

## 伍、生活與社會技巧課程單元活動設計

### 國小組單元活動設計

#### 我變、我改

設計者：台南市勝利國小 王素貞老師

#### 一、單元目標：

- (一)對各類故事發生興趣，並認真研究。
- (二)能認真學習，增進腦力激盪。
- (三)鼓勵自我認同並強調小組練習，培養彼此觀察合作等良好習慣。
- (四)增進參與團體默契，增進團體的凝聚力。

#### 二、實施對象：

適用於國小高年級以上學生。

#### 三、設計重點或實施方式：

- (一)課程類型：演話劇課程、藝術與人文學習領域。
- (二)在編劇中學習互助合作，發揮所長幫助團體成功。
- (三)實施方式：改編、表演，第一節和第二節之間前後間隔3~5天。

#### 四、準備事項：

- (一)確認學生上課前已分成五或六人一組，共7組。
- (二)每組最少有2張八開的壁報紙。
- (三)第二節上課前各組需要的道具，如：古裝所需的帽子、衣服（借或自製）等。
- (四)台詞務必背熟。
- (五)每人一張「我變、我改活動單」。

#### 五、活動歷程（約80分鐘）：

##### (一)引起動機：（約5分鐘）

老師說：最近民視和中視的八點檔連續劇，先後上演的「梁山伯與祝英台」都不是原作者所編寫的內容，而是後來的筆者把故事改編而成的；尤其去年剛上演的「花木蘭」，加油添醋得更是厲害，到最後還註明「本故事純屬虛構」結束，由此可見現代的新新人類，想像力非常豐富而且具有創意。

##### (二)決定主題：（約15分鐘）

- 1.今天，藉著你們的才華，各組先討論你們最喜歡的故事，再由這個故事發揮各位的靈感和創意，改編這一篇故事。
- 2.故事完成之後，觀摩別組的故事，可以同樣的故事，但是改編的內容不一樣。

##### (三)編寫劇本：（約15分鐘）

根據改編的故事，把他寫成劇本，對話的語句，力求幽默、風趣。

(四)決定角色和工作分配：(約 5 分鐘)

根據劇本決定擔任角色的人數，其餘的人可以製作道具，如果沒有剩餘，則共同製作道具。

～第一節完～

(五)演話劇：(約 20 分鐘)

每組依據自己改編的故事，用 3 — 4 分鐘的時間演出話劇，與大家分享；分享期間多觀察別組的表現，以內省自己的付出。

(六)填寫活動單：(約 8 分鐘)

(七)討論演出的內容和經驗：(約 10 鐘)

- 1.這次的活動，你對自己這一組所改編的故事，感到滿意嗎？
- 2.在角色扮演中，你對自己所扮演的角色滿意嗎？
- 3.你所扮演的角色，是出於自願？被推薦？還是顧於大局？
- 4.這次的活動中，你們這一組有沒有出現兩難問題？如果有的話，又如何解決？
- 5.如果讓你當導演兼編劇，帶領一些學弟學妹們表演，你樂於勝任嗎？

(八)老師結語：(約 2 分鐘)

由此次活動中，可以發現大家團結合作的重要性，體驗與人相處、相互發現優點、勇於承當，以致於圓滿完成的喜悅。

二、活動評量：

- (一)熱烈參與此活動。
- (二)有自信地分享活動感想。
- (三)確實紀錄活動心得。

三、注意事項：

- (一)盡量給予學生正面鼓勵及增強。
- (二)鼓勵學生踴躍發言。



# 切斷煩惱絲

設計者：成功大學教育研究所 李坤崇 楊百川 楊雅文

## 一、單元目標：

- (一) 體會別人的感受，並設身處地為他人著想。
- (二) 學習正向的內在對話。
- (三) 能運用思想中斷法。

## 二、實施對象：

適用於國小五年級以上學生。

## 三、設計重點或實施方式：

- (一) 課程類型：輔導課程。
- (二) 結合學科或單元：輔導活動。
- (三) 協助學生體會少數人的心情。
- (四) 數字遊戲、分組競賽、講述。

## 四、準備事項：

- (一) 榮譽榜與磁鐵。
- (二) 每人數張便條紙。
- (三) 約每六人一組，分成數組。確認活動前已分組完成。

## 五、活動歷程(約 80 分鐘)：

### (一) 引起動機：(約 5 分鐘)

老師說：情緒的困擾主要來自非理性的想法，所以不要跟自己過不去的秘訣在於「要怎麼快樂就要怎麼想」。現在，我們將更進一步傾聽自己內在的聲音，找出自己的內在敵人，並學習設身處地為他人著想，不造成別人的情緒困擾。

### (二) 數字會說話：(約 15 分鐘)

1. 本遊戲的目的在讓同學體驗他人的感受。
2. 教師說明遊戲規則：

- (1) 教師以右手連續比出各種數字。並提示數字與數字間是有一定的規則，先示範：比 3 時，老師說「這是 1」；比 4 時，老師說「這是 3」，比 0 時，老師說「這是 4」。(數字的規則在於現在所比的數字答案是上一個比的數字)。
- (2) 全班同學起立，當老師右手比數字時，請同學回答後，再宣佈答案，答對的同學才可以坐下，但不可告訴他人規則或答案。  
當剩下少數幾位同學時，即可結束遊戲。
- (3) 老師請同學自由回答下列問題：

- a. 很快答對同學的心情?
  - b. 最後仍不知答案同學的心情?及面對同學笑聲時的心情?
  - c. 面對未答對的同學，我們可以為他們做什麼?
3. 老師結語: 在這個遊戲中，有些同學很快就發現數字的規則而答對答案 = 有些同學則否，在這個過程中，同學們是站在未答對同學的立場，還是替他們呢? 如果今天你是最後未答對的同學，你會希望別人如何反應? 所以將心比心就能了解別人的感受，不致傷害別人。

(三) 將心比心：(約 25 分鐘)

1. 老師說明將心比心的意義: 在情緒管理過程中，我們除察覺自己的情緒 = 表達適當的情緒外，對於他人，我們也要學習以他人的觀點看事情，並設身處地對他人著想，體貼別人，關懷他人，這種表現即為將心比心，是一個 E. Q. 高手必備的能力。
2. 老師舉出下列情境，請同學說出:
  - (1) 主角的感覺或心情。
  - (2) 身為旁觀者，我們可以怎麼做?。
    - 情境一 陳大一數學考 5 分，被數學老師罵“春天的蟲蟲(蠢)”!
    - 情境二 李小二被惡作劇，起立敬禮坐下後，同學將他的椅子拿開，得四腳朝天。
    - 情境三 林中三內向寡言，同學說他是班上最酷、最難接近的人!
    - 情境四 朱小妹體重 80 公斤，同學笑她“航空母艦”!
    - 情境五 陳帥哥第 101 次失戀。
    - 情境六 數學老師(男老師)褲子拉鍊沒拉!
3. 老師說: 經由將心比心的練習後，希望同學凡事不要站在自己的角度 = 情，要用「假如我是對方」的心情去面對事情。

(四) 內在對話：(約 25 分鐘)

1. 老師每位同學發下數張小便條紙。
2. 請同學靜下心來想一想自己常對自己說那些話或完成「我覺得我是... 子。」
3. 請同學以不具名的方式寫在白紙上，完成後統一收齊。
4. 老師說明: 我們要時時傾聽內在的自我對話，留意是否有自我貶低等 = 訊息，不管是正面或負面的訊息將會形成認知，影響情緒，尤其負面 = 息會帶來負面的情緒，所以接下來，我們將由同學寫的答案中:
  - (1) 判別正面或負面情緒?
  - (2) 如何將負面訊息改為正面訊息，如“我很笨”改為“我只是成績考不 = 我還有很多很多的優點”。
5. 老師每唸一張訊息時，請同學自由搶答計分。
6. 老師說: 希望藉由同學的互動回饋，改變某些負面的內在自我對話 =

(五) 思想中斷法：(約 5 分鐘)

1.老師說:有些當我們出現負面的想法時，可以大聲地(或內心默唸)喊“停”來中斷不好的思考方式或是想法，此為「思想中斷法」。

2.請同學自行練習喊“停”(或內心默唸)。

3.思想中斷後，必須以正向的自我對話來取代負向的想法。

(六)老師結語：(約4分鐘)

我們如果對別人能將心比心，了解他人的感受，就能尊重與寬容別人，並且與人和諧相處。對自己如果能有正向的自我內在對話就能時時保持好心情。

(七)頒獎(約1分鐘)

宣佈今天表現最好之組別，請同學為他們熱烈的鼓勵!

六、活動評量：

(一)能設身處地對他人著想，體貼別人，關懷他人。

(二)傾聽內在的自我對話。

(三)能運用思想中斷法。

(四)積極參與活動。

七、注意事項：

(一)將心比心的情境可由老師依自己的教學經驗自行設計。

(二)在內在對話中，老師心須引導學生看到自己的優點或亮點，非誇大自己的缺點。

## 信任遊戲

設計者：成功大學教育研究所 李坤崇

### 一、單元目標：

- (一)增進相互接納與信任。
- (二)增進扶助他人的意願。

### 二、實施對象：

適用於國小五年級以上學生。

### 三、設計重點或實施方式：

- (一)課程類型：輔導課程。
- (二)結合學科或單元：輔導活動。
- (三)信任跌倒、信任拋，學習信任與扶助他人。

### 四、準備事項：

- (一)寬敞的草地、操場，不宜在水泥地或很硬的地板。
- (二)須移開障礙物或易造成傷害物品，如桌子、椅子、手錶、尖銳物品...
- (三)每人一張「信任遊戲」活動單。

### 五、活動歷程(約 80 分鐘)：

#### (一)引起動機：(約 5 分鐘)

老師說：一個人在世界上，不可能什麼事，都能自己做，都能自己一個——成，必須靠他人的協助，才能活的更好，更能達成目標。今天的活動，讓——家體會到信任他人、扶助他人的重要性。

#### (二)信任跌倒：(約 10 分鐘)

1. 老師請學生兩兩配對一組，以體重接近、同性別者為佳。
2. 老師找一位學生出來示範「信任跌倒」的作法，兩人面向同一方向，站在學生後面三十公分，兩腳與肩同寬，前後成弓箭步，學生腳跟不——全身筆直向後倒下，老師扶助學生肩胛骨，扶穩後慢慢將學生扶正——
3. 老師請一組學生依教師示範做一次，老師從旁說明注意事項。
4. 老師請配對學生一人在前、一人在後，前面學生，閉起雙眼，放鬆向後——由後面學生用雙手扶持。

#### (三)信任拋：(約 30 分鐘)

1. 老師清除草地上，任何危險物品，如石頭尖銳物品。
2. 老師上次兩兩配對一組同學面對面，所有組別並成兩列。形成下圖

甲列：○○○○○○○○

乙列：○○○○○○○○

3. 兩列中間同學較壯、較高，以承受同學下墜力量。
4. 老師兩兩配對一組同學雙手成丁字形，共同搭乘中間成口字形的手橋。
5. 請兩列同學肩並肩靠攏。
6. 請最右邊一組同學，一人一人進行「信任拋」。即一人躺在甲乙兩列中間，有兩列人員將其往上拋。兩列人員應先蹲下，讓被拋者躺下後，慢慢站起倒兩列人員均約半蹲時，將被拋者往上拋。
7. 老師請一組學生依教師示範做一次，老師從旁說明注意事項。
8. 老師及其他未參加接或拋者，在旁維護安全與預防意外。
9. 由右而左依序讓每組同學均有被拋的經驗。若有些同學較膽小，拋的幅度由小而大。若有些同學不敢甚至害怕，則先不勉強，最後再徵詢意願並予鼓勵增強，若人懼怕則不強迫其參加。

(四)分組討論：(約 20 分鐘)

1. 老師請同學寫下「信任遊戲」活動單。
2. 組內同學輪流說出「倒下的感覺」、「被拋的感覺」、「扶助同學的感覺」、「整個活動的感想」。
3. 同學說出感覺時，其他人可以發問。

(五)各組代表報告：(約 10 分鐘)

每組派一代表上台報告下列兩項重點，每組約 1 至 2 分鐘：

1. 信任跌倒的感受。
2. 信任拋的感受。

(六)老師結語：(約 5 分鐘)

人在最徬徨焦慮的時候，最需要他人協助，如果你能及時伸出援手，他將會感激不盡。因此，如何做個雪中送炭的高手，將比錦上添花的人，更受歡迎。

、活動評量：

- 一)積極參與信任跌倒。
- 二)勇於參與信任拋。
- 三)說出信任他人的重要性。
- 四)說出扶助他人的重要性與具體做法。

、注意事項：

「信任跌倒」活動可能會造成秩序較亂，老師於活動前應再強調「說好話、存、守秩序、守秘密」的團體公約，並以「愛的鼓勵」作為「信任跌倒」、「信!」的開始或結束。



## 「信任遊戲」活動單

姓名： \_\_\_\_\_ ，班級： \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 班，組別： \_\_\_\_\_ 組

一、「倒下」的感覺：

二、「被拋」的感覺：

三、「扶助同學」的感覺：

四、整個活動的感想？

# 溝通你我他

設計者：成功大學教育研究所 李坤崇 陳芳嬪

## 一、單元目標：

- (一)能瞭解人際交往時人我關係的四種狀態。
- (二)能覺察各種人際交往時，自己的情緒與感受。
- (三)能清楚表達自己的想法與意願。

## 二、實施對象：

適用於國小五年級以上學生。

## 三、設計重點或實施方式：

- (一)課程類型：輔導課程。
- (二)結合學科或單元：輔導活動。
- (三)激發同學思考人際交往的狀態。
- (四)思考與運用溝通的技巧。
- (五)解說、分組競賽、分組討論、角色扮演。

### 、準備事項：

- (一)榮譽榜與磁鐵。
- (二)約每六人一組，分成數組。確認活動前已分組完成。

### 、活動歷程(約 80 分鐘)：

#### 一)引起動機：(約 5 分鐘)

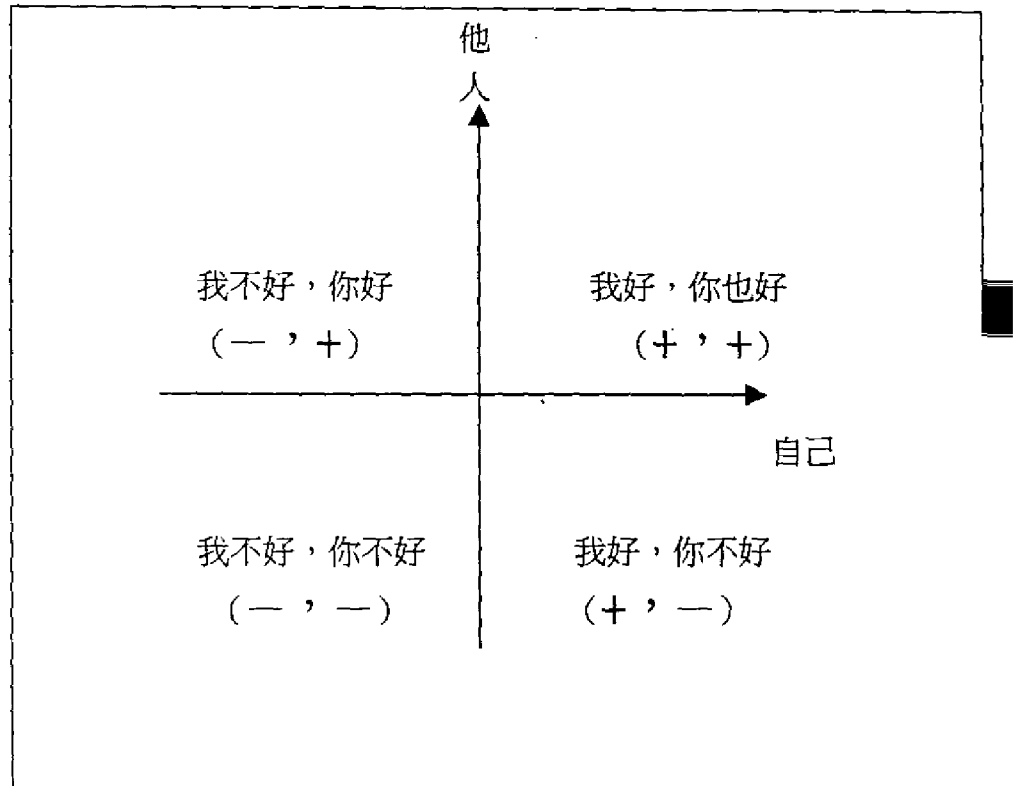
老師說：當我們從出生開始，就與家人、親戚、朋友、甚至陌生人編織出一長張疏密不同的人際網路。在這張網路中，往往會涉及不同的人我互動，如果互動得當的話，則人際關係融洽愉快，否則，可能會破壞彼此間的關係，讓自<sup>己</sup>與他人不快樂或委屈自己做不喜歡的事。所以，今天我們要透視各種人我互<sup>力</sup>的網路，並針對各種關係中可能出現的狀況提出適當的因應之道。

#### 二)人際交往座標圖(分組進行)：(約 30 分鐘)

- 1.老師在黑板上畫出下列座標圖：
- 2.老師解說人我座標圖，並分組競賽搶答。
  - (1)第一種狀態是「我好你也好」，譬如同學要去福利社，順便幫你買便當。  
請問同學下列問題：
    - a.當同學要順便幫你買便當時，你會有怎樣的心情或情緒？
    - b.對於同學的好意，你要怎麼表達？
    - c.當你跟別人互動時，怎麼樣的情況是「我好你也好」？
  - (2)第二種狀態是「我好你不好」，譬如掃地時間，我不想掃地，於是要同

學幫我掃地。請問同學下列問題：

- 當你不願掃地，要同學順便幫你掃時，你當時的心情或情緒什麼，同學的心情或情緒又是什麼？
- 請同學幫忙，你要怎麼表達才不會造成對方的困擾？
- 當你跟別人互動時，怎麼樣的情況是「我好你不好」？



(3) 第三種狀態是「我不好你好」，譬如同學向我借錢打電動，我知道借無還。請問同學下列問題：

- 當同學向你借錢又不會還，你當時的心情或情緒什麼？
- 你要怎麼表達才能不傷害友誼又可以不借他錢？
- 當你跟別人互動時，怎麼樣的情況是「我不好你好」？

(4) 第四種狀態是「我不好你不好」，譬如下課時間，同學邀我到廁所抽煙，若被訓導人員發現會被記過，這種情況對你跟你同學都不好。請問下列問題：

- 你明知會被記過，但面對同學的鼓吹，你當時的心情或情緒什麼？
- 你不希望冒險抽煙，要怎麼表達才不會拒絕對方？
- 當你跟別人互動時，怎麼樣的情況是「我不好你不好」？

3. 老師總結：如果同學能分辨人我交往的四種狀態，並能覺察自己的適當的表達自己的想法，該拒絕時能拒絕，則才能達到人際互動中愉快，你也愉快！

(三) 我愉快，你也愉快(約 40 分鐘)

- 老師說明活動方式：

- (1)各組提一個人際交往過程中，造成你困擾的一個情境或狀況。
- (2)請組員合力想出因應之道，並安排角色扮演，上台實際演練因應的策略。
- (3)討論時間為 10 分鐘，上台演練 3 分鐘。

## 2. 評分方式：

- (1)同學的討論參與狀況。
- (2)討論過程的音量控制。
- (3)各組互評其他組同學上台表演的劇情與演技。
- (4)針對各組的因應之道，其他組同學可自由補充，即可得分。

3. 老師總結同學的表現，並宣布今天表現最好的組別，請大家為他們歡呼！。

## (四)老師結語：(約 5 分鐘)

不同的人際溝通有不同的因應策略，同學今天所提出來的狀況，不一定每位同學都會遇到，但是溝通的技巧與因應之道，可以互通加以運用的，希望同學能善用溝通技巧，達到人我之間大家都愉快的狀況！

## 二、活動評量：

- (一)能分辨人際交往時人我關係的四種狀態。
- (二)能覺察各種人際交往時，自己的情緒與感受。
- (三)能清楚表達自己的想法與意願。
- (四)積極參與整個活動。

## 、注意事項：

- (一)儘量與學生鼓勵、增強。
- (二)鼓勵學生踴躍發言，激發學生創造力。

# 家庭動物園

設計者：成功大學教育研究所 李坤崇

## 一、單元目標：

- (一)覺察家人的特徵與家庭氣氛，更加了解家人。
- (二)省思與家人的互動關係，增進自我了解。

## 二、實施對象：

適用於國小五年級以上學生。

## 三、設計重點或實施方式：

- (一)課程類型：輔導課程。
- (二)結合學科或單元：輔導活動。
- (三)以「繪畫、討論」探討家庭生活。
- (四)深入評析家人互動與家庭氣氛。
- (五)實施方式為報紙剪貼、繪畫或語句完成、經驗分享。

## 四、準備事項：

- (一)每組兩張 B4 白紙。
- (二)每人一張「家庭動物園」活動單。
- (三)各組各準備七到十天的報紙，俾進行報紙剪貼。
- (四)各組各準備三至四盒彩色筆或粉蠟筆。
- (五)約每六人一組，分成數組。確認活動前已分組完成。

## 五、活動歷程(約 80 分鐘)：

### (一)引起動機：(約 5 分鐘)

老師說：每個人都希望有個溫馨家，受到父母的良好照顧，兄弟姊妹相愛。有些人美夢成真，有些人的家庭就不一定很美滿，在家裡的感覺不是但「家終究是我們的避風港，是我們生長的地方」，等一下，進行的「家庭動物園」，就是想經由繪畫、討論，來更了解自己的家人，讓我們和家人相處更

### (二)報紙剪貼：(約 17 分鐘)

1. 老師發予每組兩張 B4 白紙。
2. 老師請各組以「我的家」為主題，以十分鐘時間，就所收集的報紙剪貼。
3. 老師請學生留意文字力求流暢，且可輔以圖片呈現。
4. 十分鐘後，老師請各組以「一分鐘」時間，向全班學生發表作品，表完後，請其他組予其「愛的鼓勵」。

### (三)繪製「家庭動物園」：(約 20 分鐘)

1. 老師發給每位學生一張「家庭動物園」活動單。
2. 老師告訴學生：如果你的家像「動物園」，你會怎麼畫？
3. 請學生依照下面四項原則進行繪畫：
  - (1) 將家庭的每個人均以一種動物來代表，家裡有幾個人就有幾隻動物。
  - (2) 以動物的位置、大小、表情動作來表示你和家人的關係，對家人的看法。
  - (3) 以動物園的背景的顏色代表自己家庭氣氛。
  - (4) 動物園中可以佈置其他景物，代表家庭曾經發生的事情或成長的過程。
4. 老師強調：繪畫只是表達想法或意見，不在好不好看，而在能不能表達你的想法。往往人類的「第一個直覺想法」是最重要、最真實的訊息，大家可以將看到題目的「第一個直覺想法」畫下來，記住：不要在乎好不好看，而應該在乎能不能表達你的想法。

(四) 分組說明「家庭動物園」：(約 20 分鐘)

1. 各組均先徵求志願者或由小組長指定一名同學擔任展示者，展示自己所畫的「家庭動物園」。
2. 其他同學先猜猜看，再由展示者說明圖畫內容與意義。
3. 其他同學可以發問，但展示者可以不回答。
4. 展示者討論完後，輪到右邊同學擔任展示者，或由前展示者指定下一位展示者。

(五) 分組經驗分享：(約 15 分鐘)

老師請學生討論下列問題：

1. 我喜歡我的家人、滿意我的家庭氣氛嗎？為什麼？
2. 和家人發生爭吵時，我會怎麼辦？
3. 參加「家庭動物園」活動的感想？

六) 老師結語：(約 3 分鐘)

大家參加「家庭動物園」後，你對自己的家庭應該有更深的認識，更深的了解。家庭每個人都有獨特的人格特質或行為。每個人都有優點、也有缺點，重要的事「你如何欣賞優點、容忍缺點」，只要相互包容、相互尊重，將是個溫馨和諧的家。

、活動評量：

- 一) 完成「我的家」報紙剪貼。
- 二) 畫出自己的「家庭動物園」。
- 三) 明確說出「家庭動物園」內容。
- 四) 積極參與小組討論。

注意事項：

- 一) 必須強調圖畫不在好不好看、漂不漂亮，應該在乎能不能表達你的想法。
- 二) 教師宜提醒學生繪畫用具之收拾。

# 「家庭動物園」活動單

姓名： \_\_\_\_\_ ，班級： \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 班，組別： \_\_\_\_\_ 組

The form consists of a large, empty rectangular space enclosed by a decorative border. The border is composed of repeating geometric patterns, including triangles and zig-zags, in black and white. The top and bottom borders are wider than the side borders. The interior of the rectangle is completely blank, providing a large area for a drawing or written response.

## 家庭溝通

設計者：成功大學教育研究所 李坤崇 楊百川 陳芳嬪

### 一、單元目標：

- (一)覺察自我的溝通模式。
- (二)探索家庭成員的溝通互動方式。
- (三)學習適當的溝通技巧。

### 二、實施對象：

適用於國小五年級以上學生。

### 三、設計重點或實施方式：

- (一)課程類型：輔導課程。
- (二)結合學科或單元：輔導活動。
- (三)使學生體驗不同的溝通模式。
- (四)審視自己與家人的溝通表達方式。
- (五)改進自我的溝通技巧。
- (六)分組遊戲、角色扮演、經驗分享。

### 四、準備事項：

- (一)每人一張「家庭溝通」活動單。
- (二)約排八人一組或方便四人一組座位，分成數組。確認活動前已分組完成。

### 五、活動歷程(約 80 分鐘)：

#### (一)引起動機：(約 5 分鐘)

老師說：各位同學你們在家裡和兄弟姐妹有無和睦相處。在家與父母說話時是否和顏悅色？你在溝通時是哪一種類型？若想改變目前的狀況使氣氛更佳，我們就來探究一下。

#### (二)家庭劇場：(約 35 分鐘)

- 1.請學生四人一小組，分別扮演父、母、兄或姊、弟或妹，依所分配到的溝通型態，針對下列主題演出一場短劇。
  - (1)今天晚餐去那裡？
  - (2)星期日要去那裡玩？
- 2.角色分配為每三分鐘後順時鐘方向換一下角色演，過程中每位學生必須體驗其感受。角色最初為：
  - (1)父：即以責備辱罵方式溝通。
  - (2)母：及附和他人、無主見。
  - (3)兄或姊：有條理地協商、表達。



(4)弟或妹：不合作且言不及義。

(三)經驗分享：(約 30 分鐘)

1. 老師發給每人一張「家庭溝通」的活動單。

2. 每人寫下上述活動中的感受與想法。

(1)我在活動中最喜歡哪一種型表達？

(2)我最討厭哪一型溝通方式？

(3)平日我的溝通方式最像哪一型？為什麼？

(4)我覺得我的家人分別是哪一型溝通模式？

(5)我覺得平日與人溝通，我可以如何改善會更好？

3. 分組討論各類溝通型態的優缺點，並抒發心得。

(四)老師結語：(約 7 分鐘)

各位同學我們以角色扮演方式，讓同學體驗溝通方式。同學是否覺得真實——說出自己的感受，有條理地表達己見，並以適當的語氣、態度與人溝通是重要的，相信今後大家可以使自己溝通技巧更好。

六、活動評量：

(一)覺察自己的溝通方式。

(二)覺察家人的溝通方式。

(三)明確說出改善溝通的策略。

(四)確實省思與分享活動心得。

七、注意事項：

(一)家庭劇場分組時，若人數不足也可五人或六人一組，可彈性增加兄弟——角色或理智溝通類型。

(二)鼓勵學生表演時去觀察及體驗自己與他人的感受與表情。

## 「家庭溝通」活動單

姓名： \_\_\_\_\_ ，班級： \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 班，組別： \_\_\_\_\_ 組

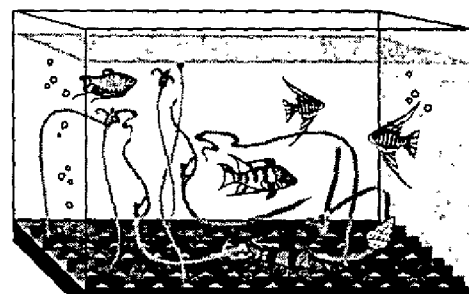
(一) 我在活動中最喜歡哪一種型表達？

(二) 我最討厭哪一型溝通方式？

(三) 平日我的溝通方式最像哪一型？為什麼？

(四) 我覺得我的家人分別是哪一型溝通模式？

(五) 我覺得平日與人溝通，我可以如何改善會更好？



## 雪中送炭

設計者：成功大學教育研究所 李坤崇 楊百川 陳芳嬪

### 一、單元目標：

- (一)體驗助人歷程的感受。
- (二)分享助人經驗與想法。

### 二、實施對象：

適用於國小五年級以上學生。

### 三、設計重點或實施方式：

- (一)課程類型：輔導課程。
- (二)結合學科或單元：輔導活動。
- (三)增進學生助人技巧。
- (四)協助學生察覺自我的助人模式。
- (五)團體活動、分組討論、心得分享。

### 四、準備事項：

- (一)活動場地可選擇寬敞的戶外場地。
- (二)每人一張「雪中送炭」活動單。
- (三)備妥手帕或絲巾。
- (四)準備寫有同字母大小寫的紙籤。

### 五、活動歷程(約 80 分鐘)：

#### (一)引起動機：(約 5 分鐘)

- 1.老師說：同學們有無矇著眼睛走路的經驗。想想若是在路上看到需要他的人，你會怎樣？平日我們有沒有幫助別人的經驗，今天我們就來撥
- 2.請學生配對分組原則上以兩位同性別的學生為一組，學生抽籤同字母一寫者配對成一組。

#### (二)甜言蜜語：(約 10 分鐘)

- 1.老師將下列「甜言蜜語」指示寫在黑板上向學生說明規則。當老師下一令時，同學互相與同組的同學說出該指示並做出其動作。
  - (1)「甜」：同組同學互相說「你好棒！」。
  - (2)「言」：同組同學互相說「你真可愛！」。
  - (3)「蜜」：同組同學互相說「怎麼了！我能幫你嗎？」。
  - (4)「語」：同組同學互相說「加油！你一定做得到。」。
- 2.老師先依序下達指示，再交換次序，最後可速度加快。

#### (三)瞎子走路：(約 35 分鐘)

1. 老師依兩兩配對的組別進行，每組發一條大手帕或絲巾，原抽的紙籤為大寫字母者為甲同學，先被矇上眼睛，同組另一位同學為乙，則擔任助人者角色，排成一列乙同學自己去選要帶那位甲同學進行活動。
2. 計時十分鐘，請乙同學帶著甲同學，在四周安全範圍內，乙同學只能用肢體語言讓甲同學認識周遭環境。
3. 十分鐘後再回至原點，換乙同學被矇著眼，此時甲同學可用言語表達，並營造一個快樂的氣氛，讓乙同學也感受到你的快樂，之後再回至原點。

#### (四)心得分享：(約 20 分鐘)

老師發下「雪中送炭」的學習單，由「瞎子走路」活動中配對組的兩位同學互相分享心得，並回答學習單上的問題。

1. 第一次乙同學以肢體語言表達帶領甲同學時：
  - (1) 乙同學覺得有哪些困難與擔心？
  - (2) 甲同學在過程中看不見的感受是什麼？
  - (3) 想想平日生活中助人角色是何模式？
2. 第二次甲同學以言語表達帶領乙同學時：
  - (1) 甲同學覺得營造快樂氣氛有何想法？
  - (2) 乙同學在過程中有何感受？

#### (五)老師結語：(約 7 分鐘)

上述活動中這種看不見的體驗，相信大家另有一番感受。由分享心得中，每個人可以思考如何使自己多散發溫暖，可增進自己人際關係也能或的快樂的。

#### 、活動評量：

- 一) 明確說出助人歷程的親身感受。
- 二) 明確說出的助人經驗與想法。
- 三) 確實省思與分享活動心得。

#### 、注意事項：

「瞎子走路」活動時，要注意場地與活動安全，並叮嚀學生互相照顧好對方，勿接近不平坦的地方。每次活動時間快剩一分時，可提醒同學回到原點集合。

## 「雪中送炭」活動單

姓名： \_\_\_\_\_ ，班級： \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 班，組別： \_\_\_\_\_ 組

一、在「瞎子走路」活動中我擔任角色為何？

二、第一次乙同學以肢體語言表達帶領甲同學時：

(一)乙同學覺得有哪些困難與擔心？

(二)甲同學在過程中看不見的感受是什麼？

(三)想想平日生活中助人角色是何模式？

三、第二次甲同學以言語表達帶領乙同學時：

(一)甲同學覺得營造快樂氣氛有何想法？

(二)乙同學在過程中有何感受？



## 最佳拍檔

設計者：成功大學教育研究所 李坤崇 楊百川 陳芳嬪

### 一、單元目標：

- (一)探索自己人際互動的模式。
- (二)覺察、澄清自己人際關係的行為。
- (三)增進成員相互間的瞭解。

### 二、實施對象：

適用於國小五年級以上學生。

### 三、設計重點或實施方式：

- (一)課程類型：輔導課程。
- (二)結合學科或單元：輔導活動。
- (三)經由「最佳拍檔」來察覺自己的人際互動模式。
- (四)分組活動、經驗分享

### 四、準備事項：

- (一)每人一張「最佳拍檔」活動單。
- (二)準備五種人際互動模式的紙籤幾套，紙籤數為參加人數的半數。
- (三)請學生至戶外寬廣場地集合。
- (四)約每六人一組，分成數組。確認活動前已分組完成。

### 五、活動歷程(約 80 分鐘)：

#### 一)引起動機：(約 5 分鐘)

老師說：每個人對帶他人的方式有許多不一樣的方式，平日的你可能沒有特別去注意，今天我們就一起來探索一下自己與人互動的模式。現在讓我們來進行這項活動。

#### 二)最佳拍檔：(約 35 分鐘)

1. 請同學自己去找一個同性別且想多了解他的同學，兩兩配對在一起。
2. 每組一人抽籤，將同一個籤動作的組集合在一起，共五群。
3. 老師請各群組兩位同學出列，示範下列五種人際互動模式的動作。
  - (1)牽手：兩人一組，並手牽手走在一起。
  - (2)推：兩人一組，一人為推人的角色，另一人則被推著走。
  - (3)拉：兩人一組，一人為拉著人走，另一人則被拉著走。
  - (4)並行：兩人一組，並行走在一起，不做肢體上接觸。
  - (5)背：一人背著另一人行走。
4. 老師先說明規則，行走過程也可停下來坐坐，但皆不能說話，體驗當下感

覺。

5. 兩人猜拳，贏的先選擔任哪一角色，行走約五十公尺後，再回至原點。回至原點後，兩人互相交換角色，也走約五十公尺，最後到原點集合。
6. 每組另外抽籤，進行另一種人際互動模式，作法同前。
7. 每組再另外抽籤，進行另一種人際互動模式，作法同前。若時間允許，每組均經歷五種人際互動模式；若時間不足，則每組進行其中三種人際互動模式。

### (三) 經驗分享：(約 35 分鐘)

1. 老師發下每人一張「最佳拍檔」活動單。
2. 請學生經由上述活動互相分享、討論以下幾個問題：
  - (1) 最佳拍檔兩兩配對時，我是主動者還是被動者？平日的我也有相似經驗嗎？
  - (2) 我抽到的動作為何？
  - (3) 做這些動作時我有何的感受？
  - (4) 我覺得這五個方式，我平日與人互動最常出現的是哪些方式或角色較像？
  - (5) 我想以後可以怎麼做更好？

### (四) 老師結語：(約 7 分鐘)

各位同學我們經由「最佳拍檔」的活動與討論，大家瞭解原來自己平日所現的人際互動模式，不管你是權威型或被動型.....，今後希望大家多多去注意如何使自己在人際互動中讓彼此都更舒服。就像剛經由討論後，我們都認「牽手」模式是一種互相關心尊重，卻不會給對方壓力負擔的方法，望大共勉之。

## 六、活動評量：

- (一) 熱烈參與人際互動活動。
- (二) 明確說出參與人際互動的感受。
- (三) 確實省思與分享活動心得。

## 七、注意事項：

「最佳拍檔」活動，老師注意將所有學生皆分好組別，若人數不夠，可組作牽手或並行的動作。

## 「最佳拍檔」活動單

姓名： \_\_\_\_\_ ，班級： \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 班，組別： \_\_\_\_\_ 組

一、最佳拍檔兩兩配對時，我是主動者還是被動者？平日的我也有相似經驗嗎？

二、我抽到哪些動作？

三、做這個動作時我有何的感受？

四、我覺得這五個方式，我平日與人互動最常出現的是哪些方式或角色較相像？



五、我想以後可以怎麼做更好？



# 親善小天使

設計者：台南市勝利國小 高瑞鄉老師

## 一、單元目標：

- (一)從觀察別人中瞭解自己。
- (二)學習如何才能更受人歡迎。

## 二、實施對象：

適用於國小五年級以上學生。

## 三、設計重點或實施方式：

- (一)課程類型：輔導活動。
- (二)結合學科或單元：輔導活動第二冊第七單元
- (三)透過討論活動，看看別人也想想自己，反省自己有哪些特質需要做調整
- (四)實施方式為討論、票選、歸納等...

## 四、準備事項：

- (一)「親善小天使」活動單每人一張。
- (二)製作好三枚「天使徽章」
- (三)準備有關「朋友」之相關歌曲，例：「友情」、「朋友」.....等，於討論時一起唱。
- (四)確認學生是否於上課前已分成 8 組，每組 4 人。

## 五、活動歷程（約 80 分鐘）

### (一)引起動機：(約 5 分鐘)

老師和學生討論：喜歡和哪一種人做朋友？為什麼？可將學生所列舉的板書出來，加深印象。

### (二)「親善小天使」活動單：(約 35 分鐘)

- 1.發下活動單，請學生填寫。
- 2.填寫完再小組分享：老師將學生分成 4 人一組，互相發表自己的看法。老師鼓勵如果能反省自己有哪些特質、個性...需要做調整的？也能說出更是忠於自己、勇於負責的表現。(老師各組巡視並傾聽每人的看法)
- 3.小組分享結束，老師將剛才巡視各組時，有說到自己需要做哪些調整。學，特別給予鼓勵一番，有反省才會更進步。

### (三)票選三位親善小天使(約 30 分鐘)

- 1.老師請學生票選班上人緣最佳的親善小天使三位。
- 2.領發親善小天使徽章。
- 3.請大家踴躍發言，說說親善小天使們之所以受人歡迎的原因。
- 4.請親善小天使們發表被選感想，並說出自己和人相處的方法。

### (四)心得分享：(約 8 分鐘)

- 1.分享本單元活動的感想。
- 2.請學生說出受人歡迎需具備哪些條件？引導學生做歸納。

### (五)合唱(約 2 分鐘)

播放 CD，一起唱「朋友」這首歌，輕鬆愉悅氣氛中結束活動。

#### 六、活動評量

- (一)熱烈主動參與活動（填寫、票選、發表等....）。
- (二)確實省思與分享活動心得。

#### 七、注意事項

- (一)老師多給學生鼓勵與支持，少做評價。
- (二)老師多引導學生學習正面之特質。

# 親善小天使



姓名： \_\_\_\_\_ ，班級： \_\_\_\_\_ 年 班，組別： \_\_\_\_\_ 組

## 1. 小朋友，你希望交到具備什麼樣特質的朋友？

請在下面列舉出三個你最理想的朋友類型。

(1) \_\_\_\_\_

(2) \_\_\_\_\_

(3) \_\_\_\_\_

## 2. 你最不喜歡的朋友有哪些特質？

請在下面列出三個，並圈出最不能接受的項目。

(1) \_\_\_\_\_

(2) \_\_\_\_\_

(3) \_\_\_\_\_

## 3. 你認為自己具備了哪些特質是朋友喜歡你或者討厭

請至少列舉三個。是「喜歡」或「討厭」請在 ( ) 中打「」

(1) \_\_\_\_\_

喜歡 ( )

討厭 ( )

(2) \_\_\_\_\_

喜歡 ( )

討厭 ( )

(3) \_\_\_\_\_

喜歡 ( )

討厭 ( )

# 國中組單元活動設計

## 珍惜生命

設計者：成功大學教育研究所 李坤崇 王佳麗

### 一、單元目標：

- (一)藉由實際的參訪體驗，了解生命的可貴。
- (二)增進學生對生命的尊重與愛惜。
- (三)讓學生有積極的態度面對未來的人生。
- (四)激發學生照顧社會弱勢團體的胸懷。

### 二、實施對象：

適用於國中一年級以上學生。

### 三、設計重點或實施方式：

- (一)課程類型：輔導課程。
- (二)結合學科或單元：輔導活動
- (三)讓學生有機會重新省思生命的價值。
- (四)實施方式為帶領學生參訪植物人的世界，進而愛惜生命。

#### 、準備事項：

- (一)每人一張「珍惜生命」活動單。
- (二)要同學自備剪刀、膠水、做紙鶴的材料。
- (三)每人一份「遵守戶外學習活動公約同意書」
- (四)準備植物人的故事一則。
- (五)事先與創世基金會(或類似慈善團體)聯絡參訪的時間、地點及細節。
- (六)確認學生是否於上課前已分組完成，共分六組，每組五人。

#### 、活動歷程(約 200 分鐘)：

##### 一)引起動機：(約 5 分鐘)

老師說：各位同學你們有沒有聽過多年前北一女中王小明的故事，故事的內容是這樣的：多年前就讀於北一女中，擔任儀隊隊長的王小明，生命正值年輕、美麗，然而一次突然的車禍卻奪走了她的幸福，成了植物人。從此她不能再舞動青春的生命，只能躺在病床上，陪著每日以淚洗面的雙親渡過，這就是她不幸的遭遇。而我們現在帶著誠摯的祝福來探視這些不幸的人，希望他們能夠早康復，進而警醒自己要愛惜生命。

##### 二)參訪前的準備：(約 50 分鐘)

- 1.老師發下「珍惜生命」活動單。
- 2.請同學先完成活動一的部分——希望的祝福

(1)老師開始示範紙鶴的折法。

(2)請每位同學於 50 分鐘內折出至少 10 隻紙鶴。(老師穿梭期間，幫助還未學會摺紙鶴的同學。)

3.發下「遵守戶外學習活動公約同意書」，並藉此要同學注意戶外活動應有的秩序與規定。

(三)訪問創世基金會(或類似慈善團體)：(約 100 分鐘)

1.請創世基金會義工(或類似慈善團體)為我們解說其目標、宗旨、功能及隕內狀況。

2.將我們的希望祝福(紙鶴)贈與他們。

3.用心去體會植物人(或不幸同胞)的世界，為他們加油打氣。

4.訪問義工，激發學生學習義工們的服務奉獻精神。

(四)寫下心得與經驗分享：(約 30 分鐘)

1.讓同學靜下心來回憶剛剛觀察到的情形。

2.分組討論、交換心得，並完成活動二。

3.各組組員經驗分享：

(1)輪流說出印象最深刻的時候。

(2)輪流說出如果自己變成植物人，自己內心的感受？

(3)輪流說出如果或家人中有人變成植物人，會怎麼做？

(五)各組代表報告。(約 10 分鐘)

各組派一位代表，說出各組心得。

(六)老師結語：(約 5 分鐘)

我們很幸運地能夠擁有健康的生命，所以除了加倍的愛惜、尊重自己的——之外。我們更應該學習義工們大愛的精神，伸出溫暖的雙手，主動去幫助——命有缺憾的人。同學們！讓我們一起關懷這個社會吧！

## 六、活動評量：

(一)參訪過程中能守規定，並積極學習。

(二)訪問義工時，能專心聆聽並提出問題。

(三)在分組討論中，能熱烈與組員分享自己的感想。

## 七、注意事項：

(一)參訪前一定要先聯絡妥當，並有周詳計畫。

(二)留意學生參訪時的常規。

(三)請學生在參訪前，事先準備好應攜帶的用具。

## 「遵守戶外學習活動公約同意書」

姓名：           ，班級： 年 班，組別：       組

- 一、願意遵從老師的指示及院內的規定。
- 二、在院內不得大肆喧嘩、嬉戲。
- 三、參訪時要遵守應有的禮儀。
- 四、進行參訪時禁止飲食及攜帶食物入院內。

同意人：

## 「珍惜生命」活動單

姓名： \_\_\_\_\_ ，班級： \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 班，組別： \_\_\_\_\_ 組

「愛情誠可貴，生命價更高」，讓我們一起探索生命之旅  
——參訪植物人的世界

### 活動一：希望的祝福——折紙鶴

每人要在 50 分鐘內至少折出 10 隻紙鶴，讓我們以誠摯祝福之心做  
的紙鶴時時陪伴他們，為他們加油打氣！

### 活動二：

當我們參訪後，同學們的內心是否有許多的感想急著和大家分享，  
急！你可以先記錄印象最深刻的事，等到分組討論時，再與組員交  
分享。

---

---

---

---

---

---

---

---

# 人際關係 DIY

設計者：安南國中 連博聖

## 一、單元目標：

- (一)協助學生了解自己的人際關係型態。
- (二)讓學生了解非語言對人際關係的重要。
- (三)讓學生了解同理心，進而運用到日常生活。
- (四)協助學生學習、體認較有利於人際互動的技巧。

## 二、實施對象：

適用於國中生

## 三、設計重點或實施方式：

- (一)課程種類：輔導課程。
- (二)從動態的活動中，讓學生學習人際技巧。
- (三)實施方式為討論、繪圖的方式進行。
- (四)結合童軍、及各學科分組、團體活動。

## 1、準備事項：

- (一)教師準備好角色扮演的內容。
- (二)教師準備好不規則的卡片，以作為學生分組的依據。
- (三)編寫情境題內容、並作成籤。
- (四)大顯身手活動中，每組學生三、四人。

## 、活動歷程：

### 一)引起動機(約十五分鐘)

- 1.學生兩兩一組，活動進行時，兩人都不說話，手掌對著手掌，然後隨意做動作，但是兩人的手掌距離要維持一定。
- 2.活動結束後，老師帶領學生想一想，剛剛的活動中，是誰帶領對方活動比較多，當時的感覺又是如何?
- 3.老師引導學生想一想，透過這個活動，想一想在和他人互動中，妳是採取主動的方式，或是被動的接受呢?

### 二)手忙腳亂(約二十分鐘)

- 1.發給每一位學生半張不規則的卡片，讓他去找另一個學生，組合成完整的卡片，以達到破鏡重圓。
- 2.找到同伴後，一個站在內圈，一個站到外圈，彼此面對面。
- 3.活動開始後，每一個人都不能出聲音，老師會給外圈者二個題目，外圈者看完之後，用表情或是手腳，傳達給同伴，同伴只能以搖頭表示不懂，點



頭表示聽懂回應。

4.三分鐘後，角色對調，位子也互換。

5.活動結束後，老師公佈答案，並邀請學生說說當時的感受。

6.說明，非語言佔人際溝通，有很大的比例，(例如：點頭表示同意，或是了解…)，適當的非語言傳達也有助於人際溝通。

### (三)大顯身手(約三十分鐘)

1.老師將學生分成二小組，讓學生大顯身手，做角色扮演。

2.每一組抽一支情境籤，經過討論後，先後演練出來(情境如附件)。

3.二組都演練完後，老師詢問學生，自己認為情境題中，各主角當時的想法及心情。

4.接著，老師再帶領學生做同理心練習，練習對主角說話(用同理的立場)老師先做示範，再請學生做練習。

(1)小正是一個用功的國二學生，但是這次的考試卻考得很差，他有一點二心。

例如：小正，我感覺你好像有一點灰心，是嗎?……。

(2)小麗心愛的寵物小狗皮皮，不小心被車子撞死了，小麗連二餐飯都不吃二只是很傷心。

(3)小量說：「想到要去補習班蹲一年，我就很不甘願」。

5.老師說明同理心在人際相處中的重要性，給他人溫暖的感覺，也會為自己贏得真誠的友誼。

### (四)友誼大復活(約十分鐘)

老師再邀請學生想一想，還有何種方式，可以讓友誼更加增進，或是當友誼出現問題時，可以用何種方式化解?

### (五)老師結語(約五分鐘)

老師做最後的統整，並提醒學生人際關係的重要性。

## 六、活動評量：

(一)學生能了解同理心的涵義。

(二)學生能了解非語言的意義。

(三)學生確實能省思，並能分享。

## 七、注意事項：

(一)給學生正向的稱讚、與鼓勵，讓學生更能肯定自己。

情境題一：

小堂是一個民生國中三年級的學生，他很喜歡利用假日和同學去打球。明天又是週休二日了，今天早上班上的二位死黨說要騎摩托車丟逛逛，問小堂要不要一起去，小堂不加考慮就答應了。回到家，才發現不知道該如何向媽媽開口說，掙扎很久還是開口問了，媽媽一聽到這個要求，就很堅定的語氣說不行。小堂很生氣地向媽媽說，他的同學都可以騎摩托車，為什麼他就不可以，說著說著就跑到自己的房間，並用力把門關上……

- (1)媽媽為什麼反對小堂騎機車，他的想法是……
- (2)小堂媽媽反對小堂騎車子，小堂的感覺是……
- (3)小堂的行爲，媽媽的感受是如何，他有什麼樣的情緒……

情境題二：

彥良是烏來國中二年級的學生，他是一個活潑、好動的學生。而且他又是學校田徑隊的一員，擅長短跑。這一堂課是上英文，英文老師很認真在上課，彥良突然感覺很無聊，於是就和隔壁的大頭傳紙條。兩個人在紙上談論著昨天的趣事，傳著傳著，他們都沒有注意到老師已經來到他們的面前。老師很生氣地叫他兩個去後面罰站，彥良感覺沒有面子，於是不聽從老師的話，兩個人也有一點口語衝突……

- (1)老師看到他們傳紙條時，他的心情是……
- (2)彥良被老師叫到後面罰站，這時候，他的情緒是……
- (3)老師看到彥良不聽他的話，老師的情緒是……
- (4)老師為什麼叫他們到後面罰站，老師的想法是……

# 生命樹

設計者：安南國中 連博聖

## 一、單元目標：

- (一)協助學生了解生命的可貴，並珍惜生命。
- (二)讓學生學習尊重生命。
- (三)讓學生體會肢體殘障人士的辛苦，並懂得如何與殘障朋友相處。

## 二、實施對象：

適用於國中一年級以上。

## 三、設計重點或實施方式：

- (一)課程種類：輔導課程
- (二)在動態活動中，學生能親身體驗身體不健全帶來的不便，進而能愛惜自己的生命，並能尊重他人。
- (三)實施方式為分組討論、角色扮演、自由創作方式。
- (四)結合生物學科、及輔導活動科生命教育單元。

## 四、準備事項：

- (一)將學生分成兩組，每組約四至六人。
- (二)準備兩條三角巾、小麵包、果醬、湯匙兩支、一包餅乾、膠水、白紙、刀。
- (三)準備「珍惜生命的真實故事」

## 五、活動歷程(約八十分鐘)

### (一)引起動機：(約七分鐘)

老師先說明上課的主題，並引導學生想一想生命是什麼？對生命又有何種看法？此時老師不做任何評論，只是讓學生去思考，自由表達自己的想法。

### (二)角色扮演：(約二十七分鐘)

- 1.將學生分成兩組競賽，每一組分別有人扮演盲人(用三角巾包住眼睛)一位啞巴(嘴巴含著一塊餅乾)。
- 2.啞巴引導盲人從起點走到前面放置麵包的地方(強調安全，慢步走)，前面，由啞巴拿著麵包，盲人拿起湯匙幫啞巴塗果醬，塗完了果醬，再把盲人帶到原點，再換下一組。
- 3.做這個活動時，必須對學生說明，比賽的成績評分方式，分別為完成 10%、安全性 30%、秩序 20%、扮演投入 20%、合作 20%。
- 4.等所有人完成後，收齊每一人的評分表，統一算成績。
- 5.活動結束後，邀請扮演盲人、啞巴的組員說出扮演當時的感受，體會女
- 6.最後老師帶領學生去想一想生命的可貴、珍惜生命，並能體諒、幫助同胞。

### (三)說故事(約六分鐘)

老師說明一則有關珍惜生命的真實故事(例如：周大觀勇敢抗癌的故事)

### (四)處處生機(十五分鐘)

1.老師帶領學生到校園撿拾掉落的各種樹葉、或是雜草(說明只能撿拾掉落的樹葉)。

2.撿完以後，老師讓學生將撿拾的樹葉清洗乾淨，接著帶領學生到教室。

#### (五)我畫你畫(二十分鐘)

1.發給每位學生一張白紙，讓學生將撿拾的各種樹葉貼在紙上，任意創作

2.最後要求學生自己對生命祝福的話寫在樹葉上，並珍惜自己的生命。

3.老師讓學生分享自己的創作，及對生命的祝福。

#### (六)老師結語(約五分鐘)

老師作課程的統整，並提醒學生做這個活動的意義，時時提醒自己生命可貴。

### 六、活動評量：

(一)投入並參與各種活動的進行。

(二)了解生命的百貴。

(三)能分享活動心得。

### 七、注意事項：

(一)角色扮演時，學生能注意安全。

(二)戶外撿拾樹葉，學生不要任意摘取樹上的樹葉，以免做了反教育的活動。

(三)鼓勵學生自由創作，發揮想像力。

# 你好!我也好!

設計者：安南國中 連博聖

## 一、單元目標：

- (一)讓學生學習較佳的人際技巧。
- (二)增進學生的人際關係。

## 二、實施對象：

適用於國中一年級以上。

## 三、設計重點或實施方式：

- (一)課程種類：輔導課程。
- (二)從動態的活動中，讓學生學習人際技巧。
- (三)實施方式為討論、趣味記憶、角色扮演的方式進行。
- (四)結合各學科的分組教學。

## 四、準備事項：

- (一)教師準備好小偵探活動的內容。
- (二)教師準備好心型卡片，以作為學生分組的依據。
- (三)確認學生已分組，分成三組，每組三人。
- (四)準備四種任務命令題，並作成籤。

## 五、活動歷程：

### (一)輕鬆一下(約十五分鐘)

- 1.學生圍成一圈，向右轉，把手搭在前面同學的肩膀上，然後幫他按摩鬆一下。
- 2.二分鐘，換另外一邊按摩，彼此按摩完後，老師帶領學生想一想當對——好時，如果別人的回饋不如預期，自己可能會有什麼樣的情緒，感受如——按著讓學生思考人際關係中的互惠。

### (二)小偵探(約二十五分鐘)

- 1.將學生分成三小組，每一組有一個觀察員、一個傳令、一個接收者。
- 2.老師先說明，等一下三個小組要進行傳話任務比賽，三個傳令都要先——面，然後老師會各給一個命令(寫在紙上，讓傳令自己去抽)，給他們——鐘在外面把任務題看清楚，然後再進來(把任務題交回給老師)，把看——內容說給小組的接收者，再由接收者說出來，說的愈詳細的一組為——觀察者仔細在旁邊觀察，不要影響傳話。
- 3.等三個傳令都出去外面後，老師告訴其他學生，我們來玩一個遊戲——下傳令回來後，接收者不要太專注去聽他說，眼神也不用太正視他——

是還是必須面對他們，有時也可以問他們沒聽懂得部分，但是不用記起來，看看他們的反應如何。

- 4.等到活動結束後，邀請傳令者說說，當接收者沒有專注去聽，而且眼神沒有正視他時，當時的感受、情緒如何。(讓學生角色扮演感受一下)。
- 5.接下來邀請觀察者說他看到了什麼，覺得如何，接收者當時的感受、情緒又是如何。
- 6.說明在人際互動中，當他人在說話時，專注去傾聽，而且看著他人，會讓人感受到尊重，也會贏得友誼，而當別人感受不到受尊重時，會有負向的情緒，易引起紛爭。

### (三)金頭腦(約十五分鐘)

- 1.向學生說明在人際互動中，我們很喜歡和一些人在一起，可是有一些人我們卻不喜歡，為什麼?
- 2.要學生去想一想，自己比較喜歡相處的人中，到底有哪些特質(例：有禮貌)，而不喜歡相處的人中，又有哪一些特質，各寫下五個特質。
- 3.寫完後，分成兩小組進行分享，老師必須到各小組指導、引導、或是澄清。
- 4.最後回到大團體分享。

### (四)優點大考驗(約二十分鐘)

- 1.老師說明在人際互動過程中，給予他人正向、適當的稱讚是好的。
- 2.讓每一個學生輪流到團體的中央來，其他學生則給予真誠、正向的回饋。
- 3.等到每一位學生都有輪到之後，邀請學生分享當時的感受。
- 4.老師說明給予他人正向的回饋，能和他人建立起關係，但是稱讚必須是出於真誠，而且適當，否則會給人不真的感覺。

### (五)心靈一點就通(約五分鐘)

老師做最後的統整和總結，人是群居的動物，人和人之間的相處是非重要的，學習較佳的人際技巧是非常重要的，它讓我們贏得更多的友誼。

#### 、活動評量：

- (一)學生熱烈參予角色扮演活動的進行。
- (二)學生能真誠的給予他人正向回饋。
- (三)學生能了解人際關係的重要。

#### 、注意事項：

- 一)學生不能給予他人惡意的回饋。
- 二)鼓勵學生多發言。

### 任務題一：

小偵探科南現在有一個任務，箕昇醫院在凌晨 4 點 14 分時，發生了兇殺命案，現場只留下一個鑰匙、兩個碗、一個插著 22 歲的小蛋糕、一個小榔頭，還有三根頭髮，窗口邊站著一隻紅色的鸚鵡一直說「真得嗎」！

### 任務題二：

小偵探科南到一個西勢水庫邊的命案現場，他檢查自己的身上有哪一些東西，有 238 元、一個放大鏡、一張寫著張大同的名片、一張剩下 29 元的電話卡這時他看到水庫旁有三隻鹿、及一隻野兔。

### 任務題三：

小偵探科南的叔叔，昨天下午 5 點 28 分時叫科南去佑樂大百貨部門買兩一直輪溜冰鞋、一個大高麗菜、三個溜冰鞋防護套、26 顆蛋、一個望遠鏡、二放大鏡、一斤豬肉、兩條吳郭魚、還有一條繩索，這些東西一部份是要辦案用的、一部份是昨天的晚餐。

# 國劇中的臉譜藝術

設計者：安南國中 吳素音

## 一、單元目標：

- (一)認識中國國劇中迷人的藝術。
- (二)由國劇中了解歷史與文學。
- (三)培養對藝術鑑賞的能力。

## 二、實施對象：

安南國中思源班學生

## 三、設計重點或實施方式：

- (一)課程類型：國文課程，語文學習領域。
- (二)結合國劇與民俗風情，介紹國劇中各個臉譜所代表的意義。
- (三)實施方式為直接講述、欣賞、討論、親手設計繪製。

## 四、準備事項：

- (一)《國劇臉譜藝術》：漢光文化事業股份有限公司出版。
- (二)國劇教學錄影帶一卷。
- (三)每人各二個 1/2 的保麗龍球、學習單四張。
- (四)A5 色紙十張、彩色筆五盒。
- (五)實物投影機一台。
- (六)每人各三份「國劇中的臉譜藝術學習單」。

## 五、活動歷程：(約 80 分鐘)

### (一)引起動機：(約 5 分鐘)

老師說：同學有沒有看過廟會？廟會中有一種人臉上畫著七彩顏色，拿著大刀揮舞，好像被神明附體的那種人，我們稱為什麼？(答：八家將)。同學以為八家將臉上畫的彩妝都是隨便畫的嗎？不是的，這其實是從大約是元代的時候開始的一門藝術創作。我們今天就來認識一下，中國文化中揚名國際的其中一項—國劇。

### (二)認識國劇：(約 40 分鐘)

- 1.發給每位一張講義；使用實物投影機、《國劇臉譜藝術》中的各個圖片。
- 2.中國傳統藝術瑰寶：簡述國劇的來源。
- 3.舞台上的靈魂：簡述國劇中各個角色的分類、基本功夫、訓練方式。
- 4.抽象的藝術：介紹構成臉譜的基本條件及重要部位。
- 5.一張臉一個故事：介紹幾個具代表性的臉譜所代表的故事。並由學生就他們所知，來補充說明這幾位歷史人物的故事。



6.欣賞影片：由教學錄影帶中確切了解臉譜繪製的過程、角色身段的展現與唱腔的不同。

(三)實地操作：(約 30 分鐘)

- 1.分給學生每人二個 1/2 的保麗龍球。
- 2.由學生依照自己的構思，在 1/2 顆保麗球上繪製出他們自己設計的臉譜。
- 3.由學生自己向全班同學介紹作品的創意及靈感來源。
- 4.將學生的作品黏貼於 A5 的色紙上，並在公佈欄上展示出來。

(四)老師結語：(約 5 分鐘)

相信今天我們所介紹的各個國劇人物，各位同學之前都有所印象，今天藉着臉譜的介紹，讓大家更加了解這些人物在我們歷史上的評價又是如何。同時大家也發現不論是國劇或八家將的臉譜都不是隨便勾繪出來的，有他一定的規矩與意義。雖然我們最展現出的成果是由我們自己創作的，但是看到大家都能確實把握臉譜該具備的部分及表現方式，讓老師覺得大家在這一課中真的學到不少東西。

六、活動評量：

- (一)專心欣賞圖片或影片。
- (二)熱烈參與討論並勇於發表意見。
- (三)實地操作中，仔細構思，完美表現作品的創意。

七、注意事項：

- (一)多由學生介紹他們所認識的歷史人物。
- (二)由學生自由創作臉譜，少用傳統來束縛學生。
- (三)對學生的作品多加鼓勵，激發學生的創造力。

## 國劇中的臉譜藝術

姓名： \_\_\_\_\_，班級： \_\_\_\_\_ 年 班，組別： \_\_\_\_\_ 組

### 學習單(一)：中國傳統藝術的瑰寶

簡介：

中國戲劇源起於上古時代的詩歌、舞蹈，因為「聲音」是人類表達感情的原始方式。

國劇故事取材極廣，有歷代正史上的故事，有民間傳說附會，亦有小說演義以及稗官野史。這些題材都以表現中華民族生活精神為主，著重於人類高貴情操的刻劃。傳說人物事跡和行為典範的描述。但無論是哪種題材，都脫離不了一個鮮明的正面主旨－推崇仁人義士，撻伐奸暴淫邪，闡揚四維八德－以教忠教孝，易善懲惡。

爲了讓每個觀眾達到最高視聽享受，每個角色都必須有其基本的技藝，這基本技藝不外四工五法。四工指的是「唱、唸、做、打」，五法指的是「口、眼、手、步、身」。

導：

一、你有沒有看過三國演義？你記得書中有哪些人物嗎？

二、三國演義中的人物，我最喜歡的人是？最討厭的是？

三、你覺得國劇是不是一門簡單的學問？

## 國劇中的臉譜藝術

姓名： ， 班級： 年 班， 組別： 組

### 學習單(二)：舞台上的靈魂

簡介：

一、生：依據人物的身份、年齡、性格分為一

- (1)老生：代表的是中年和老年的人物和性格，代表光明，也屬於理性的人物
- (2)小生：指年輕的男角，所以裝扮俊秀。
- (3)武生：不分年齡、身份，以擅長武藝為主，如童年的哪吒、青年的十一郎  
中年的趙雲，全是武生。

二、旦：戲中的女角都稱為「旦」，現在依年齡、性格、身份而有分

- (1)老旦：代表老婦人。
- (2)青衣：代表青年及中年的正派婦女。
- (3)花旦：代表性格活潑、天真的幼年及青年女性。
- (4)潑辣旦：主要表現風騷潑辣的婦女。
- (5)花衫：介於青衣與花旦之間，性格上屬理性、感性兼重。
- (6)武旦：多表現有武藝的女性。
- (7)刀馬旦：介於花旦與武旦間，代表性格活潑英勇且擅長武技的婦女。

三、淨：在國劇中凡是有勾花臉的角色都稱淨一

- (1)正淨：代表剛正、忠義的人物。
- (2)副淨：是種粗豪的性格，而且在粗獷中略帶點撫媚。
- (3)武淨：以摔打跌撲的戲為主，性格上則有兇猛驃悍、魯莽憨直之分。

四、丑：性格上，忠厚與奸詐兼寫；語言、動作、表情全帶著滑稽，是貫串全三的靈魂人物。

- (1)文丑：大多代表淳樸的市井小民。
- (2)方巾丑：代表知識分子，但表現讀書人的迂腐往往在戲中做了許多愚蠢的還自鳴得意。
- (3)武丑：代表著有武藝而又機智風趣的人物。
- (4)彩旦：代表滑稽的女性，但大多由男性扮演。
- (5)丑婆子：代表三姑六婆之流，也多由男性來扮演。

問：

- 一、請分辨甘露寺的吳國太、拾玉鐲的孫玉姣、蘆花河的樊梨花、昭君出塞的王昭君各屬旦角的哪一類？
  
- 二、生角中的小生還分爲官生、扇子生、窮生、雉尾生、娃娃生，請你用自己的話告訴老師，這幾種生角有什麼不同。
  
- 三、我們國劇中常見到畫大花臉的角色叫做？畫大花臉是爲了什麼目的呢？

# 國劇中的臉譜藝術

姓名： ，班級： 年 班，組別： 組

## 學習單(三)：抽象的藝術

簡介：

一、臉型：

1.全臉 2.六分臉 3.三塊瓦 4.十字門 5.破臉 6.花臉 7.無雙臉 8.奸臉 9.棗核臉

二、臉色：

1.紅色臉 2.粉紅臉 3.紫色臉 4.黑色臉 5.油白臉 6.藍色臉 7.黃色臉 8.金色臉

三、眉：

1.本眉 2.直眉 3.老眉 4.點眉 5.奸眉 6.鋸齒眉 7.棒槌眉 8.蝴蝶眉 9.臥蠶眉

四、眼窩：

1.奸眼窩 2.直眼窩 3.腰眼窩 4.丹鳳眼窩 5.笑眼窩

五、腦門：

1.金腦門 2.太極腦門 3.紅腦門 4.虎字腦門 5.壽字腦門 6.葫蘆腦門 7.月形腦門  
8.桃形腦門 9.面形腦門 10.隨意腦門

六、鼻窩：

1.奸鼻窩 2.笑鼻窩 3.滿鼻窩 4.捲鼻窩 5.轉鼻窩

七、嘴形：

1.元寶嘴 2.火盆嘴 3.撇嘴 4.虎形嘴

問：

請你分辨三國奸雄—曹操臉部特色各是如何？

# 新聞剪影

設計者：安南國中 吳素音

## 一、單元目標：

- (一)養成閱讀每日報紙的習慣。
- (二)學習如何摘要每日新聞。
- (三)學習關心國家大事與社會新聞。

## 二、實施對象：

安南國中思源班

## 三、設計重點或實施方式：

- (一)課程類型：國文課程，語文學習領域。
- (二)利用隨手可得的報紙，來建立良好的閱報習慣，並從中得到時代資訊。
- (三)實施方式為講述法、欣賞法與實際操作，剪貼屬於自己的剪貼簿。

## 1、準備事項：

- (一)由學生各自準備二至三份報紙、一本剪貼簿、剪刀、膠水及色筆。
- (二)教師收集有關各家報紙上各個版面的相關資料。
- (三)確認學生是否於上課前備妥各種工具。

## 二、活動歷程：

### (一)引起動機：(約 5 分鐘)

老師說：同學們知道，除了電視，我們還可以從哪裡得知國家大事呢？(學生回答：報紙)報紙除了報導世界新聞、國家大事外，還包含豐富的內容，例如文藝消息，影視新聞、生活流行資訊等等。這麼有趣，這麼實用的工具，就在我們身邊，唾手可得，同學們有好好利用它嗎？今天，我們來好好認識一下它的廬山真面目！

### (二)報紙各版面介紹：(約 20 分鐘)

- 1.請同學拿出自己準備的報紙，並請同學介紹自己手中的報紙共有幾版及版面的名稱、內容。
- 2.請同學選出自己最常看、最有興趣的一版，並講出喜愛它的理由。
- 3.請同學發表，如果我是主編，我會如何編排我自己的報紙。
- 4.老師就學生的回答加以補充。

### (三)學習摘要文章：(約 20 分鐘)

- 1.請同學挑出一篇社會新聞、一篇影視新聞與一篇副刊文章，並剪貼與自己準備的剪貼簿。
- 2.將文章的大綱、意旨，簡要書寫於剪貼簿空白處，並運用色筆，加以裝點。

3.請同學發表自己的作品，與其他人分享心得。

(四)完成自己的剪貼簿：(約 30 分鐘)

1.由同學自己選定一個主題，在報紙中挑選與主題相關的文章。

2.將文章剪貼於剪貼簿中，並用色筆描繪繽紛色彩。

3.完成的過程中，與同學一起討論，並分享成果。

(五)老師結語：(約 5 分鐘)

看著自己親手製作的剪貼簿，同學們有沒有感覺到一股成就感油然而生呢？獨力完成一件工作，就是這麼令人興奮，雖然這過程很辛苦，但老師看到這一本本精美的剪貼簿，老師更相信大家已在這堂課中，找到閱讀書報的樂趣了！希望同學們都能持續剪報工作，使這本剪貼簿，愈來愈充實豐富。

六、活動評量：

(一)注意學生是否專心聽同學們的發言。

(二)熱烈表達自己的觀點與想法。

(三)確實完成自己的剪貼簿。

七、注意事項：

(一)鼓勵學生踴躍發言，引起學生學習動機。

(二)儘量由學生構思、親手完成作品，老師僅從旁協助。

# 豆豆看世界

設計者：安南國中 吳素音

## 單元目標：

- 能從「豆豆看世界」各篇廣告語中，體會純真童摯的想法與關懷。
- 能建立關心他人，體貼他人的正確觀念。
- 能確實做到己所不欲，勿施於人的具體行動。

## 實施對象：

安南國中思源班學生。

## 設計重點或實施方式：

- 課程類型：國文課程，語文學習領域。
- 利用生活中常見的標語，引導學生深入思考其中的大道理。
- 實施方式：欣賞、討論、引導。

## 準備事項：

- 每人各四張單元活動學習單。
- 教師收集行政院「豆豆自世界」廣告資料。

## 活動歷程(約 80 分鐘)：

### 起動機：(約 5 分鐘)

師說：同學們相信都曾在電視中看過由行政院內政部所拍攝的宣導廣告：「豆豆看世界」，不曉得同學們只是把它當做一個普通的商業廣告，看過就算了？還是在看完之後，感嘆：「如果我是豆豆，我會……」不論妳以前是否曾經看過豆豆系列的廣告，今天在課堂上，就好好來學習探討一下這些動人的廣告內容與所代表的意義。

### 篇章導讀：(約 40 分鐘)

下四張講義(奶奶的眼淚、快樂的天竺鼠、有禮貌的車子、小阿姨不要走)及四張活動學習單。

述其中一張講義的內容及生難字詞。

學生上台充當小老師，講述其餘的講義。

對學生講述不足之處，加以補充。

### 論與思辯：(約 30 分鐘)

學生想像，如果我是「豆豆」，面對這些社會上的問題，我會從中學習到什麼？

考什麼叫做「關心自己也關心別人」、「讓別人快樂，自己也會快樂」。

學生一同討論學習單中的問題。

### 師結語：(約 5 分鐘)

「豆豆看世界」後，老師發現同學對於這個廣告十分熟悉，也都了解什麼叫做「將己所不欲，勿施於人」的道理。同時老師覺得非常高興，大家都能體會豆豆「讓別人快樂，自己也會快樂」到底是什麼意思，不曉得同學除了知道外，能不能體力行呢？學習單中，有部份問題都需要同學在課餘時間，實際將「豆豆的精神」現出來，希望同學們，明天能告訴老師，你的日行一善。



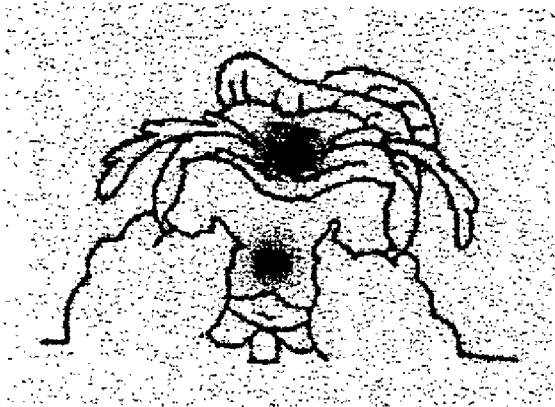
#### 六、活動評量：

- (一)上課時，專心聽老師與同學的講述。
- (二)熱烈參與講義內容的討論。
- (三)確實身體力行，與分享活動心得。

#### 七、注意事項：

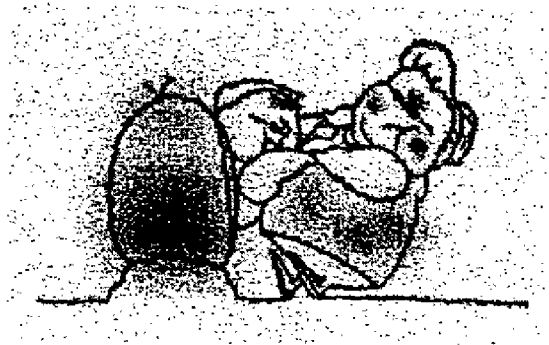
- (一)給學生正向的鼓勵與強。
- (二)多由學生發言，及引導學生思考，避免呆板的教授。

## 【豆豆看世界】系列之一：奶奶的眼淚



奶奶哭了，因為電視上的奶奶也哭了，

電視上的奶奶哭是因為她的小孩不要她；

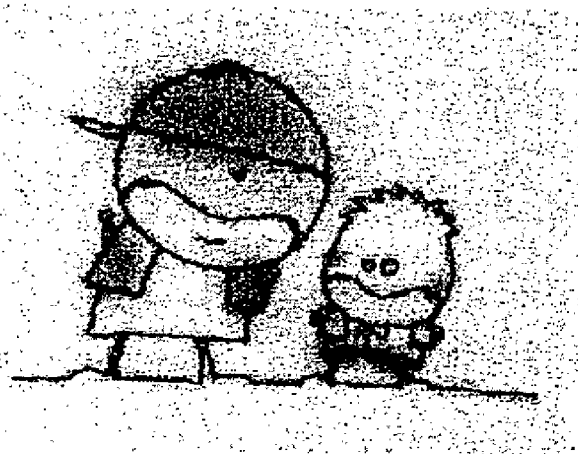


奶奶說，幸福的人要關心不幸福的人，  
才會更幸福；



決定以後要關心毛毛，因為我問毛毛

不幸福？毛毛說他姓陳，不姓福。



【奶奶的眼淚】學習單

我的名字：\_\_\_\_\_

一、各位同學讀過這篇文章後，心裡是否有什麼感想呢？試著用自己的話寫下來：

---

---

---

---

老師覺得：\_\_\_\_\_

二、請同學把課文大聲讀一遍。

三、可不可以告訴我，為什麼幸福的人要幫助不幸福的人？

---

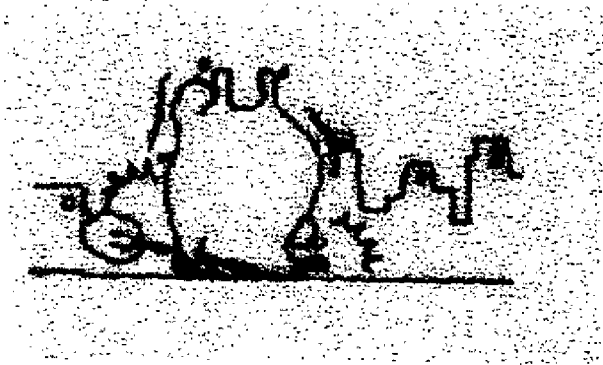
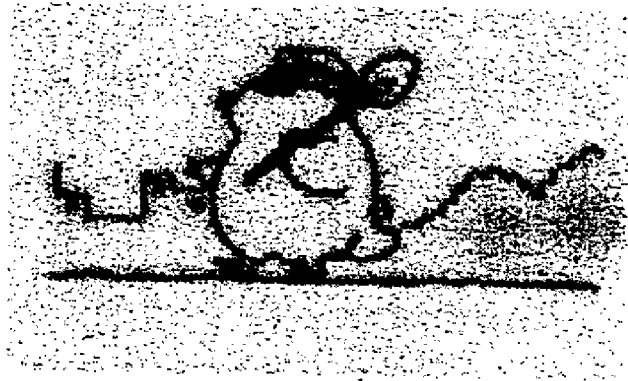
---

老師覺得：\_\_\_\_\_

四、告訴大家，今天你作了什麼幫助他人的事情。

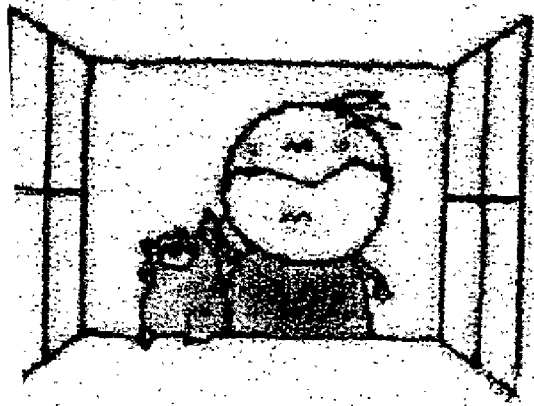
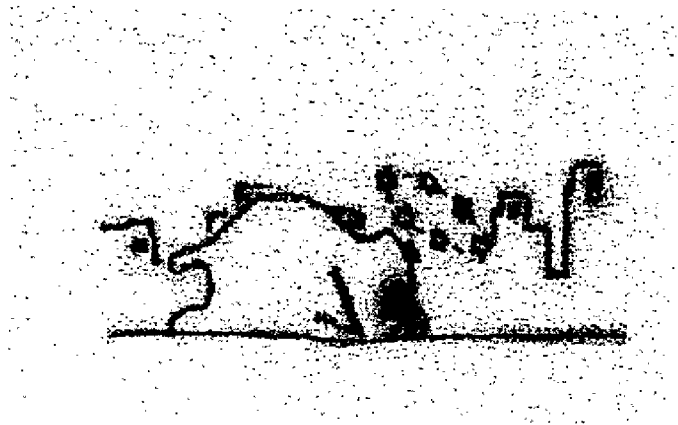
## 【豆豆看世界】系列之二：快樂的天竺鼠

我想養土撥鼠，可是爸爸說家裡沒有土不能養，



土撥鼠住在這裡會不快樂；

如果土撥鼠要有土才快樂，那天竺鼠是  
是要有天空才行呢？



以後我養天竺鼠，一定要讓它  
每天都看到天空，讓別人快  
樂，我自己也會很快樂。

【快樂的天竺鼠】學習單

我的名字：\_\_\_\_\_

一、各位同學，你們可以從報章雜誌或課本裡找出7個沒有學過的字，並練習5次：

1						老師說：
2						
3						
4						
5						
6						
7						

二、有養過什麼寵物嗎？要如何照顧牠呢？

三、自己是不是個體貼的人？有沒有為別人著想？

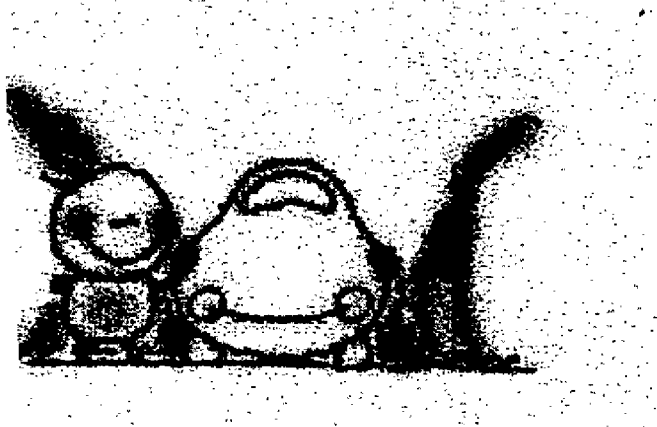
四、有沒有幫家人做家事？自己是否可以為他們做些什麼？(舉出三件事)

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

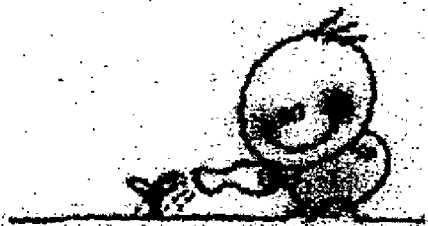
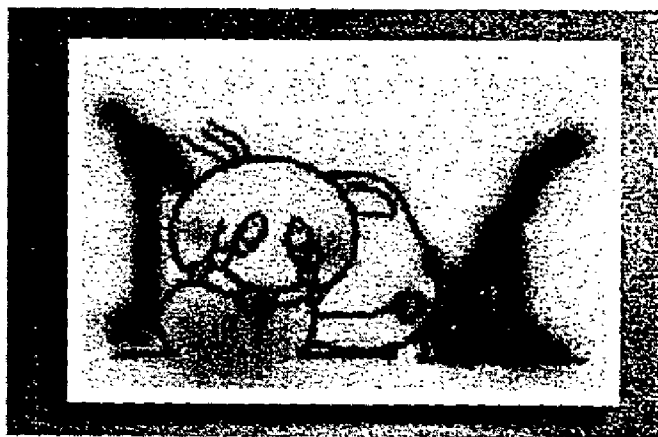
3. \_\_\_\_\_

### 【豆豆看世界】系列之三：有禮貌的車子



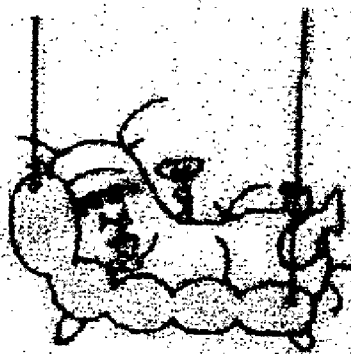
國外的車子好有禮貌，會讓每個人先過馬路，也不會亂生氣，

可能是因為國外有很多樹，涼涼的很舒服，車子脾氣就比較好；



等我回家以後也要種樹，讓我們的車子脾氣也變好，

可以像毛毛蟲一樣躲在樹上，不用開冷氣就快。



【有禮貌的車子】學習單

我的名字：\_\_\_\_\_

一、大聲誦讀課文一次。

二、各位同學知道哪些日常生活中的交通規則？試著舉出五項。

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

三、什麼行為稱為「有禮貌」？(試舉出三種)

1. \_\_\_\_\_

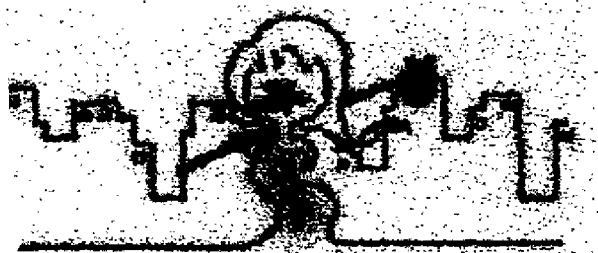
2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

四、身體力行：現在立即給身旁同學一句讚美或感謝的話。

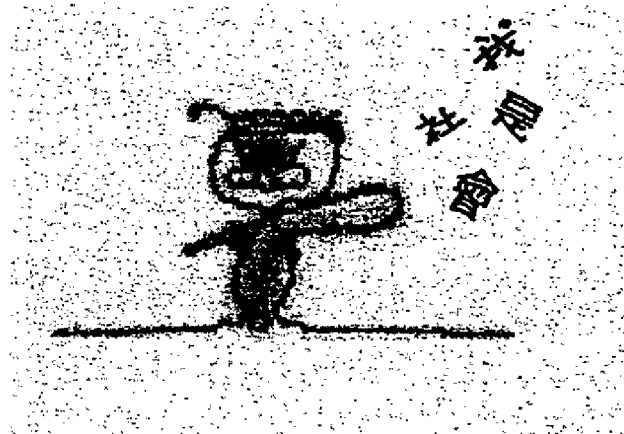
\_\_\_\_\_

## 【豆豆看世界】系列之四：小阿姨不要走



小阿姨說社會不好要離開它，可是  
看不到小阿姨我會想她的；

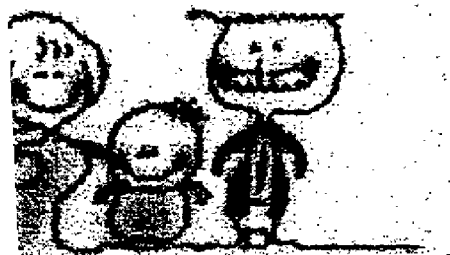
知道社會叔叔是誰，爲  
麼他不好不肯改呢？



像我不乖的時候，老師說只要我改過  
來，他還是會喜歡我



我要告訴社會叔叔，  
社會變好，



這樣小阿姨就可以跟我們在一起了。



【小阿姨不要走】學習單

我的名字是：\_\_\_\_\_

一、利用下列五個詞語造出一個完整的句子：

1	社會：	老師的話：
2	離開：	
3	喜歡：	
4	只要.....還是會：	
5	為什麼：	

二、說出並寫出三件自己必須要改過的事情：

1.

2.

3.

三、想一想，如果我做錯事情了或做了對不起別人的事，應該怎麼辦？

四、告訴我，怎麼做才能交到很多朋友？