《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。

一、電子書連結

《我和我的孩子－一本給家長的手冊》幼兒篇	
《我和我的孩子－一本給家長的手冊》低年級	
《我和我的孩子－一本給家長的手冊》中年級	
《我和我的孩子－一本給家長的手冊》高年級	
《我和我的孩子－一本給家長的手冊》青少年篇	

二、影片連結

《我和我的孩子－一本給家長的手冊》幼兒篇

主　軸	單元名	影片連結
子女發展	我為何要了解幼兒的發展特徵？	
	孩子動不動就說「不要」，我該怎麼辦?	
	我的孩子總是挑食，怎麼辦?	
	孩子總是慢吞吞的，我該怎麼辦?	
	這麼小的孩子需要培養他們責任感嗎?	
	我的孩子沒耐心，怎麼辦?	

主　軸	單元名	影片連結
	如何培養孩子的禮貌?	
	孩子間常有手足衝突，我該怎麼辦?	
家長角色	我該如何扮演好家長的角色?	
	我不知道如何與老師溝通或合作，怎麼辦?	
	工作、家庭兩頭燒，我該怎麼辦?	
	我該如何做好自己的情緒管理?	
	我該如何以身作則做孩子的榜樣?	

主　軸	單元名	影片連結
	配偶的教養觀點與我不一樣，怎麼辦?	
親子互動	孩子覺得我偏心，怎麼辦?	
	假日時我只想休息，但孩子怎麼辦?	
	我如何與年幼孩子溝通？	
	我有時會分不清尊重與放任，怎麼辦?	
	孩子常不遵守規範(約定)，我該怎麼辦?	
	我如何與年幼孩子相處?	

主　軸	單元名	影片連結
	我的孩子會吵著用手機或平板，怎麼辦?	
校園生活	如何選擇適合我孩子的幼兒園？	
	我的孩子討厭上學，怎麼辦?	
	孩子不知道如何和其他小朋友相處，我該怎麼辦?	
	孩子需要學習自我保護嗎？	
	我該如何幫助孩子做好幼小銜接的準備？	

《我和我的孩子－一本給家長的手冊》低年級

主　軸	單元名	影片連結
子女發展生活作息	孩子的特質我了解嗎？	
	如何引發孩子的學習動機？	
	如何培養孩子創造思考的能力？	
	從何處獲得孩子教育的相關資源？	
	我的孩子沒有耐心，該如何是好？	
	如何培養孩子良好的生活習慣？	

主　軸	單元名	影片連結
	如何鼓勵孩子發展自己的興趣？	
家長角色	我該如何成為稱職的家長？	
	我是個「放羊」的家長嗎？	
	我和我的配偶教養觀念不同，怎麼辦？	
	如何讓孩子學會關心祖父母？	
親子互動	我的孩子很黏人，怎麼辦？	

主　軸	單元名	影片連結
	我的情緒會影響到孩子嗎？	
	我沒有時間陪孩子，怎麼辦？	
	如何和孩子一起談心？	
校園生活課後照顧	我的孩子可以適應學校的生活嗎？	
	我的孩子無法融入群體生活，怎麼辦？	
	我該如何教導孩子保護自己？	

主　軸	單元名	影片連結
	如何選擇一個適合我家孩子的安親班？	
	我為何要參與孩子學校的活動？	

《我和我的孩子－一本給家長的手冊》中年級

主　軸	單元名	影片連結
子女發展生活作息	我的孩子沒有信心，怎麼辦？	
	如何培養孩子情緒管理的能力？	
	我的孩子不愛唸書，怎麼辦？	
	如何培養孩子的責任感？	
	我的孩子對金錢使用沒有概念，該怎麼辦？	
	我的孩子經常上網，怎麼辦？	

主　軸	單元名	影片連結
	孩子的喜好與需求，我了解嗎？	
家長角色	在孩子面前吵架對孩子有不良影響嗎？	
	我該如何紓解親職的壓力？	
	我該如何和孩子談性別的議題？	
	如何引導孩子主動幫忙做家務？	
親子互動	我的孩子常頂嘴，怎麼辦？	

主　軸	單元名	影片連結
	如何肯定或讚美我的孩子？	
	我應如何增加陪伴孩子的品質？	
	我的孩子為何對我說謊？	
校園生活社會環境	如何培養孩子互助合作的精神？	
	我的孩子被霸凌了，怎麼辦？	
	孩子受到媒體負面的影響，怎麼辦？	

主　軸	單元名	影片連結
	我的孩子對時間管理沒有觀念，怎麼辦？	
	我該如何讓孩子了解每個家庭的差異性？	

《我和我的孩子－一本給家長的手冊》高年級

主　軸	單元名	影片連結
子女發展生活作息	我的孩子「轉大人」，我該做些什麼？	
	如何培養孩子挫折容忍的能力？	
	我的孩子沉迷 3C 產品，怎麼辦？	
	我的孩子進入叛逆期了，怎麼辦？	
	我的孩子情竇初開了，怎麼辦？	
家長角色	如何協助孩子紓解生活中的壓力？	

主　軸	單元名	影片連結
	如何幫助孩子做抉擇？	
	我常拿孩子和別人做比較嗎？	
	我真的可以放心讓孩子飛嗎？	
	如何培養孩子與祖父母互動的能力？	
親子互動	孩子需要有自己的隱私嗎？	
	為什麼總和孩子說不上話？	

主　軸	單元名	影片連結
	我的孩子爲什麼不再跟我談很多事？	
	與孩子分享生活點滴是重要的嗎？	
	我想知道有那些增進親子互動的活動？	
校園生活社會環境	如何協助孩子規劃個人生涯？	
	我擔心孩子受到同學不良的影響？	
	如何教導孩子避免遭受「毒害」？	

主　軸	單元名	影片連結
	如何培養孩子為他人服務的精神？	
	如何協助孩子進入國中的準備？	

《我和我的孩子－一本給家長的手冊》青少年篇

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

主　軸	單元名	影片連結
	如何與孩子談「性」？	
	我不能接受孩子認同的性別與性傾向，該怎麼辦？	
	孩子有親密交往對象了，該怎麼辦？	
	我的孩子失戀了，該怎麼辦？	
	孩子功課表現一直不如我的期望，該怎麼辦？	
	答應孩子的事，該怎麼做到？	
親子互動	我該如何學習控制自己的情緒？	

主　軸	單元名	影片連結
	當我與孩子發生衝突時，該怎麼辦？	
	該如何和孩子溝通？	
	我無法相信孩子，該怎麼辦？	
	孩子長大了，還需要我的陪伴嗎？	
校園生活社會環境	孩子對學習沒動機，該怎麼辦？	
	如何與孩子討論升學或就業的議題？	
	我不喜歡孩子的朋友，該怎麼辦？	

主　軸	單元名	影片連結
	如何和孩子討論適當地使用 3C 產品？	
	我的孩子被霸凌，該怎麼辦？	
	如何預防孩子接觸毒品？	