

頂埔國小五年級家庭教育課程

超級贏「家」主題課程

主題名稱	超級贏「家」	設計者	陳怡君老
實施年級	第三學習階段(五年級)	總節數	2節
領域 核心素養	綜-E-A2探索學習方法，培養思考能力與自律負責的態度，並透過體驗與實踐解決日常生活的問題。		
設計理念	<p>高年級正值青春期的孩子，在身心的急速成長與轉變的情境中，許多家長共同的煩惱莫過於家庭中的親子溝通衝突。如何有效的增進親子間的有效溝通應是家庭教育的一大課題，亦是我們設計此一教案的動機。</p> <p>有的親子間愛在心裡，卻難以說出口，又或者因雙方想法不同，因而產生對立或衝突情形。此課程的設計著重在引導學生察覺並體驗和家人間互動與溝通的情形，進而發現問題、試著與家人溝通，進而提出有效的解決策略。藉此讓學生覺察到父母對自己的愛，進而勇敢表達或學習必要的溝通技巧。</p>		

單元名稱

超級贏「家」

教學

學習
表現

2a-II-1 覺察自己的人際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。

重點

學習
內容

Ba-II-1 自我表達的適切性。
Ba-II-2 與家人、同儕及師長的互動。
Ba-II-3 人際溝通的態度與技巧。

與其他領域/科
目的連結

F-I-2 不同解決問題方法或策略的提出與嘗試。
F-I-4 對自己做事方法或策略的省思與改善勇於向家表達愛，增進家人的良好關係。

教學目標

1. 能體認溝通的重要與誤解產生的原因。
2. 能運用正向溝通技巧，學會良好的溝通方式。。
3. 採取關懷家人的行動。

教學活動內容及實施方式

超級贏「家」主題課程架構

活動一
有話好說

愛
溝通

多
關心

活動二
開口說愛

會
體諒



活動一：有話好說/1節

一、準備活動：發下「煩心事，說一說」學習單課前書寫、討論單

二、引起動機：

- 1.在家裡面你和誰關係最緊密或最熟識？
- 2.常跟親戚或家人聊天的請舉手？
- 3.和家人聊天、談心，感覺如何？有什麼新的收穫？

三、發展活動：

(一) 體驗正能量話說

1. 教師張貼字條於黑板上-「這題你不是練好幾遍了嗎？笨」
2. 「你什麼都不能跟人家比，誰像你一樣這麼沒有用啊！」
3. 觀察黑板上的句子是否為正面的句子？
如果不是，各組討論可以怎麼修改。(3分鐘後將討論單張貼黑板)

活動一：有話好說/1節

(二)討論分享：

- 1.你對黑板上哪一個句子最有印象？為什麼？
- 2.聽到正面的句子和負面的句子，你有什麼感覺？
- 3.你喜歡哪一種句子排列方式？為什麼？有何感想？
- 4.分享生活中別人對你說好話或壞話的經驗？

(三)播放影片「愛需要用心溝通」 https://www.youtube.com/watch?v=GNN06W7ckok&ab_channel=roadtopureland

1. 師生進行影片討論。
 - (1)影片中的孩子跟爸爸的關係一開始怎麼樣？
 - (2)發生了什麼事，讓孩子很懊悔？
 - (3)爸爸希望的是什麼？

活動一：有話好說/1節

2.分析問題的原因。(發下學生上次書寫的學習單「煩心事，說一說」)

(1)請同學們腦力激盪，想想衝突的原因是什麼？

(2)教師播放學生學習單書寫的內容圖片，請同學提出問題的

● 可能原因並給予建議。

(3)當事人將可能的原因寫在學習單上。(為什麼我和家人會因為這件事不愉快呢？聽聽別人的看法...)

四、綜合活動：

1.教師小結：有很多衝突，其實有時候只要改變一下想法，

● 再回應上做點調整，和家人的關係就會不一樣。

2大家可以感受到「不良溝通經驗的共同關鍵因素」，所以學習「正向溝通」的技巧是非常重要的。

活動二：開口說愛/1節

一、準備活動：發下「煩心事，說一說」學習單課前書寫、討論單

二、引起動機：溝通高手

1. 你覺得家人好溝通嗎？進行統計結果。
2. 覺得家人很難溝通的，經驗分享？進行統計結果。

三、發展活動：

(一)播放遠傳廣告影片「開口說愛」片段。

<https://www.youtube.com/watch?v=JHaq0HK1jis&t=176s>

1. 你曾因家人的話語而受傷嗎？
2. 請回想一次印象深刻的經驗。案例一：父母叫你洗澡，但你正在看想看的節目，如果是這種情況，你會選擇怎麼做？

活動二：開口說愛/1節

3.你覺得父母對你哪一種回應最讓你不舒服

4.你覺得為什麼家人會有這樣的回應？

※繼續播放影片「開口說愛」想一想。

<https://www.youtube.com/watch?v=JHaq0HK1jis&t=176s>

5.說出傷人的話，你覺得家人心裡都怎麼想？

6.如果換個立場，你變成了對方，你希望聽到的是甚麼？

(二)學習溝通的技巧

1.慎選溝通時間：勿在生氣時進行溝通，等到心平氣和時再說。

2.以尊重的態度聆聽：先認真聽對方想要什麼。

3.清楚表達想法：用誠懇的態度表達，留意說話的語氣。

4.達成共識：找到兩方都能接受的作法。

活動二：開口說愛/1節

5. 遵守約定：承諾的事要做到，取得對方的信任。
6. 做一件感謝的事：感謝對方願意跟你溝通取得共識。

(三) 進行『大聲說愛，愛表達』角色扮演：

1. 分別表演在下列情況下，自己是如何與爸媽溝通：
 - (1) 想要打電動玩具或是看電視，可是爸媽卻要求你看書的時候。
 - (2) 想出去玩，然媽媽要求要一起進行大掃除，學習最好的回答。
 - (3) 覺得爸爸媽媽偏心，對其他兄弟姊妹比較好。
2. 學生在小組內發表自己扮演不同角色時的感受。
3. 回家後記下一件自己和家人溝通的事件，並省思自己使用了哪些溝通方法，填寫『開口說愛』學習單。

活動二：開口說愛/1節

四、綜合活動：

- 1.教師小結：有時候我們覺得自己不被關心，不被愛。或許，是因為父母表達愛的方式，我們沒懂。在很多時候，父母的愛被忽視，是因為做得太多，說得太少。
- 2.了解家庭成員的個性、喜惡，進而懂得用適合的方式關懷家人。

教學省思

讓學生在課堂上運用正向溝通技巧，回家進入了實踐力行的歷程，鼓勵以多元的方式正向表達愛與感謝，可以寫信（寄回家給家人），也可以打電話，還可以傳賴，事先與家長約定好時間，鼓勵學生勇於表達心裡對家人想表達的話語。

發現讓孩子們學習跟家長說出自己的想法、學習達成共識，他們發現其實父母不像自己想像的那樣可怕，取得信任後，原來他們也是可以跟家人溝通的。

超級贏「家」主題課程-開口說愛學習單

- ◆(任務一)想一想，如果請你現在打電話給家人，你想打給誰？你想對他說什麼
開口說愛請把想說的話先寫下來！
- ◆(任務二)我寫完之後，將愛給給對方聽。

◆(家人回饋)饋聽完孩子內心的真心話你有什麼感覺請你寫下想跟孩子說的話並且將這份還說給孩子聽

- ◆(任務三)完成開口說愛，看完家人回饋後，你有什麼感覺，請將它寫下來。

超級贏「家」主題課程-教學照片



超級贏「家」主題課程-教學照片



超級贏「家」主題課程-教學照片

- ◆【任務一】想一想，如果請你現在打電話給家人，你想打給誰？你想對他說什麼？開口說愛，請把想說的話先寫下來！
- ◆【任務二】寫完之後，將愛說給對方聽

媽媽：還記得有一次五年級時，因為對愛情不是這麼解所以發生過不好的事，我因為對那些東西不懂差點犯法，但你和爸爸不但沒有罵我，還跟我說了一堆人生大道理，當時我心理一直在想會不會被罵，結果你們一直在包容我這些脾氣。

謝謝你們能骨體量我這些錯誤
我愛你。

【家人的回饋】

聽完孩子內心的真心話，您有什麼感覺呢？請您寫下想跟孩子說的話，並且也將這份愛說給孩子聽吧！

媽媽就是不想我太早有男女關係

- ◆【任務三】完成開口說愛，看完家人的回饋後，你有什麼感覺，請將它寫下來！

我覺得我有這樣的媽媽很好，雖然她有時後煩，但是她也是對我很好



超級贏「家」主題課程-教學照片

開口說愛

姓名：林楷孝

- ◆【任務一】想一想，如果請你現在打電話給家人，你想打給誰？你想對他說什麼？開口說愛，請把想說的話先寫下來！
- ◆【任務二】寫完之後，將愛說給對方聽

【家人的回饋】

聽完孩子內心的真心話，您有什麼感覺呢？請您寫下想跟孩子說的話，並且也將這份愛說給孩子聽吧！

①打給媽媽

②我前不想上安親班，於是跟媽媽吵了一架。
跟媽媽說我生氣的頂嘴，我媽就大聲的罵我，我也不耐煩的回話就一直吵下去，直到今天都還沒有跟媽說聲对不起，所以媽媽對不起，我愛你

TO MY SON,

I AM SO PROUD AND HAPPY TO HAVE A SON LIKE YOU, BEING A MOTHER TO YOU IS SUCH A PLEASURE BECAUSE YOU ARE A GOOD AND LOVING SON. ON THE OTHER SIDE YOU HAVE WEARNESS LIKE, YOU DON'T LISTEN TO ME AND ALSO FOR GOT TO RESPECT OTHERS. AS A MOTHER I WANT YOU TO BECOME A HUMBLE, KIND AND RESPECTFUL ALL THE TIME. I BELIEVE YOU CAN DO IT AND HOPING YOU STUDY HARD IN SCHOOL FOR YOUR GOOD FUTURE.

- ◆【任務三】完成開口說愛，看完家人的回饋後，你有什麼感覺，請將它寫下來！

看完媽媽的回應後，雖然我看不懂，可是我去查電腦知道是什麼意思。媽媽想要我變得更好，不要在停留在過去，所以媽媽的這句話啟發了我，所以我非常謝謝媽媽

超級贏「家」主題課程-教學照片

◆【任務一】想一想，如果請你現在打電話給家人，你想打給誰？你想對他說什麼？開口說愛，請把想說的話先寫下來！

◆【任務二】寫完之後，將愛說給對方聽

【家人的回饋】

聽完孩子內心的真心話，您有什麼感覺呢？請您寫下想跟孩子說的話，並且也將這份愛說給孩子聽吧！

給媽媽的話

妳總是為了我的功課而經常煩惱，總是努力的工作，花錢讓我去補習，但我卻沒有認真去學，辜負了你的期望，反而還經常和你頂嘴。媽媽我很對不起！我愛你！妳辛苦了！

給爸爸的話

還記得有一次你和媽媽為了我們三姐妹的事情而吵架嗎？你不必再擔心了。身為一位大姐，我可幫分擔一些事情：照顧妹妹、帶領她們按時去做正確的事。對不起讓你在工作中，還要擔心我們。爸爸我愛你！

媽媽的感覺

你是一個懂事的孩子，你懂他還是缺乏上进心，希望你以後能主動的去完成功課及課外作業。因為马上就要升高中了，要有主見及學能，雖然媽媽對你嚴格，但只希望為你爭取對你的用心良苦。孩子一起努力，一起加油。媽媽希望你健康成長，快樂學習，健康成長，快樂學習，健康成長，快樂學習。

爸爸的感覺

孩子漸長的長大茁壯了，思維也正在成熟中。爸爸希望你在得到愛，可當下也懂得分享給妳身邊的人。

◆【任務三】完成開口說愛，看完家人的回饋後，你有什麼感覺，請將它寫下來！

雖然我們總是不把「愛」掛在嘴邊，所以突然對家人說一聲「我愛你」會有不好意思的感覺，但是今天聽到家人的回饋後，感覺很舒爽，因為把心中累積長久的話都分享給家人聽，讓我們一起討論不足之處，就能知道家人對我的感覺。

超級贏「家」主題課程-教學照片

開口說愛

姓名：陳娟安

- ◆【任務一】想一想，如果請你現在打電話給家人，你想打給誰？你想對他說什麼？開口說愛，請把想說的話先寫下來！
- ◆【任務二】寫完之後，將愛說給對方聽

【家人的回饋】

聽完孩子內心的真心話，您有什麼感覺呢？請您寫下想跟孩子說的話，並且也將這份愛說給孩子聽吧！

我想打給媽媽，因為我上個星期你跟爸爸要帶我去看中醫的時候，我常常忘了吃藥，結果你們要帶我去看醫生時，要檢察我的藥剩多少，你們就發現了我藥還剩很多，當下我以為你要罵我，結果您沒有罵我，我有點驚訝，並笑笑的跟我談話，媽媽謝謝您，我愛你
啾! ♡♡♡ ~~~~~ ♡♡♡

你就是在怕被人罵了，常常罵你對你的成長也不是一件好事，容易造成心靈上的影響，不如好好的跟你談，為了讓你健康的成長適當的責備可以，過度的責備不好，偶爾的一兩件事可以容忍的，再談，愛你都不不及那哪捨得罵呢。

- ◆【任務三】完成開口說愛，看完家人的回饋後，你有什麼感覺，請將它寫下來！
- 因為爸爸罵人的時候都好兇我~ 所以我想媽媽會跟爸爸一樣，沒想到媽媽這麼替我想我好開心。我~我以後一定會乖乖的不要讓媽媽生氣。