

# 用我訊息好好說話 師生覺察語言情緒

鍾雨綺 / 苗栗縣 (教師)

身為國小中年級導師，最常觀察到的班級衝突並非肢體爭執，而是來自語言的摩擦。國小中年級學生語言能力快速發展，但情緒控制與同理心仍在萌芽階段，常因語言引發誤會，甚至演變成爭吵。

許多學生並非惡意，只是缺乏「恰當表達、分辨語氣」的能力。想表達「我不喜歡這樣的玩笑」，卻說成「你很煩！」想安慰同學，卻變成「別哭啦，這有什麼好難過！」

為了幫助學生學會「好好說話」，我開始嘗試把語文教學與人際教育結合。國語課強調聽、說、讀、寫，但往往忽略「說」的動機，讓學生練習用完整語句敘述事件，並分別扮演「說話者」與「觀察者」。

說話者負責清楚、有條理的重述事情，觀察者則要補充與確認。幾次練習後，學生開始懂得組織語言、傾聽他人，也學會在表達時顧及對方感受。

我也引入「我訊息學習

單」。這是幫助學生表達真實情緒的溝通工具。

我在黑板寫下公式：「我覺得(情緒)，因為(原因)，希望(期待)」。

並舉例「我覺得很難過，因為你剛剛笑我，希望你不要再這樣說。」這種句型看似簡單，卻能讓學生具體、誠實說出感受。

除了教學生表達，我也帶他們練習「察言觀色」。播放短片或展示圖片，請學生觀察人物表情與語氣，討論「誰現在比較生氣？為什麼？」或「如果你是對方，你希望聽到什麼話？」學生逐漸明白，良好的對話不只是表達自己，更要學會「讀懂他人」。當他們能同時兼顧「說」與「聽」，互動自然變得更成熟、溫柔。

說話，是一門帶著尊重的學問。語言既是連結的橋樑，也可能成為傷人利刃。中年級學生的語言衝突，其實是映照他們情緒理解與表達能力的鏡子。透過「我訊息」的練習，學生不只語言更精準，也更懂得尊重與傾聽。

# 建立隱私素養 使用 AI 留意資料最小化

張嘉銘 / 嘉義市 (教師)

在強調使用 AI 後的查證、比對工作外，還有一項更容易被忽略卻與學生息息相關的能力——他們究竟留下了什麼資訊？尤其，只要留下任何可識別個人的資料，就會持續帶來風險。

國小學生不是不會查證，而是不知道哪些訊息不該留下。例如，寫週記時輸入：「今天爸媽因為帳單吵架，我很煩。」AI 接收到的不只是單純的「作文題材」，

而是一段家庭資訊。孩子最需要學的第一件事，就是不斷自問：「這句話，有沒有必要被留下？」

工具很方便，但學生更需要養成「資料最小化」的習慣。這可以簡單融入日常生活練習——做專題時，真的需要上傳自己的照片嗎？取帳號名稱，為什麼不使用外號？問 AI 問題，能不能不帶人太多家庭背景？這也正

是隱私素養的核心。查資料之外，也要教學生

「要求透明」。例如了解系統如何使用資料、存多久、能不能刪除？這也提醒我們：不只讓學生用工具，更要懂得問工具。

問清楚、了解清楚，是重要的批判能力。家庭與學校可推動「AI 使用前三問」：我需要留下這些資料嗎？如果資料被保存很久，我會不會覺得不安心？我知道這個工具會怎麼處理我的資料嗎？如此才能安全使用 AI，並勇敢、清楚做出選擇。

# 理性用錢 普發現金的理財課

唐輝輝 / 新北市 (教師)

政府宣布普發一萬元現金，包含未成年學生。政策立意良善也為家庭與學校帶來難得的教育契機——如何引導孩子學會理性用錢，成了背後更深的一課。

孩子就讀國小六年級，扣除即將繳交的畢旅費七千元後，剩

下三千元。我決定和他好好溝通「錢」這件事。我問：「這些錢，你想花在讓自己快樂的東西上，還是能讓自己成長的事物上？」

他歪著頭想了想，回答：「我想買寶可夢桌遊！那樣就能和同學一起玩。」

我笑了，但我更希望他能學會取捨。我

提議：「要不要試著把錢分成三份？一份用來買想要的東西，一份留下來存著，一份拿去幫助別人。」他認真的點頭，最後決定捐出一千元給流浪動物基金會。

這不只是理財的開端，更是一種品格的養成。當孩子能以理性與善意對待金錢，他們就能在「能花」之前，先懂得「為何而花」。

**熱門話題**

頻繁用 AI 及數位素養 近來有小學生使用 AI 工具寫記帳程式而網路暴紅，也有調查顯示，中小學生生頻繁使用 AI 工具已成為日常。然而，中小學生不僅僅使用 AI 工具缺乏警覺，在資訊判斷正確性、批判性也尚未具備成熟

的數位素養。對此，教師與家長該如何引導及教學？來稿限 800 字。

主編 湯均獻 教育版 週三、週日 大家談教育 投稿請上國語日報網站「日報期刊」區，本刊得刪修來稿。投稿三週內若未通知請自行處理。讀者意見不代表本社立場。