

113 至 115 年美感與設計課程創新計畫
114 學年度第二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： 新北市蘆洲區鷺江國小

執行教師： 黃紫珊 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	新北市蘆洲區鷺江國小
授課教師	黃紫珊
教師主授科目	閱讀
實際授課班級數	11 班
實際教授學生總數	308 名學生

二、課程概要與目標

課程名稱	「神奇的三明治說話術」——打造高 EQ 的家庭溝通魔法課				
報紙使用期數及頁數	特刊一 我與你與他		文章標題	「好好說話」是需要練習的	
課程融入議題	☐ 性別平等教育☐ 原住民族教育☐ 生涯規劃教育☐ 多元文化教育☒ 閱讀素養教育☐ 人權教育☐ 環境教育☐ 海洋教育☐ 科技教育☐ 能源教育☒ 家庭教育☒ 品德教育☐ 生命教育☐ 法治教育☐ 資訊教育☐ 安全教育☐ 防災教育☐ 戶外教育☐ 國際教育☐ 無特定議題☐ 其他_____				
施作課堂	閱讀	施作總節數	1	教學對象	☒ 國民小學__二__年級

1. 課程活動簡介 (300 字左右的整體課程介紹)

在家庭中，我們常因為關係親密而忽略了說話的藝術，導致善意的關心變成了刺耳的責備，引發不必要的親子或伴侶衝突；本課程以生動有趣的「神奇的三明治說話術」為核心，專為希望改善家庭溝通、學習「好好說話」的家庭成員所設計。

課程將抽象的溝通技巧具象化為層次分明的美味三明治：
第一層「肯定吐司」教導學員如何先給予對方肯定與同理，柔軟彼此的心、放下防備；
第二層「精華餡料」引導學員勇敢且溫和地表達真實感受與核心訴求；
第三層「收尾吐司」則著重於提出具體的行動承諾與對未來的期待。透過生活化的情境演練，學員將在輕鬆的氛圍中內化「先肯定→說感受→給解決」的溝通黃金法則，讓每一次的家庭對話都能充滿溫度，有效化解摩擦，建立更緊密溫馨的家庭連結。



2. 課程目標（條列式）

- (1) **認知**層面：認識並理解「三明治說話術」的三層次結構（肯定與同理、核心與感受、承諾與期待）。
- (2) **技能**層面：能夠在日常家庭情境中，熟練運用「先肯定→說感受→給解決」的步驟，進行精準且不傷和氣的溝通表達。
- (3) **情意**層面：培養同理心與換位思考的能力，降低家庭溝通中的防衛心理與情緒勒索。
- (4) **實踐**層面：建立「自我負責」的態度，在提出要求的同時也能主動承諾自己應盡的本分，促成雙贏溝通。

三、執行內容與反思

1. 課程實施照片與成果



▲ 專心閱讀安妮新聞報特刊一 | 我與你與他 ▲



▲ 教師講課，說明本堂課的重點——「好好說話」▲



▲ 角色扮演：利用「三明治溝通句型」說話 ▲

2. 課堂流程說明

「好好說話」是需要練習的！
成為特級溝通廚師：解密神奇三明治溝通術

溝通痛點：
為什麼關心變找碴？

邀請學生找找學懂為什麼關心變重要的說話順序與包裝

引起動機：
邀請學生分享在家不快經驗（說話語氣）

第一層：肯定吐司
看見善意或努力
『我知道你很關心我...』

第二層：精華餡料
使用「我訊息」表達感受與訴求
『但我聽到一直提醒會很緊張，我們可不可以...』

第三層：收尾吐司
提出具體解方與承諾
『我會每天複習兩小時，如果你能幫我準備點心我會很開心。』

**先肯定
→ 說感受
給解決**

實作環節：
成為特級溝通廚師

1. 小組討論：
利用三明治句型
2. 角色扮演：
上台表演（語氣態度）
3. 講師總結與回饋

教材參考：安徒新聞〈特刊一 | 我與你與他〉

(1)全班先專心先閱讀安徒新聞〈特刊一 | 我與你與他〉

(2)引起動機：邀請學生分享近期在家中或班上因為「說話語氣」而發生的不愉快經驗。

(3)點出痛點：為什麼明明是關心，聽起來卻像在找碴？引出「說話順序與包裝」的重要性。

(4)搭配<特刊一 | 我與你與他>的文章「『好好說話』是需要練習的」，並展示圖片教材，逐層拆解三明治說話術。

(5)講解「神奇的三明治說話術」：

第一層（肯定吐司）

示範如何看見對方的善意或努力（例：我知道你很關心我...）

第二層（精華餡料）

學習使用「我訊息」表達感受與訴求（例：「但我聽到一直提醒會很緊張，我們可不可以...」）。

第三層（收尾吐司）

學習提出具體解方與承諾（例：「我會每天複習兩小時，如果你能幫我準備點心我會很開心。」）。

(6)小組討論：教師給予情境圖，請小組討論針對情境圖的狀況，該如何利用「三明治溝通句型」說話。

(7)角色扮演：邀請組別上台進行表演，實際演練說出來的語氣和態度。

(8)教師總結與回饋：講師給予演練回饋，再次強調口訣：「先肯定→說感受→給解決」。



3. 教學觀察與反思



一、遇到的問題

(一)關於報紙

報紙美麗的圖片與排版，降低了孩子對閱讀的抗拒。許多學員表示，每當情緒上來想要指責時，腦海中會立刻浮現「吐司」的畫面，這產生了很好的「情緒煞車」效果。

(二)關於內容

過去在討論溝通時，孩子容易陷入「誰對誰錯」的爭執，而這次的教材成功將焦點轉移到「如何好好表達」，讓過往的抱怨大會，轉變為積極尋求解方的合作。

(三)知易行難

「假同理」與「真抱怨」的界線模糊：在實作階段觀察到，孩子容易在第一層（肯定吐司）草草帶過，立刻切入第二層的指責，要做到真誠的「肯定與同理」是非常困難的。

(四)缺乏「提出解方」的習慣：

許多孩子在第三層（收尾吐司）卡關，大家習慣表達不滿，卻無法具體說出「我願意承諾什麼？」或「具體的替代方案是什麼？」。

二、教學策略的自我省思與調整

需提供更多「語句鷹架」：未來在引導第二層「核心與感受」時，必須導入「我訊息」的固定句型（例如：當發生○○事時，我覺得○○，因為○○）。

三、整體教學心得總結

好好說話，並不是要我們委屈求全，而是為了讓真實的心意能被對方順利接收。在教導的過程中，我發現我也是一直在提醒我自己，面對關係中的衝突，提醒自己要先看見對方的善意，再溫柔地捍衛自己的界線。溝通是一條漫長的練習之路，只要願意開始在對話中加入一片「肯定吐司」，無論是孩子，還是教師我本身，是改變的最好起點。