



## 目錄

1. 美感智能閱讀概述
  1. 基本資料
  2. 課程概要與目標
  
2. 執行內容
  1. 課程紀錄
  2. 教學觀察與反思
  3. 學生學習心得與成果
  
3. 同意書
  1. 成果報告授權同意書

## 美感智能閱讀概述

### 一、基本資料

辦理學校	慈濟大學附屬高級中學附設國民小學部
授課教師	謝瑞君 老師
教師主授科目	國語、數學、綜合活動、慈濟人文
班級數	1 班
學生總數	23 名學生

### 二、課程概要與目標

課程名稱	溝通的魔法：好好說話是需要練習的				
施作課堂	綜合活動	施作 總節數	2~4 節	教學對象	* 國民小學_4_年級
<b>1. 課程活動簡介</b> <p>帶領學生釐清溝通的目的，是為了「訊息交流、促進理解、達成共識，最終能解決問題、團體合作」。但是溝通的過程，可能會遇上困難，此時該如何善用「溝通的魔法」、正確傳達「我訊息」，順利完成溝通任務，就是日常生活中需要學習的重要課題。</p>					

## 2. 課程目標（條列式）

- (1) 理解溝通的用意與重要性
- (2) 善用溝通魔法，達成溝通任務。
- (3) 懷抱善意，獨懂空氣與情緒，釋放我訊息。
- (4) 透過實際練習，將所課堂學落實在生活中應用。

### 執行內容

#### 一、課程紀錄

##### 1. 課程實施照片（請提供5-8張）如後所附

## 2. 課堂流程說明

(1) 我們為什麼需要溝通？透過小組討論、自由問答，讓學生釐清溝通的目的是為了「訊息交流、促進理解、達成共識，最終能解決問題、團體合作」。

(2) 溝通時最大的「困難」？對方不聽你說、雞同鴨講、大家都有情緒、聽不懂對方在說什麼……。提醒學生「請相信溝通背後，彼此都帶著最大的善意」，雙方才有近一步溝通的可能，心才能更靠近。

### (3) 溝通魔法

**A 獨懂空氣，善用非語言訊息。**擁有足夠的敏感度，能覺察環境氛圍，做出正確行為反應。

### **B 善意溝通四心法**

＊先談心情，再講事情。行為背後，見好理由。不爭對錯，照顧需要。聽出真意，表達善意。（資料出處：善意溝通修復協會）

＊了解「六大情緒」所衍伸的表情、姿態、行為。請同學直接示範，由其他同學猜出他示範的情緒為何？

### **C 善用溝通紅綠燈，看準時機再發言。**

紅燈停：狀況外、先煞車。

黃燈想：觀察聆聽、搜集訊息。

綠燈行：確認後再行動。

### **D 清楚有效地表達「我訊息」**

行為：當我聽到 / 看到。情緒：我感到。影響：因為。期待：所以我希望……

＊利用上述4個元素，組合後的句子：（                    ）

＊教師舉出不同情境，請學生實地演練。

(4) 結語：每個存在都有價值與意義，每次說話都有目的，練習好好說話，練習把話說好。將心靜下來，把身體感官放輕，就能安定內心的情緒，也會有助於溝通的進行。

## 二、教學觀察與反思

對於溝通主題，學生展現高度的學習興趣，因為與日常生活息息相關，能夠學以致用。當學生理解溝通的重要，相信人我之間存在的善意，願意靜心獨懂「非語言」訊息時，溝通已經跨出成功的第一步。透過「溝通紅綠燈」，讓他們分別情境、場合，學習暫停、思考、再出發。最後利用許多情境實地演練，組合出「我訊息」時，彼此能更了解對方的想法與心情，促進溝通的成效。

課程節數2-4節，是為了更彈性的運用，畢竟「溝通」這件大事，並非馬上就能練好功，如果時間上更有餘裕能讓更多學生直接在課堂上演練。課程結束後，回到生活中處理學生問題時，我一樣請他們持續練習「我訊息」，透過四步驟的多次演練，他們能運用此能力學會讀懂空氣、釋放善意、好好說話。

## 三、學生學習心得與成果

**黃梓瑜：**我學會和同學好好說話、好好溝通，並且好好相處，不要因為誤會對方的意思而爭吵或打鬧。我們透過實際演練，學習獨懂別人的非語言訊息，也讓我清楚並有效的表達自己的情緒。靜下心、多聆聽，可以發現新事物與生活中美好的小確幸。

**徐珞禕：**我覺得溝通最重要的是「把話說好」，因為別人不懂你在說什麼，就無法了解你的想法。而讀懂空氣，也可以讓人更容易相處，但同時也很難。因為不說話的情況下，很難懂別人的心情，只能靠感覺。

**高瑞廷：**好好說話是需要練習的，因為自己有可能說話說一說就傷害到別人了。我們需要溝通，是因為要達成共識，而且是在不打架的情況下達成共識。溝通時最大的困難：聽不到別人說話，自己講自己的，完全不聽別人的意見。練習清楚有效的表達自己：例如～當我聽到自己考試100分，我感到很開心，因為我終於進步了！

**林雨澤：**上完課後，我覺得我可以好好和人相處、不要吵架，謝謝老師教我這些方法。而且，我覺得我會讀空氣，因為我最近沒有讓人生氣。

**蔡辰宜：**很有趣，因為我學到很多可以跟別人溝通的方法，也學到要在什麼時間、場合、地點說話。比如說：別人生氣的時候，不要說話。別人傷心的時候要幫助他。這些都會讓我在生活上更便利。

**簡靖：**這次的課程很有趣。因為我在跟別人說話的時候，都不會觀察，我這次從課程中學習到「跟別人說話的時候，要看著那個人。不然我自己在旁邊自言自語，別人也不會知道我在跟他說話。」希望我以後能學會看人、事、時、地。

**陳皓騫：**上完課我覺得很開心，因為我覺得為什麼需要溝通，是因為要讓別人瞭解你，或是讓別人知道你的想法，所以我們每天才需要溝通。溝通最大的困難是你講得太複雜，別人聽不懂，或對方年紀太小聽不懂，這些都是一個原因。希望老師下次能上更有趣的安妮新聞。

**陳芊妘：**我覺得我應該要控制自己的情緒，因為我平常太常生氣了，可能會傷害到別人。所以我決定要更「成熟」，把自己控管好。我生氣時無法和別人溝通，所以我希望大家可以等到我心情平復時，再跟我說話。



小組討論：為什麼我們需要「溝通」？



小組分享：溝通時最大的困難是？



讀懂空氣：透過表情、姿態、行為，了解眼前的人怎麼了？



情緒示範：開心～



情緒示範：厭惡。



請相信溝通背後，彼此都帶著最大的善意。

# 人的六種情緒：

1 開心		happy
2 生氣		angry
3 難過		sad
4 害怕		afraid
5 驚訝		surprise
6 厭惡		disgust

**心得**

↓ 星期五早上，老師和我們一起上了「向新朋、老師告別」了我們。我們要學習管理情緒，因為我們在每一秒都需要用到情緒，所以心情在生活中是非常重要的。因此我希望大家都可以學習管理情緒，才不會影響到別人。

學習單：陳巧恩



上完溝通的魔法課後，我學會如何好好說話、好好溝通，並且好好相處，不要誤會對方的意思而爭吵或打鬧。我們透過表演，學習讀懂別人的非語言訊息，也讓我們並且有效表達自己的情緒，靜下心，也可以發現新事物與生活中美好的小細節！

學習單：黃梓瑜

學

# 溝通

# 說好話

「好好說」

共同答案  
達成目標  
了解別人  
了解自己  
表達  
感受  
想法

語氣

非語言  
表情  
語氣  
動作

看表情  
察言觀色  
察言觀色  
察言觀色

生氣  
生氣  
生氣

😊

❤

🏠

😊

重點



## 心得

我覺得通最重要的是把話說好。

因為別人懂你在說什麼就無  
法理解你在想什麼。而懂空氣  
可以讓人更容易相，但  
同時也很難，因為別人不  
的情況下，很難到別人的心情，只能用感覺。

多聽

❤

🌀

🌀

學習單：徐珞禕

# 溝通的魔法

高瑞廷

「好好說話」是需要練習的，  
因為自己有可能說話說一言克尤傷害  
到別人！

我們需要溝通是因為達成共識  
和在不打架的情況下達成共識。

溝通時最大的「困難」是：聽不到別人  
說話，自己講自己的完全不聽別人的意見。

清楚有效地表達「我言九息」。當我聽到  
我考試100分，我感到很開心，因為我終於  
進步了。



學習單：高瑞廷



學習單：李秉闈