



# 文中采風

陽光·飛鷹·碧水·獅子

第 93 期

發行人：黃美娟 校長

主 編：輔導處

編 輯：蕭偉智、陳俐臻、

吳慧敏、張亦妤

執行編輯：程翊雯、王慧晶

電話：(02)2913-4300

## 幸福文中

幸福是~每天都進步一點



縫紉課程社團



食農桌遊



幸福學堂-茶道



特教班感恩會



幸福學堂校外教學



學生參觀書畫展



八年級大隊接力



八年級英語歌唱



當代名家書畫聯展



九年級升學祈福



九年級模範生宣講



志工環境教育研習



校園小藝人表演



融合教育愛心小天使



薪火相傳-畢業生返校



藝享館揭牌

### 文中補校招生中

☆報名請洽：

蕭主任或衛組長

(02)2913-4300 轉 650、646



國民體育日

九年級垂降體驗

特教班校外教學

# 榮譽榜

恭賀 本校 110 年國中會考各科目表現亮眼，  
榮獲「新北學力UP支持計畫」增A精進獎！



### 科展

本校師生第八度代表新北市參加全國科展，  
第 61 屆全國科展再創佳績！

#### 數學科【全國第三名】

團隊：903 曾琮鈞、905 徐正皓、905 劉誠恩  
指導老師：蕭偉智

#### 數學科【全國佳作】

團隊：905 陳錫誼、905 陳紀昀  
指導老師：蕭偉智



### 角力隊

110 年度全國總統盃角力錦標賽榮獲 2 金 1 銀  
男子組希羅式團體第三名

908 那軒睿 國中男子組希羅式第九級-金牌

908 林昶堉 國中男子組希羅式第十級-銀牌

908 那軒睿 國中男子組自由式第十級-金牌

110 年度全國角力錦標賽榮獲 1 金 1 銀 4 銅

908 那軒睿 國中男子組希羅式第九級-金牌

908 林昶堉 國中男子組希羅式第十級-銀牌

908 陳宥滕 國中男子組希羅式第一級-銅牌

908 金峻良 國中男子組希羅式第二級-銅牌

908 金峻宏 國中男子組自由式第一級-銅牌

808 謝卉鎔 國中女子組自由式第五級-銅牌



### 羽球隊

110 學年度全國羽球區域性對抗錦標賽新竹站

808 高毓涵 女子單打第三名

808 張兆勝 男子單打第五名

808 張兆勝、808 余承諾 男子雙打第二名

708 吳杰倫、907 莊子揚 男子雙打第三名

110 年第五屆永和盃羽球錦標賽

708 吳杰倫 國中組男單第一名



### 其他項目

張亦妤主任榮獲新北市 110 年度辦理總務有功  
個人獎項！

柯意雯老師參加新北市 109 學年度國民中小學  
「素養導向教學設計案例」徵選獲得國中組佳作！



### 籃球隊

110 年全國中正盃大學暨中學校際籃球賽榮獲  
國男組第七名

908 吳彥祖、908 黃庭毅、908 阮靖恩、908

江文廷、908 劉宥征、908 劉益廷、908 陳品叡

808 王懿行、808 江嘉佑、808 林永翔、808

陳彥穎、808 張誠、808 黃喻暉



### 羽球隊

110 學年度全國羽球區域性對抗錦標賽新竹站

808 高毓涵 女子單打第三名

808 張兆勝 男子單打第五名

808 張兆勝、808 余承諾 男子雙打第二名

708 吳杰倫、907 莊子揚 男子雙打第三名

110 年第五屆永和盃羽球錦標賽

708 吳杰倫 國中組男單第一名



### 語文競賽

新北市 110 學年度語文競賽

國語演說：903 鄭乃茵 全市第六名

客語朗讀：903 張世緯 全市第三名

閩語字音字形：702 黃品鈞 全市第一名，代表  
新北市參加全國比賽

新北市 110 學年度文山分區語文競賽

國語演說：903 鄭乃茵 第一名/參加市賽

客語朗讀：903 張世緯 第一名/參加市賽

閩語字音字形：李佳盈老師 第三名

## 技藝之美

成功，就是不斷地練習基本動作！



大誠機械



南強藝術



大誠食品



莊敬餐旅



能仁設計



莊敬農業

# 恐怖情人在身邊

黃筱涵老師 編撰

愛情是一種本能也是一種藝術，每個人都想要被愛，卻沒有想過要「如何」去愛，關於「愛」多半從自己的生命經驗中觀察學習，韓劇裡的浪漫甜蜜之愛、歐美劇裡的都會激情之愛、新聞頻道的恐怖窒息之愛等，生活中充斥多種經營愛情關係的模式。

親密關係中的暴力，隨著社會事件報導增多，「危險情人」的一詞被大眾所關注。很多時候處在「危險關係」中不是那麼容易發現，因為危險情人往往經歷一段長期醞釀的階段，當真正意識到「可能是危險情人」時，已遍體鱗傷，同時也夾雜愛戀與憤恨的混亂感受。危險情人的特徵，其實是有跡可循：

### 1. 界限模糊的互動模式：

界限模糊指的是分不清楚你我，習慣用極端的「個人主觀」來愛你的人，用自己認為「對你好」的方式來互動，有時甚至會用接近暴力的方式來展現。容易出現「我一切都是為了你」、「如果我們相愛，我們之間應該沒有祕密」、「除了你，我一無所有，你是我的全部」、「沒有你，我就活不下去」等等的信念。

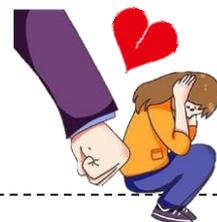
### 2. 情緒勒索或言語羞辱：

恐怖情人在交往的時候，會出現情緒勒索，向你施加壓力，並加以威脅、恐嚇，故意引發你的愧疚感或罪惡感，威脅你若離開而選擇自我傷害或自殺結束生命。在平常的互動也可能出現許多批評、指責你不夠好，讓你開始覺得自己不夠好、很糟糕，想盡辦法讓你退縮、認錯轉而順從他，進一步滿足控制慾，甚至阻止你跟家人、朋友社交見面等。

### 3. 暴力行為後的道歉與求原諒：

恐怖情人面對到你拉出界限或距離的時候，情緒反應情緒起伏過大，且內心充滿矛盾，會透過口頭恐嚇或暴力言語、肢體威脅來阻止分手，但事後又聲淚俱下地下跪道歉，再以甜言蜜語及裝作誠懇，表達極度歉意的態度令你心軟，以挽回感情。常常表達出「我是因為太愛你了，我不能沒有你，下一次不會了」之類的回應。

成熟的愛，須建立在兩人有清楚的個體界限上，我們不會剝奪他人的情緒感受。面對到恐怖情人，採取堅定的態度信任自己的敏銳感受，也可即時的向師長求助，若因為擔心被他人知道而不願意求助，反而將自己身心狀況更陷入危險的處境之中。



# 學生園地

## 產業參訪

### 703 張譽曦

「王鼎時間科藝體驗館」介紹了從以前到現在不同的時鐘，以及我們日常會使用到年、季、月、週、日、時、分、秒等時間單位。我真心覺得我上了一堂寶貴的課，讓我了解原來製作時鐘這麼麻煩，並非輕而一舉，希望之後還有機會多多了解時鐘的原理。

### 705 林紫千

我是有帶手錶的人，但其實我沒有很了解時間，以及手錶是如何製作的。今天的課程讓我們 DIY 時鐘，還讓我了解時間不只可以用看的，還可以用聽、摸、吃的。



## 得勝者課程

### 808 陳彥穎

情緒管理很重要，當你學會了管理，你才可以在生氣的時候控制自己的情緒。比方說被別人誤會，你可以在這個時候調整情緒，就不會讓不好的行為發生，而且生氣是每個人都會有的，所以我們要學會管理情緒，來幫助自己不要做出事後會後悔的事。

### 808 王懿行

我非常感謝得勝課程，它讓我的心靈更加充實，也讓自己更有人品，學會有效控制情緒、管理情緒、發洩情緒的方法，或是如何跟別人相處，這些對於生活都是十分有幫助的。

## 愛心小天使

### 803 龐芯曼

特教班的同學很好相處且天真無邪，我很喜歡和他們互動以及協助他們生活上的事情。午休我陪伴某位同學去操場走走時，她笑了，像是在感謝我們的陪伴。最後要分開時，我真的有些捨不得。

## 化學元素展

### 706 顏廷翰

這次的元素週期表展覽很親民，牆上一塊一塊似積木的「元素週期塊」全是參與者的心血，可愛的字體寫滿關於特定元素的奇聞軼事，艱澀難懂的金字部字詞，天衣無縫的和生活中的小事件融為一體，佐以插圖呈現，內化成腦海中深刻的印象，此外尚有許多新奇的繪作在展覽中顯露無遺，期待往後有更多匯集眾多作品的創意展！

### 703 邱浚凱

透過這次展覽，我深刻地感受到以前發現元素的人們有多麼偉大，他們把自己的一生都投入在科學當中，也為我們創造了新的科技！



## 110 捐款名錄(110 年 7 月~12 月)

新北市新店扶輪社(供校舍書庫設備)	180,000 元	吳朝舜(供水電費使用)	4,000 元
文山國中校友會(供校務發展)	149,747 元	莊馨源(供資優班使用)	3,500 元
新北市慈善會(供清寒助學金)	136,000 元	駱欣如(供資優班使用)	3,000 元
新北市新店扶輪社(供課輔費用)	120,000 元	劉亞藝(供資優班使用)	3,000 元
劉凱芬(供校務發展)	20,000 元	錢昀(供資優班使用)	3,000 元
陳雅惠(供清寒助學金)	20,000 元	林淑華(供資優班使用)	3,000 元
蔡淑遠(供資優班使用)	10,000 元	陳英佑(供資優班使用)	3,000 元
林淳琬(供資優班使用)	10,000 元	許崇煒(供資優班使用)	1,050 元
沈執中(供資優班使用)	10,000 元	牛繼緯(供資優班使用)	1,000 元
許崇煒(供資優班使用)	10,000 元	張德宏(供生涯發展經費專用)	800 元
林澤宇(供資優班使用)	10,000 元	許崇恩(供資優班使用)	277 元
台北福盈樂活衛星扶輪社(供校務發展)	10,000 元	家長會	護目鏡 100 個
曾怡慧(供特教班使用)	10,000 元	曾惠新	臺灣真柏 12 棵
陳美慧(供畢業班德智體群美獎助金用)	9,000 元	家長會	額溫槍 4 隻
孫士明(供資優班使用)	8,000 元	慕渴股份有限公司	
廖文意(供資優班使用)	6,000 元	(8月捐贈體育團隊)	雙福鮮乳 80 瓶
洪碩廷(捐款供資優班使用)	5,000 元	(9月捐贈體育團隊)	雙福鮮乳 80 瓶
張齊軒(捐款供資優班使用)	5,000 元	(10月捐贈體育團隊)	雙福鮮乳 60 瓶 嘉明鮮乳 180 瓶
大城高級中學(捐贈「學行進步獎」獎勵金)	5,000 元	(11月捐贈體育團隊)	雙福 60 瓶 豐樂鮮乳 80 瓶
羅祐辰(捐款供資優班使用)	4,000 元		
財團法人普賢教育基金會			
(清寒弱勢學子勵學圓夢計畫獎助學金)	4,000 元		

THANK YOU

幸福  
文中