護自身權益。

國立彰化高中服裝儀容規定

*本辦法於 95.6.30.94 學年期末校務會議通過。

*本辦法要點於 95.08.07. 陳奉校長核示。

*本辦法於 103.06.30. 學年期末校務會議通過。

*本辦法於 105 年 8 月 26 日 105 學年期初校務會議通過。

一、學生週一到週五(含補課)到(在)校時，宜穿著本校制式服裝，若學生非穿著校服，應隨身(配掛)學生證以供識別。

二、學校舉行重要集會與活動時，學生應穿著制式服裝。

三、制式服裝規定

(一) 夏季：

宜著制式白色短袖上衣、藍色長褲或藍色褲裙。

(二) 冬季：

宜著制式白色長袖上衣(可配合活動打制式領帶或領結)、藍色長褲或藍色褲裙。

(三) 運動服：

宜著制式運動服並穿著適宜之運動鞋、襪。

(四) 皮鞋：著制服時，宜著黑色皮鞋。

(五) 學號：

1. 全體學生之藍色西裝外套，均以黃色絲線繡校名、學號。

2. 全體學生之冬季、夏季之長、短袖制服，均以藍色絲線繡校名、學號。

3. 全體學生之運動服，均以藍色絲線繡姓名、學號。

(六) 書、背包：宜使用制式書、背包。

四、儀容規定：以整潔、自然、美觀為原則，不宜穿拖鞋、打赤膊。

性平教育宣導

(一)、通報責任 Q&A

問題一：若為疑似性騷擾案，學生尋求老師、導師或是諮商輔導人員求助時，這些師長知悉後需要通報嗎？

答案：是。依性侵害犯罪防治法第 8 條規定，醫事或教育人員有通報義務，又如屬校內之諮商輔導人員，依性平法第 21 條第 1 項規定，亦有通報義務；若學生不願意，可於法定通報單上註記受害人之意見或顧慮。

問題二：若疑似受害人不願意被通報，怎麼辦？

答案：依性平法第 21 條第 1 項及侵害犯罪防治法第 8 條規定，其通報不受當事人個人意願影響，教育人員仍有通報之法定義務。學校可於法定通報單上註記受害人之意見或顧慮。法令補充說明：性平法第 21 條第 1 項：「學校校長、教師、職員或工友知悉服務學校發生疑似校園性侵害、性騷擾或性霸凌事件者，除應立即依學校防治規定所定權責，依性侵害犯罪防治法、兒童及少年福利法、身心障礙者權益保障法及其他相關法律規定通報外，並應向學校及當地直轄市、縣（市）主管機關通報，至遲不得超過二十四小時。」

問題三：若學生直接向教師反應有性侵害、性騷擾或性霸凌事件時，教師應如何處理？

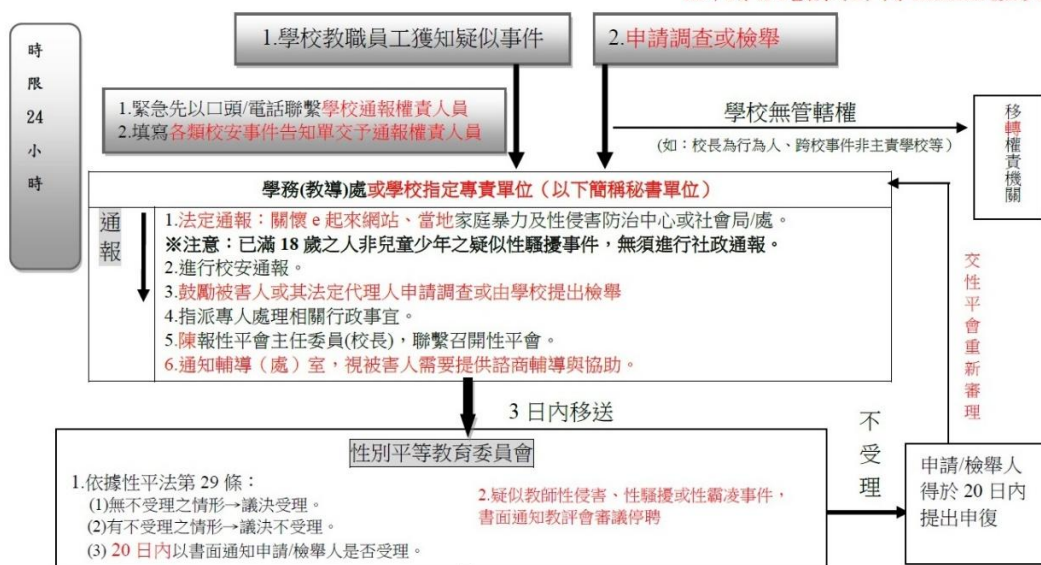
答案：一、應依性平法規範之處理流程處理，並應將事件告知學校，由學校相關單位進行依法通報、輔導、告知權益、提供救濟管道，鼓勵被害學生儘早提出申請調查。二、原則上尊重被害人開啟調查程序之意願，惟具高度公益性之事件得由教師或學校人員以提出檢舉之方式開啟調查程序，經由收件單位轉交性平會依法調查。三、基於校園安全及對現場證據之保存，教師可在現場進行危機處理，如先蒐集證據供性平會參考，未來亦可擔任證人。任何危機處理皆需留下處理之紀錄。

(二)、通報流程參考圖：

校園性侵害性騷擾或性霸凌事件通報及調查處理程序參考流程圖

101 年 6 月 4 日臺訓（三）字第 1010101395 號函修訂

103 年 5 月 12 日臺教學（三）字第 1030056985 號函修訂





親職教育文章

父母在孩子生涯探索時應該做的事——放手、尊重與支持

by 楊俐容教授 2017-11-02

你太常跟孩子說「只是給你建議，不一定要接受」嗎？當孩子的選擇，並非你心中的第一志願時，該如何練就放手的智慧？

真誠接納孩子的選擇，培育他們思考與決策的能力，是身為生涯教練最需具備的首要態度。有時我們雖然擺出民主的姿態，但其實內心深處還是不免有自己的「標準答案」。舉個例子，我常聽到許多還不知道大學要選哪些科系的孩子說：「我爸媽說，如果不知道以後想做什麼，那就念法律（或財經、醫學等當紅科系）好了……。」

與其直接下標準答案式的「指導棋」，我更建議家長不妨這樣與孩子深聊：「我們來想想，有哪些科系跟你未來想做的、或喜歡的事情最貼近？有哪些科系可讓自己有機會接觸更多你可能會喜歡的人事物……。」就算孩子目前還無法選擇某一條明確的「路徑」，但是這樣的討論，可以激發孩子覺察、鼓勵孩子思考：「哪個『方向』與自己比較契合？」於是，生涯探索才會成為一段旅程，而不是一個狹窄的目的。

當我們鼓勵孩子去自我探索時，父母也要能願意真正接受孩子的探索結果。否則，當孩子找到自己的生命價值與目標時，父母卻沒有相對給予真誠的接納，隨之而來的，往往就是親子間的價值衝突了。

我曾碰過一位爸爸，孩子申請上一個大家都覺得很好的科系，但卻選擇另一個較冷門的就讀。這位父親內心覺得，為孩子長遠的幸福著想，大家眼中的「好」還是比較明智的選擇，但又覺得該給孩子自主的權利，因此，這位自許民主的爸爸在接納與堅持之間矛盾掙扎。於是我問他：「你的孩子，從小就常為自己做決定嗎？」這位開明的爸爸回答：「是。」我再問：「那在你印象中，孩子過去大大小小的決定，曾有過嚴重失誤嗎？」他想了一下說：「好像沒有……。」談到這裡，這位父親若有所悟的說：「謝謝！我知道該怎麼做了。」

我的意思是，如果過去孩子的決策經驗都很恰當，代表他是個懂得思考後果，並能為自己負責的人；一般來說，他更不會在生涯選擇這麼大的事情上任意隨性的下決定。對於這樣的孩子，父母要學的就是放手與相信。

用對方法，培育孩子決策力。

培育決策力，需要方法與步驟。以選擇就讀科系來說，也是如此。

我與在大學任教的外子，近年來陪著許多高三年輕孩子選填大學志願。我們的重點不在於幫孩子找出那五、六個志願，而是和他們分享做選擇的方法和過程。因為見過太多上了某個科系後才發現志趣不合，卻又因動力不足而陷在這個死胡同裡的大學生，因此我們最常提供的務實建議，就是請孩子上網查一查自己屬意科系的課程表，至少要有二分之一到三分之二的課程名稱與內容都是自己喜歡的，大學四年才不會形同嚼蠟。我們無法奢求所有課程都盡如己意，但若能有過半課程是自己感興趣的，的確能大幅降低白走一遭的機率。

當孩子向內的探索與對外的理解兼備，並提出幾個具體選項之後，我們是否能夠發自內心尊重孩子的意願，給予他自由選擇的權利，是身為生涯教練應具備的另一個重要態度。

我常提醒家有青少年的父母，決定孩子日常生活到底該享有哪些自由時，最好別處於「被逼著交出主權」的狀態。最好的態勢是：由你採取主動，隨著孩子成長主動提高自由度與選擇權。比方說，當他快到某一年齡，你必須預先讓他知道「我非常樂意給你更大的自主權，也期待你能承擔起該有的責任」。如果孩子的能力無法勝任，你也可以試行一段時間之後再做調整。

生涯選擇的道路也是如此。若大人根據自己的個人經驗，給孩子太多「你應該如何比較好」的建議，就很難給孩子練習的機會與支持的力量。

克制「給最佳選擇」的衝動

我碰過不少申請大學推甄的孩子，在幾經考量自我興趣與能力後，審慎思考填了六個志願；按理說，既然這六個選項都是孩子自我探索後的選擇結果，無論推甄上任何一個都值得欣喜。但我常看到的現實情況是，大人心中早有排序定見，當孩子推甄結果不是自己心中的「最佳選項」時，往往會鼓勵孩子參加指考。但是這麼一來，孩子之前為其他幾個志願所投入的時間精力，又有什麼意義呢？

身為父母，總希望給孩子「最好的」，這是天性，也正因如此，更顯得「尊重」的難得與不易。過去，當我知道自己孩子做了我認為不太優的決定時，我的態度會傾向「我告訴你，但不強迫你」。然而，隨著孩子年紀愈大，給我的回饋愈多，我也更加能體會，當親子關係親密，而孩子也認為父母很優秀而信任父母的判斷時，就算我們再三強調「只是給你建議，你不一定要接受」，孩子心裡就是會猶豫、會擔心自己做的決定不夠好。

在放手這條路上，我的大女兒的確教了我不少。譬如她告別學生角色之後曾經對我說：「媽！一旦我做了決定之後，我需要的是你的支持和祝福，『建議』就真的不用了！」我自己走過這段路，深知不易之處，但我也發現，「形之於外，久而久之就能誠於內」的改變歷程，使我成為更懂得放手的母親。當我能克制自己的外在行為，不給孩子那個所謂「最好的建議」時，慢慢的，我內在那個「最佳選擇」的聲音就會漸漸變小。而當我學會真正放手時，不僅孩子自在，我也愈來愈輕鬆。

我常比喻，生涯選擇就像婚姻關係，情投意合固然是很重要的基礎，但沒有哪個對象打從一開始就是我們的「天作之合」，而是因為後續的經營、磨合，在不斷互相了解、互相調適之後，彼此才會變成對方的真命天子或天女。生涯探索也是如此，即使基於興趣、能力、個性和價值觀做了明智的選擇，仍需要不斷的探索與調適，才能慢慢體會出生命的意義與生涯的況味。

誠摯祝福家有青少年的父母，希望你陪伴孩子的生涯探索之路，是一段彼此成長、意義非凡的旅程！

如何成為孩子的生涯嚮導？生涯探索三大方向

by 楊俐容 2019-10-04

孩子學什麼都覺得無趣，對未來沒有任何想像，只想打電動、看電視，怎麼辦？或者孩子才藝學一堆，樣樣都興趣盎然，該往哪個方向前進？身為領航者的父母，該如何協助孩子起飛？

有一次，我在捷運上聽到兩位中年婦女的交談：

甲：你聽說了嗎？○○他兒子這次學測考得很好，聽說正在準備申請電機系耶！

乙：電機系？可是我記得他兒子從國中開始最感興趣的科目就是生物，又喜歡親近大自然，不是一直都說很想念○○系（某冷門科系）的嗎？

甲：拜託，興趣又不能當飯吃！他爸媽認為念○○系將來出路窄，也賺不了什麼錢，既然有機會申請上電機系，當然要試試看嘛！再說，電子業錢賺得快，有錢有閒時再去親近大自然不就好了嗎？

乙：那他兒子也同意這麼做嗎？

甲：這個年齡的孩子懂什麼！他們根本不知道現實是什麼樣子，念○○系將來連個房子都買不起啊！

乙：可是，那是他想要的人生嗎？

甲：念了就會有興趣的啦！以後出社會，就知道要感謝爸媽了。

這樣的對話，你是否覺得很熟悉呢？當社會愈來愈多元，改寫了成功的定義，「生涯規劃」再也不是線性進行，我們需要重新檢視自己對生涯的看法。

或許你會說：「有這麼嚴重嗎？不過就是找一份工作罷了！」的確，在三餐都還吃不飽的時代，「生涯規劃」是尚未誕生的名詞，「糊口」則是唯一的考量；只要有工作、能溫飽，就謝天謝地了。

不過，就像人本心理學大師馬斯洛（Abraham Maslow）說的，人的需求可以分成五個層級。當溫飽獲得滿足、安全無虞時，人們自然會想要尋求愛與歸屬的滿足，也希望活得有自尊，甚至更進一步渴望實現自我。因為這樣，關於職業的觀念也就隨著時代的進步而有了變化。

農業社會的年代，大多數孩子都跟著父親或鄰居的職業，當學徒，如黑手或廚師。隨著工業主義興起，傳統式微，人口開始往大都市移動討生活，於是所謂的「工作介紹所」興起。到了二十世紀初，有「輔導學之父」之稱的帕森思（Frank Parsons）在美國波士頓成立職業局。他認為人類需要的是選擇一項職業，而不只是「找份好工作」而已，於是運用心理學，大力推動「職業輔導」。從此，個別差異開始被重視，相關研究也因此展開，「找工作」漸漸

的演化為尋找一項「適合我」的職業。

到了二十世紀中，隨著物質充裕、壽命愈長，人類對生涯的看法也跟著改變，開始追求內在的滿足、自我實現，愈來愈凸顯自我概念，於是開始把職業視為個人生涯的一部分，會思考：「人生走一遭，自己是否滿意？對人生有沒有藍圖？夠精采嗎？」如生涯發展大師舒伯（Donald Super）就提出：「生涯是生活中各種事件的演進方向和歷程，統合了個人一生各種職業和生活的角色，由此表現出個人獨特的自我發展類型。生涯是人生青春期的自退休之後，一連串有酬或無酬職位的綜合，除了職位之外，還包括任何和工作有關的角色，如副業、家庭和公民的角色等的組合。」

那麼身為孩子的生涯教練，父母如何全方位考量，應該做哪些事情，才能幫孩子找到對的方向呢？

觀念與時俱進

當新興行業出現的速度愈來愈快、職業內容的變化愈來愈難預料；當創意、彈性與適應力逐漸變成制勝關鍵，父母必得與時俱進，才能幫助活在不同時代氛圍的孩子，成為支持孩子圓夢的助力而非阻力。

譬如我看過非常優秀的青少年，成績可以考上電機系，但孩子明明熱愛物理，享受解決物理問題的樂趣，父母卻認為念物理不會有好前途，一定要孩子念電機。如果孩子的物理是強項，絕不會沒飯吃，或許只是錢賺得少一點，無法成為鉅富罷了。這一代苦過來的父母，有些囿於過去的「貧窮經驗」，成年後雖然生活已相當優渥，但仍保有貧窮心態，視金錢報酬為唯一指標；或者士農工商的保守心態作祟，認為當專家學者才是出人頭地。

然而，現在的孩子愈來愈重視自我，除了希望找到自己熱愛的工作外，還希望「活得有意思」。工作只是基礎；滿足生命的期待與對人生的想像，才重要。十八歲前，生涯探索特別重要，而這年紀也是父母影響力最大的時候，父母是孩子決定生涯方向最重要的教練；到大學後，教練就該是孩子學習領域的老師了！

孩子要找到生涯的方向，覓得安身立命的工作，發揮才能、滿足想像，絕非一蹴可幾。父母應一路陪伴，在成長過程中引導領航，幫助孩子探索自己，了解外在，學會做決策，勇於承擔。

三大探索方向

一、知己：幫助孩子了解自己

生涯規劃必須以自我探索做為起點，以下幾個自我概念的相關層面尤其重要：

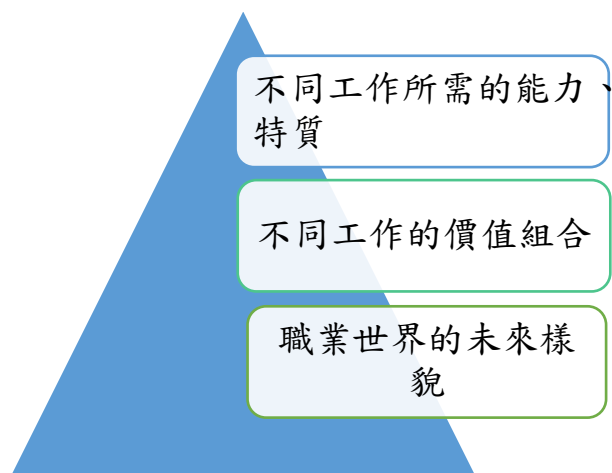
興趣：喜歡做什麼？

能力：能夠做什麼？

特質：適合做什麼？

二、知彼：幫助孩子了解工作世界

對工作世界愈了解，愈能判斷哪些職業切合自己的需求，也比較知道自己能夠在哪些職業中有所發揮。在做出生涯決定前，孩子應該知道：



三、決策與承擔：增進孩子明智選擇的能力與勇敢承擔的態度

要順利連結內在自我和外在世界，還要能連結現在與未來，孩子需要具備：

(一)合理推論（自己與工作世界的關係）的能力

(二)在不確定中做決策的勇氣

(三)承擔後果的勇氣

(四)解決問題的能力

身處在這個變遷快速的時代，要能支持孩子築夢踏實，父母對「生涯發展」具有全方位的宏觀視野，更顯得重要。幫助孩子不只隨著年齡增長而對自己有廣泛且深入的認識、對外在職業世界有正確且務實的了解，而且對自己長遠的生涯發展具有想像與規劃的能力，能夠在自我與工作間架起堅實的橋梁，做出合宜的生涯決定，並且朝向目



心理衛生資源



彰化縣心理衛生相關資源表

編號	相關資源	說明	適用對象
1	彰化縣 社區心理衛生中心	聯繫方式：04-7127839 地址：彰化市中山路二段 162 號 治療形式：電話諮詢 / 諮商 / 面談 http://center.nccu.idv.tw	無特殊限制
2	彰化縣張老師	聯繫方式：直撥 1980 治療形式：電話諮詢 / 網路諮商 / 面談 費用：免費	無特殊限制
3	彰化縣生命線協會	聯繫方式：04-7249595 / 04-7259595 / 直撥 1995 地址：彰化市中華路 338 號 治療形式：電話諮詢 / 義工 費用：免費	無特殊限制
4	自殺防治安心專線	24 小時心理與醫療電話諮詢 聯繫方式：1925	無特殊限制
5	全國家庭教育 諮詢專線	家庭教育諮詢輔導服務 聯繫方式：04-4128185	家長
6	兒福聯盟 「踮貢少年專線」	13-18 歲青少年電話諮詢 聯繫方式：0800-001769(周一到周五 2-4PM) 費用：免費	青少年
7	彰化區中等學校心理 衛生諮詢服務中心	彰化縣中等學校教師及學生心理諮商服務 聯繫方式：7222121 轉 2031-2034 費用：免費	彰化縣中等 學校教師及 學生
8	彰化縣 學生心理諮商中心	彰化縣國中小學生心理諮商服務 聯繫方式：04-7285236 費用：免費	彰化縣 國中小學生
9	彰化家庭扶助中心	18 歲以下兒童青少年電話諮詢 彰化服務處 7272085 和美服務處 7569336 員林服務處 8370590 田中服務處 8762388 二林服務處 8953595 費用：免費	兒童青少年
10	彰化縣兒童青少年 福利服務中心	兒童青少年心理協談與諮詢 聯繫方式：8850010 費用：免費	兒童青少年

編號	相關資源	說明	適用對象
11	彰化縣婦女福利服務中心	婦幼心理協談與諮詢 聯繫方式：04-8762967 費用：免費	婦女
12	彰化縣新住民家庭服務中心	新住民關懷支持、語言翻譯 聯繫方式：04-7237885	新住民
13	男性關懷專線	電話心理諮詢 聯繫方式：0800-013999 費用：免費	男性



教育宣導資料



資訊安全素養宣導



教育部 廣告



自主 時間管理



培養 多元興趣



閱讀 電子書



線上 學習課程



搜尋資料
查證訊息



善用網路資源，充實自我、探索世界。



全民興安素養網

我的網路世界 停看聽

上網公約

1. 幫電腦找個安全的家

你有沒有自己的電腦呢？還是全家人共用一台電腦？
電腦最好放在能夠讓家人放心使用的位置！



- 電腦最好放在明亮的位置，例如：客廳、餐廳等。
- 請注意電子與螢幕的擺放位置，螢幕要在自己能平視的位置。

2. 訂立我的上網守則

與家長一起制定上網守則，貼在電腦旁，一起簽名執行。

- 共同制定：功課完成後才能使用（書、紙、遊戲、社交等）的電腦才以上網。
- 上網守則：上網30分鐘就休息10分鐘，眼睛要執行喔！
- 媽媽提醒我上網時要自律，要遵守自己定的、媽媽定的網路使用守則。

3. 與家長一起探索網路世界

與父母一起討論網路使用的注意事項。

- 交友要謹慎小心，朋友多的話，請告訴家長，請他們執行。
- 他人的資料要保密，不輕易透露自己和家人的真實姓名、地址或電話。
- 遇到任何問題或危險，請告訴家長，網路是公開場合，私人訊息不能到處發佈。
- 網路遊戲的世界與真實世界還是有差別的，不要沉迷於遊戲，避免影響身心。

我已瞭解以上的資訊，並同意遵守以上的上網使用守則

孩子/學生簽名：.....

家長/教師簽名：.....



教育部 國語

「眼見不為憑？ 認識Deepfake技術」

教育部中小學資訊素養與倫理推廣計畫



eTeacher
中小學網路素養與認知

深偽技術 (Deepfake)

Deepfake是深度學習
(deep learning)
和偽造(fake)的混
合詞。

泛指各種藉由人工智
慧達成的幾可亂真的
偽造圖片、聲音或影
片的技術。

Deepfake產生的影片會有破綻嗎？

當然有！



Deepfake產生破綻的原因



Deepfake技術的極限

資訊業界和學術界在持續發展Deepfake技術的同時，
也在研發偵測Deepfake造假的技術，但發展至今
Deepfake技術的破綻已經越來越少、越來越難偵測。

偵測Deepfake技術的方式

- ▶ 放大畫面
- ▶ 觀察臉部的或頭髮邊緣有沒有不自然參差感
- ▶ 觀察眼睛的方向是不是眼珠無法轉動、永遠望著固定方向

以上這些偵測造假的方法都需要分析高解析度的畫面，而且也不
是一般大眾能夠輕易做到的。



素材影片的品質

Deepfake影片破綻的產生原因是**素材的不足**



想一想 如果變成Deepfake的主角，該怎麼辦？

1. 冷靜

急著爭吵可能會激起加害者情緒、讓
影片散布得更廣，許多網路霸凌者最
期待看到受害者氣急敗壞的樣子。

2. 截圖存證

將相關內容全都截圖保存，對之後
的申訴或訴訟程序非常有幫助。

3. 申訴

若不幸變成Deepfake影片主角，應蒐證後向網路平臺申
訴或向iWIN網路內容防護機構(<https://i.win.org.tw/>)檢
舉。iWIN機構會協助要求網路平臺將影像移除。

4. 報警

電信警察可根據電信公司提供的IP使用時間與地點
資料，逐步縮小搜查範圍，找出犯罪嫌疑人。警方
也會協助要求網路平臺將影像移除。

5. 諮商及輔導

可透過教育部性平教育資訊網及校園輔導通報機制尋求協助；亦可撥打衛生福
利部安心專線1925、張老師生命專線 1980、生命線專線1995，對外尋求支
援避免沉溺於受害者的情境中。

樂遊網路好生活

向健康 Say Hi

作息要正常



上網要注意



運動要規律



教育部 廣告



兒童權利公約宣導

CRC的四大原則



CRC的核心

CRC所保障的兒童是指所有未滿18歲之人，在我國就包含了兒童與少年；尊重兒少是獨立完整的個體，保障兒少應享有的權益。



兒童應受

CRC將兒童在公民、經濟、政治、文化和社會中的權利予以整合，其所保障的權利如下：

公民權與自由權

- 出生登記、取得姓名、身分和國籍的權利。(§7、8)
- 言論自由、信仰宗教、集會結社自由、隱私權以及獲得正確、適當資訊的權利。(§13-17)

免受暴力侵害

- 不受到任何形式暴力侵害的權利。(§19、34、36、37)
- 政府應使受害兒少身心康復並重返社會。(§39)

家庭環境與替代性照顧

- 與家庭團聚不與父母分離的權利。(§9、10、11)
- 政府應妥善照顧保護失去家庭的兒少，安排適當的安置或收養。(§20、21、25)

身心障礙、基本健康與福利

- 身心障礙兒少受特別照顧的權利，政府應提供資源協助其融入社會。(§23)
- 治療疾病與恢復健康的權利，政府應提供社會安全保障及適當生活水準。(§24、26、27)

保障的權益

教育休閒與文化活動

- 平等接受教育的權利。(§28、29)
- 原住民和少數族群兒少享有自己文化、宗教及語言的權利。(§30)
- 休息、休閒、遊戲娛樂和參與文化藝術的權利。(§31)

特別保護措施

政府對於特殊或緊急狀況，包括難民(§22)、遭遇武裝衝突(§38)、原住民和少數族群、童工、藥物濫用、虐待、人口販運、被誘拐(§32-36)或觸法(§40)兒少，應給予特別的協助和保護。

