

情意教學單元活動設計

單元名稱：情感的表達與處理(六)			
活動名稱：心情方程式		活動時間： 40 分鐘	
設計者：陳勤妹、莊慧銘、徐蕙君、豐佳燕、簡莉媛、羅士隆		教學者：簡莉媛	
適用對象： <input checked="" type="checkbox"/> 中年級 <input type="checkbox"/> 高年級 <input type="checkbox"/> 資優 <input checked="" type="checkbox"/> 小團體 <input checked="" type="checkbox"/> 普通班			
目 標	· 讓小朋友了解表達感覺的方式有很多。		器 材
			1. 情境卡 2. 紙、筆 3. 號碼籤
活 動 設 計		評 量	備 註
引起動機：1. 每組選出組長，然後發下一張情境卡，接著抽號碼籤。 2. 請組長唸情境卡內文字給組員們聽，然後請組員們快速地用一些詞句（越多越好），來形容他們對此情境的感受。		4	
發展活動：1. 依序請各組組長對全班唸出他們抽到的內容，並出示他們選好的字，然後由組員用表演方式來表達他們內心的感受。 2. 老師問：「每一位小朋友有用相同的方式表達相同的感受嗎？」（自由發表） 問：你認為一種感覺只有一種表達方式嗎？ 3. 老師問：「有哪些是屬於相同的？哪些是不相同的？」（自由發表） 4. 你一定要跟別人用一樣的方式來表達自己的感受嗎？ 5. 當你心裡充滿著某種感受時，要把它表現出來很困難嗎？ 6. 相同情境下，你曾和別人有著一樣的感受嗎？請舉例和大家分享。		5	· 作業單第一題 · 作業單第二題 · 作業單第三題 · 作業單第四題
綜合活動： 老師的話：「如果你想完成一件事情，其實有許多方法一樣可以把它做得很好，就像我們的情緒反應也是一樣，碰到問題不能一成不變的只用一種方式去面對，想想換別的方法試試看，或許會有更好的結果呢！」		6	

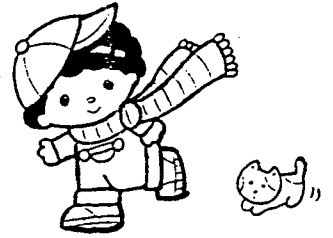
班級：() 年 () 班 編號：() 姓名：()

單元名稱：情感的表達與處理(六)

活動名稱：心情方程式

一. 你認為一種感覺只有一種表達方式嗎?

是 不一定 不是



二. 你一定要跟別人用一樣的方式來表達自己的感受嗎?

有必要，因為 才不孤單 不會出醜 _____

沒有必要，因為 每個人心裏的感覺不一樣 我們有自己的想法

三. 當你心裡充滿著某種感受時，要把它表現出來很困難嗎?

的確困難，因為 怕被罵 怕表現出來了也沒人體會 要看情形
 不一定 大家會幫我解決 就是要把感覺表達出來不要悶在心裏

不困難 可以用哭來發洩 _____

四. 相同情境下，你曾和別人有著一樣的感受嗎？請舉例和大家分享。

有， 可以免費去狄斯耐樂園，大家都很高興。
 我的包包被偷了，朋友家人都為我感到難過，我心情也不好。
 親人去世了，我們都感到難過。
 老師不教我們班了，全班都捨不得。
 選上班級幹部時，大家都為我感到高興，我也很快樂。

沒有， 皮包被偷了，我很傷心，有人幸災樂禍。

班級：() 年 () 班 編號：() 姓名：()

單元名稱：情感的表達與處理(六)

活動名稱：心情方程式

情 境 卡

1. 有件事不是你做的，卻被冤枉是你做的。
2. 當你在飲水機旁喝水時，有一位同學一直催你喝快點。
3. 在全班同學中，因為你是最有責任感的，而被老師讚揚。
4. 你和全家人贏得一趟免費的狄斯耐樂園之旅。
5. 你的姊妹向父母告狀，你在該讀書時看電視。
6. 有人偷了你的新書包。
7. 上完游泳課換衣服時，找不到自己的內衣。
8. 放學後，當你只能吃一片餅乾時，你卻吃了5片。