



<p>上跟感受上的不同，是否讓學生有不一樣的感受？</p> <p>3. 在學生能一起說出情緒跟感受，引發共鳴後，則能讓學生們有更多的普同感，並鼓勵學生能做更多的思考與選擇。</p> <p>活動三、寫出願望小卡</p> <p>1. 讓學生們思考自己希望能有什麼樣的未來或願望，帶出個人對未來的希望感與憧憬，希望感能使個人有更多的樂觀與正向的感受。</p>	3 分鐘
<p>2. 將學生的小卡蒐集後，做成班級布置的一部份，能讓學生回頭來檢視自己的願望，以增加學生對自己未來的憧憬跟連結，持續保持樂觀。</p>	3 分鐘
<p>三、綜合活動—總結活動</p> <p>剛升上三年級的學生，對於新進班級需要時間適應，藉由情緒的抒發、情緒的識別與覺察，甚至說出自己的情緒，能讓學生更安心的適應整個環境。</p> <p>藉由故事中的轉折，能讓學生知道事情不會一成不變，甚至能有好轉的可能性，並持續的相信未來會更好，保有正向的希望感，以此增加學生的彈性、適應力，這些都是培養兒童復原力不可少的步驟。</p>	5 分鐘
<p>讓學生寫出願望，能持續的讓學生想像自己更好的未來是什麼模樣，對於未來的希望與憧憬，能讓學生對未來保持希望，帶有個理想的目的。</p>	1 分鐘

