

自我省思與改進

本次教學活動以情緒認識與調適為主軸，學生參與度高，尤其在情緒演練與「我訊息」的表達練習中表現踴躍，顯示實作活動能有效引導學生內化學習內容。然而，也觀察到部分學生對於「同理心」的理解仍較為表面，未能深入連結自身經驗。後續教學中可加入更多真實生活情境討論，提升學生的情感辨識與表達能力。整體而言，本次教案達成教學目標，未來可強化引導深度與反思機會