

臺中市 103 年度特殊教育專業社群

國小階段認知或學習功能輕度缺損學生 社會技巧教學活動設計

指導教授：臺中教育大學 王欣宜 教授

作者：辛淑菁、吳佳穎、宋美枝、林家君、邵宗佩、高宜芝、
梁明華、黃美惠、黃翠玉、蔡于君、蔡依晴、謝林阿英、
謝亞文

彙整：謝林阿英、蔡于君、林家君、邵宗佩、高宜芝



目次

~教室技巧領域~

你給我注意.....
我要選哪一個呢.....
我會整理物品.....
我會遵從指示.....

~溝通技巧領域~

我會克制說話態度，多說正面的話.....
跟髒話說掰掰.....
超人氣小明星.....

~自我主動相關領域~

我會說好話.....
吼！今天怎麼那麼”衰 ”.....
清潔達人.....
我會處理自己的情緒.....
心情就是要說出來.....
心情萬花筒.....
跟壞心情和平相處.....
我會努力做好一件事.....
找回快樂的自己.....

~與人相處領域~

解決問題我最行.....
請不要再笑我了.....
到底是誰的錯.....
道歉開麥拉.....
我會遠離挑釁.....
能適當拒絕別人.....
我願意分享.....
我討厭等來等去.....
我會認識不同的情緒.....

「認知功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計」

課程架構與編製歷程簡介

國立臺中教育大學特殊教育學系副教授兼
特殊教育中心主任
王欣宜

這本書「認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計」得以完成，源於由本人所主持的臺中教育大學特殊教育學系「身心障礙教育教材教法研究室」因承接教育部計畫，需研發特殊教育相關教材，因此以「高級中等學校以下特殊教育課程大綱（簡稱特教新課綱）」中特殊需求領域的社會技巧為編製主題。因編製教材需要特殊教育伙伴的協助，經聯繫後幸得樂業國小張添琦校長的支持，再加上台中市國小的特殊教育教師群不計代價的時間與精神的付出終於完成本書的撰寫，這群勞苦功高的老師包括辛淑菁老師、吳佳穎老師、宋美枝老師、林家君老師、邵宗佩老師、高宜芝老師、梁明華老師、黃美惠老師、黃翠玉老師、蔡于君老師、蔡依晴老師、謝林阿英老師、謝亞文老師等 13 位老師。

本書的「社會技巧」課程的基本架構共分為「教室技巧領域」、「溝通技巧領域」、「自我主動相關領域」及「與人相處領域」等四部分，每個領域的單元名稱及單元數，是由這 13 位具有豐富特教教學輔導經驗的老師與筆者群共同討論而得，共計有 25 個單元，其中「教室技巧領域」包括「你給我注意」、「我要選哪一個呢」、「我會整理物品」、「我會遵從指示」；「溝通技巧領域」包括「我會克制說話態度，多說正面的話」、「跟聾話說辦辦」、「超人氣小明星」；「自我主動相關領域」包括「我會說好話」、「吼！今天怎麼那麼衰」、「清潔達人」、「我會處理自己的情緒」、「心情就是要說出來」、「心情萬花筒」、「跟壞心情和平相處」、「我會努力做好一件事」、「找回快樂的自己」；

「與人相處領域」包括「解決問題我最行」、「請不要再笑我了」、「到底是誰的錯」、「道歉開麥拉」、「我會遠離挑釁」、「能適當拒絕別人」、「我願意分享」、「我討厭等來等去」、「我會認識不同的情緒」等都是教學現場對認知輕微缺損學生（主要是以情緒行為障礙為主）需要予以教導的技巧。但值得注意的是，未來使用本書的教師或特教伙伴，需先評估教學對象是否每位都需要教導每個技巧，若學生已具有某項技巧，則不必教導該生本項技巧。

每個單元的撰寫內容包括「社會技巧問題分析」、「設計理念」、「教材分析」、「能力指標」、「教學目標」、「教學活動」、「學習單或作業單」等部分。由每單元設計者針對學生可能遭遇的社會技巧問題進行分析，再針對問題說明本單元的設計理念或相關理論，而「教材分析」主要是針對問題設計出相對應的教學活動說明，「能力指標」則是符合特教新課綱的理念與精神，再接著則是整體的教學活動設計，後面還附相關的練習活動學習單或作業單供教師和學生使用。

各單元的設計都是 13 位教師逐一寫完初稿後，由筆者審閱及與教師討論後進行修改，都是大家的智慧心血，本課程的編製目的是期待能提供第一線特教教師教學時的參考，協助教師能進行適當的「社會技巧」教學以嘉惠學生，這 13 位教師的不求回報付出真是教育界的福份呀！

本活動設計匆匆印結成冊，疏漏難免，敬請特教界先進多多包涵並加以指正，所有教師及筆者無限感激。

特師用心研教案、方略成冊惠學子

樂業國小張添琦校長

與這群特教老師結緣，是在接任臺中市區特教資源中心總幹事第二年的事，這群原本在資源班任教的老師們，有鑑於特教新課綱試辦及教學需要。於是利用課餘主動聚在一起研究教材，喝咖啡-不聊是非，為特教學生與人相處的技巧如何教而傷腦筋，為情障學生學習適應人生點燃一線希望。

他們定期討論情緒障礙學生教學的方略，彼此分享教學經驗，在台中教育大學王欣宜教授指導下，歷經試寫教案、討論、修正、試教，再修正、再試教，最後文稿校對等階段，嚴謹的過程磨出亮麗精緻的成果。如今教案匯編成冊，不但能提供特教教師教學上的參考，讓家長參閱書中社會技巧方略以協助其孩子有效學習如何與人溝通相處；更能為情緒障礙學生課程建立教學架構，點燃情緒障礙學生教學效能的一絲希望，嘉惠特教園地值得嘉勉。

很榮幸受邀寫幾句鼓勵的話，這群熱心發展特教教材的人，不畏辛勞，發揮創意、分工合作我親身見證、如今努力終有成，將心血結晶，彙整成冊，不但享受豐收，又能幫助學子。我替他們高興，也和他們分享這份喜悅與榮耀。值得給這群充滿特教愛的作者與王欣宜教授，掌聲鼓勵、按 100 個讚。

～教室技巧領域～

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	以正向行為表現以獲取他人的注意	單元名稱	你給我注意!!!!
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市北屯區北屯國小宋美枝
適用年級	國小高年級	教學節數	1節 40分鐘
社會技巧問題分析	特殊需求學生可能的行為有與同學的互動缺乏合作、常因一些衝突就會打架或是罵同學、目無尊長、對於他人的稱讚常會說我沒有、沒有自信接受他人的讚美、衝動和滿嘴髒話、容易衝動和不專注、只要別人碰觸到他，他就會發脾氣要去打同學、在上課時挑釁上課的老師，而出現翻桌、辱罵老師、離開教室、搗動同學一起搗蛋，不讓老師能上課。		
設計理念 (課程目的)	認知行為學派 Michenbaum (1977) 的自我教導法 (self-instruction) 認為個體面臨困難時，會出現自我內在語言，來指導自己表現行為與解決問題，因此本課程設計理念為透過認知示範 (cognitive modeling)，教師示範正確的自我教導內容:達成目標的步驟、正向的內在語言、自我增強的語言、引導個體表現所欲訓練的行為，來達到學生的自我教導。		
教材分析	老師拿好事先寫好的不適當的規矩的劇本，請兩位孩子來角色扮演，以引起學生的共鳴，使能有學習動機，並透過實例來說明技巧的重要性。接著說明新技巧的步驟及提示，以資源班公約做練習，再透過「老師說」做示範及「骨牌遊戲」做演練，利用遊戲來加深學生印象，並給予回饋修正。最後老師發下學習單作業，讓學生在自我決策記錄自己在上課中的常規情形。		
能力指標	<p>3-1-1-3 能在遇到困難時等待時機及情境求助。</p> <p>3-1-1-4 能以適當的身體動作或口語表達需求 (如：舉手或說「我不會」、「教我」等求助語)。</p> <p>3-1-1-5 能遵守教室規則 (如：專心上課、上課鐘響後要進教室、舉手後發言、不隨便離開座位或上課時不過度發言等)</p>		
教學目標		具體行為目標	
<p>1. 能說出正確引起注意的方式有哪一些。</p> <p>2. 能說出班級中的常規內容。</p> <p>3. 能說出班級中常規的重要性。</p> <p>3. 能樂於稱讚他人正向的好行為。</p>		<p>1-1 能說出引起注意的方式有舉手並安靜等待。</p> <p>1-2 能說出引起注意的方式有</p> <p>2-1 能說出班級中的常規有要發言先舉手。</p>	

4. 能習得上課中常規的技能，並運用在學校的情境中。	2-2 能說出班級中的常規有 2-3 能說出班級中的常規有 2-4 能說出班級中的常規有 3-1 能稱讚社交課中同學的正向好行為。 3-2 能稱讚普通班上課同學的正向好行為。 4-1 能習得上課中常規的技能，並運用在學校的情境中。 4-2 能習得上課中常規的技能，並運用在家庭的情境中。				
技巧分析	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="width: 50%; text-align: center;">步驟</th> <th style="width: 50%; text-align: center;">提示</th> </tr> </table>	步驟	提示		
	步驟	提示			
	1. 能注視對方。	提醒示範的學生要注意對方正在做的事情。			
	2. 他在說什麼?或是說什麼	能說出指定的對象正在做或是說的事情。			
3. 選擇適當的行為	例如:舉手、坐好、安靜。				
4. 說稱讚的話語	000 人，我覺得你很----				
具體行為目標代號	教學活動	時間	教學資源		
	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：以資源班 3~5 名學生情緒控制較差或容易跟同學產生衝突的學生為對象，或這樣的學生搭配該生普通班同儕皆可，採小組方式進行課程。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1. 說明上課規則：在黑板貼上學生名牌、上課規則項目，說明上課規則，要求大家做到下列規定：在位子坐好、舉手發言、參與課程、運動家精神。</p> <p>2. 說明增強方式：在課堂中表現好，就可以打勾，最後在課程結束前結算成績，成績好的學生可以集點，兌換增強物或玩遊戲的機會。</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 老師拿好事先寫好的不適當的規矩的劇本，請兩位孩子來角色扮</p>	5 分			

	<p>演。</p> <p>(二) 說明該技巧的重要性:老師舉生活中的實例，在馬路上都有紅綠燈，規範行人和駕駛人行走和停止，倘若沒有這一些紅綠燈將會造成交通大混亂，而班級上的這些規範就像紅綠燈一樣，是為了要班級能有一定的規範才能有好的上課品質。</p>	10分	
1-1	二、展開活動		
1-2	<p>(一) 說明新的技巧</p> <p>今天我們要上課學習的是要怎麼要服從命令?以後你們男生要工作就要服從老闆的指令;若是要當兵就要聽從長官的命令。老師先提問孩子在教室中有哪一些規範?並且讓孩子發表這一些規範為何要遵守?如果沒有這些規範的話可以會有怎樣的情形產生?</p>	5分	
2-1	(二) 行為的步驟及提示	10分	
2-2	1.老師拿出資源班的班級公約：先全班再一起看一次並念讀一次；舉手讓同學一條一條的說出來。		
2-3	2.歸納出在班級中為何要有這一些規範?		
2-4			
2-5	<p>(三) 示範 (由老師、協同老師或同儕)【老師說】</p> <p>將正確的常規融入遊戲中(舉手、專心聽、眼睛看老師、安靜)，老師說明規則，當老師說：「舉右手」，就要執行那項命令，但若是其他指令，而沒有加上“老師說”就不需要遵從，例如：離開座位、講話、拍桌子、拉同學、搖桌子等就不可以做那個動作。</p>		
3-1	(四) 演練		
3-2	<p>骨牌遊戲：大家輪流說出一項在教室中的好規矩，說好就可以排一張骨牌，然後最後讓孩子們志願推第一張骨牌，並讓孩子說出活動中的想法；老師在活動中稱讚守規矩的同學有誰?並且是哪一項行為?以及讓孩子說出一起上課的孩子誰有具備班級常規中的好行為。</p>		
	(五) 回饋修正	10分	
	1.稱讚守規矩並且能安靜等待的同學，給予加分和口頭稱讚。		
	2.活動中有故意不守規矩的，則看情形給予警告卡，和增強其他好的同學、但只要他一守規矩就馬上給予加分。		
	三、總結活動		
4-1	(一) 老師歸納今天上課的重點，並結算今天每個學生的增強總結。		
4-2	(二) 作業		

	<p>老師發下學習單作業，讓學生在自我決策記錄自己在上課中的常規情形。</p> <p>-----第一節結束-----</p>		
<p>延 伸 活 動</p>	<p>大風吹變型活動：</p> <p>讓孩子們隨意的作動作一分鐘，然後當關主的說大風吹吹：「離開坐位的人」（依據當時大家有任意在做的動作。</p>		
<p>備 註</p>	<p>建議往後若有同一年級的高組社交學生，宜將學生分成兩組，並且融入較多正常和常規良好的同儕學生。高年級的孩子對於重覆的叮嚀會很厭煩，若能變換成遊戲融入課程中，或是讓他們自己也加入自己的點子，會讓他們更有興趣。</p>		

【附件一】

<附一> 班級公約

班 級 公 約

1. 上 課 要 準 時

2. 說 話 先 舉 手

3. 看 到 師 長 打 招 呼

4. 安 靜 坐 在 位 上

5. 按 時 交 功 課

我們的公約

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※有做到的步驟請打√，檢查看看，你是不是都有做到了呢？

姓名						
步驟						
1. 上課要準時						
2. 說話要舉手						
3. 看到師長打招呼						
4 安靜坐上位子上						
5 按時交功課						

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	處環境 / 接受多數人決定	單元名稱	我要選哪一個呢？
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市南區信義國小林家君
適用年級	國小中、高年級	教學節數	1 節 40 分鐘
社會技巧 問題分析	<p>自閉症學生經常因為無法理解他人的想法，無法站在他人立場思考，思考較為僵化、缺乏彈性，對環境敏感度低，因此難以接受非預期的事。當自閉症學生遇到班上舉手表決結果不是他所預料的，就可能會產生問題，輕則可能會焦慮而無心學習，重則可能因挫敗而產生攻擊或破壞行為，進而影響自閉症學生的社會適應及人際互動。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>教導自閉症學生「接受多數人決定」可以讓學生學習接受非預期的結果，願意服從大多數人的決定，幫助他們社會化，使其行為得以讓人接受，增進人際關係。本課程運用認知和行為的觀點，著重技巧重要性之說明、技巧元素分析、技巧的示範、觀察、模仿及演練。</p>		
教材分析	<p>本教材一開始讓學生從三種不同口味的果汁中舉手表決選出一種果汁，讓學生實際體驗什麼是「接受多數人決定」，之後透過問題討論使學生了解為什麼我們要「接受多數人決定」的原因及重要性，之後揭示「接受多數人決定」技巧步驟及讓學生背誦步驟，讓學生明確了解做到技巧的方法，最後給予「選幹部」、「方案二擇一」、「選小老師」等情境練習。</p>		
能力指標	3-2-1-8 能在小組中服從小組決議完成小組指派的工作		
教學目標		具體行為目標	
<p>◎認知</p> <p>1. 能了解什麼是「接受多數人決定」</p> <p>2. 能了解「接受多數人決定」的重要性</p> <p>◎情意</p> <p>3. 能願意使用「接受多數人決定」之技巧</p> <p>◎技能</p>		<p>1-1 能說出接受多數人決定的意思</p> <p>2-1 能說出為什麼要學習「接受多數人決定」的理由</p> <p>3-1 能願意練習「接受多數人決定」之步驟</p>	

(2) 為什麼我們要「接受多數人決定」呢？(我們是民主的社會，絕對不是誰說的算，而是要以大多數人的意見為意見，是一種有風度的表現。)

(3) 如果不遵守多數人決議的事會怎麼樣？(亂成一團、吵架、無法解決問題、成為沒有信用的人…)

3. 教師總結什麼是「接受多數人決定」、為何要「接受多數人決定」及其重要性。

(二) 行為的步驟及提示

教師在電子白板呈現「接受多數人決定」步驟及提示，逐項進行說明，並請學生背誦，可先背步驟部分，待逐一背誦完畢再背誦提示部分。

「接受多數人決定」的步驟與提示：

步驟	提示
1. 表決的票數是幾比幾？	讀出票數來
2. 票數較多的是哪一項決議？	讀出票數較多的決議項目
3. 按照決議去做。	

(三) 示範

1. 主教者和助教以「選幹部」情境，示範正向的情境演練。

情境：班上要選出班長，共有三位候選人，最後是第二位候選人當選。

2. 示範過程中，引導同學說出步驟及提示，並請同學逐項檢核每個步驟和提示。

(四) 演練

1. 教師在電子白板上呈現演練情境：

(1) 因為戶外教學，所以星期二原定用餐變為不用餐，全班表決：方案一以餐盒代替，方案二退費。

(2) 班上進行英文小老師票選。

7 分

6 分

6 分

附件 1

行為檢核表

附件

2、3

2-1

3-1

4-1

4-2

4-3

	<p>2. 教師請學生上台演練，並請其他人注意看，於演練結束後，請大家說出演練者用了哪些技巧。</p> <p>(五) 回饋修正</p> <p>教師針對學生正確的行為給予社會性增強，對於錯誤的行為給予糾正。</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點、增強總結</p> <p>教師：「今天我們學了什麼技巧呢？」</p> <p>全班：「接受多數人決定」</p> <p>教師：「『接受多數人決定』的步驟是什麼呢？」</p> <p>全班：「一、表決的票數是幾比幾，二、票數較多的是哪一項決議，三、按照決議去做。」</p> <p>教師：「為什麼『接受多數人決定』很重要？」</p> <p>全班：「我們是民主的社會，絕對不是誰說的算，而是要以大多數人的意見為意見。接受多數人決定是一種有風度的表現。」</p> <p>教師：「很好，大家說得很好，現在大家都學會了如何『接受多數人決定』了！」</p> <p>教師給予蓋滿章的學生增強物。</p> <p>(二) 作業</p> <p>教師發下學習單，做立即單元測驗，當場批改檢討，並發下回家作業。</p>	7分	行為檢核表
延 伸 活 動	平日給予表決的機會，練習遵從大多數人的決定。		
備 註			

增強物
學習單
作業單

示範情境題

班上要選出班長，共有三位候選人，最後是第二位候選人當選。

情境一

因為戶外教學，所以星期二原定用餐變為不用餐，全班表決：方案一以餐盒代替，方案二退費。

情境二

班上進行英文小老師票選。

【行為檢核表】

接受多數人決定

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※‘觀察別人做得如何，有做到的步驟請畫☺

姓名 步驟	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
1. 表決的票數是幾比幾？						
2. 票數較多的是哪一項決議？						
3. 按照決議去做。						

【學習單】

每題 20 分，共 5 題，總分 100 分

是非題

- () 1「接受多數人決定」的意思是當我們表決某件事情時，我們要去遵守票數最少的決議。
- () 2 舉手表決時，表決結果有可能不是我預期的。
- () 3 我們是民主的社會，絕對不是誰說的算，而是要以大多數人的意見為意見。
- () 4 舉手表決的結果，不需要去遵從。

選擇題

- () 5 如果不遵守多數人決議的事可能會怎麼樣？(1)和樂融融。(2)成為有信用的人(3)無法解決問題。

【作業單】

接受多數人決定

日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※請你在學校找老師和你練習看看喔！有做到的請在格子裡畫☺

姓名						
步驟	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
1. 表決的票數是幾比幾？						
2. 票數較多的是哪一項決議？						
3. 按照決議去做。						

我的表現：☆☆☆☆☆☆ ☆☆☆☆☆ ☆☆☆☆ ☆☆☆ ☆☆ ☆

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	處環境／能整理自己的物品	單元名稱	我會整理物品
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市南區信義國小林家君
適用年級	國小中、高年級	教學節數	1 節 40 分鐘
社會技巧 問題分析	<p>亞斯伯格症學生因為較無法以他人立場看待事物及同理他人的感受，當座位凌亂時，往往不知他人所謂整齊的標準而無法將自己的物品整理好；注意力缺陷過動症（簡稱 ADHD）學生因為無法注意細節、做事沒有條理，座位也經常一團亂。當接收到「整理物品」的指令時，亞斯伯格症學生常因為覺得自己「物品已整理好」而聽而不聞，而 ADHD 學生則容易受外界刺激干擾而無法持續整理的行為，這些情況都可能造成同儕的觀感不佳。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>教導亞斯伯格症及 ADHD 學生「整理物品」可以讓學生學習收拾自己的物品，提升學生對環境的敏感度，幫助他們社會化，使其行為得以讓人接受，增進人際關係。本課程運用認知和行為的觀點，著重技巧重要性之說明、技巧元素分析、技巧示範、觀察、模仿及演練。</p>		
教材分析	<p>本教材一開始讓學生比較兩張分別是「整齊」及「凌亂」的照片，讓學生有機會注意他人的物品整理，了解一般人對整齊的標準及整理物品的重要性，之後揭示「整理自己的物品」技巧步驟並讓學生背誦步驟，讓學生明確了解做到技巧的方法，最後給予「老師下將座位整理好的指令」、「同儕抱怨自己的座位太亂，影響到別人」、「自己發現座位太亂」等情境練習。</p>		
能力指標	3-1-1-2 能依指示完成簡單的工作（如：攜帶指定的物品/材料、抄聯絡簿 或收拾書包）		
教學目標		具體行為目標	
<p>◎認知</p> <p>1. 能了解「物品整齊」的標準</p> <p>2. 能了解「整理物品」的重要性</p> <p>◎情意</p> <p>3. 能願意使用「整理物品」之技巧</p>		<p>1-1 能說出將物品整理好要做到的事項</p> <p>2-1 能說出為什麼要學習「整理物品」的理由</p> <p>3-1 能願意練習「整理物品」之步驟</p>	

<p>◎技能</p> <p>4.能做出「整理物品」的步驟</p>	<p>4-1 能自己發現或經別人提醒知道自己的物品不整齊</p> <p>4-2 能將物品擺整齊</p>			
<p>技巧分析</p>	<p>步驟</p>	<p>提示</p>		
	<p>1. 自己發現或別人提醒物品不整齊</p>	<p>自己發現桌上或抽屜東西放不下了、老師糾正自己的位置太亂、同學反應自己的空間利用已經影響對方的活動…</p>		
	<p>2. 利用下課時間將物品擺整齊</p>	<p>相同大小的書或考卷放一起、大的書或考卷在下面、小的書或考卷在上面、書或考卷的邊邊對齊邊邊、書或考卷的邊要與桌面或抽屜的邊平行、剩下的小東西集中在抽屜的一角、垃圾拿去垃圾桶丟掉…</p>		
	<p>3. 大功告成</p>			
<p>具體行為目標代號</p>	<p>教學活動</p>		<p>時間</p>	<p>教學資源</p>
	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：資源班學生 4 位</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1. 說明上課規則：老師說明上課規則「眼睛看」、「耳朵聽」、「嘴巴閉起來」、「手放好」、「腳放好」、「參與活動」。</p> <p>2. 說明增強方法。</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 教師在電子白板上秀出兩張照片，請小朋友觀察比較兩張照片，再與學生進行討論：</p>		<p>10 分</p>	<p>附件 1、2</p>



1. 你覺得哪一張照片的物品擺放比較整齊？（左邊照片）

2. 你喜歡哪一張照片的物品擺放？為什麼？（左邊照片；看起來比較舒服）

3. 你覺得右邊照片裡的物品有整齊嗎？為什麼（沒有；因為抽屜的物品都快要爆開來了，如果要拿東西都不知道要怎麼拿，另外桌上擺滿物品，上課用的書本也不知道要擺哪。）

4. 當老師說「請將物品整理好」是指要做到哪些事項？（相同大小的書或考卷放一起、大的書或考卷在下面、小的書或考卷在上面、書或考卷的邊邊對齊邊邊、書或考卷的邊要與桌面或抽屜的邊平行、剩下的小東西集中在抽屜的一角、垃圾拿去垃圾桶丟掉…）

5. 為什麼「物品整齊」很重要？（樹立好形象、維護公共區域整齊、容易找到自己想要的東西、讓我們做起事來更有效率…）

（二）教師總結「將物品整理好」的定義為何及保持物品整齊的重要性。

二、展開活動

（一）說明新的技巧

教師呈現「整理自己的物品」字樣於電子白板上，說明今天要教導的是「整理自己的物品」的技巧。

（二）行為的步驟及提示

教師在電子白板呈現「整理自己的物品」步驟及提示，逐項進行說明，並請學生背誦，可先背步驟部分，待逐一背誦完畢再背誦提示部分。

10 分

「整理自己的物品」的步驟與提示：

步驟	提示
1. 自己發現或別人提醒物品不整齊	自己發現桌上或抽屜東西放不下了、老師糾正自己的位置太亂、同學反應自己的空間利用已經影響對方的活動…
2. 利用下課時間將物品擺整齊	相同大小的書或考卷放在一起、大的書或考卷在下面、小的書或考卷在上面、書或考卷的邊邊對齊邊邊、書或考卷的邊要與桌面或抽屜的邊平行、剩下的小東西集中在抽屜的一角、垃圾拿去垃圾桶丟掉…
3. 大功告成	

(三) 示範

1. 主教者和助教以「老師給指令」情境，示範正向的情境演練。

助教：座位太亂了，請你把位置整理一下！

主教者：(老師提醒我物品不整齊)

主教者：(現在是下課時間，我要來好好整理。我先將抽屜的東西都拿出，然後相同大小的書或考卷放在一起、大的書或考卷在下面、小的書或考卷在上面、書或考卷的邊邊對齊邊邊、書或考卷的邊要與桌面或抽屜的邊平行、剩下的小東西集中在抽屜的一角、垃圾拿去垃圾桶丟掉…)

助教：位置很整齊，不錯！

2. 示範過程中，引導同學說出步驟及提示，並請同學逐項檢核每個步驟和提示。

(四) 演練

7分

<p>3-1</p> <p>4-1</p> <p>4-2</p> <p>2-1</p>	<p>1. 教師在電子白板上呈現演練情境：</p> <p>(1) 同學說自己的物品影響到他。</p> <p>(2) 自己要從抽屜拿東西時，發現東西卡在書本間拿不出來。</p> <p>2. 教師請學生上台演練，並請其他人注意看，於演練結束後，請大家說出演練者用了哪些技巧。</p> <p>(五) 回饋修正</p> <p>教師針對學生正確的行為給予社會性增強，對於錯誤的行為給予糾正。</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點、增強總結</p> <p>教師：「今天我們學了什麼技巧呢？」</p> <p>全班：「整理物品」</p> <p>教師：「『整理物品』的步驟是什麼呢？」</p> <p>全班：「一、自己發現或別人提醒物品不整齊，二利用下課時間將物品擺整齊，三、大功告成。」</p> <p>教師：「『將物品擺整齊』要注意哪些事項呢？」</p> <p>全班：「相同大小的書或考卷放一起、大的書或考卷在下面、小的書或考卷在上面、書或考卷的邊邊對齊邊邊、書或考卷的邊要與桌面或抽屜的邊平行、剩下的小東西集中在抽屜的一角、垃圾拿去垃圾桶丟掉…。」</p> <p>教師：「為什麼『將物品整理好』很重要？」</p> <p>全班：「『將物品整理好』可以樹立好形象、維護公共區域整齊、容易找到自己想要的東西、讓我們做起事來更有效率…。」</p> <p>教師：「很好，大家說得很好，現在大家都學會了如何『整理物品』了！」</p> <p>教師給予蓋滿章的學生增強物。</p> <p>(二) 作業</p>	<p>6 分</p> <p>7 分</p>	<p>行為檢核表</p> <p>附件 3</p> <p>附件 4</p> <p>行為檢核表</p> <p>增強物學習單</p>
---	---	-----------------------	---

	教師發下學習單，做立即單元測驗，當場批改檢討，並發下回家作業。		作業單
延 伸 活 動	觀察學生平日互動行為，給予隨機教導。		
備 註			

【附件 1】

左邊照片



【附件 2】

右邊照片



情境一

同學說自己的物品影響到他。

情境二

自己要從抽屜拿東西時，發現東西卡在書本間拿不出來。

【行為檢核表】

整理自己的物品

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※‘觀察別人做得如何，有做到的步驟請畫☺

姓名 步驟	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
1 自己發現或別人提醒物品不整齊						
2 利用下課時間將物品擺整齊						
3 大功告成						

【學習單】

每題 20 分，共 5 題，總分 100 分

是非題

- () 1 我的座位整齊與否會影響別人對自己的觀感，應隨時保持整齊。
- () 2 當老師請我整理座位時，我要利用上課時間整理。
- () 3 整理物品時，只要把東西通通塞進抽屜裡不用排列整齊。
- () 4 當我覺得物品已經整理好了，就算老師請我整理，我也不需要再整理。

選擇題

- () 5 下列哪一個 不是「將物品擺整齊」的方式？(1) 相同大小的書或考卷放在一起 (2) 大的書或考卷在上面，小的書或考卷在下面 (3) 剩下的小東西集中在抽屜的一角。

【作業單】

整理自己的物品

日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※請你在學校找老師和你練習看看喔！有做到的請在格子裡畫☺

姓名						
步驟	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
1 自己發現或別人提醒物品不整齊						
2 利用下課時間將物品擺整齊						
3 大功告成						

我的表現：☆☆☆☆☆☆ ☆☆☆☆☆ ☆☆☆☆ ☆☆☆ ☆☆ ☆

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

項 目	學校基本適應技巧	單 元 名 稱	我會遵從指示
指 導 者	王欣宜教授	設 計 者	臺中市北區篤行國小高宜芝
適 用 年 級	國小 低、中年級	教 學 節 數	2 節 80 分鐘
社 會 技 巧 問 題 分 析	<p>認知功能輕度缺損學生在班級中常有不服從、不合作的行為產生，行為的表現總是不喜歡被要求，破壞班級的規則、不服從老師的指令、容易和同學起爭執，甚至常常唱反調，嚴重的影響該生班級活動參與度、老師與同學之間的互動。</p>		
設 計 理 念 (課程目的)	<p>相較於一般學生，認知功能輕度缺損學生對於遵從老師指示與服從活動規則較困難，因此常造成級任老師班級經營與學生融入班級活動的困難。認知功能輕度缺損學生無法遵守指示與規則原因可能是不理解指示或規則的意義或缺乏遵從指示與規則的方法，因此本教學活動設計試圖透過討論與體驗活動方式，指導學生學習遵從指示與規則，以表現出班級團體合作的行為，藉此提升學生班級活動參與度。</p>		
教 材 分 析	<p>本教材分為三部分，一開始透過遊戲體驗讓學生了解遵守指令的重要性，接著老師分析與示範遵守指令的步驟，最後透過「我是藝術家」的創做活動與共同討論，讓學生熟悉步驟及提示，以提升學生參與班級活動能力。</p>		
能 力 指 標	3-1-1-5 能遵守教室規則		
	教學目標	具體行為目標	
	<p>◎認知</p> <p>1. 聽到老師的指令，能知道指令的重要性。</p> <p>◎情意</p> <p>2. 聽到老師的指令，能表現出傾聽的行為。</p> <p>◎技能</p> <p>3. 聽到老師的指令時，能說出訊息的重要內容。</p>	<p>1-1 聽到老師的指令時，能停下手邊的工作。</p> <p>2-1 聽到老師的指令時，能雙眼注視老師。</p> <p>3-1 聽到老師的指令時，能口述老師指令的內容。</p> <p>3-2 聽到老師的指令時，能說出指令人、事、時、地、物重要訊息。</p> <p>4-1 聽到老師的指令時，能依指令內容內容表現出適當的行為。</p>	

4. 能表現出適當的行為。			
技巧分析	步驟	提示	
	1. 停	聽到老師的指令時，先將手邊的工作停一停。	
	2. 看	聽到老師的指令時，雙眼注視老師	
	3. 說	聽到老師的指令時，能將指令再覆述一遍。	
	4. 想	聽到老師的指令時，想一想：什麼人、什麼事、什麼時間、在那裡、要做什么。	
	5. 做	聽到老師的指令後，依照指令的內容做出適當的行為。	
具體行為目標代號	教學活動	時間	教學資源
	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：適用於資源班學生小組教學，也可運用在普通班全體教學活動上。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1. 說明上課規則：上課中不隨意發言，發言前要先舉手，有同學在發言時要安靜聆聽。</p> <p>2. 說明增強方法：累積發言點數，點數最多者可獲得最多獎勵（小組教學以個人累計，班級教學以小組累計）</p> <p>一、引起動機</p> <p>（一）進行「老師說的遊戲」，例如老師說：「有戴眼鏡的請舉手……」看看學生是否能依老師的指令正確的完成動作。</p> <p>（二）老師增加指令，例如老師說：「有穿外套的同學請站起來，</p>	15分	

	<p>轉一圈，跳三下後再坐下」，當一次同時下二~三個指令，觀察學生是否能遵循指令完成。</p> <p>(三)請學生討論遵守指令的方法，並將討論的結果寫在黑板上。</p> <p>二、展開活動</p> <p>(一)說明新技巧</p> <p>今天要教同學服從老師指令的技巧：</p> <p>1. 能停下手邊的工作，雙眼注視老師</p> <p>1-1 當老師下指令時，要先暫停手邊的工作，並抬頭眼睛看著老師，讓老師知道你們有注意到老師要說的指令。</p> <p>2-1 2. 能將指令再覆述一遍</p> <p>3-1 專心聽老師說的話，並將老師的指令再說一遍。</p> <p>3-2 3. 能依分辨指令的內容行動</p> <p>將老師的指令再說一遍後，去分辨老師指令的內容：什麼人、什麼事、什麼時間、在那裡、要做什麼。</p> <p>4-1 4. 依照指令的內容做出適當的行為</p> <p>分辨完指令的訊息後，依照指令的內容做出適當的行為。</p> <p>-----第一節結束-----</p> <p>(二)學生練習</p> <p>1. 說明遊戲規則：老師說：「我們要來玩我是藝術家」的遊戲，</p> <p>1-1 請同學依到老師所說的內容在海報中做出來。</p> <p>2-1 (1)請拿紅色的蠟筆在海報的上方畫五個圓圈。</p> <p>3-1 (2)請拿藍色的色紙，剪五個三角形貼在圓圈裡。</p> <p>3-2 (3)請到隔壁教室拿一張報紙，剪兩張圖貼在海報上。</p> <p>4-1 (4)請到英語教室拿一條緞帶貼上去，……………</p> <p>(老師在下每個指令後，先與學生一起論指令內容的人、事、時、地、物等再行動)</p>	25分	步驟海報 獎勵點
		25分	海報 彩色筆 蠟筆 報紙 緞帶

	<p>(三)回饋</p> <p>每個情境練習完後，老師給予立即的回饋，將表現結果的優缺點與學生一起討論，並立即回饋、修正。</p> <p>三、結束活動</p> <p>1-1 (一)複習遵從指令的技巧</p> <p>2-1 1. 停下手邊的工作</p> <p>3-1 2. 雙眼注視老師</p> <p>3-2 3. 口述老師指令的內容</p> <p>4-1 4. 分辨人、事、時、地、物</p> <p>5. 做出適當的行為</p> <p>(二)進行單元評量</p> <p>(三)發給學生學習單</p> <p>-----第二節結束-----</p>	5分	
延 伸 活 動			
備 註			

10分

步驟海報

【附件一 我會遵從指示】

我會遵從指示

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※有做到的步驟請打√，檢查看看，你是不是都有做到了呢？

日期 步驟						
1 聽到老師的指令時，能 停下手邊的工作，雙眼 注視老師						
2 聽到老師的指令時，能 口述老師指令的內容						
3 聽到老師的指令時，能 分辨出指令內的重要訊 息						
4 聽到老師的指令時，能 依指令內容內容表現出 適當的行為						

我是遵守指令的小達人

學生姓名：

小朋友，我們已經知道遵守指令的方法與步驟，現在讓我們再複習一下如何在不同情境中遵守指令的，多練習，你一定可以成遵守指令的小達人喔。

※ 情境一

上課的鐘聲響了，老師說：「請小朋將聯絡簿放到講桌上，然後拿起音樂課本和笛子，到走廊排隊，準備上音樂課」。當時我正玩在玩積木，我聽到老師在下指令，我應該怎麼做？

步驟一

聽到老師在下指令，我應該 _____



步驟二

在心中將老師的指令說一遍 _____



步驟三

想一想老師說的內容：

什麼事 ● _____

什麼時間 ● _____

在那裡 ● _____

要做什麼 ● _____

什麼人 ● _____



步驟四

我要表現出適當的行為是 _____



成功！我是遵守指令小達人！

～溝通技巧領域～

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

項 目	以禮貌、平和的態度表達自己的意見	單 元 名 稱	我會克制說話態度，多說正面的話
指 導 者	王欣宜教授	設 計 者	臺中市北區篤行國小邵宗佩
適 用 年 級	國小低（中、高）年級	教 學 節 數	1 節 40 分鐘
社 會 技 巧 問 題 分 析	如果學生缺乏運用正向、讚美的話來與人互動的經驗，和同學說話時，就經常會說出一些令人不愉快或不舒服的話，來引起別人的注意，進而從別人的反應中受到增強。此類學生時常會以批評、嘲笑、負面的話語和同學互動，而不太會以正面的說法來與人交談。		
設 計 理 念 (課程目的)	會以不合宜或不禮貌的話語待人，通常有兩種可能：一為引起別人注意，一為缺乏運用合宜說法的教導與練習。因此本教學活動試圖導正學生以不合宜態度待人的錯誤方式，並教導學生以正確、能為他人所接受的方式來引人注意，藉此改善人際關係並提升人際互動技巧。		
教 材 分 析	以熟悉的下課場景為故事發生情境，以紙片人偶為故事角色，由老師以貼近學生用語的內容模式，表演出故事情節，引導學生從「他人的反應」來思考問題，並討論出合宜合禮的方法，透過說話演練、角色扮演來熟悉合宜的方式。		
能 力 指 標	2-2-1-2 能禮貌地表達自己意見 2-1-2-6 能與他人和睦相處建立友善的關係		
教學目標		具體行為目標	
◎認知 1. 能覺知個人不合宜的說話方式		1-1 能在情境中分辨什麼是合宜、什麼是不合宜的說話方式。 1-2 能說出自己哪些說話方式是不恰當、會讓人不愉快的。	
◎情意 2. 能感受到不合宜的說話方式帶來的不良感受，且能同理他人的感受		2-1 能從他人不合宜的說話內容與方式，表達自己的感受。 2-2 能試著從對方的角度來思考：不合宜的話語與態度會讓對方有什麼感受，表達出對方可	

<p>◎技能</p> <p>3. 能以合宜、不使人不愉快的說話方式來表達</p>	<p>能的心理感受。</p> <p>3-1 從小組討論中，學習到有哪些說法可以取代原先自己不合宜的說法。</p> <p>3-2 從多元的實際演練（角色扮演、故事對白）將習得的認知轉化為同理對方的感受（情意），進而實際表現，並達到內化效果。</p>		
<p>技巧分析</p>	<p>步驟</p>		<p>提示</p>
	<p>1. 停</p>	<p>要說出不合宜的話時先停一停</p>	
	<p>2. 想</p>	<p>想一想該如何說，別人會樂於接受</p>	
	<p>3. 選</p>	<p>修正並選擇合宜的說法</p>	
<p>4. 做</p>	<p>說出來的話，讓對方不會有不舒服（不愉快）的反應</p>		
<p>具體行為目標代號</p>	<p>教學活動</p>	<p>時間</p>	<p>教學資源</p>
	<p>教學準備事項：</p> <p>◎ 教學對象：適用於資源班學生小組教學，也可運用在普通班全體教學活動上(若是運用在班級教學，可將紙片人偶角色扮演改為同學角色扮演)。</p> <p>◎ 準備工作：</p> <p>1. 說明上課規則：上課中不隨意發言，發言前要先舉手，有同學在發言時要安靜聆聽。</p> <p>2. 說明增強方法：累積發言點數，點數最多者可獲得最多獎勵（小組教學以個人累計，班級教學以小組累計）</p> <p>一、引起動機</p> <p>老師以戲劇呈現方式來呈現此次主題：</p> <p>場景：下課了，一群同學們在走廊上玩耍。小華用不禮貌的</p>		<p>紙片人偶</p>

	<p>方式向同學搭訕…</p> <p>(對話內容)</p> <p>小華：阿珠，你走路屁股扭來扭去，看起來真像是隻「大肥豬」，走開一點，撞到我了啦！</p> <p>阿珠：是你走過來撞我的！你為什麼要說那麼難聽的話！？真是太過份了！（哭著跑進教室）</p> <p>小華：小豪！你穿這是什麼鞋子啊？看起來又遜又驢！你的眼光真是跟驢一樣。</p> <p>小豪：真奇怪，我又沒惹你，哼！我就是愛穿這一雙鞋，要你管！</p> <p>小華：阿美呀！你真是活該啊！被老師留下來當值日生！</p> <p>阿美：你走開啦！說話難聽的小子！</p> <p>二、展開活動</p> <p>老師以問題引導學生思考：「看了剛才的故事表演，我們可以感覺到，小華的同學好像都不怎麼喜歡跟他說話。大家可以想一想，說說看小華的說話方式有哪些是不合宜的說法？另外，也想一想自己平常和別人說話時，會有哪些不合宜的說話方式？」（小組教學時，鼓勵並引導學生都要發表自己的意見；班級教學時可以先分成數組，鼓勵各組踴躍發言，累積發言點數）讓學生針對紙片人偶（同學）表演的對話內容，明確說出不合宜的地方與說詞。</p> <p>老師接著再以問題引導學生說出自己的感受：「我們已經清楚知道哪些是不合宜的說法，如果你聽到小華以這樣的方式和你說話，你心裡的感觉如何？」這時，老師可以引用以上表演的對話誘導學生將心裡感受直接表達出來。</p>	<p>5</p>	<p>紙片人偶</p> <p>句卡</p>
<p>1-1 1-2</p>			
<p>2-1</p>		<p>10</p>	

2-2	<p>不合宜的話語的確會讓人感到不愉快。讓我們換個角度來想一想：(出示不合宜句卡，由老師示範)：</p> <p>「你動作慢吞吞，笨手笨腳的，真讓人討厭」</p> <p>「嘿！大肥豬！不要擋在我前面」</p> <p>「你唱歌比烏鴉叫還難聽，趕快閉嘴！」</p> <p>如果你跟同學(朋友、家人)說出這樣不合宜、不禮貌的話，你想，他們心裡的感受如何？</p> <p>(可以因應同學們常說的話彈性調整不合宜句卡內容)</p>		
3-1	<p>歸結出不同意見之後，要求學生再次針對以上故事情節，修正小華說話的方式與內容：該如何說，才能讓同學接受且樂意回應？教導學生掌握說話方式要點：要合乎禮貌、和顏悅色、讓人能樂意聽。</p> <p>小華：阿珠，你走路屁股扭來扭去，看起來真像是隻「大肥豬」，走開一點，撞到我了啦！</p> <p><u>修改後的說法</u>：(鼓勵學生發言，一起討論好的說法)</p> <p>小華：小豪！你穿這是什麼鞋子啊？看起來又遜又驢！你的眼光真是跟驢一樣。</p> <p><u>修改後的說法</u>：(鼓勵學生發言，一起討論好的說法)</p> <p>小華：阿美呀！你真是活該啊！被老師留下來當值日生！</p>	10	問題卡
3-2	<p><u>修改後的說法</u>：(鼓勵學生發言，一起討論好的說法)</p>		
3-2	<p>由人偶扮演小華的角色，面對不同的同學，以前面共同討論出來的合宜方式與說話內容，實際演練，老師再從旁予以指導、修正、再演練。</p> <p>三、總結活動</p> <p>準備不同的情境問題(附件一)，根據內容，輪流說出因應</p>	5	
		10	

的話，說話掌握的要點為：有禮貌、讓人樂意聽，透過反覆練習，增進正向說話的習慣與方式。

-----第一節結束-----

大華：你畫得不賴嘛！只是這顏色用太爛了，這個樓房也畫的不像，倒像是個鬼屋（裝鬼的聲音）。

小英：你好討厭，我很用心在畫，你還嘲笑我，你走開啦！

大華：為什麼每次我想和你們說話，你們都叫我走開！

小英：因為你都對別人說一些令人難過，讓人覺得不好受的話。

大華：可是，我只是實話實說呀！

小英：但你說的話，太傷人了，我這麼用心畫，即使真的畫得不像，也不必說得這麼難聽呀！如果你說話方式能改一改，或許不會那麼討人厭。

大華：那我該怎麼說呢？

下課了，美美和文文正各自拿著自己心愛的絨毛娃娃一起玩。家豪走過來想要加入。

家豪：你們手上拿的是什麼鬼東西？

（美美和文文不理會他，繼續玩自己的東西）

家豪：哈哈！拿著鬼娃娃玩，還會對話，說著滿口鬼話，好幼稚喔！

文文：你才幼稚勒！愛亂說話，說話那麼難聽，難怪沒有人愛跟你玩！

家豪：你這個三八婆，愛玩鬼娃娃！

文文：美美，我們去別處玩，不要理他！

（家豪其實是想找人玩，但是他用不對的方式說話，我們一起幫忙家豪，讓他能用對的方式和同學互動）

【行為檢核表】

上課日期： 年 月 日

學生姓名：

※ 有做到的步驟請打✓，檢查看看，你是不是都有做到了呢？

姓名			
步驟			
1.停（要說出不合宜的話時先停一停）			
2.想（想一想該如何說，別人會樂於接受）			
3.選（修正並選擇合宜的說法）			
4.做（說出來的話，讓對方不會有不舒服（不愉快）的反應）			

【學習單】

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	降低負向語言使用頻率	單元名稱	跟「髒話」說掰掰
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市南區國光國小蔡依晴
適用年級	國小中、高年級	教學節數	四節一六〇分鐘
社會技巧問題分析	<p>情緒行為障礙學生在感覺自己的情緒，體認別人的情緒上有顯著的困難，而在適當的時機說出正確的話語，對他們來說也十分有難度。在與人相處，往往因為錯誤的語言，造成他人的誤會，產生更大言語上的摩擦。而在表達自己的情緒時，因為不會選擇正確的用詞，往往以「髒話」、「罵人的話」、「扁抑自己或他人」來掩飾自己真正的感覺，或誤以為是增進同儕相處的方式。</p> <p>情緒行為障礙的學生們也常因為錯誤的社交經驗，造成負向自我認知，也加強了負向語言的使用頻率。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>根據社會學習理論，學生從觀察他人表情與動作學習，並經由示範技巧和情境再現的練習以熟練社會技巧。並經由鼓勵與增強，讓學生持續表現正向行為。</p> <p>情緒行為障礙的學生對於情緒表達的辭彙使用十分侷限，而負向語言的刺激增強，造成他們習慣以此與人互動。在教學時，首先從故事情節討論「髒話」這個主題，再分析情緒表達的正確詞彙，藉由不同情境下的步驟的練習來降低負向語言的使用頻率。</p>		
教材分析	<p>本次課程的第一節課是利用繪本故事「洗髮精王子搶救髒話王國」作為引導，從有趣的擬人化故事中，讓學生感知到髒話和禮貌的對等，並且討論聽到髒話和禮貌的話語的感覺；第二節課時，再從繪本「髒話」討論髒話的來源，請學生分享自己是否有「蒐集髒話」的經驗，藉以了解學生跟髒話環境的淵源；最後兩節課將進行打擊髒話大作戰和情境的模擬，練習新技巧的步驟。</p>		
能力指標	<p>2-1-1-2 能適當使用口與方式與人溝通</p> <p>2-1-1-4 能依情境適當回答問題</p> <p>2-1-1-5 能依情境表達自己意見</p> <p>2-2-1-2 能禮貌地表達自己意見</p> <p>2-2-2-6 能與他人和睦相處建立友善關係</p> <p>2-1-3-1 能分辨發生衝突的原因及情境</p> <p>2-1-3-2 能表達衝突所引發的情緒反應</p> <p>2-2-3-1 能在面對衝突情境時，以能被接受的方式表達自己負面的情緒</p> <p>2-2-3-10 能在面對同儕的衝突(如責罵、批評、嘲弄、欺負等)時，以能被接受的方式表達自己負面的情緒</p>		
教學目標		具體行為目標	
認知	<p>1-1 能說出負向語言的種類</p> <p>2-1 能說出負向情緒的種類</p> <p>2-2 能表達出自己曾有的負向情緒的情境</p> <p>3-1 能將正向和負向語言做正確分類</p>		
1.能分辨負向的語句			
2.能分辨負面情緒的情境			
3.能了解正向和負向語言的差異			
情意	<p>4-1 能說出正向語言給人的感覺</p> <p>4-2 能說出負向語言給人的感覺</p>		
4.能感受正向和負向語言給人的不同感覺			
技能	<p>5-1 能說出不同情境下的負向情緒</p>		

5.能表達出面對衝突情境的情緒 6.能選擇出正向語言取代負向語言 7.能依據步驟在不同情境中練習		6-1 能使用正向語言表達情緒 7-1 能做到正確的步驟練習		
技巧分析	步驟	提示		
	1.深呼吸，先數到 10	遇到讓自己生氣的事，想要罵人的時候。		
	2.想一想，話中有哪些不好聽的字詞?	像是「搞甚麼東西」、「去死」、「哇靠」、「白癡」、「X的」...等		
	3.選擇另外好的語詞作表達	像是「我很不舒服」、「令人很生氣」、「你這樣做讓我相當不開心」...等		
	4.試著用較為平靜、溫柔的方式說出來			
具體行為目標代號	教學活動		時間	教學資源
	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：資源班小組教學，依據情緒問題行為分組，作主題課程的設計教學</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1.說明上課規則：必須遵守班級公約(舉手等待發言離開座位、專心聽課、不能以肢體或言語攻擊他人)，違反的學生貼圖像警告標誌，累積兩次者扣一分，情況嚴重者必須暫停上課一次。</p> <p>2.說明增強方法：每次比賽依據情況加分，能遵守班級公約者，每一項加一分，每一堂課計算分數，冠軍成為今天的模範生，獲得夾娃娃機的機會，另外分數將累積作獎品的兌換。</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師拿出事先製作的洗髮精王子手偶，跟同學說明本節課的主題： 搶救髒話王國</p> <p>老師：歡迎大家來到亮晶晶的泡泡王國，我是王子，我的名字叫做洗髮精。每天在乾淨的王國裡好無聊喔！我現在要出去冒險囉！</p> <p>二、展開活動</p> <p>(一) 將故事製作成 PPT，並請學生擔任不同角色的配音員。其角色有洗髮精王子、海綿爺爺、水噹噹公主以及禮貌國的人民，每一頁的 PPT</p>		5 分	班級公約、警告圖卡、計分板、夾娃娃機
3-1 4-1 4-2			2 分	手偶、PPT、麥克風
			20 分	

	<p>在播放時由學生輪流依據自己的角色做唸讀。</p> <p>(二) 教師提問，增進學生對於故事內容和脈絡的瞭解。</p> <p>提問一：洗髮精王子本次到達的國家，發生了什麼事？</p> <p>提問二：是什麼原因造成這個國家的災難？</p> <p>提問三：這個國家的統治者是誰？他發生了什麼事？</p> <p>提問四：最後，洗髮精王子用什麼方法解決這個國家的災難？</p> <p>(三) 故事大發現。從故事情節中找出令人不舒服的「髒話」，並與學生討論聽到這些話的感覺。</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 總結：比較禮貌的語言和髒話的對等關係，並試著想一想，為何本篇故事是發生在「禮貌國」？</p> <p>(二) 總計分，選出本堂課模範生並頒獎。</p> <p>-----第一節結束-----</p> <p>一、引起動機</p> <p>經由上節課的引導，瞭解了髒話與禮貌的對等關係。本次的課程將延續「髒話」的主題，探討它們的來源與起因！</p> <p>再次說明班級公約與計分規則後才正式開始課程。</p> <p>二、展開活動</p> <p>(一) 製作繪本「髒話」的 PPT，討論故事中每一個角色發生的事，這些事是否出現在你生活中？並分享每個人對於髒話的感覺。</p> <p>例如老師可提問：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.故事中的爸爸個性如何？ 2.他什麼時候會說髒話？ 3.你覺得他可能會說出什麼樣的話？ 4.聽到這些話，我們的感覺是？ <p>(二)歸納故事的結局。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.是什麼改變了這個小男孩？ 2.你喜歡聽溫柔好聽的話還是髒話？ 	<p>13 分</p> <p>2 分</p> <p>15 分</p> <p>3 分</p>	<p>班級公約、警告圖卡、PPT、計分、夾娃娃機</p>
1-1			
2-1			
3-1			

三、總結活動（請寫詳案）

（一）總結：從故事中我們可以知道，用「愛」可以跟「髒話」說掰掰，溫柔善良的話語可以解決一切大小傷痛。因此我們要改變說髒話的習慣，學習如何將話說的漂亮，能正確表達自己的情緒，又不傷害別人。

（二）學習單一：我的髒話收集盒。請學生跟故事中的小男孩一樣，蒐集身邊聽過的髒話。羅列出髒話的來源與對象，愈完整者，課堂得分愈高。

（三）總計分，選出本堂模範生並頒獎。

-----第二節結束-----

一、引起動機

閱讀過上兩節課程中的繪本後，瞭解了髒話的類型以及來源，並體認到髒話帶給自己以及他人的情緒傷害，因此我們從本節課開始，將成為打擊髒話的高手，練習新的技巧來練習說好話。

二、展開活動（請寫詳案）

（一）說明新的技巧

（二）行為的步驟及提示

步驟	提示
1.深呼吸，先數到 10	遇到讓自己生氣的事，想要罵人的時候。
2.想一想，話中有哪些不好聽的字詞？	像是「搞甚麼東西」、「去死」、「哇靠」、「白癡」、「X 的」...等
3.選擇另外好的語詞作表達	像是「我很不舒服」、「令人很生氣」、「你這樣做讓我相當不開心」...等
4.試著用較為平靜、溫柔的方式說出來	

（三）示範（由老師、協同老師或同儕）

依據故事中的情節作推論的對話，由老師示範，依據新技巧的步驟來面對故事中衝突的情境。

（四）演練

老師示範之後，由每個學生選擇自己喜歡的角色做扮演。老師與協

5 分

15 分

5 分

25 分

學習單一

步驟海報

髒話故事
PPT、
角色扮演
腳踏墊

5-1
6-1
7-1

同老師依據新技巧的步驟讓學生做練習。

例:洗髮精王子到禮貌國時，一走進城，不小心撞到了一個迎面跑來的男人，兩個人撞在一起，跌倒了。

禮貌國城民：「是哪個該死的傢伙撞到我？你完蛋了！」

老師示範步驟；

1.先深呼吸，數到十

2.想想句子裡不好聽的話有:該死、完蛋

3.選擇另外好的語句表達：「是誰撞到我？我覺得好痛！」

(五) 回饋修正

三、總結活動

(一) 複習新技巧的步驟與說明。

(二) 作業。說明班級作業單和回家作業單的完成方式，並鼓勵學生依據步驟確實執行，下堂課前有完成者可加分。

(四) 總計分，選出本堂模範生並頒獎。

-----第三節結束-----

一、引起動機

上次課程已經練習過故事中的角色，面對衝突時應該改變的正向語言。此次我們將針對大家「髒話收集盒」裡的狀況作討論，每個人選一個情境做新技巧的步驟練習。

二、展開活動（請寫詳案）

(一) 說明新的技巧

(二) 行為的步驟及提示

步驟	提示
1.深呼吸，先數到 10	遇到讓自己生氣的事，想要罵人的時候。
2.想一想，話中有哪些不好聽的字詞?	像是「搞甚麼東西」、「去死」、「哇靠」、「白癡」、「X的」...等
3.選擇另外好的語詞作表達	
4.試著用較為平靜、溫柔的方式說出來	

計分板
作業單

學習單
一、
角色扮演
角踏
墊、
步驟
海報

10
分

5 分

20
分

5-1
6-1
7-1

2-2
3-1

	<p>(三) 示範 選擇功能較好的同學做示範。</p> <p>(四) 演練 依據每個學生的情境做步驟練習</p> <p>(五) 回饋修正</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 學習單二：打擊髒話大作戰。檢視自己的「說髒話」行為，並和同組同學做討論，想出面對負向情緒時，應該選擇哪一種更好的語言。</p> <p>(二) 複習、歸納今日活動重點、增強總結</p> <p>(四) 總計分，選出本堂模範生並頒獎。</p> <p>-----第四節結束-----</p>	15分	學習單二、夾娃娃機、計分板
延 伸 活 動	<p>可將活動擴大，帶至普通班級進行入班輔導，可進行「髒話大賽」或是「改造髒話哥(姊)」的全班性比賽，藉由同儕的改變以及認知的轉換，給予情緒行為障礙學生新的概念與學習環境。</p>		
備 註	<p>髒話的使用和環境十分有關，大部分的訊息來源相關於家庭，大人常使用髒話來反應情緒中的驚訝、不知所措與憤怒，脫口而出的口頭禪，原本不以為意，但都成了家中孩子仿效的對象。遇到情節嚴重的學生，不妨與家長溝通，一起配合，提醒對方，身教與言教的重要性。</p>		



步驟	提示
1.深呼吸，先數到 10	遇到讓自己生氣的事，想要罵人的時候。
2.想一想，話中有哪些不好聽的字詞？	像是「搞甚麼東西」、「去死」、「哇靠」、「白癡」、「X的」...等
3.選擇另外好的語詞作表達	像是「我很不舒服」、「令人很生氣」、「你這樣做讓我相當不開心」...等
4.試著用較為平靜、溫柔的方式說出來	

【附件二 繪本資訊】（或影片、教具等使用材料的資訊）

繪本名稱	洗髮精王子搶救髒話王國
作者	文/名木田惠子 圖/久保田真 譯/卓慧瑛
出版社	東雨出版社
簡介	洗髮精王子來自乾淨的泡泡王國，但他卻十分嚮往到外面的世界冒險。有一天，洗髮精王子遇見了一位來自「禮貌國」，卻滿口髒話的男生，原來，禮貌國被咚咚蚊入侵，所以全國百姓都得了髒話病，尤其是水噹噹公主更是嚴重。到底，洗髮精王子要如何拯救禮貌國呢？
繪本名稱	髒話
作者	文/帝迪耶·慕尼耶 圖/克里斯提昂·佛茲 譯/武忠森
出版社	三之三文化
簡介	髒話從哪裡來？為什麼會講髒話？作者從一個小孩子的角度出發，觀察周遭大人使用髒話的「時機」。小孩子耳濡目染，儲存在大腦裡的一個角落，等待適當的時候如法炮製，卻在長大後發現，髒話傷人，溫暖好聽的話才能彌補所有的傷痛。

【行為檢核表】

髒話ByeBye~

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※有做到的步驟請打√，檢查看看，你是不是都有做到了呢？

姓名 步驟	A 同學	B 同學	C 同學	D 同學	甲 老師	乙 老師
1.深呼吸， 先數到 10						
2.想一想，話中有 哪些不好聽的字 詞？						
3.選擇另外好的語 詞作表達						
4.試著用較為平 靜、溫柔的方式說 出來						
表現星等 (☆☆☆☆)						
今天的冠軍是 _____						



謔話收集盒

這是 年 班 收集王_____的盒子

我聽過的謔話	說話的人是誰	發生了甚麼事	我聽到的感覺是

打擊髒話大作戰

年 班 超級打擊王:

今天要消滅的敵人非常頑強，就是曾說過髒話的自己，無論是自首或是別人提供，只要在時間之內，找出可替代的「溫柔好話」，就能成為一名成功的打擊王！

我曾經說:

我可以改成這樣說:

我曾經說:

我可以改成這樣說:

我曾經說:

我可以改成這樣說:

我曾經說:

我可以改成這樣說:

我曾經說:

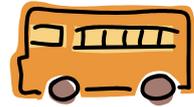
我可以改成這樣說:

打擊成功，認證老師簽名:

打擊謔話我最棒～學校篇

我的名字是：_____

日期：_____年_____月_____日



請針對以下所列之情境找兩位同學（或老師）做練習，如果有做到的步驟請打✓，需要提醒的請打△，完全沒做到的請畫×。記得記錄完成之後，要請協助練習的人幫你簽名喔！

步驟 \ 情境	籃球比賽輸了，隔壁班贏球的那隊，還洋洋得意的從我們教室前面走過去。 原本我會說： _____	同組的同學害我輸了比賽。 原本我會說： _____
1.深呼吸，先數到 10		
2.想一想，話中有哪些不好聽的字詞？		
3.選擇另外好的語詞作表達		
4.試著用較為平靜、溫柔的方式說出來		

★是誰陪我一起練習的？請簽名！

我的表現如何？

超讚！👍

還不錯！😊

再加油～😊



打擊脾氣我最棒～家庭篇

我的名字是：_____



日期：_____年_____月_____日

請針對以下所列之情境找家長（或鄰居、朋友）做練習，如果有做到的步驟請打✓，需要提醒的請打△，完全沒做到的請畫×。記得記錄完成之後，要請協助練習的人幫你簽名喔！

步驟 \ 情境	弟弟搶走我的彈珠超人，還摔斷了手腳才還給我。 原本我會說： _____	媽媽因為希望我準備考試而不准我玩最新的線上遊戲。 原本我會說： _____
1.深呼吸，先數到 10		
2.想一想，話中有哪些不好聽的字詞？		
3.選擇另外好的語詞作表達		
4.試著用較為平靜、溫柔的方式說出來		

★是誰陪我一起練習的？請簽名！

我的表現如何？

超讚!👍

還不錯!😊

再加油~😊



認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

項 目	基本溝通技巧	單 元 名 稱	超人氣小明星
指 導 者	王欣宜教授	設 計 者	臺中市北區篤行國小高宜芝
適 用 年 級	國小 低、中年級	教 學 節 數	3 節 120 分鐘
社 會 技 巧 問 題 分 析	<p>人際互動基本溝通技巧如眼神接觸、微笑、點頭在融合教育情境中與同儕互動過程是相當重要的，認知功能輕度缺損學生受限於先天生理因素影響，在班上與同學互動常表現出退縮被動，心裡雖然想交朋友，但由於缺乏基本溝通巧，常讓人覺得認知功能輕度缺損學生很冷漠，而漸漸成為班級中的獨行俠。</p>		
設 計 理 念 (課程目的)	<p>指導認知功能輕度缺損學生基本溝通技巧，可以讓學生學習以正向積極的態度與同學互動，不會因為缺乏基本溝通技巧而以被動退縮的方式或不適當的攻擊行為來表達想交朋友的意願，因此本教學活動設計透過討論與體驗活動方式，指導學生學習基本溝通技巧，以表現出適當的交友行為。</p>		
教 材 分 析	<p>本教材分為三部分，一開始以「超人氣微笑」繪本作為教材，說明「眼神接觸、微笑、點頭」技巧對增進友誼的重要性，接著說明技巧的步驟與提示，讓學生練習眼神接觸、微笑、點頭的技巧，最後並透過問答與演練的方式，讓學生熟悉此技巧與步驟，以期將行為內化並應用於日常生活的情境中。</p>		
能 力 指 標	<p>2-1-1-1 能適當使用非口語方式與人溝通 2-1-2-1 能在遇到認識的人時主動打招呼 2-1-2-2 能適當回應他人的問候</p>		
教學目標		具體行為目標	
<p>◎ 認知</p> <p>1. 能瞭解基本溝通技巧於交友中的重要性</p>		<p>1-1 瞭解面帶微笑的重要性 1-2 瞭解眼神接觸的重要性 1-3 瞭解點頭的重要性</p>	
<p>◎ 情意</p> <p>2. 能適當回應他人的問候意願與態度.</p>		<p>2-1 能具有回應他人問候的意願 2-2 能具有以適當行為回應他人問候的態度</p>	

<p>◎技能</p> <p>3 能主動與他人正向互動</p>	<p>3-1 能主動確認情境</p> <p>3-2 能依指示表現出合宜的眼神接觸</p> <p>3-3 能依指示表現出面帶微笑的表情</p> <p>3-4 能依指示表現出點頭的行為</p>			
<p>技巧分析</p>	<p>步驟</p>	<p>提示</p>		
	<p>1. 確認情境</p>	<p>同學在玩遊戲或聊天時，我想要一起加入嗎？</p>		
	<p>2. 選擇適當的溝通技巧：眼神接觸</p>	<p>聽到同學的邀請或詢問，要放下手邊的工作，眼睛看著對方的眼睛</p>		
	<p>3 選擇適當的溝通技巧：微笑</p>	<p>聽到同學的邀請或詢問，不要面無表情或擺臭臉，要面帶微笑回應別人</p>		
	<p>4 選擇適當的溝通技巧：點頭</p>	<p>聽到同學的邀請或詢問，不要沒有反應，要點頭表達自己已經知道別人的邀請</p>		
<p>5. 做出適當的行為</p>				
<p>具體行為目標代號</p>	<p>教學活動</p>		<p>時間</p>	<p>教學資源</p>
	<p>教學準備事項：</p> <p>◎ 教學對象：適用於資源班學生小組教學，也可運用在普通班全體教學活動上。</p> <p>◎ 準備工作：</p> <p>1. 說明上課規則：上課中不隨意發言，發言前要先舉手，有同學在發言時要安靜聆聽。</p> <p>2. 說明增強方法：累積發言點數，點數最多者可獲得最多獎勵（小組教學以個人累計，班級教學以小組累計）</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師事先將繪本《超人氣微笑》製作成 PPT，由老師講述</p>			

	<p>故事，並要求學生專心聆聽，故事講述完後，會有問題討論，答對問題的孩子可以獲得計分獎賞。</p> <p>故事內容: 故事中凱玲來到新學校，她希望可以交到許多新朋友。但是第一天上美術課時，她不小心撞到了同學的手，同學對她好生氣。下課時，同學在操場遊戲時，沒有人想要跟凱玲玩，她只好一個人孤孤單單的站在旁邊看。媽媽教她帶水果與同學分享，大家吃完就跑掉了。爸爸教她帶球去學校和同學玩，結果凱玲與同學搶球，還是交不到朋友。凱玲好傷心，告訴爺爺她不想去上學了，爺爺告訴她：「微笑最迷人了！」並教她超人氣微笑的方法，凱玲運用了超人氣微笑的方法，成功的與班上的同學成為好朋友。</p>	20分	繪本、單槍、PPT、計分卡
1-1	問題一：「同學在操場邊玩，為什麼沒有人想跟凱玲玩？」	20分	
1-2	問題二：「凱玲帶水果或球到學校與同學分享，為什麼大家還是不和她玩呢？」		
1-3	問題三：「想一想大家不跟凱玲玩的原因有哪些？」		
	問題四：「爺爺超人氣微笑的方法為什麼有用？你是否曾經有相同的經驗？」		
	問題五：「如果你是凱玲的同學，你認為凱玲交朋友的態度是什麼？你喜歡或不喜歡？」		
	問題六：「分享你交到朋友的方法？」		
	-----第一節結束-----		
3-1	二、展開活動	20分	
3-2	(一) 說明新技巧：		
3-3	從上節的討論中，同學都認為凱玲的態度的太冷漠，		
3-4	好像都沒有反應的樣子。老師說明與同學互動的基本溝通技巧有那些：		
	1. 確認情境：		步驟海報

	<p>同學在玩遊戲或聊天時，我想要一起加入。</p> <p>2. 選擇適當的溝通技巧</p> <p>面對同學的邀請或詢問，可以用「眼神接觸、微笑、點頭」等肢體語言表達想要加入的意願。</p> <p>3. 當自己表現出適當的行為，再觀察同學的反應是什麼。</p> <p>(二) 教師示範基本溝通技巧與同學練習：</p> <p>1. 教師與助教教師示範基本溝通技巧的表現方法，由助教教師飾演同學，教師依情境表現出適當的行為，例如以下的情境：</p> <p>2. 同學在討論掃地工作的分配，同學向我招手，我如何表現出適當的行為。</p> <p>助理教師：我們在討論掃地工作的事情，你要一起討論嗎？</p> <p>教師示範適當的行為：當同學跟我說話時，要將頭抬起，眼睛看著對方的眼睛，並面帶微笑回應別人我已經聽到了，思考同學的問題之後，可以用點頭方式表達自己的意願。教師示範完後，同學抽情境籤練習基本技巧。</p> <p>-----第二節結束-----</p>	20分	獎勵點
2-1	(1) 同學問我可不可以陪他去影印。	15分	情境籤
2-2	(2) 同學問我要不要一起去圖書館借書。		
3-1	(3) 上美術課，同學問我可不可以借他水彩筆。		
3-2	(4) 自然老師問我要不要一起加入實驗。		
3-3	(5) 同學問我要不要和他玩球。		
3-4	<p>(三) 回饋：</p> <p>老師看學生的練習，與學生一起討論練習結果，如果有不適當的行為，提示後請同學再將行為修正。</p>	10分	

	<p>三、總結活動</p> <p>(一)複習基本溝通技巧</p> <p> (1) 確認情境</p> <p> (2) 選擇適當的溝通技巧：眼神接觸</p> <p> (3) 選擇適當的溝通技巧：微笑</p> <p> (4) 選擇適當的溝通技巧：點頭</p> <p> (5)做出適當的行為</p> <p>(二)進行單元評量</p> <p>(三)發給學生學習單</p> <p>-----第三節結束-----</p>	15 分	作業單
延 伸 活 動			
備 註			

【附件一 超人氣小明星】

超人氣小明星

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※ 有做到的步驟請打✓，檢查看看，你是不是都有做到了呢？

姓名						
步驟						
1 確認情境						
2 選擇適當的溝通技巧：眼神接觸						
3 選擇適當的溝通技巧：微笑						
4 選擇適當的溝通技巧：點頭						
5 做出適當的行為						

【附件二 學習單】



我的姓名是：

日期： 年 月 日

小朋友，我們已經知道要成為超人氣小明星的方法與步驟，現在請你依下列的情境找班上的同學做練習，並請同學幫你記錄表現的結果，將學習單完成後交給老師，即可獲得獎勵點喔！加油，現在就開始吧！

步驟	情境	放學回家時，隔壁的阿姨邀請我參加小明的生日 party。	明天要進行戶外教學，坐在隔壁的同學問我要不要和他在同一組。
1 確認情境			
2 選擇適當的溝通技巧：眼神接觸			
3 選擇適當的溝通技巧：微笑			
4 選擇適當的溝通技巧：點頭			
5 做出適當的行為			

【附件三 繪本資訊】（或影片、教具等使用材料的資訊）

繪 本 名 稱	超人氣微笑
作 者	文/瑞塔·密雪兒 圖/艾力斯·艾利夫 翻譯/李永怡
出 版 社	臺灣麥克
簡 介	<p>故事中凱玲來到新學校，她希望可以交到許多新朋友。但是第一天上美術課時，她不小心撞到了同學的手，同學對她好生氣。下課時，同學在操場遊戲時，沒有人想要跟凱玲玩，她只好一個人孤孤單單的站在旁邊看。媽媽教她帶水果與同學分享，大家吃完就跑掉了。爸爸教她帶球去學校和同學玩，結果凱玲與同學搶球，還是交不到朋友。凱玲好傷心，告訴爺爺她不想去上學了，爺爺告訴她：「微笑最迷人了！」並教她超人氣微笑的方法，凱玲運用了超人氣微笑的方法，成功的與班上的同學成為好朋友。</p>

～自我主動相關領域～

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

項目名稱	能使用禮貌的字眼	單元名稱	我會說好話 (請、謝謝、對不起!)
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市南屯區文山國小辛淑菁
適用年級 適用學生	國小低、中年級學生	教學節數	3節 120分鐘
社會技巧 問題分析	<p>認知功能輕度缺損學生(情障、學障、亞斯柏格症)因為社會判斷力不佳，面對”環境惡意的嘲弄”或”開開玩笑的幽默”無法做正確判斷，很容易用”生氣”來自我防衛，加上語彙提取困難，不擅用適當的字眼表達自己的感覺，就直接出口成讎，滿口穢言；認知功能輕度缺損學生社會判斷力不佳，即使別人幫他，也常被他人誤會而遭責罵，給別人”不知感恩”的感覺，導致人際關係不佳。</p> <p>此外，認知功能輕度缺損學生因為在普通班長期處於”習得無助感”，一遇到課業上的挫折，往往心情瞬間變差，”口出惡言”來消除對自己能力不足的懊惱，甚至遷怒周遭人(同學和師長)，惡言相向，一則給別人不禮貌的印象，導致在同學間人際關係不好，二則”出口成讎”來表達自己不開心(嘴巴很不甘)，長久下來也不易得到長輩的疼愛。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>教導認知功能輕度缺損學生「如何使用禮貌的字眼」，面對心中的不快或挫折時，能夠控制情緒，使用適當的字眼、適當的用詞，不致因「禍從口出」而使事情和人際關係更加惡化，相反的，如果教導學生學習待人接物，「使用禮貌的字眼」去處理、去應對周遭的事情，必能增進人際關係、有助獲得友誼，並增進生活品質和樂趣。</p>		
教材分析	<p>教材分為三大部分，一開始以「小魯的羽毛」繪本作為教材，討論「出口成讎」的行為後果(壞處)，強調「能使用禮貌字眼」的重要性(好處)，並說明「控制口語用詞」技巧的步驟及提示，第二部分透過「心心相印」班級活動，讓學生自己體會，並了解別人聽到「不禮貌的話」的感覺，大家都不喜歡被言語暴</p>		

	<p>力的感覺，最後藉由「微電影卡麥拉」小組活動來進行情境演練，輔以學習單和檢核表，讓認知功能輕度缺損學生能經由學校和家裡各種情境的練習，而慢慢熟練技巧步驟和提示，以便在實際生活情境中活用出來。</p>
<p>能力指標</p>	<p>2-1-1-2 能適當使用口語方式與人溝通。</p> <p>2-2-1-2 能禮貌地表達自己意見。</p> <p>2-2-3-4 能在無法接受個人或團體的要求時，禮貌性地拒絕。</p> <p>3-1-1-4 能以適當的身體動作或口語表達需求(如：舉手或說「我不會」、「教我」等求助語)。</p>
<p>教學目標</p>	<p>具體行為目標</p>
<p>◎認知</p> <p>1. 可以察覺到別人對自己不禮貌的言語感到生氣。</p> <p>2. 可以知道自己所說出的不禮貌的字眼有哪些。</p> <p>3. 可以知道「我想要---(控制口語用詞)」的步驟。</p> <p>◎情意</p> <p>4. 可以尊重別人有專屬物的所有權。</p> <p>5. 可以尊重別人有權做決定。</p> <p>◎技能</p> <p>6. 有需求時，可以使用禮貌性的字眼去表達自己的需求。</p> <p>7. 可以用禮貌性的字眼去說出自己的感謝。</p>	<p>1-1 能從表情、口氣等察覺到別人在生氣我。</p> <p>2-1 能說出自己語句中，那些語詞是不禮貌的。</p> <p>3-1 可以逐條說出技巧的步驟。</p> <p>4-1 可以尊重別人的物品，要開口借用才可以動用。</p> <p>5-1 可以對別人的幫忙心存感恩。</p> <p>5-2 可以尊重別人有權說不。</p> <p>6-1 可以依照「我想要—的步驟」去表達自己的需求。</p> <p>6-2 可以依照「拜託的用語」去表達自己的需求。</p> <p>7-1 當別人幫忙自己時，可以說出禮貌性的「謝謝！」二字來表達感謝。</p>

8. 可以用禮貌性的字眼去處理別人的拒絕。	8-1 可以依照「被拒的用語」，禮貌性地回應被拒的情緒。 8-2 在被拒之後，可以找下一位同學，或找老師解決問題。		
技巧分析	當我想要——我怎麼說（控制口語用詞）		
	步驟	提示	
	1. 有需求，數到 10	我有需求(想借物，想加入)， 我穩住衝動，數到 10， 深呼吸	
	2. 選用「拜託的用語」	動動腦(請、對不起、我可以——嗎?) 句型 1：我(不會)，請(教)我！ 我(沒有)，請(借)我！ 句型 2：我可以(向你借——、加入你們)嗎？	
	3. 勇敢慢慢說	慢慢說出自己的需求	
	4-1. 對方 OK 說謝謝！	對方接受我的請求時，說：謝謝！	
	4-2. 對方不 OK，ABC	對方拒絕我的請求時 A. 數到 10 (深呼吸) B. 選用「被拒的用語」 句型 1：好，謝謝！ 句型 2：我尊重你的決定！ C. 從頭試試看：找下一位同學，或找老師（解決問題）。	
具體 行為 目標 代號	教學活動	時間	教學資源

教學準備事項：

◎教學對象：以資源班 1 名高年級輕度智障（情障）學生為教學對象，加入該生 3-4 名普通班同儕，採小組方式進行課程。

◎準備工作：

1. 說明上課規則：

我的寶貝獎勵制度 加油！辛淑菁老師

獎勵的項目
做到 1 次：加 1 點(分)！
1. 準時到達教室上課
2. 有帶：聯絡簿、功課、鉛筆盒、課本、習作、附件(生字甲、乙本)
3. 家長和導師都有簽名(聯絡簿)
4. 我在座位上坐好
5. 我先舉手再問問題
6. 我會幫助同學

2. 說明增強方法：

如果有符合以下項目者，一個行為就得到一個點，累計後可以依照”獎勵品的兌換表”的點數，去兌換想要的禮物。

行為項目如下：準時到達教室上課；有帶聯絡簿、功課、鉛筆盒、課本、習作、附件(生字甲、乙本)者；家長和導師都有簽名(聯絡簿)；我在座位上坐好；我先舉手再問問題；我會幫助同學

獎勵品的兌換表
1. 卡通貼紙、卡片、梳子：5 個點
2. 文山貼紙、鉛筆：10 個點
3. 彩虹筆：10 個點
4. 小玩具：10 個點
5. 玩具望遠鏡：10 個點
6. 橡皮擦：15 個點
7. 笑話書：15 個點
8. 皮包：15 個點
9. 筆芯、相框：20 個點
10. 書套：20 個點
11. 存錢筒：20 個點
12. 布偶：30 個點
13. 自動鉛筆：15 個點
14. 原子筆：25 個點

5 分

附件 2(控制口語用詞 步驟提示卡)

附件 4 (獎勵制度)

<p>1-1</p> <p>2-1</p>	<p>3. 老師準備繪本、獎勵品、「當我想要---我怎麼說（控制口語用詞）」步驟提示卡。</p> <p>一、引起動機</p> <p>（一）先說明「小魯的羽毛」繪本（故事簡介見附件1）的故事內容，再與學生進行討論：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 故事裡有哪些人物？（<u>小魯</u>、<u>小塔</u>、村裡的男孩們、智慧老人） 2. 故事裡出現哪些動物？（牧羊犬、小羊） 3. <u>小魯</u>有什麼習慣讓村裡的男孩們都覺得很不舒服？ （小魯常說髒話，大家常勸也改不掉。） 4. <u>小塔</u>為什麼要像<u>小魯</u>道歉？（因為<u>小塔</u>的牧羊犬不小心咬了<u>小魯</u>的羊） 5. <u>小魯</u>如何回應<u>小塔</u>的道歉？（<u>小魯</u>不管三七二十一，破口大罵。） 6. <u>小塔</u>聽到<u>小魯</u>的謾罵，有什麼反應？其他人有什麼反應？（<u>小塔</u>傷心又生氣，其他人也覺的小路時在太過分了，漸漸不願意和<u>小魯</u>做朋友） 7. <u>小魯</u>找誰幫忙想改掉壞習慣？（智慧老人） 8. 智慧老人提供什麼方法？（在山頂打開裝滿羽毛的袋子，太陽下山前將羽毛全部回收回袋子中） 9. <u>小魯</u>有沒有認真執行智慧老人的交代？（很認真！） 10. <u>小魯</u>有沒有達成智慧老人的交代？（沒有，只回收不到十分之一的羽毛） 11. 智慧老人為什麼說說出口的話和飛出去的羽毛一樣？ （無論如何也沒辦法收回來，髒話對別人的傷害無法彌補。） 	<p>10 分</p>	<p>繪本(附件 1 繪本簡介)</p>
-----------------------	--	-------------	----------------------

	<p>12. <u>小魯</u>後來將什麼東西放在口袋裡？（一根羽毛）</p> <p>13. 一根羽毛可以提醒<u>小魯</u>什麼事？（說出口的話是收不回來的）</p>		
<p>1-1</p> <p>2-1</p> <p>4-1</p> <p>5-1</p> <p>5-2</p>	<p>（二）說明「使用禮貌性字眼」技巧的重要性，及如果處理不好會造成的後果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 我會使用「禮貌性的字眼」去請求別人的幫忙。 2. 我有理念：每個人都有自己物品的決定權，我也一樣。 3. 我有理念：別人有權利拒絕我的要求。 4. 當別人接受我的要求時，我可以說出：「謝謝你！」。 5. 當別人拒絕我的要求時，我可以深呼吸 10 秒鐘，讓自己和別人不會受傷。 6. 當別人拒絕我的要求時，我可以另選其他人，讓自己繼續練習去解決當前的問題。 	<p>5 分</p>	<p>附件 2(控制口語用詞 步驟提示卡)</p>
<p>3-1</p> <p>6-1</p> <p>6-2</p> <p>7-1</p>	<p>二、展開活動</p> <p>（一）說明新的技巧</p> <p>主教者呈現「控制語言用詞」步驟提示卡，說明今天要教導的是「拜託別人的用語、面對別人的拒絕」技巧。</p> <p>（二）行為的步驟及提示</p> <p>主教者呈現「控制語言用詞」步驟，逐項進行說明。</p> <p>（三）示範（由老師示範）</p> <p>情境：在自然課時，我想要借橡皮擦</p> <p>主教者說明情境：上自然課時，在寫自然習作，我突然發現我沒有橡皮擦可以擦。</p>	<p>10 分</p>	<p>附件 3（行為檢核表）</p>

6-1

1. 有需求，數到 10：
我有需求(想借物，想加入)，
我穩住衝動，數到 10， 深呼吸

4-1

2. 選用「拜託的用語」：
動動腦(請、對不起、我可以---嗎?)
句型 1：我(不會)，請(教)我!
我(沒有)，請(借)我!
句型 2：我可以(向你借--、加入你們)嗎?

3. 勇敢慢慢說：
慢慢說出自己的需求

主教者對著上課中任挑一位同學甲說(示範，慢慢說出)：

我沒有帶橡皮擦，請借我橡皮擦！

我沒有帶橡皮擦，請問小 x，我可以借向你橡皮擦嗎？

甲：好！借妳啦！

4-1. 對方 OK 說謝謝！
對方接受我的請求時，說：謝謝！

主教者：謝謝！

主教者再向另一位同學問(示範，慢慢說出)：

我沒有帶橡皮擦，請借我橡皮擦！

我沒有帶橡皮擦，請問小 x，我可以借向你橡皮擦嗎？

直到有小朋友說：不要(借妳)！

5-1

7-1

4-2. 對方不 OK，ABC：
對方拒絕我的請求時
A. 數到 10 (深呼吸)
B. 選用「被拒的用語」
句型 1：好，謝謝！
句型 2：我尊重你的決定！
C. 從頭試試看：找下一位同學，或找老師(解決問題)。

主教者(示範深呼吸，輕聲數到 10)：1、2、3、4、5、6、7、8、

9、10，好，謝謝！我尊重你的決定！

主教者再向另一位同學問(示範，慢慢說出)：

附件 2(控制口
語用詞 步驟提
示卡)

附件 2(控制口
語用詞 步驟提
示卡)

	<p><u>我沒有帶橡皮擦</u>，<u>請借我橡皮擦</u>！</p> <p>我沒有帶橡皮擦，<u>請問</u>小 x，<u>我可以借向你橡皮擦嗎</u>？</p> <p>如果沒有同學可借了，主教者示範說：老師！我沒有橡皮擦，我向同學借不到橡皮擦，老師<u>請借我</u>橡皮擦。</p> <p>(四) 演練 (輪流兩人兩人練習對話)</p> <p>5-2 情境：在美勞課時，我想要借剪刀</p> <p>8-1 對話如同(三)</p> <p>8-2 (五) 回饋修正</p> <p>輪流兩人練習對話，其他同學和老師在旁比對”行為檢核表的步驟”，並在”行為檢核表”上做勾選。</p> <p>其他同學依照”行為檢核表的步驟”口語提示練習中的兩位主角，可以”發言提示”的學生，一次”發言提示”可以得到一分，累計多次”發言提示”，就可以累計很多分數(點數)，下課後可以兌換獎勵品。</p> <p>1-1 三、綜合活動</p> <p>5-1 (一) 複習：「控制口語用詞 步驟」</p> <p>5-2 (二) 增強：學生完成一次就給予積點，並有立即性的小點心獎勵品。</p> <p>6-1 (三) 作業：發回家作業單</p> <p>-----第一節結束-----</p> <p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：以資源班 1 名高年級輕度智障 (情障) 學生為教學對象，加入該生 3-4 名普通班同儕，採小組方式進行課程。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1. 說明上課規則和增強方法(同第一節課)：</p> <p>如果有符合以下項目者，一個行為就得到一個點，累計後可</p>		<p>附件 3(行為檢核表)</p> <p>5 分</p> <p>作業單(第一節)</p> <p>5 分</p>
--	---	--	--

	<p>以依照”獎勵品的兌換表”的點數，去兌換想要的禮物。</p> <p>行為項目如下：準時到達教室上課；有帶聯絡簿、功課、鉛筆盒、課本、習作、附件(生字甲、乙本)者；家長和導師都有簽名(聯絡簿)；我在座位上坐好；我先舉手再問問題；我會幫助同學</p> <p>2. 「學習單 心心相印」、獎勵品</p> <p>一、引起動機</p> <p>2-1 (一) 交回第一節發下的回家作業單</p> <p>4-1 (二) 讓大家講一段上課或下課時的對話，紀錄每段對話，</p> <p>5-1 再引導大家思考哪幾句對話會感到舒服，哪幾句對話會感到不舒服。</p> <p>二、展開活動</p> <p>1-1 (一) 每一組發下學習單，一組一張，請組長在學習單上寫</p> <p>2-1 下組別，以及每個人的姓名。</p> <p>5-2 (二) 大家討論哪些哪幾句對話會感到舒服，哪幾句對話會感到不舒服，完成學習單的連線。</p> <p>(三) 大家討論哪些”用詞”會感到舒服，哪幾句對話會感到不舒服，每組輪流發表。</p> <p>6-1 三、總結活動</p> <p>6-2 (一) 複習、歸納今日活動重點(每個對話的用語大家的感覺可能不太一樣，有的人可能覺得舒服，有的人可能覺得不太舒服，要學習在把話說出口前，練習先停一下，</p> <p>7-1 問自己是否感到舒服再說出口。)</p> <p>8-1 (二) 增強：學生完成一次就給予積點，並有立即性的小點心獎勵品。</p> <p>8-2 (三) 作業：發回家作業單</p> <p>-----第二節結束-----</p>	<p>10 分</p> <p>15 分</p> <p>10 分</p>	<p>附件 4(獎勵制度)</p> <p>學習單 心心相印(第二節)</p> <p>作業單(第二節)</p>
--	---	-------------------------------------	--

3-1	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：以資源班 1 名高年級輕度智障（情障）學生為教學對象，加入該生 3-4 名普通班同儕，採小組方式進行課程。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1. 說明上課規則和增強方法(同第一節課)：</p> <p>如果有符合以下項目者，一個行為就得到一個點，累計後可以依照” 獎勵品的兌換表” 的點數，去兌換想要的禮物。</p> <p>行為項目如下：準時到達教室上課；有帶聯絡簿、功課、鉛筆盒、課本、習作、附件(生字甲、乙本)者；家長和導師都有簽名(聯絡簿)；我在座位上坐好；我先舉手再問問題；我會幫助同學</p> <p>2. 「學習單 微電影卡麥拉 情境練習」、獎勵品</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 交回第二節發下的回家作業單</p> <p>(二) 複習技巧的步驟及提示</p> <p>二、展開活動</p> <p>(一) 角色扮演</p> <p>老師向學生說明本節課的活動是「微電影卡麥拉」，每次請 2 位同學到台上抽出情境卡片，分配角色後(甲同學：有需求的人、乙同學：被拜託的人)，開始對話演戲。老師在同學演戲過程中，可視情況給予口頭提示或肢體提示，並請其他同學逐項檢核每個步驟和提示是否一一做到。</p> <p>情境 1：在自然課時，我想要借橡皮擦 (演練的步驟同第一節)</p> <p>情境 2：在美勞課時，我想要借剪刀(演練的步驟如同情境 1)</p>	5 分	附件 4 (獎勵制度)
		10 分	
		20 分	學習單(微電影卡麥拉 情境練習)

情境 3：在下課時，我想要加入大家的遊戲(演練的步驟如下)

情境 4：在下課時，我想要加入大家的討論(演練的步驟如同情境 3)

主教者說明情境：在下課時，我想要加入大家的「鬼抓人」遊戲。

3-1

1. 有需求，數到 10：
我有需求(想借物，想加入)，
我穩住衝動，數到 10，深呼吸

6-1

2. 選用「拜託的用語」：
動動腦(請、對不起、我可以---嗎?)
句型 1：我(不會)，請(教)我！
我(沒有)，請(借)我！
句型 2：我可以(向你借---、加入你們)嗎？

6-2

3. 勇敢慢慢說：
慢慢說出自己的需求

甲同學對乙同學(或一群人)說(慢慢說出)：

對不起，請問，我可以和你們一起玩嗎？

我可以加入你們嗎？

4-1. 對方 OK 說謝謝！
對方接受我的請求時，說：謝謝！

5-1

乙同學(或一群人)：好！一起玩啦！

7-1

甲同學：謝謝！

4-2. 對方不 OK，ABC：
對方拒絕我的請求時
A. 數到 10 (深呼吸)
B. 選用「被拒的用語」
句型 1：好，謝謝！
句型 2：我尊重你的決定！
C. 從頭試試看：找下一位同學，或找老師(解決問題)。

5-2

乙同學(或一群人)：我們不想跟你玩！

8-1

甲同學：(深呼吸，輕聲數到 10)：1、2、3、4、5、6、7、8、

附件 2(控制口
語用詞 步驟提
示卡)

附件 2(控制口
語用詞 步驟提
示卡)

附件 2(控制口
語用詞 步驟提
示卡)

8-2	<p>9、10，<u>好，謝謝！我尊重你的決定！</u></p> <p>主教者提示甲同學，等到下一次(下一個下課)，再向大家問一次可不可以一起玩(重複練習同樣的步驟)：</p> <p>甲同學對乙同學(或一群人)說(慢慢說出)：</p> <p><u>對不起，請問，我可以和你們一起玩嗎？</u></p> <p><u>我可以加入你們嗎？</u></p>		
5-2	<p>如果連續兩次同學都不答應和甲同學一起玩，主教者提示要向老師求救：老師！我想要和同學玩鬼抓人遊戲，但是同學都不答應和我一起玩。</p> <p>老師口頭安慰甲同學，並指導和探討甲同學向同學發問的過程是否有遵循步驟的禮貌性用語，此外，老師可以在上課中宣導，讓全班了解甲同學的困難和需求，以及如何幫助甲同學。)</p> <p>(二) 回饋、修正</p> <p>大家一起討論剛才同學表演的各種對話有沒有要修正的地方。</p> <p>三、總結活動</p>		
3-1	<p>(一) 複習、歸納今日活動重點(學習如何提出自己的請求、</p>	5 分	作業單(第3節)
6-1	<p>如何面對別人的拒絕，請大家重述步驟和提示。)</p>		
6-2	<p>(二) 增強總結：學生完成一次就給予積點，並有立即性的小點心獎勵品。</p> <p>(三) 作業：發回家作業單，請大家回家完成，並讓家長簽名。</p>		
	<p>-----第三節結束-----</p>		

心心相印

挑戰者是：_____

用心體會對方的感覺？（可重複連線）

喂！ 借我橡皮擦！	不被尊重的感覺
請借我橡皮擦！	很舒服， 被禮貌詢問
我要玩！	感到對方是好寶 寶，有禮貌
我可以加入你們的 遊戲嗎？	生氣的感覺
我不會， 請教我！	有被尊重的感覺
給我！快點！	感覺被壓迫
可以借給我橡皮擦 嗎？	感到對方好霸道！

老師認證(簽名獎勵)：_____

當我想要，我怎麼說 (練習 步驟有 4)

<p>1. 有需求，數到 10</p> <p>2. 選用「請、對不起、我可以---嗎？」</p> <p>3. 勇敢慢慢說</p>	<p>4-1. 對方 OK 說謝謝！</p> <p>4-2. 對方不 OK，ABC</p> <p>A. 數到 10 (深呼吸)</p> <p>B. 選用「被拒的用語」</p> <p>句型 1：好，謝謝！</p> <p>句型 2：我尊重你的決定！</p> <p>C. 從頭試試看：找下一位同學，或找老師(解決問題)。</p>
--	---

<p>1. 在自然課， 我想要借橡皮擦</p>	<p>2. 在美勞課時， 我想要借剪刀</p>
<p>3. 在下課時， 我想要加入大家的遊戲</p>	<p>4. 在下課時， 我想要加入大家的討論</p>

對方OK，說謝謝！

挑戰者是：_____

練習一下，當我想要，我怎麼說，步驟有 4

1. 有需求，數到 10	4-1. 對方 OK 說謝謝！
2. 選用「請、對不起、我可以---嗎？」	4-2. 對方不 OK，ABC
3. 勇敢慢慢說	A. 數到 10（深呼吸）
	B. 選用「被拒的用語」
	句型 1：好，謝謝！
	句型 2：我尊重你的決定！
	C. 從頭試試看：找下一位同學，或找老師（解決問題）。

當對方接受我的請求時，我可以---（請打勾，可複選）

向他說「謝謝！」

向他微微笑！

用大拇指向他比出謝謝的手勢！

向他說「你人真好！」

向他說「感恩喔！」

你真棒！ 請家長簽名：_____

心心相印

挑戰者是： _____

說話的用詞 - 對方的感覺？（可重複連線）

喂！	不被尊重的感覺 感到生氣
借我橡皮擦！	
請借我橡皮擦！	
我要玩！	
我可以加入你們的遊戲嗎？	有被尊重的感覺 感到很舒服
我不會，	
請教我！	
給我！快點！	
可以借給我橡皮擦嗎？	

家長認證簽名： _____

對方不OK，ABC

挑戰者是：_____

練習一下，當我想要，我怎麼說，步驟有 4

1. 有需求，數到 10	4-1. 對方 OK 說謝謝！
2. 選用「請、對不起、我可以---嗎？」	4-2. 對方不 OK，ABC
3. 勇敢慢慢說	A. 數到 10（深呼吸）
	B. 選用「被拒的用語」
	句型 1：好，謝謝！
	句型 2：我尊重你的決定！
	C. 從頭試試看：找下一位同學，或找老師（解決問題）。

當對方不接受我的請求時，我可以---（請打勾，可複選）

向他說「好，謝謝！」

離開，找下一位同學，從頭試試看。

向他說自己的感覺「我很難過，我找別人！」

向他說「我尊重你的決定！」

離開，找老師，從頭試試看。

你真棒！ 請家長簽名：_____

【附件 1 繪本資訊】

繪本名稱	小魯的羽毛
作者	文/王秀園(美國辛辛那提州立大學心理學博士) 圖/莊姿萍(復興商工美工科)
出版社	狗狗圖書有限公司
簡介	<p><u>小魯</u>是一位認真的牧羊男孩，但是因為習慣出口成髒，痛罵不小心做錯事的朋友，漸漸讓大家都不喜歡和他親近。</p> <p><u>小魯</u>為了改掉出口成髒的毛病，誠心誠意去找智慧老人幫忙，按照智慧老人的囑咐，在山頂上打開了一個裝滿羽毛的袋子，羽毛立刻被風吹得四處飛散，在太陽下山之前，<u>小魯</u>很努力收集羽毛，卻回收不到十分之一。</p> <p>智慧老人點醒<u>小魯</u>，人們說的話就像被風吹走的羽毛一樣無論如何也沒辦法收回來，而那些話對別人造成的傷害，也是無論如何都沒辦法彌補的。</p> <p><u>小魯</u>時時將一根羽毛放在口袋裡，提醒自己「說出口的話是收不回來的！」</p>

當我想要---我怎麼說

步驟	提示
1. 有需求，數到 10	我有需求(想借物，想加入)， 我穩住衝動，數到 10， 深呼吸
2. 選用「拜託的用語」	動動腦 (請、對不起、我可以---嗎?) 句型 1：我(不會)，請(教)我！ 我(沒有)，請(借)我！ 句型 2：我可以(向你借--、加入你們)嗎？
3. 勇敢慢慢說	慢慢說出自己的需求
4-1. 對方 OK， 說謝謝！	對方接受我的請求時，說：謝謝！
4-2. 對方不 OK，ABC	對方拒絕我的請求時 A. 數到 10 (深呼吸) B. 選用「被拒的用語」 句型 1：好，謝謝！ 句型 2：我尊重你的決定！ C. 從頭試試看：找下一位同學，或找老師 (解決問題)。

當我想要---我怎麼說

(控制口語用詞)

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※幫忙檢查看看，有做到的步驟請打√！

姓名 步驟	提示	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
1. 有需求，數到 10	我有需求(想借物，想加入)， 我穩住衝動，數到 10，深呼吸			
2. 選用「拜託的用語」	動動腦(請、對不起、我可以--- 嗎?) 句型 1：我(不會)，請(教)我！ 我(沒有)，請(借)我！ 句型 2：我可以(向你借--、加入 你們)嗎？			
3. 勇敢慢慢說	慢慢說出自己的需求			
4-1. 對方 OK 說謝謝！	對方接受我的請求時，說：謝謝！			
4-2. 對方不 OK，ABC	對方拒絕我的請求時 A. 數到 10 (深呼吸) B. 選用「被拒的用語」 句型 1：好，謝謝！ 句型 2：我尊重你的決定！ C. 從頭試試看：找下一位同學， 或找老師 (解決問題)。			

我的寶貝 獎勵制度

加油！加油！辛淑菁老師

<p>獎勵的項目</p> <p>做到 1 次：加 1 點(分)！</p>	<p>獎勵品的兌換表</p>
<p>1. 準時到達教室上課</p> <p>2. 有帶：聯絡簿、功課、鉛筆盒 課本、習作、附件(生字甲、乙本)</p> <p>2. 家長和導師都有簽名(聯絡簿)</p> <p>4. 我在座位上坐好</p> <p>5. 我先舉手再問問題</p> <p>6. 我會幫助同學</p>	<p>1. 卡通貼紙、卡片、梳子：5 個點</p> <p>2. 文山貼紙、鉛筆：10 個點</p> <p>3. 彩虹筆：10 個點</p> <p>4. 小玩具：10 個點</p> <p>5. 玩具望遠鏡：10 個點</p> <p>6. 橡皮擦：15 個點</p> <p>7. 笑話書：15 個點</p> <p>8. 皮包：15 個點</p> <p>9. 筆芯、相框：20 個點</p> <p>10. 書套：20 個點</p> <p>11. 存錢筒：20 個點</p> <p>12. 布偶：30 個點</p> <p>13. 自動鉛筆：15 個點</p> <p>14. 原子筆：25 個點</p>

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	自我相關/當事情不順心的時候	單元名稱	吼！今天怎麼那麼”衰”！
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市西屯區大鵬國小蔡于君
適用年級	國小中年級	教學節數	3 節 120 分鐘
社會技巧 問題分析	<p>普通班注意力缺陷過動症學生(以下簡稱為 ADHD 學生)的特質除了注意力不集中、過動、衝動以外，也可能因為社會技巧或情緒控制能力的欠缺，而有人際關係不佳或在團體中適應不良的情況。當事情不順心的時候，ADHD 學生容易將事情歸咎於他人或用許多藉口推託，而有不耐煩或生氣的情緒，甚至可能演變成攻擊、對立反抗等行為問題。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>教導在普通班的 ADHD 學生「如何面對事情不順心」，可以讓學生學習當事情不如己意時，能調整自己的想法，用另一個角度去看待事情，以減緩負面情緒的產生，進而積極的處理因應。</p> <p>本課程以社會學習理論為基礎，學習架構包含「注意歷程」、「保持過程」、「動作再現過程」等。透過他人的示範進行觀察，再用角色扮演讓學生進行演練，且搭配增強系統以維持動機。</p>		
教材分析	<p>教材分為三部分，一開始以「糟糕的一天」繪本作為教材，說明學習處理「當事情不順心時」技巧的重要性，並說明技巧的步驟及提示，第二部分透過「情緒轉轉盤」班級活動，讓學生了解每件事都有正、反兩面，用不同的角度看待事情，就會產生不同的情緒感受，最後藉由「吼先生、唉小姐」小組活動來進行情境演練，輔以作業單，讓 ADHD 學生能熟悉技巧步驟及提示，以利未來在生活情境中運用。</p>		
能力指標	<p>1-1-1-4 能分辨自己的負面情緒。</p> <p>1-1-1-4 能嘗試處理自己的負面情緒。</p> <p>1-2-3-3 能在遭遇不如意事件時自我安慰。</p> <p>2-1-1-4 能依情境適當回答問題。</p> <p>2-1-1-5 能依情境表達自己意見。</p> <p>3-1-1-2 能依指示完成簡單的工作。</p>		

		3-1-1-5 能遵守教室規則。	
教學目標		具體行為目標	
<p>1. 認知</p> <p>(1) 能察覺到事情不順心。</p> <p>(2) 能察覺到自己的情緒。</p> <p>(3) 能知道技巧的步驟。</p> <p>2. 情意</p> <p>(1) 能接受事情不順心的事實。</p> <p>3. 技能</p> <p>(1) 能依情境回答問題。</p> <p>(2) 能依情境表達自己意見。</p> <p>(3) 能依指示完成工作。</p> <p>(4) 當事情不順心時能作出適當的回應。</p> <p>(5) 能遵守教室規則。</p>		<p>1-1-1 能從別人的表情、說話等察覺到事情不順心。</p> <p>1-2-1 能從自己的表情、動作等察覺到不順心時自己的情緒。</p> <p>1-3-1 能說出技巧的步驟。</p> <p>2-1-1 能接受事情不順心的事實。</p> <p>3-1-1 能回答課堂中老師的問題。</p> <p>3-1-2 能回答事情不順心時適當的回應方法</p> <p>3-2-1 能依情境適當表達自己的意見。</p> <p>3-3-1 能依老師指示完成指定的工作。</p> <p>3-4-1 當事情不順心時，能冷靜下來。</p> <p>3-4-2 當事情不順心時，能選擇適當回應方法。</p> <p>3-5-1 能遵守教室規則。</p>	
技巧分析	步驟	提示	
	1. 發現事情不順心	發現事情和自己原本希望的不一樣	
	2. 冷靜下來深呼吸	停下來、深呼吸	
	3. 想一想這樣其實也不錯	想一想至少我還有...至少我還會... 至少我還可以...	
	4. 想一想接下來可以怎麼做	不理他、離開這裡、說出自己的感覺、找老師、做自己喜歡的事	
	5. 選擇一個好方法		
	6. 好方法來做做看		

具體行為目標代號	教學活動	時間	教學資源
	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：以資源班 1 名中年級 ADHD 學生為教學對象，加入該生 3-4 名普通班同儕，採小組方式進行課程。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1.說明上課規則：在黑板貼上學生姓名牌、上課規則牌，說明規則包含坐在位子上、桌面收乾淨、上課要專心、說話要舉手、聽老師的話。</p> <p>2.說明增強方法，在課堂中只要有好表現，就會得到 1 個✓，最後在課程結束前計算，1 個✓可以得到 1 個好寶章。</p>	5 分	附件-學生姓名牌、附件 2 上課規則牌
3-5-1 3-1-1 3-2-1	<p>一、引起動機</p> <p>(一)先說明「糟糕的一天」繪本(故事簡介見附件 1)的故事內容，再與學生進行討論：</p> <p>1.今天對<u>志成</u>來說，真是糟糕的一天，這一天發生了什麼事？(鉛筆掉到地上、被同學叫小蛇、在聯絡簿簽名寫錯媽媽的名字、上課吃錯<u>小傑</u>的午餐、上課不會做習題被<u>美美</u>罵、把飲水機的水噴到<u>小梅</u>的裙子上、<u>美美</u>說他不認得字、打棒球接不到球、害同學輸球、零用錢掉了不能買冰淇淋、唸錯課文、當值日生忘了澆花、把窗台上的花碰倒了)</p> <p>2.發生了這麼多事，<u>志成</u>的心情怎麼樣？</p> <p>3.同學覺得<u>志成</u>是怎麼樣的人？</p> <p>4.如果你是<u>志成</u>，你的心情會怎麼樣？</p> <p>5.如果你是<u>志成</u>，你會怎麼做？你會接受這樣的結果嗎？</p> <p>你怎麼看待這些不順心的事？</p>	10 分	繪本(附件 1 繪本簡介)

3-5-1	<p>6.如果<u>志成</u>選擇生氣，事情會怎麼發展？生氣對事情有幫助嗎？</p> <p>(二) 說明處理「當事情不順心時」技巧的重要性，及如果處理不好會造成的後果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.如果因為事情不順心就不開心，那整天的心情都會不好。 2.如果每件事都認為別人是故意的，自己就會心情不好。 3.如果自己心情不好，就感受不到別人的善意或提醒。 4.如果感受不到別人的善意或提醒，就容易誤解別人或傷害別人，也可能傷害到自己。 <p>二、展開活動</p> <p>(一) 說明新的技巧</p> <p>主教者呈現「當事情不順心時」字卡，說明今天要教導的是處理「當事情不順心時」的技巧。</p> <p>(二) 行為的步驟及提示</p> <p>主教者呈現「當事情不順心時」步驟及提示海報，逐項進行說明。</p> <p>(三) 示範</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.主教者和助教以「生日禮物」情境，示範正向的情境演練。 <p>助教（扮演媽媽）：這是你的生日禮物（一盒拼圖），生日快樂！</p> <p>主教者：（我原本以為是機器人，結果是拼圖，和我原本希望的不同。）</p> <p>主教者：（停下來，不說話，深呼吸2次。）</p> <p>主教者：（想一想”至少我還有拼圖”。）</p>	5分	附件3字卡
		5分	附件4海報
		10分	附件4海報 行為檢核表

<p>3-3-1</p> <p>1-3-1</p>	<p>主教者：(想一想接下來該怎麼做，如：轉身走掉、轉送給妹妹或謝謝媽媽等。)</p> <p>主教者：(選擇一個好方法，如：謝謝媽媽。)</p> <p>主教者：(好方法來做做看，如：謝謝媽媽。)</p> <p>助教：(結果媽媽很高興。)</p> <p>2.示範過程中，引導同學說出步驟及提示，並請同學逐項檢核每個步驟和提示。</p>		
	<p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點：請大家看著海報重述步驟和提示。</p> <p>(二) 增強總結：總結大家得到幾個✓，1個✓可以得到1個好寶寶章。</p> <p>(三) 作業：發下作業單，請大家回家完成，在下次上課時帶來。</p> <p>-----第一節結束-----</p> <p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：到一名資源班 ADHD 學生就讀的普通班，入班進行「情緒轉轉盤」全班活動。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1.說明上課規則：依班級座位將全班分為6組，在黑板貼上上課規則牌，說明規則包含坐在位子上、桌面收乾淨、上課要專心、說話要舉手、聽老師的話。</p> <p>2.說明增強方法，在課堂中只要有好表現，就會得到1個✓，最後在課程結束前計算，1個✓可以得到1個好寶寶章。</p>	<p>5分</p> <p>5分</p>	<p>作業單(第一節)</p> <p>附件2上課規則牌</p>

3-5-1	<p>一、引起動機</p> <p>以「半杯水」的故事，來帶出今天的主題，引導大家思考看待事情的角度不同，自己的心情也會不一樣。</p> <p>（桌上有半杯水。甲說：桌上只剩半杯水了，唉～我只剩半杯水可以喝；乙說：真好！桌上還有半杯水，我還有半杯水可以喝。）</p>	2分	
3-3-1	<p>二、展開活動</p> <p>（一）每一組發下「情緒轉轉盤」學習單（一組一張），請組長在學習單上寫下組別。</p>	3分	
3-5-1	<p>（二）主教者說明「情緒轉轉盤」學習單的內容，透過抽籤決定每一組的主題。學習單的中間有一個轉盤，請每組同學先將抽到的主題寫在中間的圓圈裡，再討論這件事</p>	25分	學習單（第二節）
3-2-1	<p>「原本會有什麼結果」、「原本會有什麼心情」及「原本其他人會有什麼感覺」，並寫在對應的欄位裡。</p>		附件5情緒轉轉盤狀況卡片
1-2-1	<p>（三）左半邊轉盤完成後，再請各組討論如果換個角度想，會有什麼不同的想法、不同的感覺及不同的結果，最後也分別寫在轉盤右邊對應的欄位裡。</p> <p>（四）完成學習單後，請各組分享討論的結果。</p>		
	<p>三、總結活動</p> <p>（一）複習、歸納今日活動重點。</p> <p>（二）增強總結：總結大家得到幾個✓，1個✓可以得到1個好寶寶章。</p> <p>（三）可將各組的「情緒轉轉盤」學習單作為教室佈置。</p> <p>-----第二節結束-----</p>	5分	

	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：以 1 名資源班中年級 ADHD 學生為教學對象，加入該生 3-4 名普通班同儕（與第一節參與之學生相同），採小組方式進行「吼先生、唉小姐」活動。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1.說明上課規則：在黑板貼上學生姓名牌、上課規則牌（坐在位子上、桌面收乾淨、上課要專心、說話要舉手、聽老師的話）。</p> <p>2.說明增強方法，在課堂中只要有好表現，就會得到 1 個✓，最後在課程結束前計算，1 個✓可以得到 1 個好寶寶章。</p> <p>一、引起動機</p> <p>（一）交回第一節發下的回家作業單</p> <p>（二）複習技巧的步驟及提示</p> <p>二、展開活動</p> <p>（一）演練</p> <p>說明今天的活動是「吼先生、唉小姐」，每次請 2 位同學到台上抽出情境卡片，分配角色後開始演戲。主教者在同學演戲過程中，可視情況給予口頭提示或肢體提示。請其他同學逐項檢核每個步驟和提示。</p> <p>（二）回饋修正</p> <p>討論剛才同學演戲有沒有要修正的地方。</p> <p>三、總結活動</p>	<p>5 分</p> <p>25 分</p> <p>10 分</p>	<p>附件-學生姓名牌</p> <p>附件 2 上課規則牌</p> <p>附件 4 海報</p> <p>附件 6 情境卡片</p> <p>行為檢核表</p>
--	---	------------------------------------	--

【行為檢核表】

當事情不順心時

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※幫忙檢查看看，有做到的步驟請打✓！

姓名 步驟	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
1.我發現事情不順心						
2.冷靜下來深呼吸						
3.想想這樣其實也不錯						
4.想一想接下來該怎麼做						
5.選擇一個好方法						
6.好方法來做做看						

當事情不順心時

挑戰者是：_____

共有 6 個步驟，還有 4 個沒有排好，請你排出正確的順序並寫下來。

（好方法來做做看、想一想這樣其實也不錯、冷靜下來深呼吸、選擇一個好方法）

第 1 個步驟：我發現事情不順心。

第 2 個步驟：_____。

第 3 個步驟：_____。

第 4 個步驟：想一想接下來該怎麼做。

第 5 個步驟：_____。

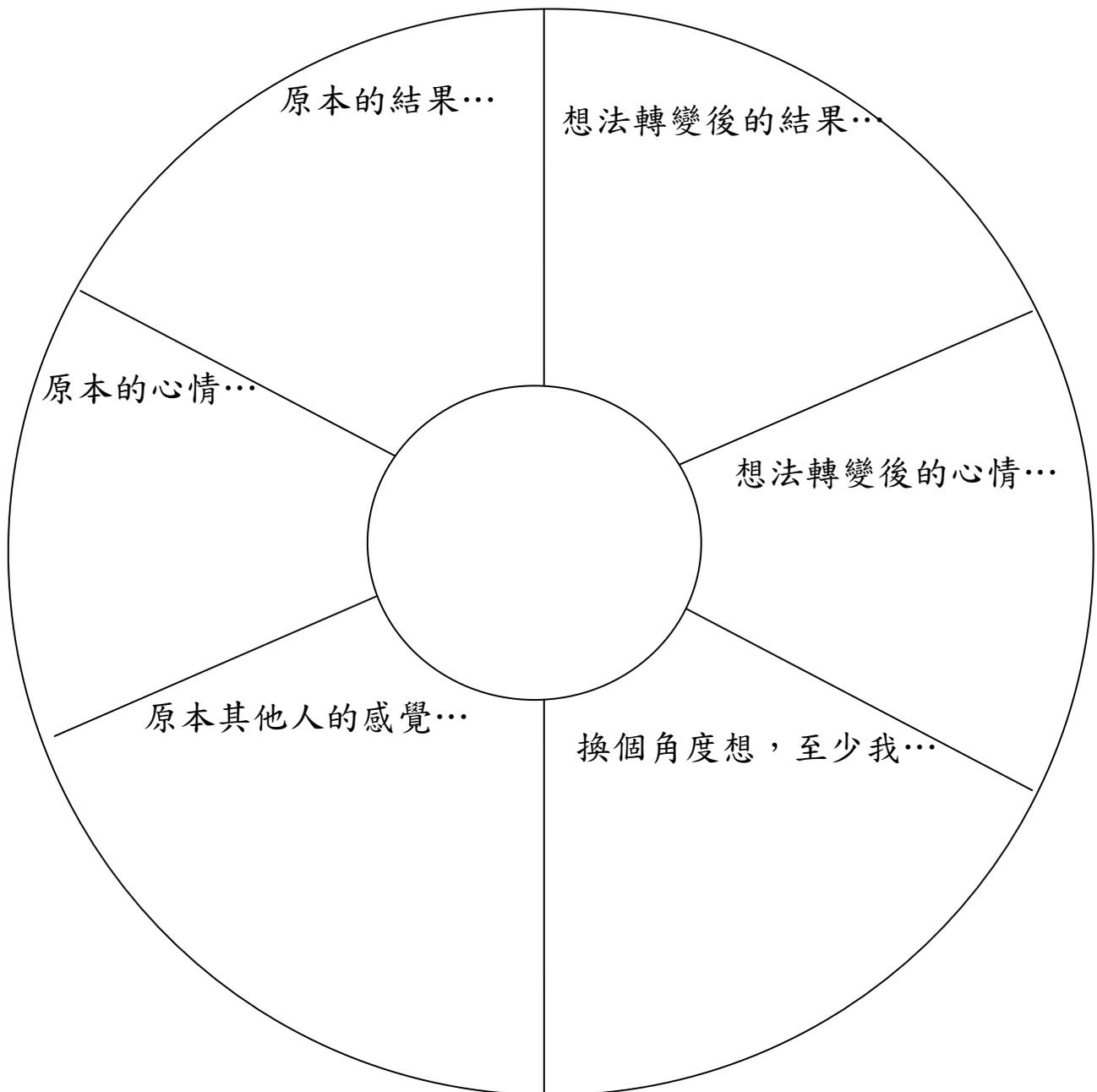
第 6 個步驟：_____。

恭喜你！完成挑戰！ 請家長簽名：_____

情緒轉轉盤

挑戰者是第____組，成員是_____

日期：____年____月____日



當事情不順心時

挑戰者是：_____

複習一下！面對不順心時的6個步驟：

- | | |
|--------------|---------------|
| 1.我發現事情不順心 | 4.想一想接下來可以怎麼做 |
| 2.冷靜下來深呼吸 | 5.選擇一個好方法 |
| 3.想一想這樣其實也不錯 | 6.好方法來做做看 |

如果你覺得事情不順心，有什麼好方法呢？請在你選的好方法前面打圍！

- | | |
|------------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 不理他 | <input type="checkbox"/> 離開這裡 |
| <input type="checkbox"/> 把他們的東西藏起來 | <input type="checkbox"/> 找老師 |
| <input type="checkbox"/> 做自己喜歡的事 | <input type="checkbox"/> 罵回去 |
| <input type="checkbox"/> 跟他們說自己的感覺 | |

還有沒有其他的好方法呢？_____。

好棒喔！完成了！ 請家長簽名：_____

情緒大風吹

挑戰者是：_____

複習一下！

當事情不順心時的6個步驟~

- 1.我發現事情不順心
- 2.冷靜下來深呼吸
- 3.想一想其實這樣也不錯
- 4.想一想還可以怎麼做
- 5.選擇一個好方法
- 6.好方法來做做看

最近我覺得不順心，因為_____。

我那時候感覺 很生氣 很煩 很討厭 沒什麼 他很好笑

其他：_____

我用了什麼方法回應？

不理他

離開這裡

把他們的東西藏起來

找老師

做自己喜歡的事

罵回去

跟他們說自己的感覺

其他：_____

事情的結果我滿意嗎？ 滿意 還好 不滿意

下次如果我又覺得不順心，我會怎麼做？_____

完成挑戰啦！你真棒！ 請家長簽名：_____

【附件 1 繪本資訊】

繪 本 名 稱	糟糕的一天
作 者	文/派翠西亞賴利吉輔 圖/蘇珊娜內蒂 譯/漢聲雜誌
出 版 社	漢聲文化事業有限公司
簡 介	<p>今天對<u>志成</u>來說，真是糟糕的一天！在學校裡，他先是吃錯<u>小傑</u>帶來的午餐。然後，又不小心弄溼了<u>小梅</u>的裙子。他還忘了習題該怎麼做。下課玩的時候，他不但漏接了球，害他那一隊比輸，而且還把冰淇淋的錢給掉了。後來，<u>林</u>老師又注意到值日生忘了澆花。猜猜看！誰是值日生？</p> <p>希望小朋友能從這本幽默而生動的圖畫書中，學習面對挫折的勇氣，健康快樂的成長。</p>

1. 坐在位子上

2. 桌面收乾淨

3. 上課要專心

4. 說話要舉手

5. 聽老師的話

【附件 3 字卡】

當事情不順心時

當事情不順心時

步驟	提示
1.發現事情不順心	發現事情和自己原本希望的不一樣
2.冷靜下來深呼吸	停下來、深呼吸
3.想一想這樣其實也不錯	想一想至少我還有...至少我還會...至少我還可以...
4.想一想接下來可以怎麼做	不理他、離開這裡、說出自己的感覺、找老師、做自己喜歡的事
5.選擇一個好方法	
6.好方法來做做看	

考試考了 98 分

大隊接力跌倒
了, 我們班從
第一名變成最
後一名

同學不想跟我
一組, 結果我
自己一個人一
組

抽獎沒有抽中

買了一支甜
筒, 但是同學
撞到我, 結果
甜筒掉到地上

想用點數換驚
喜包, 但是最
後一個被換走
了

吼~ 又是我，每次
都叫我去倒垃圾！

唉~ 他一直說
我秀逗！

吼~ 幹嘛拿我的
橡皮擦啦！

唉~ 媽媽忘了幫我
簽聯絡簿！

吼~ 今天的功課
怎麼那麼多！

唉~ 今天英文
考了 0 分！

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	注重自己的衛生	單元名稱	清潔達人！
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市西屯區大鵬國小蔡于君
適用年級	國小中年級	教學節數	5 節 200 分鐘
社會技巧 問題分析	<p>認知功能輕度缺損學生在普通班的團體生活中，可能因為身體、衣物不潔或衛生習慣不佳而遭致同儕反感，影響他們在班上的人際關係。當面對同儕的不友善的態度，他們也可能因為本身社會技巧能力的欠缺，不知道如何應對，而產生生氣、挫折或難過等情緒，長久下來除了本身的情緒困擾外，也會使人際關係更加惡化。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>教導在普通班的認知功能輕度缺損學生「重視自己的衛生」，可以讓學生瞭解保持身體衣物整潔及良好衛生習慣的重要性，學習如何保持身體衣物整潔，並養成良好的衛生習慣。</p> <p>本課程以社會學習理論為基礎，學習架構包含「注意歷程」、「保持過程」、「動作再現過程」等。透過他人的示範進行觀察，再用角色扮演讓學生進行演練，且搭配增強系統以維持動機。</p>		
教材分析	<p>教材分為四部分，第一部分以「不愛洗澡的小豬」繪本作為教材，說明「保持身體衣物整潔」的重要性，第二部分透過「我們這一班」的角色扮演，讓學生了解「養成良好衛生習慣」的重要性，並說明技巧的步驟及提示，第三部分透過兩節課的「清潔達人」分組討論，讓學生學習身體清潔及維持衣物整潔的技巧，最後透過「乾淨四超人」活動來進行情境演練，複習技巧的步驟及提示，並輔以作業單，以利認知功能輕度缺損學生能確實掌握此技巧，未來能在真實生活情境中運用。</p>		
能力指標	<p>社會技巧領域</p> <p>處己 1-b-1 處理情緒技巧</p> <p>1-1-1-4 能分辨自己的負面情緒。</p> <p>1-1-1-4 能嘗試處理自己的負面情緒。</p> <p>處己 1-b-3 自我效能</p>		

1-1-3-2 能察覺他人對自己的看法或態度。

1-1-3-6 能嘗試使用策略解決自己的問題。

生活管理領域

自我照顧 1-b-2 衣物照顧

1-2-2-3 能維護衣物的整潔，定期要求清洗換新

自我照顧 1-b-3 儀容衛生

1-1-3-1 能洗手（如：飯前洗手、維持水槽的整潔等）

1-1-3-2 能完成如廁（如：如廁後清潔、整理自身儀容等）

1-1-3-3 能洗臉

1-1-3-4 能刷牙

1-1-3-5 能洗澡

1-1-3-6 能洗髮

1-1-3-7 能使用衛生紙擤鼻涕或擦口水

1-2-3-3 能檢視個人衛生習慣積極改善

家庭生活 2-b-1 環境清潔與維護

2-2-1-2 能清理個人私領域內務（如：整理學校抽屜、座位等）

教學目標

具體行為目標

◎認知

1.能了解注重自己衛生的重要性。

1-1 能知道保持身體衣物整潔的重要性。

1-2 能知道養成良好衛生習慣的重要性。

◎情意

2.能願意學習與自己衛生相關的技巧。

2-1 能樂意學習保持身體衣物整潔的技巧。

2-2 能樂意學習良好的衛生習慣。

◎技能

3.能知道技巧的步驟及提示。

3-1 能說出技巧的步驟及提示。

3-2 能做出技巧的步驟及提示。

4.能學習身體清潔及維持衣物整潔的技巧。	4-1 能說出如何維持身體的清潔。 4-2 能說出如何維持衣物的整潔。
5.能學習良好的衛生習慣。	5-1 能說出何謂良好的衛生習慣。

技巧分析	步驟	提示
	1.發現同學不理我	看到我就躲開、不跟我坐在一起、搗鼻子、說我很臭、很噁心、很髒...
	2.冷靜下來深呼吸	停下來、深呼吸
	3.想一想我的身體和衣物乾淨嗎	有沒有洗澡、有沒有洗頭、衣服有沒有換、臉、手有沒有洗、有沒有刷牙、指甲有沒有剪、上廁所有沒有擦乾淨等
	4.想一想我的衛生習慣好不好	咳嗽有沒搗嘴巴、打噴嚏有沒搗嘴巴、講話有沒有噴口水、有沒有用手指挖鼻孔、有沒有用袖子擦口水、吃完飯有沒有擦嘴巴、上完廁所有沒有洗手、用過的衛生紙有沒有丟掉、抽屜有沒有很髒、書包有沒有很髒亂、便當盒有沒有洗、餐具有沒有洗等
	5.想一想接下來可以怎麼做	如果不乾淨，在學校可以先怎麼做； 如果不乾淨，回家可以怎麼做
	6.選擇一個好方法	拿肥皂洗手、刷牙、拿衛生紙擦鼻涕、衣服紮好、拿衛生紙把屁股擦乾淨等
	7.好方法來做做看	

具體行為目標代號	教學活動	時間	教學資源
	教學準備事項： ◎教學對象：以資源班 1 名中年級認知功能輕度缺損學生為		

	<p>教學對象，加入該生 3-4 名普通班同儕，採小組方式進行課程。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1.說明上課規則：在黑板貼上學生姓名牌、上課規則牌，說明規則包含坐在位子上、桌面收乾淨、上課要專心、說話要舉手、聽老師的話（上課規則可搭配教師增強系統使用）。</p> <p>一、引起動機</p> <p>（一）先說明「不愛洗澡的小豬」繪本（故事簡介見附件 1）的故事內容，再與學生進行討論：</p> <p>1.大家原本都很喜歡小豬<u>羅羅</u>，可是最近發生了什麼事？ （小豬<u>羅羅</u>變得不愛洗澡。）</p> <p>2.發生這件事以後，小豬<u>羅羅</u>身上有一股什麼味道？ （難聞的味道，又酸又臭的。）</p> <p>3.小朋友們願意跟小豬<u>羅羅</u>一起玩嗎？（不願意）</p> <p>4.小豬<u>羅羅</u>去參加小兔<u>米米</u>的生日宴會，結果大家看到小豬<u>羅羅</u>有什麼反應？ （大家都捂著鼻子，匆匆的離開。） （小兔<u>米米</u>說：我不要！你身上好臭喔！我才不要跟你跳舞呢！） （松鼠<u>蓬蓬</u>說：哦！拜託！你快點走開啦！你身上臭的要命！）</p> <p>5.大家都不願意跟小豬<u>羅羅</u>玩，這種情況要怪誰？ （小豬<u>羅羅</u>自己）</p> <p>6.大家都不願意跟小豬<u>羅羅</u>玩，是因為什麼原因？ （因為小豬<u>羅羅</u>不愛洗澡，大家不想跟又髒又臭的小豬</p>	<p>5 分</p> <p>10 分</p>	<p>附件-學生姓名牌、附件 2 上課規則牌</p> <p>繪本(附件 1 繪本簡介)</p>
--	--	------------------------	---

1-1	<p>做朋友。)</p> <p>7.小豬<u>羅羅</u>聽了小熊<u>嘟嘟</u>的話以外，做了什麼事？ (立刻回家洗了一個香噴噴的泡泡澡)</p> <p>8.結果，小豬<u>羅羅</u>有找回他的朋友嗎？(有)</p> <p>9.大家看到小豬<u>羅羅</u>怎麼說？ (好棒喔！現在<u>羅羅</u>又像以前那樣又乾淨又可愛！)</p> <p>二、展開活動</p> <p>(一)說明「保持身體衣物整潔」技巧的重要性，及如果沒有保持身體衣物整潔會造成的後果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.如果沒有保持身體衣物整潔，就沒有人要靠近自己。 2.如果沒有人要靠近自己，就沒有人一起玩、聊天、上課。 3.沒有人一起玩、聊天、上課，就會沒有朋友。 4.沒有朋友，就會覺得很無聊，會少了很多樂趣。 <p>(二)討論「保持身體衣物整潔」可以包含哪些方面？ (身體、衣物、抽屜、物品、書包、座位等)</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一)複習、歸納今日活動重點。</p> <p>(二)增強總結。</p> <p>-----第一節結束-----</p> <p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：以資源班 1 名中年級認知功能輕度缺損學生為教學對象，加入該生 3-4 名普通班同儕，採小組方式進行課程。</p> <p>◎準備工作：</p>	5 分	
		5 分	
		10 分	
		5 分	

	<p>1. 說明上課規則：在黑板貼上學生姓名牌、上課規則牌，說明規則包含坐在位子上、桌面收乾淨、上課要專心、說話要舉手、聽老師的話（上課規則可搭配教師增強系統使用。）</p> <p>一、引起動機</p> <p>由主教者和助教演出「我們這一班」短劇，引導學生進行討論：</p> <p>主教者（扮演噴涕鬼）：（大家正在吃午餐，主教者從外面走進教室），哈啾~哈啾~，唉唷！我又感冒了！（把噴涕噴進了餐桶裡！）</p> <p>助教（扮演小班長）：吼！噴涕鬼，你很噁心耶！怎麼對著餐桶打噴涕啦！這樣大家都不敢喝湯了啦！你很沒有公德心耶！</p> <p>主教者：對不起啦！我不是故意的！</p> <p>二、展開活動</p> <p>（一）劇情討論：</p> <p>1.發生了什麼事？（鼻涕鬼把噴涕噴進了餐桶裡，小班長很生氣的罵他，鼻涕鬼覺得很抱歉！）</p> <p>2.你會覺得小班長小題大作嗎？</p> <p>3.把鼻涕噴進餐桶裡很嚴重嗎？</p> <p>4.鼻涕噴進餐桶裡，可能造成什麼後果？</p> <p>（二）延伸討論</p> <p>1.如果你是鼻涕鬼，你會怎麼做？</p> <p>2.如果你是小班長，你會怎麼做？</p> <p>（三）說明「養成良好衛生習慣」技巧的重要性，及如果沒有養成良好衛生習慣會造成的後果：</p>	<p>附件 2 上課規則牌</p> <p>3 分</p> <p>5 分</p> <p>5 分</p>	
1-2			

- 1.如果沒有養成良好衛生習慣，大家會覺得自己很髒，把病菌傳染給大家，會被大家討厭。
- 2.如果被大家討厭，就沒有人要靠近自己。
- 3.如果沒有人要靠近自己，就沒有人一起玩、聊天、上課。
- 4.沒有人一起玩、聊天、上課，就會沒有朋友。
- 5.沒有朋友，就會覺得很無聊，會少了很多樂趣。

(四) 討論「養成良好衛生習慣」可以包含哪些方面？

2 分

(勤洗手、飯後刷牙、咳嗽打噴嚏摀口鼻、講話不噴口水、不用手指挖鼻孔、不用袖子擦口水、吃完飯用衛生紙擦嘴巴、上完廁所洗手、用過的衛生紙要丟掉等)

(五) 說明新的技巧

主教者再次強調上一節「保持身體衣物整潔」及這一節提到「養成良好衛生習慣」的重要性，接著呈現「注重自己衛生」字卡，說明今天要教導的是處理「注重自己衛生」的技巧。

5 分

附件 3 字卡

(六) 行為的步驟及提示

15 分

附件 4 海報

主教者呈現「注重自己衛生」步驟及提示海報，逐項進行說明。

(七) 示範

1.主教者和助教以「蛋糕課」情境，示範正向的情境演練。

行為檢核表

主教者(扮演臭摸摸):(對助教說)我可以跟你一組嗎?

助教(扮演白泡泡):搖搖頭，走掉。

主教者:(停下來，深呼吸。)

主教者:(想一想我的身體、衣物、書包和座位乾淨嗎?)

3-1	<p>主教者：(想一想我的衛生習慣好不好?)</p> <p>主教者：(想一想接下來可以怎麼做)</p> <p>主教者：(選擇一個好方法)</p> <p>主教者：(好方法來做做看)</p> <p>助教：臭摸摸你變成香噴噴了，我們一起來做蛋糕吧!</p> <p>2.示範過程中，引導同學說出步驟及提示，並請同學逐項檢核每個步驟和提示。</p>		
3-1	<p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點：請大家看著海報重述步驟和提示。</p> <p>(二) 增強總結。</p> <p>(三) 作業：發下作業單，請大家回家完成，在下次上課時帶來。</p> <p>-----第二節結束-----</p> <p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：到 1 名中年級認知功能輕度缺損學生就讀的普通班，入班進行「清潔達人」活動。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1. 說明上課規則：在黑板貼上上課規則牌，說明規則包含坐在位子上、桌面收乾淨、上課要專心、說話要舉手、聽老師的話(上課規則可搭配教師增強系統使用)。</p>	5 分	作業單(第 2 節)
3-1	<p>一、引起動機</p> <p>1.收回作業單，複習上一節課的步驟。</p>		附件 2 上課規則牌
2-1	<p>2.引導大家思考要怎麼做才能「保持身體衣物整潔」及「養成良好衛生習慣」。</p>	3 分	附件 4 海報

<p>二、展開活動</p> <p>(一) 將全班分成若干組，每組發下海報紙及彩色筆，進行分組討論。先討論如何「保持身體衣物整潔」。</p> <p>(二) 主教及助教巡視，了解各組討論情況。如有需要可協助引導或加入討論。</p> <p>(三) 各組完成「保持身體衣物整潔」海報後，請各組分享討論的結果，如有較多時間，可請一~二位同學示範洗手的步驟。</p> <p>(建議應包含洗澡、洗頭、洗手、洗臉、刷牙、指甲、上廁所等項目，及多久洗一次、怎麼洗、什麼時候洗等。)</p>	20 分	
<p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點。</p> <p>(二) 總結今天表現最好的前幾組，予以鼓勵。</p> <p>(三) 發下作業單。</p> <p>(四) 可將各組的海報作為教室佈置。</p>	17 分	作業單(第三節)
-----第三節結束-----		
教學準備事項：		
<p>◎教學對象：延續第三節活動，到 1 名中年級認知功能輕度缺損學生就讀的普通班，入班進行「清潔達人」活動。</p>		
◎準備工作：		
<p>1. 說明上課規則：在黑板貼上學生姓名牌、上課規則牌，說明規則包含坐在位子上、桌面收乾淨、上課要專心、說話要舉手、聽老師的話(上課規則可搭配教師增強系統使用)。</p>		
一、引起動機		
<p>1.收回上一節的作業單。</p>		
附件 2 上課規則牌		

	<p>2.呈現上一節課各組完成的「保持身體衣物整潔」海報。</p> <p>3.引導大家思考要怎麼做才能「養成良好衛生習慣」。</p> <p>3分</p> <p>二、展開活動</p> <p>2-2 (一) 依上次分組，每組發下海報紙及彩色筆，進行分組討論。本次討論如何「養成良好衛生習慣」。</p> <p>(二) 主教及助教巡視，了解各組討論情況。如有需要可協助引導或加入討論。</p> <p>(三) 各組完成「養成良好衛生習慣」海報後，請各組分享討論的結果。</p> <p>(建議應包含咳嗽、打噴嚏、講話不噴口水、不用手指挖鼻孔、不用袖子擦口水、吃完飯擦嘴巴、上完廁所洗手、用過的衛生紙丟掉、抽屜書包清潔、便當盒清潔及隨身攜帶衛生紙等。)</p> <p>15分</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點，將各組有提出的項目進行統計，呈現在黑板上。</p> <p>10分</p> <p>(二) 請各組選出最符合「保持身體衣物整潔」及「養成良好衛生習慣」的學生，成為「清潔達人」。</p> <p>12分</p> <p>(三) 總結今天表現最好的前幾組，予以鼓勵。</p> <p>(四) 發下作業單。</p> <p>(五) 各組的海報及「清潔達人」勳章可作為教室佈置。</p> <p>-----第四節結束-----</p> <p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：以資源班1名中年級認知功能輕度缺損學生為</p>	<p>附件 5-勳章</p> <p>作業單(第四節)</p>
--	---	--------------------------------

	<p>教學對象，加入該生 3-4 名普通班同儕，採小組方式進行課程。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1. 說明上課規則：在黑板貼上學生姓名牌、上課規則牌，說明規則包含坐在位子上、桌面收乾淨、上課要專心、說話要舉手、聽老師的話（上課規則可搭配教師增強系統使用。）</p> <p>一、引起動機</p> <p>（一）收回第四節發下的回家作業單。</p> <p>（二）複習技巧的步驟及提示。</p> <p>（三）引導學生思考什麼是讓我們「保持身體衣物整潔」及「養成良好衛生習慣」的好幫手。</p> <p>二、展開活動</p> <p>（一）演練</p> <p>說明今天的活動是「乾淨四超人」，分別代表四種可以讓我們「保持身體衣物整潔」及「養成良好衛生習慣」的好幫手。每次請 2 位同學到台上抽出情境卡片（共四種情境），分配角色後開始演戲，完成演戲者可派代表抽獎，得到一個「乾淨四超人」。主教者在同學演戲過程中，可視情況給予口頭提示或肢體提示。請其他同學逐項檢核每個步驟和提示。</p> <p>（二）回饋修正</p> <p>討論剛才同學演戲有沒有要修正的地方。</p> <p>三、總結活動</p> <p>（一）複習、歸納今日活動重點（注重自己的衛生很重要，</p>	3 分	附件 2 上課規則牌
3-1		3 分	附件 4 海報
3-2		30	附件 6 情境卡片
3-1		7 分	

	<p>請大家重述步驟和提示，並總結「乾淨四超人」分別是肥皂、衛生紙、牙刷、毛巾。）</p> <p>(二) 增強總結。</p> <p>(三) 發下作業單。</p> <p>-----第五節結束-----</p>		<p>作業單(第五節)</p>
<p>延 伸 活 動</p>	<p>無。</p>		
<p>備 註</p>	<p>無。</p>		

【行為檢核表】

注重自己的衛生

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※幫忙檢查看看，有做到的步驟請打✓！

姓名 步驟	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
1.我發現同學不理我						
2.冷靜下來深呼吸						
3.想想我的身體和衣物乾淨嗎						
4.想一想我的衛生習慣好不好						
5.想一想接下來可以怎麼做						
6.選擇一個好方法						
7.好方法來做做看						

注重自己的衛生

挑戰者是：_____

共有 7 個步驟，還有 4 個沒有排好，請你排出正確的順序並寫下來。

（好方法來做做看、想想我的身體和衣物乾淨嗎、冷靜下來深呼吸、選擇一個好方法）

第 1 個步驟：我發現同學不理我。

第 2 個步驟：_____。

第 3 個步驟：_____。

第 4 個步驟：想一想我的衛生習慣好不好。

第 5 個步驟：想一想接下來該怎麼做。

第 6 個步驟：_____。

第 7 個步驟：_____。

恭喜你！完成挑戰！ 請家長簽名：_____

保持身體衣物的清潔

挑戰者是：_____

哪些是保持身體衣物清潔需要的東西呢？請你連連看！

肥皂

洗澡

水

衛生紙

上廁所

毛巾

牙刷

刷牙

書

指甲剪

洗頭

養成良好的衛生習慣

挑戰者是：_____

哪些是良好的衛生習慣呢？請你在□的前面打✓！

- 1. 吃飽了，不用擦嘴巴，直接趴下來睡覺。
- 2. 上完廁所，要記得洗手。
- 3. 咳嗽時，要對著別人，這樣才好的快。
- 4. 吃飯時，要一邊吃，一邊講話。
- 5. 用完的衛生紙，先放在抽屜，可以留著下一次用。
- 6. 飯前不用洗手，因為是用湯匙吃飯。
- 7. 要經常修剪指甲，指甲才不會有細菌和污垢。
- 8. 想打噴嚏，要用衛生紙或手摀住口鼻。
- 9. 鼻子很癢，直接用手挖鼻孔最方便。
- 10. 衣服要天天換洗，才不會有臭味。

恭喜你！完成挑戰！

等級：☆☆☆☆☆

注重自己的衛生

挑戰者是：_____

有做到的打✓。

	／ (一)	／ (二)	／ (三)	／ (四)	／ (五)	／ (六)	／ (日)
洗澡							
洗頭							
換衣服							
帶衛生紙							
早晚刷牙							
勤洗手							
剪指甲							

我的表現：很棒 還不錯 再加油

【附件 1 繪本資訊】

繪本名稱	【親子床邊故事系列】不愛洗澡的小豬
作 者	原文編撰/王丹平 繪圖/張曉夜
出 版 社	文香書局
簡 介	<p>大家原本都很喜歡小豬<u>羅羅</u>，可是小豬<u>羅羅</u>變得不愛洗澡，所以所有的小朋友都不願意跟他玩了。</p> <p>有一天，羅羅高高興興的去參加小兔米米的生日宴會，會發生什麼事呢？</p>

1. 坐在位子上

2. 桌面收乾淨

3. 上課要專心

4. 說話要舉手

5. 聽老師的話

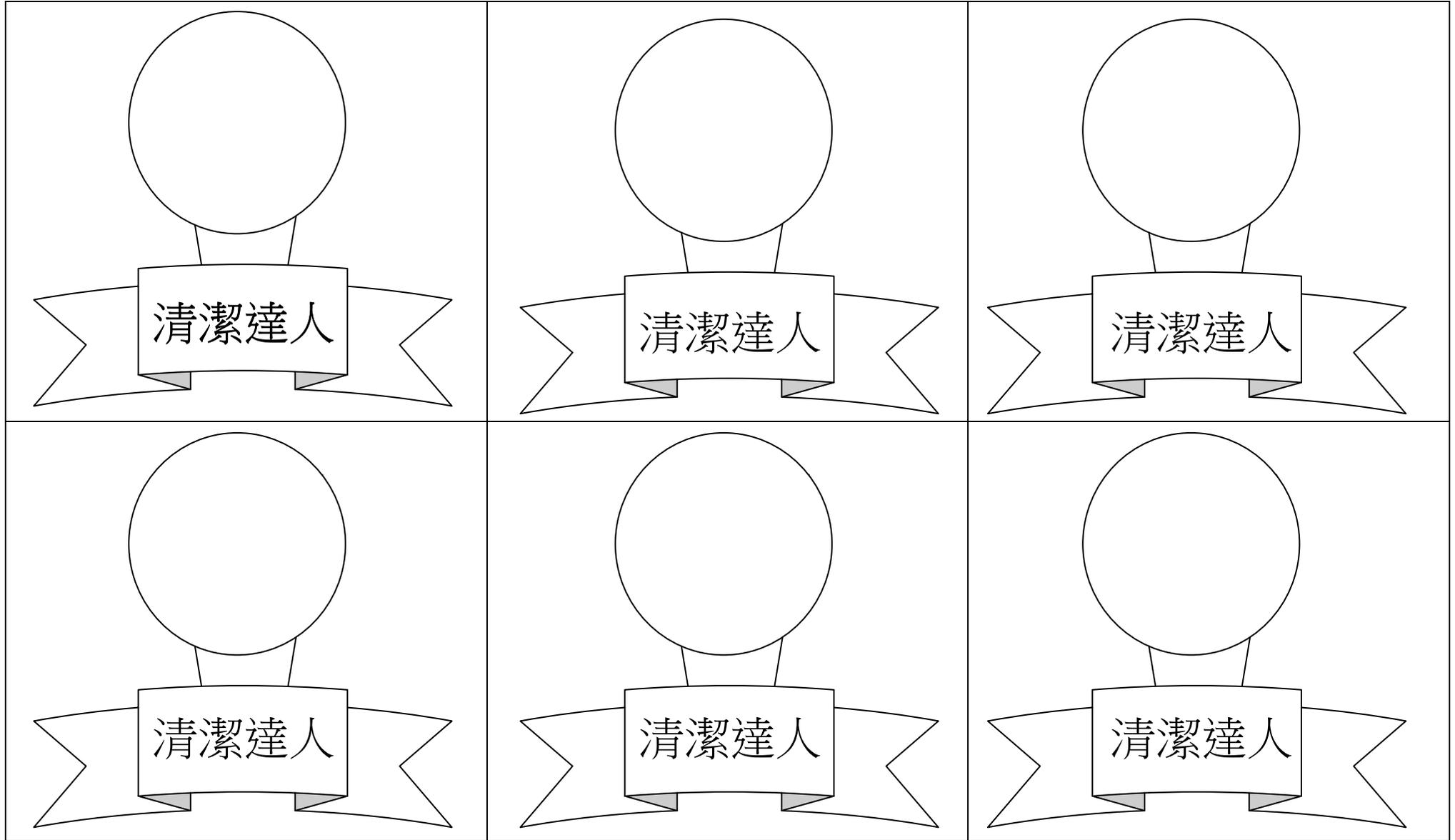
【附件3 字卡】

注重自己的衛生

注重自己的衛生

步驟	提示
1.發現同學不理我	看到我就躲開、不跟我坐在一起、搗鼻子、說我很臭、很噁心、很髒…
2.冷靜下來深呼吸	停下來、深呼吸
3.想一想我的身體和衣物乾淨嗎	想一想我有沒有洗澡、有沒有洗頭、衣服有沒有換、臉、手有沒有洗、有沒有刷牙、指甲有沒有剪、上廁所有沒有擦乾淨等
4.想一想我的衛生習慣好不好	咳嗽有沒搗嘴巴、打噴嚏有沒搗嘴巴、講話有沒有噴口水、有沒有用手指挖鼻孔、有沒有用袖子擦口水、吃完飯有沒有擦嘴巴、上完廁所有沒有洗手、用過的衛生紙有沒有丟掉、抽屜有沒有很髒、書包有沒有很髒亂、便當盒有沒有洗、餐具有沒有洗等
5.想一想接下來可以怎麼做	如果不乾淨，在學校可以先怎麼做；如果不乾淨，回家可以怎麼做
6.選擇一個好方法	拿肥皂洗手、刷牙、拿衛生紙擦鼻涕、衣服紮好、拿衛生紙把屁股擦乾淨等
7.好方法來做做看	

【附件 5 清潔達人勳章】(第四節用)



沒有洗澡

指甲很長、黑黑的

衣服沒換

大便沒擦乾淨

咳嗽沒有摀口

用過的衛生紙沒有丟掉

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

項 目	降低負面情緒	單 元 名 稱	我會處理自己的情緒
指 導 者	王欣宜教授	設 計 者	臺中市北區篤行國小邵宗佩
適 用 年 級	國小各年級	教 學 節 數	2 節 80 分鐘
社 會 技 巧 問 題 分 析	有些學生不太能了解自己正、負情緒的產生（情緒的辨識），也無法明確的表達出來自己心中的情緒，取而代之的是用不合宜的方式來宣洩自己的情緒。另一方面，他們總是為了一點小事就生氣，並會讓自己長時間陷入負面的情緒中。		
設 計 理 念 (課程目的)	情緒本身並無對或錯之分，而是從情緒衍生出來的言語表達方式與行為模式才會有對與錯。因此教導學生如何辨識自己的情緒以及引發此一情緒的原因是情緒教育的首要目標，對於自身的情緒表現先有正確的解讀之後，便能因應情況去做有效的調適與抒解，這需要從生活情境中，不斷的學習再學習，以累積自己處理情緒的能力與經驗。		
教 材 分 析	以國語日報出版社出版之繪本「我變成一隻噴火龍了」(製作成投影片檔)來引導此情緒教學課程，讓學生瞭解控制自己情緒的重要性，以及不能控制自己情緒可能引發的嚴重後果。接著，從對不同情緒的認識，幫助學生了解自己的情緒變化，並能明確說出自己的情緒類別(如：幸福、輕鬆、驕傲、得意、羨慕、滿足、嫉妒、煩惱、恐慌、擔憂、焦慮、後悔、孤單、懊惱、委屈、厭煩等)。確定自己的情緒表現後，經由引導與討論，學生學習說出處理情緒的方法。		
能 力 指 標	1-2-1-1 能分辨自己複雜的正向或負向情緒與強度 1-2-1-2 能表達自己複雜的正向或負向情緒		
教學目標		具體行為目標	
◎認知 1. 能分辨正向和負向的情緒 ◎情意 2. 能明確表達自己的情緒表現 ◎技能 3. 能面對自己的情緒表現，說出處理的方法		1-1 能說出哪些是正向的情緒，哪些是負向的情緒。 1-2 能在分辨當事者的情緒，並表達該種情緒可能會有的表現。 2-1 能依照給定的情緒表現，明確表達該情緒可能出現的心裡感受和外在表現。 3-1 從小組討論中，學習到有哪些處理負面情緒的方法。 3-2 從實際演練(自我陳述、角色扮演)將習得的認知轉化為實際處理情緒的表現，經由反	

覆練習，達到內化效果。

技巧分析	步驟	提示
	1. 區辨	確認自己當下的情緒表現（快樂、悲傷、憤怒、挫折、煩惱、害怕、得意、後悔、孤單、嫉妒...）
	2. 自我陳述	將自己目前的情緒用言語描述、表達出來
	3. 做決定	面對自己目前的情緒，想一想該如何因應處理，確定處理的方式

具體行為目標代號	教學活動	時間	教學資源
	<p>教學準備事項：</p> <ul style="list-style-type: none">◎ 教學對象：適用於資源班學生小組教學，也可運用在普通班全體教學活動上。◎ 準備工作：<ul style="list-style-type: none">1. 說明上課規則：上課中不隨意發言，發言前要先舉手，有同學在發言時要安靜聆聽。2. 說明增強方法：累積發言點數，點數最多者可獲得最多獎勵（小組教學以個人累計，班級教學以小組累計） <p>一、引起動機</p> <p>以國語日報出版社出版之繪本「我變成一隻噴火龍了」（製作成投影片檔）來引導此情緒教學課程。故事的主角是古怪國裡一隻愛生氣的怪獸阿古力，和一隻名叫波泰的蚊子，波泰只叮咬愛生氣的人，只要被這隻蚊子叮到，就會被傳染到「噴火病」。當然愛生氣的阿古力一早起來就被波泰在鼻頭上叮了一包，接下來一整天就因為阿古力無時無刻都在噴火，而發生了許多令大家害怕的事情。到最後，阿古力已經無法應付自己一直噴火的病，在傷心絕望之際大哭了一</p>	15分	繪本 PPT

1-1	<p>場之後，竟然把火澆熄了，從此以後，阿古力不再愛生氣，開開心心地過每一天！</p> <p>二、展開活動</p> <p>老師先以問題引導學生思考：</p> <p>「阿古力最常出現的情緒表現是什麼？」</p> <p>「那是好的情緒表現還是不好的情緒表現呢？」</p> <p>(小組教學時，鼓勵並引導學生都要發表自己的意見；班級教學時可以先分成數組，鼓勵各組踴躍發言，累積發言點數)讓學生自由的表達自己的想法，並引導學生可以依據繪本的情節，說出好的情緒表現有什麼好處？不好的情緒表現有哪些壞處？</p>	10分	情緒圖卡 情緒詞卡
1-2 2-1	<p>老師準備一些不同情緒表現的臉部表情或肢體動作的圖片，讓學生說出各圖片各式怎樣的情緒(例如：興奮、傷心、害怕、孤單、輕鬆、難過、挫折、快樂...)。當學生說出各種情緒的名稱時，加以引導學生表達該情緒發生時可能會有的表現，或是以小組討論的方式，讓各組輪流發表不同的情緒產生是在何種情境會發生？會有哪些心裡感受和行為？</p> <p>-----第一節結束-----</p>	15分	
3-1	<p>承上節課所討論的內容，再以故事繪本內容為引導，詢問學生：</p> <p>「如果自己是愛生氣的阿古力，愛生氣的心裡感受是什麼？」(提供學生一些選項：◎心跳很快，臉部會紅紅熱熱◎呼吸很快很大聲◎想大喊大叫◎想罵人、想打人)</p> <p>「什麼時候或什麼事情，你會生氣？」</p> <p>(讓學生自由發表自己曾有過的相關經驗)</p> <p>「生氣的時候，你可以做些什麼事情？」</p> <p>(讓學生自由發表自己的想法，若有學生提出一些不適當的處理情緒的方法，則需引導他說出一些正面、適當的作法，或是讓其他同學一起討論出更適當的作法來)</p>	10分	繪本 PPT 提問 PPT

3-2	<p>發下「處理情緒 GO!GO!GO!」學習單(附件一),內容有不同的情境(發生的事件),讓學生寫下自己的感受以及處理的方式。</p>	15分	學習單
3-2	<p>三、總結活動</p> <p>根據學習單習寫的內容,輪流發表自己寫下的感受及處理方式,同時,老師也可以引導其他學生一起思考是否有其他更適切更好的方法,來面對特定的情境,讓所有學生都能以更多元的面向來思考並面對情緒處理的狀況。</p> <p>-----第二節結束-----</p>	15分	學習單

【行為檢核表】

上課日期： 年 月 日

學生姓名：

※ 有做到的步驟請打✓，檢查看看，你是不是都有做到了呢？

姓名				
步驟	提示			
1.區辨	確認自己當下的情緒表現（快樂、悲傷、憤怒、挫折、煩惱、害怕、得意、後悔、孤單、嫉妒...）			
2.自我陳述	將自己目前的情緒用言語描述、表達出來			
3.做決定	面對自己目前的情緒，想一想該如何因應處理，確定處理的方式			

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	情緒處理	單元名稱	『心情』就是要說出來
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市東區成功國小林阿英
適用年級	國小中、高年級	教學節數	3 節 120 分鐘
社會技巧 問題分析	<p>高功能自閉症、亞斯伯格症及 ADHD 學生，在學校人際關係常出現困難，通常與他們的溝通表達能力弱有很大的關係。這些學生在與人互動過程由於社會線索的解讀錯誤、無法覺察自己情緒與不擅表達內心感受，情緒累積在心裡常造成嚴重的後果，所以教導學生如何表達自己的情緒，讓別人了解自己的心情，以得到情緒的紓解，這是非常重要的課題。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>透過繪本的認知學習以了解，雖然自己內心有許多情緒的變化，但如果你沒有講出來，別人是不知道的，『心情』是要勇敢說出來的，並運用社會學習理論的「注意歷程」、「保持過程」、「動作再現過程」等，老師的引導、示範與結合自己親身經驗的情境，利用角色扮演的方式讓學生進行演練以熟悉技巧步驟與提示，且搭配增強系統以維持動機。</p>		
教材分析	<p>第一節以繪本「我和小凱絕交了」作為教材，與學生討論，並說明「情緒表達」的技巧步驟及提示。第二節課評估繪本情境，依情緒表達技巧分析進行修正，由老師示範，學生演練。第三節則根據自己生活經驗紀錄情緒變化的情境作為學生在課堂中演練之情境，運用「情緒表達」技巧，使學生更熟悉其步驟及提示，以利未來在生活情境中運用。</p>		
能力指標	<p>2-1-1-2 能適當使用口語方式與人溝通</p> <p>2-1-1-5 能依情境表達自己意見</p> <p>2-2-3-7 能理性評估被誤解或誣賴的原因</p> <p>2-2-3-8 被他人誤解或誣賴時能清楚說明事實</p> <p>2-2-3-10 能在面對同儕的衝突（如：責罵、批評、嘲弄、欺負等）時，以能被接受的方式表達自己負面的情緒</p>		
	教學目標	具體行為目標	
認知			

<p>1. 能了解與辨識自己內心的感受。</p> <p>2. 能了解表達自己想法的重要性。</p> <p>情意</p> <p>3. 能理性評估與覺察自己與他人的情緒反應。</p> <p>技能</p> <p>4. 能在面對面對衝突時，以能被接受的方式表達自己負面的情緒。</p> <p>5. 能熟悉情緒表達技巧的步驟與提示。</p>	<p>1-1 能理解繪本內容與其含意。</p> <p>1-2 能說出自己對事情的看法。</p> <p>2-1 能在老師引導下討論情緒表達之技巧。</p> <p>3-1 能在日常生活記錄自己的情緒變化。</p> <p>3-2 能評估分析當時的情境，並能覺察自己與別人的情緒反應。</p> <p>4-1 能被他人誤解或誣賴時能清楚說明事實。</p> <p>4-2 能在面對同儕的抱怨與各種衝突時，表達自己的立場及理由或負面的情緒。</p> <p>5-1 能熟悉並演練情緒表達技巧的步驟與提示。</p> <p>5-2 能將情緒表達技巧的步驟與提示運用於日常生活。</p>
---	--

	步驟	提示
技巧分析	1.我發覺我現在很不高興，心裡很難過，因為...	先意識到自己心情很糟糕？找出原因來，是因為某個人得罪你？或是因為自己做錯事很懊惱？或是...
	2.想一想我是對誰生氣？或是對自己生氣？為了什麼原因呢？	停下所有事情、深呼吸，想想看是否是針對某個人或者針對自己？或是...
	3.我應該向誰敘說心理的不愉快呢？說出來是否會讓我覺得舒坦一些？	冷靜下來思考是否可以找到一個關鍵的人對他表達自己的情緒，而他可以協助解決你的問題。或者是至少他可以聽你述說你心裡的不愉快。
	4.選擇一個可以讓自己心情比較舒暢的解決方法，並採取行動。	找到一個可以讓自己表達情緒的人或方法，就勇敢的說出來。

具體行為目標代號	教學活動	時間	教學資源
	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：以資源班 3~5 名學生情緒表達較弱或平時較不勇於</p>		

	<p>表達自己內心世界的孩子為對象，或這樣的學生搭配該生普通班要好的同儕皆可，採小組方式進行課程，建議人數不要過多。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1.說明上課規則：在黑板貼上學生名牌、上課規則項目，說明上課規則，要求大家做到下列規定：在位子坐好、舉手發言、參與課程、運動家精神。</p> <p>2.說明增強方式：在課堂中表現好，就可以打勾，最後在課程結束前結算成績，成績好的學生可以集點，兌換增強物或玩遊戲的機會。</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 與朋友吵架經驗分享?</p> <p>1.詢問同學是否有與朋友吵架的經驗?尤其是你最要好的朋友?</p> <p>2.請 1~2 同學起來分享。</p> <p>3.老師說明今天要進行的活動，首先大家一起唸讀繪本，並做摘要；接著進行內容的討論；再來就情境學習單，老師進行示範與技巧分析提示教導，最後請同學分別模仿演練，並做回饋修正部分。</p> <p>二、展開活動</p> <p>(一)「我和小凱絕交了」繪本唸讀與摘要</p> <p>1.將繪本簡報檔投射在大螢幕上，教師要求同學輪流唸讀繪本內容。</p> <p>2.告訴學生用便條紙記下故事主角對他朋友小凱的抱怨與不諒解內容。</p> <p>3.提醒同學紀錄最後故事主角與他朋友小凱再度和好的方法與理由。</p> <p>(二)繪本內容進行討論：</p> <p>使用單槍投射問題的題目如下：</p> <p>1.故事裡的主角與小凱是什麼關係？為什麼要跟小凱絕交？</p> <p>2.故事中的主角對小凱的抱怨有哪些事情？</p> <p>3.故事中的主角怎麼描述小凱會想他想死了？他為什麼會有這樣</p>	<p>3分</p> <p>5分</p> <p>10分</p> <p>12分</p>	<p>學生名牌、規則項目</p> <p>呈現增強物或遊戲盒等物品</p> <p>單槍、電腦繪本、便條紙</p> <p>單槍、電腦</p> <p>單槍、電腦</p>
1-1			
1-2			

的想法？

4.故事中的主角除了小凱外還有提到那些朋友？他為什麼沒有去找其他人玩？

5.故事中的主角後來怎麼跟小凱和好的？後來他發現小凱對於他們絕交的事情全忘光了，有什麼反應呢？

6.你認為這個故事中的主角與小凱的個性，有什麼不同的地方嗎？

7.你認為這個故事若發生在你身上，你有可能會跟故事中的主角一樣的反应嗎？或者你會有不同的做法？

2-1

(三) 老師教導情緒表達的技巧分析步驟：

1.技巧分析教導如下：

7分

步驟	提示
1.我發覺我現在很不高興，心裡很難過，因為...	先意識到自己心情很糟糕？找出原因來，是因為某個人得罪你？或是因為自己做錯事很懊惱？或是...
2.想一想我是對誰生氣？或是對自己生氣？為了什麼原因呢？	停下所有事情、深呼吸，想想看是否是針對某個人或者針對自己？或是...
3.我應該向誰敘說心理的不愉快呢？說出來是否會讓我覺得舒坦一些？	冷靜下來思考是否可以找到一個關鍵的人對他表達自己的情緒，而他可以協助解決你的問題。或者是至少他可以聽你述說你心裡的不愉快。
4.選擇一個可以讓自己心情比較舒暢的解決方法，並採取行動。	找到一個可以讓自己表達情緒的人或方法，就勇敢的說出來。

三、總結活動

3分

(一) 複習、歸納今日活動重點。

(二) 進行成績結算，並給增強：換算點數，給增強物。

(三) 作業：回家練習「情緒表達」的技巧分析步驟。

-----第一節結束-----

教學準備事項：

◎準備工作：

1.說明上課規則：在黑板貼上學生名牌、上課規則項目，說明上課規則，要求大家做到下列規定：在位子坐好、舉手發言、參與課程、運動家精神。

2.說明增強方式：在課堂中表現好，就可以打勾，最後在課程結束前結算成績，成績好的學生可以集點，兌換增強物或玩遊戲的機會。

一、引起動機

(一)請同學說明「情緒表達」的技巧分析步驟，說明正確者，給予記點獎勵增強。

二、展開活動

(一)老師依繪本情境作示範，並根據技巧分析步驟修改主角的作法：

情境	主角原來的回應或心理的想法	主角可以利用技巧分析修正怎麼做法
小凱對我說出很不客氣的話。	我立刻回嘴，沒讓他佔便宜，結果他說得更難聽。	小凱對我說出很不客氣的話，他讓我覺得很不舒服，我應該告訴他我的感覺，並詢問他是什麼原因這麼不禮貌?是不是遇到麻煩的事情?看我是否可以幫他的忙?
小凱平時很調皮。	他真不是東西，如果他手裡拿著橘子水，一定會潑得我滿頭滿臉。	小凱弄得我很不舒服時，我應該要老實的告訴他，我不喜歡你這樣弄我，即使是開玩笑的時候。

3分

學生名牌、規則項目
增強物或遊戲盒等物品

5分

17分

平時玩「比分數」遊戲時	我覺得他很笨，分數都遠比我低	我覺得小凱不太會玩「比分數」，我應該教會他怎麼玩，這樣我們才能夠一起競賽，否則就不會那麼好玩。
每年春天，小凱的皮膚過敏毛病都會發作，滿身都是藥味	我覺得那藥味真是討厭	雖然我很討厭聞到小凱身上的藥味，但他皮膚過敏應該更可憐，還好有這些藥物幫助他，如果我嫌棄他身上的藥味，他一定更難過。
小凱每次都在我吃飯的時候打電話給我	害我的飯菜都冷掉了，我不喜歡吃冷掉的飯菜	我應該告訴小凱，我現在正在吃飯，請你等一下再打，或者我吃完飯後再回電話給你，要不然我的飯菜會冷掉，我不喜歡吃冷掉的飯菜。

(二) 同學演練模仿，老師給予回饋修正

1. 老師示範完畢，讓同學練習演練之後，請同學輪流上台進行演練模仿，並要求說出技巧分析步驟的提示。

2. 老師給予回饋，並做修正。

三、總結活動

(一) 複習、歸納今日活動重點：。

(二) 進行成績結算，並給增強：換算點數，給增強物。

(三) 作業：發下「心情秘密園地」作業單，說明記錄方式，請大家回家完成，在下次上課時帶來。

-----第二節結束-----

教學準備事項：

◎準備工作：

1. 說明上課規則：在黑板貼上學生名牌、上課規則項目，再次強調上課規則，要求大家務必遵守。

2. 說明增強方式：提示上次上課表現良好的同學繼續加油，希望今天大家都可以集更多點數以兌換獎品。

10分

5分

3分

「心情秘密園地」作業單

學生名牌、規則項目增強物或遊戲盒等物品

	<p>一、引起動機</p> <p>(一) 玩丟、接球遊戲</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.老師拿一個皮球，並找一個學生來互相傳球，並請同學注意看。 2.老師丟出三球，第一球故意丟不在對方可以接到的範圍；第二球雖丟給對方(事先告訴對方不要接球)，但對方沒有接到球；第三球丟給對方，讓對方能接住，並丟回給老師。 3.讓同學說說看，剛剛發生了甚麼事情?接著進行下列的活動 <p>二、展開活動</p>	5分	皮球
1-1	<p>(一) 繪本「想告訴你我的心」唸讀與討論</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.將繪本故事的文章印出來，發給每位同學，讓同學一面畫重點，一面輪流唸讀繪本內容。老師亦可使用單槍投射繪本簡報檔搭配教學。 2. 引導同學去思考繪本的內容與比喻是否合理? 	6分	單槍、電腦繪本
1-2	<p>(二) 繪本「想告訴你我的心」回答問題與討論</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.發下「想告訴你我的心」的學習單，讓大家根據繪本故事內容回答學習單上的問題。 2.完成學習單後，老師逐題與同學討論學習單上的答案。 3.讓同學發表閱讀完後的心得，並引導同學了解主動投出溝通的球是非常重要的，也是有勇氣的表現，在日常生活中，遇到需要與人溝通的時候，應該鼓起勇氣告訴自己，要主動拋出溝通的球，不要錯失機會，否則自己的情緒會變得不穩定，也會造成雙方更多的不愉快。 	10分	「想告訴你我的心」繪本學習單
3-2 4-1 4-2	<p>(三) 分組演練</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.利用同學交回之「心情祕密園地」作業單，作為演練的情境，首先請老師指導學生分析作業單的情境，並要每組討論要如何利用情緒表達的技巧分析步驟，修正學生的反應，讓學生做反例與正例的練習。 2.發給每位學生檢核表，並說明檢核表的使用方法。 3.請每位學生輪流上台和其他學生做情境演練，並請沒有演出的同學在台下仔細觀察並詳加檢核該生是否有做到教學步驟。 4.時間允許的話，可以演練二個情境或分二組各自演練不同情境， 	12分	檢核表

<p>5-1</p> <p>5-2</p>	<p>老師可以做指導監督。</p> <p>(四) 回饋修正</p> <p>針對學生正確的行為給予社會性增強的回饋，若學生演練過程中有需要修正之處，老師要指出該行為加以修正。</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點：請大家重述如何表達情緒的技巧分析步驟，並舉例運用自己的生活經驗。</p> <p>(二) 進行成績結算，並給增強：換算點數，給增強物或玩遊戲等獎勵。</p> <p>(三) 作業：發下「日常生活情緒表達演練紀錄單」的作業單，請大家回到教室或回家完成，在下次上課時帶來。</p> <p>-----第三節結束-----</p>	<p>4分</p>	<p>「日常生活情緒表達演練紀錄單」的作業單</p>
<p>延 伸 活 動</p>			
<p>備 註</p>			

【附件一 繪本資訊】（或影片、教具等使用材料的資訊）

繪本名稱	我和小凱絕交了
作者	文/麥嬌莉韋曼莎梅特 圖/東尼第魯納 譯/漢聲雜誌
出版社	漢聲出版社
簡介	<p>「小凱是我的鄰居。以前我真笨，居然跟他做朋友。」</p> <p>「就在一兩天前，他對我說出非常不客氣的話，從此，我們不再是朋友了。」</p> <p>「小凱有什麼了不起？每年春天，他就鬧皮膚過敏的毛病，我最討厭他滿身的藥味了！」</p> <p>「小凱，我絕不會跟你和好。記住吧！我永遠只是你『從前的』朋友罷了！」</p> <p>看到這樣的文字，相信無論是大人或小孩，都會被它深深吸引，迫不及待的想翻閱，這就是值得推薦的「我和小凱絕交了」全書是一篇富於想像的獨白，作者以她慧頡幽默的文字，將一個小男孩內在的情感世界表達的淋漓盡致。我們看到他如何從和朋友吵架後的憤怒，一步步自我辯證；編造了許多有趣的情節，讓小凱吃足了苦頭；然後得出了打電話再給小凱一次機會的結論。其中複雜的心理活動，令人讚歎不已。</p> <p>像這樣一本深入描繪兒童心理的圖畫書，就像是一面鏡子，讓孩子瞭解自己，也幫助父母瞭解孩子。</p> <p>節錄 http://www.hanshenggifts.com/front/bin/ptdetail.phtml?Part=CPB17-1&Category=0</p>

【附件二 繪本資訊】（或影片、教具等使用材料的資訊）

繪本名稱	想告訴你我的心
作者	文/伊藤守 譯/柯惠真
出版社	麥田出版社
簡介	<p>人與人的溝通看起來很簡單，其實卻是一個困難的雙向問答題。在本書中，作家將溝通比喻為投球和接球，心靈的球該怎麼投，才不會成為「暴投」；又該怎麼接，才會成為「好球」？短短的文字，配上簡單的黑白插圖，頗令人玩味再三。這兩本小書還有另一個特色，就是採中英對照的方式，不但能滋潤心靈，更可以幫助讀者學習簡單的英文，可謂一舉兩得。</p> <p>節錄 http://www.books.com.tw/exep/prod/booksfile.php?item=0010189489#detail</p>

【行為檢核表】

情緒表達檢核表

上課日期：____年____月____日

上課單元：_____

※檢查看看，有做到的步驟請打√！沒有做到的請打x

姓名 步驟	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
1.我發覺我現在很不高興，心裡很難過，因為...						
2.想一想我是對誰生氣?或是對自己生氣?為了什麼原因呢?						
3.我應該向誰敘說心裡的不愉快呢?說出來是否會讓我覺得舒坦一些?						
4.選擇一個可以讓自己心情比較舒暢的解決方法，並採取行動。						

想告訴你我的心

親愛的同學們：

請根據「想告訴你我的心」繪本內容，回答下列問題：

1. 溝通的第一步是

「_____」

2. 溝通就像 () 一樣，傳球一定需要球，而溝通時，我們需要將彼此的 () 傳達出去。

3. 傳球不能太近也不能太遠，拿捏非常困難，溝通也一樣，我們跟情人、朋友、父母或小孩，如果太過於接近或同化，就無法溝通。請問為什麼？

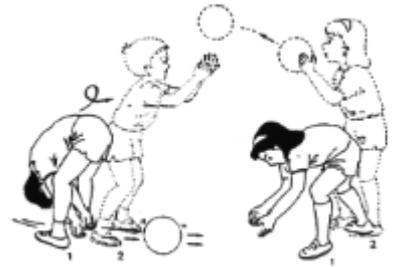
4. 大部分的人不願意先投出這一球，寧可等對方先把球投過來，原因是：()

5. 自己先投出去的球，根據繪本內容有可能會遇到的情形有哪幾種：1.()。2.()。3.()。4.()。

6. 自己投出去的球可能會遭遇到別人狠狠地踢回來或吃了閉門羹等不友善的對待，而你自己在不知不覺中是否也曾經對別人回應同樣不友善的球呢？說說看自己的經驗。

7. 說說看，繪本中最後提到，每個人都希望自己投出去的球能 ()，每個人都希望，有人傾聽 ()，每個人都希望自己的存在 ()。

8. 未完成的溝通累積越多，我們的 () 就會變得不穩定，總是心浮氣躁，動不動就發脾氣...，有一天這些情緒就會按捺不住的 ()。然後就慢慢地變得 ()，最後，變成 ()。



【作業單】日常生活(在學校/家裡)情緒表達演練紀錄單

挑戰者是_____

記錄日期是：____/____/____

請幫你自己檢核，當生活中遇到的某些事件時，是否能適當表達自己當時的情緒，請描述事件發生的過程，並記錄是否依照「情緒表達的技巧步驟」進行，有做到的可以在格子裡打√，沒做到的請打X，發生事件當時若有家長、老師或同學，請其協助簽名見證！

事件描述 /地點 技巧步驟			
1.我發覺我現在很不高興，心裡很難過，因為...			
2.想一想我是對誰生氣?或是對自己生氣?為了什麼原因呢?			
3.我應該向誰敘說心裡的不愉快呢?說出來是否會讓我覺得舒坦一些?			
4.選擇一個可以讓自己心情比較舒暢的解決方法，並採取行動。			

事件描述 /地點 技巧步驟			
1.我發覺我現在很不高興，心裡很難過，因為...			
2.想一想我是對誰生氣?或是對自己生氣?為了什麼原因呢?			
3.我應該向誰敘說心裡的不愉快呢?說出來是否會讓我覺得舒坦一些?			
4.選擇一個可以讓自己心情比較舒暢的解決方法，並採取行動。			

見證人簽名：_____

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	情緒處理	單元名稱	心情萬花筒
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市東區成功國小林阿英
適用年級	國小中、高年級	教學節數	2 節 80 分鐘
社會技巧 問題分析	<p>高功能自閉症、亞斯伯格症及 ADHD 學生，在學校人際關係與生活適應常出現困難，與老師、同儕不斷產生摩擦，不易融入團體生活，也造成個案情緒起伏波動，當其情緒強度過大時就易危害大家的安全，例如會產生對同儕與老師的人身攻擊，進而造成精神迫害、恐懼等現象。在教導這些孩子控制情緒的前提，需先教導其對自我情緒的覺察。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>本課程先透過繪本的認知學習了解處理自己的情緒而不去影響大家，或不做出让自己後悔的事是很重要的，再運用社會學習法之理論基礎，包含「注意歷程」、「保持過程」、「動作再現過程」等，藉由老師的引導、示範與結合自我觀察紀錄中的情境，利用角色扮演的方式讓學生進行演練以熟悉技巧步驟與提示，且搭配增強系統以維持動機。</p>		
教材分析	<p>本教案共分為兩節課，第一節以繪本「壞心情」作為教材，並說明「察覺自己情緒」的技巧步驟及提示，主要目的讓學生認知到每個人都有壞心情的時候，而造成的原因有時候並不清楚，但自己要能覺察到情緒變化，才能知道要如何因應。第二節課則透過「我的心情日誌」作業，記錄自己一週來之情緒變化作為學生在課堂中演練之情境。</p>		
能力指標	<p>1-1-1-1 能分辨自己基本的正向或負向情緒（如：高興/快樂、生氣/憤怒、悲傷/難過、害怕、討厭、害羞、興奮）等</p> <p>1-1-1-2 能表達自己基本的正向或負向情緒</p> <p>1-1-1-4 能嘗試處理自己的負向情緒</p> <p>1-2-1-3 能理性評估引發不同情緒的原因</p>		
教學目標		具體行為目標	
認知			
1. 能了解情緒的本質。		1-1 能理解繪本內容與其含意。	

<p>2. 能充分表達自己的想法。</p> <p>情意</p> <p>3. 能覺察自己的情緒。</p> <p>4. 能欣賞別人作品與肯定自己的努力。</p> <p>技能</p> <p>5. 能熟悉情緒覺察技巧的步驟與提示。</p>	<p>1-2 能融入教學課程配合教學活動。</p> <p>2-1 能說出自己對事情的看法。</p> <p>2-2 能在老師引導下討論情緒覺察之技巧。</p> <p>3-1 能在日常生活記錄自己的情緒變化。</p> <p>3-2 能說出自己的情緒與當時情境。</p> <p>4-1 能讚美別人的作品。</p> <p>4-2 能接受別人對自己作品的評語。</p> <p>5-1 能熟悉並演練情緒覺察技巧的步驟與提示。</p> <p>5-2 能將情緒覺察技巧的步驟與提示運用於日常生活。</p>
---	--

技巧分析	步驟	提示		
	1. 我是不是跟平常有點不一樣，這是怎樣的感覺？	先了解自己情緒跟平時不一樣，好像有點控制不住，有話太多、易怒、心無法靜下來現象。是心情不好、沮喪或是情緒太高漲、過度興奮？		
	2. 想一想發生了什麼事？我怎麼會有這樣的感覺	停下所有事情、深呼吸，靜靜觀看周圍發生了什麼事？是不是別人做了什麼事才讓自己發生情緒變化，或者是自己遭遇到什麼問題沒辦法解決才心情不好。		
	3. 腦力激盪一下，該怎麼做呢？	冷靜下來，思考接下來我可以怎麼做，才不會影響別人或讓自己後悔。		
	4. 選擇一個現在可以做到的好方法，並採取行動。	看一下周圍其他人在做什麼，我不是要跟大家一樣做比較安全，比較不會出錯，那就先這樣做了。		
具體行為目標代號	教學活動		時間	教學資源
	教學準備事項：			

	<p>◎教學對象：以資源班 3~5 名學生情緒表達或對自我情緒覺察能力較弱的孩子為對象，或這樣的學生搭配該生普通班同儕皆可，採小組方式進行課程。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1.說明上課規則：在黑板貼上學生名牌、上課規則項目，說明上課規則，要求大家做到下列規定：坐在位子、舉手說話、參與課程、運動家精神。</p> <p>2.說明增強方式：在課堂中表現好，就可以打勾，最後在課程結束前結算成績，成績好的學生可以集點，兌換增強物或玩遊戲的機會。</p>	5分	學生名牌、規則項目
1-1 1-2	<p>一、引起動機</p> <p>(一) 先進行「壞心情」繪本的講解</p> <p>1.繪本投射在大螢幕上，教師稍微解釋一下大概內容，並告知要以演戲方式進行。</p> <p>2.告訴學生繪本的角色有哪些加上一位旁白（可由老師擔任），讓學生選擇要扮演的人物角色，可以使用事先預備好的動物臉譜道具區分角色或用頭套寫上所扮演的人物名稱。</p> <p>3.讓學生輪流按照繪本故事的劇本作角色扮演，並念台詞。</p>	15分	單槍、電腦繪本、動物道具或頭套
2-1	<p>二、展開活動</p> <p>(一) 讓學生就繪本內容進行討論：</p> <p>使用單槍投射問題的題目如下：</p> <p>1.故事裡有哪些動物？哪個動物是故事中的主角？</p> <p>2.獾什麼時候發現自己心情很壞？原來他的想法是怎樣？獾後來的決定如何？</p> <p>3.獾決定出外後，他遇見了哪些動物？發生了什麼事？</p> <p>4.獾回到家後，做了什麼事？什麼事情讓他的壞心情改變？</p> <p>5.下午獾再度外出時，發現了什麼事情？他的感覺如何？</p>	5分	單槍、電腦

	<p>6.獾回家後，誰來拜訪他？他們一起找出所有動物對獾很壞的原因是什麼？</p> <p>7.畫眉給獾的建議是什麼？</p> <p>8.森林中的動物為什麼都參加了派對？</p> <p>9.獾在派對中做了什麼事？</p> <p>10.故事最後的結局如何？</p> <p>(二) 指導學生思考繪本的主要涵意，提出改進方式：</p> <p>1.故事中獾為什麼會心情不好？獾知道原因嗎？</p> <p>2.獾散步回家後，在花園中工作完畢後，心情有了變化，原因是如何？</p> <p>3.心情變化有很多可能的原因，有時候不是自己可以掌控的，甚至自己都不知道原因為何，情緒起伏是很自然的，大家都會因為某些事情發生而產生不同的情緒變化與反應，不需要覺得不好意思表達。</p> <p>4.當情緒不好時，獾決定要讓別人知道，所以外出去對他的朋友很粗暴，讓朋友們知道他心情惡劣，他處理方式好嗎？為什麼？</p> <p>(因為他讓他的朋友們因為他的粗暴行為，都變得心情不好，大家都以同樣方式回應他，讓他覺得很難過)</p> <p>5.你覺得可以用什麼方式處理比較好？</p> <p>(可以讓朋友知道你現在心情不好，但應該說出你的情緒感覺，而不是用粗暴的行為對待別人)</p>	5分	單槍、電腦
2-2	<p>(三) 指導學生覺察自己心情的變化</p> <p>老師先複習之前學習的情緒名詞，例如：高興/快樂、生氣/憤怒、悲傷/難過、害怕、討厭、害羞、興奮等。再進行覺察情緒之技巧說明：</p> <p>1.只要是人都有情緒反應，心情會跟著自己周遭發生的事情，或自己當時心理的想法而改變，但自己需要學習去察覺自己情緒的變化，這樣才能正確做反應，提醒自己要去看，也可以把自己內心的感受表達出來，只要是朋友應該可以體會到你的感受，甚至可以安慰你。</p> <p>2.教導覺察自己情緒的技巧：</p> <p>(1) 我是不是跟平常有點不一樣，這是怎樣的感覺？</p>	5分	情緒卡片
3-1			
3-2			

先了解自己情緒跟平時不一樣，好像有點控制不住，有話太多、易怒、心無法靜下來現象。是心情不好、沮喪或是情緒太高漲、過度興奮？

(2) 想一想發生了什麼事？我怎麼會有這樣的感覺？

停下所有事情、深呼吸，靜靜觀看周圍發生了什麼事？是不是別人做了什麼事才讓自己發生情緒變化，或者是自己遭遇到什麼問題沒辦法解決才心情不好。

(3) 腦力激盪一下，該怎麼做呢？

冷靜下來，思考接下來我可以怎麼做，才不會影響別人或讓自己後悔。

(4) 選擇一個現在可以做到的好方法去執行。

三、總結活動

(一) 複習、歸納今日活動重點：請大家重述如何覺察自己情緒不一樣的步驟和提示。

(二) 進行成績結算，並給增強：換算點數，給增強物。

(三) 作業：發下「我的心情日記」的作業單，說明記錄方式，請大家回家完成，在下次上課時帶來。

-----第一節結束-----

教學準備事項：

◎準備工作：

1. 說明上課規則：在黑板貼上學生名牌、上課規則項目，再次強調上課規則，要求大家務必遵守。
2. 說明增強方式：提示上次上課表現良好的同學繼續加油，希望今天大家都可以集更多點數以兌換獎品。

一、引起動機

(一) 作業單展示與評選

1. 將第一節完成之「我的心情日記」作業單展示在桌上，請大家評選看

【情緒日記】
作業單
增強物
或遊戲
盒等物
品

5
分

1
分

學生名
牌、規
則項目
增強物
或遊戲
盒等物
品
交回之
作業單

4-1
4-2

誰的紀錄最仔細、最詳盡？可以請同學打分數或老師評分，並彼此說出對別人作業的想法。

2.請同學發表這星期來自己心情的變化，情緒低落或高漲時的感覺如何？自己是否有察覺到？是否知道當時周圍發生了什麼事情？

3.老師發下「情緒排行榜」的學習單，請大家將「我的心情日記」中所列出的情緒種類做統計，找出自己排行榜的前五名有哪些，並標示出自己喜歡或不喜歡這樣的情緒。

二、展開活動

(一) 技巧說明

情境（利用同學交回之我的心情日記作業，作為演練的情境）

時間	場地	情境
早修時間	教室	早修時間，小明剛進教室，老師還沒來，看見小華帶了最新的電玩遊戲，許多同學都圍著他想要玩玩看，小明也興奮的衝過去，不小心把6號同學推倒地，同學們都大聲斥責小明，小明見狀，拿東西朝大家瘋狂地丟……

1.說明早修時間的演練情境內容，可由老師或請同學幫忙演練出發生的過程，並引導學生說出發生了什麼事？為什麼大家會斥責小明？為什麼小明會向大家丟東西？

2.複習技巧的步驟及提示

- (1) 我是不是跟平常有點不一樣，這是怎樣的感覺？
- (2) 想一想發生了什麼事？我怎麼會有這樣的感覺？
- (3) 腦力激盪一下，該怎麼做呢？
- (4) 選擇一個現在可以做到的好方法去執行。

3.說明新技巧並做行為步驟與提示

教導同學在這樣的情境下，心情會起了什麼變化，要怎樣去察覺自己的情緒，及應該怎麼處理，怎麼事先做預防，讓自己心情冷靜下來，才不會做

15
分

【情緒
排行
榜】
學習單

演練情
境卡
電玩遊
戲等道
具

5
分

5-1

出影響別人與讓自己後悔的事情。

4.最後說明要如何避免這樣的行為，要如何事先發覺自己情緒太興奮時，應該怎麼辦讓自己停下來？

(二) 示範

1.由老師擔任主角，徵求同學擔任其他角色，演練早修時間情境中的內容，並做出正確的示範，在發覺同學有電玩時，察覺自己情緒太興奮，應該依照行為步驟與提示。

2.先讓自冷靜下來，看看周圍已經擠了許多人了，是否要再過去？或過去時要小心一點，注意不要推擠或衝撞。

3.選擇一個比較好的方法進行，若萬一推倒同學時，應該要馬上誠心的道歉，並協助攙扶他起來，若有同學還怪罪時，應該表明自己不是故意的，請大家原諒，而不是反而嗆大家或是向大家丟東西。

(三) 演練

演練情境（利用同學交回之我的心情日記作業，作為演練的情境）：

時間	場地	情境
上美勞課	美勞教室	美勞課老師要求我們要畫快樂的一天，小楊最討厭畫圖了，每次他都不知道要畫什麼，小楊在教室晃來晃去，不停的找同學聊天，老師要求小楊回座位畫畫，小楊告訴老師我不要畫，老師說不行，小楊就把圖畫紙撕碎了…
下課時間	學校球場	下課時間，小白跟同學玩躲避球，小白猜拳猜輸了，很不甘願的守在外場，小陳炫耀地說永遠丟不到他，小白愈聽愈急，就愈想用球丟他，但一直丟不到，小白認為小陳不斷的嘲笑他，他就衝上前去揍小陳…

1.發給每位學生檢核表，並說明檢核表的使用方法。

2.請每位學生輪流上台和其他學生做情境演練，並請沒有演出的同學在台
下仔細觀察並詳加檢核該生是否有做到教學步驟。

演練情境卡

5分

演練情境卡
圖畫紙
等美勞用品

10分

情緒覺察檢核表

5-2	<p>3. 時間允許的話，可以演練二個情境或分二組各自演練不同情境，老師可以做指導監督。</p> <p>(四) 回饋修正</p> <p>針對學生正確的行為給予社會性增強的回饋，若學生演練過程中有需要修正之處，老師要指出該行為加以修正。</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點：請大家重述如何覺察自己情緒不一樣與面對心情變化的處理步驟和提示。</p> <p>(二) 進行成績結算，並給增強：換算點數，給增強物或玩遊戲等獎勵。</p> <p>(三) 作業：發下「日常生活情緒覺察演練紀錄單」的作業單，請大家回到教室或回家完成，在下次上課時帶來。</p> <p>-----第二節結束-----</p>	4分	作業單 增強物 或遊戲 盒等物 品
延伸活動			
備註	<p>請告知級任老師與家長課程內容，並請其協助指導學生做作業單的紀錄，若學生可以逐漸覺察與了解自己的情緒起伏，則給予充分的獎賞，這項技能需要不斷練習，所以老師與家長對孩子的機會教育是非常重要的。</p> <p>學習本教案之先備知識是學生須先了解簡單的情緒名詞，例如甚麼是高興/快樂、生氣/憤怒、悲傷/難過、害怕、討厭、害羞、興奮等。</p> <p>本教案較適用於具備有表達能力之學童，但情緒自我覺察能力可以從國小低年級就開始教導，但教案的教導方式或作業內容可能需要作些調整，以符合學生之先備能力。</p> <p>每位學生或每個小組成員的認知能力、表達與討論能力不同，本教材若分兩節課進行，時間太短，無法讓學生進行角色扮演或充分發表與討論，可以斟酌延長為三~四節課。</p>		

快樂

生氣

難過

高興

憤怒

悲傷

興奮

害怕

擔憂

早修時間，小明剛進教室，老師還沒來，看見小華帶了最新的電玩遊戲，許多同學都圍著他想要玩玩看，小明也興奮的衝過去，不小心把6號同學推倒地，同學們都大聲斥責小明，小明見狀，拿東西朝大家瘋狂地丟…

美勞課老師要求我們要畫「快樂的一天」，小楊最討厭畫圖了，每次他都不知道要畫什麼，小楊在教室晃來晃去，不停的找同學聊天，老師要求小楊回座位畫畫，小楊告訴老師我不要畫，老師說不行，小楊就把圖畫紙撕碎了…

下課時間，小白跟同學玩躲避球，小白猜拳猜輸了，很不甘願的守在外場。小陳炫耀地說永遠丟不到他，小白愈聽愈急，就愈想用球丟他，但一直丟不到，小白認為小陳不斷的嘲笑他，他就衝上前去揍小陳……

繪本名稱	壞心情
作者	文/莫里茲·培茲 圖/艾美莉·賈可斯基 譯/沙永玲
出版社	小魯文化
簡介	<p>明天依舊是好天氣 撰文 / 葉雅馨（董氏基金會心理衛生組主任）</p> <p>壞心情是什麼？如果我們問不同的人，可能有不同的答案。壞心情可能會讓你悶悶不樂、提不起勁、想哭、什麼都不想做、很生氣、想罵人……；是種討厭卻又揮之不去的感覺。它是一種生氣、緊張、焦慮、沮喪、悲傷的感覺。這樣不舒服的心理，很可能讓你的一整天，都是壞天氣。</p> <p>不同的人隨著事情的大小，壞心情的強度及持續時間也會不同。可是不論什麼年齡，都會有壞心情的時候，重要的是怎麼調整及處理。</p> <p>故事中的獾，在自家花園開始工作以後，壞心情神奇地憑空消失了。有時，讓時間慢慢消化莫名的壞心情，不急於想對策，也是可行的。也許你可以試試：</p> <ol style="list-style-type: none">一、練習：平日就找到一種方法，是你一做這件事就會平靜、轉換心情。可以是運動（跑步、騎腳踏車、踢球）；可以是聽音樂；選一本書閱讀；看場電影；大吃一頓；甚至逛街；在人群中享受孤獨。二、覺察：常常檢視當下的心情，在心裡放上心情溫度計，訓練自己敏感的確知你是在生氣、快樂、悲傷或害怕。能察覺自己的情緒，才能找到因應的處理方式。三、澄清：找出壞心情的來由。是要做的事情太多？追求不到目標，產生的壓力太大？或者是和某位親人或寵物分離，讓你不知所措？還是朋友太對不起你，讓你很生氣？！四、積極的紓解：發現自己有壞心情，可試著舒緩一下，睡覺、發呆、找朋友陪你，或者是打電話和人聊聊，或者離開現場，留些時間沉澱不愉快。五、養成正面思考的習慣：著急的時候，跟自己說「別急！別急！」遇到事態嚴重則問自己「有那麼嚴重嗎？」預想最糟會糟到什麼程度；「一定要現在處理嗎？」 <p>當然，若壞心情持續太久，無法只靠自己的方法改善時，可能需要找你信任的好朋友、家人聊聊，甚至找輔導老師、心理師或醫師，</p>

透過他們專業的引導，幫助自己釐清狀況。就像書中的獾在轉換心情以後，和朋友畫眉一起思考，並且真誠的面對他的無心之過，才完美解決與朋友之間的不愉快。

獾的朋友們被壞心情感染以後，每個人都產生了壞心情。其實，自己壞心情時，除了一張臭臭的臉警告別人，也可適當地表示：「今天心情不太好」、「我現在不適合談什麼」……而當別人壞心情時，也許你可以試著體諒這時他的惡言惡行，並無惡意，先別忙著生他的氣。

情緒是一種感覺，喜怒哀樂是四個元素，因為有這些感覺，讓我們的生活精采豐富，可是學著不要讓壞心情占用太多時間，試試處理你的感受，那麼每一個明天將都會是好天氣。

節錄 <http://www.books.com.tw/exep/prod/booksfile.php?item=0010382216>

【行為檢核表】

情緒覺察檢核表

上課日期：____年____月____日

上課單元：_____

※檢查看看，有做到的步驟請打√！沒有做到的請打x

姓名 步驟	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
1. 我是不是跟平常有點不一樣，這是怎樣的感覺？						
2. 想一想發生了什麼事？我怎麼會有這樣的感覺						
3. 腦力激盪一下，該怎麼做呢？						
4. 選擇一個現在可以做到的好方法						

【作業單】/地點:學校及家裡

我的心情日記

請每天記錄你出現過的情緒，包括它出現的次數；還有出現時的情境或你的生理反應是甚麼。情緒的種類包括有：快樂、開心、高興、歡喜、生氣、厭煩、厭惡、擔心、害怕、焦慮、恐懼、挫折、難過、興奮、悲傷、委屈、孤單、驚訝、尷尬、驕傲、忌妒、羨慕、平靜、慚愧、無聊...等

日期	情緒 1	出現次數	當時發生什麼事情及自己的身體反應	情緒 2	出現次數	當時發生什麼事情及自己的身體反應	情緒 3	出現次數	當時發生什麼事情及自己的身體反應
星期一									
星期二									
星期三									
星期四									
星期五									
星期六									
星期日									

PS.每天出現的情緒種類多於三種以上，可以影印表格，登記在另一張學習單。

【作業單】日常生活(在學校/家裡)情緒覺察演練紀錄單

挑戰者是_____

記錄日期是：____/____~____/____

請幫你自己檢核，當生活中遇到的某些事件時，是否能適當覺察與處理自己的情緒，請描述事件發生的過程，並記錄是否依照「覺察自己情緒的技巧步驟」進行，有做到的可以在格子裡打✓，沒做到的請打✗，發生事件當時若有家長、老師或同學，請其協助簽名見證！

事件描述 /地點 技巧步驟			
1. 我是不是跟平常有點不一樣，這是怎樣的感覺？			
2. 想一想發生了什麼事？我怎麼會有這樣的感覺			
3. 腦力激盪一下，該怎麼做呢？			
4. 選擇一個現在可做到的好方法去執行			

事件描述 /地點 技巧步驟			
1. 我是不是跟平常有點不一樣，這是怎樣的感覺？			
2. 想一想發生了什麼事？我怎麼會有這樣的感覺			
3. 腦力激盪一下，該怎麼做呢？			
4. 選擇一個現在可做到的好方法去執行			

見證人簽名：_____

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	情緒處理	單元名稱	跟『壞心情』和平相處
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市東區成功國小林阿英
適用年級	國小中、高年級	教學節數	2節80分鐘
社會技巧問題分析	<p>每個人都有壞心情的時候，當特殊需求學生遇到情緒不佳時，常因為不知道要如何面對或不會轉移心情，改變不了壞心情，就會一直處在生氣狀態，讓自己不快樂，導致焦慮或憂鬱，也可能為自己惹出許多的麻煩。所以教導孩子如何與自己的壞心情相處，要知道如何處理自己的負面情緒，這些都是需要靠平時多加練習與事先做準備的。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>本課程設計的理念乃透過繪本的認知學習以了解，人都有情緒不好的時候，要如何與自己的壞心情相處，使能隨遇而安、處之泰然，而不會給自己帶來麻煩；在面對壓力或遇到讓自己快要爆炸的事情時，要如何運用平時的練習技巧迎刃而解。藉由老師的引導、示範與學生的演練以熟悉技巧步驟與提示，且搭配增強系統以維持動機。</p>		
教材分析	<p>本單元乃針對國小中、高年級學生的小組教學，學生需具備有情緒察覺的能力，並有意願學習如何控制自己的情緒。本教案共分為二節課，第一節以繪本「我好生氣」作為教材，與學生討論遇到心情不好時，可以如何處理自己的負面情緒。第二節課則教導學生放鬆與呼吸的練習，並說明「如何處理自己負面情緒」的步驟分析。</p>		
能力指標	<p>1-2-2-2 能理性評估引起壓力的各種原因（如：考試不好，擔心回家會被父母罵） 1-2-2-5 能嘗試使用抒解壓力的方法 1-3-2-4 能從可行策略中自行選擇適當的方式 1-3-2-5 能主動使用抒解壓力的策略 2-2-3-1 能在面對衝突情境時，以能被接受的方式表達自己負面的情緒</p>		
教學目標		具體行為目標	
<p>◎認知</p> <p>1. 能了解每個人都會遭遇壞心情的時候。</p> <p>2. 能了解學習處理自己的情緒是非常重要的。</p> <p>◎情意</p> <p>3. 能理性評估引起自己負面情緒的原因，接受自己的情緒並勇敢面對它。</p>		<p>1-1. 能理解繪本內容與其含意。</p> <p>1-2. 能說出自己壞心情的感覺。</p> <p>2-1 能在老師引導下討論自己如何處理負面情緒。</p> <p>3-1 能評估分析引起情緒的原因。</p> <p>3-2 能勇敢面對自己的負面情緒。</p> <p>4-1 能學習如何讓全身放鬆的技巧。</p> <p>4-2 能學習如何做深呼吸的技巧。</p>	

<p>◎技能</p> <p>4. 能在自己有壞情緒當下，運用放鬆技巧、呼吸練習等技術，讓自己冷靜下來。</p> <p>5. 能熟悉負面情緒處理技巧的步驟與提示，並加以應用。</p>	<p>5-1 能熟悉並演練負面情緒處理技巧的步驟與提示。</p> <p>5-2 能將負面情緒處理技巧的步驟與提示運用於日常生活。</p>		
<p>技巧分析</p>	<p>步驟</p>	<p>提示</p>	
	<p>1. 當覺察自己全身不對勁，快要火冒三丈時…</p>	<p>當感覺到自己生理起了很大變化：臉紅脖子粗、火冒金星、摩拳擦掌、預備嘶吼大喊時…</p>	
	<p>2. 停！停下所有事情，先做讓自己冷靜下來的放鬆、呼吸練習。</p>	<p>停下所有事情，閉上眼睛，用心練習放鬆肩膀、從頭到腳慢慢讓自己每個地方都放鬆下來，一邊配合吐氣、吸氣的深呼吸技巧。</p>	
	<p>3. 想！思考現在的情境是甚麼？我可以選擇做甚麼事，改變自己的心情？</p>	<p>冷靜下來思考，目前的情境，接下來可以做甚麼？利用課堂上練習過的其中一種方法，到戶外奔跑一下，或拿出自己喜歡的黏土、玩偶等來發洩一下呢？</p>	
<p>4. 選擇一個目前可以讓自己心情比較舒暢的解決方法，並採取行動。</p>	<p>找到一個可以讓自己處理當時情緒的方法，並即刻去做，讓自己情緒慢慢靜下來。</p>		
<p>具體行為目標代號</p>	<p>教學活動</p>	<p>時間</p>	<p>教學資源</p>
	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：以資源班 3~5 名學生情緒控制較差或容易跟同學產生衝突的學生為對象，或這樣的學生搭配該生普通班同儕皆可，採小組方式進行課程。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1. 說明上課規則：在黑板貼上學生名牌、上課規則項目，說明上課規則，要求大家做到下列規定：在位子坐好、舉手發言、參與課程、運動家精神。</p>	<p>3 分</p>	<p>學生名牌、規則項目</p>

	<p>2. 說明增強方式：在課堂中表現好，就可以打勾，最後在課程結束前結算成績，成績好的學生可以集點，兌換增強物或玩遊戲的機會。</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一)「心情不好」的時候，怎麼辦？</p> <p>1. 詢問同學自己印象中，心情最糟糕的一次是甚麼經驗？那是甚麼樣的情形？你當時的感覺如何？可先請 1~2 位同學起來分享。</p> <p>2. 接著發給每位同學們空白的名片大小的卡片，一面寫上「壞心情記錄卡」，另一面請同學們在卡片上寫下自己常常心情不好是在那些情況下，一張卡片寫一種壞心情，「壞心情記錄卡」紀錄自己壞心情的緣由與當時的感覺，每位同學至少寫三張「壞心情記錄卡」。</p> <p>3. 老師說明本單元要進行的活動，首先大家一起唸讀繪本「我好生氣」，請大家做摘要，接著進行繪本內容的討論並完成「如何處理自己的情緒」學習單。第二節課老師會先教導學生，讓自己冷靜下來的技巧練習，並說明「處理情緒」技巧分析並進行示範，最後請同學分別模仿演練，並做回饋修正部分。</p> <p>二、展開活動</p> <p>(一)「我好生氣」繪本唸讀與摘要</p> <p>1. 將繪本簡報檔投射在大螢幕上，教師要求同學輪流唸讀繪本內容。</p> <p>2. 告訴學生用便條紙記下讓故事中主角發脾氣的原因，還有生氣時身體的感覺。</p> <p>3. 最後提醒同學紀錄故事主角處理生氣所用的方法。</p> <p>(二)繪本內容進行討論：</p> <p>使用單槍投射問題的題目如下：</p> <p>1. 故事裡的主角為什麼發脾氣的原因，有哪些？</p> <p>2. 故事中的主角生氣時，他覺得身體有起甚麼樣的變化？當時他想要做甚麼事？</p> <p>3. 故事中的主角後來並沒有失去理智，最後他怎麼處理自己的情緒呢？</p>	<p>呈現增強物或遊戲盒等物品</p> <p>5分</p> <p>單槍、電腦繪本、卡片、便條紙</p> <p>10分</p> <p>單槍、電腦</p> <p>7分</p> <p>單槍、電腦</p>
1-2		
1-1		

<p>2-1</p> <p>3-1</p> <p>3-2</p>	<p>4. 故事中的主角認為哪些事情他冷靜下來就可以覺得好過一些? 哪些事情其實是無法改變的?</p> <p>5. 故事中的主角後來覺得「生氣」, 表示有些事情需要改變? 是甚麼呢?</p> <p>(三)「如何處理自己的負面情緒」學習單</p> <p>經由上述之繪本故事, 故事中的主角小兔兔找到了讓他自己能夠冷靜下來的方法, 例如離開讓他生氣的人, 然後用力吸氣呼氣後, 把怒氣統統吐掉。或者它也可以選擇跑步、騎腳踏車等做自己喜歡的事情, 讓自己冷靜下來, 進而他就會再快樂起來。</p> <p>請大家想想看, 當你非常生氣的時候, 做甚麼事情可以讓你平靜下來或情緒有所發洩? 或者是做甚麼事情, 可以轉移你的心情、讓你再快樂起來。事先想好當自己生氣的時候, 可以做些甚麼事情, 這是非常重要的, 並且在平時需多加以練習, 當事情發生時, 你才能夠知道當時自己應該怎麼做。</p> <p>請大家今天在課堂上先想出至少五項, 當自己生氣時可以讓自己平靜下來的事情, 並且利用這星期的時間, 如果遇到自己不愉快的時候, 可以試做看看, 是否可行, 並加以調整修正。</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點。</p> <p>(二) 進行成績結算, 並給增強: 換算點數, 給增強物。</p> <p>(三) 作業: 回家紀錄自己的「壞心情記錄卡」, 並練習「如何處理自己的負面情緒」的方法。</p> <p>-----第一節結束-----</p> <p>教學準備事項:</p> <p>◎準備工作:</p> <p>1. 說明上課規則: 在黑板貼上學生名牌、上課規則項目, 說明上課規則, 要求大家做到下列規定: 在位子坐好、舉手發言、參與課程、運動家精神。</p> <p>2. 說明增強方式: 在課堂中表現好, 就可以打勾, 最後在課程結束前結算成績, 成績好的學生可以集點, 兌換增強物或玩遊</p>	<p>10分</p> <p>5分</p> <p>3分</p>	<p>「如何處理自己的負面情緒」學習單</p> <p>學生名牌、規則項目、增強物或遊戲盒等物品</p>
----------------------------------	--	--------------------------------	---

戲的機會。

一、引起動機

請同學拿出上課及回家紀錄的「壞心情記錄卡」，及發表回家練習執行「如何處理自己的負面情緒」結果如何?看自己是否能發覺甚麼樣的壞心情下，要用甚麼不同的處理方式?發表優良者，給予記點獎勵增強。

3分

4-1

二、展開活動

經過一星期的練習，同學們應該知道要處理自己生氣的情緒其實很不容易吧?因為在生氣地當下，要讓自己冷靜下來，是需要靠平時多練習才有辦法辦得到的。

10分

今天我們就要來練習，怎麼讓自己放鬆與冷靜下來的技巧，這些技巧要靠平時演練熟悉，等真正需要的時候才可以派上用場。

(一) 練習「肌肉放鬆」技巧

請同學們閉上雙眼(如果教室方便的話也可以請同學席地躺在地板)，讓自己全身盡量放鬆，從頭部、臉部開始放鬆，接著輕輕轉動脖子，讓脖子也放鬆，接著輕輕聳動肩膀，讓肩膀也放鬆，讓手臂、手肘、手腕、手指都放鬆；接著讓自己的臀部、大腿、小腿與腳趾都放鬆。教導孩子要從頭到腳，數過自己每一個地方，讓他們都放鬆下來。(尤其是肩膀與雙手，要特別強調要放鬆下來)

10分

4-2

(二) 練習「深呼吸」技巧

1. 首先，教導孩子如何做深呼吸，如果學生可以學習腹式呼吸法最好，要不然也需要教導學生要大力吸氣與吐氣，先吐氣再吸氣，當吐氣時，可以在學生面前十公分處放一張衛生紙，看衛生紙是否可以被吹起來，可以讓學生兩兩練習。

5分

5-1

2. 等大家練習差不多，對深呼吸有比較能控制後，接著可以在桌上放個紙杯，試試看學生吐氣時可以將紙杯吹多遠，也可以讓學生們比賽，誰的紙杯吹最遠呢?

(三)「負面情緒處理」的技巧分析步驟：

接下來，結合上節課與這節課的練習技巧，老師說明「負面情緒處理」的技巧分析步驟，並進行教導與示範。

1. 技巧分析教導如下：

步驟	提示
----	----

	<p>1. 當覺察自己全身不對勁，快要火冒三丈時…</p>	<p>當感覺到自己生理起了很大變化：臉紅脖子粗、火冒金星、摩拳擦掌、預備嘶吼大喊時…</p>	5分	檢核表
	<p>2. 停!停下所有事情，先做讓自己冷靜下來的放鬆、呼吸練習。</p>	<p>停下所有事情，閉上眼睛，用心練習放鬆肩膀、從頭到腳慢慢讓自己每個地方都放鬆下來，一邊配合吐氣、吸氣的深呼吸技巧。</p>		
	<p>3. 想!思考現在的情境是甚麼?我可以選擇做甚麼事，改變自己的心情?</p>	<p>冷靜下來思考，目前的情境，接下來可以做甚麼?利用課堂上練習過的其中一種方法，到戶外奔跑一下，或拿出自己喜歡的黏土、玩偶等來發洩一下呢?</p>		
	<p>4. 選擇一個目前可以讓自己心情比較舒暢的解決方法，並採取行動。</p>	<p>找到一個可以讓自己處理當時情緒的方法，並即刻去做，讓自己情緒慢慢靜下來。</p>		
5-2	<p>2. 分組演練</p> <p>(1)利用同學之「壞心情記錄卡」情境與「如何處理自己負面情緒」的方法，作為演練的情境，並搭配「負面情緒處理」的技巧分析步驟，首先請老師示範，接著由學生提問與練習。</p> <p>(2)發給每位學生檢核表，並說明檢核表的使用方法。</p> <p>(3)請每位學生輪流上台和其他學生做演練，並請沒有演出的同學在台下仔細觀察並詳加檢核該生是否有做到教學步驟。</p> <p>(4)時間允許的話，可以演練二個情境或分二組各自演練不同情境，老師可以做指導監督。</p>		4分	「日常生活(在學校/家裡)情緒處理演練紀錄單」作業單
<p>3. 回饋修正</p> <p>針對學生正確的行為給予社會性增強的回饋，若學生演練過程中有需要修正之處，老師要指出該行為加以修正。</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點。</p> <p>(二) 進行成績結算，並給增強：換算點數，給增強物。</p> <p>(三) 作業：發下「日常生活(在學校/家裡)情緒處理演練紀錄單」的作業單，說明記錄方式，請大家回家完成，在下次上課時帶來。</p>				

	-----第二節結束-----		
延 伸 活 動			
備 註			

【附件一 繪本資訊】（或影片、教具等使用材料的資訊）

繪本名稱	我很生氣
作者	文/康娜莉雅·史貝蔓 圖/南西·寇特 譯/蔡忠琦
出版社	天下雜誌
簡介	<p>【我的感覺】系列一套七本，包含「生氣」、「害怕」、「忌妒」、「難過」、「思念」，以及「自信」與「同理心」的七大主題。每一個故事的開始，都從小動物主角出發，透過簡單的文字，色彩豐富、造型生動的圖畫，我們也彷彿走進孩子們的內心世界，感受那看似微小，卻對他們影響深遠的情緒旅程。書中列出的排解方法簡易可行，孩子都做得得到，加上由彰師大輔導與諮商學系系主任高淑貞撰寫導讀，提供家長老師實際可用的延伸討論與延伸遊戲活動，讓孩子愉快學習情緒的排解與管理。</p> <p>【我的感覺】這套書最好的地方，在於它把情緒的症狀清楚的描寫出來，然後告訴孩子，該怎麼回復情緒的平靜，是父母、老師都應該讀的書，它不但可以應用到孩子身上，對大人也是一個絕佳的反省。」——中央大學認知與神經科學研究所所長 洪蘭</p> <p>「作者以淺顯易懂的文字，配上豐富的圖像，清楚描述了孩子的情緒、相關的影響與處理方式。這些情緒都是孩子常見的反應，傳統的說教及太直接的討論都容易讓孩子產生焦慮與防衛，但是透過談論故事主角所發生的遭遇，可以很自然打開心門、開啟話題。」——彰化師範大學輔導與諮商學系教授 高淑貞</p> <p>《我好生氣》——「我發現，生氣表示有些事需要改變。」</p> <p>小兔兔生氣了。但是除了生氣，還能怎麼辦呢？本書列出一些控制怒氣的技巧，簡易可行，幫助孩子學會在不傷害別人的情形下，控制自己的怒氣。</p> <p>節錄</p> <p>http://www.books.com.tw/exep/prod/booksfile.php?item=0010539877</p>

【行為檢核表】

情緒處理檢核表

上課日期：____年____月____日

上課單元：_____

※檢查看看，有做到的步驟請打√！沒有做到的請打X

姓名 步驟	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
1. 當覺察自己全身不對勁，快要火冒三丈時…						
2. 停!停下所有事情，先做讓自己冷靜下來的放鬆、呼吸練習。						
3. 想!思考現在的情境是甚麼?我可以選擇做甚麼事,改變自己的心情?						
4. 選擇一個目前可以讓自己心情比較舒暢的解決方法,並採取行動。						

心情不好時，可以做什麼？

親愛的同學們：

在你的生活經驗裡，一定有遇到讓你心情不好甚至很糟糕的時候，你怎麼跟自己的壞心情相處呢？當時要怎麼做才能讓自己盡快平靜下來，並慢慢讓自己心情轉變呢？事先想好當自己心情不好的時候，可以怎麼做？並多加練習，當事情發生時，就可以讓自己知道要選擇怎麼做，並度過難關，避免惹上麻煩。

壞心情指數 (以五顆星計算)	事發地點 與時間	事發緣由	我可以怎麼做	材料需求
◆◆◆◆	學校，上美勞課中	我跟小華借彩色筆，他不但不借我，還罵我活該，我就動手跟他打起來了	1. 他雖然不應該罵人，但我也不應該打人不高興時我可以在紙上塗鴉或把不愉快寫下來、畫下來，這樣心情可能會好一點。 2. 我也可以再向別的同学借，不一定只跟小華借，或我應該更有禮貌一點，小華可能就會借給我？	紙、筆
◆◆◆◆ ◆	學校，下課時	玩球，跟同學爭吵	在我傷害自己或別人前，離開現場，去跑步或丟球發洩我的情緒	球

【作業單】日常生活(在學校/家裡)情緒處理演練紀錄單

挑戰者是_____

記錄日期是：____/____~____/____

請幫你自己檢核，當生活中遇到讓自己快要抓狂的事件時，是否能做到「情緒處理的技巧步驟」，有做到的可以在格子裡打√，沒做到的請打X，發生事件當時若有家長、老師或同學，請其協助簽名見證！

事件描述 /地點 技巧步驟			
1. 當覺察自己全身不對勁，快要火冒三丈時...			
2. 停!停下所有事情，先做讓自己冷靜下來的放鬆、呼吸練習。			
3. 想!思考現在的情境是甚麼?我可以選擇做甚麼事，改變自己的心情?			
4. 選擇一個目前可以讓自己心情比較舒暢的解決方法，並採取行動。			

見證人簽名：_____

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域／項目	處環境／盡力完成工作	單元名稱	我會努力做好一件事
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市南屯區文山國小黃美惠
適用年級	國小中年級	教學節數	3節 120分鐘
社會技巧 問題分析	<p>在普通班的自閉症學生，因為社交技巧不佳與注意力不集中，在團體中可能常常無法認真或持續的完成一件事，而經常令老師頭痛或在小組中成為被同學排擠的對象。但當要專注的完成老師指定的工作或小組中分配的事時，他們可能聽不懂指令、不專心聽、不知做事的要領或是不知如何配合同學要求的步驟，甚至演變成需同學協助或老師從旁告知與協助的情形。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>教導在普通班的自閉症學生「如何盡力完成工作」，可以讓學生透過繪本故事，學習做一件事的認真態度，遇到困難時，能學習找出解決的辦法且能要求自己努力的與同學合作，不會因為困難與挫折而放棄。</p> <p>本項目是以「注意聽」、「遵從指令」、「持續工作」等幾個社會技能，透過他人的示範進行觀察，再用角色扮演讓學生進行演練，且搭配增強系統以維持動機。</p>		
教材分析	<p>教材分為三部分，先以「狐狸孵蛋」繪本作為教材，與學生討論作好一件事的重要性，以及如何做好一件事，並說明完成一件事的技巧及步驟。再從「我是射飛鏢高手」的班級活動，讓學生了解做事的正確態度，並由老師示範同學演練，最後藉由「叫我達人」小組活動，配合課堂中情境的演練，並輔以作業單，讓自閉症學生能熟悉工作的技巧和態度，以用於日常生活情境中。</p>		
能力指標	<p>1-2-3-7 能明瞭凡事盡力，但不過度重視結果或成敗</p> <p>1-3-3-1 能從自己成功的經驗做自我肯定</p> <p>3-1-1-2 能依指示完成簡單的工作</p> <p>3-1-1-5 能遵守教室規則</p> <p>3-1-1-8 能在小組中與同學分工合作完成自己分內的工作</p> <p>3-2-1-2 能在監督或協助下完成複雜的工作</p> <p>3-2-1-8 能在小組中服從小組決議完成小組指派的工作</p> <p>3-3-1-2 能服從指令規劃步驟完成複雜的工作</p>		

	3-4-1-2 能服從指令規劃執行工作的步驟		
	3-4-1-3 能在執行工作過程中自我檢查、自我回饋以解決問題		
	教學目標	具體行為目標	
	<p>◎認知</p> <p>1.能知道完成工作的重要。</p> <p>2.能說出如何盡力完成工作。</p> <p>3.能知道完成工作的技巧。</p> <p>◎情意</p> <p>4.能了解他人的要求。</p> <p>5.能感受完成工作的成就感。</p> <p>6.能專心聆聽了解工作步驟</p> <p>◎技能</p> <p>7.能依指示完成吹畫製作。</p> <p>8.能在遇到問題時盡力完成工作。</p> <p>9.能遵守教室規則。</p>	<p>1-1 能說出什麼是完成工作。</p> <p>2-1 能說出自己盡力完成工作的情形。</p> <p>3-1 能說出完成工作的技巧和步驟。</p> <p>4-1 能在做事時清楚知道他人的想法。</p> <p>5-1 能在完成工作時，感受到成就感。</p> <p>6-1 能專心聆聽上課內容。</p> <p>7-1 能配合老師指令完成指定的步驟。</p> <p>7-2 能完成吹畫的彩繪</p> <p>7-3 能在遇到困難時主動問老師。</p> <p>8-1 能依照步驟努力完成工作。</p> <p>8-2 能在工作過程中努力解決問題。</p> <p>9-1 能遵守教室規則。</p>	
	技巧分析	步驟	提示
		1.注意聽	注意看老師的示範和說明
		2.遵從指令	努力做
		3.持續工作	認真完成工作、不怕困難
		4.給予鼓勵	做到的事口頭讚美他
		5.處理錯誤	努力想完成工作、有問題問老師
具體行為目標代號	教學活動		時間
			教學資源

	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：資源班學生 3 名，採小組方式進行課程。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1.說明上課規則：說明規則包含坐在位子上、桌面收乾淨、上課要專心、說話要舉手、聽老師的話，並搭配增強系統。</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 先說明「狐狸孵蛋」繪本（故事簡介見附件 1）的故事內容，再與學生進行討論：</p> <p>1.故事裡有哪些動物？</p> <p>2.狐狸撿到什麼東西？（……）</p> <p>3.狐狸吃了哪些東西？</p> <p>4.為什麼狐狸想吃鴨蛋又不能吃？（因為牠想吃肥美的小鴨子）</p> <p>5.狐狸做了哪些事來孵蛋？（挖洞、把蛋綁在肚子上、含在嘴裡）</p> <p>(二) 再與學生討論「如果你是狐狸，你會怎麼做？」</p> <p>「假設是你撿到這個蛋，你有什麼想法？」</p> <p>「假如你是狐狸遇到這麼多的問題，你會像狐狸一樣孵蛋，還是會想要吃掉蛋？」</p> <p>引導學生完成學習單「狐狸真的會孵蛋嗎？」</p> <p>(三) 說明「努力做好一件事」的重要性，及如何能做到盡力完成工作：</p> <p>1.我會注意聽老師說。</p> <p>2.我能遵從老師的指令。</p> <p>3.我能努力做事，持續完成該做的工作。</p> <p>4.當我得到老師的讚美時，更有信心完成工作。</p> <p>5.當我遇到困難時，我會問老師或同學，努力的完成工作。</p>	<p>5 分</p> <p>15 分</p> <p>10 分</p> <p>10 分</p>	<p>班級規則海報 增強物</p> <p>繪本故事 PPT (附件 1 繪本簡介)</p> <p>學習單 (第一節)</p> <p>附件 3 海報</p>
6-1			
1-1			
2-1			

二、展開活動

(一) 說明新技巧

教師呈現「努力做好一件事」字卡，說明今天要教導的是「努力做好一件事」的技巧。「我是射飛鏢高手」以大家玩射飛鏢的經驗，引導學生以射飛鏢的方式加深印象及了解各個細項的意義及重要性

(二) 行為的步驟及提示

教師呈現「努力做好一件事」的步驟及提示海報，逐項進行說明。

9-1

3-1

步驟	提示
1.注意聽	注意看老師的示範和說明
2.遵從指令	努力做
3.持續工作	認真完成工作、不怕困難
4.給予鼓勵	做到的事口頭讚美他
5.處理錯誤	努力想完成工作、有問題問老師

教學準備事項：

◎完成吹畫的卡片製作

1.每一位學生發下粉彩紙和水彩，老師先調好各種顏色的色彩。

2.展示完成卡片的成品和圖片，並說明操作的步驟和示範吹畫的方法。

3.讓學生自己選取顏色和吸管大小。

4.之後依序檢視學生的表現，活動開始後，教師到台下巡視，了解活動進行狀況。如果有同學不了解活動進行方式或不知道要怎麼做，教師必要時可提供協助及引導。

5.學生大致完成後，教師請學生發表「當我發現步驟不清楚或不知怎麼操作時，我可以怎麼做？」，並將討論結果寫在作業單上。

4-1

7-1

7-2

7-3

5分

附件2字卡

飛鏢

飛盤

15分

附件3海報

15分

圖畫紙

水彩

蠟筆

大吸管

小吸管

行為檢核表

5分

8-1 8-2	<p>6.請各位學生分享自己是否有做到努力做好一件事的步驟及最後討論的結果。</p>		附件3海報
	<p>(三) 示範</p> <p>教師正確示範遇到不會做的事時，要主動問同學或老師，問問學生有沒有問題，沒有的話，讓學生演練一遍。</p> <p>-----第二節結束-----</p> <p>教學準備事項：</p> <p>◎老師將上一節課大家做好的吹畫卡片進行展示，請大家分享自己畫的圖案。</p>		作業單 (第二節)
5-1	<p>(四) 演練</p> <p>教師發下「行為檢核表」。</p> <p>以「叫我達人」的活動，請兩位學生扮演在各個步驟中遇到問題時，如何解決與如何做好一件事，老師在角色扮演過程中，可適時給予口頭提釋或視覺提示，請台下的學生逐項檢核步驟與提示。(第二次角色扮演時可以讓兩位學生角色互換)</p>	10分	學生吹畫作品
9-1		5分	行為檢核表
3-1	<p>(五) 回饋修正</p>	15分	附件3海報
4-1	<p>老師給予立即的回饋，將表現的結果與學生進行討論，並立即修正</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納本單元的活動重點、增強總結</p> <p>1.請學生重述如何做好一件事很重要的技巧和步驟。</p> <p>2.總結每位學生得到幾分，依據得分的排名給予獎勵。</p> <p>(二) 作業</p> <p>1.發下「我會努力做好一件事」作業單，請學生回教室或回家完成，在下次上課時帶來。</p>	10分	作業單 (第三節)

	-----第三節結束-----		
延 伸 活 動	自閉症學生經評估如有需要，可安排個別課程，以「社會性故事」進行教導。		
備 註			

【行為檢核表】

努力做好一件事

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※幫忙檢查看看，有做到的步驟請打√！

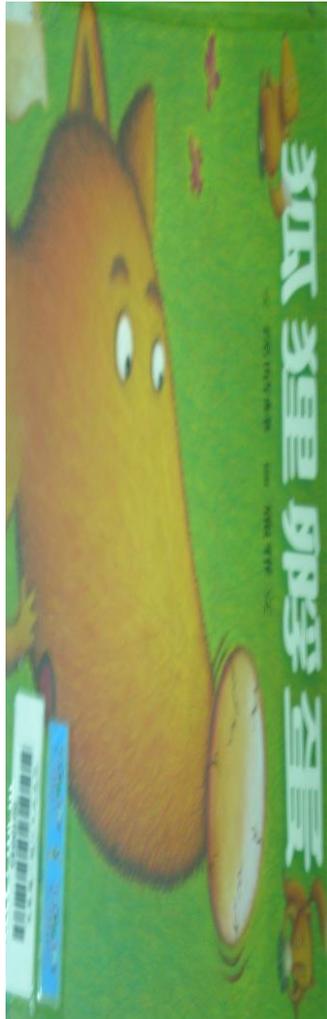
姓名 步驟	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
1. 注意聽						
2. 遵從指令						
3. 持續工作						
4. 給予鼓勵						
5. 處理錯誤						

狐狸真的會孵蛋嗎？

日期：

班級： 年 班

最厲害的小讀者：

	狐狸做的事	遇到的問題	你覺得他做得好嗎？
	狐狸想吃鴨蛋，但又忍住飢餓，想把蛋孵出來		<input type="checkbox"/> 好 <input type="checkbox"/> 不好
	狐狸用了什麼方法孵蛋		<input type="checkbox"/> 好 <input type="checkbox"/> 不好
	最後狐狸孵出小鴨		<input type="checkbox"/> 好 <input type="checkbox"/> 不好
	狐狸和小鴨子的相處		<input type="checkbox"/> 好 <input type="checkbox"/> 不好
	狐狸把小鴨當作兒子		<input type="checkbox"/> 好 <input type="checkbox"/> 不好
	想想看，你做過什麼事是努力完成並盡力做好的？		

我知道怎麼做好一件事

挑戰者是：_____

複習一下！努力做好一件事的五個步驟：

- 1.我會注意聽老師說。
- 2.我能遵從老師的指令。
- 3.我能努力做事，持續完成該做的工作。
- 4.當我得到老師的讚美時，更有信心完成工作。
- 5.當我遇到困難時，我會問老師或同學，努力的完成工作。

如果遇到不會做的事時，你有什麼好方法呢？請在你選擇的好方法前面打

✓！

- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 不想做了 | <input type="checkbox"/> 和同學討論要怎麼做 |
| <input type="checkbox"/> 問同學 | <input type="checkbox"/> 問老師 |
| <input type="checkbox"/> 生氣大叫 | <input type="checkbox"/> 隨便做 |
| <input type="checkbox"/> 請別人幫我做 | |

還有沒有其他的好方法呢？_____。

好棒喔！完成了！ 請家長簽名：_____

我會努力做好一件事

挑戰者是：_____

共 5 個步驟，還有 2 個沒有排好，請你排出正確的順序並寫下來。

（好方法來做做看、想想看怎麼做才是一個好方法）

第 1 個步驟：注意聽

第 2 個步驟：_____。

第 3 個步驟：持續工作

第 4 個步驟：給予鼓勵

第 5 個步驟：_____。

恭喜你！完成挑戰！ 請家長簽名：_____

【附件 1 繪本資訊】

繪本名稱	狐狸孵蛋
作者	文/孫晴峰 圖/龐雅文
出版社	柏林文化事業股份有限公司
簡介	<p>狐狸好餓好餓，到處找東西吃。有一天，他發現了一個大鴨蛋，正要一口咬下去時，腦袋裡卻有個聲音說：「你想吃鴨蛋，還是肥嘟嘟的小鴨子呢？」</p> <p>狐狸決定忍住飢餓，把蛋孵出來，可是他又不是母鴨，他要用什麼辦法孵蛋？孵蛋時又會遇到什麼困難？最後他到底有沒有吃到鴨子？</p> <p>本書是兒童文學家孫晴峰充滿顛覆趣味的作品，他改寫傳統童話中，狐狸狡猾貪婪的樣板個性，賦予讀者一個新的價值觀。畫家龐雅文是台灣新世代的優秀創作者，畫風幽默、可愛，充滿創意，第一本作品即入選波隆那國際兒童書插畫展。</p>

努力做好一件事



努力做好一件事

步驟	提示
1. 注意聽	看到老師在說明步驟，我應該注意聽，才不會不知道怎麼做
2. 遵從指令	依照老師的說明，跟著步驟做
3. 持續工作	持續做，才能把事情做好
4. 給予鼓勵	老師稱讚我很努力做，我很開心，也會努力做好
5. 處理錯誤	遇到不會的部分，會問老師和同學

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	自我相關/正向自我陳述	單元名稱	找回快樂的自己
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市北屯區北屯國小黃翠玉
適用年級	國小中、高年級	教學節數	3節(120分鐘)
社會技巧 問題分析	<p>研究顯示，許多行為偏差學生都來自低自我價值；且易與老師、同儕不斷產生摩擦，不懂得與人如何相處、如何展現自己、如何勇於面對生命困難與挫折，致使常以偏差激烈行為，不服管教，反噙語言，攻擊行為來挑戰老師權威，或者以不屑言詞論斷、譏笑別人霸凌同學表現自己敢這樣做，以想獲得同儕注意，致使老師上課秩序管控上憂心無力。</p> <p>社技巧訓練目的是讓學生了解自我，以發展出愛與被愛，尊重與被尊重及學會自我負責的能力，習得正向生命價值觀，建立優質正向信念，進而達到自我實現，以使學生在自我的生命上得到肯定是更具有意義的。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>Bandura 的社會學習與認知理論，認為個體會將所觀察到的、知覺到的經驗，儲存成為特有的認知能力，當個體受到挫折後的反應決定於過去的學習歷程，並可經由學習歷程而改變。對於認知功能輕度缺損之學生，在學校人際關係與生活適應常出現困難，不易融入團體生活，常受別人用外在表現或條件去定義他，期待透過名人生命故事集、繪本的認知學習，讓學生知道用正面眼光看待自己，活出自己的價值，此乃課程設計的目的。</p>		
教材分析	<p>教材分為三部分，透過喬丹小時後生活故事回顧及長大後麥可喬丹的「灌籃傳奇」為教材，引導同學能以正向眼光接納自己及發現自己的優點，且能善用自己優點、欣賞自己，進而肯定自己而願意更努力學習，運用「察覺反思」的技巧，說明每個人能「看見自己」並能善用自己的優點，貢獻自己能力的重要性。第二部份是進行討論分享活動，透過團體動力，讓學生了解每個人都有具有不同優點。最後是透過學生在課堂故事演練，希望之歌播放，輔以「察覺反思」的技巧學習單，使學生能在未來生活情境中運用。</p>		
能力指標	1-2-1-5 能表達他人複雜的正向或負向情緒。		

	<p>1-2-3-1 能接納自己的優勢及弱勢能力。</p> <p>1-2-1-6 能嘗試處理自己複雜的負向情緒。</p> <p>2-1-2-6 能與他人和睦相處建立友善關係。</p> <p>2-1-3-6 在面對抱怨情境時能維持心情的平穩。</p>
教學目標	具體行為目標
<p>◎認知</p> <p>1. 能說出自己的特點及對生活的影響。</p> <p>2. 能知道只要願意面對困難，就有機會解決困難。</p> <p>3. 能知道「察覺反思」的技巧步驟</p> <p>◎情意</p> <p>4. 能欣賞自己與他人的優點</p> <p>5. 能省思自己需要改變之處</p> <p>◎技能</p> <p>6. 能完成特點紀錄表。</p> <p>7 能從不一樣角度說出優缺點關係</p> <p>8 能依情境回答問題</p> <p>9 能專心上課</p>	<p>1-1. 能說出自己的特點（優勢及弱勢能力）。</p> <p>1-2. 能說出每個人都各有特點，不需與人比較</p> <p>1-3. 能從外在及內在說出每個人的特點的重要與好處。</p> <p>1-4. 能說出特點對生活的影響。</p> <p>2-1. 能說出自己想成為怎樣的人。</p> <p>2-2. 能說出生活中有可能經歷的困難與挑戰。</p> <p>2-3. 能說出只要願意面對困難，許多困難與問題就可以解決。</p> <p>2-4. 能說出缺點如何變優點</p> <p>3-1. 能說出技巧的步驟</p> <p>4-1. 能用正向的眼光看待每個特點。</p> <p>4-2. 能調整想法，讓每個特點可以被大家接納。</p> <p>5-1 能從討論分享中覺察自己需要改變之處</p> <p>6-1 能完成特點紀錄表。</p> <p>7-1. 能從故事人物中，說出自己對優缺點的新想法。</p> <p>7-2. 能於生活中表現出自己優勢能力。</p> <p>8-1. 能依情境演練遇到困難與挫折技巧的步驟與提示。</p> <p>8-2. 能在面對困難與挫折時，能持續自我鼓勵。</p> <p>9-1 上課時能做到眼睛看、耳朵聽、專心想</p>

技巧分析	步驟	提示	具體行為目標代號	教學活動	時間	教學資源
	1. 感覺我有失望的情緒。	羨慕別人，聽到別人的批評，聽見自己內心的不滿聲音。 【希望之歌】				
	2. 停下來想一想再聽一聽。	停下來從一數到十、深呼吸二次，想發生了什麼事？靜靜聽內心的希望之歌，我需要用哪些態度與方法面對呢？				
	3 可以怎麼做。	調整想法，該怎麼做會更好。				
	4. 實踐好主意	總要試一試，才知道我能做多少？ 忘記背後，努力面前！加油、加油。				
9-1	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：資源班學生或普通班學生，方式以班輔或小組或個別課。</p> <p>◎準備工作：遊戲器材、繪本、PPT 檔、影片、學習單</p> <p>1. 說明上課規則：</p> <p>最高指導原則：說該說的話，做該做的事、管自己的事。</p> <p>具體行為：安靜坐好、眼睛看老師、耳朵專注聽、說話要舉手</p> <p>說白節奏口訣：上課當中不離座，眼看老師耳朵聽，聽從指令要安靜，不會問題我會提，舉手發言有條理。</p> <p>2. 說明增強方法：【我們的表現】</p> <p>(1)以團隊表現記分，得分要訣在於遵守上課規則。</p> <p>(2)團隊同儕踴躍回應老師提問問題。</p> <p>(3)課堂表現最優的兩組，取得可以增強品，分享食物的機會。</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一)以字卡一一呈現上課規則於黑板並說明，增強激勵方法。</p>	4分	磁鐵規則文字圖卡項目 呈現增強物或遊戲盒等物品 單槍、電腦、遊戲盒影片			

	<p>(二) 專注力訓練：〈BUZZ 報數遊戲〉</p> <p>(三) 影片欣賞---越過死亡爬行的布洛克來說明班級正向學習氣氛的重要</p>	4分	
	<p>1. 為甚麼教練會選上布洛克來激勵團隊〈從布洛克在團體中對老師負向態度-不在乎老師教導、在同儕關係中帶來的負向影響力〉</p> <p>2. 討論說明團體正向凝聚力的重要性。</p> <p>3. 強調關係與班級常規建立重要</p>	4分	
	<p>二、展開活動</p> <p>(一) 猜猜我是誰活動</p>		
1-1	認識【一位真實生活中的英雄】-麥可喬登】生命故事。		
1-2	教學內容簡介		
1-3	他是黑人，1963 年出生於紐約的部魯克林貧民區，他有四個兄弟姊妹，父親微薄的工資根本無法維持家用，他從小就在貧窮與歧視中渡過，對於未來 他看不到什麼希望。		
1-4	<p>那年 他十三歲，父親給他一件舊衣服：“這件衣服能值多少錢？”“大概一美元”他回答。爸爸說：“能賣到二美元嗎？要是你賣掉了，也算幫了我和妳媽媽”，他點了點頭：“我可以試一試 但不一定能賣掉”。他小心的把衣服洗乾淨，沒有熨斗 就用刷子把衣服刷平，鋪在一塊平板上曬乾。</p> <p>第二天 他帶著這件衣服來到人流密集的地鐵站，經過六個多小時的叫賣，他終於賣出了這件衣服，他緊緊的拿著二美元，一路奔回了家。以後每天他都熱衷於從垃圾堆裡掏出舊衣服 打理好後去鬧市裡賣，如此過了十多天。父親又遞給他一件舊衣服：“你想想 這件衣服怎樣才能賣到二十美元？”“怎麼可能？它頂多值二美元。父親啟發他：“你為什麼不試一試？總會有辦法的。你總要試一試，你才知道你能做多少？</p> <p>終於他想到了一個辦法，他請學畫畫的表哥在衣服上畫了一隻可愛的唐老鴨與一隻頑皮的米老鼠，他選擇在一個貴族子弟學校的門口叫賣。不一會，一個開車接少爺放學的管家為他的小少爺買下了這</p>	10分	單槍、電腦、PPT
2-1			
2-2			
2-3			
2-4			

件衣服，那個十來歲的孩子很高興，還給了他五美元的小費，25美元。這無疑一筆鉅款！相當於他父親一個月的工資。回到家後，父親又遞給他一件舊衣服：“你能把他賣到200美元嗎？”父親的目光幽幽的閃著光，這一回，他沒有猶疑，但沉靜的接過衣服。

二個月後，當紅電影《霹靂嬌娃》的女主角拉佛西來紐約做宣傳，記者招待會結束後，他推開身邊的保安，衝到拉佛西身邊舉著舊衣服請她簽名。拉佛西看到一個純真的孩子索取簽名，便痛快的簽上自己的名字。他激動的一陣歡呼：“拉佛西小姐親筆簽名的運動衫，售價200美元！”經過現場競價，一名商人以1200美元的高價收購了這件運動衫，回到家裡一家人都禁不住狂歡……

父親感動得淚水橫流：“沒想到你真的做到了！我的孩子！你真的很棒！！”。這個晚上，父親與他抵足而眠，父親問：“孩子，從賣這三件衣服中，你明白了什麼？”，他感動的說：“只要肯動腦筋辦法總會有的”我只是想告訴你，一件只值一美元的舊衣服，都有辦法高貴起來，何況我們這些活生生的人呢？我們只不過黑一點、窮一點，但這又有什麼關係呢？霎那間，他心中升起了一輪燦爛的太陽。連一件舊衣服都有辦法高貴，我又有什麼理由妄自菲薄呢？

從此，他努力學習，接受嚴格刻苦的訓練，對未來充滿希望，二十年後，他的名字傳遍了世界的每一個角落。

(二) 讓學生就 PPT 檔內容進行討論：

1. 麥可喬登是什麼人？你知道黑人的特點嗎？
2. 麥可喬登是生長在什麼樣家庭？原來他的心情他的想法會是怎樣？為什麼？
3. 那年他父親給他第一件舊衣服，他作了什麼事？當下是什麼心情呢？
4. 麥可喬登賣出第一件衣服後，他的心情他的想法是怎樣？接下去他自己又做了什麼事？
5. 當爸爸再度遞給他衣服時，他發現了什麼事情？他的感覺如何？
6. 爸爸如何回應他的疑惑？給他建議是什麼？他如何因應面對？
7. 當麥可喬登賣出爸爸交代第二件衣服時，回到家爸爸又給他一件新

10
分

9-1	<p>的衣服時，如果是你，你的心情你的感受會是什麼？</p> <p>8. 那麥可喬登的態度呢？他為何會有如此堅定、不疑惑的態度呢？</p> <p>9. 每個人的生命都是這麼獨特，你有什麼想法呢？</p> <p>10. 麥可喬登的爸爸那件是最讓你感動呢？</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點：</p> <p> 感動的一句話：讓學生發表自己最感動的是哪一段？老師則以父親最後說的【連一件舊衣服都有辦法高貴，我又有什麼理由妄自菲薄呢？只要肯動腦筋辦法總會有的。】來重新歸納今天學習重點。</p> <p>(二) 發學習單（附件一）</p> <p>(三) 進行：換算點數，給增強物。</p> <p>-----第一節結束-----</p> <p>教學準備事項：</p> <p>◎準備工作：遊戲器材、繪本、PPT 檔、影片、學習單、希望之歌、戳戳樂遊戲盒</p> <p>1. 說明上課規則：</p> <p> 最高指導原則：說該說的話，做該做的事、管自己的事。</p> <p> 具體行為：安靜坐好、眼睛看老師、耳朵專注聽、說話要舉手</p> <p> 說白節奏口訣：上課當中不離座，眼看老師耳朵聽，聽從指令要安靜，不會問題我會提，舉手發言有條理。</p> <p>2. 說明增強方法：【我們的表現】</p> <p> (1) 以團隊表現記分，得分要訣在於遵守上課規則。</p> <p> (2) 團隊同儕踴躍回應老師提問問題。</p> <p> (3) 課堂表現最優的兩組，取得可以增強品，分享食物的機會。</p> <p>一、引起動機</p>	5分 3分 2分	PPT 檔 學習單
-----	--	----------------	--------------

4-1	(一) 專注力遊戲	5分
4-2	(二) 我們從上一節麥可喬登生命故事輔以我是誰學習單，討論過每個人都有獨特的特點，我們也分享到麥可喬登如何瞭解與珍惜自己的獨特之處，引導學生看見麥可喬登如何運用「技巧分析」法則來面對自己生活中的問題，從不一樣角度來創造自己生命的本質價值，	
5-1	並成為家庭中很好的幫助，今天老師也要請大家來想一想自己有哪些特點，這些特點在自己及別人會有哪些不同的的看法呢？	
6-1		
	二、展開活動	10分
	(一) 播放【希望之歌】活動步驟	
7-1	1 第一次請同學眼睛閉起來安靜聆聽	
7-2	2 第二次配合 PPT 檔給學生看歌詞	
	3 第三次播放音樂讓學生可以跟著一起唱此歌曲	
	<p style="text-align: center;">希望之歌 詞/張鳳儀；曲/曹登昌</p>	
	當烏雲遮住太陽 當夜晚沒有星光	
	當淚水佈滿臉龐 當笑容全被隱藏	
	當歌聲不再嘹亮 當熱情成為過往	
	你是否懷疑自己 還有力量	
	有一種眼光 可以穿透烏雲看見陽光	
	有一種堅持 越在黑夜越要歌唱	
	有一種力量 在軟弱中更顯剛強	
	有一種希望 只要相信 就會有希望	
	當玫瑰不再芬芳 當大雨不停的下	
	當勇氣失去力量 你是否相信希望。	5分
	(二) 玩戳戳樂拼歌詞 (附件二)	
	<p style="text-align: center;">將學生分成三組，請每位學生戳一格戳戳樂，若戳到歌詞則到黑板，將所戳到歌詞選一合適的位置貼上去，看哪一組最快最完整。</p>	

2. 說明增強方法：【我們的表現】

- (1) 以團隊表現記分，得分要訣在於遵守上課規則。
- (2) 團隊同儕踴躍回應老師提問問題。
- (3) 課堂表現最優的兩組，取得可以增強品，分享食物的機會。

5
分

一、引起動機

(一) 專注力遊戲

(二) 從上兩節課討論學習中我們知道自己是個怎樣的人？不完美的人。自己又想成為怎樣的人？引導學生討論如何調整轉念改變呢。今天我們也要學習如何從別人的眼光來看見自己及看重別人，讓自己也能夠成別人的祝福，所以我們現在要來完一個遊戲叫優點大集合。

12
分

二、展開活動

(一) 優點大集合

1. 發給每個同學圓笑笑臉貼紙 5 個
2. 播放【希望之歌】
3. 放音樂，然後開始傳球。
4. 當音樂停止時，則停止傳球，拿到球的同學必須對班上同學說出他一項優點，並到他手上貼一張笑笑臉貼紙，被讚美同學必須很有禮貌回應讚美他的同學，【謝謝你讚美我很〈X X〉，我很開心，祝福你也成為〈X X〉的人】
5. 數算看誰的貼紙最多，成為今天人氣王。

(二) 戲劇演出——傳奇麥可喬登故事

徵求幾位同學擔任其故事中角色，【麥可喬登、爸爸、媽媽、路人甲、表哥、司機、少爺、明星拉佛西、商人】將真實生活中的英雄「-麥可喬登生命故事演一次。

(三) 透過戲劇分享與感動，請學生發表對於自己生活的表現又覺得如

何，又想如何表現呢？探討在不同角度下，優點與缺點可能是一體兩面的東西。

三、總結活動

(一) 複習、歸納班單元活動學習重點

(二) 進行：換算點數，給增強物。

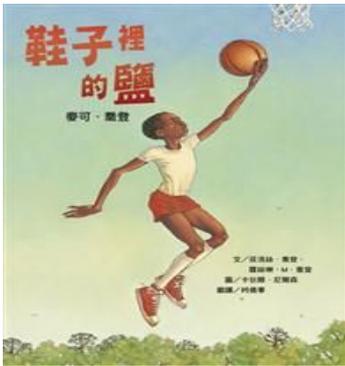
(三)：分享活動

-----第三節結束-----

延伸
活動

備註

【附件一 繪本資訊】（或影片、教具等使用材料的資訊）

繪 本 名 稱	鞋子裡的鹽
作 者	文／荻洛絲·喬登 (Deloris Jordan) 譯／柯倩華
出 版 社	
簡 介	 <p>出版日期：2010-10-01</p> <ol style="list-style-type: none">1 麥可喬登小時候是一個怎樣的孩子？媽媽如何來幫助他？2 童年時他雖然生長在貧窮家庭，但他有很快樂嗎？為甚麼？3 你過去有讓你很沮喪失望的事情？你如何去面對？4 麥可喬登又是如何面對那些令他生氣、難過、失望、傷心的事？5 麥可喬登一生受到爸爸媽媽有很大影響？他們給了他哪些重要教導？6 麥可喬登最後成為怎樣的人？他對社會有甚麼貢獻呢？7 人的一生必然會遇到許多困挫折？你遇到時你會用哪些態度與方法去面對呢？

【學習單】

附件一

喜歡自己



親愛的小朋友，現在就拿起屬於自己魔法鏡，認真找到自己特點，下列不同特點的人，你有在裡面嗎？請在屬於的特點框框內打勾或是在空白處寫上屬於你自己的特點。

<input type="checkbox"/> 皮膚黑的人	<input type="checkbox"/> 眼睛小小的	<input type="checkbox"/> 長的高高的	<input type="checkbox"/> 很會講話
<input type="checkbox"/> 喜歡吃東西	<input type="checkbox"/> 喜歡跳舞	<input type="checkbox"/> 很會拼圖	<input type="checkbox"/> 讀書很厲害
<input type="checkbox"/> 打球很強	<input type="checkbox"/> 很會演戲	<input type="checkbox"/> 喜歡跑步	<input type="checkbox"/> 喜歡洋娃娃
<input type="checkbox"/> 喜歡自己	<input type="checkbox"/> 喜歡跳繩	<input type="checkbox"/> 喜歡交朋友	<input type="checkbox"/> 喜歡看書
<input type="checkbox"/> 喜歡玩積木	<input type="checkbox"/> 爸媽很愛我	<input type="checkbox"/> 家裡很有錢	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



小朋友你有聽過醜小鴨變天鵝的故事嗎？在自己成長過程中，你有遭受什麼樣令你感受到困難與痛苦嗎？醜小鴨的孤單、害怕，被別人排擠、嘲笑、欺負，你經歷過嗎？不過，因著牠深信自己心中對美的渴望，他與眾不同，他體會到在心中生根的美，遠勝過外表的醜陋，就像醜小鴨終於在最後，發現自己原是天鵝是那種他最愛、最欣羨的大鳥，就像麥可喬登心中那一輪 燦爛的太陽一樣『連一件舊衣服都有辦法高貴，我又有什麼理由妄自菲薄呢？從此，他努力學習，接受嚴格刻苦的訓練，對未來充滿希望二十年後，他的名字傳遍了世界的每一個角落。』我想給自己一句好話



戳戳樂遊戲盒製作

- 1 搜及仿間玩具店戳戳樂用完格子盒
- 2 將歌詞剪成 20 張，各自放進戳戳樂盒子格內
- 3 在盒子格上用符合其大小壁報紙貼上，並在每格對應的紙面上畫格子線，並可以在紙面上予以畫圖美化，增加學習樂趣。
- 4 讓學生依序戳，戳到歌詞的同學，要趕快拿到黑板上的壁報紙，選一正確位置將他貼上。

希望之歌 歌詞

當烏雲遮住太陽	當夜晚沒有星光
當淚水佈滿臉龐	當笑容全被隱藏
當歌聲不再嘹亮	當熱情成為過往
你是否懷疑自己	還有力量
有一種眼光	可以穿透烏雲看見陽光
有一種堅持	越在黑夜越要歌唱
有一種力量	在軟弱中更顯剛強
有一種希望	只要相信 就會有希望
當玫瑰不再芬芳	當大雨不停的下
當勇氣失去力量	你是否相信希望。



最好的禮物



_____年_____班

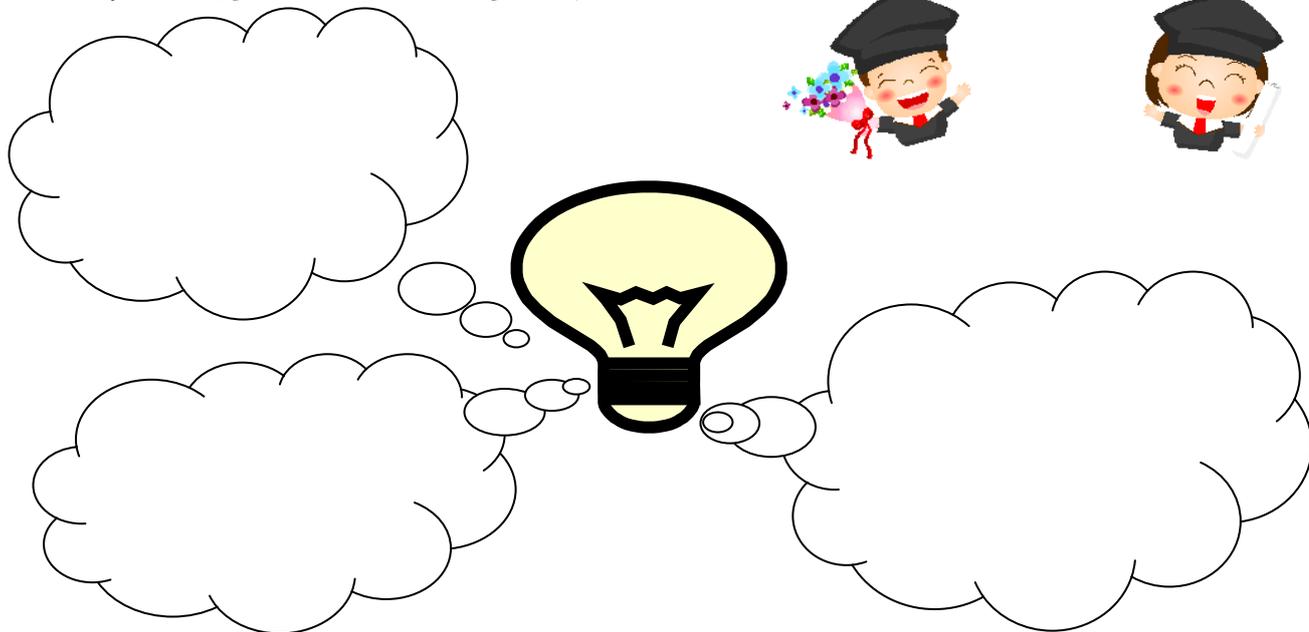
姓名：_____

社交技巧課學習單

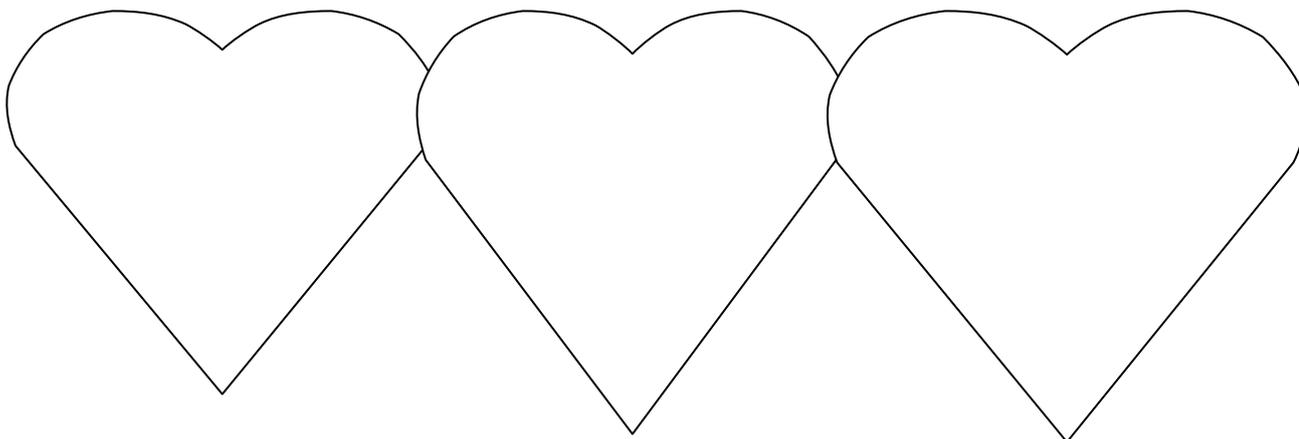


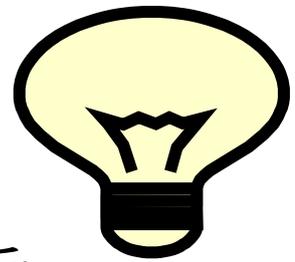
親愛的小朋友，每個人都是不完美的，我們應該要學習的是欣賞別人的優點。學會讚美會帶給別人快樂，你有沒有幫助別人找到快樂呢？拿起你的筆，仔細觀察你的朋友，並寫出三個朋友的優點和你想讚美他的話，這是給他最好的禮物喔！

1. 我心愛朋友的優點！



2. 給他最美的祝福——我對他說：





面對令你感受到困難與痛苦的情境時技巧

步驟

**1 感覺我有失望
的情緒。**

提示

羨慕別人，聽到別人的批評
覺察到自己內心的不滿意

**2.停下來想一想
再聽一聽。**

停下來，從一數到十、深呼吸
兩次，想發生了什麼事？
靜聽希望之歌，我可以如何做？

3 可以怎麼做。

調整想法，該怎麼做會更好。

4.實踐好主意

總要試一試，才知道我能做多少？
忘記背後，努力面前！加油。



～與人相處領域～

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	與人相處/解決問題	單元名稱	解決問題我最行
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市東區台中國小梁明華
適用年級	國小低、中、高年級	教學節數	2節 80分鐘
社會技巧問題分析	輕度障礙學生常有遇到問題不知如何解決的困難，導致其在生活、人際關係發展上的障礙，因而無法順利融入班級團體中。一個人的成長與發展中，處處都會遇到「問題」、時時需要去「解決」，在面對一個複雜的、變動的問題時，能否勇敢的、負責的、有效能的、成功的解決問題，是個人生活裡很重要的「能力」。		
設計理念 (課程目的)	透過活動的體驗及動動腦，認識解決問題的技巧過程，提供發展批判和思考技能的必要經驗，增進自我面對問題和處理問題的能力。		
教材分析	「問題解決我最行」這一單元主要是讓學生了解「問題解決」的意涵及方法，鼓勵學生從活動和觀察中，學習問題解決的方法，並利用「繪本故事『公主的月亮』閱讀、劇本情境演練、動動腦思考」等方式引導學生相互交流意見，在共同討論、學習及互動的過程中，也讓學生學習如何與人合作，且在合作過程當中，學會尊重與欣賞他人不同的另類創意點子。		
能力指標	1-1-3-6 能嘗試使用策略解決自己的問題。		
	教學目標	具體行為目標	
	◎認知 1. 能認識問題解決的意涵。 ◎情意 2. 能培養正向的問題解決態度。 ◎技能 3. 能了解問題解決的方法。	1-1 能知道養成自己動手解決問題的意義。 1-2 能知道問題解決的步驟。 2-1 能以正向積極的態度面對問題。 2-2 能養成主動參與工作的習慣。 3-1 能針對問題按步驟進行分析。 3-2 能按問題解決的步驟處理問題。	
技巧分析	步驟	提示	
	1. 發現問題	決定問題的範圍，要明確且具體知道那些問題必須解決，也就是要知道問題中的重點，真正面對問題去思考與分析，逃避問題是無法解決問題的，遇到困難時不必退縮，清楚的描述那	

	些問題有待解決，才能有效的解決問題。
2.設定目標	明確地決定要達成的目標，並設定必要的範圍與限制的條件，必要時也可設定次要的目標。
3.收集資料	收集資料能夠以別人的經驗幫助我們解決問題，完成問題的分析，資料收集愈完整愈有利於下一步驟的進行。
4.發展解決問題方案	將收集到的資料加以分析、比較以發展兩種以上解決問題的方案，並評估最佳解決問題的方案，此時可以透過團體的腦力激盪法，團體必須自由聯想，使構想愈多愈好，要避免過度批判，以免扼殺構想，最後經過整合改進，或者合併，使成為更好的構想。
5. 選定最佳方案	<p>衡量各種方案的利弊得失，以選定解決問題的方案。</p> <p>在作決策時，充分利用參考資料或做一個簡單的實驗以印證選定的方案，同時要考慮自己的能力，可運用的資源，是否超越極限，在解決團體問題時，先要團體充分的討論，取得共識後，選定一個比較共同能夠接受的解決問題方案。</p>
6. 執行選定方案	
7. 評量檢試結果	評量乃是對於執行解決問題的過

		<p>程，不斷的檢討是否達到預期的效果，若未達到預期的效果，則應該隨時修正；檢試乃是問題解決後，分析成功或失敗的原因，以作為下次處理的經驗。</p>	
具體行為目標代號	教學活動	時間	教學資源
<p>1-1 2-1</p>	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：本教學活動適用於資源班學生(小組教學)，也可適用於普通班全體教學活動。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1.說明上課規則：坐在自己的位置上、專心聽老師上課、專心聽同學說、發言前先舉手、上課不隨意說話。</p> <p>2.說明增強方法：上課表現良好，認真參與，可獲得一個☺，累積 10 個☺，可換取一個好寶寶印章，依據好寶寶印章數量來兌換增強物，以增進學生正向積極行為。</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 活動：解決問題大思考</p> <p>1.教師詢問學生自己曾經遇到什麼樣的問題？如何解決的？有沒有遇到困難而無法解決？</p> <p>2. 請學生輪流上台分享，增進學生活動參與及榮譽感。</p> <p>3. 教師說明本課程活動的主要目標及意涵，讓學生了解問題解決的重要性。</p> <p>二、展開活動</p> <p>(一) 活動：「公主的月亮」閱讀樂</p> <p>1. 教師透過「公主的月亮」PPT 的呈現，請學生輪流念讀繪本故</p>	<p>5 分</p> <p>20 分</p>	

<p>1-2 3-1</p> <p>3-2</p>	<p>事內容，在念讀過程中，提醒學生需專心注意聽，老師會突然點下一位小朋友繼續念下去，請每一位小朋友都要專心聽念讀同學念，才能順利接下去。</p> <p>2. 教師鼓勵認真念讀、專心聽取的學生，並詢問學生對於故事內容的國字、詞彙理解有無問題?</p> <p>3. 師生針對繪本故事內容進行討論:</p> <p>(1) 小公主為什麼想得到月亮?</p> <p>(2) 總理大臣覺得月亮像什麼?</p> <p>(3) 宮廷數學家覺得月亮像什麼?</p> <p>(4) 宮廷魔法師覺得月亮像什麼?</p> <p>(5) 小公主覺得月亮像什麼?</p> <p>(6) 誰解決了國王的難題?</p> <p>(7) 小公主得到心中的月亮後，為什麼國王又開始擔憂了起來?</p> <p>(8) 總理大臣認為該如何解決國王這個難題?</p> <p>(9) 宮廷魔法師認為該如何解決國王這個難題?</p> <p>(10) 宮廷數學家認為該如何解決國王這個難題?</p> <p>(11) 國王對於總理大臣、宮廷魔法師、宮廷數學家想的辦法覺得怎樣?</p> <p>(12) 是誰又解決了國王的問題?</p> <p>(13) 小公主覺得為什麼有兩個月亮?</p> <p>(6) 故事中的公主想要的月亮其實是怎麼樣的呢?</p> <p>(二) 活動：解決問題我最行</p> <p>1. 教師請學生分享、討論如果自己是故事中的角色時，要如何解決問題呢?</p> <p>2. 討論問題:</p> <p>(1) 如果你是國王，你該怎麼解決問題?</p>	<p>15 分</p>	<p>「公主的月亮」 PPT</p>
-------------------------------	---	-------------	------------------------

<p>2-1</p> <p>3-1</p> <p>2-1</p> <p>2-2</p>	<p>(2) 如果你是總理大臣，你該怎麼解決問題？</p> <p>(3) 如果你是宮廷數學家，你該怎麼解決問題？</p> <p>(4) 如果你是宮廷魔法師，你該怎麼解決問題？</p> <p>(5) 如果你是小丑，你該怎麼解決問題？</p> <p>(6) 「公主的月亮」這個故事主要是要告訴與提醒我們什麼事情呢？</p> <p>3. 教師提醒學生在解決問題時，需要特別注意的事項：</p> <p>(1) 勿以自己觀點套他人身上</p> <p> 不要以自己的觀點去理解別人的意思，有時候可能並非如自己想的那樣。</p> <p>(2) 遇到問題先冷靜、不焦慮</p> <p> 當問題發生時，勿慌了手腳，先冷靜思考整個來龍去脈，並思考如何用正確、積極的方法解決問題。</p> <p>(3) 尊重他人不同的意見</p> <p> 遇到問題時，當每個人有不同解決方法時，要了解其為何有如此想法？解決方法是否可行？</p> <p>-----第一節結束-----</p> <p>(三) 活動：「公主的月亮」劇場秀</p> <p>1. 教師請學生演出行動短劇「公主的月亮」，並引導學生思考：</p> <p>(1) 請學生各扮演國王、小公主、總理大臣、宮廷魔法師、宮廷數學家、小丑等角色。</p> <p>(2) 等每人演完後，請學生票選出最佳劇本獎、最佳台風獎、最佳演技獎。</p> <p>(3) 教師請學生思考並發表：</p> <p>A. 當你遇到問題，又不知如何解決時，感受如何？</p> <p>B. 如果你是公主，有願望想實現卻無法自己完成，你會怎麼做？</p> <p>C. 如果你是大臣，當自己提出的方法無法解決問題時，你會怎麼做？</p>	<p>15 分</p>	
---	---	-------------	--

3-2	<p>2.老師分享最近時事曾發生的新聞事件，讓學生知道解決問題及技巧的重要性。</p> <p>(四) 活動：超級任務動動腦</p> <p>1.教師發下「超級任務動動腦」學習單，請學生討論並運用「腦力激盪法」幫大臣們想想辦法，以解決國王要大家完成的超級任務。</p> <p>(1) 總理大臣的任務：金色的企鵝、像駝鳥蛋一樣大的鑽石</p> <p>(2) 魔法師的任務：把地上的大石頭移到樹上、治療「愛說話病」</p> <p>(3) 數學家的任務：「台中到舊金山」的距離有多長？</p> <p style="padding-left: 40px;">「開心」的時間有多長？</p> <p>2.注意事項：</p> <p style="padding-left: 40px;">教師需提醒學生在討論中，避免批評他人想法，讓每個人能在開放及自由的氣氛下，激發其創意，認識延緩批判的重要性。</p> <p>3.教師請學生上台發表自己的想法及討論結果，分享給大家知道。</p> <p>4.教師針對學生的發表給予回饋，並鼓勵發表的學生。</p> <p>三、總結活動</p> <p>教師提醒學生要學會如何用正向思考的態度解決問題，並能有規劃、有條理、有方法、有步驟地處理問題，而在無法順利解決問題時，能知道資源找尋的方法及管道，以幫助自己順利解決問題，以面對未來許多的困難及挑戰。</p> <p style="text-align: center;">-----第二節結束-----</p>	20分	學習單
延 伸 活 動		5分	
備 註			

超級任務動動腦

我是問題解決高手：_____



想一想：小朋友，現在國王又想到了一些問題，要請你幫幫忙，如果你是大臣，

要怎麼解決這些超級任務呢？

	任務內容	你的解決方法
總理大臣	1. 金色的企鵝	
	2. 像駝鳥蛋一樣大的鑽石	
魔法師	1. 把地上的大石頭移到樹上	
	2. 治療「愛說話病」	
數學家	1. 「台中到舊金山」的距離有多長？	
	2. 「開心」的時間有多長？	

【附件二 繪本資訊】

繪本名稱	公主的月亮
作者	文/詹姆斯·桑伯 圖/馬克·西蒙德 譯/劉清彥
出版社	和英
簡介	<p>好聽的故事不會隨著歲月流轉而褪色，這本寫於 1944 年的作品，經歷了半個世紀的時光，卻仍嶄新如一枚新出廠的銀幣。即使置身於成堆的新書中，它仍舊是最亮眼、最典雅、最讓人心動的一本。</p> <p>蒂蒂公主想要天上的月亮，這可是個難題。</p> <p>孩子們都有無理取鬧的時候，而做父母的又哪個不像憂心的國王，拼著老命設法滿足小公主最荒唐的願望。</p> <p>聰明的總理大臣、魔法師、數學家，全部都異口同聲說：「沒有人可以拿到月亮。」</p> <p>只有小丑會回答：「我們必須弄清楚，蒂蒂公主怎麼想？」</p> <p>聰明人用自己的腦袋，找自己的答案-最後甚至可能找不到答案。而小丑不同，小丑不會自以為聰明，他懂得用公主的腦袋，去找出公主想要的答案-答案竟然出奇地簡單。</p> <p>當然，這是一本寫給孩子看的童書，有許多奇思妙想，和令人莞爾的趣味。然而掩卷沉思，卻又驚愕地發現，也許這是一本寫給大人看的童書，畢竟自以為聰明的，大半是成人，並非兒童。</p> <p>哲思之外，一個好聽的故事必須要有豐富的故事性。《公主的月亮》包含了所有絕佳故事的成功要素：情節曲折起伏，語言奇幻多變化又充滿音樂感，角色自然逗趣。</p> <p>孩子們可以藉著唸誦其中的片段，學習到語言的韻律感和詩一樣的品味。試試看這樣的句子：「『向上』可以到多遠，『離開』需要多久，還有『消失』以後會變成什麼。」或者是「把蕪菁榨成汁，再把汁變回蕪菁；把禮帽變成兔子，再把兔子變成禮帽。」</p>

如果大聲唸出來，更能感受到故事跌宕起伏的層次，以及每一個角色戲劇性十足的演出。

清淡的繪圖有著令人動容的效果，尤其是嬌滴滴的蒂蒂公主，那麼小，那麼不起眼，卻又那麼聰慧，簡直就和我們自己家裡的小公主一模一樣，叫人奮不顧身，去為她摘下天上的月亮。（文/黃明堅，作家）

資料來源：博客來書籍館

<http://www.books.com.tw/exep/prod/booksfile.php?item=0010162754>

問題解決我最行

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※有做到的步驟請打✓，檢查看看，你是不是都有做到了呢？

姓名				
步驟				
1. 發現問題				
2. 設定目標				
3. 蒐集資料				
4. 發展解決問題方案				
5. 選定最佳方案				
6. 執行選定方案				
7. 評量檢試結果				

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	與人相處（與他人互動技巧）/ 面對別人的嘲笑	單元名稱	請不要再笑我了！
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市南區國光國小蔡于君
適用年級	國小中年級	教學節數	3節 120分鐘
社會技巧 問題分析	<p>在普通班的自閉症學生因為社會技巧不佳或動作協調、反應不好，在團體中可能顯得突兀或奇怪，而經常成為被同學嘲弄的對象。但當他們被別人嘲笑時，他們可能聽不懂、不知道對方在笑什麼，或是知道別人在嘲笑自己，但不知道如何回應，只好一個人生悶氣、躲起來，或是生氣地罵人、打人或破壞物品，無法適當地處理自己的情緒及適當的回應他人。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>教導在普通班的自閉症學生「如何面對他人的嘲笑」，可以讓學生學習不要因為他人的嘲笑而難過或生氣，學習自我調適且用適當的方法回應，不會因為用錯了方法而讓自己或他人受傷。</p> <p>本課程以社會學習理論為基礎，學習架構包含「注意歷程」、「保持過程」、「動作再現過程」等。透過他人的示範進行觀察，再用角色扮演讓學生進行演練，且搭配增強系統以維持動機。</p>		
教材分析	<p>教材分為三部分，一開始以「長頸鹿不會跳舞」繪本作為教材，說明「面對他人的嘲笑」技巧的重要性，並說明技巧的步驟及提示，第二部分透過「心情溜滑梯」班級活動，讓學生了解每個人都有正、負向情緒，每個人對同一情境的感覺可能不一樣，但是大家都不喜歡被嘲笑的感覺，最後藉由「最佳男/女主角」小組活動來進行情境演練，輔以作業單，讓自閉症學生能熟悉技巧步驟及提示，以利未來在生活情境中運用。</p>		
能力指標	<p>1-1-3-1 能察覺自己的優勢及弱勢能力。</p> <p>1-2-3-1 能接納自己的優勢及弱勢能力。</p> <p>1-2-3-2 能接受不可能每個人都喜歡自己的現象。</p> <p>2-1-1-4 能依情境適當回答問題。</p> <p>2-1-1-5 能依情境表達自己意見。</p>		

	3-1-1-2 能依指示完成簡單的工作。	
	3-1-1-5 能遵守教室規則。	
	教學目標	具體行為目標
	<p>1.認知</p> <p>(1)能察覺到別人在笑自己。</p> <p>(2)能知道自己的優缺點。</p> <p>(3)能知道技巧的步驟。</p> <p>2.情意</p> <p>(1)能接納自己的缺點。</p> <p>(2)能接納有人不喜歡自己。</p> <p>3.技能</p> <p>(1)能依情境回答問題。</p> <p>(2)能依情境表達自己意見。</p> <p>(3)能依指示完成工作。</p> <p>(4)當別人笑自己時能作出適當的回應。</p> <p>(5)能遵守教室規則。</p>	<p>1-1-1 能從表情、說話等察覺到別人在笑我。</p> <p>1-2-1 能說出自己的優缺點。</p> <p>1-3-1 能說出技巧的步驟。</p> <p>2-1-1 能接納自己的缺點。</p> <p>2-2-1 能接受有人不喜歡自己的現象。</p> <p>3-1-1 能回答課堂中老師的問題。</p> <p>3-1-2 能回答別人嘲笑自己時適當的回應方法</p> <p>3-2-1 能依情境適當表達自己的意見。</p> <p>3-3-1 能依老師指示完成指定的工作。</p> <p>3-4-1 當別人嘲笑自己時，能冷靜下來。</p> <p>3-4-2 當別人嘲笑自己時，能選擇適當的回應方法。</p> <p>3-5-1 能遵守教室規則。</p>
技巧分析	步驟	提示
	1.我知道他在笑我	看到他的表情、聽到他說的話，我覺得不舒服，我知道他在嘲笑我
	2.冷靜下來深呼吸	停下來、深呼吸
	3.找找自己的優點	他說的是真的嗎？我有什麼很棒的優點？
	4.想一想該怎麼做	不理他、離開這裡、說出自己的感覺、找老師、做自己喜歡的事

	5.選擇一個好方法		
	6.好方法來做做看		
具體行為目標代號	教學活動	時間	教學資源
	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：以資源班 1 名中年級高功能自閉症學生為教學對象，加入該生 3-4 名普通班同儕，採小組方式進行課程。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1.說明上課規則：在黑板貼上學生姓名牌、上課規則牌，說明規則包含坐在位子上、桌面收乾淨、上課要專心、說話要舉手、聽老師的話。</p> <p>2.說明增強方法，在課堂中只要有好表現，就會得到 1 個√，最後在課程結束前計算，1 個√可以得到 1 個好寶章。</p> <p>一、引起動機</p>	5 分	附件-學生姓名牌、附件 2 上課規則牌
3-5-1	(一) 先說明「長頸鹿不會跳舞」繪本（故事簡介見附件 1）	10 分	繪本(附件 1 繪本簡介)
3-1-1	的故事內容，再與學生進行討論：		
3-2-1	<p>1.故事裡有哪些動物？</p> <p>2.長頸鹿的身體有什麼特徵？（高個子、脖子又細又長、膝蓋向外彎得很厲害、腿細得不得了……）</p> <p>3.為什麼長頸鹿<u>阿得</u>在舞會來臨時會覺得悲傷？（因為牠的舞技很差勁）</p> <p>4.別的動物跳的好嗎？（疣豬、犀牛、獅子、黑猩猩、狒狒）</p> <p>5.大家笑<u>阿得</u>什麼？</p> <p>6.<u>阿得</u>聽到大家笑牠，有什麼反應？（僵住了、一雙腳黏在地上、動彈不得、認為他們說的沒錯、悄悄的離開舞</p>		

3-5-1	<p>池.....)</p> <p>7.你覺得<u>阿得</u>聽到大家笑牠，牠的感覺怎麼樣？（悲傷、孤單）</p> <p>8.後來<u>阿得</u>碰到了誰？（蟋蟀）</p> <p>9.蟋蟀做了什麼事？（要<u>阿得</u>用心傾聽、真心渴望.....）</p> <p>10.<u>阿得</u>聽到蟋蟀說的話以後，發生了什麼事？</p> <p>（二）說明「如何面對別人的嘲笑」技巧的重要性，及如果處理不好會造成的後果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.別人嘲笑的事情，不一定是真的。 2.每個人都有優、缺點，我也一樣。 3.當別人笑我時，我可以選擇好方法，讓自己的心情變好。 4.當別人笑我時，我可以選擇好方法，讓自己和別人不會受傷。 5.當別人笑我時，我可以選擇好方法，讓大家不再笑我。 <p>二、展開活動</p> <p>（一）說明新的技巧</p> <p>主教者呈現「面對別人的嘲笑」字卡，說明今天要教導的是「面對別人的嘲笑」技巧。</p> <p>（二）行為的步驟及提示</p> <p>主教者呈現「面對別人的嘲笑」步驟及提示海報，逐項進行說明。</p> <p>（三）示範</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.主教者和助教以「考試後」情境，示範正向的情境演練。 <p>助教：拜託！你怎麼考那麼爛！好笨喔！</p> <p>主教者：（我知道他在笑我。）</p> <p>主教者：（停下來，不說話，深呼吸2次。）</p>	5分	附件3字卡
		5分	附件4海報
		10分	附件4海報 行為檢核表

3-3-1	<p>主教者：(對自己說”沒關係，下次再努力就好!”)</p> <p>主教者：(想一想該怎麼做)</p> <p>主教者：(選擇一個好方法，如：離開現場)</p> <p>主教者：(好方法來做做看，如：離開現場)</p> <p>助教：不再笑他了，也離開現場</p> <p>2.示範過程中，引導同學說出步驟及提示，並請同學逐項檢核每個步驟和提示。</p>		
1-3-1	<p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點：請大家看著海報重述步驟和提示。</p> <p>(二) 增強總結：總結大家得到幾個√，1個√可以得到1個好寶寶章。</p> <p>(三) 作業：發下作業單，請大家回家完成，在下次上課時帶來。</p> <p>-----第一節結束-----</p> <p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：到一名資源班自閉症學生就讀的普通班，入班進行「心情溜滑梯」全班活動。</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1.說明上課規則：依班級座位將全班分為6組，在黑板貼上上課規則牌，說明規則包含坐在位子上、桌面收乾淨、上課要專心、說話要舉手、聽老師的話。</p> <p>2.說明增強方法，在課堂中只要有好表現，就會得到1個√，最後在課程結束前計算，1個√可以得到1個好寶寶章。</p>	5分	<p>作業單（第一節）</p> <p>附件2上課規則牌</p>

3-5-1	<p>一、引起動機</p> <p>以大家玩溜滑梯的經驗及感覺，來帶出今天的主題，溜滑梯是從高的地方往下滑，一開始在高處，但是溜下去以後會經過中間，最後再到底部，希望藉由溜滑梯高、中、低的不同位置，引導大家思考自己在日常生活中不同情境的情緒及情緒分類。</p>	2 分	
3-3-1	<p>二、展開活動</p> <p>(一) 每一組發下學習單(一組一張)及便利貼(每人4張)，</p>	3 分	
3-5-1	<p>請組長在學習單上寫下組別，並請每個人在便利貼寫上自己的姓名。</p>		
3-2-1	<p>(二) 主教者說明「心情溜滑梯」學習單的內容。學習單上有一個溜滑梯圖案，溜滑梯的高處表示心情很好、很開心等正向情緒，溜滑梯的底部表示心情不好、很生氣或很討厭等較負向情緒，溜滑梯的中間(坡道)表示心情不好不壞、還好、沒什麼特別感覺等情緒。</p>	10 分	學習單(第二節)、四色便利貼
1-2-1	<p>(三) 主教者說明「心情溜滑梯」活動的進行方式，主教者先說出第一個情境「今天體育課，同學說我跑步很好笑」，請大家在自己的綠色便利貼上寫下自己對該情境的感覺，並自行判斷是屬於較正向、負向或中性的情緒，再貼在學習單溜滑梯的高處、中間或底部。</p>	15 分	
2-1-1	<p>(四) 之後依序進行第二個、第三個及第四個情境。活動開始後，助教到台下巡視，了解活動進行狀況。如果有同學不了解活動進行方式或不知道要寫什麼，助教必要時可提供協助及引導。</p>		
2-2-1	<p>(五) 四個情境皆完成後，主教者請各組討論「當我發現我的心情不好時，我可以怎麼做？」，並將討論結果寫在</p>		附件5情境卡片

	<p>學習單上。</p> <p>(六) 請各組分享四個情境及最後討論的結果。</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點 (每個情境大家的感覺可能不太一樣, 有的人可能覺得高興, 有的人可能覺得沒關係, 但是大部分的人都不喜歡被嘲笑的感覺; 有的人可能情緒都屬於比較正向, 有的人可能經常心情不好, 每個人都會有自己的情緒, 情緒並沒有分好或壞, 只是不要陷在負向情緒裡太久, 要學習調適自己的負向情緒。)</p> <p>(二) 增強總結: 總結大家得到幾個√, 1個√可以得到1個好寶寶章。</p> <p>(三) 可將全班「心情溜滑梯」學習單作為教室佈置。</p> <p>-----第二節結束-----</p> <p>教學準備事項:</p> <p>1-3-1 ◎教學對象: 以1名資源班中年級自閉症學生為教學對象, 加入該生3-4名普通班同儕(與第一節參與之學生相同), 採小組方式進行「最佳男/女主角」活動。</p> <p>◎準備工作:</p> <p>3-3-1 1.說明上課規則: 在黑板貼上學生姓名牌、上課規則牌(坐在位子上、桌面收乾淨、上課要專心、說話要舉手、聽老師的話)。</p> <p>1-1-1 2.說明增強方法, 在課堂中只要有好表現, 就會得到1</p> <p>3-1-2 個√, 最後在課程結束前計算, 1個√可以得到1個好</p> <p>3-4-1 寶寶章。</p> <p>3-4-2</p>	5分	<p>附件-學生姓名牌</p> <p>附件2上課規則牌</p>
--	---	----	---------------------------------

【行為檢核表】

面對別人的嘲笑

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※幫忙檢查看看，有做到的步驟請打✓！

姓名 步驟	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
1.我知道他在笑我						
2.冷靜下來深呼吸						
3.找找自己的優點						
4.想一想該怎麼做						
5.選擇一個好方法						
6.好方法來做做看						

面對別人的嘲笑

挑戰者是：_____

共有 6 個步驟，還有 4 個沒有排好，請你排出正確的順序並寫下來。

（好方法來做做看、找找自己的優點、冷靜下來深呼吸、選擇一個好方法）

第 1 個步驟：我知道他在笑我。

第 2 個步驟：_____。

第 3 個步驟：_____。

第 4 個步驟：想一想該怎麼做。

第 5 個步驟：_____。

第 6 個步驟：_____。

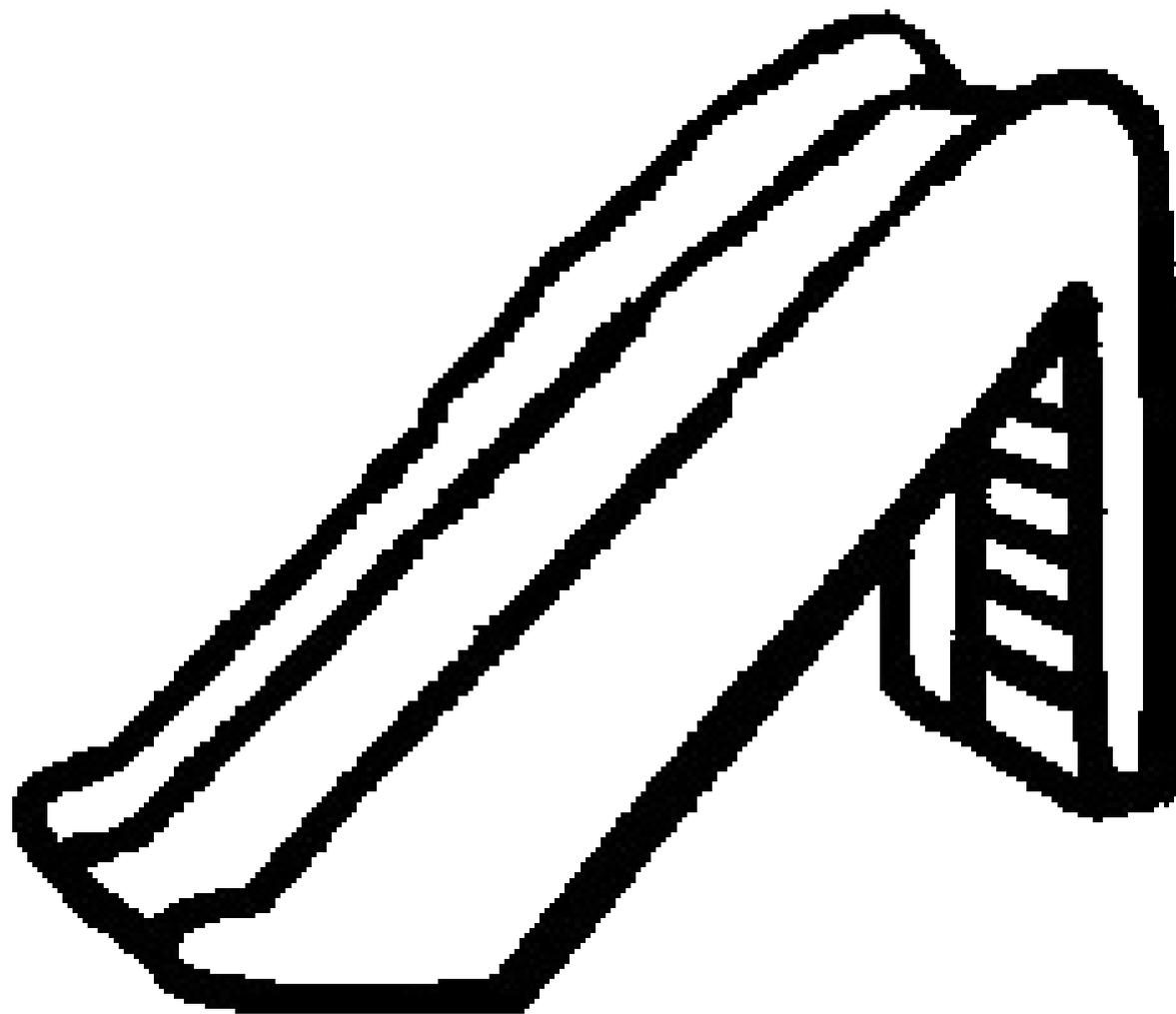
恭喜你！完成挑戰！ 請家長簽名：_____

【學習單】（第二節）

心情溜滑梯

挑戰者是第____組，成員是_____

日期：____年____月____日



我們的想法…

回應嘲笑的好方法

挑戰者是：_____

複習一下！面對嘲笑時的6個步驟：

- | | |
|------------|------------|
| 1. 我知道他在笑我 | 4. 想一想該怎麼做 |
| 2. 冷靜下來深呼吸 | 5. 選擇一個好方法 |
| 3. 找找自己的優點 | 6. 好方法來做做看 |

如果有別人笑你，你有什麼好方法呢？請在你選擇的好方法前面打✓！

- | | |
|------------------------------------|-------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 不理他 | <input type="checkbox"/> 離開這裡 |
| <input type="checkbox"/> 把他們的東西藏起來 | <input type="checkbox"/> 找老師 |
| <input type="checkbox"/> 做自己喜歡的事 | <input type="checkbox"/> 罵回去 |
| <input type="checkbox"/> 跟他們說自己的感覺 | |

還有沒有其他的好方法呢？_____。

好棒喔！完成了！ 請家長簽名：_____

火焰大挑戰

挑戰者是：_____

複習一下！

面對嘲笑時的6個步驟～

1. 我知道他在笑我
2. 冷靜下來深呼吸
3. 找找自己的優點
4. 想一想該怎麼做
5. 選擇一個好方法
6. 好方法來做做看

最近有人笑我，因為_____。

我那時候感覺 很生氣 很煩 很討厭 沒什麼 他很好笑

其他：_____

我用了什麼方法回應？

不理他 離開這裡

把他們的東西藏起來 找老師

做自己喜歡的事 罵回去

跟他們說自己的感覺 其他：_____

這個方法有效嗎？ 有 沒有

下次如果再有人笑我，我想用什麼方法？_____

完成挑戰啦！你真棒！ 請家長簽名：_____

【附件 1 繪本資訊】

繪 本 名 稱	長頸鹿不會跳舞
作 者	文/吉爾斯·安卓亞 圖/蓋·帕克爾·瑞斯 譯/林培齡
出 版 社	華一書局有限公司
簡 介	<p>長頸鹿阿得是個高個子，牠的脖子又細又長，可是牠的膝蓋向外彎得很厲害，還有腿也細得不得了。</p> <p>由於阿得不是個好舞者，因此每一年，盛大的叢林舞會都令牠感到畏懼。但是，在某一個月光皎潔的夜晚裡，阿得發現：當我們與眾不同時，我們就需要用與眾不同的音樂來跳舞……</p> <p>圖中充滿生命力的美妙繪圖，出自畫家蓋·帕克爾·瑞斯之手；而這則有趣、感人及令人愉悅的故事，則是由童書界的常勝軍，同時也是著名的詩人-吉爾斯·安卓亞所撰寫。</p>

1. 坐在位子上

2. 桌面收乾淨

3. 上課要專心

4. 說話要舉手

5. 聽老師的話

【附件3 字卡】

面對別人的嘲笑

面對別人的嘲笑

步驟	提示
1.我知道他在笑我	看到他的表情、聽到他說的話，我覺得不舒服，我知道他在嘲笑我
2.冷靜下來深呼吸	停下來、深呼吸
3.找找自己的優點	他說的是真的嗎？我有什麼很棒的優點？
4.想一想該怎麼做	不理他、離開這裡、說出自己的感覺、找老師、做自己喜歡的事
5.選擇一個好方法	
6.好方法來做做看	

1. 今天體育課，同學說「你跑步怎麼那麼好笑！」

2. 今天早上，老師說「掃地很認真喔！」

3. 同學說「你怎麼每次都忘記帶直笛！太誇張了吧！」

4. 在教室，同學經過叫你「白目！」

<p>在走廊上，同學叫我「智障！」</p>	<p>同學問我問題，我回答不出來，他說我「很遜！連這個也不會！」</p>
<p>同學笑我是垃圾，才要去「資源回收班」！</p>	<p>我考試考不好，同學說我「腦殘！」</p>
<p>我跑步跑輸了，同學笑我是烏龜！</p>	<p>同學說我「阿達！」</p>

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	與人相處 (個人主動技巧) -為自己的行為道歉	單元名稱	到底是誰的錯?
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市南區國光國小蔡依晴
適用年級	國小中、高年級	教學節數	五節二〇〇分鐘
社會技巧 問題分析	<p>情緒行為障礙學生普遍注意力分散，使對自己在意的事情有反應，而不重視的事情，常常就算講的人在面前也不見得聽進去。因此常與同儕產生摩擦，不順心時就會有口角，甚至拿不合理的藉口與老師爭辯。</p> <p>情緒行為障礙的學生在生氣、興奮或是不知如何反應時常會出手打人。面對衝突情境時非常自我中心，不接受他人的意見，總是認為自己是對的。觀察時發現，大多數的學生跟年紀小，或是較為弱勢的孩子比較能互動，也較能包容對方，但是跟同學就容易起紛爭。</p> <p>因為固執、對於自己肢體空間上的控制不足，且認知上認為自己並無犯錯，情緒行為障礙的學生在發生衝突時，會先怪罪別的人、事、物，反而造成誤會或事爭執的情況加劇。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>根據社會學習理論，學生從觀察他人表情與動作學習，並經由示範技巧和情境再現的練習以熟練社會技巧。並經由鼓勵與增強，讓學生持續表現正向行為。</p> <p>情緒行為障礙學生雖然理解能力沒有問題，但在情緒的感受力、以及情緒反應上都不受大腦控制，再加上容易有偏執的價值觀，常以自我為中心作思考，容易將過錯歸咎於他人。對於對錯的判斷，也與一般人不同，而做出錯誤的行為反應，造成他人的反感。</p> <p>本單元的課程設計將藉由不同的故事主角，與學生討論在教室或校園中類似的發生事件，以第三人的角度去分析故事的走向與猜測主角的心態，在相互的討論中，教導情緒行為障礙學生瞭解正確的價值判斷，並延伸引導情緒行為障礙學生瞭解錯誤的判斷所產生的行為以及造成的問題與後果。</p>		
教材分析	<p>以繪本故事情節作引言，討論何謂正確的行為 (符合道德的行為)，再藉由不同主角之間的對話分析事情的對錯，確認行為的判斷步驟，讓學生經由角色扮演作反覆練習。</p> <p>本次繪本教材參考為四，其一「不是我的錯」，從校園中最常出現的霸凌事件開始，討論每個角色的對白給別人的感覺，並介紹最後的戰爭照片，讓學生對於事件後果產生震撼；其二「真是太過份了」，以一個自以為無辜的貓咪角色出發，讓學生釐清錯誤的行為，以及對事情對錯判斷；其三「呆頭鵝！臭小羊！」，引導學生從不同的角度去瞭解事情的對錯，討論判斷的步驟；其四「三隻小豬的真實故事」，教導學生製作面具，就由角色扮演熟練判斷的步驟。</p>		
能力指標	<p>1-1-3-2 能察覺他人對自己的看法或態度</p> <p>1-1-3-6 能嘗試使用策略解決自己的問題</p> <p>2-1-1-4 能依情境適當回答問題</p> <p>2-1-1-5 能依情境適當表達自己的意見</p> <p>2-1-1-6 能等待、輪流說話及不隨便插話</p> <p>2-2-1-2 能禮貌地表達自己意見</p>		

		2-2-1-3 能觀察適當時機加入對話 2-2-1-4 能延續話題繼續與他人談話 2-2-2-2 能判斷朋友的優缺點並結交適當的楷模 2-2-3-7 能理性評估被誤解或誣賴的原因 2-2-3-8 被他人誤解或誣賴時清楚說明事實 2-2-3-9 能在面對同儕抱怨時，表達自己的立場及理由 2-2-3-11 能檢視發生問題的原因並自我修正 2-2-3-12 能在不願遵從他人的要求時，清楚表達自己的困難		
		教學目標	具體行為目標	
認知 1.瞭解道德行為的定義 2.知道如何分辨對錯 3.能學習分辨行為以及事件發生的對錯 情意 4.能體會錯誤的行為所產生的後果 5.能專心聆聽，回答相關問題 技能 6.能在老師引導之下，完成小書與手指偶的製作 7.能在不同的情境之下練習分辨對錯的步驟		1-1 能說出何謂道德行為 1-2 能分辨出符合道德標準的行為 2-1 能說出何謂對的價值觀 2-2 能說出何謂錯的價值觀 3-1 能分辨出事件發生後，行為的對與錯 4-1 能說明事件發生的後果 4-2 能形容後果事件所帶給人的感覺 5-1 能專心聆聽故事 5-2 能舉手發言 5-3 能尊重他人的發言 6-1 能畫出手偶的表情 6-2 能完成手偶的製作 6-3 能完成小書的製作 7-1 能做出正確的判斷 7-2 能完成不同情境的角色演練		
技巧分析		步驟	提示	
		1.想一想別人抱怨的重點	因為你做了...，我很生氣（或我很難過）。	
		2.想一想自己是否有此行為	真的有發生這件事。	
		3.確認行為是否符合道德規範	這件事是否讓人不舒服？ 有沒有違規？	
		4.做出對或錯的判斷		
具體行為目標代號	教學活動		時間	教學資源

<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：資源班學生（情緒行為障礙小組）</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1.說明上課規則：說明本節課的班級公約（準時上課，專心聽講，舉手等待，不說攻擊他人的語言，不碰觸他人的身體）。並製作違規提示卡（如未舉手發言詞則貼嘴巴畫叉圖卡以示警告，二次則降一分）。</p> <p>2.說明增強方法：每一堂課結束作分數的總結，得分最高者為榮譽長，榮譽長可獲得夾娃娃機決定獎品的機會，但也必須在課後整理白板與恢復桌椅，作為服務回饋。</p>	5分	班級公約海報、獎卡、警告牌
<p>一、引起動機</p> <p>1.使用繪本「真是太過份了」做為引言，老師先將故事做成 PPT。</p> <p>舉例來說，第一個部分，先呈現故事第一頁到第四頁。</p> <p>女主人說：「出去！給我出去！」農莊裡的動物都聽到了。</p> <p>貓咪說：「喵鳴，太過份了！」</p> <p>貓咪尾巴翹的高高，走啊走的，繞過牆角，母雞問：「怎麼啦？」</p> <p>貓咪說：「真是大驚小怪。」</p> <p>「我只是喝了一點點牛奶，女主人就大喊：『出去！給我出去！』還拿掃帚趕我出門。」</p> <p>母雞說：「咯咯咯，太過份了！」</p>	15分	單槍、電腦、繪本故事 PPT
<p>在每一個事件發生時，與學生一起討論以下問題：</p> <p>「你覺得這件事情嚴重嗎？」</p> <p>「你覺得貓咪委屈嗎？如果是你，你要如何表達發生事情的原因？」</p> <p>「你覺得女主人真的太過份了嗎？說說看她生氣的原因？」</p> <p>2.等到全文九件貓咪做的事都一一討論完，再與學生討論：</p> <p>「故事中，農場裡還有許多動物支持貓咪的說法，你的感覺如何？」</p> <p>「假設，你是農場裡的任何一種動物，聽到貓咪的抱怨，你會有什麼反</p>	5分	

	<p>應？」</p> <p>3.引導學生完成學習單「真的太過份了嗎？」。先在這課堂上討論每一個貓咪的行為的「適當性」以及「此行為給他人的感覺」。藉公開的討論，讓每一個學生瞭解別人的看法與想法，再釐清行為與他人感受間的關係。</p> <p>-----第一節結束-----</p>	10分	學習單
	<p>先將上節課的重點做歸納，強調行為和他人感受間的關係。</p> <p>二、展開活動</p>	2分	
	<p>1.播放「不是我的錯」之影片讓學生先從頭看完一遍故事，知道故事發生的始末，並讓最末頁、真實的戰爭圖片給學生留下震撼的效果。</p>	3分	影片
	<p>2.將「不是我的錯」故事單頁、單頁呈現(可做成 PPT 或是以書本講述)，討論每一個角色所說出來的話、臉上的表情、對於事情所看的角度以及相對角色-「老師」的感受。</p> <p>以第一頁故事角色對白舉例說明：</p> <p>「我雖然看到了，也知道是怎麼一回事，但又不是我的錯！」</p> <p>老師問：「這句話讓你有什麼感覺？」</p> <p>「這個角色的表情是什麼意思？他知道真相嗎？」</p> <p>「如果你是老師，聽到學生這麼回答，你會怎麼做？」</p> <p>若學生已建立良好關係，可再延續話題為：</p> <p>「班上有發生過類似的事情嗎？」「當時你在做什麼？」「老師怎麼處理？」以深入瞭解該生與導師之間的關係。</p>	15分	繪本故事 PPT 故事書
	<p>3.引導學生完成學習單-「對錯平交道」，將列舉的行為作為分類，已確認符合道德標準的行為是對的，違規以及讓人受傷害的行為是錯的。</p> <p>4.完成「心裡真實的聲音」小書製作。選擇自己最有感受的角色，將圖片與對白剪下，黏貼於粉彩紙上，在該圖片的背面寫下自己或他人真實的感受，製作成有自己心裡對白的八格小書。(因為本故事共有 15 個角色對白，可讓學生挑選最有感覺的四位角色來完成小書的製作。)</p>	10分	學習單
		10分	粉彩紙 剪刀 美工刀 膠水

	粗線割開、虛線為折線		

-----第二節結束-----

(一) 說明新的技巧

就像故事中過份的貓咪一般，學生常常被處罰時，就算對方很生氣，可是還是堅持自己沒有錯，不肯認錯，或是認為別人太大驚小怪。因為認知的不同，讓彼此相處起來十分有摩擦，也更造成他人的反感，不僅同儕生氣，最後連主持公道的老師或家長也束手無策。

但我們從討論「不是我的錯」發現，我們覺得無傷大雅的語言，別人可能已被傷害；我們覺得小題大作的動作，別人覺得事態嚴重。但真的一切就跟我們沒關係嗎？好像不是，不會判斷對錯，只會讓事情愈來愈嚴重；不知道自己有了錯，如何認錯？

(二) 行為的步驟及提示

步驟	提示
1.想一想別人抱怨的重點	因為你做了...，我很生氣（或我很难過）。
2.想一想自己是否有此行為	真的有發生這件事。
3.確認行為是否符合道德規範	這件事是否讓人不舒服？ 有沒有違規？
4.做出對或錯的判斷	

(三) 示範（由老師、協同老師或同儕）

老師先將「呆頭鵝！臭小羊！」故事製作 PPT，並設計呆頭鵝和臭小羊的角色頭型吊牌和角色扮演腳踏墊。

- 1.故事是雙向進行。老師先以 PPT 敘述故事，讓學生知道故事走向。
- 2.由老師和協同老師一起扮演角色，在故事進行到違規和抱怨的事件前暫停。
- 3.學生們在台下提示，由老師所扮演的呆頭鵝（或臭小羊）來示範判斷

5 分

5 分

15 分

步驟提示海報

電腦、單槍、繪本故事 PPT 角色扮演腳踏墊、頭型吊牌

	<p>行為對錯的步驟。</p> <p>(四) 演練 (可納入其他情境演練)</p> <p>1.讓學生從另一個方向進行的故事作角色扮演，演練行為的步驟。台下學生和老師可做提示與建議。</p> <p>-----第三節結束-----</p> <p>2.為了轉換情境，老師提供另一個故事作為演練。在演練之前先詢問學生是否聽過「三隻小豬與大野狼」的故事，並與學生討論故事中角色的個性和事情發生的原因。</p> <p>3.完成手指偶的製作。為了演出角色更為逼真，提供手指偶的雛形，先讓學生描繪不同個性的豬與野狼的表情，並著上代表的顏色。</p> <p>4.老師先製作「三隻小豬的真實故事！」PPT，一邊講述故事，一邊與學生討論事情的對錯。</p> <p>5.由學生以手指偶依循故事的情節，辯論事情的對錯後，再由錯誤的一方，練習行為的步驟。</p> <p>(五) 回饋修正。老師與學生討論，事情的角度有很多面，沒有絕對的事，但只要行為違反道德規範，讓人生氣或受傷，就有可能是自己犯了錯。</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納本單元活動重點，增強角色扮演或每一節課表現最優良的學生，總結大家行為表現需要努力的地方。</p> <p>(二) 作業單說明。分為家庭與班級兩種版本，說明作頁單情境 (可依據學生個別情況作編寫) 以及鼓勵學生玩程的獎勵。</p> <p>-----第四、五節結束-----</p>	<p>15分</p> <p>5分</p> <p>20分</p> <p>15分</p> <p>15分</p> <p>10分</p> <p>10分</p> <p>5分</p>	<p>蠟筆、白紙、剪刀、膠帶、電腦、單槍、故事繪本 PPT</p> <p>作業單</p>
<p>延 伸 活 動</p>	<p>1.「身份交換變身水」-由老師和學生作角色交換，老師設計故事場景和故事的情節 (可依學生真實的情況作改編)，老師和學生的角色互換演出，讓學生感受老師處理問題行為時的感受，並幫老師想問題的解決方式。</p> <p>2.「不 NG 劇場」-利用已完成的三隻小豬和野狼面具做排演，老師僅作故事的開端，開放角色的個性設定，由學生做不同的情節設計。老師可由此觀察學生對於不同角色的感受，以及對於問題處理能力的差異。</p>		
<p>備 註</p>	<p>價值觀的建立往往與學生的生長背景相關，教學時發現，有負向價值觀的孩子，容易放</p>		

棄、死不認錯，而這些孩子往往來自於較為複雜的成長環境，父母的離異或家庭的變故，似乎讓孩子相對的不安，並且採取自我中心的行為作保護。在教導此次課程時，建議先瞭解學生的成長背景，與學生建立良好的關係，盡量避免在舉例或討論時傷害到學生的自尊。

步驟	提示
1.想一想別人 抱怨的重點	因為你做了...，我很生氣 （或我很難過）。
2.想一想自己 是否有此行 為	真的有發生這件事。
3.確認行為是 否符合道德 規範	這件事是否讓人不舒服？ 有沒有違規？
4.做出對或錯 的判斷	

【附件二 繪本資訊】（或影片、教具等使用材料的資訊）

繪本名稱	不是我的錯
作者	文/雷·克里斯強森 圖/迪克·史丹柏格 譯/周逸芬
出版社	和英出版社
簡介	藉由黑白的圖像、簡單的對話，呈現班級中最常見的霸凌現象，最後再加上真實戰爭的圖片，跟孩子說明「世界上發生的許多事，並不是都完全與我無關」的概念。
繪本名稱	真是太過份了
作者	文/派特·湯姆森 圖/強納森·亞倫 譯/黃聿君
出版社	天下雜誌
簡介	主角為一隻貓咪，因為被女主人用掃把趕出房子，而到處在農場上找人訴苦，描述自己的無辜。當農場動物一個一個被貓咪說服，將矛頭指向不講理的女主人時，最後，農場主人才發現，真正過份的是將錯事如雪球般愈滾愈大的貓咪！
繪本名稱	臭小羊！呆頭鵝！
作者	文/伊莎貝·阿貝蒂 圖/希維恩·紐恩道夫 譯/賓靜蓀
出版社	天下雜誌
簡介	鵝和小羊是幼稚園的好朋友，家裡也住在附近，但今天兩人卻都氣呼呼的回家。這個故事由兩個方向進行，鵝媽媽聽小鵝抱怨小羊的蠻橫不講理，取笑小鵝的畫，破壞他的作品，搶他的玩具。而另一個方向的故事則是小羊也跟羊媽媽哭訴小鵝也同樣惡劣。由兩方角度看同一件事情的經過，可以發現爭吵的真正起源，瞭解到雙方都必須對過錯負責，而友情的修復，也都要靠兩方的彼此讓步。
繪本名稱	三隻小豬的真實故事
作者	文/雍·薛斯卡 圖/藍·史密斯 譯/方素珍
出版社	三之三文化

簡

介

這是一個由狼的角度描述的故事，推翻以往對於三隻小豬傳統故事的認知，作者以狼的角度說明事情的經過，第一、吃豬是天性。第二、當天是感冒，打噴嚏控制不了。第三、是為了作蛋糕給奶奶，需要借糖才去找小豬，利用如此冠冕堂皇的理由，企圖說服讀者認同自己的行為。而到底事實真相是什麼呢？

【行為檢核表】

到底是誰的錯？



上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※有做到的步驟請打√，檢查看看，你是不是都有做到了呢？

姓名 步驟	A 同學	B 同學	C 同學	D 同學	甲 老師	乙 老師
1.想一想別人抱怨的 重點						
2.想一想自己是否有 此行為						
3.確認行為是否符合 道德規範						
4.做出對或錯的判斷						
表現星等 (☆☆☆☆☆)						

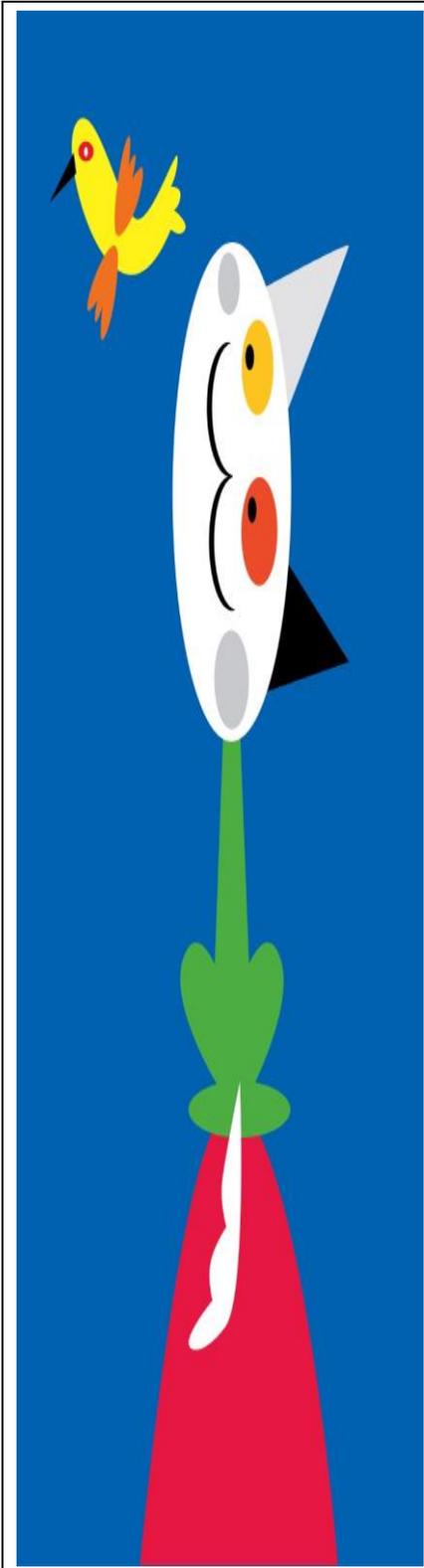


真的太過份了嗎？

日期：

班級：

最厲害的小讀者：

	<p>貓咪說的話</p>	<p>給人的感覺</p>	<p>你覺得他過分嗎？</p>
	<p>我只是喝了一點點的牛奶，女主人就大喊：「出去！給我出去！」</p>		<p><input type="checkbox"/> 很過份 <input type="checkbox"/> 不會</p>
	<p>我只是吃了一小口寶寶的早餐</p>		<p><input type="checkbox"/> 很過份 <input type="checkbox"/> 不會</p>
	<p>我只是在布丁糊裡踩了幾下</p>		<p><input type="checkbox"/> 很過份 <input type="checkbox"/> 不會</p>
	<p>然後，我只是散步經過剛喜好的床單</p>		<p><input type="checkbox"/> 很過份 <input type="checkbox"/> 不會</p>
	<p>我只是爬爬窗簾</p>		<p><input type="checkbox"/> 很過份 <input type="checkbox"/> 不會</p>
	<p>我只是撈撈金魚</p>		<p><input type="checkbox"/> 很過份 <input type="checkbox"/> 不會</p>
	<p>然後，我只是在女主人的帽子上坐了一會兒</p>		<p><input type="checkbox"/> 很過份 <input type="checkbox"/> 不會</p>
	<p>然後，我只是把老鼠藏在奶奶的拖鞋裡</p>		<p><input type="checkbox"/> 很過份 <input type="checkbox"/> 不會</p>
	<p>其實，我還有在主人在心愛的椅子上，撒了一小泡尿。</p>		<p><input type="checkbox"/> 很過份 <input type="checkbox"/> 不會</p>
<p>你有什麼行為是大家覺得最「過份」的呢？</p>			

對錯平交道



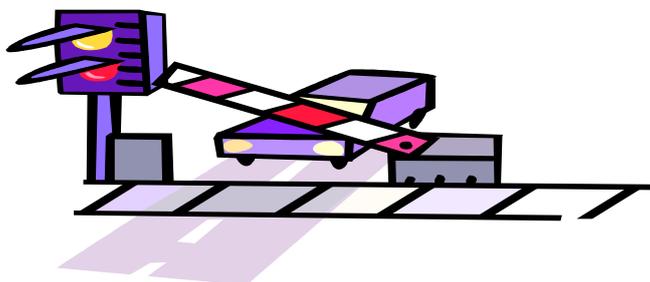
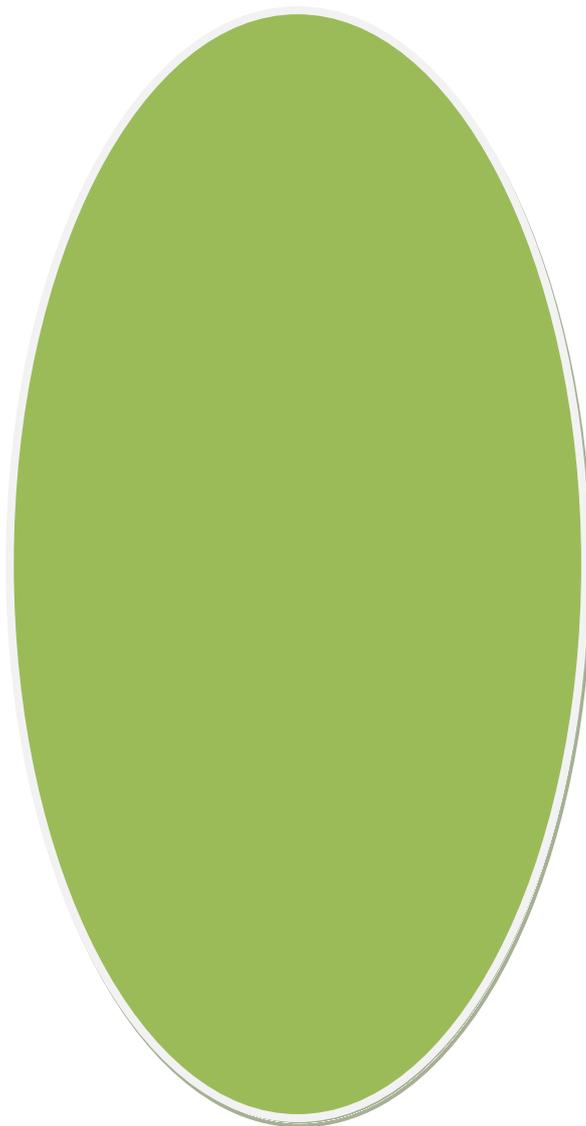
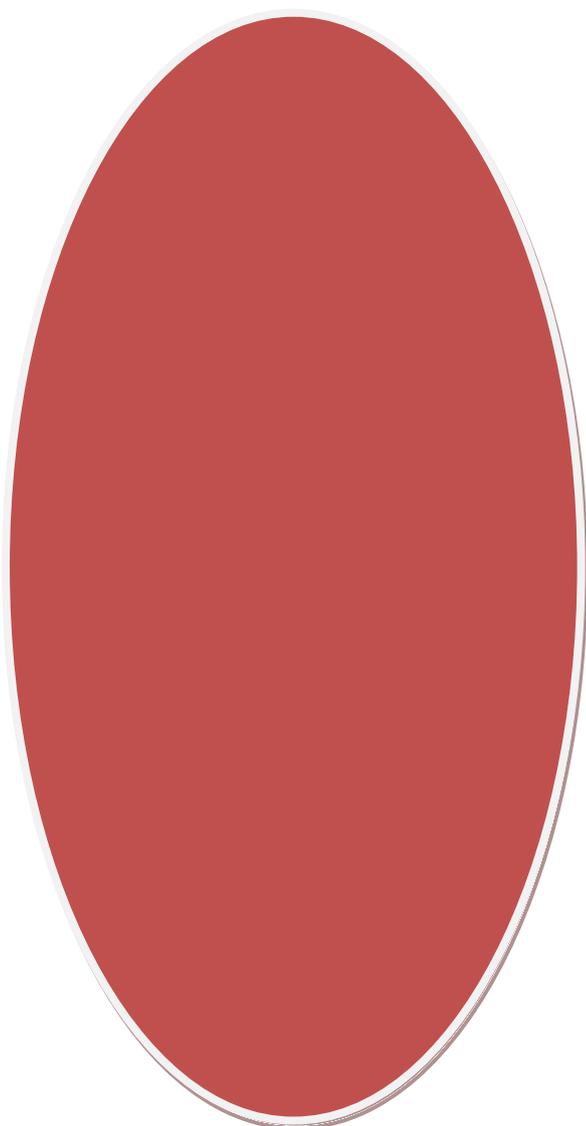
日期：

班級：

最聰明的學生：

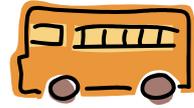
請將討論過後的行為分到不同的區域。

紅燈是違規、不能做的；綠燈是對的，符合道德的好行為。



明辨是非~學校篇

我的名字是：_____



日期：_____年_____月_____日

請針對以下所列之情境找兩位同學（或老師）做練習，如果有做到的步驟請打✓，需要提醒的請打△，完全沒做到的請畫×。記得記錄完成之後，要請協助練習的人幫你簽名喔！

步驟 \ 情境			
1.想一想別人抱怨的重點			
2.想一想自己是否有此行為			
3.確認行為是否符合道德規範			
4.做出對或錯的判斷			
★是誰陪我一起練習的？請簽名！			
	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
我的表現如何？	<input type="checkbox"/> 超讚!👍	<input type="checkbox"/> 還不錯!😊	<input type="checkbox"/> 再加油~😁



【回家作業單】

明辨是非~家庭篇

我的名字是：_____



日期：_____年_____月_____日

請針對以下所列之情境找家長（或鄰居、朋友）做練習，如果有做到的步驟請打✓，需要提醒的請打△，完全沒做到的請畫×。記得記錄完成之後，要請協助練習的人幫你簽名喔！

步驟 \ 情境		
1.想一想別人抱怨的重點		
2.想一想自己是否有此行為		
3.確認行為是否符合道德規範		
4.做出對或錯的判斷		
★是誰陪我一起練習的？請簽名！		
	<input type="text"/>	<input type="text"/>
我的表現如何？	<input type="checkbox"/> 超讚!👍	<input type="checkbox"/> 還不錯!😊 <input type="checkbox"/> 再加油~😓



認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	與人相處 (個人主動技巧) -為自己的行為道歉	單元名稱	『道歉』開麥拉!
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市南區國光國小蔡依晴
適用年級	國小中、高年級	教學節數	三節一二〇分鐘
社會技巧問題分析	<p>情緒行為障礙的學生常與人產生口語或行為衝突，但都不知道原因，往往將過錯歸咎於他人，發生不順自己心意的事，不肯承認過錯，甚至找藉口塘塞。因為堅持自己認定的事情而無法接受別人的意見。</p> <p>而在人際互動溝通時，情緒行為障礙的學生會以自己的喜好作出發點，希望大家都依著自己的定的規則玩遊戲。但在做事時敷衍，不喜歡勞動，用會找一堆藉口原諒自己的任何錯誤行為，也常常自己一個人玩，找別人玩時也要別人按照自己的遊戲規則進行。因此情緒行為障礙的學生常與人意見不合產生口角，程度嚴重可能會大聲叫罵，或以口語威嚇或怒罵，引人側目也不自知，更不要說主動開口道歉了!</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>根據社會學習理論，學生從觀察他人表情與動作學習，並經由示範技巧和情境再現的練習以熟練社會技巧，且經由鼓勵與增強，讓學生持續表現正向行為。</p> <p>ADHD 學生智商高、言語反應快，但往往衝口而出或動手時都未經大腦控制，常做出令人髮指的行為反應。且高年級學生個體感強烈，容易找藉口原諒自己，缺乏檢討自己過錯的能力，因此在引導「認錯」與「道歉」的課程上，採取「討論別人的故事」和「角色扮演」部分引起共鳴，並協助安排練習場景與行為檢核步驟，以期達到行為類化的效果。</p>		
教材分析	<p>以繪本故事情節作引言，討論過錯的歸屬與道歉的方式，再藉由角色扮演作反覆練習。</p> <p>本次繪本教材參考為三，其一「不是我做的!-認錯和道歉的故事」，從故事中引導學生觀察他人的表情、語言以及行為模式來反省自己是否有錯誤行為，再討論適當的道歉方式；其二「壞心情」，藉由主角在故事中所遇到的人、事、物以及對話，練習道歉的步驟；其三「是蝸牛開始的」，利用自製的手偶並設計角色扮演的對白，藉由角色扮演熟練道歉的步驟。</p>		
能力指標	<p>1-1-3-6 能嘗試使用策略解決自己的問題</p> <p>1-1-3-7 能接納自己行為的後果</p> <p>2-1-3-1 能分辨發生衝突的原因及情境</p> <p>2-1-3-2 能表達衝突所引發的情緒反應</p> <p>2-1-3-4 能表達發生衝突的原因及情境</p> <p>2-1-3-10 能在面對各種衝突情境 (如：分享玩具、參與活動或分組等) 時，在他人要求下以道歉或和解的方式解決衝突。</p> <p>2-2-3-11 能檢視發生衝突的原因並自我修正</p>		
教學目標		具體行為目標	
認知: 1.能觀察衝突發生的情境下的人、事、物，說明原因、描述情境與表情		1-1 能說出發生衝突的原因 1-2 能描述對方的表情 1-3 能說出需要道歉的原因	

<p>2.能學習道歉的步驟</p> <p>情意:</p> <p>3.能體會錯誤的行為或語言所造成他人的不快</p> <p>4.能瞭解有無道歉後，他人的情緒反應</p> <p>5.能專心聆聽，回答相關問題</p> <p>技能:</p> <p>6.能在老師引導之下完成紙袋偶製作</p> <p>7.能學習在引發他人不悅的情境下承認錯誤，表達歉意</p>	<p>2-1 能依據道歉的行為步驟作演練</p> <p>2-2 能將道歉的行為類化至其他場合</p> <p>3-1 能形容他人的生氣或受傷後的情緒反應</p> <p>4-1 能說出沒有道歉和有採取道歉行為後，他人的反應差異</p> <p>5-1 能專心聆聽故事</p> <p>5-2 能舉手發言</p> <p>6-1 能畫出角色特色</p> <p>6-2 能依據指示完成紙偶製作</p> <p>7-1 能說出自己犯錯的事項</p> <p>7-2 能選擇適當的道歉方式</p> <p>7-3 能在對的時機對他人表達歉意</p>
--	--

技巧分析	步驟	提示
	1.確認情境	對方生氣或受傷的表情(如：瞪我、掉眼淚)；對方生氣或受傷的言語(如：好痛喔!做甚麼?你撞到我了!)
	2.想一想發生事情的原因	是不是我做錯了什麼事?
	3.想一想道歉的方法	說「對不起」、「抱歉」、「不好意思」，鞠躬賠罪或是有其他彌補的方法
	4.選擇適合道歉的方式	
	5.做出道歉的行動	

具體行為目標代號	教學活動	時間	教學資源
5-1	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：資源班學生（中高年級 ADHD 小組）</p> <p>一、引起動機</p> <p>老師拿出紙袋偶（左手鵝、右手羊）、並將繪本「不是我做的！」製作成 PPT 背景圖，由老師開始講述故事，並要求學生專心聆聽，等一下舉手回答問題，答對者可以獲得計分獎賞！</p> <p>故事開始：小羊和小鵝是超級好朋友，他們一起玩，也常常吵架，但今天卻融洽的不得了。但是小鵝和小羊回家時，鵝媽媽和羊媽媽已經怒氣沖沖的在家門口等著了。因為她們接到貓先生打電話來家裡，說想知道是誰在他的車庫上畫畫。</p> <p>小羊和小鵝剛開始都不承認是自己做的，連媽媽問他們下午玩耍的地點和活動，他們也都撒了謊，最後還稱自己肚子痛而逃回房間。</p> <p>良心不安的小羊和小鵝開始畫圖，並約對方到貓先生家清洗車庫並道歉。</p>	20分	紙袋偶（羊、鵝、媽媽們、貓）、繪本、單槍、PPT、計分卡、問題回答記錄單

<p>5-2 1-1 1-2 1-3 3-1 4-1</p>	<p>問題一：「小羊和小鵝做錯了哪些事？」 問題二：「做錯事後如果說謊會有哪些後果？」 問題三：「小羊和小鵝的道歉方式是什麼？」 問題四：「如果你是鵝媽媽或羊媽媽，遇到小孩做錯事又說謊，你會怎麼做？」 問題五：「如果你是小鵝和小羊，你有想到合適的道歉方式嗎？」 問題六：「如果你是貓先生，你會接受哪一種道歉方法呢？」 由學生舉手回答，並給予積分獎勵。 -----第一節結束-----</p>	<p>20 分</p>													
	<p>二、展開活動 (一) 行為管理： 先說明班級公約（上課專心聽講、尊重他人發言、舉手等待老師回應），以及回答問題、示範、演練、完成作業單的計分方法，並告知最後統計得分，冠軍將可獲得夾娃娃機一分鐘的機會。</p>	<p>5</p>	<p>班級公約、 計分卡、 行為的步驟海報、</p>												
<p>2-1</p>	<p>(二) 說明新的技巧： 這一次練習的是「如何道歉！」，道歉的方式有很多種，針對不同的情境和對象，也應該選擇適合的方式。如果在發生讓別人不愉快的事情時，能夠趕快道歉，就不會再發生嚴重的衝突。</p>	<p>10</p>													
<p>7-1</p>	<p>(三) 行為的步驟及提示：</p>														
<p>7-2</p>	<table border="1" data-bbox="236 1220 997 1848"> <thead> <tr> <th data-bbox="236 1220 614 1265">步驟</th> <th data-bbox="614 1220 997 1265">提示</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="236 1265 614 1512">1. 確認情境</td> <td data-bbox="614 1265 997 1512">對方生氣或受傷的表情(如：瞪我、掉眼淚)；對方生氣或受傷的言語(如：好痛喔!做甚麼?你撞到我了!)</td> </tr> <tr> <td data-bbox="236 1512 614 1601">2. 想一想發生事情的原因</td> <td data-bbox="614 1512 997 1601">是不是我做錯了什麼事?</td> </tr> <tr> <td data-bbox="236 1601 614 1758">3. 想一想道歉的方法</td> <td data-bbox="614 1601 997 1758">說「對不起」、「抱歉」、「不好意思」，鞠躬賠罪或是有其他彌補的方法</td> </tr> <tr> <td data-bbox="236 1758 614 1803">4. 選擇適合道歉的方式</td> <td data-bbox="614 1758 997 1803"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="236 1803 614 1848">5. 做出道歉的行動</td> <td data-bbox="614 1803 997 1848"></td> </tr> </tbody> </table>	步驟	提示	1. 確認情境	對方生氣或受傷的表情(如：瞪我、掉眼淚)；對方生氣或受傷的言語(如：好痛喔!做甚麼?你撞到我了!)	2. 想一想發生事情的原因	是不是我做錯了什麼事?	3. 想一想道歉的方法	說「對不起」、「抱歉」、「不好意思」，鞠躬賠罪或是有其他彌補的方法	4. 選擇適合道歉的方式		5. 做出道歉的行動			
步驟	提示														
1. 確認情境	對方生氣或受傷的表情(如：瞪我、掉眼淚)；對方生氣或受傷的言語(如：好痛喔!做甚麼?你撞到我了!)														
2. 想一想發生事情的原因	是不是我做錯了什麼事?														
3. 想一想道歉的方法	說「對不起」、「抱歉」、「不好意思」，鞠躬賠罪或是有其他彌補的方法														
4. 選擇適合道歉的方式															
5. 做出道歉的行動															
<p>7-3</p>															
<p>5-1</p>	<p>(四) 示範（由老師、協同老師或同儕示範）：</p>														
<p>5-2</p>	<p>使用繪本「壞心情」做故事情境，並製作獾、浣熊、鹿、老鼠、狐狸、野兔和松鼠的紙袋偶，由一位老師扮演獾（手套紙袋偶，但表情必須由表演者臉部或肢體呈現），另一位協同老師扮演其他動物（手套紙袋偶，但</p>	<p>25</p>	<p>角色扮演腳踏墊、 紙袋偶、</p>												

<p>1-1</p> <p>1-2</p> <p>1-3</p> <p>2-1</p> <p>3-1</p> <p>7-1</p> <p>7-2</p> <p>7-3</p> <p>6-1</p> <p>6-2</p> <p>1-1</p> <p>1-2</p> <p>1-3</p> <p>2-1</p> <p>3-1</p> <p>4-1</p> <p>2-2</p> <p>7-1</p> <p>7-2</p> <p>7-3</p>	<p>表情必須由表演者臉部或肢體呈現)。</p> <p>獾一大早起床心情不好，覺得每個人都應該知道自 己的心情有多糟，於是決定出門，並用力把門砰的一聲 關上。獾遇到浣熊、鹿、老鼠、狐狸、野兔和松鼠，態 度都很粗暴。但當自己工作完心情變佳時，卻發現森林 靜悄悄的。</p> <p>1. 獾找浣熊，浣熊心情不好，低吼：「離我遠一點！」</p> <p>2. 獾找狐狸，狐狸叫他滾蛋。</p> <p>3. 松鼠朝他腦袋扔了一顆堅果。</p> <p>4. 老鼠和野兔也對他大聲咆哮。</p> <p>觀察大家生氣的表情，並發表大家生氣的原因，練 習步驟 1、2。</p> <p>獾思考原因之後，選擇道歉的方式。練習步驟 3-5。</p> <p>-----第二節結束-----</p> <p>(五) 演練：</p> <p>1. 先以 PPT 說明將演練的情事情節-繪本故事「是蝸牛 開始的！」。</p> <p>2. 學生選擇自己要扮演的動物角色製作紙袋偶(蝸牛、 豬、兔子、狗、蜘蛛、白鵝)，並練習故事中的情節 與對白。</p> <p>3. 兩兩一組，站上角色扮演腳踏墊，在批評與嘲弄的對 白講完之後，再練習如何觀察對方生氣的表情、使用 行為步驟 1-5 來向對方道歉。</p> <p>(六) 回饋修正：老師針對學生的表情與肢體反應作修 正，並協助學生選擇正確的道歉方式。</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點、增強總結</p> <p>1. 將本單元的活動目的再次說明，強調「道歉」的重要 性。並歸納本次行為的練習步驟，以及說明、提示重 點。</p> <p>2. 總結得分，給予增強與回饋。</p> <p>(二) 作業：解釋作業單的記錄方式與集點計分。</p> <p>-----第三節結束-----</p>	<p>20</p> <p>分</p> <p>15</p> <p>分</p> <p>5</p> <p>分</p>	<p>PPT、</p> <p>單槍、</p> <p>角色扮演腳踏墊、</p> <p>行為步驟海報、</p> <p>紙袋、</p> <p>膠水、色紙、剪刀、</p> <p>行為檢核表、作業單</p>
<p>延 伸 活 動</p>	<p>1. 「sorry sorry 情報網」-學生蒐集知道的、看過的、使用過的道歉方式，並將他 與對象和使用情境作正確配對。</p> <p>2. 「案發現場」-學生畫出自己曾經與人發生衝突，印象最深刻的一次事件，並 上台描述其發生的人、事、時、地、物。</p> <p>3. 「偵探法庭」-羅列出每位學生的事件發生的人、事、時、地、物、後，尤其 是每位同儕，針對他人的事件找出原因，給予道歉的建議方式。再由案發主角在 演練情境下，依據行為步驟 1-5 練習。</p>		
<p>備 註</p>	<p>本單元以紙袋偶為活動設計，如學生精細動作能力較佳，可改由輕黏土做替代，</p>		

但需先告知學生輕黏土容易乾、容易成型，較難重複搓揉等特性，需把握完工時間，所以不適合需要工作時間較久的學生。

步驟	提示
1. 確認情境	對方生氣或受傷的表情 (如：瞪我、掉眼淚)；對方 生氣或受傷的言語(如：好痛 喔!做甚麼?你撞到我了!)
2. 想一想發生事情的原因	是不是我做錯了什麼事?
3. 想一想道歉的方法	說「對不起」、「抱歉」、「不好意思」，鞠躬賠罪或是有其他彌補的方法
4. 選擇適合道歉的方式	
5. 做出道歉的行動	

【附件二 繪本資訊】（或影片、教具等使用材料的資訊）

繪本名稱	壞心情
作者	文/莫里茲.培茲 圖/艾美莉.賈可斯基 譯/沙永玲
出版社	小魯文化事業股份有限公司
簡介	獾起床的時候心情很不好，覺得每一個人人都必須知道他的感覺有多糟，因此出門之後，遇到每一個朋友都承接了他的怒氣。獾中午工作過後，壞心情憑空消失，卻發現森林十分安靜。他到了每一個朋友家，大家對他的態度也十分不友善，到底發生了什麼事？獾又能再次獲得大家的友誼嗎？
繪本名稱	是蝸牛開始的
作者	文/卡特雅.雷德爾 圖/安格拉.馮.羅爾 譯寫/方素珍
出版社	三之三文化事業股份有限公司
簡介	這是一個循環的故事，蝸牛遇到豬，豬遇到兔子，兔子遇到狗，狗看到蜘蛛，蜘蛛看見白鵝，白鵝又看見蝸牛，大家都對彼此看不順眼的地方做了批評，造成對方的心情不佳，並且將情緒帶給下一個對象。當蝸牛接受到白鵝的嘲笑而難過時，才發現自己對豬也說錯了話，接下來會發生什麼事？怎麼樣才能改變大家的心情呢？
繪本名稱	不是我做的！-認錯和道歉的故事
作者	文/伊莎貝.阿貝蒂 圖/希維歐.紐恩道夫 譯/賓靜蓀
出版社	天下雜誌股份有限公司
簡介	小羊和小鵝是超級好朋友，他們也常常吵架，但今天卻融洽的不得了，因為他們一起做了一件事。這件事讓他們十分愉快，回家時卻同時面對鵝媽媽和羊媽媽怒氣沖沖的臉。因為大人生氣，所以兩人都沒有承認自己做過的事，反而找了許多藉口，可是，身體好像愈來愈不舒服了…，最後，兩位好朋友會再一起做什麼事呢？

【行為檢核表】

「道歉」開麥拉！

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※有做到的步驟請打√，檢查看看，你是不是都有做到了呢？

姓名 步驟	A 同學	B 同學	C 同學	D 同學	甲 老師	乙 老師
1.確認情境						
2.想一想發生事情的原因						
3.想一想道歉的方法						
4.選擇適合道歉的方式						
5.做出道歉的行動						
表現星等 (☆☆☆☆☆)						



【認知學習單】

上課日期：____年____月____日

我的名字：_____

「Sorry Sorry」情報網

☒請你蒐集你曾用過或是看過別人使用過的，有很好效果的道歉方式，並思考一下可以使用的情境。將對象和方式做配對，蒐集愈多的人能獲得愈多集點分數喔！

道歉的方式：	對象： (老師、同學、家人、朋友或其他人)	使用的情境：
		當發生_____時， 我可以做_____ 跟人表達歉意。
		當發生_____時， 我可以做_____ 跟人表達歉意。
		當發生_____時， 我可以做_____ 跟人表達歉意。

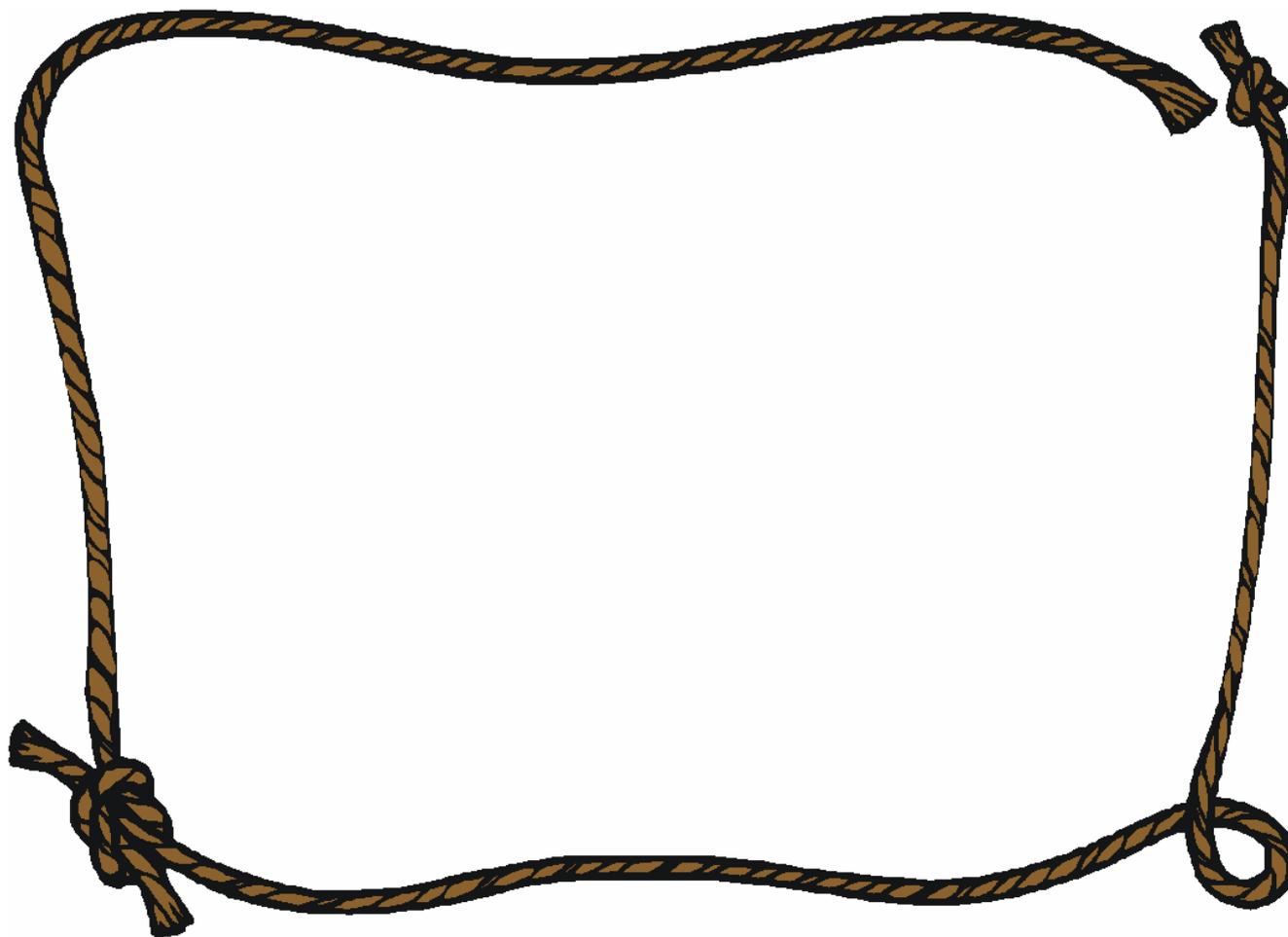


上課日期：____年____月____日

案發現場 案發現場

我的名字：_____

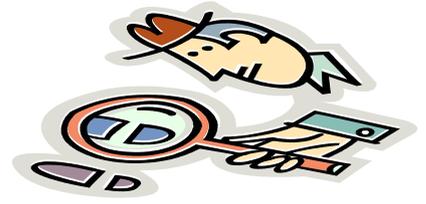
請畫出與人發生衝突，印象最深刻的事件。並描述發生事情的人、事、時、地、物。



這裡的主角有：	發生什麼事？	在什麼時間？
在什麼地點？	產生衝突的物品？	衝突的結果：

上課日期：____年____月____日

我的名字：_____



偵探法庭

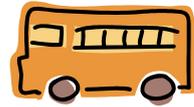
案發事件描述：					
分析	人：	事：	時：	地：	物：
步驟一： 確認情境					
步驟二： 想一想發生事情的原因					
步驟三： 想一想道歉的方法					
步驟四： 選擇適合道歉的方式					
步驟五： 做出道歉的行動	做就對了！ 歡迎你下一次跟我們分享成功的經驗喔！				



SORRY SORRY 停看聽~學校篇

我的名字是：_____

日期：_____年_____月_____日



請針對以下所列之情境找兩位同學（或老師）做練習，如果有做到的步驟請打✓，需要提醒的請打△，完全沒做到的請畫×。記得記錄完成之後，要請協助練習的人幫你簽名喔！

步驟 \ 情境	我走過同學的身邊，不小心撞倒了他桌上的東西，同學非常生氣。	排隊的時候，我走路前進時，手腳打到前後的同學，他們非常不開心。
1.確認情境		
2.想一想發生事情的原因		
3.想一想道歉的方法		
4.選擇適合道歉的方式		
5.做出道歉的行動		

★是誰陪我一起練習的？請簽名！

我的表現如何？

超讚！👍

還不錯！😊

再加油~😊



【回家作業單】

SORRY SORRY 停看聽~家庭篇

我的名字是：_____

日期：_____年_____月_____日



請針對以下所列之情境找家長（或鄰居、朋友）做練習，如果有做到的步驟請打✓，需要提醒的請打△，完全沒做到的請畫×。記得記錄完成之後，要請協助練習的人幫你簽名喔！

步驟 \ 情境	我走進爸爸媽媽的房間，沒有告訴他們就亂動房間的東西，東西摔破了，媽媽很生氣。	我把弟弟的玩具車摔到地上，輪子掉了，車子也壞了，弟弟大哭。
1.確認情境		
2.想一想發生事情的原因		
3.想一想道歉的方法		
4.選擇適合道歉的方式		
5.做出道歉的行動		

★是誰陪我一起練習的？請簽名！

我的表現如何？

超讚！👍

還不錯！😊

再加油~😁



認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	處人 / 能遠離挑釁	單元名稱	我會遠離挑釁
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市南區信義國小林家君
適用年級	國小中、高年級	教學節數	1 節 40 分鐘
社會技巧 問題分析	<p>「挑釁」是情緒行為障礙及亞斯伯格學生容易遭遇的問題之一。情緒行為障礙學生控制力差，常不顧後果而做了使自己陷入危險的舉動，而某些同儕會抓住情緒行為障礙學生這個特性而故意挑釁，使得情緒行為障礙學生與人發生爭執的狀況不斷。亞斯伯格學生則由於較難理解他人的非語言訊息而經常被同儕捉弄，使其長期成為被欺負或開玩笑的對象，進而造成其身心發展上的傷害。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>本社會技巧的學習主要是運用認知社會學習論，先讓學生了解「遠離挑釁」技巧的重要性，使得學生願意學習並使用該技巧，然後透過技巧元素的分析、步驟化，讓學生了解如何表現出該技巧，再以學生日常生活可能會碰到的情況作為練習情境。透過老師的示範、學生的觀察、學生的模仿與演練及老師的回饋，讓學生能學會「遠離挑釁」技巧。</p>		
教材分析	<p>從認識「什麼是挑釁行為」開始，使學生能分辨哪些是挑釁的行為及為什麼「遠離挑釁」很重要，接著揭示面對挑釁行為的步驟，再由教師示範依據步驟所做出因應對方挑釁行為的做法，然後由學生彼此依據不同情境做練習，教師給予回饋。本課程的設計希望使學生學習保護自己，妥善處理他人的挑釁，避免被同儕捉弄，能健全身心發展。</p>		
能力指標	2-1-3-5 能避免爭鬥或危險的場合以保護自己		
教學目標		具體行為目標	
◎認知 1 能了解什麼是「挑釁的行為」 2 能了解「遠離挑釁」的重要性		1-1 能說出什麼是挑釁的行為。 2-1 能說出為什麼要學習「遠離挑釁」的理由。	
◎情意			
3 能願意使用「遠離挑釁」之技巧		3-1 能願意練習「遠離挑釁」之步驟。	
◎技能			

4 能做出「遠離挑釁」的步驟	<p>4-1 能發現對方在對自己挑釁。</p> <p>4-2 能跟對方說出自己不喜歡對方的行為。</p> <p>4-3 能跟對方說明請對方不要做出挑釁的行為。</p> <p>4-4 當對方挑釁自己時能不受對方言語及動作影響。</p> <p>4-5 當對方挑釁自己時，能遠離現場。</p> <p>4-6 當對方挑釁自己時，能報告老師。</p>		
技巧分析	<p style="text-align: center;">步驟</p>	<p style="text-align: center;">提示</p>	
	1. 發現對方在對自己挑釁	挑釁的方式如下：對方說的話是想要讓自己生氣、對方在罵自己、對方做出不友善的動作…等，如果對方有這些行為，那麼就是在挑釁自己。	
	2. 用溫和並堅定的語氣跟對方說，自己不喜歡對方的行為，並制止對方	跟對方說：「我不喜歡你這樣做(說)，請你不要這樣做(說)。」	
	3. 對方如果聽勸，就到此為止，如果不聽勸告則進行下一個步驟。		
	4. 把對方當隱形人		
	5. 不去聽對方說的話	可以用「想自己的事」來幫助自己不去聽對方說的話	
	6. 不去看對方	不去看對方的方式，例如：眼睛不去看對方、頭不要面對對方、身體不要面對對方…等。	
	7. 遠離現場		
8. 告訴老師			
具體行為目標代號	教學活動	時間	教學資源
	<p>教學準備事項：</p> <p style="text-align: center;">◎教學對象：資源班學生 4 位</p>		

◎準備工作：

1. 說明上課規則：老師說明上課規則「眼睛看」、「耳朵聽」、「嘴巴閉起來」、「手放好」、「腳放好」、「參與活動」。

2. 說明增強方法。

一、引起動機

教師事先跟甲同學講好演一段小小劇情。教師說明要與甲同學演情境劇，提醒學生專心看，並說明會問問題。

教師扮演技安，甲同學扮演大雄，演出內容如下：

技安：「哈哈，你真是個笨蛋！」

大雄：「誰說的，你再說我就打你！」

教師說明情境劇演出完畢。

二、展開活動

(一) 說明新的技巧

老師詢問學生對於上述情況的想法。

學生發表說出自己的想法（參考答案：技安罵大雄，大雄很生氣，想打技安）。

教師：「技安的行為如何？」

學生發表說出自己的想法（參考答案：很不好）。

教師：「技安的行為是一種挑釁的行為，他故意那樣做，來引起爭端，這是很不好的。」

教師：「如果大雄真的打了技安，請問結果會是如何？」

學生發表說出自己的想法（參考答案：技安會打回去或者老師出面，處罰兩個人）。

教師：「大雄的反應並不能解決問題，當面對對方的挑釁，我們應先告訴對方，我們不喜歡對方的行為，並制止對方，如果對方不聽勸，我們要遠離現場，事後跟老師報告。」

教師：「今天上課的主題是『遠離挑釁』，請問小朋友，什麼是『挑

3分

10分

1-1

釁的行為』呢？」

學生發表說出自己的想法。(參考答案：罵人、打人、拿走別人東西、說別人壞話…等。)

教師：「『挑釁的行為』是指對方故意做某些事來引起爭端，例如說讓人生氣的話、做讓人生氣的動作…等，就像剛才技安的行為。」

教師：「為什麼學習『遠離挑釁』很重要呢？」

學生發表說出自己的想法。

教師：「『遠離挑釁』可以讓我們避免傷害、保護自己，是解決問題的方法之一。」

(二) 行為的步驟及提示

教師：「那現在我們來看一下『遠離挑釁』的步驟有哪些。」

教師揭示「遠離挑釁」的步驟與提示，並請小朋友背誦。先背誦「步驟」的部分，逐一背誦完畢後，再背誦「提示」的部分。

「遠離挑釁」的步驟與提示：

步驟	提示
1. 發現對方在對自己挑釁	挑釁的方式如下：對方說的話是想要讓自己生氣、對方在罵自己、對方做出不友善的動作…等，如果對方有這些行為，那麼就是在挑釁自己。
2. 用溫和並堅定的語氣跟對方說，自己不喜歡對方的行為，並制止對方	跟對方說：「我不喜歡你這樣做(說)，請你不要這樣做(說)。」
3. 對方如果聽勸，就到此為止，如果不聽勸告則進行下一個步驟	
4. 把對方當隱形人	
5. 不去聽對方說的話	可以用「想自己的事」來幫助自

7分

		己不去聽對方說的話		
	6. 不去看對方	不去看對方的方式，例如：眼睛 不去看對方、頭不要面對對方、 身體不要面對對方…等。		
	7. 遠離現場			
	8. 告訴老師			
	(三) 示範		7 分	附件 1
	<p>教師：「我們來看一下情境一（情境一請參考附件 1）」</p> <p>情境一：<u>小明</u>看到<u>小英</u>，對<u>小英</u>扮鬼臉，<u>小英</u>很不喜歡。</p> <p>教師當<u>小英</u>，請某位學生當<u>小明</u>。</p> <p>教師正確示範「遠離挑釁」的步驟。教師示範完情境一後，問小朋友有沒有問題，沒有的話，徵求主角跟配角來演情境一，讓每個小朋友都有演練到。</p>			
	(四) 演練		7 分	行為檢核表、
3-1	教師發下「行為檢核表」，並請小朋友上台演練情境，並於演練			
4-1	結束後收回「行為檢核表」。			
4-2	教師：「現在黑板上有兩個情境（如下段所列），要請小朋友來演			
4-3	練。當小朋友上台演練時，其他人要觀察並紀錄「行為檢核表」，			
4-4	看看是否有做到「遠離挑釁」的步驟，有做到的步驟請畫☺」			附件
4-5	情境二： <u>小強</u> 故意拿走 <u>小明</u> 的鉛筆盒， <u>小明</u> 很不喜歡。			2、3
4-6	情境三： <u>小英</u> 對 <u>小明</u> 說：「你去死啦！」， <u>小明</u> 很不喜歡。			
	(五) 回饋修正			
	教師針對學生正確的行為給予社會性增強，對於錯誤的行為給予			
	糾正。			
	三、總結活動		6 分	
	(一) 複習、歸納今日活動重點、增強總結			
	教師：「今天我們學了什麼技巧呢？」			
	全班：「遠離挑釁」			

2-1	<p>教師：「『遠離挑釁』的步驟是什麼呢？」</p> <p>全班：「一、發現對方在對自己挑釁，二、用堅定的語氣跟對方說，自己不喜歡對方的行為，並制止對方，三、對方如果聽勸，就到此為止，如果不聽勸告則進行下步驟一個，四、把對方當隱形人，五、不去聽對方說的話，六、不去看對方，七、遠離現場，八、告訴老師。」</p> <p>教師：「為什麼『遠離挑釁』很重要？」</p> <p>全班：「『遠離挑釁』可以讓我們避免傷害、保護自己，是解決問題的方法之一。」</p> <p>教師：「如果你遇到他人挑釁的行為時，你該怎麼辦？」</p> <p>全班：「請他不要這樣說或這樣做，如果繼續這樣說或做，就遠離現場，然後報告老師。」</p> <p>教師：「很好，大家說得很好，現在大家都學會了如何『遠離挑釁』了！」</p> <p>教師給予蓋滿章的學生增強物。</p> <p>(二) 作業</p> <p>教師發下學習單，做立即單元測驗，當場批改檢討，並發下回家作業。</p> <p>-----第一節結束-----</p>		<p>增強物</p> <p>學習單</p> <p>作業單</p>
延 伸 活 動	觀察學生平日互動行為，給予隨機教導。		
備 註			

情境一

小明看到小英，對小英扮鬼臉，小英很不喜歡。

情境二

小強故意拿走小明的鉛筆盒，小明很不喜歡。

情境三

小英對小明說：「你去死啦！」，小明很不喜歡。

【行為檢核表】

遠離挑釁

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※‘觀察別人做得如何，有做到的步驟請畫☺

姓名 步驟	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
1 發現對方在對自己挑釁						
2 用溫和並堅定的語氣跟對方說，自己不喜歡對方的行為，並制止對方						
3 對方如果聽勸，就到此為止，如果不聽勸告則進行下一個步驟						
4 把對方當隱形人						
5 不去聽對方說的話						
6 不去看對方						
7 遠離現場						
8 告訴老師						

【學習單】

每題 20 分，共 5 題，總分 100 分

是非題

- () 1 遇到被嘲笑或欺負的情形，要溫和但堅定地拒絕對方—例如：「我不喜歡這樣，請你停止。」
- () 2 「有仇一定要報」，所以別人笑我時，我也要笑回來。
- () 3 「遠離挑釁」是懦弱的行為，教訓同學才是英雄。。

選擇題

- () 1 下列哪一個是挑釁的行為？(1) 不小心撞到他人 (2) 故意用身體撞別人。
- () 2 下列哪一個不是正確「遠離挑釁」的方式？(1) 跟對方說自己不喜歡對方的行為 (2) 請對方不要那樣做 (3) 打回來 (4) 離開現場。

【作業單】

遠離挑釁

日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※請你在學校找老師和你練習看看喔！有做到的請在格子裡畫☺

姓名 步驟	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
1 發現對方在對自己挑釁						
2 用溫和並堅定的語氣跟對方說，自己不喜歡對方的行為，並制止對方						
3 對方如果聽勸，就到此為止，如果不聽勸告則進行下一個步驟						
4 把對方當隱形人						
5 不去聽對方說的話						
6 不去看對方						
7 遠離現場						
8 告訴老師						

我的表現：☆☆☆☆☆ ☆☆☆☆ ☆☆☆ ☆☆ ☆

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	與人相處	單元名稱	能適當拒絕別人
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市北屯區軍功國小吳佳穎
適用年級	國小中年級	教學節數	2節 80分鐘
社會技巧 問題分析	<p>認知功能輕度缺損的學生如自閉症、情緒行為障礙及伴隨行為問題的其他障礙類別學生，他們表現出的行為常是缺乏判斷力的。在面對他人的邀請或是慫恿時，常無法明確的判斷出當下的情境是否合宜，或是行為是否適當，常讓自己處於挨罵甚至是危險的情境。他們需要學會當遇到自己不喜歡的情況時，學習適當的拒絕，以建立良好的人際關係。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>利用繪本的特性，透過聽、讀圖文訊息，導引學生討論與分享，以進行省思與建構內化的意義，擴展學生的社會經驗，了解適當拒絕別人的重要性，以及學習如何適當的拒絕別人，並運用社會學習論與行為學派的理念，藉由老師示範、學生模仿，讓學生了解行為的步驟與提示，最後提供生活中可能發生的情境讓學生演練並搭配增強系統以維持動機。</p>		
教材分析	<p>教材分為兩節課，第一節課以『蜘蛛與蒼蠅』繪本作為教材，說明學習適當拒絕別人的重要性並說明技巧的步驟及提示。第二部份以角色扮演的的方式，分析繪本的情境，並依據技巧分析的步驟與提示，由老師示範，學生進行演練。最後將情境類化至日常生活中可能發生的情境加以演練，使學生在日常生活中遭遇類似情境時，能適當運用此技巧分析步驟。</p>		
能力指標	<p>2-2-3-4 能在無法接受個人或團體的要求時禮貌地表示拒絕</p> <p>2-2-3-13 能在無法執行他人的要求或期待時,清楚表達自己的困難</p> <p>2-3-3-5 能在不願遵從的要求時,禮貌的說明原因</p> <p>2-3-3-8 能在無法接受個人或團體的要求時，禮貌的說明拒絕的原因</p> <p>2-4-3-7 能在不願遵從他人的要求時禮貌的協商,提出其他可能的替代方案</p>		
教學目標		具體行為目標	
認知			
1. 能知道適當拒絕別人的重要性		1-1 能說出適當拒絕別人的重要性	

<p>2. 能分辨適當的情境表現適當的行為</p> <p>3. 能在無法執行他人要求或期待時，清楚表達自己的困難</p> <p>4.能說出適當拒絕別人的行為步驟</p> <p>情意</p> <p>5.能明確表達自己的情緒及意願</p> <p>技能</p> <p>6.能運用適當拒絕別人的技巧步驟與提示，在日常生活情境中表現出適當的拒絕別人</p>	<p>2-1 能根據繪本內容說出適當的行為表現</p> <p>3-1 能根據實際情形說出適當的行為表現</p> <p>4-1 能說出適當拒絕別人的行為步驟</p> <p>5-1 能明確表達自己的情緒及意願</p> <p>6-1 能熟悉並演練適當拒絕的行為步驟及提示</p> <p>6-2 能將適當拒絕的行為步驟與提示運用於日常生活</p>												
技巧分析	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="316 911 837 981">步驟</th> <th data-bbox="849 911 1386 981">提示</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="316 981 837 1126">1.確認情境</td> <td data-bbox="849 981 1386 1126">誰要你在什麼時間、什麼地點、做什麼事？</td> </tr> <tr> <td data-bbox="316 1126 837 1272">2.想一想能不能或該不該做</td> <td data-bbox="849 1126 1386 1272">該不該做呢？想不想做呢？做了的後果是什麼？</td> </tr> <tr> <td data-bbox="316 1272 837 1346">3.做決定</td> <td data-bbox="849 1272 1386 1346">現在恐怕不行...</td> </tr> <tr> <td data-bbox="316 1346 837 1487">4.說出適當的話</td> <td data-bbox="849 1346 1386 1487">『我現在不能...』 『我現在不想...，我想下次...』</td> </tr> </tbody> </table>	步驟	提示	1.確認情境	誰要你在什麼時間、什麼地點、做什麼事？	2.想一想能不能或該不該做	該不該做呢？想不想做呢？做了的後果是什麼？	3.做決定	現在恐怕不行...	4.說出適當的話	『我現在不能...』 『我現在不想...，我想下次...』		
步驟	提示												
1.確認情境	誰要你在什麼時間、什麼地點、做什麼事？												
2.想一想能不能或該不該做	該不該做呢？想不想做呢？做了的後果是什麼？												
3.做決定	現在恐怕不行...												
4.說出適當的話	『我現在不能...』 『我現在不想...，我想下次...』												
具體行為目標代號	教學活動			時間	教學資源								
	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：資源班學生（認知功能輕度缺損）</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1.說明上課規則：上課發言回答前要先舉手，不發言時，需安靜聆聽，不干擾其他同學上課。</p>			5分	增強板								

2-1	<p>2.說明增強方法：上課發言回答前要先舉手，並回答與問題相關的內容，累積點數，點數最多者可獲得獎勵</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 以繪本『蜘蛛和蒼蠅』來引導此教學課程。故事的內容是：蒼蠅小姐來到新環境面對甜言蜜語的蜘蛛先生，總是小心而謹慎的防備著，然而蜘蛛不斷讚美的言詞及誘惑的請求，最後讓單純的蒼蠅小姐禁不住了，相信蜘蛛先生的邀請，她會遭遇什麼樣的危險呢？</p> <p>二、展開活動</p> <p>(一) 老師以問題引導學生思考</p> <ol style="list-style-type: none"> 『蜘蛛先生最先希望邀請蒼蠅小姐去哪裡呢？』(小客廳) 『蜘蛛先生是如何對蒼蠅小姐說的呢？』(我的小客廳美的妳從來沒見過。進入客廳要爬曲折的樓梯 我要給妳看許多奇妙的好東西。) 『蒼蠅小姐有沒有答應蜘蛛先生的邀請到小客廳坐坐呢？』『如果有，會有什麼樣的後果？』『如果沒有，蒼蠅小姐是如何拒絕蜘蛛先生的呢？』(算了算了你騙不了我，爬上那座曲折樓梯，誰也休想活！) 『蜘蛛先生接著對蒼蠅小姐提出什麼樣的好點子呢？』(妳一定是不想爬得太高，那麼就在我小床上休息好不好？小床四周有帳子，床單更是又細又薄，願意的話，我會幫妳把被子蓋好。) 『蒼蠅小姐有沒有答應蜘蛛先生的邀請到小床上去休息呢？』『如果有，會有什麼樣的後果？』『如果沒有，蒼蠅小姐是如何拒絕蜘蛛先生的呢？』(算了算了，我早就聽說，睡小床的訪客，一個也沒醒來過。) 『蜘蛛先生想證明對蒼蠅小姐的喜歡，他是如何對蒼蠅小姐說的呢？』(我的食品室堆滿了美味的餐點，多麼歡迎你，想不想嚐它一小片呢？) 『蒼蠅小姐有沒有答應蜘蛛先生的邀請吃了食品室的食物呢？』『如果有，會有什麼樣的後果？』『如果沒有，蒼蠅小姐是如何拒絕蜘蛛先生的呢？』(算了算了，我不會受騙，食品室的東西我根本不想看。) 蜘蛛用了哪些方法想要吃掉蒼蠅小姐？(請蒼蠅小姐到客廳看奇妙的 	5分	單槍、電腦、繪本
		20分	單槍、電腦

東西、請她到小床上休息、請她吃食品室的美味餐點、對她說甜言蜜語的話。)

9. 蒼蠅小姐為何會被吃掉？(蒼蠅小姐改變心意聽了蜘蛛的話，拍著翅膀直向屋裡飛。)

1-1 (二)老師歸納重點：生活中有些情境下，是必須要跟別人說『不』，你才能免於一些危險情境，或是避免不好的後果發生；或是你不想做某些事情的時候，能適當的拒絕別人，不僅能回絕不想做的事，也不會讓你身邊的人，覺得很傷心、難過。這一次我們要練習的是『如何適當的拒絕別人』。

(三) 說明行為的步驟及提示

步驟	提示	10 分	
1.確認情境	誰要你在什麼時間什麼地點做什麼事		5 分
2.想一想能不能或該不該做	該不該做呢?想不想做呢?做了的後果是什麼?		
3.做決定	現在不行...		
4.說出適當的話	『我現在不能...』 『我現在不想...，我想下次...』		

1-1 三、總結活動
(一)複習歸納活動重點
(二) 進行成績結算，根據統計結果給予表揚及獎勵品

-----第一節結束-----

教學準備事項：

◎教學對象：資源班學生（認知功能輕度缺損）

◎準備工作：

1.說明上課規則：上課發言回答前要先舉手，不發言時，需安靜聆聽，不干擾其他同學上課。

2.說明增強方法：上課發言回答前要先舉手，並回答與問題相關的內容，累積點數，點數最多者可獲得獎勵)

增強板

2
分

4-1	<p>一、引起動機</p> <p>(一) 請同學說明『適當拒絕別人』的技巧分析步驟，說出正確者，可獲得點數。</p> <p>二、展開活動</p> <p>(一) 說明新的技巧</p> <p>生活中有些情境下，是必須要跟別人說『不』，你才能免於一些危險情境，或是避免不好的後果發生；或是你不想做某些事情的時候，能適當的拒絕別人，不僅能回絕掉不想做的事，也不會讓你身邊的人，覺得很傷心、難過。這一次我們要練習的是『如何適當的拒絕別人』。</p>	3 5 分											
4-1	<p>(二) 行為的步驟及提示</p> <table border="1" data-bbox="207 828 1268 1411"> <thead> <tr> <th data-bbox="207 828 742 907">步驟</th> <th data-bbox="742 828 1268 907">提示</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="207 907 742 1052">1. 確認情境</td> <td data-bbox="742 907 1268 1052">誰要你在什麼時間什麼地點做什麼事</td> </tr> <tr> <td data-bbox="207 1052 742 1198">2. 想一想能不能或該不該做</td> <td data-bbox="742 1052 1268 1198">該不該做呢? 想不想做呢? 做了的後果是什麼?</td> </tr> <tr> <td data-bbox="207 1198 742 1265">3. 做決定</td> <td data-bbox="742 1198 1268 1265">現在不行...</td> </tr> <tr> <td data-bbox="207 1265 742 1411">4. 說出適當的話</td> <td data-bbox="742 1265 1268 1411">『我現在不能...』 『我現在不想...，我想下次...』</td> </tr> </tbody> </table>	步驟	提示	1. 確認情境	誰要你在什麼時間什麼地點做什麼事	2. 想一想能不能或該不該做	該不該做呢? 想不想做呢? 做了的後果是什麼?	3. 做決定	現在不行...	4. 說出適當的話	『我現在不能...』 『我現在不想...，我想下次...』		
步驟	提示												
1. 確認情境	誰要你在什麼時間什麼地點做什麼事												
2. 想一想能不能或該不該做	該不該做呢? 想不想做呢? 做了的後果是什麼?												
3. 做決定	現在不行...												
4. 說出適當的話	『我現在不能...』 『我現在不想...，我想下次...』												
2-1	<p>(三) 示範 (由老師、協同老師或同儕)</p> <p>使用『蜘蛛與蒼蠅』做為故事情境，由一位老師扮演蜘蛛先生，由另一位老師扮演蒼蠅小姐。</p> <p>1. 蜘蛛先生: 『來客廳坐坐好嗎? 我的小客廳美的妳從來沒見過。進入客廳要爬曲折的樓梯，我要給妳看許多奇妙的好東西。』</p> <p>2. 蒼蠅小姐</p> <p>(1) 確認情境: (蜘蛛先生現在要我到小客廳去看奇妙的好東西)</p> <p>(2) 想一想能不能或該不該做，做了後果是什麼? (被吃掉)</p> <p>(3) 做決定: (現在不行)</p>	10 分	蜘蛛 、 蒼蠅 裝扮										

【附件一】

『拒絕高手』學習單

姓名:

發生的狀況 步驟	<u>小寶</u> 想利用下課時間，邀請我跟他們一起到操場打躲避球，可是我功課還沒補完...	隔壁的大哥哥想找我下課一起到學校附近的便利商店買東西，可是媽媽要我放學後馬上回家，這時候...
1.確認情境		
2.想一想能不能或該不該做		
3.做決定		
4.說出適當的話		

【附件二 繪本資訊】

繪本名稱	蜘蛛和蒼蠅
作者	文/瑪麗·豪蕨 圖/東尼·迪特利齊 譯/林良
出版社	三之三
簡介	<p>這本圖畫書或許不像許多綺麗夢幻的童話故事有美麗的結果，但它卻同樣含有作者與繪者的用心，他們希望孩子能對這世界的陷阱與誘惑有多一份洞悉，對於可能造成身心重大傷害的陷阱，有堅定的行動力加以拒絕。</p> <p>來到新環境的蒼蠅小姐，面對甜言蜜語的蜘蛛先生，總是小心而謹慎的防備著，然而蜘蛛不斷讚美的言詞，誘惑的請求，最後讓單純的蒼蠅小姐禁不住的相信了蜘蛛先生的邀請，他會遭遇到什麼樣的危險嗎？</p>

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

項目名稱	與人相處/分享	單元名稱	我願意分享
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市北屯區北屯國小黃翠玉
適用年級	國小中高年級	教學節數	3節 120分鐘
社會技巧問題分析	<p>認知功能輕度缺損的學生在普通班的班級生活中，常會因社會互動上質的障礙，未能發展和同儕分享喜好的事物、活動、情緒等有關的同儕關係，也缺乏分享別人的快樂及/或與人分享自己的快樂。尤其是自閉症兒童更是獨自熱衷於喜愛的活動、電視節目、玩具，不會嚐試邀請別人參與，與人分享。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>常說施比受更有福，但分享真的不是一件容易的事，孩子都很寶貝自己的東西，根本不願意將自己的東西借給別人或是和別人分享，其實都是很自然的。</p> <p>社會變遷，隨著少子化的趨勢，父母過度保護照顧孩子，一切都以孩子為中心，很多孩子是集所有寵愛在一身，孩子視家人所給的都是理所當然，以致於孩子不會對周遭的人主動表達愛與關心，也不太有知足與感恩的心，更不會有主動分享，這樣不只帶來他與人互動模式的影響，甚至時時發生與人之間的衝突，尤其是亞斯伯格的孩子。透過【眼耳口手心5到學習行動】理念，幫助學生體會與思考正、負面的人際互動模式所帶出來的影響，學習適度表達愛與關心，不只可以減少與人的衝突，更能讓其有能力面對挑戰，知道甚麼是真正的擁有，甚麼是施比受更福，與人建立良好的人際關係。</p>		
教材分析	<p>本單元教材是以我願意分享為主軸，首先是以【阿松爺爺的柿子樹】繪本討論，讓孩子從阿松爺爺「獨占」的人生與哎啲奶奶愛「分享」的人生，讓學生知道甚麼是獨占擁有？甚麼是分享？去體驗思考正負面態度所帶來與人互動關係。第二部分則是烤箱讀書會活動，以【門鈴又響了】的繪本故事討論，述說分享過程的心理層面，擔心、害怕、失去的矛盾衝突，接著帶學生一起動手做餅乾及實際分享活動，讓學生透過體驗與分享中察覺，更能在與人實質應對分享活動中，感受到與人美好互動關係所帶來的快樂，並願意去修正改善他的人際關係。</p>		
能力指標	2-1-2-6 能與他人和睦相處建立友善關係。		

	<p>2-1-2-9 能適當回應他人的邀請進入團體。</p> <p>2-1-2-10 能用適當方式與他人分享或贈與自己喜歡的物品。</p> <p>2-2-2-5 能適當表現被團體接受的行為。</p> <p>2-2-2-6 能與他人分享自己的各種生活或學習經驗。</p>		
教學目標	具體行為目標		
<p>◎認知</p> <p>1. 能知道人與人之間互動關係是會互相影響的。</p> <p>2 能知道分享重要性。</p> <p>3. 能知道分享東西技巧的步驟。</p> <p>◎情意</p> <p>4. 能體會美好關係帶來的快樂。</p> <p>5. 樂於與他人分享自己所喜歡的食物。</p> <p>◎技能</p> <p>6. 能在老師引導下製做簡易的點心。</p> <p>7. 能將點心分送到老師休息室，請老師享用。</p> <p>8 能表現合宜的生活禮儀。</p> <p>9 能分享自己實際行動的心得與感想</p>	<p>1-1 能知道人是活在群體中。</p> <p>1-2 能了解人與人是會互相影響的。</p> <p>2-1 能說出分享的重要性。</p> <p>3-1 能說出和人分享物品的技巧。</p> <p>4-1 能說出美好關係帶來快樂的感受。</p> <p>5-1 會將自己喜歡的東西與人分享。</p> <p>5-2 能接受有人不喜歡他所分享的東西。</p> <p>6-1 能回答課堂中老師的問題。</p> <p>6-2 能一同參與做點心。</p> <p>6-3 能依老師指示完成指定的工作。</p> <p>7-1 能將點心分送到老師休息室，請老師享用。</p> <p>8-1 與人分享互動時，能有禮貌適當的回應。</p> <p>9-1 能說出建立良好關係的方法〈以烤餅乾活動為例〉。</p>		
技巧分析	步驟	提示	
	1. 與人分享使我心情變快樂	好東西要與人分享	
	2. 我要跟誰分享？	同學、朋友、老師、家人	
	3. 我要分想甚麼東西？	玩具、食物..	
	4 我要如何分享？	這個東西請你吃〈借你玩…〉	
5. 我會如何回應？	不客氣〈別人接受感謝回應〉、沒關係〈別人回拒的回應〉。		
具體行為	教學活動		時間
教學資源			

請同學吃、請同學玩呢？老師的心理又是在想甚麼呢？

分享帶給自己是快樂呢？還是捨不得呢？好的互動方式是會帶給自己與他人快樂與祝福，從剛剛老師的作為你是不是有感覺呢？接下來的繪本故事，「阿松爺爺的柿子樹」，會讓大家有更多的體會與感動。

二、展開活動

(一)繪本故事講述：「阿松爺爺的柿子樹」繪本（簡介見附件1）

(二)從故事中，我們看到是大家都很羨慕阿松爺爺家裡有一棵很棒的柿子樹，但阿松爺爺卻極度不快樂，這是為甚麼呢，讓我們來想想看。

1. 阿松爺爺的柿子樹有長出柿子嗎？他願意與人分享他的柿子嗎？阿松爺爺家有棵結實纍纍的柿子樹，柿子好多、好甜喔！阿松爺爺還當著眾多小朋友的面，大口大口的一口接一口的吃起甜甜的柿子，所有小朋友都羨慕的口水都快滴下來了。然而阿松爺爺並沒有邀請小朋友和他一起分享柿子樹。

2. 阿松爺爺一開始分享甚麼東西給哎啲奶奶？哎啲奶奶拿到阿松爺爺所給的東西有甚麼反應呢？

3 哎啲奶奶怎樣用每次拿到禮物與孩子們分享呢？孩子們快樂嗎？為什麼？

4. 阿松爺爺為甚麼要把所有柿子都摘光？還打落所有的葉子，砍掉他的樹呢？

5. 你覺得阿松爺爺快樂嗎？對於阿松爺爺的行為你有甚麼感想呢？

6. 阿松爺爺為什麼要改變？改變後的阿松爺爺快樂嗎

7. 你比較喜歡阿松爺爺或哎啲奶奶呢？為什麼？

(三)說明「如何與人分享」技巧的重要性，及不與人分享成的後果。

10
分

故事繪本
或
故事繪本
ppt

10
分

5 分

5 分

三、總結活動

- (一) 複習、歸納今日活動重點：請大家重述如何與人分享的步驟和提示。
- (二) 進行成績結算，並給增強：換算點數，給增強物。
- (三) 分享活動。

-----第一節結束-----

教學準備事項：

◎80 分鐘學習活動，可能需事先調課。

◎準備工作：繪本、製作餅乾點心材料〈奶油、紅砂糖、全蛋、杏仁粉、低筋麵粉、砂糖〉、烤箱、口罩。

1. 說明上課規則：

最高指導原則：說該說的話，做該做的事、管自己的事。

具體行為：安靜坐好、眼睛看老師、耳朵專注聽、說話要舉手。

說白節奏口訣：上課當中不離座，眼看老師耳朵聽，聽從指令要安靜，不會問題我會提，舉手發言有條理。

2. 說明增強方法：【我們的表現】

(1)以團隊表現記分，得分要訣在於遵守上課規則。

(2)團隊同儕踴躍回應老師提問問題。

(3)課堂表現最優的兩組，可以取得增強品，下課可以邀請和同學一起分享食物的機會。

一、引起動機

(一) 拿出餅乾脆片與大家分享：

這是老師昨天在家做的餅乾喔，我覺得自己很棒很了不起，我的心情是很開心的〈哎喲奶奶、阿松爺爺故事複習〉，所以我要請大家吃〈好東西要與好朋友分享〉。接著請同學發表分

烤箱、食材

3 分

5 分

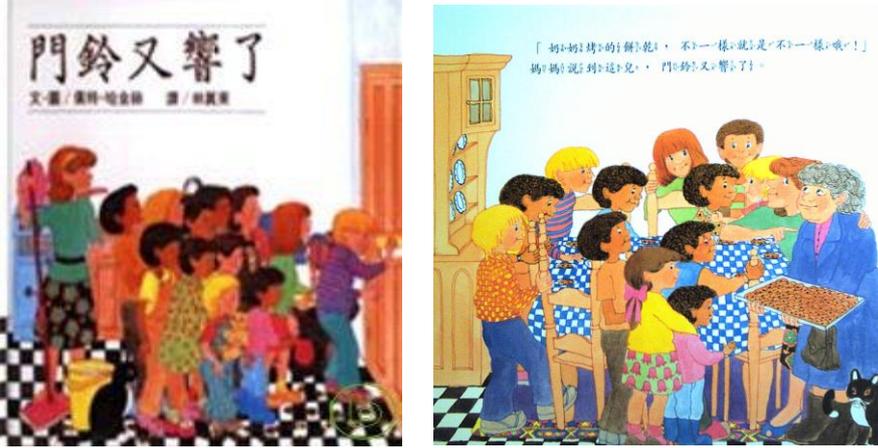
	<p>享餅乾的心情並詢問同學想不想動手做餅乾呢？在將烤箱搬出，並陳列製作餅乾材料給學生一個驚喜。</p> <p>二、展開活動</p> <p>(一) 今天我們的主要活動是大家一起動手做餅乾喔！並將製作餅乾的做法說明展示在黑板，說明製作過程。</p> <p>(二) 分組活動：發下各組材料，並說明製作餅乾應該要注意安全及衛生問題，接著請同學洗手，並戴上口罩。</p> <p>(三) 認識製作餅乾工具及材料</p> <p>(四) 老師說明「製作餅乾」的方法</p> <p>(五) 大家一起動手做餅乾。</p> <p>【做法】：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 將奶油、紅砂糖及杏仁粉充分混合。 2 加入全蛋液拌均勻。 3 將麵糰使用各式各樣模型壓模成型。 4 將成型餅乾表面灑上砂糖，置入烤箱以 180 度烤 12-15 分鐘。 5 出爐後，待涼，完成。 <p>(六) 清潔收拾活動。</p> <p style="text-align: center;">-----第二節結束-----</p> <p style="text-align: center;">延續上一堂活動</p> <p>(七) 將烤好餅乾取出，拼排在盤子上。</p> <p>(八) 請各組分享動手製作餅乾的心情。</p> <p>(九) 繪本【門鈴又響了】故事（簡介見附件 2）</p> <p>從繪本故事中「門鈴又響了」，我們看到是大家心情上的起伏，好像都都很擔心他們家的門鈴又響了，這是為甚麼呢，讓我們來想想看。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 你是否有跟別人分享的經驗呢？分享一下吃點心的心情。 2. 當你正在吃點心時，客人來了，你會分享嗎？如果你的盤子只 	<p>20 分</p> <p>12 分</p> <p>5 分</p> <p>20 分</p>	<p>故事繪本 或 故事繪本 ppt</p> <p>故事繪本 或 故事繪本 ppt</p>
--	--	--	---

	<p>有一塊，你會趕快吃完再開門？還是會跟他一起分享。</p> <p>3. 如果你是書中的小朋友，門鈴又響了，你會開門嗎？為什麼？</p> <p>4. 書中的小孩如何讚美奶奶為他們準備的點心？你每次吃著爸爸媽媽或其他長輩為你準備的點心時，你會如何感謝為你準備點心的人？</p> <p>〈十〉將餅乾與班上同學及老師一起享用。〈播放分享的樂曲〉</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一) 複習、歸納今日活動重點</p> <p>從《阿松爺爺的柿子樹》這個故事，看到阿松爺爺越是擔心害怕，越是不肯分享，他就越不快樂，而且還會一時糊塗，做出傻事，而哎啲奶奶則是發揮創意，帶著小朋友將別人認為沒有用的東西，玩出樂趣來，所以，朋友就越來越多，也越來越快樂再從門鈴又響了的故事裡，讓學生感受到分享帶來的快樂！分享時，東西看似短少了，但是無形的喜樂，卻是增加了！</p> <p>最後還有更好的祝福喔</p> <p>(二) 進行成績結算，並給增強：換算點數，給增強物。</p> <p>(三) 分享活動。</p> <p>-----第三節結束-----</p>	5分	
延 伸 活 動			
備 註			

【附件 1 繪本資訊】

繪本名稱	阿松爺爺的柿子樹
作者	作者：須藤麻江 繪者：織茂恭子 書籍譯者：米雅
出版社	道聲出版社
簡介	 <p>故事中的阿松爺爺是個小氣的老先生，他擁有一棵總是結實累累，甜到快融化的柿子樹，但他卻一個也捨不得與人分享，而且還當著好多小朋友的面，大口大口的吃起甜甜的柿子，就算孩子們流著口水望著他，他也一點都不心軟。</p> <p>哎啲奶奶卻完全不同，總是珍惜所擁有的一事一物，並且樂於分享給身邊所有的人。有一天，哎啲奶奶搬到阿松爺爺的隔壁，哎啲奶奶一搬來就去跟阿松爺爺打招呼，阿松爺爺回送她一個柿子蒂，哎啲奶奶開心的跟阿松爺爺說謝謝。不管阿松爺爺給她什麼，她都甘之如飴，柿子蒂、柿子葉甚至柿子枝，她都可以加以素材再利用，變成一樣樣好玩的新把戲，並且和孩子玩更多的遊戲，所以哎啲奶奶的家總是好熱鬧，她身邊總是圍繞著許多小朋友，隨時隨地都充滿歡笑與快樂。反觀阿松爺爺這樣的小氣、擔心、害怕、不肯分享，又會造成什麼樣的後果呢？最後阿松爺爺領悟出一個知足的人，時時都可以很開心並且可以創造驚奇。最後阿松爺爺終於願意敞開心胸，與大家分享，於是跟小朋友們也有著很好的互動，小朋友也好歡喜跟阿松爺爺在一起了。</p>

【附件 2 繪本資訊】

繪本名稱	門鈴又響了
作者	作者：佩特·哈金絲 書籍譯者：林真美
出版社	遠流出版社
簡介	 <p>烤好的餅乾，一定是又香又好吃，媽媽烤好了 12 塊餅乾，維多利亞和山姆，一個人可以吃六個，正當維多利亞及山姆分著要吃時，家裡的門鈴響了，原來是附近鄰居的兩位小客人，媽媽請他們一起進家裡享用餅乾「一起吃餅乾吧！」，坐在餐桌前的維多利亞及山姆也重新再分配一人可以吃 3 個餅乾，此時門鈴又響了，又是兩位小客人，媽媽請他們一起進家裡享用餅乾「一起吃餅乾吧！」一人可以吃到兩個餅乾，然而，門鈴又響了，這次來了 6 位小客人「一起吃餅乾吧！」一人吃一個餅乾，一起吃餅乾吧！偏偏門鈴又響了……</p>

【學習單】

我會怎麼做

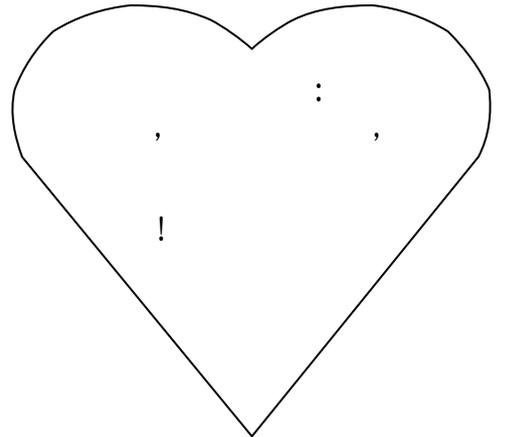
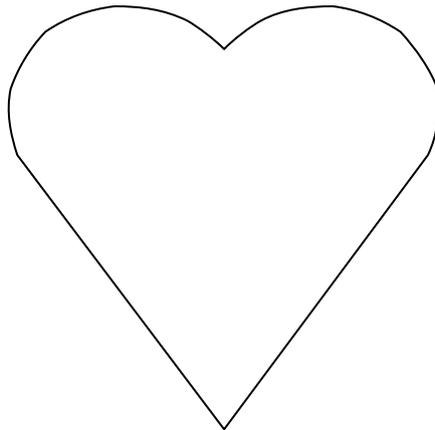
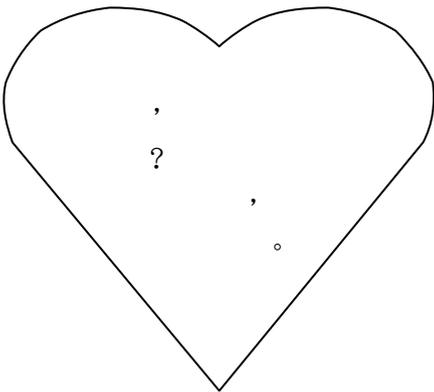
____年____班____號

姓名_____

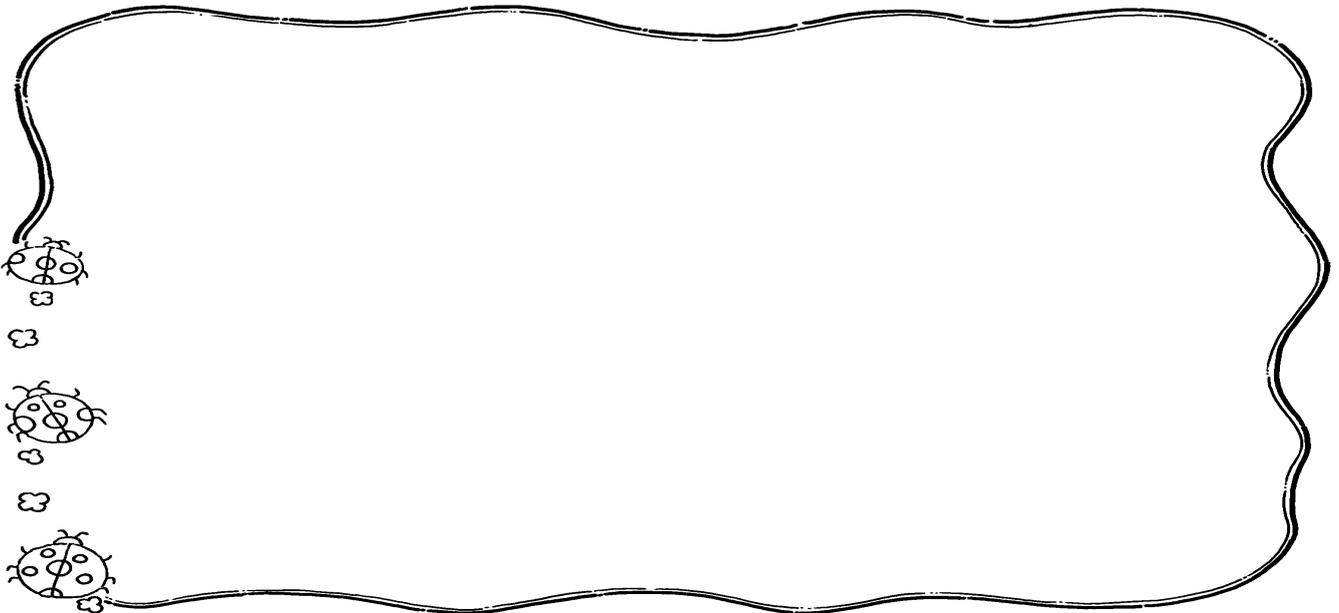


親愛的小朋友：如果你遇到下面狀況，你會怎麼做呢？請把正確的處理方式塗上顏色。

1 我只有一塊餅乾，朋友來我們家，媽媽要我分享。



1. 好東西與好朋友分享，我願意拿甚麼跟同學分享呢？。把他寫在框框裡。



認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	處人 / 能表現輪流等待	單元名稱	我討厭等來等去
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市北屯區軍功國小謝亞文
適用年級	國小中、高年級	教學節數	1節 40分鐘
社會技巧問題分析	<p>低年級學童容易以自我為中心、我行我素，因此，上課時容易發生不舉手就發言而打斷老師的話題，或是下課時想向老師報告發生了什麼事情，但老師可能正與其他老師或同學交談，也直接插話，常造成老師或同學的困擾，此種情形也常發生在亞斯伯格症或過動、衝動的學生身上，進行影響他們的人際互動。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>輪流等待是日常生活中常需要用到的技能，部分孩子因為缺乏同理心或是過動、衝動，容易不小心忽略他人感受或沒有經過大腦思考就直接表現行為，往往造成別人對他們觀感不佳。</p> <p>在課堂中藉由不同生活情境的演練，讓孩子可以學會輪流等待的正確行為，且經由作業單的反覆練習，讓他們能類化到生活中不同的情境，期使他們能在需要輪流等待的情境時，做出良好的表現。</p>		
教材分析	<p>以動畫「我討厭等來等去」，讓學生了解及分享等待的感覺和自己曾經有過的經驗，接著再藉由生活中較常見的情境故事一和情境故事二，讓學生扮演故事中不同的角色，透過角色扮演，讓學生了解不同角色的感受，藉此引導學生養成良好的輪流等待及不插話的習慣。</p>		
能力指標	2-1-1-6 能等待、輪流說話及不隨便插話		
教學目標		具體行為目標	
◎認知 1.知道輪流等待的重要性		1-1 能回答什麼情境下會有等待的行為 1-2 能說出為什麼要輪流等待 2-1 能分享等待時的心情如何 2-2 能分享若有人插話或插隊時的心情 3-1 能說出輪流等待的步驟 3-2 能做出輪流等待的正確表現	
◎情意 2.了解他人的感受			
◎技能 3.適當的表現方式			
技巧分析	步驟	提示	
	1.等待(叫名)	等待(老師)叫到自己名字時；或判斷是否輪到自己順序了	
	2.輪流	一個接一個	
	3.發言	不打斷別人	
具體行為目標代號	教學活動		時間
			教學資源

<p>1-1</p> <p>2-1</p> <p>2-2</p>	<p>教學準備事項：</p> <p>◎教學對象：資源班學生 4 個</p> <p>◎準備工作：</p> <p>1.說明上課規則：上課時，要發言必須先舉手，等待老師叫到後才可回答。</p> <p>2.說明增強方法：以個人集點的方式，發言正確及表現良好者可獲得一點，每堂課結算一次，點數最高者，可獲得獎勵品(糖果或餅乾)。</p> <p>一、引起動機</p> <p>等一下老師會讓大家欣賞一部動畫（我討厭等來等去），請大家仔細看，結束後，老師會問大家一些問題，答對一題的小朋友可以獲得一點。</p> <p>（一）問題一：第一個情境<u>菲菲</u>在等待什麼？（答案：過馬路）</p> <p>（二）問題二：第二個情境<u>菲菲</u>在等待什麼？（答案：公共電話）</p> <p>（三）問題三：第三個情境<u>菲菲</u>在等待什麼？（答案：結帳）</p> <p>（四）問題四：請大家分享一下等待的情境？（答案：舉手開放回答，分享自己的經驗，沒有標準答案）</p> <p>（五）問題五：請大家分享一下等待的心情？（答案：舉手開放回答，沒有標準答案)(答案可能有：期待、煩躁、高興、不耐煩...)</p> <p>（六）問題六：是否有遇過別人插隊？（答案：舉手開放回答，分享自己的經驗，沒有標準答案）</p> <p>（七）問題七：別人插隊時，自己當下的心情如何？（答案：舉手開放回答，分享自己的經驗，沒有標準答案）</p> <p>二、展開活動</p> <p>（一）角色分配：剛剛大家分享了輪流等待的情境有哪些，其中在學校</p>	<p>10分</p> <p>25分</p>	<p>集點板</p> <p>單槍、筆電、動畫、</p> <p>各種角色的</p>
----------------------------------	--	-----------------------	--

<p>1-2 2-1 2-2</p>	<p>比較常發生的有上課時輪流等待的情境，現在我們來假設一個上課的情境(情境一)，請同學先抽籤，看自己要扮演的角色是什麼？(學生分別抽到：老師、同學1、同學2、同學3)老師說明情境是：老師在上課時提問(問題可以自己設定或是可以問當遇到要等待的情境時，心情如何?)，同學1和同學2舉手等待老師點到後回答，同學3則沒有舉手就自己把答案講出來。</p> <p>(二) 實際演練：請同學按照老師設計的上課情境(情境一)，自由發揮自己角色的口白。</p> <p>(三) 回饋修正：</p> <p>1.老師請同學分享遇到同學3這種情形時的心情如何？且對同學3會有什麼樣的看法？(扮演老師及同學1和同學2的同學舉手分享自己的心情及對同學3不舉手即插話這個舉動的看法，大家的心情可能有：不高興、生氣、想制止他等。大家對同學3的看法可能有：沒禮貌、不尊重別人等。)</p> <p>2.老師請同學分享若遇到同學3這種情形時該如何處理？(大家的答案可能有：請同學3要發言記得舉手等待老師叫名才可回答、制止同學3)</p> <p>3.老師請同學分享同學3的表現應該如何修正較佳？(大家的答案可能有：舉手等待老師叫名再回答)</p>	<p>籤、 情境條一</p>
<p>3-2</p>	<p>(四) 情境類推：如果今天有另外一個情境(情境二)，三個同學打架了，老師請他們說明打架的原因，請問那三位同學應該怎麼表現？(大家舉手說明或上台示範自己的看法。大家的答案可能有：等待老師叫到自己時再說明、同學在說明時不要插話、不打斷別人的話、想要補充的，可以等大家說完再補充。)</p>	<p>情境條二</p>

3-1	<p>三、總結活動</p> <p>(一) 老師歸納今天活動重點：</p> <p>教師：「我們剛剛練習了什麼情境？」</p> <p>學生：「上課輪流等待發言及向老師解釋吵架原因的情境。」</p> <p>教師：「輪流等待的步驟是什麼？」</p> <p>學生：「一、等待(叫名)，二、輪流，三、發言」</p> <p>教師：「為什麼要輪流等待及不隨便插話打斷別人？」</p> <p>學生：「這是一種禮貌，大家才會覺得彼此受到尊重。」</p> <p>教師：「以後要發言時，記得這三項步驟，才是有禮貌的行為。」</p> <p>(二) 發下作業單：老師發下作業單，請同學回家完成。</p> <p>(三) 增強：老師結算集點板上的點數，點數最多的同學頒發獎勵品。</p> <p>-----第一節結束-----</p>	5分	集點板、獎勵品、作業單
延伸活動	可以針對學生所回答需要輪流等待的情境(如：打電話)，設計不同的角色，讓學生透過角色得扮演，了解輪流等待的重要性及如何表現輪流等待。		
備註			

【附件一 繪本資訊】（或影片、教具等使用材料的資訊）

動 畫 名 稱	我討厭等來等去
出 處	http://grimm.ntl.gov.tw/second/content_movie.php?pId=49
簡 介	老鼠 <u>菲菲</u> 非常討厭等來等去的，偏偏要過馬路的時候，她等了 30 秒；她等了 10 分鐘才輪到她打公用電話；到超級市場去買糖果，排隊等了一個小時，才輪到她結帳。

【附件二-1】

情境一

上課時，老師請同學發言，同學 1 和同學 2 舉手等待發言，同學 3 不舉手就回答。

情境二

下課時，三位同學打架，老師請同學說明打架的原因。

【作業單】

我會輪流等待

姓名：

◎想一想，什麼時候需要輪流等待？你會怎麼表現呢？

情境一	
我該怎麼做？	
情境二	
我該怎麼做？	

◎看一看，你有沒有按照老師上課時說的那樣做呢？【做到的請打○】

情境 步驟	情境一	情境二
等待 (叫名)		
輪流		
發言		

認知或學習功能輕度缺損學生社會技巧教學活動設計

領域 / 項目	處人/基本溝通技巧	單元名稱	我會認識不同的情緒
指導者	王欣宜教授	設計者	臺中市北區篤行國小高宜芝
適用年級	國小 低、中年級	教學節數	2 節 80 分鐘
社會技巧 問題分析	<p>輕度障礙孩子受限於先天生理因素的影響，對於人與人相處之間非語言溝通訊息察覺有困難，因缺乏區辨不同情緒的能力與辨別不同情境與情緒特徵之間關係，讓輕度障礙的孩子在班上時常捉弄同學或說出一些令別人不舒服的話，來引起別人注意，而別人已出現生氣或討厭的情緒仍不自知，嚴重影響在班級中的人際互動。</p>		
設計理念 (課程目的)	<p>認知功能輕度缺損學生對於情緒的感覺十分抽象，通常無法以明確的標準或規則條例出來，因此日常生活的互動中常因不瞭解而造成衝突的情況。認知功能輕度缺損學生常以行為或言語捉弄同學常有以下的原因：可能是為引起同學的注意或是缺乏與同學互動適當的社會技巧，因此本教學活動設計試圖透過具體視覺提示、討論與體驗活動方式，指導學生認識不同的情緒與不同情境之間的關係，以表現出符合融合教育情境中適當的行為，藉此改善學生人際關係。</p>		
教材分析	<p>透過繪本引導學生討論那些行為會引起同學「快樂」、「難過」、「喜歡」、「討厭」、「生氣」的情緒，這些情緒肢體語言特徵又有那些。並帶領學生解讀同學日常生活表現的不同情緒，進而探討同學情緒表現所代表的意義以及如何表現出適當的行為。</p>		
能力指標	2-4-1-5 能根據對方的情緒選擇適當的處理方法		
教學目標		具體行為目標	
◎ 認知 1. 能認識同學的情緒臉譜		<p>1-1 能辨別「快樂」、「難過」、「喜歡」、「討厭」、「生氣」的情緒。</p> <p>1-2 能理解不同情緒的意思，並表現出適當的行為。</p>	
技巧分析	步驟		提示
	1. 觀察同學的嘴巴		觀察嘴巴上揚或向下
	2. 觀察同學的眉毛		觀察眉毛是否皺眉頭

	3. 觀察同學的臉部表情	觀察臉部表情笑嘻嘻、哭泣或瞪人	
	4. 聽聽同學的聲音	聽聽說話語氣是溫柔、大聲或罵人	
	5. 其他肢體動作	拍手鼓掌、握緊拳頭	
具體行為目標代號	教學活動	時間	教學資源
	<p>教學準備事項：</p> <p>◎ 教學對象：適用於資源班學生小組教學，也可運用在普通班全體教學活動上。</p> <p>◎ 準備工作：</p> <p>1. 說明上課規則：上課中不隨意發言，發言前要先舉手，有同學在發言時要安靜聆聽。</p> <p>2. 說明增強方法：累積發言點數，點數最多者可獲得最多獎勵（小組教學以個人累計，班級教學以小組累計）</p> <p>一、引起動機</p> <p>教師說故事《我們來做好朋友》，故事內容：</p> <p>故事中的蛇想要交朋友，但是他用很多不適當的方式，森林裡的動物都被牠嚇跑了。蛇不知道為什麼大家都怕牠？牠決定要當一條溫柔、親切的蛇，把自己當成溜滑梯、跳繩、翹翹板……，最後，大家都變成了好朋友。</p> <p>（一）問題與討論</p> <p>1. 蛇捉弄森林的動物，動物的感覺如何，說一說動物的情緒表情？</p> <p>2. 蛇用什麼方法和動物成為好朋友？</p> <p>3. 你用什麼方法和同學教朋友？他們喜歡嗎？</p> <p>4. 說一說能交到朋友的方法？</p> <p>二、展開活動</p> <p>（一）說明新技巧</p>	<p>5 分</p> <p>10 分</p> <p>5 分</p>	<p>繪本</p>
1-1	（一）說明新技巧	20 分	圖卡

	<p>今天要教同學辨識他人情緒的技巧：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 辨識他人的情緒可以觀察嘴巴是上揚或向下 <ol style="list-style-type: none"> (1) 嘴巴是上揚表示開心 (2) 嘴巴向下表示難過或討厭 2. 辨識他人的情緒可以觀察眉毛是否皺眉頭 <ol style="list-style-type: none"> (1) 眉毛皺眉頭表示不舒服或不開心 3. 辨識他人的情緒可以觀察臉部表情是笑嘻嘻、哭泣或瞪人 <ol style="list-style-type: none"> (1) 臉部表情是笑嘻嘻表示開心 (2) 臉部表情是哭泣表示傷心或難過 (3) 臉部表情是瞪人表示生氣或憤怒 4. 辨識他人的情緒可以聽聽同學說話語氣是溫柔、大聲或罵人 <ol style="list-style-type: none"> (1) 說話語氣是溫柔表示心情平穩 (2) 說話語氣是大聲表示生氣 (3) 說話語氣是罵人表示生氣 5. 辨識他人的情緒可以觀察同學的肢體語是言拍手鼓掌、握緊拳頭 <ol style="list-style-type: none"> (1) 肢體語言是拍手鼓掌表示開心 (2) 肢體語言是握緊拳頭表示生氣 <p>-----第一節結束-----</p>	獎勵點	
1-1	(二)教師示範與學生練習	25 分	情境籤
1-2	<ol style="list-style-type: none"> 1. 老師拿出情境練習籤，情境中小明將同學最心愛的自 動筆故意丟在地上，同學雙手握拳，眼睛瞪大。 老師：同學現在的情緒如何？(生氣) 		

1-1 1-2	<p>小明應該如何表現出適當的行為？（幫同學揀起來，並跟他道歉）</p> <p>2. 請學生選擇情境籤，練習觀察別人的情緒表現及遇到該情境該如何反應：</p> <p>(1)上課時，我一直講話，同學臉上出現討厭的表情。</p> <p>(2)期中評量同學考壞了，不停的在哭泣。</p> <p>(3)同學辛苦完成的美術作品不小心被我打翻了，同學瞪人並握緊拳頭。</p> <p>三、總結活動</p> <p>(一)老師拿出不同的情緒特徵圖片，請同學猜猜可能發生了什麼事，及可以表現出那些適當的行為。</p> <p>(二)進行單元評量</p> <p>(三)發給學生學習單</p> <p>-----第二節結束-----</p>	10分 5分	圖卡
延 伸 活 動			
備 註			

【附件一 行為檢核表】

情緒辨識

上課日期：____年____月____日

學生姓名：_____

※有做到的步驟請打√，檢查看看，你是不是都有做到了呢？

姓名						
步驟						
1 我會觀察同學的嘴巴是 上揚或向下						
2 我會觀察同學是否皺眉 頭						
3 我會觀察同學臉部表情 笑嘻嘻、哭泣或瞪人						
4 我會聽同學聽說話語氣 是溫柔、大聲或罵人						
5 我會觀察同學的肢體與 言是拍手鼓掌、流眼淚 或握緊拳頭						

【附件二 繪本資訊】（或影片、教具等使用材料的資訊）

繪 本 名 稱	我們來做好朋友
作 者	文·圖/松岡達英 譯/柳怡如
出 版 社	天下遠見出版股份有限公司
簡 介	蛇想要交朋友，他很想跟大家一起玩，但是，小蝌蚪、小青蛙、小老鼠……，大家都怕他，蛇以為是自己看起來很討厭，所以決定當一條溫柔又親切的蛇！他把自己當成溜滑梯、跳繩、翹翹板……，陪著小動物以及小朋友一起玩，他會交到很多朋友嗎？

我會認識不同的情緒

學生姓名：

小朋友，我們已經一起討論許多辨別別人情緒的方法，看一看下列的情緒表情，把你認為可能的情境連在一起。

<p><u>小美</u>今天穿了一雙媽媽買的新鞋子，被很多同學稱讚。</p>	<p><u>小明</u>最喜歡的水壺被同學故意打破了。</p>	<p><u>小傑</u>被參加籃球比賽，結果輸了。</p>
--	---------------------------------	-------------------------------

