

臺南市家庭教育中心 108 年度徵選「家庭教育課程活動設計」

單元名稱	有愛無礙		
類目	<input checked="" type="radio"/> 家人關係組 <input type="radio"/> 家庭生活管理組		
教學實施對象	<input type="radio"/> 高中 <input type="radio"/> 國中 _____ 年級 <input checked="" type="radio"/> 國小 _____ 年級	教學節數	<input checked="" type="radio"/> 3 節 <input type="radio"/> 6 節
學生背景分析	<p>1. 本校為鄉村學校，有來自單親家庭、重組家庭、隔代教養或新移民家庭。雙薪家庭佔多數，父母常忙於家計，因此孩子們與家人的關係，較為不親近，有的家庭溝通模式不是很好。</p> <p>2. 先備經驗：</p> <p>(1) 學生平日會向家人爭取一些權益、禮物或獎品，有其一套溝通模式。</p> <p>(2) 學生已有分組討論和上台報告的經驗。</p>		
設計理念	<p>家庭是社會的初級團體，許多孩子的人際互動以及社會化的形成，都是源自於兒時的家庭經驗。但是由於社會型態的不同，家庭型態也有所改變，許多雙薪父母在孩子下課後的第一選擇就是將孩子送到安親班，待回家時已疲憊不堪，親子間的互動機會銳減，甚至造成親子間的溝通不良。</p> <p>俗語說：「養兒方知父母恩」、「養兒一百歲，長憂九十九」。有時候我們會因為與父母、家人太親近，造成講話沒有分寸、盡說些無心的話傷害彼此。</p> <p>家庭成員間的溝通模式，影響著家庭的和諧和凝聚力。本課程為增進家人之溝通，設計以家人溝通的教學課程為主，透過影片欣賞、繪本導讀、小組討論、提出多元策略和實作練習，讓學生學習良好的溝通方式，並能以實際行動自我反省，體驗良性溝通帶給身邊的人幸福快樂的感受。</p>		
單元目標	<p>1. 能學習與家人良性溝通的方式。</p> <p>2. 能主動參與討論，提出與家人溝通之多元策略。</p> <p>3. 能將溝通策略，確實在日常生活中實踐並反省檢討。</p> <p>4. 能養成與人互助合作，增進人際間之互動。</p>		
適用能力指標	<p>家庭教育 I-1-3-2 瞭解兒童的家庭責任</p> <p>家庭教育 I-2-2-3 與家人分享生活經驗</p> <p>綜合活動 1-3-1 欣賞並接納他人。</p>		

	<p>健康與體育 6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，認識壓力。</p> <p>家政教育 4-1-2 察覺自己與家人的溝通方式。</p> <p>家政教育 4-2-3 用適當的語詞向家人表達自己的需求與情感。</p> <p>家政教育 4-4-2 運用溝通技巧，促進家庭和諧。</p>								
預期目標	<p>1. 專心欣賞影片和繪本導讀，並學習良好的溝通模式。</p> <p>2. 主動參與討論，提出策略並分享自己的做法。</p> <p>3. 選擇適合的溝通模式，實際運用在日常生活中。</p> <p>4. 與家人和同學之間有良好的溝通互動方式。</p>								
節次(能力指標)	<table border="1"> <thead> <tr> <th>教學內容</th> <th>時間</th> <th>教學資源</th> <th>評量方式</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <p>◎活動一：溝通有妙方</p> <p>第一節</p> <p>壹、準備活動</p> <p>準備「媽媽之歌」、「爸爸之歌」影片、繪本 ppt「我要大蜥蜴」。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 觀賞影片「媽媽之歌」</p> <p>教師提問：</p> <p>1. 影片中的媽媽和你的媽媽，有哪些地方相似？</p> <p>2. 媽媽為什麼要念你？</p> <p>3. 有什麼方式可以讓家人常常念你？</p> <p>(二) 觀賞影片「爸爸之歌」</p> <p>教師提問：</p> <p>1. 為什麼「爸爸之歌」只有兩句：「去問你媽媽」、「去問你媽媽」？</p> <p>2. 你的爸爸在家中擔負的責任是什麼？</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 繪本導讀</p> <p>1. 教師說「我要大蜥蜴」繪本 ppt 給學生聽。</p> </td> <td> <p>10</p> <p>10</p> </td> <td> <p>「媽媽之歌」影片</p> <p>「爸爸之歌」影片</p> <p>繪本 ppt「我要大蜥蜴」</p> </td> <td> <p>口頭發表</p> <p>口頭發表 課堂表現</p> </td> </tr> </tbody> </table>	教學內容	時間	教學資源	評量方式	<p>◎活動一：溝通有妙方</p> <p>第一節</p> <p>壹、準備活動</p> <p>準備「媽媽之歌」、「爸爸之歌」影片、繪本 ppt「我要大蜥蜴」。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 觀賞影片「媽媽之歌」</p> <p>教師提問：</p> <p>1. 影片中的媽媽和你的媽媽，有哪些地方相似？</p> <p>2. 媽媽為什麼要念你？</p> <p>3. 有什麼方式可以讓家人常常念你？</p> <p>(二) 觀賞影片「爸爸之歌」</p> <p>教師提問：</p> <p>1. 為什麼「爸爸之歌」只有兩句：「去問你媽媽」、「去問你媽媽」？</p> <p>2. 你的爸爸在家中擔負的責任是什麼？</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 繪本導讀</p> <p>1. 教師說「我要大蜥蜴」繪本 ppt 給學生聽。</p>	<p>10</p> <p>10</p>	<p>「媽媽之歌」影片</p> <p>「爸爸之歌」影片</p> <p>繪本 ppt「我要大蜥蜴」</p>	<p>口頭發表</p> <p>口頭發表 課堂表現</p>
教學內容	時間	教學資源	評量方式						
<p>◎活動一：溝通有妙方</p> <p>第一節</p> <p>壹、準備活動</p> <p>準備「媽媽之歌」、「爸爸之歌」影片、繪本 ppt「我要大蜥蜴」。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 觀賞影片「媽媽之歌」</p> <p>教師提問：</p> <p>1. 影片中的媽媽和你的媽媽，有哪些地方相似？</p> <p>2. 媽媽為什麼要念你？</p> <p>3. 有什麼方式可以讓家人常常念你？</p> <p>(二) 觀賞影片「爸爸之歌」</p> <p>教師提問：</p> <p>1. 為什麼「爸爸之歌」只有兩句：「去問你媽媽」、「去問你媽媽」？</p> <p>2. 你的爸爸在家中擔負的責任是什麼？</p> <p>二、發展活動</p> <p>(一) 繪本導讀</p> <p>1. 教師說「我要大蜥蜴」繪本 ppt 給學生聽。</p>	<p>10</p> <p>10</p>	<p>「媽媽之歌」影片</p> <p>「爸爸之歌」影片</p> <p>繪本 ppt「我要大蜥蜴」</p>	<p>口頭發表</p> <p>口頭發表 課堂表現</p>						
<p>家庭 I-1-3-2</p> <p>家政 4-1-2</p> <p>家庭 I-1-3-2</p> <p>家政 4-1-2</p> <p>家政 4-4-2</p>									

<p>家政 4-2-3 健康 6-2-4 家政 4-4-2</p>	<p>(二) 腦力激盪</p> <p>(1) 故事中的阿力是如何達成養蜥蜴的目的呢？</p> <p>(2) 阿力經過幾次努力說服媽媽？他做了幾項保證取得媽媽信任？</p> <p>(3) 阿力在說服媽媽讓他養蜥蜴的過程中，他有生氣的口吻或不耐煩的表情嗎？從哪裡可以看出來？</p> <p>(4) 阿力最值得你學習的地方是什麼？</p> <p>(5) 說一說你對故事中的媽媽的印象。</p> <p>(6) 你曾想養寵物、或想買喜歡的玩具、或想出外旅遊…而與爸媽意見不同嗎？你會如何說服爸媽同意呢？</p> <p>(7) 如果你不好意思跟爸媽當面談，有什麼方式可以表達嗎？</p>	<p>15</p>		<p>口頭發表 課堂表現</p>
<p>家庭 I-2-2-3 家政 4-4-2</p>	<p>參、綜合活動</p> <p>一、請學生分享家人每天利用時間對話，談一談當天所經歷的事。</p> <p>二、教師總結：</p> <p>1. 多數的家庭都是媽媽在處理家裡和小孩的事，爸爸較少參與家裡的事。因此就像「媽媽之歌」一樣，媽媽常常會對你碎碎念，而爸爸只會說「去問你媽媽」。如果能改掉自己一些不好的習慣和態度，就可減少家人對你的嘮叨，並改善家人之間的溝通與互動。</p>	<p>5</p>		<p>口頭發表</p>

	<p>2. 阿力運用他的聰明才智，說服媽媽讓他養寵物《大蜥蜴》，平時我們也要學習阿力多動腦，少發脾氣，這樣更能增進親子之間的和諧。</p>			
健康 6-2-4	<p>◎活動二：我是小柯南 第二節</p> <p>壹、準備活動 準備「關懷箱」、學習單「我是小柯南」。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在和家人相處的過程中，難免會有意見不同的時候，甚至會有衝突，想一想：可以用什麼方式來降低不愉快的情緒？ 2. 拿出「關懷箱」，讓學生猜一猜關懷箱可做什麼？ 	5	關懷箱	口頭發表
家政 4-1-2	<p>二、發展活動</p> <p>(一) 關懷箱</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 將學生分成 4 組。 2. 發下「我是小柯南」學習單，讓學生共同討論與家人相處的問題。 3. 各組將「我是小柯南」學習單放入關懷箱。 	10	學習單 「我是小柯南」	與人合作 進行討論
家政 4-2-3	<p>(二) 問題解決專家</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請每一組小組長由關懷箱中抽出別組的學習單，帶回小組。 	20	關懷箱	
家政 4-4-2	<ol style="list-style-type: none"> 2. 各組幫忙分析其他組別遇到的家庭問題成因，並提供多元的策略。 			與人合作 進行討論
健康 6-2-4				

<p>綜合 1-3-1</p>	<p>3.分組上台報告（一組報告完後，教師可請其他學生再補充報告其他多元的解決策略；提醒學生過程中不批評，允許多元答案的呈現）。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>一、請學生分享「關懷箱」的活動。</p> <p>二、針對今天分組報告及自由發表的學生，教師予以肯定鼓勵。</p>	<p>5</p>		<p>上台報告</p> <p>課堂表現</p> <p>口頭發表</p>
<p>家政 4-4-2</p>	<p>三、請學生思考自己是否有類似的家庭問題？選擇適合自己的方法，並在生活中實踐看看。</p>			<p>實作練習</p>
<p>家政 4-2-3</p>	<p>◎活動三：愛家五部曲</p> <p>第三節</p> <p>壹、準備活動</p> <p>準備「青少年愛家教育課程五部曲」影片、「愛裡有接納簡報檔」、學習單「溝通無礙」。</p> <p>貳、發展活動</p> <p>一、引起動機</p> <p>（一）請學生發表上節課實踐家庭問題的優、缺點和感想。</p> <p>（二）教師提問：</p> <p>1.除了家庭上的問題，生活中還有哪些困擾呢？</p> <p>2.想一想，怎樣把問題解決方法應用在生活當中呢？</p>	<p>5</p>		<p>口頭發表</p>
<p>家政 4-4-2</p> <p>家政 4-2-3</p>	<p>二、發展活動</p> <p>（一）愛家五部曲</p> <p>1.播放「青少年愛家教育課程五部曲」影片。</p>	<p>15</p>	<p>「青少年愛家教育課程五部曲」影片</p>	

<p>家政 4-4-2 健康 6-2-4</p>	<p>2. 教師提問：</p> <p>(1) 如果你是佳佳，爸爸在你同學面前讓你難堪，你有什麼感覺？為什麼？</p> <p>(2) 你有類似這樣的經驗嗎？有/怎麼和好？沒有/對你們的關係有什麼影響？</p> <p>(3) 佳佳為什麼願意和好？</p> <p>(4) 和好的第一步驟是什麼？</p> <p>(5) 請學生兩人一組練習－ 承認錯誤：「(家人)，對不起，(事件)我沒有做好，是我的錯，請你原諒。」</p> <p>(6) 和好的第二步驟是什麼？</p> <p>(7) 請學生兩人一組練習－ 體會對方的感覺：「我可以想像，你會覺得……(難過、擔心、受傷等)」。</p> <p>(8) 和好的第三步驟是什麼？</p> <p>(9) 請學生兩人一組練習－ 承諾改進：「以後我願意努力……」。</p> <p>(二) 溝通無礙</p>	<p>15</p>	<p>「愛裡有接納簡報檔」</p>	<p>口頭發表</p> <p>實作練習</p> <p>實作練習</p> <p>實作練習</p>
<p>家政 4-2-3 家政 4-4-2</p>	<p>1. 家庭衝突的發生是因為在溝通互動上缺少了什麼？應該再增加什麼才能更加瞭解家人？</p> <p>2. 請學生完成學習單「溝通無礙」。</p> <p>3. 請學生將學習單帶回家說給家人聽，並請家人寫上回應。</p> <p>參、綜合活動</p> <p>* 教師總結：</p>	<p>5</p>	<p>學習單「溝通無礙」</p>	<p>口頭發表</p> <p>學習單</p> <p>家人回饋</p>
<p>家政 4-2-3</p>	<p>家人是我們最親密的人，在與家人的互動過程中，常常會用比較隨性的態度或不當的說話</p>			

<p>家政 4-4-2</p>	<p>口氣，而影響了家人之間的和諧。</p> <p>在與家人相處中，甚至同學之間，如果能多些包容，同理對方的心境；多一點尊重，增加和婉的口氣及恭敬的態度；多一些思考，增加冷靜的心，讓自己沉澱下來。這樣就可減少衝突，增加家人之間的情感，並可增進家人的凝聚力。</p>			
<p>省思與 建議</p>	<p>「溝通」是需要學習的，才能適當的表達，進而能讓對方感受到真正的「愛」。我們常聽到「爸媽對子女的愛，是一種無條件的愛，不問『為什麼』或『能得到什麼』，全心的付出和守護，是人世間最無可取代的感情。」但孩子並非能全然體會，透過本課程讓孩子了解「愛」的重要性，練習表達「溝通」。</p> <p>有些孩子在家裡常會用「纏到底」或「發脾氣」的方式來讓家人妥協。繪本「我要大蜥蜴」讓孩子感受到「溝通」是需要靠智慧的，良性的溝通不但不傷家人，更能增進家人之間的情感。</p> <p>有的孩子遇到一些家庭問題很難啟齒，透過小組討論，反而能解決孩子心中的結。利用學生提出的策略回家實際去做，有些得到不錯的效果。</p> <p>在實際練習和好的三步驟中，有些孩子馬上說：「老師，我真的很難向別人承認錯誤。」經過幾次練習，孩子也能欣然接受而改變。因此在討論和家人相處，要增加什麼時，他們馬上說要增加勇氣。對這些孩子來說：「向別人承認錯誤是需要勇氣的」。</p> <p>建議學生在這幾堂家庭教育課程中所做的練習，能實際運用在家庭中，讓家人也能習得溝通技巧。更希望能應用在與同學和其他人相處之人際溝通，習得更圓融的溝通技巧。</p>			
<p>參考 資料</p>	<p>凱倫·考芙曼·歐洛夫 (2010)。我要大蜥蜴。臺北市：小魯文化。</p> <p>賴怡如主編 (2015)。迎向新生活。臺南市：南一書局。</p> <p>許倩萍 (2011)。薪火相傳，「儀式」宜家：家庭教育優良教案彙編—國小篇。臺北市：教育部。</p>			
<p>教學 資源</p>	<p>1. 媒材：</p> <p>媽媽之歌。取自 https://www.youtube.com/watch?v=yCgihsy-U2Q</p> <p>爸爸之歌。取自 https://www.youtube.com/watch?v=e0DVnPB0m_s</p> <p>我要大蜥蜴.ppt。取自</p>			

<http://blog.ilc.edu.tw/blog/blog/6297/resource/75965/825523>

青少年愛家教育課程五部曲。取自

<https://www.youtube.com/watch?v=Y3fdJulq4vs&feature=youtu.be>

愛裡有接納簡報檔。取自

<http://family.ntpc.edu.tw/content/curriculum/curriculum.aspx>

2. 學習單：我是小柯南、溝通無礙。

3. 單槍投影機、電腦、彩色筆或彩虹筆。

(學習單)

我是小柯南

小朋友面對家庭中的有些問題，該怎麼解決呢？請你先和小組討論，將問題寫下來放進關懷箱，然後請大家一起腦力激盪，為你分享想到的策略。

發現問題	
分析問題原因	
蒐集合宜的策略	
實踐省思	

溝通無礙

在看完《愛家教育課程五部曲》，你是否有和佳佳類似的經驗，請你將他寫下來：

*承認錯誤：

親愛的_____，（發生事件）_____

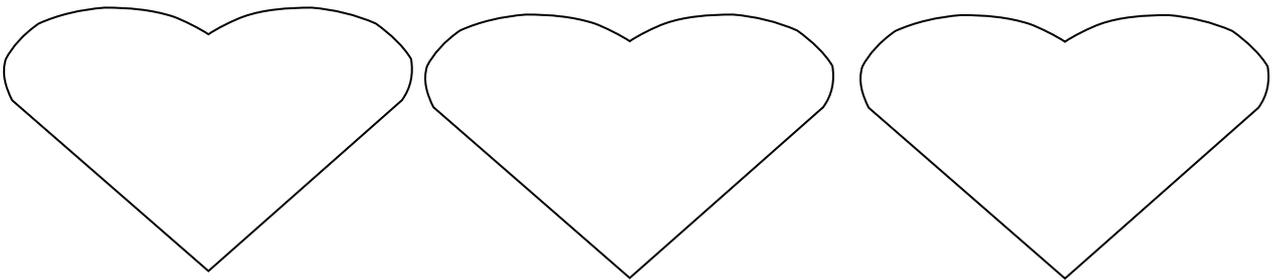
我沒有做好，是我的錯，請你原諒。

*體會對方的感覺：

我可以想像，你會覺得_____

*改進行動：

※家庭衝突的發生是因為在溝通互動上缺少了什麼？應該再增加什麼才能更加瞭解家人：



我獲得家長的回應是：

《有愛無礙》上課剪影



觀賞影片「媽媽之歌」



學生專注的看



繪本導讀「我要大蜥蜴.ppt」



學生從「關懷箱」抽取學習單



分組討論



上台分組報告



觀賞影片「愛家五部曲」

問題討論「愛裡有接納簡報檔」

我是小柯南

小朋友面對家庭中的有些問題，該怎麼解決呢？請你將問題寫下來放進關懷箱，然後請大家一起腦力激盪，為你分享想到的策略。

發現問題	1. 約定好的事不守信用。
分析問題原因	1. 爸、媽想忘掉。 2. 總是隔好幾天就忘。 3.
蒐集合宜的策略	1. 叫父母寫在紙上。 2. 拿錄音筆錄音。 3. 叫公平的人作證。 4. 有時間去做。 截止
實踐省思	優點：可以讓父母養成守信用的習慣。 缺點：有可能我們會破壞家裡的經濟。 有一次媽媽約定我要帶我去游泳最後真的帶我去游泳。

「我是小柯南」學習單

我是小柯南

小朋友面對家庭中的有些問題，該怎麼解決呢？請你將問題寫下來放進關懷箱，然後請大家一起腦力激盪，為你分享想到的策略。

發現問題	跟哥哥姐姐意見不同
分析問題原因	和兄弟姐妹溝通不良，想要的物品也不一樣，弟弟、妹妹有時脾氣不好，很難讓我們很難相處。
蒐集合宜的策略	① 坐下來好好溝通 ② 自己出錢，做家事媽媽給零用錢。
實踐省思	我是跟妹妹吵架，跟爸爸講可是他們都說自己處理，不然我冷自己的東西和妹妹來交與，妹妹不再是我吵架。

「我是小柯南」學習單

溝通無礙

在看完《愛家教育課程五部曲》，你是否有和佳佳類似的經驗，請你將他寫下來：
*承認錯誤：

親愛的媽媽，（發生事件）
約束我打電腦的時間我沒有遵守

我沒有做好，是我的錯，請你原諒。

*體會對方的感覺：

我可以想像，你會覺得我是一個不聽話、不聽教、不聽信用的小孩子

*改進行動：

約束我打電腦的時間，我遵守會做到
言談語氣會改

*家庭衝突的發生是因為在溝通互動上缺少了什麼？應該再增加什麼才能更加瞭解家人：



我獲得家長的回應是：

儘量在生氣的時候要注意說話語氣希望永遠能做到

「溝通無礙」學習單

溝通無礙

在看完《愛家教育課程五部曲》，你是否有和佳佳類似的經驗，請你將他寫下來：
*承認錯誤：

親愛的媽媽，（發生事件）萬一首天家人和家人工團發生衝突，我應該和你承認。

我沒有做好，是我的錯，請你原諒。

*體會對方的感覺：

我可以想像，你會覺得我這孩子非常不聽教，你會和佳佳溝通，什麼是不對的！

*改進行動：

抽時間和家人溝通，讓家人能見解對方：

*家庭衝突的發生是因為在溝通互動上缺少了什麼？應該再增加什麼才能更加瞭解家人：



我獲得家長的回應是：媽媽的話~

謝謝，希望可以知道自己需要改進的地方，我一定可以時，加油！

「溝通無礙」學習單

溝通無礙

在看完《愛家教育課程五部曲》，你是否有和佳佳類似的經驗，請你將他寫下來：
*承認錯誤：

親愛的媽媽，（發生事件）第一次倒垃圾，因為管管請排門口東西，所以日免回到家。

我沒有做好，是我的錯，請你原諒。

*體會對方的感覺：

我可以想像，你會覺得擔心我和姐姐被人抓走。

*改進行動：

下次不要在樓下逗留直接回家。

*家庭衝突的發生是因為在溝通互動上缺少了什麼？應該再增加什麼才能更加瞭解家人：



我獲得家長的回應是：

你才能體會媽媽的感受，願意改正。

「溝通無礙」學習單

溝通無礙

在看完《愛家教育課程五部曲》，你是否有和佳佳類似的經驗，請你將他寫下來：
*承認錯誤：

親愛的媽媽，（發生事件）我沒有跟你說就跑去玩。

我沒有做好，是我的錯，請你原諒。

*體會對方的感覺：

我可以想像，你會覺得我可能會被陌生人抓走，所以你很擔心我。

*改進行動：

我以後要出去玩一定會跟你講。

*家庭衝突的發生是因為在溝通互動上缺少了什麼？應該再增加什麼才能更加瞭解家人：



我獲得家長的回應是：

說話輕聲細語行人和睡做任何事情之前都能三思這樣才能減少火氣，說話也才能避免冷靜思考中獲得更多學習。

「溝通無礙」學習單