

屏東縣立
鶴聲國中

我們這一家 九月刊

學校重要活動

技藝班說明會



幹部訓練



防災演練說明



數位愛的書庫啓用典禮



鶴小秋祭



九月份童軍團集會



下期預告

- ✿10/7 圖書館-與作家有約(鄭開翔)
- ✿10/8 早自修 英聽測驗
- ✿10/14 第 1-3 節
七年級健檢理學檢查
- ✿10/15-10/16 第一次段考
- ✿10/16 第 5-6 節
七八年級生涯教育宣導
- ✿10/19-10/20 拍攝大團照及寫真照
- ✿10/21 第 3-4 節
全校環境教育宣導
- ✿10/22 早自修
七年級生活適應測驗施測
- ✿10/23 第 5-7 節 流感疫苗接種
- ✿10/24 班親會
- ✿10/26-10/27 拍攝畢業冊證件照

榮譽榜



109 年 屏東縣主委盃巧固球錦標賽 榮獲佳績

♣國中男生組 第 4 名：806 潘柏均、901 盧建宏、903 洪睿章、904 白旭翔、905 倪宇昇、908 吳宗祐、908 吳永昌



108 學年 直笛比賽得獎名單

♣第 1 名 808 ♣第 2 名 807 ♣第 3 名 805
♣第 4 名 801 ♣第 5 名 802



109 年 高雄市市長盃跆拳道錦標賽

♣對練 25-27 公斤級 第 1 名 707 徐謙豪
♣品勢紅藍組 第 4 名 707 郭家堃
♣品勢壹段 c 組 第 5 名 907 周柏豪



109 年 屏東縣主委盃跆拳道錦標賽

♣對練 27 公斤級 第 1 名 707 徐謙豪
♣對練 34 公斤級 第 3 名 707 林閔均
♣對練 40 公斤級 第 2 名 707 彭亮碩
♣對練 37 公斤級 第 1 名 707 郭家堃
♣對練 45 公斤級 第 3 名 808 蔡承恩
♣對練 63 公斤級 第 1 名 808 邱柏勳
♣對練 42 公斤級 第 3 名 808 劉靜慈
♣對練 51 公斤級 第 2 名 907 麥淋登
♣對練 73 公斤級 第 1 名 907 湯宸毅
♣對練 59 公斤級 第 3 名 907 鍾安瑜
♣對練 48 公斤級 第 2 名 907 簡仕恩
♣品勢藍紅帶組 第 1 名 707 陳好芯
♣品勢黑帶三段組 第 1 名 907 麥淋登
♣品勢紅二帶組 第 1 名 907 湯宸毅



109 環保知識競賽屏東縣初賽 榮獲第六名

♣804 廖紳驊
◆感謝林容璋組長、陳守浩導師辛苦指導



屏東縣語文競賽 國語演說 榮獲第三名

♣907 張睿芸
◆感謝施麗珠老師辛苦指導

未成年主張

戲劇《想見你》中安靜內向的陳韻如，是老師眼中的乖巧模範生，同學眼中的沉默資優生，媽媽眼中的乖巧女兒。一方面是對自己要求完美，另一方面是在意他人眼光、渴望他人認同。到最後認為自己不夠好的恐懼佔據了心靈，讓她開始討厭自己。試想因他人而否定自己時，會有哪些情緒與想法呢？我們又能怎麼做？

- ✧陳韻如因為不被認同，所以她開始討厭自己。每個人都都不希望活成別人眼光裡的樣子，只要開心的做自己就好！8-1 李錦瑜
- ✧主角想成為別人眼中喜歡的樣子，覺得無助。8-2 王晴柔
- ✧主角當時應該是很難過的，因為她的父母離婚再加上同學也不喜歡自己，漸漸的自己也討厭自己，我覺得主角可以更外向。8-3 史晴如
- ✧國小有一班的某個學生每天早上都遲到，然後常常被他的老師叫去學務處站，他一臉覺得很不爽。8-4 劉瑞霖
- ✧他之前會一直被爸媽跟其他親人的小孩比較，那段時間他真的很難過，也很害怕同學會不喜歡他，之後他就比較想得開了，就隨便其他人怎麼說了，他自己覺得自己好就好了。8-5 黃佩瑩
- ✧看到朋友常常被別人嘲笑，讓他覺得心情不好，更不喜歡現在的自己。8-6 李昭宏
- ✧主角因為別人的眼光、看法而否定了自己，心裡和外表都有負面的影響，心裡感到悲傷……，我覺得不要因為別人對你的看法而去傷害了自己，每個人天生不是十全十美的，做自己就好~加油！8-7 吳昀晏
- ✧她一直想參與別人的聊天或和別人玩，不過每次都被打擊，原因是她的某些行為讓人討厭，而她就很少在與別人有來往，可能怕又受到打擊，而沒有信心。8-8 陳相好

☺不被看見的努力，有多辛苦？

有時候明明已經這麼努力了，但大家都叫我們要再努力一點、再更好一些，讓我們開始自我懷疑，覺得自己「不夠好」。成長路上，我們追求著成為他人喜歡的樣子，卻遺失了自己最初的模樣，我們都忘了——每個人都是獨特的，也有著不同的優勢，當被他人否定時，試著接受自己真正的模樣，發現專屬自己的亮點，做一個自己也喜歡的人。

☺試著欣賞自己

一、「他說的也對，但是……」

每當有人批評你，說一些難聽的話或讓你對自己沒自信時，試著在心裡跟自己說這句話。這麼做並不是要你完全否定他的說法，而是「在他的說法也成立」的情況下，找到其他的可能。

二、練習鼓勵、感謝自己

我們經常擔心自己被評價，但這些擔心其實都源於對自己不夠相信。我們可以試著對自己這麼說：「謝謝你一直以來都不放棄。」、「你已經很努力了！」

☀很多時候我們都在意別人眼中的自己，但我們不一定要活成誰的樣子，才能被喜歡、接受，可以照自己的步調，活出獨一無二的自己。試著從現在開始，慢慢成為自己喜歡的樣子吧！

家長會

🔔109 家長委員會名單

會長：魏穩讚

副會長：謝水樹、林仁傑、陳秋豪、林進明、黃俊傑、王智立、
林尚義、陳清浩

常委：陳駿睿、曾傳益、劉文正、蕭凱仁、賴怡吟、陳明凱、林美君、
陳旭戎、柯進雄、陳志明、王乾合、林貴仁、葉奧緒、林郁文、
蕭凱文

委員：邱啟洲、麥劉淑芬、張文石、蔡家聲、錢勃仰、黃惠萍、方文靜、
蘇坤成、林冠同、陳世銘、林建志、賴億文、戴志翔

