

113 至 115 年美感與設計課程創新計畫
114 學年度第一學期美感智能閱讀計畫

成果報告書

主辦單位： 教育部 師資培育及藝術教育司

執行單位： 新北市樹林區武林國民小學

執行教師： 盧于雙 教師

目錄

一、美感智能閱讀概述

1. 基本資料
2. 課程概要與目標
3. 執行內容與反思

二、同意書

1. 成果報告授權同意書
2. 著作權及肖像權使用授權書 (如有請附上)

美感智能閱讀概述

一、基本資料

辦理學校	新北市樹林區武林國民小學
授課教師	盧于雙
教師主授科目	國語、數學、綜合
實際授課班級數	實際授課 1 班
實際教授學生總數	實際教授 22 名學生

二、課程概要與目標

課程名稱	溝通魔法師				
報紙使用 期數及頁數	聆聽特刊，第 2 頁	文章標題	溝通的魔法 「好好說話」是需要練習的		
課程融入 議題	<input type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 原住民族教育 <input type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 閱讀素養教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育 <input type="checkbox"/> 無特定議題 <input checked="" type="checkbox"/> 其他 _____ 情緒教育 _____				
施作課堂	綜合	施作總節數	2	教學對象	<input checked="" type="checkbox"/> 國民小學 5 年級 <input type="checkbox"/> 國民中學 _____ 年級 <input type="checkbox"/> 高級中學 _____ 年級 <input type="checkbox"/> 職業學校 _____ 年級

1. 課程活動簡介 (300 字左右的整體課程介紹)

課程「溝通的魔法」根據臨床心理師蔡佳璇之著作與《哇賽心理學》內容設計，專為國小高年級學生設計。課程旨在解決校園及班級中常見的言語衝突，例如：指責式對話、不看時機的插話（不識相行為）以及情緒暴走等問題。將抽象的心理學技巧包裝成「魔法學院」的修煉過程，將溝通區分為「接收（讀懂空氣）」、「判斷（紅綠燈）」與「表達（我訊息）」三個層次。

在活動中，學生透過觀察、遊戲與實際的口語練習，理解溝通並非天生能力，而是可以透過「刻意練習」習得的技能。課程特別強調「非語言訊息」的捕捉，讓孩子意識到除了說出口的話，表情、肢體與音調同樣傳遞著關鍵訊息。最終透過「我訊息」公式，引導孩子學習在不傷害他人情感的前提下，清晰地表達自己的需求與困擾。

課程另以《安心國小：有話好好說》為核心教材，旨在引導國小高年級學生面對人際衝突時，能從「情緒爆發」轉向「理性溝通」。透過主角在書中經歷的誤解與爭執，運用 SRPC 教學模型，讓學生在安全的故事氛圍中觀察衝突的起因。

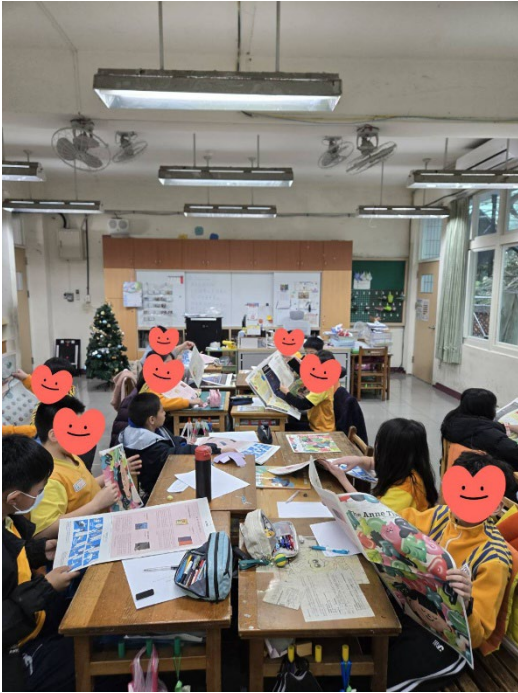
課程結合心理學的「情緒調節」與「非語言溝通」，教導學生如何在衝突發生時先「停、看、聽」，並練習將傷害性的攻擊語言轉化為建設性的解決方案。這不僅是一堂語文閱讀課，更是一場關於情緒韌性的社會情緒學習（SEL）實踐。

2. 課程目標（條列式）

- 覺察非語言訊息：能識別並說出至少三種非語言訊息（如表情、肢體、語調）對溝通的影響。
- 時機判斷能力：學會運用「溝通紅綠燈」概念，在開口前先覺察對方的情緒與當下氛圍。
- 實踐我訊息溝通：能運用「事實+感受+原因+請求」的公式，將指責性的對話改寫為合作性對話。
- 建立同理心：透過角色換位練習，理解溝通的本質在於促進彼此理解而非爭輸贏。
- 覺察衝突導火線：能透過閱讀文本，辨識出引發角色衝突的關鍵言行及其背後的情緒。
- 掌握情緒調節技巧：學習「深呼吸」與「心靈暫停」法，在情緒衝動時能自我冷靜。
- 優化表達方式：熟練運用「我訊息」公式，能將指責對方的「火藥語言」改寫為表達需求的「魔法語言」。
- 增進問題解決能力：能針對人際衝突提出至少兩項互利共好的解決建議。

三、執行內容與反思

1. 課程實施照片與成果 (請提供 5-8 張，如有學生學習回饋可附上。)



溝通魔法實單

魔法師的基本資料
我是溝通小法師：_____ 魔法編號：_____ 號 修練日期：2026年__月__日

● 第一關：讓心術解碼 (讀懂空氣)
文章說：「良好的溝通要能察言觀色。」請觀察身邊的人，捕捉那些「沒說出口」的訊息：

- 當我看到：同學把頭埋在手心裡 _____
- 我觀察到的非語言訊息：
 - ◇ 表情：_____
 - ◇ 肢體：_____
 - ◇ 語速：_____
- ✓ 我猜他現在的心情是：_____

● 第二關：讓中紅綠燈
請為下面的情境塗上正確的魔法燈號：紅燈(停)、黃燈(等)、綠燈(走)！
情境：老師正在忙著處理其他同學的受傷傷口，你想問老師今天的作業是什麼。

- 我的腦中燈號：請在此圓圈塗色
- 我的魔法選擇：
 - 直接插話詢問。
 - 先在旁邊安靜等候，等老師處理完再開口。
 - 先回座位問問其他同學。

● 第三關：我訊息咒語術 (清楚表達)
要把「指責」變成「理解」，請使用文章中的四步驟咒語改寫句子：
原本的話：「你每次都亂動我的書，害我找很久，真的很討厭！」

- 具體客觀的事實：當我看到你 _____
- 我的情緒感受：我覺得 _____
- 背後的原因：因為 _____
- 具體的請求：我希望下次你可以 _____

● 魔法師的日常作業
本題請在生活中施展一次「我訊息」魔法，下週一我們來分享魔法是否成功囉！

- 魔法對象：_____
- 魔法結果： 成功交流 對方愣住了 還在練習中



2. 課堂流程說明

第一節

- 引起動機：指導學生演出「校園常見爆炸對話」，引發學生對衝突場景的共鳴，並破解「溝通高手是天生」的迷思。
- 魔法一：讀懂空氣：透過情緒表情解碼遊戲，練習觀察那些沒說出口的隱形咒語，解決「不識相」社交問題。
- 魔法二：心理紅綠燈：老師給予不同情境（如老師正忙、同學難過），學生舉起燈號判斷當下是否適合發言。
- 魔法三：我訊息咒語：拆解四步驟公式，進行現場對話改造。將指責的「你訊息」轉化為溫和的「我訊息」。
- 總結與承諾：分享「溝通不是為了輸贏」的金句，並分發魔法實習單作為本週練習任務。

第二節

- 選書與引起動機：
 - ✓ 選用文本：《安心國小：有話好好說》。
 - ✓ 情境引導：展示一張「兩個孩子在吵架」的圖片，詢問學生：「如果你是其中一人，你第一句話會說什麼？」引出衝突中常見的指責語言。
- 閱讀與問題外化：
 - ✓ 深入閱讀：選取書中主角因為誤會而產生口角的片段進行朗讀。
 - ✓ 外化討論：引導學生分析：「書中的角色為什麼這麼生氣？他的表情和動作傳達了什麼？」將問題鎖定在角色身上，讓學生能客觀分析衝突結構。
- 演練與情緒肌肉：
 - ✓ 魔法四：冷靜練習。演練當對方說出難聽的話時，如何先做三次深呼吸（心理紅綠燈的紅燈練習）。

- ✓ 咒語轉換：進行角色扮演，將書中角色原本憤怒的對話，練習改寫為「我訊息」版本，建立溝通的肌肉記憶。
- 連結與實踐：
 - ✓ 魔法便利貼：學生寫下一句這週想對好朋友或家人說的「溫暖話語」。
 - ✓ 家庭延伸：邀請學生回家與長輩進行「交換祕密」活動，分享彼此最近一件「想好好說卻沒說好」的事，實踐此階段的家庭連結。

3. 教學觀察與反思（遇到的問題與對策、未來的教學規劃等等，可作為課程推廣之參考。）

（一）遇到的問題與對策

- 問題：事實與評價混淆
 - ✓ 觀察：學生在練習「我訊息」的第一步「事實」時，常會夾帶評價（例如：當我看到你『很自私』地拿走筆）。
 - ✓ 對策：引進「攝影機概念」，說明事實是攝影機拍得到的畫面「你拿走筆」，評價是攝影機拍不到的內心戲「很自私」。
- 問題：情緒詞彙貧乏
 - ✓ 觀察：在描述「感受」時，學生大多只會說「很不爽」、「很煩」。
 - ✓ 對策：課前提供「情緒詞彙懶人包」，如：委屈、困擾、焦慮、不知所措等，豐富其詞彙庫。
- 問題：學生在演練時容易笑場或過於嚴肅
 - ✓ 觀察：高年級學生對於表達情緒感到害羞，導致演練時無法進入狀況。
 - ✓ 對策：先由老師示範較誇張的錯誤版本（NG 演出），引發學生笑聲後再進入嚴謹的正確練習（我訊息版本）。
- 問題：難以區分「事實」與「感覺」
 - ✓ 觀察：學生常把「我覺得你很討厭」當成事實，導致溝通依然具有攻擊性。

- ✓ 對策：再次強化「攝影機原則」。提醒學生，攝影機拍不到「討厭」，只能拍到「你拿了我的東西」，引導其專注於客觀描述。

(二) 未來的教學規劃

- 長期追蹤：計畫在班級設置「魔法布告欄」，鼓勵孩子將實際化解衝突的經歷貼出來，形成正向的班級氛圍。
- 親師共學：由於家庭是溝通習慣的起點，未來計畫將「我訊息」公式印在聯絡簿或分享給家長，讓孩子在家中也能獲得一致的練習環境。
- 情境演練：增加更多的角色扮演時間，特別是針對高年級較常出現的「排擠」或「網路對話」議題進行深度模擬。
- 建立安心留言板 3.0：延續系列教案，在教室設置「話要好好說」留言區，鼓勵學生用文字表達平時不敢當面說出的請求。
- 跨學科整合：將本教案與語文課的「對話描寫」結合，讓學生在寫作中也能實踐 SEL 的心理機制。
- 紀錄與回饋：依據圖片提示，持續紀錄學生在練習階段的改寫表現，作為評估其「情緒肌肉」成長的依據。