

112 學年度嘉義縣竹崎高中國中部特殊教育資源班第一二學期特殊需求領域社會技巧課程教學計畫表 設計者：洪翠玲（表十三之二）

一、教材來源：自編 編選-南一綜合（輔導）1~6 二、本領域每週學習節數：1 節

三、教學對象：學習障礙 9 年級 1 人. 自閉 9 年級 1 人. 智能障礙 9 年級 1 人. 聽障 8 年級 1 人. 7 年級情障 4 人，共 8 人

四、核心素養/課程目標

領域核心素養	課程（學年）目標
<p>特社-J-A1 具備良好的身心發展與態度，為自己的行為後果負責。</p> <p>特社-J-A2 具備理解情境與運用適當的策略解決生活壓力的問題。</p> <p>特社-J-B1 具備察覺他人語言和非語言溝通目的與意圖，並以同理心的角度與人溝通。</p> <p>特社-J-C2 具備利他與合群的態度，並透過合作與人和諧互動。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 明白不同的問題解決方式，會產生不同的效果。</li> <li>2. 能採用問題解決技巧來因應面臨的壓力與壓力誘發的情緒。</li> <li>3. 以合適的問題解決技巧來面對自己的失敗狀況</li> <li>4. 明白自己的優點，並善用己身優勢來解決問題。</li> <li>5. 明白自己的弱點，並找出克服弱點方法。</li> <li>6. 能運用科技產品與他人互動。</li> <li>7. 能運用問題解決技巧，區辨網路訊息以自我保護。</li> <li>8. 具備基本法律常識，運用問題解決技巧，處理網路負向內容。</li> <li>9. 與他人合作時，能尊重與接納不同的意見。</li> <li>10. 與他人發生衝突時，能運用同理心及問題解決技巧，做出適當回應</li> <li>11. 與他人相處時，能運用拒絕的技巧，禮貌說明婉拒他人要求的原因。</li> </ol>

- |  |   |
|--|---|
|  | <p>12. 與他人衝突時，能運用問題解決技巧，尋求適當協助。</p> <p>13. 能運用問題解決技巧，拆解複雜的工作並執行完成。</p> <p>14. 能運用問題解決技巧，遵守老師的指令或班級規則。</p> |
|--|---|

五、本學期課程內涵：第一學期評量

教學進度	單元名稱	課程學習表現	課程學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
第 1-5 週	情緒控制	<p>特社 1-IV-2 分析不同處理方式引發的行為後果。</p> <p>特社 1-IV-3 在面對壓力時，適當的調整情緒。</p> <p>特社 1-IV-5 從可行策略中，選擇適當的紓解壓力方式。</p>	<p>特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。</p> <p>特社 A-IV-3 問題解決的技巧。</p>	<p>1. 認識正向情緒。</p> <p>2. 認識負向情緒。</p> <p>3. 覺察不同事件、情境下可能產生的情緒。</p> <p>4. 學習宣洩情緒及壓力的方法(書寫/深呼吸/音樂/運動)</p>	<p>1. 教師透過電影腦筋急轉彎欣賞、分析，由劇中幾個主要角色教導學生情緒種類。</p> <p>2. 情緒影響生理來引導學生反思自身情緒高漲時可能出現的反應，例如：生氣所以跟同學吵架，導致友誼關係疏離的因果關係，共同反思可以如何控制與調適情緒。</p> <p>3. 結合正念減壓法、靜坐、冥想或透過媒彩畫作，降低壓力並達到控制與調適。</p>	<p>1. 認識正向、負向情緒。</p> <p>2. 從不同情境中察覺可能產生的情緒。</p> <p>3. 能找出自我宣洩情緒及紓解壓力的方法。</p>
第 6-10 週	快樂溝通	<p>特社 2-IV-9 與他人共同從事活動，分享彼此的感受或想法。</p> <p>特社 2-IV-11 在面對衝突情境時，控制自己情緒並選擇可被接受的</p>	<p>特社 A-IV-3 問題解決的技巧。</p> <p>特社 B-IV-2 同理心的培養。</p> <p>特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。</p>	<p>1. 能專心聆聽他人談話。</p> <p>2. 能適當表達自己的看法。</p> <p>3. 能察覺他人與自己意見相同及相異之處。</p> <p>4. 能尊重、接納他人</p>	<p>1. 帶領活動「超級比一比」，雙向及單向溝通互動了解不同溝通模式與技巧。</p> <p>2. 說明同情心與同理心的差異，利用「被貼標籤的鱷魚」繪本引導學生思考繪本中</p>	<p>1. 能專心聆聽他人談話內容，並適時表達自己的看法。</p> <p>2. 能察覺他人與自己意見</p>

		方式回應。		與自己意見相異之處。 5. 學習三明治溝通技巧，且能運用於日常情境。	鱷魚的情緒與想法，進而達到同理。 3. 事前設定共同主題後，給予每位學生一張色紙邀請他們以剪紙方式呈現，並請學生介紹自己的創作，從中發現同樣主題卻可以帶來不同呈現結果，進一步了解多元觀點，每個人都是不一樣的、獨特的。 4. 教導學生日常生活中運用三明治溝通技巧	相同及相異處，並能尊重及接納相異處。 3. 日常情境中能運用三明治溝通技巧。
第 11-15 週	勇敢拒絕	特社 2-IV-14 在無法接受個人或團體的要求時，禮貌的說明拒絕的原因。 特社 2-IV-15 與他人相處，分辨危險情境或危險人物，採取正當的防衛措施。	特社 B-IV-4 拒絕的技巧。 特社 A-IV-3 問題解決的技巧。	1. 理解他人談話內容。 2. 分辨合理與不合理的要求。 3. 學習運用「我訊息」溝通，且能夠拒絕他人的要求。	1. 以經驗分享方式共同思考過去是否有過他人盛情邀約，但自身意願低落的情況，進一步探討自我意願。 2. 如何學會與不合理要求說不的回絕技巧，練習回絕：「感謝你的邀請，但是我因為什麼原因所以要	1. 能理解他人談話內容。 2. 能分辨合理與不合理的要求。 3. 學會「我訊息」溝通，並能拒絕他人的要求。

					先拒絕你。」的方式同儕間，設計情境題互相練習說不。	
第 16-20 週	自身安全	特社 2-IV-19 懂得保護自己，正確判斷及因應禮物或金錢的誘惑 特社 2-IV-23 在面對爭吵或分手的情境，冷靜面對結果，並尋求適當協助保護自己。	特社 A-IV-3 問題解決的技巧。	1. 學習安全分手守則後在人際友伴間，都能夠確實運用並了解如何保護自我安全。	1. 學習安全分手 STOP 守則： Save 安全：注意自身的安全性。 Time 時間：時間應避免於人煙稀少的時間點。 Occasion 地點：選擇開放的空間、環境。 Person 對象：邀請同儕陪伴前往避免單獨赴約。 2. 透過角色扮演練習且課後能實際運用溝通技巧於情境中。	1. 透過學習 STOP 守則，在人際友伴間確實運用並保護自我安全。

第二學期

教學進度	單元名稱	課程學習表現	課程學習內容	學習目標	教學重點	評量方式
------	------	--------	--------	------	------	------

第 1-5 週	面對失敗	特社 1-IV-6 分析失敗的原因，並從成功的經驗自我肯定。 特社 1-IV-7 根據優弱勢能力，設定努力或學習的目標。	特社 A-IV-3 問題解決的技巧。 特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。	1. 從成功和失敗的經驗中找出原因。 2 覺察自己的優點及劣勢。 3. 進一步學習將自我優勢運用於日常生活情境。 4. 增加自我認同與自我肯定以提升自信。 5. 肯定與正向回饋技巧	1. 透過桌遊互動觀察並以小組討論方式了解自身成功的原因、要素以及面對失敗如何處理。 2. 運用周哈里窗：盲自我、開放我、隱藏我、未知我等四個部分引導學生達到自我覺察、反思。 3. 運用優點大轟炸、結合自我肯定技術與正向回饋技巧教導學生覺察自己的優勢與亮點。	1. 能從成功或失敗經驗中找出原因。 2. 能說出自己的優點及劣勢。 3. 能將自我優勢運用於日常生活情境中。 4. 能增加自我認同與自我肯定。 5. 學會肯定與正向回饋技巧
第 6-10 週	尊重他人	特社 2-IV-17 以平等、尊重的態度與他人共同參與團體或活動。 特社 3-IV-1 能在課堂或小組討論尊重他人不同的意見。	特社 C-IV-1 尊重與採納學校的多元意見。	1. 能以平等、尊重的態度與他人共同參與活動。 2. 能仔細聆聽他人不同的意見。 3. 在課堂或小組討論能尊重他人不同的意見。	1. 透過活動主題進行小組討論，鼓勵每個人發表意見，並引導學生統合各種意見的異同。 2. 引導學生覺察、省思，並學習尊重他人不同的意見。	1. 能以平等、尊重的態度與他人共同參與活動。 2. 在課堂或小組討論中，能仔細聆聽並尊重他人不同的意見。
第 11-15 週	遵守負責	特社 3-IV-2	特社 A-IV-3	1. 學會遵循桌遊規則	1. 教師使用桌由方	1. 能遵循桌遊

		服從指令規劃步驟完成複雜的工作。 特社 3-IV-3 配合老師的指令，遵守不同學習情境和器材的使用規則與安全。	問題解決的技巧。	與步驟完成任務。 2. 學習團體分工達到問題解決。 3. 學習合作完成指定任務	式引導學生共同分析、聆聽並於遊戲過程中遵守規則。 2. 依據學生特性分組協助其達到分工合作的效果與經驗。 3. 回饋教師在課程中觀察到的亮點。	規則與步驟完成任務。 2. 學會團體分工並達到問題解決。 3. 能與同伴合作完成指定任務。
第 16-20 週	網路安全	特社 2-IV-1 運用科技媒體接收他人的訊息，以及解讀科技媒體訊息上的意義。 特社 2-IV-4 具備正確使用網路的基本法律常識。 特社 2-IV-5 運用科技媒體表達和接受不同的意見或感受。	特社 B-IV-1 科技媒體的運用。 特社 A-IV-3 問題解決的技巧。	1 學習加以求證資訊，區辨網路訊息真實性。 2. 了解及辨別網路交友匿名性、真實性。 3. 當遭遇網路霸凌時，能採取適當的方式處理。 4. 學習基本網路法律常識，以合宜方式處理網路衍生的爭議。	1. 網路社交模式:匿名性、正確性等進一步說明網路交友的特質，使學生能有基本知識概念。 2. 網路媒體內容識讀:搜尋網路的真實與虛假新聞，帶領學生一起閱讀並教導學生看見網路新聞、文章時可以運用哪些資源確認內容是否屬實。 3. 正確網路交友原則:避免給予真實姓	1. 學會求證網路訊息真實性 2. 能了解及辨別網路交友匿名性、真實性 3. 能採取適當的方式處理網路霸凌問題 4. 能具備基本網路法律常識，並能以合宜方式處理網路衍生的爭議

					<p>名、地址及電話或其他較為私人的基本資料；網友提出邀約見面時應如何自我保護。</p> <p>4. 基本網路法律常識：隱私、資料引用、智慧財產權等。</p> <p>5. 面對霸凌以正確方式因應：除了學習辨識哪些行為涉及霸凌以外，礁島學生遭遇霸凌時可與校內信任的導師反應、與家長溝通討論。</p>	
--	--	--	--	--	--	--