

# 陽明國中輔導活動國中生活解密、單元學習單

## 一、我是誰?如何向他人介紹自己?

我可以講出自己的興趣、愛好...等,  
也可以寫卡片,然後跟同學交換。

## 二、我怎麼了?上了國中將近發育成長期,我該注意那些事情?

有很多人通常不會跟你講青春期的事,  
你自己也可以上網查問父母...等,  
也可以自己記錄自己發生了哪些變化,  
在來做一些處理。

## 三、爸媽與我。在家裡,我該怎麼做?怎麼說?讓爸媽更了解我。

我可以主動去跟父母聊聊天,也可以寫在紙上,  
如果不敢直接去找父母,也可以去找自己信任的人或家人,  
請他幫忙傳達給父母。

## 四、同學與我。在學校,我該怎麼做?怎麼說?跟同學相處。

我可以試著跟同學尋找共同的話題,  
如果沒有,就可以聊關於自己的事情,  
或別的有趣的事。

# 陽明國中輔導活動國中生活解密、單元學習單

## 一、我是誰?如何向他人介紹自己?

我是我們家最小的，受到了爸媽和姐姐的疼愛！  
我感到很幸福，或許這就是被愛關心的感覺吧！

## 二、我怎麼了?上了國中將近發育成長期，我該注意那些事情?

我不會亂開同學的玩笑，尊重他人。

## 三、爸媽與我。在家裡，我該怎麼做?怎麼說?讓爸媽更了解我。

在學校的時候，我每只要發生了什麼事情，不管是有趣的、好笑的、難過的，我一回到家就會馬上跟爸爸媽媽分享，所以我覺得我在這方面應該做得挺不錯的。

## 四、同學與我。在學校，我該怎麼做?怎麼說?跟同學相處。

我在班上有兩個從三、四年級，就認識的好朋友，  
我們無話不談，爸媽常說朋友不用交太多，我也覺得，可能我有她們兩個也足夠了。

# 陽明國中輔導活動國中生活解密、單元學習單

## 一、我是誰?如何向他人介紹自己?

我住在彰化縣,距離這裡很遠坐公車都要40分鐘,  
我為什麼要跑那麼遠,我也不知道,因為我媽就是要我  
跑那麼遠。

## 二、我怎麼了?上了國中將近發育成長期,我該注意那些事情?

我媽常要我早一點睡,才能長高,  
可是我就是有功課要寫呀!  
所以,以後要早點寫完功課,  
才能長高。

## 三、爸媽與我。在家裡,我該怎麼做?怎麼說?讓爸媽更了解我。

有時候在家裡,或是要去玩的路上時我都會問  
我媽一些很機車的問題,或是有時候我上完  
課回家時,都會和我媽說在學校的事。

## 四、同學與我。在學校,我該怎麼做?怎麼說?跟同學相處。

有時在家裡我會約約打遊戲  
,打完了隔天就會在學校叫昨天  
怎麼了,怎麼了.....。

## 陽明國中輔導活動國中生活解密、單元學習單

一、我是誰?如何向他人介紹自己?

我是陳恩祿，喜歡藝術相關的事物，對不熟的人很內向，但對熟悉的人面前很活潑。

二、我怎麼了?上了國中將近發育成長期，我該注意那些事情?

疏緩情緒，遇到不開心的事找人分享。

三、爸媽與我。在家裡，我該怎麼做?怎麼說?讓爸媽更了解我。

常常分享在學校等等發生的事。

四、同學與我。在學校，我該怎麼做?怎麼說?跟同學相處。

懂得自我反省，不批評、錯怪別人，多體諒、關心朋友，和朋友們和諧相處。

陽明國中輔導活動國中生活解密、單元學習單

- 一、 我是誰?如何向他人介紹自己?  
我是陳以勒,我從中山國小畢業來的,我的興趣是打籃球  
專長是畫畫美術。
  
- 二、 我怎麼了?上了國中將近發育成長期,我該注意那些  
事情?我已經上了國中,我對我的成長與發育不會太過驚訝  
因為在國小的課本上已經學到很多了。
  
- 三、 爸媽與我。在家裡,我該怎麼做?怎麼說?讓爸媽更  
了解我。在家我會多挪出點時間來陪爸、媽聊天。
  
- 四、 同學與我。在學校,我該怎麼做?怎麼說?跟同學相  
處。在國中,不像在國小一樣能那麼的隨便了,也開始有了警上  
小過、大過,要懂的尊重每個人,人際關係會更好

# 陽明國中輔導活動國中生活解密、單元學習單

## 一、我是誰?如何向他人介紹自己?

① 地球上的一個小生命

② 先介紹名字,再說興趣、喜好.....

## 二、我怎麼了?上了國中將近發育成長期,我該注意那些事情?

① 沒有怎麼了

② 注意自己的講話態度、脾氣、認真念書、早睡早起

## 三、爸媽與我。在家裡,我該怎麼做?怎麼說?讓爸媽更了解我。

趁爸媽心情好的時候

把自己的感覺、想法告訴他們

讓他們知道我的感受並且體諒

## 四、同學與我。在學校,我該怎麼做?怎麼說?跟同學相處。

互相關心、聊天或聊心事.....



# 陽明國中輔導活動國中生活解密、單元學習單

## 一、我是誰?如何向他人介紹自己?

① 我是國一的新生。

② 哈囉!

大家好,我曾經就讀的是泰和國小,  
請大家多多關照。

## 二、我怎麼了?上了國中將近發育成長期,我該注意那些事情?

該跟男生保持應有的距離。  
包容他人。

## 三、爸媽與我。在家裡,我該怎麼做?怎麼說?讓爸媽更了解我。

有時間的話,就多多跟爸媽  
分享學校所發生的事,跟在  
班上所認識的同學,和老師  
。

## 四、同學與我。在學校,我該怎麼做?怎麼說?跟同學相處。

看到同學需要協助時,  
我會主動去幫忙,儘可  
能的去讓同學滿意我。