

彰化縣國民中小學「素養導向教學與評量」設計案例表件

一、課程設計原則與教學理念說明

本示例對應家庭教育主題軸「家人關與互動」中的學習表現「了解並關懷家庭親屬及有照顧需求的親屬」(2-01-2)與學習內容「家庭親屬成員及有照顧需求的人」(B-111-3)、「家庭親屬的適當關懷行動」(B-111-4)。主要設計理念為:透過繪製創意家族譜過程,認識家庭親屬成員並觀察其發展現況根據家庭親屬發需求,規劃並實踐關懷行動,藉由家人間彼此關懷與相互服務,正向提升互動關係與家庭生活品質。並且透過正確的溝通理念、溝通方式,提昇親師生之間的溝通品質與量能,關注每個人的溝通需求與意念展現,達成 CRC 之表意權之彰顯。

二、主題說明

領域科目	綜合領域		設計者	謝博宇	
課程主題	我愛我的家-家庭溝通品質賞析 (融入家庭教育、人權教育議題)		總節數	共 7 課，家庭教育融入第 5-6 節課，人權教育議題融入於第 7 節課 (共 280 分鐘)	
教材來源	■教科書 (☐ 康軒 ☒ 翰林 ☐ 南一 ☐ 其他) ☐ 改編教科書 (☐ 康軒 ☐ 翰林 ☒ 南一 ☐ 其他) ■自編 (說明：融入家庭教育議題、人權教育議題)				
學習階段	☐ 第一學習階段 (國小一、二年級) ☐ 第二學習階段 (國小三、四年級) ☒ 第三學習階段 (國小五、六年級) ☐ 第四學習階段 (國中七、八、九年級)		實施年級	六年級	
學生學習狀況分析	1. 學生對於家庭教育、人權教育有一定認識 2. 學生能夠展現真切的家庭溝通能力，並且正確的表達 3. 學生可以展現對家人的愛，並且提昇溝通之量能 4. 學生需要提昇正確、友善、積極、有品質的溝通渠道				
設計依據					
學習重點	學習表現	2a-III-1 覺察多元性別的互動方式與情感表達，並運用同理心增進人際關係。 3b-III-1 持續參與服務活動，省思服務學習的意義，展現感恩、利他的情懷。			
	學習內容	Ba-III-2 同理心的增進與實踐。 Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。 Bb-III-2 團體中的角色探索。 Bb-III-3 團隊運作的問題與解決。 團隊合作的技巧。			
學習目標	認知	學生可以認知有效溝通之方法論與內涵			
	技能	學生可以表達正向的溝通態度與正向理解他人之情緒			
	態度	學生可以正確表達友善的溝通方式，並且提昇家庭教育量能與人權教育彰顯意義			
素養	總綱	C2 人際關係與團隊合作-具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。			
	領綱	綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。			
議題	實質內涵	●家庭教育			

融入		家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。 ●人權教育 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。
	融入單元	家庭教育融入第 5-6 節課，人權教育議題融入於第 7 節課
	家庭教育主題軸勾選	☐ 「Ⅰ 主題軸一：家庭的組成、發展與變化」 ☒ 「Ⅱ 主題軸二：家人關係與互動」 ☐ 「Ⅲ 主題軸三：人際互動與親密關係發展」 ☐ 「Ⅳ 主題軸四：家庭資源管理與消費決策」 ☐ 「Ⅴ 主題軸五：家庭活動與社區參與」
	家庭教育範圍勾選	■一、親職教育：指增進父母或監護人了解應盡職責與教養子女或被監護人知能之教育活動及服務。 ■二、子職教育：指增進子女或被監護人對父母或監護人應盡義務與應享權益之教育活動及服務。 ☐三、性別教育：指增進家人有關性別生理、情感、認知與社會知能之教育活動及服務。 ☐四、婚姻教育：指增進婚前與婚後關係經營之教育活動及服務。 ☐五、失親教育：指增進因故未能接受父母一方或雙方教養之未成年子女，對家人關係維繫與家庭生活管理知能之教育活動及服務。 ☐六、倫理教育：指增進家族成員相互尊重與關懷之教育活動及服務。 ☐七、資源管理教育：指增進個人、家庭、社會之資源運用與管理之教育活動及服務。 ☐八、多元文化教育：指增進家族成員對多元文化理解及尊重之教育活動及服務。 ☐九、情緒教育：指增進家人互動之情緒覺察、表達與管理之教育活動及服務。 ☐十、人口教育：指增進婚姻、生育及家庭價值之教育宣導活動。
與他領域／科目連結		(非必要項目)
教學策略		1. 講述法：透過講述方式增進學生的學習知能 2. 合作學習：透過學生彼此討論、分享，提昇學生學習效能與知識整全性 3. 學習單：透過學習單的書寫，整合學生的學習知能與評量學生的學習效果 4. 學生自學：透過學生的自學歷程，提昇學生對於知識的選擇與分類，促進學生學習多元思考與實踐作為 5. T 圖 T 表：透過圖表，練習學生的結構思考與分類整合知識之工作
教學設備／資源		●電子書及播放設備、素養評量單。 ●教師準備:youtube 教學影片 ●教師準備：高級中等以下學校及幼兒園家庭教育議題教學示例
參考資料		●南一版綜合領域教師手冊 ●教育部國教院議題融入說明手冊 ●教育部家庭教育資源網網站 ●彰化縣家庭教育中心網站
三好校園教育理念說明		➤ 說好話：學生能夠表達對於家人的尊重、接納、喜愛與關心，能夠使用正確友善的語言好好溝通。本課程透過「好好說話」概念，引導學生能夠用正確的語言、關懷的語句、表達現實需求、感受、需要跟期待，避免太多情緒反應或是用詞，達到有效溝通 ➤ 做好事：學生能夠關心家人的生活起居狀況，從生活中力行關心與關愛，關懷我們的家人。學生透過本次課程，可以返家與家人進行實踐分享，並且進行轉化學習，透過不間斷的正向溝通渠道，可以減緩親子之間不必要的情緒反應或是概念錯誤，增進彼此在溝通過程中的正向表達理解與互通有無

				➤ 存好心 ：心存善念，不僅對於家人有善心，更能夠將善的意念落實實踐於世界角落，讓這個世界更加幸福圓滿		
教學架構	單元	節數	單元名稱	學習重點		學習目標
	第一單元	6	我愛我的家-家庭溝通品質賞析 (融入綜合六上第一單元)	學習表現	如上	如上
				學習內容	如上	

三、單元設計

教學單元活動設計			
課程主題	我愛我的家-家庭溝通品質賞析 (融入綜合六上第一單元)	總節數	共 7 課，家庭教育融入第 6 節課，人權教育議題融入於第 7 節課；(共 280 分鐘)
學習目標	● 學生可以認知有效溝通之方法論與內涵 ● 學生可以表達正向的溝通態度與正向理解他人之情緒 ● 學生可以正確筆達友善的溝通方式，並且提昇家庭教育量能與人權教育彰顯意義		
學習表現	2a-III-1 覺察多元性別的互動方式與情感表達，並運用同理心增進人際關係。 3b-III-1 持續參與服務活動，省思服務學習的意義，展現感恩、利他的情懷。		
學習內容	Ba-III-2 同理心的增進與實踐。 Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。 Bb-III-2 團體中的角色探索。 Bb-III-3 團隊運作的問題與解決。 團隊合作的技巧。		
領綱素養	綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。		
核心素養呼應說明	C2 人際關係與團隊合作-具備友善的人際情懷及與他人建立良好的互動關係，並發展與人溝通協調、包容異己、社會參與及服務等團隊合作的素養。		
議題融入說明	● 家庭教育 家 E4 覺察個人情緒並適切表達，與家人及同儕適切互動。 家 E7 表達對家庭成員的關心與情感。 透過家庭教育內容之親職教育、子職教育、情緒教育面向，提昇親師生之間之溝通品質，確保彼此之間溝通的正向傳遞，並且加強親子之間的互動溝通友善家庭建立，確保家庭正向溝通理解，傳遞愛與善良之家庭教育價值 ● 人權教育 人 E5 欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利。 透過人權表達上的過程中，建立理想言談情境，確保表意權之教育產出，並且提昇學生在人際溝通互動中，可以尊重差異，並且得到友善安全的環境協助，欣賞、包容、友善接納、關懷與尊重不同，促使學生可以在正確穩當的社會環境中，用正向友善的眼睛，看見「不一樣，又怎樣」		
教學活動內容及實施方式			教學資 教學評量

5. 教師提問：「想一想，這些原則應該如何運用在實際生活上呢？」 6. 教師邀請學生發表並適時給予回饋。 活動四：小小管理師 (40 分鐘) 1. 教師配合學生活動手冊提問：「請針對自己最常遇到時間運用的困擾問題，規畫並提出解決方式，並請小組伙伴給予回饋。」 2. 教師請學生就自己的生活經驗與觀察和小組討論並完成新的時間分配計畫。 3. 教師適時給予口頭鼓勵並協助各組學生發表與記錄。 4. 請學生輪流上臺發表並請同學提出回饋與建議。 5. 教師總結：「除了被家人安排好的時間外，我們可以學習善用時間的要點，像是把握零碎的時間完成該做的事、調整作息的時間，先將時間用來完成份內該做的事等等，重新規畫自己的生活作息，讓它更充實，也更有效率。最重要的是，不要忘記將大家回饋後的結果當作調整計畫的依據，將你的計畫在生活中確實執行呵！」 活動五：執行心得分享 (40 分鐘) 1. 教師邀請學生發表分享個人時間管理改進計畫的執行過程。 2. 教師針對學生發表執行前後歷程與差異，並鼓勵班上其他同學共同集思廣益，討論可以克服困難的方法。 3. 教師請班上同學就自己的生活經驗與觀察給予發表學生鼓勵與建議。 4. 教師總結並給予學生回饋與建議。 活動六：非暴力溝通-好好表達系列 (40 分鐘) 1. 參閱影片：文森說書 X 博客來【5 分鐘閱讀計畫】：第十一集《非暴力溝通，愛的語言》https://www.youtube.com/watch?v=vNjw0F_8weQ 2. 教師請學生進行影片欣賞，並且進行書寫筆記 ● 關鍵字法 ● 心智圖法 ● T 圖 T 表 ● 語句歸法 ● 攫取段落大意 ● 縮短句子 3. 教師提問：好好說話，怎麼說話？影片怎麼說？ ✚ 觀察 ✚ 感受 ✚ 需要 ✚ 請求 4. 教師提問：影片中寫到的「非暴力溝通」，有哪些作法？學生回答並且舉例說明 5. 體驗練習：老師透過不同的語句方式，讓學生分類比較好或是比較不好的表達方式，請學生進行分類。	電子書 小白板 時間規劃表 學習單 電子書 學習單 影片 學習單	口語評量 實做評量 口語評量 口語評量 實做評量 紙筆評量
---	---	--

- | | | |
|---|--|--|
| 6. 觀察：請學生表達觀察的語句練習
7. 感受：請學生表達感受的語句練習
8. 需要：請學生表達需要的語句練習
9. 請求：請學生表達請求的語句練習
10. 我的書寫練習：請學生將「觀察」、「感受」、「需要」、「請求」四面
向，請寫出一篇 100 字之小短文 | | |
|---|--|--|

三、綜合活動

1. 學生完成學習單，並且回到家中與家人進行非暴力溝通練習
2. 學生下次上課，可分享自己的「非暴力溝通」練習感受與家中家人感受

和東學子 SMART



做時間的主人

(配合第一單元) 六年 班 號，姓名：

◆光陰似箭，時間一分一秒不停的走，如果你不好好把握時間，時間可不會等你！想一想，哪些時間是屬於自己？哪些是屬於團體？而哪些又是屬於家人的？寫一寫或畫下來。

家人

團體

自己 每天一定要完成

自己 可以彈性安排

◆時間妥善的規畫與運用，有什麼好處呢？請寫出兩個。

聰明消費者

(配合第一單元) 六年 班 號，姓名：



小馬老師上課時，同學們七嘴八舌的分享自己的理財想法，下列同學對金錢運用觀念，

適當的請把 😊 塗上顏色，不適當的請把 ☹️ 塗上顏色。

書局裡的每樣文具我都好喜歡，只要我有能力，都可以買下來。

胖胖豬

我會隨身攜帶小本子，把支出的費用寫下來，隨時知道自己花了多少錢。

瘦瘦猴

我會請媽媽幫我把錢存到郵局戶頭，這樣錢才不會亂花。

吱吱鳥

我的手提袋破了，應該立刻換一個更貴更好的袋子。

圓圓兔

知名品牌的品質一定最好，所以我只要穿名牌球鞋。

花花貓

我喜歡寫作，可以透過投稿獲取零用錢。

聰明羊



換你想一想，你有哪些想要購買的東西呢？請選擇一樣把它記錄下來。

物品名稱	想購買的原因	判斷分析	我可以……
		☐ 必要 ☐ 想要	



買東西能讓自己心情愉快，但要節制欲望、量入為出，避免不必要的浪費唷！



彰化縣和美鎮和東國民小學

非暴力溝通。我們好好說話

班級：

姓名：

座號：

請先觀看「我想跟你好好說話：賴佩霞的六堂「非暴力溝通」入門課」影片，再回答以下問題

問題：

- 一、 影片中提到，非暴力溝通有四個步驟「觀察、感受、需要、請求」，請各位小朋友，針對以下的語句內容，請判斷正確的對應之語句說法，並在前方（ ）

打 V

溝通步驟	語句描述
觀察	() 我每次找你，你都不理我 () 今天我們都沒有說到話喔！ () 我剛剛找您，您不在位置上 () 我每次需要你幫忙，你都故意裝忙
感受	() 你對我很冷漠，都不理會我 () 我覺得很委屈 () 我覺得我現在情緒很低落 () 我覺得你對我非常兇
需要	() 我覺得你對我很糟糕 () 我覺得今天你的表現讓我很不高興 () 我需要你的尊重跟理解 () 我需要跟您好好聊聊天，討論一件事情
請求	() 當你覺得不舒服的時候，可以說出來讓我知道，好嗎？ () 當你覺得需要我的協助時，請傳一張貼圖給我 () 你應該按照我說的話做才對 () 我覺得我的想法比較正確，你可以照做

- 二、 請問各位小朋友，您覺得「好好溝通」還需要注意什麼事項？請您寫出 3 個具體作法，謝謝

表 1、教學觀察/公開授課－觀察前會談紀錄表

回饋人員 (認證教師)	黃 O 雯	任教 年級	六	任教領 域/科目	語文、數學
授課教師	謝 O 宇	任教 年級	六	任教領 域/科目	綜合
備課社群(選填)		教學單元		我愛我的家-家庭溝通品質 賞析(融入家庭教育、人權 教育議題)	
觀察前會談 (備課)日期及時間	日期：2023-09-22 開始時間：07:50 結束時間：08:40		地點	輔導室	
預定入班教學觀察 /公開授課日期及 時間	日期：2023-09-22 開始時間：15:15 結束時間：15:55		地點	6 年 5 班教室	
一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容)： 學習目標 1. 認知：學生可以知道家庭教育內涵，提昇家庭教育溝通品質，並且在家庭中彰顯人權教育意義，並能夠聆聽所有人的意見表達與尊重表達 2. 技能：學生可以表達家庭中對話溝通之品質，強化你我相互理解之歷程與接納你我，且能真正實踐尊重你我表達意見之實踐作為 3. 態度：學生能夠展現促進家庭正向溝通的行為態度，並且能夠發揮協助他人、互助合作的精神，並且能夠尊重所有人的表達意見內容並給予回饋，將我愛我家之實際理念融入家庭之中，表達真切真義與生命之重視 核心素養 綜-E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。 學習表現 2a-III-1 覺察多元性別的互動方式與情感表達，並運用同理心增進人際關係。 3b-III-1 持續參與服務活動，省思服務學習的意義，展現感恩、利他的情懷。 學習內容 Ba-III-2 同理心的增進與實踐。					

Ba-III-3 正向人際關係與衝突解決能力的建立。

Bb-III-2 團體中的角色探索。

Bb-III-3 團隊運作的問題與解決。 團隊合作的技巧。

二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性…等)：

1. 學生對於家庭教育、人權教育有一定認識
2. 學生能夠展現真切的家庭溝通能力，並且正確的表達
3. 學生可以展現對家人的愛，並且提昇溝通之量能
4. 學生需要提昇正確、友善、積極、有品質的溝通渠道

三、教師教學預定流程與策略：

1. 透過影片欣賞與時建立成，了解家庭中人際互動與尊重你我之對話練習。
2. 透過非暴力溝通影片，提昇學生對於解決問題脈絡之認識與系統思考，並且能夠使用正向語言，好好說話，表達對於家庭與人權之肯定。
3. 透過自主學習之網路知識整合與小組討論，發展學生自主學習、溝通互動與社會參與之螺旋知識素養建構。
4. 透過小組討論與意見表達，學生能夠增進團體行動中的互動討論與尊重你我意見之態度展現
5. 透過後續議題延伸，發布學生多元學習議題觸角與內涵，促進學生學習展趣與議題深入學習。

四、學生學習策略或方法：

1. 講述法：透過講述方式增進學生的學習知能
2. 合作學習：透過學生彼此討論、分享，提昇學生學習效能與知識整全性
3. 學習單：透過學習單的書寫，整合學生的學習知能與評量學生的學習效果
4. 學生自學：透過學生的自學歷程，提昇學生對於知識的選擇與分類，促進學生學習多元思考與實踐作為
5. T圖T表：透過圖表，練習學生的結構思考與分類整合知識之工作

(例如：實作評量、檔案評量、紙筆測驗、學習單、提問、發表、實驗、小組討論、自評、互評、角色扮演、作業、專題報告或其他。)

1. 學習單：透過學習單，整合評鑑學生的學習效果。
2. 提問：透過教師提問與學生反饋，進行課程的即時反饋與修正。
3. 小組討論：透過小組討論，聚焦議題與集體智慧之展現。

☒表 2-1、觀察紀錄表

☐表 2-2、軼事紀錄表

☐表 2-3、語言流動量化分析表

☐表 2-4、在工作中量化分析表

☐表 2-5、教師移動量化分析表

☐表 2-6、佛蘭德斯(Flanders)互動分析法量化分析表

☐其他：

地點：輔導室



112 學年度彰化縣和東國民小學教師專業發展實踐方案

表 2-1、觀察紀錄表

回饋人員 (認證教師)	黃 0 雯	任教 年級	六	任教領域 /科目	語文、數學	
授課教師	謝 0 宇	任教 年級	六	任教領域 /科目	綜合	
教學單元	我愛我的家-家庭溝通品質賞析 (融入家庭教育、人權教育議題)	教學節次		共 7 課，家庭教育融入第 5-6 節課，人權教育議題融入於第 7 節課 (共 280 分鐘)		
教學觀察/公開 授課日期及時間	日期：2023-09-22 開始時間：15:15 結束時間：15:55	地點		6 年 5 班教室		
層面	指標與檢核重點	事實摘要敘述 (可包含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)		評量 (請勾選)		
				優 良	滿 意	待 成 長
A 課程 設計 與 教學	A-2 掌握教材內容，實施教學活動，促進學生學習。			V		
	A-2-1 有效連結學生的新舊知能或生活經驗，引發與維持學生學習動機。	(請文字敘述，至少條列三項具體事實摘要並對應三個檢核重點) 1. 教師用家庭中我們常見的親子溝通對話的討論，引發學生興趣 2. 教師說明課程內容、主題與預定方向，讓學生可以了解課程的整體概念架構，並且說明家庭中我們如何表現-「好好說話」的可能作法 3. 教師在活動之後，會歸納說明課程重點與後續延伸方向，提供學生了解如何尊重他人的意見、聆聽他人的想法				
	A-2-2 清晰呈現教材內容，協助學生習得重要概念、原則或技能。					
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。					
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。					
	A-3 運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。			V		
	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。	(請文字敘述，至少條列二項具體事實摘要並對應二個檢核重點)				
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。					

A-3-3 運用口語、非口語、教室走動等溝通技巧，幫助學生學習。	1. 教師運用情境教學與實際上台演練，促進學生對於課程的系統思考，並且透過影片欣賞，引導學生身歷其境的練習與表達真切情感之正向語言。 2. 教師運用影片、現場辯論對話等方式，引導學生學習與討論。 3. 教師透過教室走動、肢體表情方式，鼓勵學生作答、引導學生學習，並且給予正向支持鼓勵。			
A-4 運用多元評量方式評估學生能力，提供學習回饋並調整教學。			V	
A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。	(請文字敘述，至少條列三項具體事實摘要並對應三個檢核重點) 1. 教師運用學習單、提問、小組討論等上，評估學生的形成性評量與總結性評量。 2. 教師會依據學生提問進行追問，或是其他同學的表達意見，帶領同學進行相互討論與辯證，並且透過學生的自我省思與重新建構等自我形成性評量方式，進行行為的修正與省思 3. 教師會在學生給予回應之後，進行追問、確認、澄清等等方式，讓學生可以更加清楚學習內容與後續的發展。			
A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。				
A-4-3 根據評量結果，調整教學。				
A-4-4 運用評量結果，規劃實施充實或補強性課程。(選用)				

112 學年度彰化縣和東國民小學教師專業發展實踐方案

表 3、教學觀察/公開授課－觀察後回饋會談紀錄表

回饋人員 (認證教師)	<u>黃 0 雯</u>	任教 年級	<u>六</u>	任教領域/ 科目	<u>語文、數學</u>
授課教師	<u>謝 0 宇</u>	任教 年級	<u>六</u>	任教領域/ 科目	<u>綜合</u>
教學單元	我愛我的家-家庭溝通 品質賞析 (融入家庭教育、人權教育議題)	教學節次		共 7 課，家庭教育融入第 5-6 節課，人權教育議題融入於第 7 節課 (共 280 分鐘)	
回饋會談日期及時間	日期：2023-09-22 開始時間：16：00 結束時間：16：40	地點		<u>輔導室</u>	
請依據教學觀察工具之紀錄分析內容，與授課教師討論後填寫：					
一、教與學之優點及特色 (含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)： 1. 教師運用多元的技巧，引導學生學習，促進學生的多元討論與聆聽的技巧。 2. 教師善用正向鼓勵，引導學生表達、思考、討論、回應與完成學習進度，並且提供學習較為落後學生有較多的思考時間與反覆回應的次數。 3. 教師關注學生表現，會讓所有小朋友都有表達的機會，也會請聲音較小的學生有他人代為表達或是台前使用麥克風的不同處理模式。 4. 學生學習過程專注，並且積極的回應教師問題與表達意見，教師也會針對學生的回應給予實質回饋。 5. 師生互動正向友善，教師正向鼓勵學生勇於表達，也提供學生不同的機會發言，並且引導學生能夠聚焦於問題。 6. 教師聲音穩定，表達清晰，協助學生能夠穩定情緒，並且隨時關注學習焦點，並能跟隨教師回應與表達。					
二、教與學待調整或精進之處 (含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)： 1. 建議教師有一些口頭禪，會一直叮囑學生表現狀況之需求，有點壓迫感 2. 建議教師語速可以放慢，讓學生有思考、沈澱、反思進而表達之機會					

三、授課教師預定專業成長計畫(於回饋人員綜合觀察前會談紀錄及教學觀察工具之紀錄分析內容，並與授課教師討論共同擬定後，由回饋人員填寫)：

專業成長指標	專業成長方向	內容概要說明	協助或合作人員	預計完成日期
A-2-3	☒ 1. 優點及特色 ☐ 2. 待調整或精進之處	透過分享或發表專業實踐或研究的成果等方式進行專業成長	戴 0 純	112.12.31
A-3-1	☒ 1. 優點及特色 ☐ 2. 待調整或精進之處	透過閱讀專書，與校內同儕夥伴進行專業對話，並且將閱讀成果在社群中與同儕分享	洪 0 鴻	113.3.31
A-4-3	☐ 1. 優點及特色 ☒ 2. 待調整或精進之處	參加研習或學習社群，設計多元之評量模組教學與進行課程滾動修正	人權教育輔導團	113.3.31

備註：

1. **專業成長指標**可參酌搭配教師專業發展規準 C 層面「專業精進與責任」，擬定個人專業成長計畫。
2. **專業成長方向**包括：
 - (1) 授課教師之「優點或特色」，可透過「分享或發表專業實踐或研究的成果」等方式進行專業成長。
 - (2) 授課教師之「待調整或精進之處」，可透過「參與教育研習、進修與研究，並將所學融入專業實踐」等方式進行專業成長。
3. **內容概要說明**請簡述，例如：
 - (1) 優點或特色：於校內外發表分享或示範教學、組織或領導社群研發、辦理推廣活動等。
 - (2) 待調整或精進之處：研讀書籍或數位文獻、諮詢專家教師或學者、參加研習或學習社群、重新試驗教學、進行教學行動研究等。
4. 可依實際需要增列表格。

四、回饋人員的學習與收穫：

透過謝老師的教學，可以看見在推廣家庭教育議題與人權教育議題理念上，可以運用多元的媒材與技巧，提昇學校學生對於家庭教育與人權教育的接受與認識，並且在生活中倡議家庭教育與人權教育價值與理念。謝老師能夠在教學現場、生活實踐、學校事務中，每每強調家庭教育之重要理念實踐作為，並且讓學生可以更加落實兒家庭互動中的正向溝通理念與互動模式，加強有效溝通與好好說話的意涵。在謝老師的教學過程中，可以更加理解家庭教育工作的彰顯與實踐的重要性。

謝老師的教學過程提供學生充足的回應時間與討論，並且能夠針對學生的回應給予個別回饋，並且進行追問、確認與澄清等教學理念，協助學生對於議題的省思與自我辯證，提昇學生自學能力展現與多元展能的機會。

教學照片



教師分享今天課程內容，如何進行非暴力的溝通，提昇溝通品質與家庭成員之間之正向互動



教師分享生活中之溝通經驗，協助學生連結生活經驗與家人、師長、同學之溝通範例省思



教師分享溝通案例，協助學生提昇親子溝通、師生溝通、同儕合作與體貼他人的心意



教師協助學生完成學習單，並且進行說明與探討

彰化縣和美鎮和東國民小學

112 學年度公開授課簽到表

一、日期：112 年 9 月 22 日

二、時間：下午 3：15-3：55

三、地點：605 教室

四、授課者：謝博宇

五、紀錄者：黃靖雯

六、教學科目：綜合領域

七、教學單元：我愛我的家-家庭溝通品質賞析

(融入綜合六上第一單元)

八、教材版本：翰林版本

九、參與者簽到：

謝博宇			
王次雅			
黃靖雯			

我愛我的家-家庭溝通品質賞析 (融入家庭教育、人權教育議題)



非暴力溝通-好好表達系列

5分鐘
閱讀計畫

非暴力溝通 第11集
教你好好說話

 

Nonviolent Communication
A Language of Life
13th Edition

非暴力溝通
愛的語言
全新增訂版



「非暴力」並非「不暴力」，而是以一種非暴力的方式，去表達我們的感受、需要和請求。它是一種愛的語言，它讓我們能夠真正地聽到彼此，並愛上彼此。

馬歇爾·羅森博格 Marshall A. Rosenberg, Ph.D. 著 鍾寶琨 譯



非暴力溝通-四個要素

觀察

感受

需要

請求



非暴力溝通-四個要素

- (一) **觀察**：提出你所觀察到的事實且**不加任何評論**。
- (二) **感受**：清楚**明確**地表達感受。
- (三) **需要**：認清**自身的感受**源自何處(內在需要)。
- (四) **請求**：希望對方所做的**具體調整行動**。



非暴力溝通-觀察

- 非暴力溝通的第一個要素是區分「觀察」與「評論」之間的差別。當我們在觀察中加入自己的評論時，對方往往會認為我們在批評他們，並因而產生抗拒的心理。因此，**觀察但不加以評論**，只需**客觀陳述我們觀察到的事實**。
- 「非暴力溝通-觀察」練習

<https://vocus.cc/article/61d646e1fd89780001538de5>



非暴力溝通-感受

- 非暴力溝通的第二個要素是要能夠**說出自己的感受**。非暴力溝通的目的是為了讓我們能夠了解自己的情緒與需求，進而運用**同理心**去體會對方的。如果我們能更清楚地表達感受，就更容易與他人連結，而且願意適度的表達內心的脆弱，也有助於解決衝突，使雙方溝通更順暢。
- 「非暴力溝通-感受」練習

<https://vocus.cc/article/61d646e1fd89780001538de5>



非暴力溝通-需要

- 非暴力溝通的第三個要素是要認清自身的感受源自何處，辨識自己感受後面所隱含的需要。透過非暴力溝通，我們可以更加瞭解：他人的語言或行為可能會激發我們的感受，但並非是讓我們產生感受的原因。我們的感受源自我們選擇**看待他人的語言與行為的方式**以及**我們當時的需要與期望**。因此，**我們要為自己的感受負責**。
- 「非暴力溝通-需要」練習

<https://vocus.cc/article/61d646e1fd89780001538de5>



非暴力溝通-請求

- 非暴力溝通的第四個要素是要請求他人採取行動，以便讓我們的生命變得更加豐富。提出請求時要使用**清楚、正向、具體的行動語言**，**表明我們真正想要的東西**，而一個好的請求要符合兩個條件：一是要留意你說的是請求還是要求，二是請求要**正向且具體可行**。
- 「非暴力溝通-請求」練習

<https://vocus.cc/article/61d646e1fd89780001538de5>



非暴力溝通-兩大面向

- (一)以非暴力溝通的四個要素，**誠實表達自我**
- (二)以非暴力溝通的四個要素，**聆聽並同理他人**

<https://vocus.cc/article/61d646elfd89780001538de5>



非暴力溝通說明

- 同理心聆聽
- 同理心具有療癒的力量
- 覺察行動能量
- 充分表達憤怒
- 化解衝突調解紛爭
- 保護性的強制手段
- 表達讚賞與感謝

<https://vocus.cc/article/61d646elfd89780001538de5>

【動畫】愛的語言：非暴力溝通 (Nonviolent Communication)



非暴力溝通情境練習

- 情境題：今天早上，爸爸/媽媽責備你因為跟弟弟/妹妹因為爭奪玩具而爭吵，覺得當哥哥/姊姊的你不懂事。
- 請問您，運用今天學到的「非暴力溝通」方式，您會怎麼說？請試著說說看。
- 觀察、感受、需要、請求，請逐步語句完成。



感謝聆聽



彰化縣和美鎮和東國民小學

非暴力溝通 我們好好說話

班級：605

姓名：

座號：14

請先觀看「我想跟你好好說話：賴佩霞的六堂「非暴力溝通」入門課」影片，再回答以下問題

問題：

- 一、影片中提到，非暴力溝通有四個步驟「觀察、感受、需要、請求」，請各位小朋友，針對以下的語句內容，請判斷正確的對應之語句說法，並在前方（ ）打V

溝通步驟	語句描述
觀察	☐ 我每次找你，你都不理我 ☒ 今天我們都沒有說到話喔！ ☒ 我剛剛找您，您不在位置上 ☐ 我每次需要你幫忙，你都故意裝忙
感受	☐ 你對我很冷漠，都不理會我 ☒ 我覺得很委屈 ☒ 我覺得我現在情緒很低落 ☒ 我覺得你對我非常兇
需要	☐ 我覺得你對我很糟糕 ☐ 我覺得今天你的表現讓我很不高興 ☒ 我需要你的尊重跟理解 ☒ 我需要跟您好好聊聊天，討論一件事情
請求	☒ 當你覺得不舒服的時候，可以說出來讓我知道，好嗎？ ☒ 當你覺得需要我的協助時，請傳一張貼圖給我 ☐ 你應該按照我說的話做才對 ☒ 我覺得我的想法比較正確，你可以照做

- 二、請問各位小朋友，您覺得「好好溝通」還需要注意什麼事項？請您寫出3個具體作法，謝謝

語氣要好 ✓

要尊重對方 ✓

態度 ✓



PERFECT

VERY NEAT



彰化縣和美鎮和東國民小學

非暴力溝通 我們好好說話

班級：605

姓名：

座號：25

請先觀看「我想跟你好好說話：賴佩霞的六堂「非暴力溝通」入門課」影片，再回答以下問題

問題：

- 一、影片中提到，非暴力溝通有四個步驟「觀察、感受、需要、請求」，請各位小朋友，針對以下的語句內容，請判斷正確的對應之語句說法，並在前方（ ）打✓

溝通步驟	語句描述
觀察	☐ 我每次找你，你都不理我 ☒ 今天我們都沒有說到話喔！ ☒ 我剛剛找您，您不在位置上 ☐ 我每次需要你幫忙，你都故意裝忙
感受	☐ 你對我很冷漠，都不理會我 ☒ 我覺得很委屈 ☒ 我覺得我現在情緒很低落 ☐ 我覺得你對我非常兇
需要	☐ 我覺得你對我很糟糕 ☒ 我覺得今天你的表現讓我很不高興 ☒ 我需要你的尊重跟理解 ☒ 我需要跟您好好聊聊天，討論一件事情
請求	☒ 當你覺得不舒服的時候，可以說出來讓我知道，好嗎？ ☒ 當你覺得需要我的協助時，請傳一張貼圖給我 ☐ 你應該按照我說的話做才對 ☐ 我覺得我的想法比較正確，你可以照做

- 二、請問各位小朋友，您覺得「好好溝通」還需要注意什麼事項？請您寫出3個具體作法，謝謝

語氣要好。✓
要有耐心，✓
態度要好。✓



彰化縣和美鎮和東國民小學

非暴力溝通 & 我們好好說話

班級：605

姓名

座號：18

請先觀看「我想跟你好好說話：賴佩霞的六堂「非暴力溝通」入門課」影片，再回答以下問題

問題：

- 一、影片中提到，非暴力溝通有四個步驟「觀察、感受、需要、請求」，請各位小朋友，針對以下的語句內容，請判斷正確的對應之語句說法，並在前方（ ）打 V

溝通步驟	語句描述
觀察	(☒) 我每次找你，你都不理我
	(☒) 今天我們都沒有說到話喔！
	(☒) 我剛剛找您，您不在位置上
	(☒) 我每次需要你幫忙，你都故意裝忙
感受	() 你對我很冷漠，都不理會我
	(☒) 我覺得很委屈
	(☒) 我覺得我現在情緒很低落
	() 我覺得你對我非常兇
需要	() 我覺得你對我很糟糕
	() 我覺得今天你的表現讓我很不高興
	(☒) 我需要你的尊重跟理解
	(☒) 我需要跟您好好聊聊天，討論一件事情
請求	(☒) 當你覺得不舒服的時候，可以說出來讓我知道，好嗎？
	(☒) 當你覺得需要我的協助時，請傳一張貼圖給我
	() 你應該按照我說的話做才對
	(☒) 我覺得我的想法比較正確，你可以照做

- 二、請問各位小朋友，您覺得「好好溝通」還需要注意什麼事項？請您寫出 3 個具體作法，謝謝

語氣要好 ☒

態度要好 ☒

要有禮貌 ☒



彰化縣和美鎮和東國民小學

非暴力溝通 & 我們好好說話

班級：605

姓名：23

座號：

請先觀看「我想跟你好好說話：賴佩霞的六堂「非暴力溝通」入門課」影片，再回答以下問題

問題：

- 一、影片中提到，非暴力溝通有四個步驟「觀察、感受、需要、請求」，請各位小朋友，針對以下的語句內容，請判斷正確的對應之語句說法，並在前方（ ）打V

溝通步驟	語句描述
觀察	() 我每次找你，你都不理我 (✓) 今天我們都沒有說到話喔！ (✓) 我剛剛找您，您不在位置上 () 我每次需要你幫忙，你都故意裝忙
感受	() 你對我很冷漠，都不理會我 (✓) 我覺得很委屈 (✓) 我覺得我現在情緒很低落 () 我覺得你對我非常兇
需要	() 我覺得你對我很糟糕 (✓) 我覺得今天你的表現讓我很不高興 (✓) 我需要你的尊重跟理解 (✓) 我需要跟您好好聊聊天，討論一件事情
請求	(✓) 當你覺得不舒服的時候，可以說出來讓我知道，好嗎？ (✓) 當你覺得需要我的協助時，請傳一張貼圖給我 () 你應該按照我說的話做才對 (✓) 我覺得我的想法比較正確，你可以照做

- 二、請問各位小朋友，您覺得「好好溝通」還需要注意什麼事項？請您寫出3個具體作法，謝謝

要有意識的使用語言。

改變說話的態度好。✓

要說具體的感受。✓

PERFECT

PERFECT