

公開觀課後的自我省思與改進

公開觀課者:唐靖雅

在這次公開觀課中，我選擇了情緒教育作為主題，並希望能透過我的教學實踐，幫助學生更好地理解和管理情緒。經過觀課後的反思，我想分享一些自我省思和改進的點子。

首先，我認為我在課堂上成功地創造了一個溫暖、支持和尊重的環境，讓學生感到安全並願意分享他們的情感。這對於情緒教育來說是至關重要的。然而，我也意識到我可以更積極地鼓勵學生分享更真實和深入的情感，以促進更有意義的對話和學習。

其次，我注意到我在課堂上使用了一些有效的情緒管理策略，例如情緒辨識和情緒調節技巧。這些策略幫助學生認識自己的情感並學會適當地處理它們。然而，我也發現自己在某些情況下可能過於著重於教導技巧，而忽略了學生情緒的個別需求。因此，我打算更加細緻地觀察學生的情感狀態，並提供更多的支持和關懷。

最後，我認為我在課堂上使用了多元化的教學方法，例如遊戲、角色扮演和小組討論。這些方法有助於學生積極參與並深入理解情緒教育的概念。然而，我也意識到我可以更好地結合實際生活情境，讓學生將所學應用到日常生活中。這樣他們可以更好地理解情緒教育的價值並培養健康的情緒管理能力。