

新北市頂埔國小 109 學年度（弱勢家庭關懷與照顧）課程暨實施成果

推動109學年度夜光天使點燈專案計畫暨夜光創意玩藝班成果報告表

1.辦理期間	自109年8月1日起 至110年6月30日止																																	
2.招收據點人數	1.學期招收本據點學生人數：共 12 人。 2.年級分佈 <table><tr><td>年級</td><td>一年級</td><td>二年級</td><td>三年級</td><td>四年級</td><td>五年級</td><td>六年級</td><td>男</td><td>女</td><td>合計</td></tr><tr><td>人數</td><td>2</td><td>1</td><td>2</td><td>2</td><td>3</td><td>2</td><td>5</td><td>7</td><td>12</td></tr></table>														年級	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級	男	女	合計	人數	2	1	2	2	3	2	5	7	12
年級	一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級	男	女	合計																									
人數	2	1	2	2	3	2	5	7	12																									
3.學生出席率	名單	崧亨	業橙	欣茹	鈺淇	欣蕾	素蓁	家羚	偉忠	育睿	辰瑞	恩妃	佳玲	出席時數	出席率																			
	時數	90	30	150	146	150	146	150	150	150	150	147	146	150	1755	97.2%																		
4.每週輔導時段	每星期一至五 時間_5：20-8：00_，共計：3小時 <table><tr><td>上課時間</td><td>週一</td><td>週二</td><td>週三</td><td>週四</td><td>週五</td></tr><tr><td>課程主軸</td><td>讀報教育</td><td>繪本教學</td><td>DIY 手作</td><td>創意體能</td><td>舞蹈教學</td></tr><tr><td>課程內容</td><td>剪貼+有感烹飪課程 桌球訓練</td><td>禪繞畫教學 疊杯競賽 體能活動</td><td>手作編織手環 五彩串珠項鍊 十字繡</td><td>蛇板運動 體能合作學習 桌遊+烹飪</td><td>現代熱舞 有氧舞蹈 民族舞蹈</td></tr></table>														上課時間	週一	週二	週三	週四	週五	課程主軸	讀報教育	繪本教學	DIY 手作	創意體能	舞蹈教學	課程內容	剪貼+有感烹飪課程 桌球訓練	禪繞畫教學 疊杯競賽 體能活動	手作編織手環 五彩串珠項鍊 十字繡	蛇板運動 體能合作學習 桌遊+烹飪	現代熱舞 有氧舞蹈 民族舞蹈		
上課時間	週一	週二	週三	週四	週五																													
課程主軸	讀報教育	繪本教學	DIY 手作	創意體能	舞蹈教學																													
課程內容	剪貼+有感烹飪課程 桌球訓練	禪繞畫教學 疊杯競賽 體能活動	手作編織手環 五彩串珠項鍊 十字繡	蛇板運動 體能合作學習 桌遊+烹飪	現代熱舞 有氧舞蹈 民族舞蹈																													
5.是否有對本案學生提供其他具體的協助與照護	本據點學生除接受本計畫之輔導外，每一位學生都有參加學校的課後活動照顧及大部分參加攜手班、接受圓夢計畫和華夏基金會關懷家訪。 																																	
5. 親師生感言	109 學年夜光天使班學生真情感言 604 曹佳琳 在夜光班讓我印象最深刻的就是，當晚走進夜光班，眼前的黑森林蛋糕令我口水直流，藉由分享生日蛋糕，讓我牢牢記住大家的生日。 在這裡學習，因為人數少，老師較可以給予個別指導，讓我容易豁然開朗，記得老師總會播放貧窮國家的學生困苦的生活影片，叫我們要有同理心，要懂得惜福。 109學年夜光天使班學生真情感言 604王恩妃 我印象最深刻的一件事是，今晚老師準備的火鍋大餐，只見桌上擺放著各式火鍋料，我的心情很開心，一邊和老師一起學習煮火鍋，在這寒冷的冬天夜晚，吃著暖暖的火鍋，感覺超幸福喔！ 在這裡除了可以學習豐富的知識與能力讓自己變強外，特別感謝老師的用心教學。																																	

109 學年夜光天使班老師心得 林英珠老師

這群孩子放學後回家功課沒人協助指導，學業成績落後同儕…，只因為家庭因素而沒有獲得適當的照顧與關懷。然而，這不是他們的錯！他們不輸給別人，他們只需要一個機會，而愛與關懷及適當的教育，或許是那唯一的機會。

我秉持「有心的地方，就有希望；有愛的地方，就有溫暖」的教育理念，為了這一群孩子，選擇發揮我的剩餘價值，提供孩子一個完善的照顧，並成為點亮燭光的天使，引領孩子向善、向上。

109 學年夜光天使班臨時人力資源助理 潘麗花

看到我們的孩子們卻可以在快樂地進行生活學習、學習生活，學習不再是一件痛苦的事情，它自然而然、時時刻刻發生在周遭環境中。這學期，看到孩子們越來越期待上夜光天使的課程，這對授課老師們來說，就是最大的回報與感動，我心裡其實感觸還蠻多，當初未經深思熟慮下所做的決定，如今留下的是一個又一個令人難以忘懷的回憶，也是我實料未及的，感謝英珠老師的邀約。

發出八個家庭共八份，回收 6 份，有效問卷 6 份

1、 您對孩子在參加完課後照顧班後的生活作息正常是否滿意？

☐非常滿意91.7% ☐滿意8.3% ☐普通0.0% ☐不滿意0.0%

2、 您對孩子在參加課後照顧班所得到的關懷是否滿意？

☐普通0.0% ☐不滿意0.0%

3、 您對孩子在參加課後照顧班後的生活常規的改善是否滿意？

☐非常滿意50 % ☐滿意50% ☐普通0.0% ☐不滿意0.0%

4、 您對夜光天使專案的教師是否滿意？

☐非常滿意91.7% ☐滿意8.3% ☐普通0.0% ☐不滿意0.0%

5、 您對夜光天使專案的教學環境是否滿意？

☐非常滿意75% ☐滿意25% ☐普通0.0% ☐不滿意0.0%

6、 您對夜光天使專案的課程安排是否滿意？

☐非常滿意91.7% ☐滿意8.3% ☐普通0.0% ☐不滿意0.0%

7、 如果下學期繼續實施夜光天使專案，您是否會讓孩子參加？

☐非常滿意91.7% ☐滿意8.3% ☐普通0.0% ☐不滿意0.0%

8、 您對於學校所辦理的夜光班，認為還有什麼地方可以再改進？如果您還有其他建議和想法，請將它寫出來吧！

(1)沒有意見及想法

(2)謝謝照顧；很滿意

(3)會讓孩子繼續上夜光班，謝謝老師的教導。

7. 家長/學生滿意度

頂埔國小109學年度夜光天使班學習活動照片



唯有教育可以改變弱勢





輔導內容簡要

1. 期初考慮參與方案的孩子多來自弱勢家庭，也因學業若是造成個人在學校學習尚無法獲得自信，影響彼此的人際關係，故設計多元動態的課程來提升其學習動機，剛開始我們團隊需花費很多時間處理孩子的常規問題，也因而干擾課程的進行。
2. 經過一段時間的探索，決定增加戶外課程(蛇板、疊杯、舞蹈※一團康遊戲)增強其學習興趣，策略湊效藉此除去不良習慣，甚至讓班上同學羨慕可以參加此方案。
3. 發現夜光班的學童，尤其是以「學習適應」「常規適應」「人際適應」較弱，藉由角色扮演價值澄清讓其修正其偏差行為，成效不錯甚為欣慰。安排學生到操場進行球類運動，舒展身心亦連繫班上同學感情，學生反應良好。

新北市頂埔國小 109 學年度輔導工作（輔導關懷）課程暨實施成果

一、初級預防輔導課程：針對一般學生及適應困難學生進行一般輔導。

(一)班級輔導課程設計理念與內容

1. 每學期執行 72 節，規劃以不同發展階段學生的需求，透過入班觀察及導師回饋，發現學生較多「人際互動」與「情緒管理」的困擾。
2. 高年級學生長時間使用網路以至影響生活作息與課業或因課業、人際或家庭等挫折，影響其自我概念，故加入「自我概念」與「心理衛生課程-網路沉迷與成癮」。
3. 全校課程內容規劃

年級	人際互動	情緒管理	自我概念	心理衛生
一年級	*為他人著想懂得分享 繪本:椅子樹 不隨便批評 繪本:是蝸牛開始的	*情緒管理技巧 繪本:我變成一隻噴火龍了	*喜歡自己也欣賞別人 繪本:大象艾瑪	
二年級	培養耐心 繪本:我有耐心	認識常見的情緒並自我覺察 媒材:十大情緒檔案 學習解決問題代替發脾氣 繪本:貝蒂好想好想吃香蕉		
三年級	同理心--換位思考 媒材:好人氣養成班 確認與澄清人際誤會 繪本:沒有人喜歡我	覺察情緒 學習抒發情緒的原則 正確辨識他人意圖 媒材:我戴有色眼鏡?		
四年級	人際欺負與因應方式 媒材:人際小達人、人際防護罩	情緒表達-我訊息 媒材:做情緒的主人		

	同理心 媒材:其實我懂你的心			
五年級	網路霸凌防治		了解自我價值 繪本:我很特別	
	欣賞他人優點 媒材:看見你的好		學習與挫折相處	
六年級			自我覺察 媒材:PAC 人格分析	網路沉迷與成癮 媒材:你迷「網」了嗎?

(4)具體績效

A. 改善班級人際衝突頻率

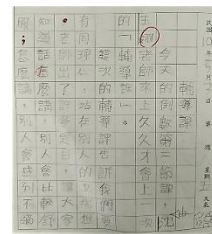
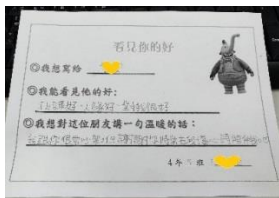
正確辨識他人意圖的課程，提供了具體判斷依據，實施課程後，導師回饋學生在可能的衝突情境下，較能先停下思考與判斷他人是否故意還是不小心，**衝動進行反擊的行為改善很多。**

B. 確實進行情緒調節

情緒管理的系列課程，讓學生能夠認識情緒、覺察情緒、在不同情境表達合宜的情緒，且學習有負向情緒時，透過安全的方式進行抒發。導師回饋班上容易情緒爆發的孩子，也努力嘗試透過上課所學讓自己冷靜，**降低了情緒爆發的強度與頻率。**

C. 達成自我評估、提早預防、及時介入的目的

D. 教學內容融入其他課程



人際-看到他人的好並表達

情緒教育-貝蒂好想吃香蕉

輔導課程融入作文課

(二)宣導講座

1. 學生宣講講題名稱：針對不同發展階段學生，規畫 108 學年之宣講內容如下表所示：

年 級	宣講主題	人次
1 年級	自我保護-做身體的主人	170
2 年級	生命教育-我永遠愛你	163
3 年級	校園霸凌防治-人際小達人	129
4 年級	心理防疫-照顧自己的情緒	138
5 年級	網路交友安全暨網路諮詢平台	154
6 年級	螢幕的另一端-網路交友安全	157

A 防疫心衛宣講：

因應新冠肺炎所帶來影響，設計安穩身心的防疫心理衛生宣講，引導學童覺察自己的情緒，討論調適心情的方式，並提醒有關假訊息的相關法規，及避免因健康狀態衍伸的歧視行為。

*具體成效：

透過活動自我覺察情緒，發現學童大多都表達有緊張、擔心及害怕的情緒，討論時可**獲得普同感**，透過宣講也能**接納自己的焦慮**，進行**深呼吸與肌肉放鬆練習**後，學生們**饋感覺放鬆不少**。

B 校園霸凌防治：

因觀察中年級學生開始在人際互動上，出現較有針對性和攻擊性的行為，同時也預防等到高年級較難調整學生的互動習慣與班級氛圍，故進行校園霸凌防治宣導。

*具體成效：

a. 導師回饋學生們在同儕出現疑似欺負或霸凌行為時，**能口頭相互提醒或制止**，顯示學生對於

b. 導師發現有勇氣求助的學生增加了，個輔時學生也較願意提出自己在人際互動上遇到困擾，顯示學生能知道面對欺負行為，可勇敢求助，避免退縮隱忍。

因應班級導師突然過世事件，除了即時入班進行減壓安心班輔，也針對該學年進行生命教育宣講，讓輔導能以不同形式推展到同學年學生。

a. 宣講時發現對於二年級學童來說，較少有面對生活周遭的人過世的經驗，甚至有學童表示是第一碰到，而此次事件與生命教育宣講，讓學童體會到生命會有結束的可能，也學習到我們可以如何協助自己較好的度過哀傷歷程。

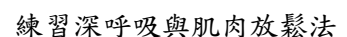
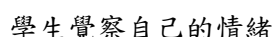
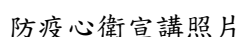
b. 導師回饋宣講前孩子可能會以自己所認知，或聽身邊大人的對話，似是而非的猜想，但經過宣講後，傳達了確切的資訊，追蹤觀察後也未有學童出現適應困擾的情形。

低年級學童在互動與遊戲時，容易因不清楚身體界線概念，而導致他人不舒服或糾紛。加上發生文化國小事件，故宣講內容除了包含身體界線與身體自主權概念，更增加自我保護的教導，提升學童自我保護的意識。

- a. 宣講過程中發現，有許多學生以為會傷害自己的都是陌生人，與親近大人的身體界線也容易不清楚，皆是需要教導與討論的部分。多年下來，每學年固定會於二年級進行此議題宣講，讓全校學童都能獲得正確知識。
- b. 因應文化國小事件所增加的宣導內容，讓學童增加自我保護的意識，知道遇到危險時可以如何求助。

針對高年級進行網路使用的調查，發現多數學生皆有透過遊戲或聊天室進行交友的經驗，也有遇到陌生網友主動接近自己的情形，故透過宣講澄清網路交友原則，並學習如何自我保護。

- 從宣講過程中，發現有許多學生對於網友提供的資訊照單全收，且低估網路交友可能造成的傷害。透過提問與實際案例的討論，有學生表示才了解網路交友潛在的危險及可能與現實不符的部分，因此提升了自我保護意識。
- 取得與使用網路日趨便利，學生從宣講中了解如何選擇較安全的平台，且學習到如何辨識資訊。
- 學生回饋對於是否與網友見面會進行謹慎考慮，若真的要見面，也會採取宣講傳達的許多自我保護的措施。



1. **設計緣由**:低年級學生在與他人互動中，較容易缺少自我保護的意識，故每學期於二年級進行「自我保護-做身體的主人」宣導，讓學生了解身體界線概念，並學習尊重他人及保護自己的方法。

2. 實質內涵

E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。

E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。

3. 具體績效

(1) 固定的宣講安排，讓全校學生皆能在二年級時，獲得相關的概念學習與資訊吸收，**具備自我保護意識**。

(2) 從學生的身體紅綠燈學習單，可以看出學生**能理解身體界線的概念**。

(4) 導師回饋學生遊戲時，**不當的身體接觸情形有所改善**，曾偷看他班同學上廁所的孩子，也未再出現類似情形。

(5) 透過不同情境事件進行問答檢核，學生皆能回答出正確的自我保護方式。



自我保護-做身體的主人



影片澄清隱私處概念



引導覺察身體界線

3. 情感教育

1. **設計緣由**:因應高年級學生在告白被拒絕後，出現情緒崩潰的情形，且平時也容易出現隨意配對同學與起鬨的情況，故規劃情感教育相關課程，進行入班輔導。

2. 實質內涵

E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。

E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。

3. **課程內容**:引導學生思考什麼是喜歡與愛，有分成哪些種類與對象，分組討論如何表達好感，並透過投票歸納出什麼是合宜的告白方式，討論哪些追求方式可能會造成反感與騷擾，及面對被拒絕時，可以如何進行自我調適。

4. 具體績效

(1)透過分組討論與票選，最後學生**能選出一般人較能接受的表達好感方式**，澄清具體「合宜」行為的概念，投票過程學生也同時看到且了解他人的感受。

(2)導師回饋課程內容**非常符合學生目前的需要**，班上也**未再出現不適切追求及被拒絕情緒崩潰的情形**。



情感教育-合宜的表達好感



分組討論並票選



情境影片澄清概念

4. 生命教育-學生宣講

1. **宣導內容**:透過我永遠愛你繪本，從寵物生命的結束，連結至人的生命也有結束的一天，引導學生了解當我們面對生活周遭的生命消逝時，可能會有的感覺和影響，正常化這些反應與

感受，討論與學習可以如何自我調適和懷念。最後引導學生思考如何及時表達我們的愛，珍惜還在身邊的人事物，並作為家庭作業來執行。

2. 具體績效

- (1)透過繪本的引導與討論，讓低年級學童對於死亡概念有所理解，正常化感受且學習自我調適方法，後續觀察該學年學童並未出現有適應欠佳的情形出現。
- (2)「愛的行動」家庭作業，讓學生將愛轉化為具體行為，及時向所愛的人表達，學生大多對家人進行愛的行動，增進了家庭關係。



生命教育宣講



愛的行動學習單-增進家庭關係

5. 網路沉迷-輔導課程

1. 設計緣由:從課前的調查中發現，因現在網路使用的普及，本校高年級學生透過個人手機、電腦或平板進行網路活動的比例很高，花費時間也很長，包含玩網路遊戲、聊天室聊天或看網路影片等等。也有導師提及學生因網路使用而出現親子關係緊張的情形，故透過輔導課程讓學生學習正確使用網路的方式。
2. 課程內容:從你也是藍光人嗎?動畫引導學生了解網路使用與休息的原則，提醒過度使用網路可能對身體造成的影響。介紹網路沉迷與成癮的發展進程，並透過問卷與測驗，協助學生自我覺察對於網路的依賴程度與危險因子，評估是否需要在使用的上進行調整。
3. 具體績效
 - (1)課程中的問答與測驗調查，發現高關懷群的成效，有部分導師透過此次宣講，也針對已影響生活功能的學生，進一步與家長合作，協助學生進行調整。
 - (2)從學生的提問與發表中，發現多數學生透過此次課程，覺知到過度使用網路對於身心理可能會造成危害，也透過自我評估測驗，驚覺自己對網路的依賴程度，達到自我警惕與提醒的效果。



網路沉迷-你迷「網」了嗎?



透過動畫影片澄清概念

你迷網了嗎? 計分: 97

班級: 年 班 姓名: 張

問 題	絕不符合 (1分)	不符合 (2分)	符合 (3分)	非常符合 (4分)
有人告訴我，我花了太多時間在網路上	☐	☐	☒	☐
長時間沒有上網，就會覺得心裡不舒服	☐	☐	☐	☒
上網的時間越來越長	☐	☐	☐	☒
不上網，我覺得自己坐立不安	☐	☐	☐	☒
上網時總覺得很有精神	☐	☐	☐	☒
我只想上網待一下子，但常常一待就待很久	☐	☐	☐	☒

藉由測驗了解學生網路依賴程度及主要用途

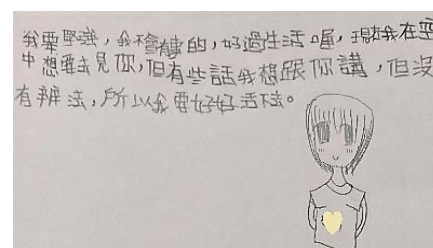
二、小團輔課程-高關懷課程



運用繪本引導正向詮釋



透過藝術媒材自我療癒



成員自我鼓勵要好好生活

小團輔課程-高關懷課程說明

【在遊戲中成長】桌遊課程：藉由多種性質的桌遊課程，包括反應類、邏輯推理類、人際互動類..等桌遊活動，讓學生從活動中學習人際互動技巧，並覺察自己的情緒變化，進而學習適當的抒發情緒，做自己情緒的主人。參加該課程的學生，主要是學習成績與學習意願低落、容易衝動情緒控管能力不足的學生，學生在課程進行中仍容易產生衝突、插話、互相責罵等行為，老師會暫緩課程介入處理，釐清每個學生的非理性想法，讓孩子練習傾聽他人的想法，進而包容對方，且學習控制自己的負向情緒，另外，在一次次的練習中，學生越來越能接受輸贏的結果，遇到失敗或挫折時能坦然面對，提高自己的挫折容忍度。



照片說明：每個成員都聚精會神地聽著老師的講解，深怕無法跟上進度。



認真的老師每次都準備了豐富的桌遊教材提供學生使用，學生們也相當投入其中。

* 主題：人際互動、情緒管理

* 上課時間：星期四 16:00~17:40

次數	課程內容	需要材料
1	介紹桌遊入門款：讓孩子熟悉桌遊規則運作方式	超級犀牛、伐木達人
2	反應類桌遊：引導孩子體驗遊戲中的競爭關係並積極求勝。	德國心臟病、快手疊杯

3	邏輯思考桌遊練習：引導孩子從錯誤嘗試中理出符合規則的最適解法。	終極密碼、瘋狂科學家
4	表達型桌遊練習：讓孩子從遊戲中學習完整表達並了解其他玩家的語意，進而練習傾聽他人且學習表達技巧。	妙語說書人、故事骰
5	輕度策略桌遊練習：引導孩子試著從其他玩家角度思考問題，讓孩子學習站在他人立場思考。	情書、水瓶座
6	資源蒐集與整合桌遊練習：讓孩子從活動中找到可用資源來源並學習取得。	變色龍、要奶油還是派
7	資源分配與利用桌遊練習：引導孩子善用資源，並做最有效的運用。	卡卡頌、運轉潮汐
8	陣營類遊戲練習：引導孩子從對方行為中分辨彼此目的不同，練習了解他人。	矮人礦坑、碰
9	合作型遊戲練習：讓孩子從遊戲中練習分工合作並完成目標。	蘇格蘭特警、花火
10	人際關係桌遊練習：讓孩子從遊戲中進而了解別人眼中的自己和個人特質。	實話實說