

《我和我的孩子》親職教育系列手冊針對家有學前孩、國小生及青少年階段的家長，設計幼兒篇、國小篇(低、中、高年級)及青少年篇共有5冊，上架在教育部家庭教育資源網-社會大眾學習資源專區，電子書與影片連結整理如下，請廣為宣導使用。

### 《我和我的孩子——一本給家長的手冊》青少年篇影片連結

| 主軸       | 單元名  |
|----------|--|
| 子女發展生活作息 | <a href="#"><u>我的孩子比較容易激動，該怎麼辦？</u></a>    |
|          | <a href="#"><u>我的孩子花太多時間在外表上，該怎麼辦？</u></a> |
|          | <a href="#"><u>我的孩子常常亂吃東西，該怎麼辦？</u></a>    |
|          | <a href="#"><u>我的孩子生活作息不健康，該怎麼辦？</u></a>   |
|          | <a href="#"><u>我的孩子亂花錢，該怎麼辦？</u></a>       |
|          | <a href="#"><u>我的孩子有憂鬱或焦慮的狀況，該怎麼辦？</u></a> |
| 家長角色     | <a href="#"><u>我和配偶/ 伴侶如何共同教養孩子？</u></a>   |

| 主軸 | 單元名                                     |
|----|---|
|    | <a href="#"><u>當我與孩子發生衝突時，該怎麼辦？</u></a> |

|          |                           |
|----------|---------------------------|
|          | <u>該如何和孩子溝通？</u>          |
|          | <u>我無法相信孩子，該怎麼辦？</u>      |
|          | <u>孩子長大了，還需要我的陪伴嗎？</u>    |
| 校園生活社會環境 | <u>孩子對學習沒動機，該怎麼辦？</u>     |
|          | <u>如何與孩子討論升學或就業的議題？</u>   |
|          | <u>我不喜歡孩子的朋友，該怎麼辦？</u>    |
| 主 軸      | 單元名                       |
|          | <u>如何和孩子討論適當地使用3C 產品？</u> |
|          | <u>我的孩子被霸凌，該怎麼辦？</u>      |
|          | <u>如何預防孩子接觸毒品？</u>        |