

南投縣秀峰國民小學 114 學年度領域課程計畫

【第一學期】

領域/科目	綜合活動	年級/班級	五年信班
教師	張佩貞	上課週/節數	每週 2 節，21 週，共 42 節

課程目標：

- 1.單元一「化解危機總動員」：帶領學生了解生活中潛藏許多人為危機和自然危機，除了學會辨別危機的發生，還要有能力預防或解決。
- 2.單元二「悅己納人」：每個人都有不同的特質，由各種特質組成的每一個人都是獨一無二的，平時應發揮個人特質，並包容每個人的不同。
- 3.單元三「我懂你的心」：學習正向面對性別平等議題，建立正確性平觀念與態度，學會以同理心換位思考，達到流暢的人際溝通與互動。

教學進度		核心素養	教學重點	評量方式	議題融入/ 跨領域(選填)
週次	單元名稱				
一	單元一化解危機總動員 活動1潛藏危機放大鏡	綜 -E-A3 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新思考方式，因應	單元一化解危機總動員 活動1潛藏危機放大鏡 1.學生思考：我曾經看過、聽過或親身經歷過哪些危機呢？ 2.教師請學生分享自己看過、聽過或親身經歷過的危機，並表達想法和感受。 3.教師可將學生分享的內容摘要後書寫在黑板上。 4.教師分享自己遇過或看過印象深刻的危機，以及自己的想法和感受。 5.教師將學生分組，每組不超過4人。 6.各組分配任務時選出組長，組長主持討論時，須確保每個組員都有機會發言，表達自己的想法。 7.每組從剛剛同學或老師的發表中，選出一個例子作為討論主題，輪流針對該主題發表個人所知或感受。	1.實作評量：完成生活中隱藏危機的新聞事件蒐集。 2.自我評量：區分並辨識潛藏危機。	【環境教育】 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。 【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

		日常生活 情境。	8.教師邀請各組學生分享討論後的心得。 9.教師歸納：無論從課堂知識或個人經驗中，都可以看出「危機無所不在」，所以我們要來認識危機的特性及解決策略，保護你我不被危機所害。		安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E5 了解日常生活危害安全的事件。
二	單元一化解危機 總動員 活動1潛藏危機放大鏡	綜 -E-A3 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	單元一化解危機總動員 活動1潛藏危機放大鏡 1.學生思考：除了上述的危機，在生活周遭還有哪些被我忽略的潛藏危機呢？ 2.教師發下每人一張「危機情報員」學習單，學生根據自己蒐集的危機相關資料，完成學習單。 3.教師可透過近期學生印象較深刻的危機事件引導，讓學生進一步探討。 4.教師請學生上臺簡述自己所蒐集到的危機相關新聞，並分享看到這些新聞的想法。 5.學生輪流分享自己的相關經驗。 6.教師提問：聽完同學的分享，最讓你印象深刻的是什麼？你有什麼想法呢？ 7.回饋與統整：雖然蒐集到的新聞事件都是已經發生的事，但其實這些危機都仍隱藏在我們的生活中，隨時有可能再度發生，平時應謹慎面對。 8.學生思考：這些發生在周遭的危機，會對我們的生活造成什麼影響呢？ 9.教師將全班學生分組，請各組選擇一個危機作為研究主題，各組主題不重複。 10.教師示範運用心智圖所展示的潛藏危機分析結果，包含在不同環境及不同時間所可能帶來的危害。	1.實作評量：完成生活中隱藏危機的新聞事件蒐集。 2.自我評量：區分並辨識潛藏危機。	【環境教育】 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。 【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。 安 E5 了解日常生活危害安全的事件。

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

			11.教師引導學生了解心智圖的特色、製作方式，以及小組討論的方向。 12.教師發下每組一張海報紙，各組討論選擇的危機可能帶來的影響，並以圖表彙整資訊，呈現在海報紙上。各組發表討論結果，教師和同學給予回饋與建議。 13.回饋與統整：無論從新聞媒體或個人經驗中，我們都可以看出「危機無所不在」，認識並掌握危機的特性，才能保護自己和身邊的人。		
三	單元一化解危機總動員 活動2辨識危機小撇步	綜 -E-A3 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新思考方式，因應日常生活情境。	單元一化解危機總動員 活動2辨識危機小撇步 1.學生思考：有些危機是可以在發生之前提早察覺的，我有哪些覺察危機的經驗呢？ 2.教師引導學生閱讀課本情境圖，了解若能有效運用各種感官、提高警覺，便能提早發現生活周遭的危機，避免憾事發生。 3.請學生分享在學校或家裡曾覺察的危機，例如：看到有人在走廊上奔跑、發現尖銳物品未歸位、被熱水燙到等，並說明在辨識危機過程中所運用的感官。 4.學生思考：想一想，還有哪些能提早覺察危機的方法呢？ 5.教師引導學生，可以留意異常現象，並運用標示、公告及媒體資訊等來覺察危機。 6.教師展示不同標示的內容涵義、引導學生閱讀校園布告欄的內容，並提醒學生媒體資訊所傳達的危機。 7.教師帶領學生巡視校園，並引導學生運用感官、標示及公告資訊，覺察校園中潛藏的危機。 8.教師發下每人一張「危機辨識觀察員」學習單，請學生寫下觀察到的危機事件。 9.學生利用一週時間觀察並完成學習單。學生輪流發表「危機辨識觀察員」學習單內容，教師與同學給予回饋與建議。若有其他人發現相同危機，教師應提醒學生加以重視。	1.實作評量：小組討論辨識危機的工具、方法與應對方式。 2.自我評量：利用資源查詢需要的資訊與獲得協助。	【環境教育】環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。 【安全教育】安 E5 了解日常生活危害安全的事件。

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

			10.學生思考：覺察潛藏危機後，我可以運用哪些資源來蒐集並分析相關資訊呢？ 11.教師透過課本範例，引導學生了解：除了運用自己的各種感官，還能透過其他資源與訊息，幫助我們辨識生活周遭的隱藏危機。 12.教師將學生分組，請學生討論還有哪些運用資源辨識危機的方法。教師引導各組討論，並將結果寫在海報紙上，再分組上臺報告。 13.學生思考：我們運用了各種方法覺察、蒐集資訊並分析危機，想一想，如果沒有提早發現這些危機，可能會帶來哪些危害？ 14.教師透過課本範例，引導學生思考：如果沒有透過感官或資源等方法覺察危機，可能造成哪些危害。 15.教師引導各組就先前討論出來的各項資源，思考如果沒有提前應用資源辨識危機可能會遇到的危害，並將結果寫在海報紙上。 16.將各組完成的海報紙貼在黑板上，請全班仔細閱讀，並針對各組的海報內容進行釐清或補充。		
四	單元一化解危機 總動員 活動2辨識危機小 撇步	綜 -E-A3 規劃、執行學習及 生活計畫，運用 資源或策略，預防 危機、保護自己， 並以創新思考方 式，因應日常生活 情境。	單元一化解危機總動員 活動2辨識危機小撇步 1.學生思考：遇到危機時，針對不同的情況我會如何覺察、分析並判斷呢？ 2.教師引導學生統整歸納目前為止所學的危機辨識過程重點。 3.教師揭示辨識的重點： (1)覺察危機：可運用曾有過的經驗、標示、公告和媒體資訊，提早覺察並避免危機。 (2)分析危機：藉由網路資訊、專家意見、課堂所學知識等，分析危機的相關資訊，亦可成為往後預防危機的關鍵知識。 (3)判斷危機：分析後判斷危機可能造成的影響，以及應變的方法。 4.教師引導學生閱讀課文，並請學生分享文中所用到的辨識危機的重點與步驟。 5.教師請學生分組整理目前為止討論過的危機項目，並請各組挑選兩項危機進行系統思考，運用重點與步驟來覺察、分析和判斷危機，並	1.實作評量：小組討論辨識危機的工具、方法與應對方式。 2.自我評量：利用資源查詢需要的資訊與獲得協助。	【環境教育】 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。 【安全教育】 安 E5 了解日常生活危害安全的事件。

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

			將討論結果寫在海報紙上。請各組上臺分享討論結果，教師和同學給予回饋。 6.回饋與統整：若能在日常生活中運用辨識危機的方法，便能有效判斷與應對危機。 7.學生思考：我學到哪些辨識危機的方法？認識哪些保護自己的知識呢？透過活動了解自己的安全雷達是否靈敏吧！ 8.教師說明「安全知識王」活動規則： (1)題目範圍包含人為危機和自然危機。 (2)3 人一組，以組為單位進行搶答，搶答時每位組員須分別說出一個答案，全組答對得 3 分。若答錯或答不出來則扣 1 分，最後累計總分最高的小組獲勝。 9.教師事先準備 10 題辨識潛藏危機的題目，範圍包含自然危機和人為危機。 10.教師提醒活動時應團隊合作，每個人都答對才能得 3 分，先討論並達成共識後再一起搶答為最佳策略。 11.學生了解規則後，3 人一組開始進行活動，教師展示題目，小組舉手搶答，最後累積總分決定勝負。 12.學生分享進行活動後的想法，省思自己辨識危機的能力。教師鼓勵學生：讓我們一起努力充實保護自己的能力，讓自己過得更安全吧！		
五	單元一化解危機總動員 活動 3 化解危機即轉機	綜 -E-A3 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防危機、保護自己，並以創新	單元一化解危機總動員 活動 3 化解危機即轉機 1.學生思考：遇到危機時我們該如何應變？運用哪些資源可以幫助我化解危機呢？一起討論並蒐集、整理各種化解危機的方法吧！ 2.教師引導學生了解，危機的應變策略可以分為三步驟進行討論，包含：(1)事前預防。(2)當下處理。(3)事後檢視。 3.教師透過課本示例引導，請學生運用危機應變三步驟幫助思考。 4.學生思考：有哪些資源討論時沒有想到，但也可以融入化解危機的策略？	1.實作評量：完成危機應變大作戰學習單並發表。 2.實作評量：演練危機的遭遇過程與化解策略劇場。 3.自我評量：對於不同危機	【環境教育】 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。 【防災教育】

		思考方式，因應日常生活情境。	5.教師提問：為什麼在危機發生後，還需要觀察與檢查？如果沒有做到事後檢視，可能會發生什麼狀況呢？ 6.學生思考：在我們所蒐集的各種資源中，哪些化解危機的資源我比較不熟悉，需要進一步去認識、了解？這些資源的功能是什麼？該如何有效的運用呢？ 7.教師引導學生閱讀課文，並請學生分組討論緊急避難包物品。教師請各組各選擇一個危機作為討論的主題，各組的主題不要重複。 8.教師發下每組一張海報紙，各組討論選擇的危機可能造成的影響，以及如何運用資源來應變危機。 9.教師鼓勵各組以表格、心智圖等方式，呈現討論結果並凝聚共識。教師提醒：討論必須包含「危機項目」、「化解危機資源」、「資源功能及運用方式」。 10.請各組上臺分享討論結果，教師與同學可給予回饋與建議。 11.教師提問：有時危機的發生不可預期，若知道如何善用身邊的資源就能有效化解。觀察我們的生活周遭，遇到緊急狀況或危機事件時，有哪些資源可以使用呢？ 12.教師請學生回想生活中曾親手操作過或見過的救難設施，請每位學生舉出 5 個。 13.學生列出 5 個救難設施後，教師發下每人一臺平板，引導學生搜尋該設施的功能和使用時機。 14.學生蒐集資料後與全班分享，透過分享認識更多救難設施的功能與使用方式，加強危機應變的能力。	能活用資源，找出相應的解決策略。	防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。
六	單元一化解危機總動員 活動 3 化解危機即轉機	綜 -E-A3 規劃、執行學習及生活計畫，運用資源或策略，預防	單元一化解危機總動員 活動 3 化解危機即轉機 1.學生思考：遇到危機時，我應該如何因應？事後又該做些什麼呢？ 2.教師請學生閱讀課本情境：有人神情緊張的拿軟糖請同學吃。教師播放校園毒品的相關照片、影片，幫助學生了解毒品可能造成的危機。 3.教師引導學生討論：	1.實作評量：完成危機應變大作戰學習單並發表。 2.實作評量：演練危機的遭	【環境教育】 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避

		危機、保護自己，並以創新思考方式，因應日常生活情境。 (1)毒品可能有哪些偽裝方式？ (2)可能經由哪些管道接觸到毒品？ (3)一旦覺察可能是毒品時，該怎麼做？ 4.教師請學生分享討論結果，並針對迷思及誤解進行澄清。 5.教師請學生閱讀課本情境：節日出遊時，因人潮眾多發生踩踏意外。教師播放踩踏意外的相關照片、影片，幫助學生了解人群聚集時所隱藏的危機。 6.教師引導學生討論： (1)有哪些方式能避免踩踏意外？ (2)覺察人群快速聚集時，該怎麼做？ 7.教師請學生分享討論結果，並針對迷思及誤解進行澄清。 8.教師請學生閱讀課本情境：同學經常搶我的作業去抄，如果我拒絕借她，她就唆使其他同學孤立我。教師播放防制校園霸凌相關的影片、影片，幫助學生了解校園霸凌。 9.教師引導學生討論： (1)當霸凌發生時，只有霸凌者和被霸凌者嗎？ (2)如果我發現別人被霸凌，會如何應對？ (3)如果我遭遇霸凌，該怎麼做？ (4)如果發現我的朋友在霸凌別人，我該怎麼做？ 10.學生討論面對霸凌危機時，身為不同的角色與立場，該如何正確因應。 11.教師發下每人一張「危機演練小劇場」學習單，將全班分組並分配主題，每個主題安排 2 組演練。學生討論並實際演練該危機應如何防範與因應。 12.分組上臺演練後，教師引導其他學生回饋，比較各組相同與相異之處。 13.教師提醒：請踴躍提供你的建議，並以鼓勵代替批評，以讚美來表現看見同學的努力呵！ 14.教師提問：經過實際演練後，你有什麼想法呢？	遇過程與化解策略劇場。 3.自我評量：對於不同危機能活用資源，找出相應的解決策略。	免災害的發生。 【防災教育】防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。
--	--	---	---	--

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

			15.教師統整：雖然危機常常讓人措手不及，但我們還是可以提前準備，思考預防或化解的策略，讓損害降低；而在危機發生的當下，必須活用經驗與資訊，做出正確的選擇，好好保護自己並適時尋求協助。		
七	單元一化解危機 總動員 活動3化解危機即 轉機	綜 -E-A3 規劃、執行學習及 生活計畫，運用 資源或策略，預防 危機、保護自己， 並以創新思考方 式，因應日常生活 情境。	單元一化解危機總動員 活動3化解危機即轉機 1.學生思考：一起來統整學過的內容，記錄生活中發生的危機事件進行自我檢核。我是否做到預防危機、辨識危機、運用資源或策略化解危機呢？把這些經驗記錄下來和同學分享。 2.教師發下每人一張「危機事件檢核」學習單，請學生回憶生活中曾發生的危機事件，自我檢視是否做到各項避開或化解的危機策略，並思考自己還可以精進的地方。 3.回饋與統整：隨時提高警覺，保持對周遭環境變化的警惕，加上運用本單元所學，就能在危機來臨之前輕鬆避開，或在危機發生時從容解決。 4.學生思考：做好準備就能降低事故發生的機率，每天上下學都可能遇到一些交通狀況，怎麼做才能平平安安的出門和回家？我要如何規畫上下學行走的路線呢？ 5.教師提醒學生思考上下學路線時的步驟： (1)發現：危險在哪裡？ (2)分析：有哪些因應策略？ (3)執行：我決定怎麼做？ 6.教師發下每人一臺平板，引導學生參考 Googlemap 網頁，著手規畫安全上下學的路線，地圖設計的流程如下： (1)先畫出平常走路的路線圖。 (2)評估每條路線的安全性。 (3)選出最安全的路線。	1.實作評量：完成危機應變大作戰學習單並發表。 2.實作評量：演練危機的遭遇過程與化解策略劇場。 3.自我評量：對於不同危機能活用資源，找出相應的解決策略。	【環境教育】 環 E12 養成對災害的警覺心及敏感度，對災害有基本的了解，並能避免災害的發生。 【防災教育】 防 E5 不同災害發生時的適當避難行為。

附件 2-5（一至五／七至九年級適用）

			7.學生依據路線圖進行演練，可以先把路線圖給家人看，討論路線的安全性，並和家人一起走一遍路線。 8.學生思考：如果能提早辨識、掌握處理危機的方法並冷靜的面對，就能化危機為轉機！回想本單元的學習，以後我們發現可能的危機時，可以怎麼做呢？ 9.教師引導學生發現危機、判斷危機與解決危機的過程檢視，將危機化為轉機，問題舉例如下： (1)可以透過什麼來發現危機呢？ (2)了解危機發生的時間與地點，對化解危機有什麼幫助？ (3)經過前面課堂中的學習，你認識了哪些可運用的資源？ (4)事前預防對我們有什麼幫助呢？ (5)為什麼危機過後還需要觀察並持續追蹤？ 10.學生一一複習危機應變的思考順序，同學可適時給予協助與鼓勵。 11.教師請學生分享將此危機應變過程，應用在生活的實際例子。		
八	單元二悅己納人 活動1特質停看聽	綜 -E-A1 認識個人 特質，初 探生涯發 展，覺察 生命變化 歷程，激 發潛能， 促進身心 健全發 展。	單元二悅己納人 活動1特質停看聽 1.學生思考：觀察家人的日常生活，他們有哪些習慣，具備哪些個人特質呢？ 2.教師說明觀察家人特質的方式，可以透過平時的聊天、討論家庭事務、觀察興趣嗜好、留意日常人際互動、關注社群軟體的使用、注意房間擺設等等。 3.學生回家用一週時間進行觀察，深入了解家人的行為與特質。 4.教師提問：觀察後，你發現家人有哪些特質？在哪些狀況下能看出家人特質的差異？學生分享觀察到的狀況。 5.學生思考：我和家人有哪些相同或不同的特質？家人的特質對我有什麼影響？ 6.教師引導學生列出家人特質和自己特質的異同，例如：興趣、個性、價值觀、生活習慣、解決問題方式等等。	1.實作評量：觀察自己與同學的特質，並分析想法的異同。 2.自我評量：覺察並欣賞自己與同學的特質。	【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。

附件 2-5（一至五／七至九年級適用）

			7.學生省思異同的原因，有某些相同的特質可能是因長期一起生活而受到影響；不同的特質可能是與生俱來，或是被其他生活經驗影響，這些因素都會塑造個人的特質。 8.教師展示動物圖片，請學生思考在一般人的印象中，各類動物分別具有哪些特色，擅長做什麼？ 9.學生思考：我們和動物一樣，具備各種不同的特質。那麼，我對同學們的特質有哪些了解呢？ 10.學生思考：與班上同學相處時，我發現他們有哪些個人特質？這些特質展現在哪些方面呢？ 11.教師引導學生閱讀課文，進而思考班上同學日常表現出的行為與特質。 12.教師發下每人一張「特質觀察筆記」學習單，請學生將觀察結果記錄在學習單中。學生輪流分享學習單中的紀錄內容。 13.教師鼓勵學生比較同學的觀察和對自己的了解，分享自己的觀點。 14.學生思考：討論同學的特質之後想想自己，我覺得自己是一個怎樣的人呢？我有哪些特質和優點？ 15.教師提問：你覺得自己是一個怎麼樣的人呢？你有哪些特質和優點？你想用什麼方式來介紹自己的特質呢？ 16.教師可引導學生，輪流用自己喜歡的方式，來介紹自己的特質和優點。		
九	單元二悅己納人 活動1特質停看聽	綜 -E-A1 認識個人 特質，初 探生涯發 展，覺察 生命變化 歷程，激 發潛能，	單元二悅己納人 活動1特質停看聽 1.學生思考：聽完同學分享後我有什麼想法？我所認識的自己和同學眼中的我，有哪些相同與不同之處呢？ 2.教師發下每人一張「我和別人眼中的我」學習單，先請同學寫下3個自己的行為與特質，然後再找3個同學，分別就3個特質提出看法。 3.教師提問：	1.實作評量：觀察自己與同學的特質，並分析想法的異同。 2.自我評量：覺察並欣賞自	【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。

		促進身心健全發展。	(1)聽完同學的分享後，我有什麼想法？ (2)我所認識的自己，和同學眼中的我，特質上有哪些相同與不同之處呢？ 4.學生思考：經過大家分享，了解自己和同學認識的我之後，我有哪些發現？ 5.教師介紹「周哈里窗」理論：周哈里窗是由美國社會心理學家提出，透過分析自己與他人的角度，把人的內在分成四個部分，分別是「開放我」、「盲目我」、「隱藏我」與「未知我」。 6.教師發下每人一張「我的心窗戶」學習單，請學生根據自我分析及與他人討論的結果，完成學習單，嘗試更了解自己。 7.教師提問：經過大家的分享，對於自己和同學之間，還有哪些發現和體悟？ 8.教師提醒：自己的特質和別人不一樣是很正常的，因為每一個人都是獨一無二的。 9.學生思考：我具備許多特質，在不同場合展現特質的方式也各不相同。想一想，我有哪些令人喜愛的特質？可以如何適當的展現呢？ 10.經過前幾堂課的學習，學生對自己的特質已有相當程度的認識，教師可引導學生列出自己的特質，並思考這些特質適合在哪些場合發揮。 11.學生討論有哪些場合適合發揮自己的特質，以及可以怎麼做。 12.學生思考：每個人都可能有些較不討人喜歡的特質，但這些特質展現在其他情境時，可能會是好的特質。我具備這類特質嗎？我如何適當的發揮它們呢？ 13.教師說明：每個人都有不同的特質組合，有些特質讓人喜歡，有些特質則比較不討喜。特質不容易改變，但可以試著調整自己的行動和找到適合的情境，發揮適當的特質，展現獨一無二的自己。 14.學生列出自己可能不討喜的特質，思考可以在哪些場合適當的轉換並發揮，產生正向的影響。	己與同學的特質。	
--	--	------------------	---	-----------------	--

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

十	單元二悅己納人 活動 2 你我都特別	綜 -E-A1 認識個人 特質，初 探生涯發 展，覺察 生命變化 歷程，激 發潛能， 促進身心 健全發 展。	單元二悅己納人 活動 2 你我都特別 1.學生思考：了解同學的特質之後想一想，在互動的過程中，我們曾經在面對同一件事情時，有哪些不同的想法，表現出哪些不同的反應呢？ 2.教師布置情境：老師讓學生自己選擇打掃工作，有好幾個人想擦窗戶。 3.教師引導學生討論：遇到這種情境時，不同特質的人可能的選擇與反應是什麼？ 4.教師布置情境：課餘時間，和同學聊起喜歡看的影片。 5.教師引導學生討論：遇到這種情境時，不同特質的人可能的選擇與反應是什麼？ 6.教師提醒：自己與他人的反應可能相同，也可能不同，都是很平常的事，我們應試著尊重和接納他人的選擇。	1.實作評量：討論不同特質的人，面對情境的選擇與應對方式。 2.自我評量：接納每個人的特質表現。	【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。
十一	單元二悅己納人 活動 2 你我都特別	綜 -E-A1 認識個人 特質，初 探生涯發 展，覺察 生命變化 歷程，激 發潛能， 促進身心 健全發 展。	單元二悅己納人 活動 2 你我都特別 1.學生思考：明明面對的是同一件事，為什麼每個人的想法和做法會有差異呢？ 2.學生透過演練，呈現不同特質面對同一事件時不同的反應。 3.教師引導學生討論並表現多種應對方式，培養自己的理解與多元接納的態度。 4.教師提問：你對於同學面對事情時的應對方式有什麼想法？ 5.教師提醒：我們常因為個人特質而產生不同的想法和做法，如果發生衝突時，要多站在他人的立場思考，嘗試接納並尊重彼此間的差異。 6.學生思考：每個人人生來就是獨一無二的個體，在互動時因為個人的特質，有人的反應跟我差不多，有人的反應卻很不一樣，我會以怎樣的態度來面對呢？	1.實作評量：討論不同特質的人，面對情境的選擇與應對方式。 2.自我評量：接納每個人的特質表現。	【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。

			7.教師發下每人一張「生活觀察紀錄」學習單，引導學生進行思考，記錄面對事件時自己的反應與態度。 8.教師鼓勵學生自己設計生活觀察紀錄表單，於生活中實際進行觀察與記錄。完成後，與同學分享自己面對事件時的反應，同學回饋面對類似情境的經驗。 9.學生思考：如果同學因特質展現出來的反應，不是我所欣賞或認同的，我該怎麼適當的回應呢？教師引導學生分組討論並發表。 10.學生思考：如果同學表現出讓人不喜歡的特質，影響到其他人，我會如何試著包容並接納他呢？一起來練習。 11.教師可利用課本第 56～57 頁情境，引導學生思考接納包容他人的做法。小組討論後進行演練。 12.學生思考：演練的成果如何？我的想法與態度有什麼改變？ 13.學生分享自己演練和觀看別人演練的心得，教師引導學生歸納整理包容與接納的做法，例如：換個角度思考、選擇合適的時機和地點溝通、和緩的表達感受、聆聽對方的想法、找老師幫忙等等。 14.教師鼓勵學生將這些做法落實在生活中，學會接納不同，了解每個人都是獨一無二的，和形形色色的人和諧互動，生活會更豐富有趣。		
十二	單元二悅己納人 活動 3 我們都很棒	綜 -E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。	單元二悅己納人 活動 3 我們都很棒 1.學生思考：我欣賞周遭哪些人的什麼表現？我會如何表現出對他們的欣賞之意呢？ 2.教師引導學生分享自己所欣賞的人或欣賞的表現。 3.教師提問：對於所欣賞的人、事，你會如何表現心意呢？ 4.學生利用腦力激盪的方式，探索對他人表示欣賞的做法與態度，例如：向同學請教怎麼做更好、在回饋表中給予具體讚美、請同學陪著一起練習、寫小卡片、直接誠懇的表達等。 5.統整與反思：為什麼想選擇這個方式表達自己的欣賞呢？你選擇的方法能充分表達你讚賞與認同的心意嗎？為什麼？ 6.學生思考：從表現欣賞他人的活動中，我有哪些感受與收穫呢？	1.實作評量：進行能展現特質的活動。 2.自我評量： (1)欣賞並能真誠的讚賞他人。 (2)悅納自己的表現。	【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。

			7.學生輪流分享從欣賞他人的活動中，自己態度上和行為上的改變。 8.教師引導學生回想上一堂課自己所欣賞的人和事並思考。學生思考：欣賞他人之後想一想，我喜歡自己的哪些部分？哪些是我引以為傲的特質呢？ 9.學生輪流分享自己的優點與長處。 10.教師提問：你喜歡自己的部分，和所欣賞的同學有共同點嗎？共同點是什麼呢？ 11.教師提醒：大家可以藉由參與生活中的活動，欣賞自己與他人的特色和優點呵！		
十三	單元二悅己納人 活動3我們都很棒	綜 -E-A1 認識個人 特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。	單元二悅己納人 活動3我們都很棒 1.學生思考：在日常生活的互動中，哪些做法可以讓我展現自己的特質，並將特質發揮得更好呢？ 2.教師利用活動的進行引導學生展現自己的特質。 3.以園遊會擺攤和話劇表演為例，讓學生先評估自己的特質，再選擇能勝任的任務。 4.教師發下每人一張「活動真有趣」學習單，並讓學生分組討論，思考可讓每個人展現特質的活動主題。 5.討論後，學生進行分工與實踐。教師提醒學生大方給予其他人正面的回饋，並觀察學生是否投入活動中，盡力完成自己的任務。 6.教師提問：你對自己的表現滿意嗎？如果可以的話，還想扮演什麼角色？你還有哪些特質，適合在日常生活中發揮呢？ 7.教師提醒：在活動過程中，每個人都應扮演好自己的角色，為自己的選擇負責。 8.學生思考：在日常的互動中，我對自己哪些部分的表現不滿意？原因是什麼？如果可以調整，我會採取哪些方法讓自己做得更好呢？ 9.教師引導學生省思，分享對自我了解的新發現，可以是技巧、表現、態度等方面。	1.實作評量：進行能展現特質的活動。 2.自我評量： (1)欣賞並能真誠的讚賞他人。 (2)悅納自己的表現。	【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。

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

			10.教師播放活動照片、影片，讓學生觀察並發現自己在活動進行中未注意到的部分，互相分享。 11.教師發下每人一張「認識我自己」學習單，引導學生思考對自己哪些部分的表現不太滿意，原因是什麼。教師提醒：除了上一堂課的活動之外，也可以由日常生活或與同學的互動來思考。 12.教師引導學生思考：如果不滿意的地方是可以調整的，你會採取哪些方式幫助自己呢？ 13.學生透過討論，整理出探索原因、做法、結果和可以調整的方法，然後嘗試實踐。 14.教師提問： (1)在活動中，你是否充分運用個人特質，和同學一起進行團隊合作？有什麼收穫呢？ (2)想一想，你的特質還可以展現在哪些地方呢？ 15.教師鼓勵學生，練習自我調整之後，繼續把握每次展現自我的機會多嘗試，持續強化自己的能力。		
十四	單元二悅己納人 活動3我們都很棒	綜 -E-A1 認識個人 特質，初 探生涯發 展，覺察 生命變化 歷程，激 發潛能， 促進身心 健全發 展。	單元二悅己納人 活動3我們都很棒 1.學生思考：經過生活中的體驗與實踐，我在面對自己或他人展現各種特質時，有哪些想法上、態度上的改變呢？ 2.教師引導學生透過大家的發表和觀察，提出自己或同學中令人產生想法或態度改變的表現，並分享自己的觀點。 3.學生思考：從欣賞、接納自己和他人的探索活動過程中，我學到哪些應對的技巧和態度？如何充分應用這些技巧和態度，在與人互動中展現欣賞與讚美的心意呢？ 4.學生先分享已嘗試或是將來想要嘗試的各種方法。 5.教師引導學生從分享的各種方法中找出共通處，再整理出對應的要點。 6.學生利用「謝謝我們的好」學習單，記下對自己和對他人的讚賞行動。	1.實作評量：進行能展現特質的活動。 2.自我評量： (1)欣賞並能真誠的讚賞他人。 (2)悅納自己的表現。	【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。

附件 2-5（一至五／七至九年級適用）

			7.教師鼓勵學生： (1)在生活中把握機會，持續實踐並養成真誠的感恩與讚美的態度和習慣。 (2)在欣賞他人或自我悅納過程，可以參考自己整理的應對祕笈，做好準備再進行。 (3)在展現能力、特色等方面，你對自己還有哪些期待？請朝向目標努力嘗試吧！		
十五	單元三我懂你的心 活動 1 相互尊重	綜 -E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。	單元三我懂你的心 活動 1 相互尊重 1.學生思考：人與人之間的互動每天都在發生，回想自己的生活經驗，曾發生過哪些因為對於性別認知不同而產生的事件？如果發生在我身上，我會如何面對或解決呢？ 2.教師引導學生閱讀第 70～71 頁的情境，分組進行討論。教師引導學生思考： (1)你曾經看過或聽過，與情境示例類似或其他因性別而產生的事件嗎？ (2)你遇到或聽到這些情形時，有什麼感受？ (3)如果發生在自己身上，你會如何回應或解決？ (4)你認為為什麼會發生這些事件呢？ 3.學生分組討論後上臺發表，其他同學提供建議與回饋。 4.教師引導學生思考：你覺得每個人的表現和個人特質有關，還是和性別比較相關呢？為什麼？ 5.教師應適度引導學生理解，並隨時注意在討論的過程中，學生表達的態度。 6.回饋與統整：性別和特質間的關係不是絕對的，面對與性別相關的討論時，應以更開放的態度面對。 7.學生思考：我常聽大家說，現在是一個注重「性別平等」的時代，我身邊的人對性別平等的想法如何？他們如何與不同性別的人互動呢？	1.自我評量：透過性別平等資料的蒐集，形成性別平等的觀念。 2.口語評量：說出遇到人際互動狀況的感受。 3.實作評量：進行「自我診斷書」體驗活動，覺察自己遇到與性別相關的問題時，與他人的互動情況。	【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。

			8.教師引導學生探索不同場域的人的互動狀況，覺察不同的關係、不同的交情會有不同經營關係的方式。 9.教師說明探討的方式包含觀察、訪談、聊天等等，並提醒學生應選擇互動狀況較佳的對象進行探索，以覺察對方互動時展現的好行為。 10.學生決定想了解的對象後，思考適合的方式，針對不同的探索方式作準備。 11.以觀察某位擅長經營人際關係的同學為例，可先了解該同學的個性特質，在不同的時間、地點關注他。 12.以訪問爸媽的相處狀況為例，學生可先和爸媽約好時間，並事先擬定好訪問題目，同一個題目請爸媽都要回答，藉此覺察不同性別可能會有的互動方式。 13.學生完成探索後，整理紀錄並歸納出重點，將紀錄表帶到班上跟同學分享。教師引導學生分享時，可著重於對方如何展現性別平等的行為與態度。		
十六	單元三我懂你的心 活動 1 相互尊重	綜 -E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。	單元三我懂你的心 活動 1 相互尊重 1.學生思考：我常聽大家說，現在是一個注重「性別平等」的時代，什麼是性別平等？我可以透過哪些方式來了解呢？ 2.教師引導學生分享與討論： (1)分享曾經看過或聽過有關性別平等的相關宣導。 (2)你認為什麼是「性別平等」呢？ (3)還可以透過哪些方式讓我們更加了解「性別平等」？ 3.教師提問：你可以如何蒐集與性別平等相關的資料呢？教師引導學生以查詢資料、訪問親友或其他方式蒐集資訊。 4.學生可上網搜尋性別平等相關資訊，或前往圖書館查詢與性別平等相關的書籍，透過閱讀來了解。學生亦可選擇家人、鄰居、同學、學長姐作為訪問對象，請教他們對於性別平等的看法。教師提醒學生訪問前應事先做好聯繫工作，並注意訪問時的禮儀。	1.自我評量：透過性別平等資料的蒐集，形成性別平等的觀念。 2.口語評量：說出遇到人際互動狀況的感受。 3.實作評量：進行「自我診斷書」體驗活動，覺察自己遇到與性別相關的問題時，	【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。

			5.回饋與統整：蒐集的資料可先以組為單位分類整理，方便之後與全班分享。 6.學生思考：在查閱相關資料的時候，我看到了幾個落實性別平等的例子，我要跟同學分享。大家看完有什麼想法呢？ 7.教師引導學生閱讀課本上的新聞事件。學生思考：經過多元資料的蒐集後，我對性別平等有哪些進一步的認識呢？ 8.學生分享的過程中，教師可適度引導學生理解多元性別，並隨時注意學生在討論的過程中表達的態度。 9.教師可以「葉永鋕事件」的報導為例，說明事件的始末，請學生針對該事件進行討論。例如： (1)了解事件的全貌後，你有什麼想法和感受？ (2)如果當時同學沒有笑他或對他表現出排斥的言行，結果可能會有什麼不同呢？ 10.有關葉永鋕的故事，在學生閱讀及分享的時候，教師可引導學生思考性別特質與刻板印象對於人際互動可能帶來的影響，並請學生反思自己是否有性別刻板印象。教師引導學生以開放的心胸面對不同人的各種特質，不帶偏見的看待每個人。	與他人的互動情況。	性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
十七	單元三我懂你的心 活動 1 相互尊重	綜 -E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。	單元三我懂你的心 活動 1 相互尊重 1.學生思考：在學校與同學互動時，有時會因為一些與性別相關的原因而發生狀況，為什麼？ 2.教師請學生想像自己是課本第 78 頁情境中的主角，把自己代入情境中，思考自己的處理和表達方式。 3.學生思考：面對因性別而發生的狀況時，該怎麼處理呢？我有一些想法，我也想了解同學的想法，和我的有什麼異同呢？ 4.教師發下每人一張「人際問題小卡」（或空白紙條），以及「我的人際處方箋」學習單。	1.自我評量：透過性別平等資料的蒐集，形成性別平等的觀念。 2.口語評量：說出遇到人際互動狀況的感受。 3.實作評量：進行「自我診斷書」體驗活	【性別平等教育】 性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 性 E10 辨識性別刻板的情感

		5.在卡片上寫下你生活周遭與性別相關的人際關係問題（或參考第 78 頁的情境）。找幾位同學分享（男生、女生都要有），交換寫有人際問題的小卡。 6.仔細閱讀對方的問題，與同學討論問題發生的可能原因，並提供建議，被建議者記錄在學習單上。 7.學生思考：人與人之間的互動與情感表達有各種模式，透過和不同性別的同學討論與分享，我發現了什麼呢？ 8.教師將學生分組，組內男女人數盡量平均，學生在組內分享自己得到的建議，並針對同學的人際問題說出自己的想法。 9.學生思考：看過別人的例子後回想一下，自己在與同學、家人的互動中，發生過哪些和性別相關的溝通或情感表達問題？原因是什麼？可以如何解決呢？ 10.教師引導：請閱讀示例的問題，並把自己代入情境中，思考解決的方法。 11.教師發下每人一張「自我診斷書」學習單，請學生紀錄自己的情況並在組內分享。 12.學生思考：不論是活動中的討論或平常的互動，我發現我和不同性別的人互動態度會有些不同，大家是不是跟我一樣？有哪些不同之處呢？ 13.教師請學生回想在自己的生活經驗中，和不同性別的同學互動時，自己的表達方式和態度有哪些異同。 14.學生在組內分享自己的經驗，可能有人面對異性時較緊張，面對同性較自然又放鬆；有人則是無論面對誰都能一視同仁，輕鬆、自在的互動。 15.學生思考：良好的互動是建立人際關係的重要基礎，與他人互動和相處時，我應該注意哪些行為或態度上的表現呢？ 16.教師引導學生從之前進行活動時的互動來思考，小組討論與他人互動時，要注意哪些行為和態度。 17.教師請學生分組將討論出來的結果寫在黑板上，分為紅燈（不佳）和綠燈（較佳），一一說明原因。	動，覺察自己遇到與性別相關的問題時，與他人的互動情況。	表達與人際互動。性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
--	--	---	------------------------------------	--------------------------------------

附件 2-5 (一至五／七至九年級適用)

十八	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營	綜 -E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。 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。	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營 1. 學生思考：從前面的活動中，我了解到互相尊重才是人際互動的要點。但是在事情發生的當下，我們常會表現出最直接的言語和情緒反應，當我說出這些話時，對方的感受是什麼？怎麼做才能適當的處理呢？ 2. 教師發下一人 1 張白紙，請學生在紙上寫下曾經和他人發生過不愉快的互動經驗。 3. 學生思考：同一件事情帶給每個人的感受不一定相同，讓我們一起練習，試著發揮同理心，思考對方可能會有的心情和想法吧！ 4. 教師請學生閱讀課本中的情境，思考不同角色對於事件「所聽」、「所看」、「所想」、「所期待」有何差異。 5. 教師發下每人一張「我的換位思考法」學習單，以之前寫下的不愉快互動經驗為主題，練習換位思考。 6. 學生三人一組，拿出其中一人的學習單，兩個扮演事件主角，一個當觀察者。兩人練習扮演主角對話，觀察者則說出自己的觀察結果與感受。 7. 教師引導學生除了思考自己的經驗之外，也要將自己代入同學的情境，換位思考適當的對應方式。 8. 回饋與統整：練習或思考時，每個人都要用不同的角色進行對話，才能真正有機會了解「不同的角色有不同的想法」，進一步將心比心。	1. 口語評量：分享不愉快的人際互動經驗。 2. 實作評量：分析情境中造成不愉快的原因，嘗試以同理心換位思考。 3. 實作評量：進行「你是我的眼」活動，覺察個人溝通時外在的表現。 4. 自我評量：自我檢核是否能恰如其分的與人互動，在生活中落實與人適切互動的方法，隨時實踐並修正。	【性別平等教育】 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
十九	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營	綜 -E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營 1. 學生思考：每個人聽到、看到、想到，以及期待事件的解決方法都不一樣，我們如何增進自己的同理心，將心比心的思考，向對方適切的表達並讓他了解呢？	1. 口語評量：分享不愉快的人際互動經驗。	【性別平等教育】 性 E10 辨識性別刻板的情感

附件 2-5（一至五／七至九年級適用）

		的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。 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。	2.教師請學生閱讀課本中的情境，引導學生歸納出重點：說事實、說感受、說期待。 3.發下每人一張「我懂你的心」學習單，請學生以上一個活動所寫的「我的換位思考法」學習單情境，進行省思並記錄。 4.學生進行組內分享，完成學習單後兩人一組進行練習，將學習單上的事件以同理心對話的方式進行角色扮演。 5.教師引導學生思考：原來的處理方法，和以同理心思考後的解決過程和結果，有什麼不同呢？ 6.學生思考：遇到與不同性別的人互動而產生問題時，我該如何運用同理心來思考並實踐，以減少雙方的爭執呢？ 7.教師請學生閱讀課本中的情境，引導學生按照步驟思考實踐的方法。教師引導學生記錄在家庭或在學校發生的事件，以同理思考的方式進行對話，並在課本第 88～89 頁中記錄結果。 8.回饋與統整：與不同性別的人發生衝突時，站在對方的立場思考，能夠減少不良影響，也能建立良好的人際關係。 9.學生思考：在生活中，可能因為言語或肢體的表達不當，和對方發生各種衝突狀況，我可以如何調整或溝通呢？ 10.教師引導學生閱讀第 90～91 頁的情境，分組進行討論。教師引導學生思考：有時候，與人相處時發生問題，一定是因為至少其中一方有錯嗎？是否可能兩人都有可以再調整的地方？為什麼？ 11.學生分組就課本呈現的情境進行討論並上臺發表，其他同學提供建議與回饋。 12.回饋與統整 (1)人際溝通發生狀況時，常常都是由於雙方的表達不夠適切，在應對的當下，除了看到別人也要想想自己，雙方才容易經由磨合做出最佳調整。 (2)我們不自覺的表達方式常容易造成別人的誤會，與不同性別的人相處時，有許多溝通表達方式和肢體的動作要留意。	2.實作評量：分析情境中造成不愉快的原因，嘗試以同理心換位思考。 3.實作評量：進行「你是我的眼」活動，覺察個人溝通時外在的表現。 4.自我評量：自我檢核是否能恰如其分的與人互動，在生活中落實與人適切互動的方法，隨時實踐並修正。	表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
--	--	---	---	---	--

廿	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營	綜 -E-B1 覺察自己 的人際溝 通方式， 也可以比 手畫腳來 表達，只 是表達的 完整度可 能不同。 說話溝通 和以學習 合宜的互 動與溝通 技巧，培 養同理心 ，並應用 於日常生活。 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。	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營 1.學生思考：與人溝通的方式有很多，有時候有些場合不適合說話，也可以比手畫腳來表達，只是表達的完整度可能不同。說話溝通和以其他方式溝通有什麼差異呢？ 2.教師先以簡單的手勢，在沒有說明的情況下，跟學生進行默契活動，例如：食指放嘴前（噓～安靜）、雙手手心向上略揮動（請起立）、雙手手心向下略動（請坐下）。 3.教師說明接下來要進行的活動，分別進行三種模式的溝通： (1)背對背說話：兩人一組背對背，看不到對方但聽得到聲音。隨意交談 2 分鐘，只能用言語溝通。 (2)面對面說話：兩人一組面對面，交談 2 分鐘。 (3)面對面不說話交流：兩人一組面對面，2 分鐘內不可以講話或發聲。用其他方式溝通，例如：手勢、表情、眼神等。 4.統整與反思： (1)不同的溝通方式有何差異？ (2)哪種溝通方式不容易產生誤會？ 5.學生思考：人與人相處時，除了要注意溝通的方式，還得要正確的表達。我平時會用怎樣的語氣、肢體、表情、說話方式與其他人互動呢？ 6.教師發下每人一張「你是我的眼溝通觀察表」學習單，引導學生進行體驗活動。 7.活動結束後，學生閱讀同學觀察自己的溝通觀察表紀錄，思考同學眼中自己與人溝通時的狀態，並分享自己看到觀察紀錄後的感受與發現。 8.教師引導學生思考：藉由同學的觀察與分享，發現了自己與他人溝通時的狀態後，我有什麼想法呢？ 9.學生思考：同樣一件事，用不同的態度、語氣、對話內容來表達，對方的感受可能會不一樣嗎？嘗試分組演練看看。	1.口語評量：分享不愉快的人際互動經驗。 2.實作評量：分析情境中造成不愉快的原因，嘗試以同理心换位思考。 3.實作評量：進行「你是我的眼」活動，覺察個人溝通時外在的表現。 4.自我評量：自我檢核是否能恰如其分的與人互動，在生活中落實與人適切互動的方法，隨時實踐並修正。	【性別平等教育】 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。
---	-----------------------	--	--	--	--

附件 2-5（一至五／七至九年級適用）

			10.教師引導學生，將全班分成四組，分別演練情境 1 急躁語氣與商量語氣、情境 2 不耐煩的態度與虛心求教的態度。 11.分組上臺演練，觀賞同學的演練後，教師請學生討論：你認為情境中的每個人分別有什麼感受？不同的表達方式會讓對方的感覺有什麼不同呢？ 12.除了課本的情境之外，教師可以請學生就自己曾經遇過的狀況，思考適切與不適切的表達方式，並與同學分享。 13.教師提問：你希望別人以怎樣的態度和語氣與你互動呢？ 14.學生思考：遇到以下的狀況時，我會用怎樣的語氣、肢體動作、表情、態度與同學溝通呢？教師引導學生討論適當表達，減少衝突發生的方法。		
廿一	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營	綜 -E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。 綜 -E-C2 理解他人感受，樂於與人互動，學習尊重他	單元三我懂你的心 活動 2 用心經營 1.學生思考：記錄一週內與不同性別的人互動的事件來進行自我檢核，我是否充分運用同理心，做到正向的人際溝通與表達呢？ 2.教師發下一張「人際互動紀錄表」學習單，請學生回憶並記錄一週內的互動事件，自我檢核並思考自己可以改進的地方。 3.教師提醒：進行事件描述時，應包含人、事、時、地、物等要點，才能完整的敘述，並逐一思考適切與不適切之處。 4.教師引導學生自我檢討，透過記錄回顧自己的行為與做法，思考需要改進的地方。 5.教師鼓勵學生在生活中落實更好的做法，透過一次次的實踐，在過程中就能越來越進步。 6.學生思考：生活中隨時都有機會與人互動，適當運用互動的技巧，人與人之間的溝通與相處才會更順利。在不同的情境中，我如何運用人際互動的技巧與人適切交流呢？	1.口語評量：分享不愉快的人際互動經驗。 2.實作評量：分析情境中造成不愉快的原因，嘗試以同理心换位思考。 3.實作評量：進行「你是我的眼」活動，覺察個人溝通時外在的表現。 4.自我評量：自我檢核是否	【性別平等教育】 性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性 E11 培養性別間合宜表達情感的能力。

附件 2-5（一至五／七至九年級適用）

		人，增進人際關係，與團隊成員合作達成團體目標。 7.學生討論生活中有哪些狀況會特別需要運用人際互動的技巧，思考自己能運用哪些人際互動技巧來處理這些狀況，或以課本第 100 頁情境為例進行討論。 8.學生討論時，教師可提示中年級學過的人際溝通技巧，引導思考方向。學生將討論結果寫在便利貼，再貼到黑板上，全班一起分享與討論。 9.學生思考：前面幾堂課中，我透過活動練習表達，省思並調整自己與他人的互動方式。我的人際互動技巧進步了嗎？我有什麼收穫呢？ 10.教師請學生以小組為單位，討論影響人際互動的因素，如何在表達時既能與他人正向溝通互動，又能盡量避免發生衝突，提問舉例如下： (1)溝通時最重要的是什麼？ (2)與人互動時，如何讓雙方都感到自在？ (3)我交到新朋友了嗎？為了認識新朋友，我採取哪些行動？ (4)與人交談時，要避免做出哪些行為？ (5)我還有哪些方面要加強？ 11.教師小結：臉部表情、肢體、說話的態度、一顆真誠的心，都是與人互動的重要關鍵。	能恰如其分的與人互動，在生活中落實與人適切互動的方法，隨時實踐並修正。	
--	--	---	--	--