

臺南市 113 年度友善校園學生事務與輔導工作

「校園正向管教範例徵選」

國小組-「班級經營類」

從心看見「美好心世界」



校園正向管教範例

壹、範例架構

一、名稱

從心看見「美好心世界」

二、目標

國小三年級學齡兒童在人格發展正面臨勤奮與自卑危機的階段，且學生經過分班，從低年級進入中年級新的學習階段，面對新的環境與新的同學，心中充滿陌生與期待。

教育正是解決學童勤奮與自卑危機的過程，藉由班級經營活動設計，從欣賞與表現自己的長處並接納自己做為開始；再提供同儕間互相欣賞與合作學習的機會，引導學生欣賞他人的長處，接納他人，表達對他人的欣賞；進而增進同學之間的溝通互動及情感交流，學習表達對同學的欣賞與祝福。

期望藉由此學習活動能提升學生的自我認同感，肯定其自我價值，增加學習自信心，以培養健全人格的發展，每位學生都能在心中創造一個良善自信的「美好心世界」，也能在同儕互動間創造互敬互助的「美好新世界」。

三、對象

學生為國小三年級學生

四、問題類型

學生有時為了增加團體榮譽與自我優越感，常常會批評或指責學習能力或成就較後段的同學，形成學習成就前段的學生不夠謙虛，而學習成就後段學生不夠自信的情況。

國小學齡兒童在人格發展正面臨勤奮與自卑危機的階段，而教育正是解決學童勤奮與自卑危機的過程，藉由班級經營活動設計，提供同儕間互相欣賞與合作學習的機會，期望能提升學生的學習興趣，肯定其自我價值，讓學生有學習成功的經驗，增加學習自信心，以培養健全人格的發展。

五、 情境說明

1. **學校類型**：全校 30 班，每學年 5 班之學校，每班人數約 29 人。
2. **班級氣氛**：學生為國小三年級學生，面對新的環境與新的同學，心中充滿陌生與期待，學生之間對於彼此的個性、興趣、喜好、學習能力、學習習慣、學習行為及學習成就正在慢慢熟悉與了解的階段。
3. **學生素質**：三年級時依 S 型常態編班，故全班學習能力呈常態分布。
4. **問題介紹**：學生有時為了增加團體榮譽與自我優越感，常常會批評或指責學習能力或成就較後段的同學，形成學習成就前段的學生不夠謙虛，而學習成就後段學生不夠自信的情況。

六、 採行策略

依據「自發、互動、共好」的核心理念設計教學活動：



七、 進行流程

【活動一】我們都很好：繪本沒有人喜歡我、你很特別

教學時間	1節課(40分鐘)
教學活動主題	共讀繪本 <u>沒有人喜歡我</u> 、 <u>你很特別</u>
教學活動目標	1. 欣賞與表現自己的長處，並接納自己。 2. 參與團體活動體察人我互動因素及增進方法。
教學準備與教材教具運用	繪本影片： <u>沒有人喜歡我</u> 、 <u>你很特別</u>
教學活動流程	【繪本1】<u>沒有人喜歡我</u> 1. 播放繪本影片：<u>沒有人喜歡我</u> 故事大綱：一路上<u>巴弟</u>遇到不同的動物，他認為大家都不喜歡他；之後狐狸陪著<u>巴弟</u>一一去向動物們問清楚他們對<u>巴弟</u>不友善的原因，結果大家解開誤會，成為好朋友。 2. 討論感受與深入理解內容： (1) 為什麼<u>巴弟</u>會覺得那些動物不喜歡他？ (2) 那些動物真的不喜歡<u>巴弟</u>嗎？為什麼？ (3) 為什麼大家最後會變成好朋友呢？ 3. 歸納重點：沒有人會不喜歡你，有時別人對你的不友善是來自於不了解與誤會，當<u>巴弟</u>鼓起勇氣，先伸出友誼的雙手，和其他動物把誤會解開，<u>巴弟</u>就和大家就變成了好朋友。 【繪本2】<u>你很特別</u> 1. 播放繪本影片：<u>你很特別</u> 故事大綱：<u>胖哥</u>想做好所有的事情以換取其他人肯定的金星貼紙，但是都適得其反的得到大家都不喜歡的灰點貼紙。直到有一天他遇到一個身上完全沒有貼紙的<u>露西亞</u>，<u>露西亞</u>告訴<u>胖哥</u>：「我不在乎其他木偶人給你的星星或點點，他們怎麼想並不重要，重要的是我怎麼想，我覺得你很特別。當你越相信我的愛，就越不在乎他們所貼的貼紙。」 2. 討論感受與深入理解內容： (1) 在<u>胖哥</u>的星球裡面，有一個什麼特別的習慣？ (2) 這樣的一個習慣，讓<u>胖哥</u>有什麼感受？ (3) 後來他遇見了誰，讓他去找一個很特別的人物？ (4) 這個特別的人物對<u>胖哥</u>說了什麼？ (5) <u>胖哥</u>最後有怎樣的轉變？

3. 歸納重點：

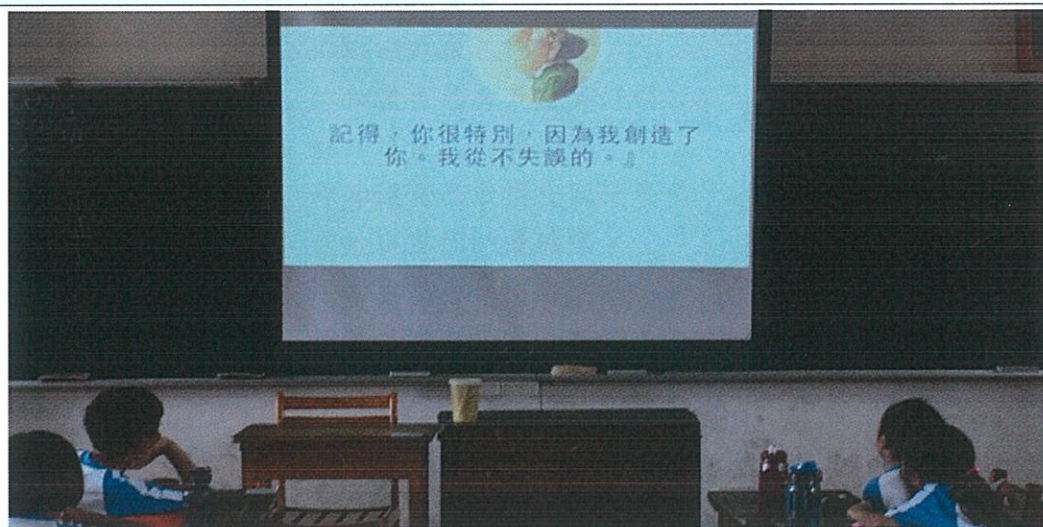
(1) 天生我才必有用，一個人的價值，不在於擁有多少東西，也不在於別人對自己的看法，一個人的價值在於自己是獨一無二的個體。所以我們要相信自己，肯定自己的長處與優點，也要接納自己的短處。

(2) 我們不可以任意為別人貼標籤或下評論，應該多看別人的長處，尊重每個人的優點與短處。



共讀繪本：沒有人喜歡我

★課堂討論：有時別人對你的不友善是來自於不了解與誤會，當我們鼓起勇氣，先伸出友誼的雙手，把誤會解開，就會和大家變成了好朋友。

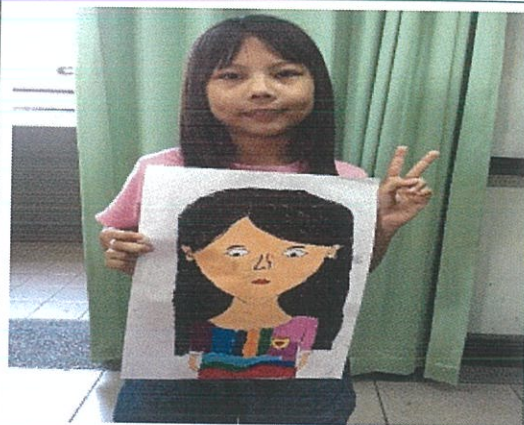


共讀繪本：你很特別

★課堂討論：一個人的價值在於自己是獨一無二的個體，所以我們要相信自己，肯定自己的長處與優點，也要接納自己的短處。不可以任意為別人貼標籤或下評論，應該多看別人的長處，尊重每個人的優點與短處。

【活動二】認識我的美好：「自畫像」、「自我介紹桌牌」製作、

教學時間	2節課(80分鐘)
教學活動主題	「自畫像」、「自我介紹桌牌」製作
教學活動目標	欣賞與表現自己的長處，並接納自己。
教學準備與教材教具運用	不同風格的三首音樂、鏡子、圖畫紙、繪圖用具、「看見我的美好~自我介紹桌牌製作學習單」
教學活動流程	【自畫像】製作 1. 身體暖身遊戲 學生先聆聽三種不同風格的音樂，學生選擇一首最喜歡的音樂，依據學生選擇的音樂將學生分成三組；分組撥放音樂，學生跟隨音樂節奏依序上台擺出三個自己最喜歡的姿勢。 2. 靜心觀察自己 請學生每人帶一個鏡子，靜心觀察自己臉型、額頭、頭髮、脖子、眼、鼻、嘴、耳、眉毛等等，並將在鏡子中看到的自己畫下來。 3. 猜猜我是誰 將學生的自畫像隨機展示在黑板上，請全班學生一起猜猜看自畫像的主人是誰。 【自我介紹桌牌】製作 1. 引導學生思考以下問題： 你認識你自己嗎？ 你知道自己有多麼美好嗎？ 妳知道自己的興趣嗎？ 你知道自己最擅長做什麼嗎？ 你知道自己的優點嗎？ 2. 請學生思考如何向新編班的同學及老師介紹自己呢？ 3. 請學生完成「看見我的美好~自我介紹桌牌製作學習單」。 4. 根據學習單，請學生製作自我介紹桌牌，貼於桌面上。 正面寫座號、姓名；背面寫自我介紹，桌牌正面的繪圖與版面設計可多呈現自己的特色喔！ 5. 上台自我介紹： 學生拿桌牌上台，正面朝前，大方呈現自己的姓名；向大家重先介紹自己，緊張時可以偷偷看一下背面的自我介紹喔！

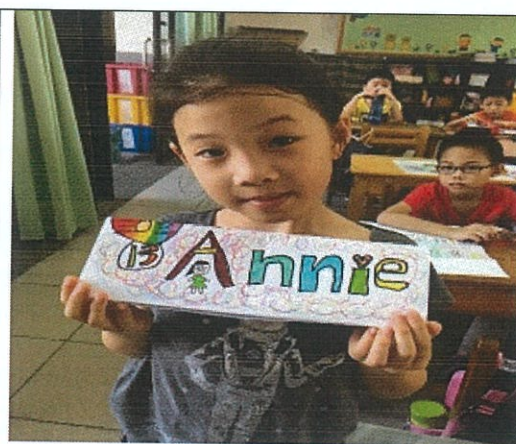


★我的自畫像：

學生從鏡子中靜心觀察自己臉型、額頭、頭髮、脖子、眼、鼻、嘴、耳、眉毛等等，並將在鏡子中看到的自己畫下來。



★自我介紹桌牌：桌牌正面寫座號、姓名，桌牌背面寫自我介紹，桌排加上代表自我的特色、圖案。



★上台自我介紹：

拿桌牌上台，正面朝前，大方呈現自己的姓名；向大家介紹自己。緊張時可以偷偷看一下背面的自我介紹喔！

【活動三】欣賞你的美好：「優點大轟炸」

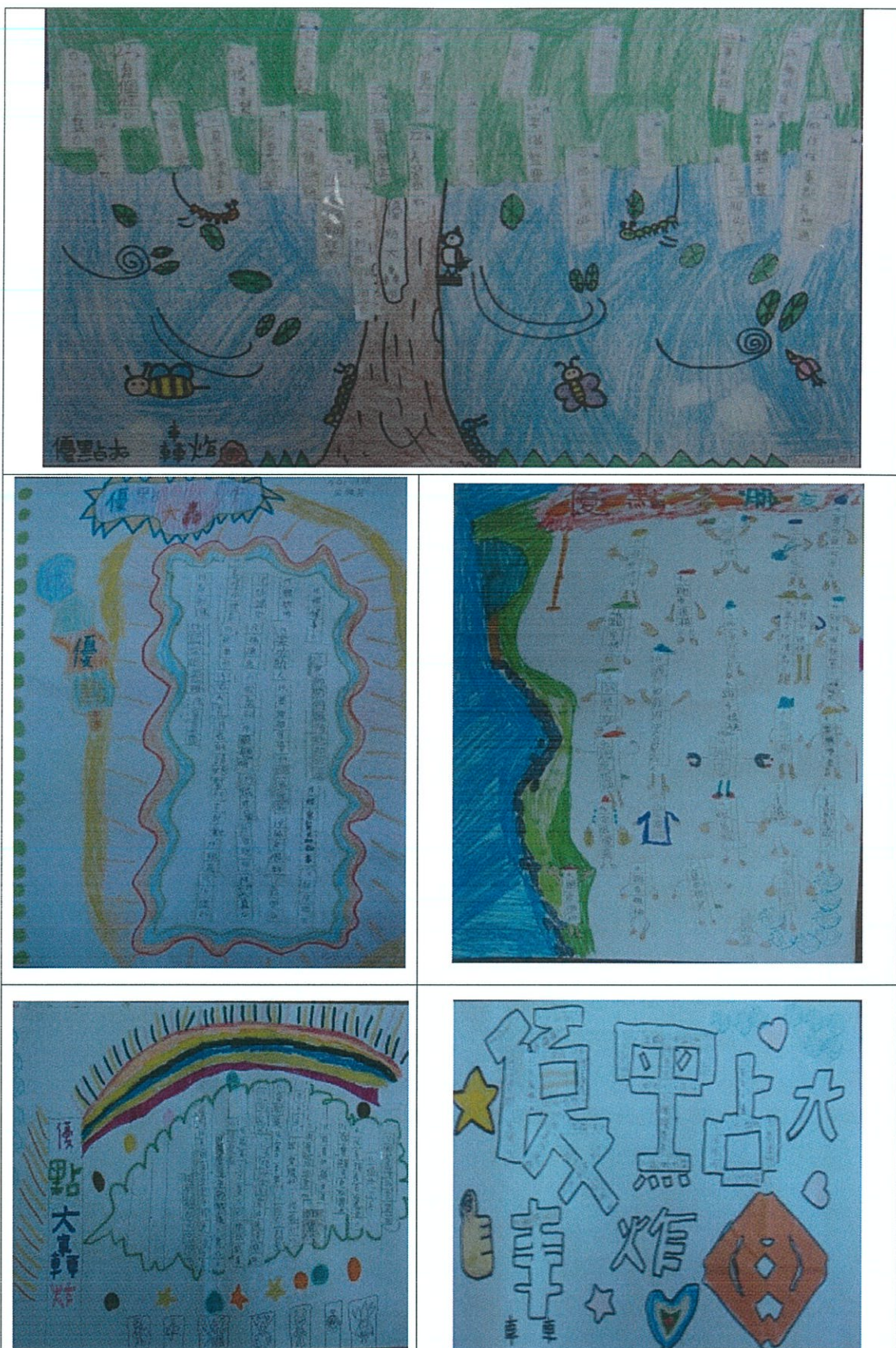
教學時間	1節課(40分鐘)
教學活動主題	「優點大轟炸」
教學活動目標	欣賞他人的長處，接納他人，並表達對他人的欣賞。
教學準備與教材教具運用	稿紙、圖畫紙、繪圖用具、剪刀
教學活動流程	1. 引導學生思考以下問題： 你認識你的同學嗎？ 你知道你的同學有多麼美好嗎？ 你知道你的同學的興趣嗎？ 你知道你的同學最擅長做什麼嗎？ 你知道你的同學的優點嗎？ 2. 請學生認真仔細思考每位同學的優點，提醒學生可從上個活動的自我介紹與平時和同學相處的點點滴滴中找線索。 3. 請學生在稿紙上寫下「每個同學」的一個優點，每個同學都要寫一個。(例如：全班有28個人，要寫28個人的優點。) 6. 將每個人的優點剪下成優點紙條，將優點紙條送給優點的主人，並大聲跟優點的主人說：「我發現你(優點)，你好棒！」 7. 學生會蒐集到全班同學寫給他的優點紙條，將優點紙條貼在圖畫紙中，並將自己此刻的心情畫成插圖。



學生在稿紙上寫下「每個同學」的一個優點，每個同學都要寫一個。(例如：全班有28個人，要寫28個人的優點。)



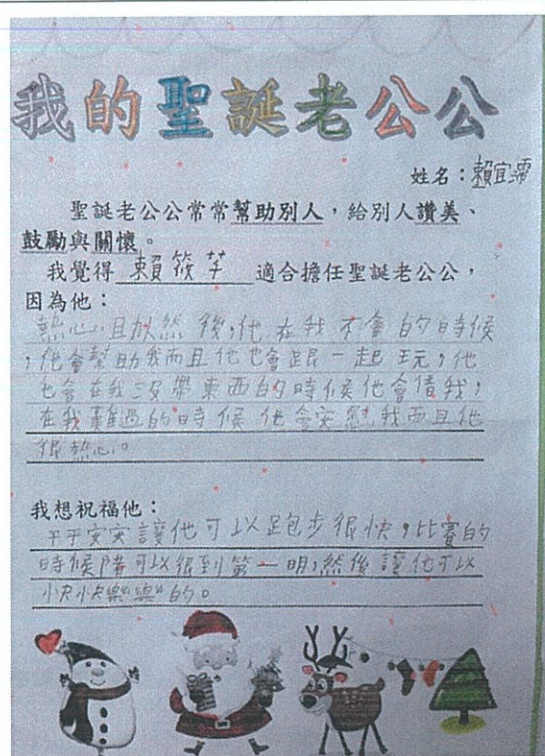
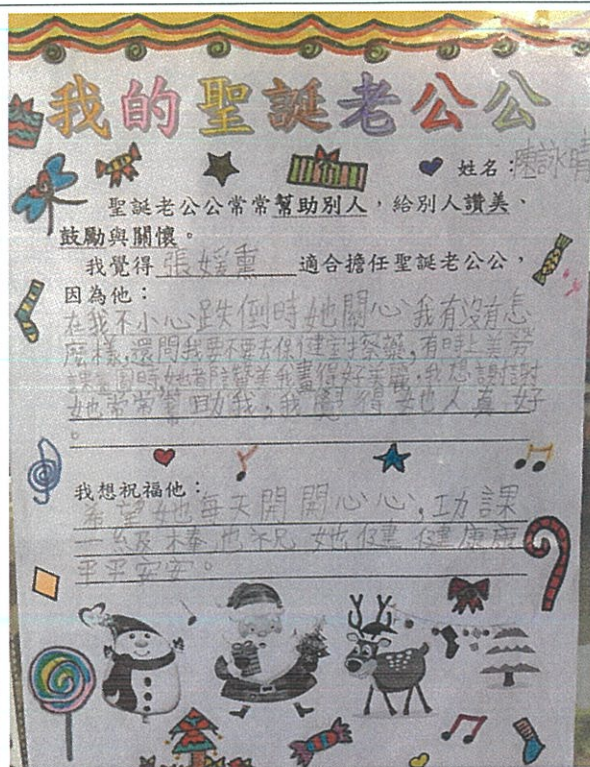
將每個人的優點剪下成優點紙條，將優點紙條送給優點的主人，並大聲跟優點的主人說：「我發現你(優點)，你好棒！」



【活動四】美好的感恩與祝福：「點歌給我的聖誕老公公」

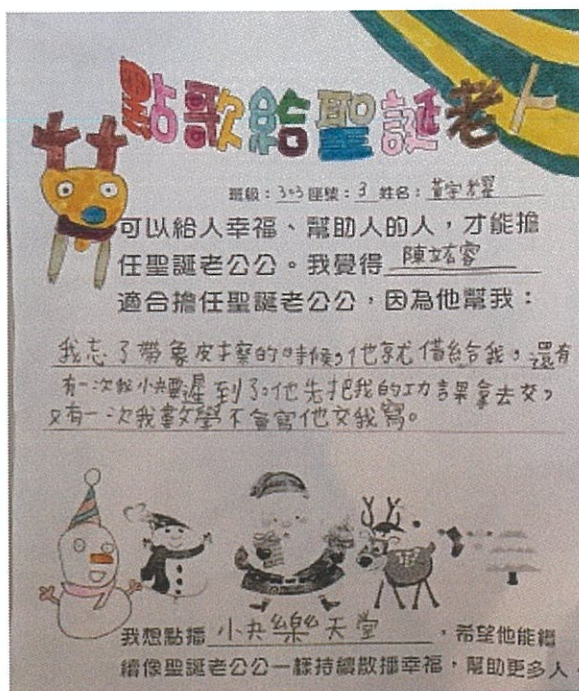
「聖誕老公公回信囉！」

教學時間	2節課(80分鐘)、五天的午餐時間
教學活動主題	「點歌給我的聖誕老公公」、「聖誕老公公回信囉！」
教學活動目標	1. 增進同學之間的溝通互動及情感交流。 2. 學習表達對同學的欣賞與祝福。
教學準備與教材教具運用	「我的聖誕老公公學習單」、「點歌給聖誕老公公學習單」、聖誕老公公的回信小卡、點歌的歌曲
教學活動流程	【點歌給我的聖誕老公公】 1. 說明聖誕節的由來與意義：傳播關懷、感恩、祝福與愛。 2. 聖誕老公公常常幫助別人，給別人讚美、鼓勵與關懷，根據「我的聖誕老公公學習單」的引導，請學生先寫出適合擔任自己的聖誕老公公的人選(可以多選幾位，不只一個人選)，再把原因寫出來，最後寫下給聖誕老公公最真摯的祝福。 ◎請仔細觀察我的聖誕老公公的特質並用心感受聖誕老公公給我的幸福： (1)優點：你是一個…(美麗、善良、活潑…) (2)感謝：寫下我和聖誕老公公的幸福瞬間，我的聖誕老公公曾經給我的「幫助」、「關心」、「安慰」、「鼓勵」與「讚美」。 (3)祝福：寫下對聖誕老公公的祝福-聖誕快樂、新年快樂、健康平安…。 (4)聖誕節應景插圖：聖誕樹、雪人、聖誕老公公… 3. 根據「點歌給聖誕老公公學習單」的引導，請學生點一首喜愛又合適的歌曲給自己的聖誕老公公，除了表達感謝也期望他能繼續像聖誕老公公一樣持續散播幸福，幫助更多人。 4. 請兩位學生擔任主持人，在午餐時間進行「聖誕點歌活動」，主持人朗讀學習單內容，公布每個人的聖誕老公公人選，並將點歌的歌曲在午餐時間撥放，大家一起感受感恩與幸福的時間。 【聖誕老公公回信囉！】 1. 請學生回信給選擇自己為聖誕老公公的同學。 2. 請聖誕老公公在回信小卡上寫下被選為聖誕老公公的心情、收到點歌祝福的心情，再感謝同學的感恩與祝福，最後寫上自己的回饋祝福。 3. 將所有聖誕老公公的回信小卡製作成聖誕樹，布置在教室中。



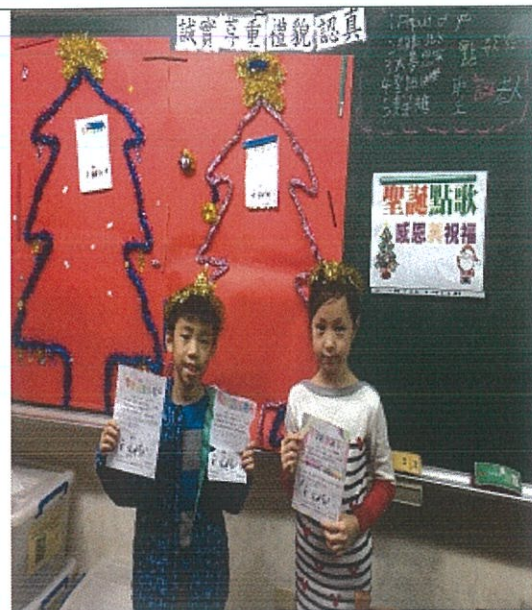
★「我的聖誕老公公學習單」：

用文字表達日常生活中與同學相處的細膩觀察與感受，感謝同學平時的幫忙與照顧，字裡行間充滿感動。



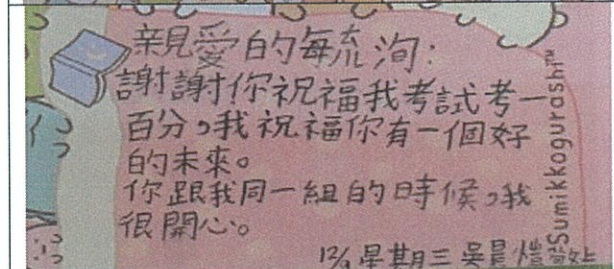
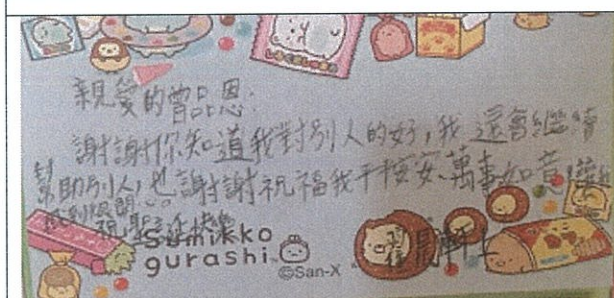
★「點歌給聖誕老公公學習單」：

表達對同學的關懷、讚美、感恩、祝福與愛，點一首喜愛又合適的歌曲給自己的聖誕老公公，除了表達感謝也期望他能繼續像聖誕老公公一樣持續散播幸福，幫助更多人。



★午餐時間進行「聖誕點歌活動」：

主持人朗讀學習單內容，公布每個人的聖誕老公公人選，並將點歌的歌曲在午餐時間撥放，大家一起感受感恩與幸福的時間。



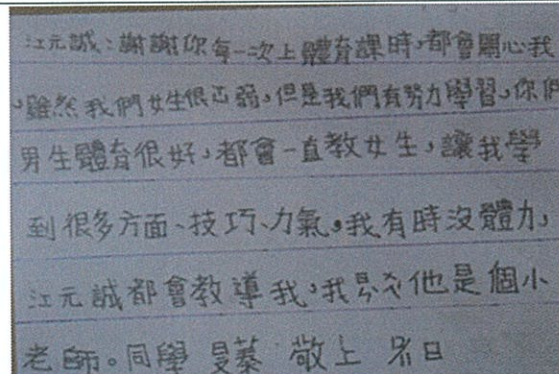
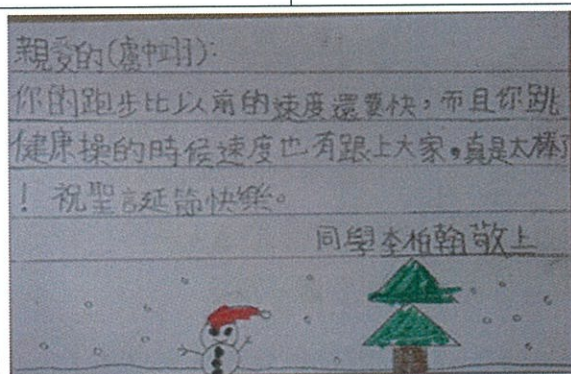
★聖誕老公公的回信小卡：

寫下被選為聖誕老公公的心情、收到點歌祝福的心情，再感謝同學的感恩與祝福，最後寫上自己的回饋祝福。

將所有聖誕老公公的回信小卡製作成聖誕樹，布置在教室中。

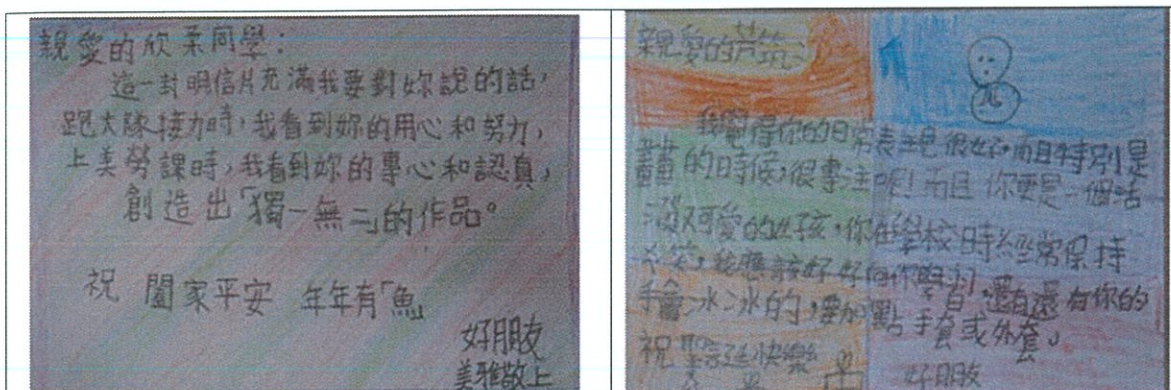
【活動四】美好的感恩與祝福：「愛的明信片」

教學時間	二節課(80 分鐘)
教學活動主題	「愛的明信片」
教學活動目標	1. 增進同學之間的溝通互動及情感交流。 2. 學習表達對同學的欣賞與祝福。
教學準備與教材教具運用	明信片範例照片、作品欣賞、附郵票明信片一人兩張
教學活動流程	1. 說明示範明信片書寫格式。 2. 抽[親愛的]收信對象 3. 寫祝福的明信片給[親愛的]收信對象 ◎明信片內容： (1)優點：你是一個…(美麗、善良、活潑…) (2)關心：「觀察」[親愛的]收信對象在學校發生的事情，給予「關心」、「安慰」、「鼓勵」與「讚美」。 (3)祝福：新年快樂、大吉大利、健康平安… (4)新年應景插圖：紅包、鞭炮、橘子、金元寶… 4. 全班一起徒步到學校附近郵局寄信 5. 家裡收信 6. 回信(感恩明信片) ◎回信明信片內容： (1)感謝同學的祝福 (2)收到祝福的心情 (3)回饋祝福：新年快樂、大吉大利、健康平安… (4)新年應景插圖：紅包、鞭炮、橘子、金元寶…

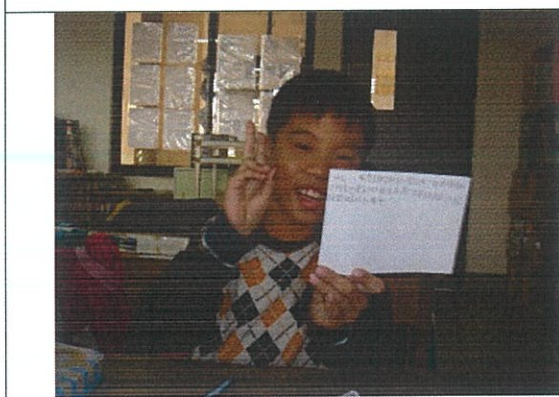


祝福明信片：

用文字表達日常生活中與同學相處的細膩觀察與感受，感謝同學平時的幫忙與照顧，字裡行間充滿感動。



祝福明信片：表達對同學的關懷、讚美、感恩、祝福與愛。



收到祝福明信片好開心！

八、所需資源

【活動一】原來我們都很好：

繪本影片：沒有人喜歡我、你很特別

【活動二】認識我的美好：

1. 圖畫紙、繪圖用具
2. 認識我的美好~自我介紹桌牌製作學習單

【活動三】欣賞你的美好：

稿紙、圖畫紙、繪圖用具、剪刀

【活動四】美好的祝福：

1. 我的聖誕老公公學習單、點歌給聖誕老公公學習單、點歌的歌曲
2. 聖誕老公公的回信小卡
3. 明信片範例照片、附郵票明信片一人兩張

自我介紹桌牌製作學習單

親愛的小朋友：

你認識你自己嗎？你知道你有多麼優秀嗎？你知道你最擅長做什麼嗎？你知道自己的優點嗎？

升上三年級後，新的學期應該開拓新的視野，向新同學介紹自己吧！加油！

思考一下你怎麼要向同學及老師介紹自己呢？請先完成這張學習單，下週就可以寫入「自我介紹桌牌」中囉！

☆我是：_____

☆我的外表：_____

☆我的個性：_____

☆我的興趣：_____

☆我的專長：_____

☆對自己未來這一年的期許：_____

☆其他補充(自由發揮)：_____

我的聖誕老公公

姓名：_____

聖誕老公公常常幫助別人，給別人讚美、鼓勵與關懷。

我覺得_____適合擔任聖誕老公公，因為他：_____

我想祝福他：



點歌給聖誕老人

班級：____ 座號：____ 姓名：____

可以給人幸福、幫助人的人，
就能擔任聖誕老公公。

我覺得____適合擔任聖
誕老公公，因為他幫我：

我想點播歌曲____
希望他能繼續像聖誕老公公一樣
持續散播幸福，幫助更多人。



參、回饋與建議

*學生的回饋建議：

學生 1：到新的班級要自我介紹我很緊張，不知道要說什麼，但看過繪本後我知道自己是獨一無二的，我要有信心，向別人介紹自己讓別人了解我。寫完自我介紹學習單後，我決定要介紹我的個性、興趣和專長。我覺得其他同學都介紹得很好，讓我對新同學有更多認識，我也知道班上有三位同學和我一樣喜歡打籃球，我很快找到新玩伴，很棒。

學生 2：我很喜歡自己做的自我介紹桌牌，我把我的興趣彈鋼琴，我的嗜好養寵物，和我的措號茶碗蒸都畫在桌牌裡，同學看到桌牌後都稱讚我很會畫畫，我很開心。

學生 3：以前我不喜歡別人批評我的缺點，也不喜歡在做錯事時有人取笑我，所以如果沒有把握的學習，我都不敢爭取。在優點大轟炸的活動中我很開心，因為有許多人看到我的優點，我把這些優點排成一棵愛的大樹，因為大家給我很多優點就像給我很多愛，因為有了這些愛，我也有力量去愛別人，學會稱讚別人，看到別人的優點，而且鼓勵別人。以前我覺得不乖的同學，現在都覺得他進步了，我想是因為我的心變得更善良了吧！我喜歡自己變善良。

學生 4：我的成績沒有很好，但我很會運動，我以為班上同學不知道我的優點，但優點大轟炸時，很多人讚美我很會跑步和打球打得很好，讓我越來越有信心，所以我在體育課時就開始常常幫助體育不好的同學，有同學在明信片中謝謝我在體育課給他的幫忙，還選我為聖誕老公公，我很感動，我一定要繼續用我的好體育幫助和鼓勵同學。

學生 5：本來我很怕沒有人選我當聖誕老公公，因為我不是很喜歡表現的人，沒想到有同學選我，因為我在他受傷時陪他到健康中心，原來同學記得我對他的好，雖然幫助別人不是為了得到回報，但同學選我當聖誕老公公我超級感動。我也選了三個同學當我的聖誕老公公，因為他們都幫助過我，班上同學都有被選上聖誕老公公，我覺得很好，表示我們都會互相鼓勵和幫助，也都記得別人的付出。

***家長的回饋建議：**

家長 1：以前孩子回家常常氣憤地抱怨，因為同學做錯事或能力不好，害他們這一組沒有贏，身為家長除了安慰也不知道怎麼引導孩子。但當他開心拿著別人寫給他的優點時，我看到了他的改變，他開始轉變心念，從別人稱讚他的善念中學會欣賞別人，開始包容、接納與幫助能力較不好的同學，開始用鼓勵代替批評，看到同學的進步帶給他無與倫比的成就感，很高興我的孩子學會看見生命中每個人的美好。

家長 2：看到孩子被選為聖誕老公公的原因，我好感動！原來我的孩子在同學眼中是這麼好，我看到他在學校中原來有這麼多優異的表現是我沒有發覺的，感謝同學給他許這麼多讚美、關心和鼓勵。也謝謝同學，讓我知道原來我的孩子這麼棒！

家長 3：收到寄到家裡的祝福明信片時，我好感動！原來我的孩子在同學眼中有這麼多優點，我看到他在學校中會幫助別人，熱心班務，也會誇讚鼓勵同學，還會耐心教同學數學。感謝同學給他許這麼多讚美、關心和鼓勵。也謝謝同學寄來的明信片，讓我知道原來我的孩子這麼棒。

家長 4：收到明信片後，我很訝異同學給我的孩子這麼多讚美和祝福，我和爸爸也開始嘗試在家裡多多讚美孩子，發現孩子也改變了，以往他常常嫌棄弟弟很慢並嚴厲批評弟弟，現在卻開始鼓勵弟弟幫助弟弟，很開心全家人的感情更好了。

肆、心路手札

作品名稱	從心看見美好心世界
作者姓名	吳佳玢
學歷	國立台中教育大學 自然科學教育學系 畢業 國立台南大學教育學系 課程與教學碩士班 畢業
經歷	台南市中西區忠義國小 教師兼導師

課程設計發想

國小三年級學生經過分班，從低年級進入中年級新的學習階段，面對新的環境與新的同學，心中充滿陌生與期待。在班級與教學的過程中，發現學生為了增加團體榮譽與自我優越感，常常會批評或指責學習能力或成就較後段的同學，形成學習成就前段的學生不夠謙虛，而學習成就後段學生不夠自信的情況。

國小學齡兒童在人格發展正面臨勤奮與自卑危機的階段，而教育正是解決學童勤奮與自卑危機的過程，藉由班級經營活動設計，提供同儕間互相欣賞與合作學習的機會，期望能提升學生的學習興趣，肯定其自我價值，讓學生有學習成功的經驗，增加學習自信心，以培養健全人格的發展。

因此，依據正向的管教與輔導理念，設計以實作為主的學習活動，希望內化學生價值觀念，改善學生負面行為；期能藉由同儕間互相欣賞與關懷，增進學生正向學習態度與學習行為，發展學生的興趣及充實能力，讓學生能有學習成功的經驗，以減少自卑感，激發個人潛能，肯定自我價值，培養健全人格與學習信心。

希望透過「從心看見美好心世界」的教學活動，讓孩子看見自己與他人的優點，並嘗試用友善的態度欣賞稱讚別人的優點，肯定自己，欣賞他人，每位學生都能在心中創造一個良善自信的「美好心世界」，也能在同儕互動間創造互敬互助的「美好新世界」。

每個人都有自己的缺點和優點，每個人都希望得到優點的讚美勝過缺點的批評，在【活動一】我們都很好的活動中，透過全班共讀沒有人喜歡我與你很特別兩本繪本，深入討論一個人的價值，是他自己本身就是一個獨一無二的個體，或許不是最好、最完美的，但我是唯一的，世界上也不會有一個和我一樣的人。所以我們要看重自己，要相信自己是最特別的，對自己要有信心。

在【活動二】認識我的美好的活動中，學生經由「自畫像」和「自我介紹桌牌」製作，重新思考與發掘自己的優點、興趣與專長，並透過自我介紹的發表，開始在心理歷程中建構正向的自我概念。要先能夠認識自己、肯定自己，才能認識別人，肯定別人；大家都喜歡和快樂的人在一起，先學會喜歡自己，才能發揮自己的長處，如果能夠與自己快樂的相處，別人自然而然也會喜歡和你做朋友。

成功的教學在於使學生合作並熱誠參與學習活動，【活動三】欣賞你的美好的「優點大轟炸」是學生最喜歡也最投入的活動；透過寫出所有同學的優點，學生從正面的角度重新定義已經認識一年的同學，也學會讚美別人的美好；學生從每個同學送給自己的優點條中，得到別人肯定自己的重要證據，讓心理歷程中的正向自我概念更加穩固，也更有自信心了。

最後藉由【活動四】美好的感恩與祝福書寫「我的聖誕老公公學習單」、「點歌給聖誕老公公學習單」、「聖誕老公公回信小卡」與「愛的明信片」的活動，增進同學間的溝通互動與情感交流，引導學生將情意與知識轉化為具體的行動，學習表達對同學的欣賞與祝福，練習把對同學的關心適度表達出來讓他人感受到。

伍、參考資料

1. 繪本(沒有人喜歡我)影片：<https://www.youtube.com/watch?v=Gh7Xc834h9I>
2. 繪本(你很特別)影片：<https://www.youtube.com/watch?v=o9X0RoQkRvU>
3. David R. Shaffer。譯者：王雪貞、林翠湄、連廷嘉、黃俊豪(2005)。發展心理學。台北市：學富文化