

彰化縣彰德國中學校校長及教師公開授課實施計畫

自我省思與改進

授課教師： 林怡雯 任教年級： 八、九 任教領域/科目： 輔導活動
回饋人員： 黃婕寧 任教年級： 八、九 任教領域/科目： 輔導活動
教學單元： 情緒放大鏡 ；教學節次：共 4 節，本次教學為第 2 節
回饋會談日期： 113 年 11 月 6 日地點： 輔導室

本次的課程主要在讓學生體驗情緒狀況下，如何可以有效地平復情緒轉移高張力情緒，讓學生透過較有趣的體驗活動來觀察生氣狀態下的人，協助學生思考與辨識自己的情緒張力。在課程進行中，能夠聽到許多容易引發學生情緒的事件，除了能夠了解學生的情緒狀況，也能再接續的課程針對大部分學生的情緒事件進行設計。

本次課程需要每位學生分享自己的情緒事件，部分較內向的學生再進行的時候需要多加引導，建議可以先請學生書寫之後再進行發表，減緩學生單獨說話的焦慮。