

# 南投縣水尾國民小學 112 學年度家庭教育執行成效檢核

檢核項目：1-3-1 依規定派員參與本縣家庭教育中心辦理之相關研習

文號：113.4.18 南投縣政府投家教字第 1130000684 號

線上研習 Google Meet 連結：<https://meet.google.com/gpk-btue-vyp>

時間：113/6/5 星期三

講師：唐先梅教授

13:30~15:00 家庭教育推廣活動內容及課程規劃

15:00~16:30 家庭資源管理概論與消費決策



PowerPoint 投影片放映 - [真實班(南投縣水尾國民小學)] - PowerPoint

## 家庭資源管理

家庭資源管理涵義  
家庭資源運用與管理

投影片 1 / 61

下午 1:32 | gpk-btue-vyp



PowerPoint 投影片放映 - [真實班(南投縣水尾國民小學)] - PowerPoint

## 家庭資源管理

家庭資源管理涵義  
家庭資源運用與管理

投影片 1 / 61

下午 1:33 | gpk-btue-vyp

家庭教育中心主任開場致詞

# 南投縣水尾國民小學 112 學年度家庭教育執行成效檢核

檢核項目：1-3-1 依規定派員參與本縣家庭教育中心辦理之相關研習

PowerPoint 投影片放映 - [演習班(南投學校半天)] - PowerPoint

## 家庭資源的定義

**資源**

- 是一種有形或無形的資產，可協助個人與家庭達到不同的生活目標

**家庭資源**

- 家庭可使用的資源，可以幫助家庭完成家人共同的生活目標

奶奶家有一部電腦，那電腦是不是奶奶的資源？

下午1:38 | gpk-btue-vyp

還有另外 126 位使用者

課程內容

PowerPoint 投影片放映 - [演習班(南投學校半天)] - PowerPoint

## 溝通遊戲

### 透過遊戲了解溝通的意涵

- 摺紙遊戲
- 比手畫腳遊戲
- 誰畫的最像遊戲

下午2:15 | gpk-btue-vyp

還有另外 136 位使用者

課程內容

# 南投縣水尾國民小學 112 學年度家庭教育執行成效檢核

檢核項目：1-3-1 依規定派員參與本縣家庭教育中心辦理之相關研習



PowerPoint 投影片 23 / 61

## 家庭時間的意涵

- 家庭每日生活運作的時間
- 家人相處的經驗
  - 「當下」的時間長短與感受
  - 「過去」的經歷與回憶
  - 家族傳承的歷史故事

下午 2:46 | gpk-btue-vyp

課程內容



PowerPoint 投影片 25 / 61

## 目標設定原理

**S M A R T**

- Specific (明確)
- Measurable (可被衡量)
- Attainable (有挑戰但可達成)
- Relevant (目標間的調和)
- Time Based (有時限)

下午 2:50 | gpk-btue-vyp

課程內容

# 南投縣水尾國民小學 112 學年度家庭教育執行成效檢核

檢核項目：1-3-1 依規定派員參與本縣家庭教育中心辦理之相關研習

PowerPoint 投影片放映 - [真實範(南投學校十年)] - PowerPoint

## 精力資源管理的藝術

### 認識精力耗竭的原因

- 身體疲勞
  - 身體受損
  - 體力勞累
- 精神疲勞
  - 用腦過度
  - 心理負擔
  - 厭倦與挫折感

投影片 30 / 61

下午3:13 | gpk-btue-vyp

課程內容

PowerPoint 投影片放映 - [真實範(南投學校十年)] - PowerPoint

## 理財比例分配原則(II)

六罐子理財法源自於《有錢人想的和你不一樣》中，作者哈福·艾克  
每個月將所有收入依照比例分成6個帳戶，不能透支更不能挪用。

- 財務自由(10%)
- 教育(10%)
- 長期儲蓄(10%)
- 玩樂(10%)
- 生活必須(55%)
- 捐贈(5%)

投影片 41 / 61

下午3:46 | gpk-btue-vyp

課程內容

通話中的訊息

多謝老師分享了

三淑嫻 下午3:03  
休息10分鐘

陳嘉慧 下午3:12  
ok

蘇新蘭 下午3:13  
ok

王淑嫻 下午3:13  
上課了

邱麗娟 下午3:13  
OK

大寮國小導師黃怡慧 下午3:14  
ok

三淑嫻 下午3:32  
黃提提  
<https://docs.google.com/forms/d/1ZMhnhpJyRc8tdWjH061180tH0n8r0qQJR-K6qciAenU/edit>

巴登謙

傳送訊息