

家庭的組成・發展與變化

國 高 中 篇

七 年 級

家和我一起成長

編撰者：錢雅婷



議題學習主題

議題實質內涵(國民中學)

①家庭的組成、發展與變化

家 J1 分析家庭的發展歷程。

家 J2 探討社會與自然環境對個人及家庭的影響。

②人際互動與親密關係發展

家 J3 了解人際交往、親密關係的發展，以及溝通與衝突處理。

家 J4 探討約會、婚姻與家庭建立的歷程。

③家人關係與互動

家 J5 了解與家人溝通互動及相互支持的適切方式。

家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。

④家庭資源管理與消費決策

家 J7 運用家庭資源，規劃個人生活目標。

家 J8 探討家庭消費與財物管理策略。

家 J9 分析法規、公共政策對家庭資源與消費的影響。

⑤家庭活動與社區參與

家 J10 參與家庭與社區的相關活動。

家 J11 規劃與執行家庭的各種活動(休閒、節慶等)。

家 J12 分析家庭生活與社區的關係，並善用社區資源。



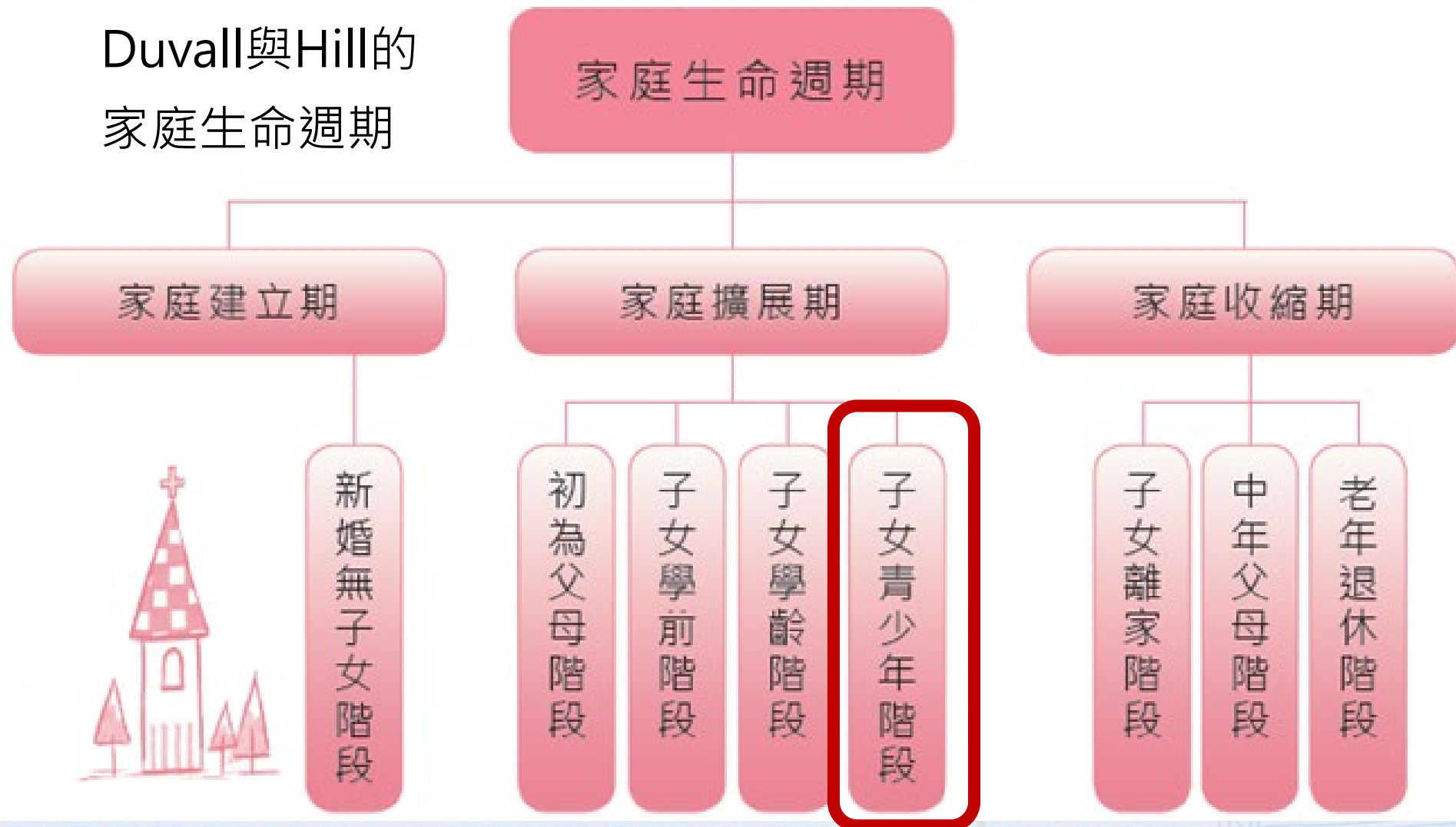


高級中等以下學校及幼兒園家庭教育參考大綱中華民國108年5月

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、發展與變化	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-2)	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： (1) 家庭建立期 ① 第一階段 (建立階段)：新婚無子女 (2) 家庭擴展期 ② 第二階段 (初為父母階段)：家中有新生兒~未滿 3 歲 ③ 第三階段 (子女學前階段)：最大子女滿 3 歲~未滿 6 歲 ④ 第四階段 (子女學齡階段)：最大子女滿 6 歲~未滿 12 歲 ⑤ 第五階段 (子女青少年階段)：最大子女滿 12 歲~未滿 20 歲 (3) 家庭收縮期 ⑥ 第六階段 (子女送出階段)：子女陸續遷出家中 ⑦ 第七階段 (中年父母階段)：子女全部遷出，進入空巢階段 ⑧ 第八階段 (退休階段)：生計負擔者退休至二老去世 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，家庭不必必然經歷這八階段。

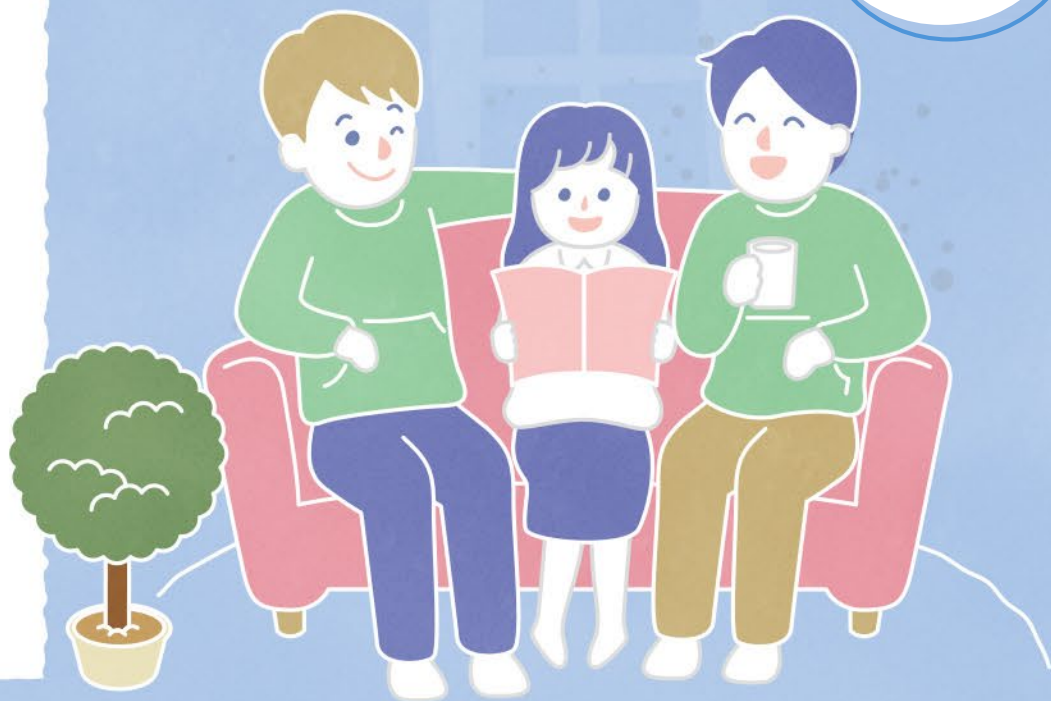
家庭生命週期

Duvall與Hill的
家庭生命週期



壹

設計說明



設計理念

七年級的學生進入國中校園，在個人發展階段上面臨從兒童期進入青少年期，不論是生理、心理和社會關係，都有著相當的挑戰，正好可以對應到**家庭亦有生命週期**，不同階段有不同的**發展任務與學習**。若能讓學生對於家庭各發展階段的內涵與歷程有所理解，在與家人的相處上，或許能有更多的體諒與正向交流。

內容重點

考量七年級學生自國小畢業，進入新的校園，除了在學習、人際上有所不同，自身的身心轉變亦對個人及其家庭帶來變化，故活動一、二從個人與家庭的生命週期的映照，帶出對不同發展階段的好奇，進而於活動三、四探討自己與家庭在接下來會有哪些變化，以及思考可以有哪些準備或策略，讓家庭中每個人有更好的發展，並能相互理解，彼此支持，共創美好生活。

單元架構表

活動名稱	節次	單元重點
我不一樣了	第1節	從國中國小的不同，看到自我的蛻變也看到對家庭帶來的影響。
家的新樣貌	第2節	呈現自我生命週期，亦能進一步設想家庭的週期。
成長的挑戰	第3節	預想家庭生命不同階段的情況，增加理解與準備。
愛的神隊友	第4節	針對如何促進青少年階段的親子關係進行討論與實踐。



貳

單元內容



總綱核心素養

面向	項目	項目說明
自主行動	A2系統思考與解決問題	J-A2具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析知能，運用適當的策略處理解決生活及生命議題。

家庭教育課綱

主題軸：1/A家庭的組成、發展與變化

學習表現	學習內容
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)

綜合領域課綱

學習表現	學習內容
綜1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。	輔Ca-IV-1生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 輔Db-IV-1生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。

學習目標

1.

從微觀的個人生命發展階段，推展到更巨觀的家庭生命週期，思考並認識個人與家庭的變化。

2.

理解個人與家庭在不同階段的發展任務及挑戰，進而採取合宜的因應與行動，促使家人相互支持、共同成長。



活動設計



活動一：我不一樣了

- 一、國中國小大小不同：思考並提出進入國中階段的自己，和國小有什麼不一樣？引入「個人發展」的主題。
- 二、個人書寫：將學習單分成左右兩區，列出「國小的我」與「國中的我」的特性。（附件7-1）

• 國小的我

• 國中的我



活動一：我不一樣了

三、分組討論並報告：

- (一) 邁入國中後，個人會有哪些成長與轉變？
- (二) 因著這些轉變，學校有哪些不同的對待或安排？
- (三) 請試想自己的成長，會給家庭帶來哪些影響？
(正/負面皆呈現)

四、小結：

進入國中階段，對自己要有不同的成長目標設定；同時自己是家庭的組成份子之一，對家庭亦會帶來影響。



一、國小國中大不同

班級： 座號： 姓名：

國小的我	國中的我
●	●

二、我的成長，會給家庭帶來哪些影響？

正面影響	負面影響
------	------

一、國小國中大不同

班級： 座號： 姓名：

國小的我	國中的我
●	●

二、我的成長，會給家庭帶來哪些影響？

正面影響	負面影響
------	------

附件 7-1

我不一樣了！

一、國小國中大不同

國小的我..	國中的我..
--------	--------

二、我的成長，會給家庭帶來哪些影響？

正面影響..	負面影響..
--------	--------

活動一：教學省思與建議

- 原本七上的輔導課程就有安排國中國小大不同，故建議搭配進行，從原本的校園生活、學習適應，延伸至家庭教育議題的學習。
- 發現現在學生更熟悉圖像思考，故圖加文的學習單設計，會讓學生更能表達。



活動二：家的新樣貌

一、我的成長軌跡：

（一）以座標圖呈現自己的生命歷程圖：橫軸是時間（過去、現在、未來），縱軸是心情指數。

（二）請在每個轉折點寫出重要事件或轉變。（附件7-2）。

（三）簡介Erikson生命週期理論，每個人一生中經歷八大階段，各階段的發展任務與危機。

生命歷程圖

班級： 座號： 姓名：

請畫出自你有記憶以來，目前人生中重大事件 6-10 件事，用一個點標記，並用關鍵詞句簡述此事。

←
←
←
←
←
←
←
←
←
←
←
←



家庭週期：

附件 7-2

生命歷程圖

請畫出自你有記憶以來，目前人生中重大事件 6-10 件事，用一個點標記，並用關鍵詞句簡述此事。



家庭週期：

.....

.....

.....

活動二：家的新樣貌

二、繪本導讀：愛心樹。

三、討論：

（一）繪本中的小男孩，他的生命週期
你會如何分段與命名？

（二）如果蘋果樹代表「家庭」，我會
如何將家庭的生命週期進行分段與命名？



活動二：家的新樣貌

四、介紹「家庭生活發展」三期八階段理論。並思考

（一）我的家庭位於哪個時期？哪個階段？

（二）正如同個人的生命發展階段，有不同的挑戰。請猜想現階段的家庭，有哪些發展任務或重要關鍵？為什麼？

五、小結：

除了對自我生命週期的掌握與規畫，也能進一步設想到家庭的週期，與家人共同成長蛻變。

家庭生命週期

- 我的家庭位於哪個時期？哪個階段？
- 正如同個人的生命發展階段，有不同的挑戰。請猜想現階段的家庭，有哪些發展任務或重要關鍵？為什麼？

家庭建立期

新婚無子女階段

家庭擴展期

初為父母階段

子女學前階段

子女學齡階段

子女青少年階段

家庭收縮期

子女離家階段

中年父母階段

老年退休階段



活動二：教學省思與建議

- 學生對於「Erikson生命週期理論」和「Duvall與Hill的家庭生命週期」都沒聽過，所以是需要花些時間向學生說明，但也只是先有初步概念。
- 從生命歷程圖可以對學生有更多的理解，但仍有少數學生寫不到6個重要事件。（前一頁）



活動三：成長的挑戰

一、回顧「家庭生活發展」三期八階段理論。

二、觀賞「媽媽的孤軍奮鬥」影片



(一) 提問：

1. 影片中小女孩大約幾歲？屬於家庭生命週期的哪一個階段？

2. 影片中這個家庭面臨了哪些挑戰？（例如：家務分工）

3. 進一步細分，你認為這個階段，在夫妻關係、親子關係、代間關係上，分別有什麼要注意的地方？

(二) 小結：如同人的成長，不同時期有不同任務，家庭的不同階段，有任務要完成。

活動三：成長的挑戰

三、同理心大考驗：

（一）讓各組抽籤決定要討論的階段：

1. 試想這階段，在夫妻關係、親子關係、代間關係上，有什麼跟別的階段不一樣的地方？
2. 如果自己是在這個階段的家庭，你覺得可以發揮什麼功能？

（二）小組討論：依不同家庭階段，分別提供文章或新聞，刺激思考

（三）進行小組報告。

四、小結：

個人與家庭的生命週期發展，都有階段的發展任務，即便是同樣的角色，在不同時期，有不同的任務及挑戰。有所準備，就能有更好的適應成長。

活動三：教學省思與建議

- Padlet的使用，對學生來說還算直觀，所以很容易上手。平板的使用，仍需視班級有不同的要求。
- 上台報告後，有請學生舉手表示對不同組別的喜好與學習，透過同儕給予的肯定，更有成就感。
(也可以考慮用Padlet上的「反饋」，透過點讚給予肯定)



活動四：愛的神隊友

一、觀賞「第五篇：啟動家庭的愛」短片。

二、討論：

（一）影片中的家人互動，感覺到被愛的方式有哪些？

（二）小學時的你，和國中時的你，喜歡被愛的方式有什麼改變？

（三）想一想，現階段你家中每位家人喜歡接收愛的方式各是什麼？



活動四：愛的神隊友

三、認識五種愛之語。

四、擬定愛的行動計畫（附件7-3）

（一）自我覺察：你最喜歡的愛之語是什麼？

（二）同理：針對活動三中，預想現階段的家人，面臨的家庭任務和挑戰是什麼？可能需要什麼支持？

（三）行動：

1.你可以如何跟父母傳達，你希望如何被支持、被愛？

2.挑一位家人，選擇一個他們可能喜愛的被愛方式，擬定愛的行為，並紀錄心得，可於下週上課時分享。

五、小結：

個人的成長，也會帶動家庭的轉變，家庭滋養我們，也期待家庭因著我們而共同成長、更有愛。



愛的行動計畫

班級： 座號： 姓名：

一、自我覺察：我的愛之語（填入自己喜歡的愛之語順序）

➤

➤

➤

➤

二、同理心的練習

對象（ <u>哪</u> 位家人？）	
他目前的挑戰或壓力是什麼？	
他可能的愛之語是什麼？	

三、愛的行動：我打算如何表達對他的理解與支持？

附件 7-3

愛的行動計畫

一、自我覺察：我的愛之語（填入自己喜歡的愛之語順序）

二、同理心的練習

對象（哪位家人？）

他目前的挑戰或壓力是什麼？

他可能的愛之語是什麼？

三、愛的行動：我打算如何表達對他的理解與支持？

PS. 下週可以將愛的行動結果跟同學、老師分享喔！

活動四：教學省思與建議

- 對於自己和家人的愛之語辨識，用二選一的方式，或直接發測驗或提供網站讓學生自行測驗，可請老師自行衡量。
- 「愛的行動」實踐追蹤，發現學生的實際執行狀況不如預期，所以如何促使學生更有實踐的動力，需要再設計。





單元評量

單元評量表

活動名稱	評量目標	評量方式
活動一 我不一樣了	列出此刻個人生命發展及家庭的改變。	口語及實作評量 (學習單)
活動二 家的新樣貌	畫出個人生命歷程圖，並結合家庭生命週期。	實作評量 (學習單)
活動三 成長的挑戰	統整並說明家庭不同週期的挑戰及因應策略。	口語評量
活動四 愛的神隊友	理解個人與家庭現階段的發展任務，並付出行動給予支持。	實作評量 (學習單)



感謝您的聆聽，
敬請指教



新北市政府家庭教育中心
Family Education Center, New Taipei City Government