109學年度國小專任輔導教師年度成果報告

JUNE 2021

班級輔導區級公開授課經驗分享
—一年級情緒教育

新北市新莊區豐年國小　林孜穎　專任輔導教師

目錄

壹、 班級輔導區級公開授課理念

一、班級輔導規劃理念.....2

二、班輔主題規劃理念.....3

貳、實施歷程

一、共同備課.....4

二、課前會議.....6

三、公開授課.....7

四、專業回饋.....9

參、自我反思與期許.....11

壹、 班級輔導區級公開授課理念

一、班級輔導規劃理念

專輔以「愛」為輔導核心，結合學校「人文」、「健康」、「豐富」和「創新」等四個願景，針對教師、學生和家庭等三面向不同需求推動學校輔導工作，規劃多元面相輔導活動。

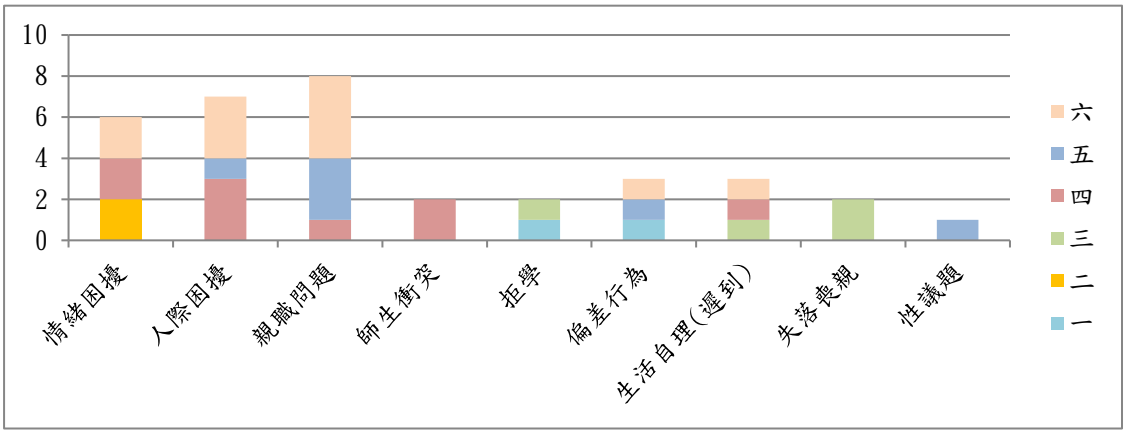
其中，「班級團體輔導」屬於一級輔導活動推動範疇，透過班級輔導活動可以藉由與導師和學生的互動，了解導師班級經營模式、班級氛圍，也可以了解學生在班級中與同儕互動情形，在導師與學生方面各有助益。

導師方面，能透過班輔前與導師討論，對於班級學生有初步的認識，在班輔時能夠留意某些學生的狀況，在班輔後也能與導師再次討論，提供導師相關輔導策略，協助學生面對問題行為，或是需要面對的課題；學生方面，則是能在每一次與學生於班級的正向互動下，對於未來學生進入二級輔導時，更容易建立關係，學生也較容易願意敞開心房進行晤談。

綜合上述，班級團體輔導課程有其重要性，但在輔導工作中專輔因為時間的安排僅能以一至兩節課的時間入班進行班級輔導，因此在主題的選擇及課程的設計中更需要花心思進行規劃，在一節課中發揮最大的效益。

二、班輔主題規劃理念

本次班輔主題規劃以「情緒教育」作為主軸，原因有兩個，其一，在往年情緒困擾提出的受輔學生每一年比例都很高，以 108 學年度豐年小受輔學生主訴問題為例，從圖表一上看見在情緒困擾上的人數比例也偏高，即使有其他的主訴問題，都跟情緒議題有關。專輔發現與學生進行晤談時，與學生進一步探討對於情緒的感受時，學生沒有辦法馬上覺察，對於情緒詞彙的認識也較為陌生，需要在長時間陪伴下才比較能夠表達情緒感受。



圖表一 108 學年度豐年國小受輔學生主訴問題年級分布人數統計表

其二，專輔於 108 學年度開始成立輔導學習社群，成員包含低年級導師與行政人員，根據教師們長期帶班經驗與授課經驗所提出的案例中，最多的主訴問題也是情緒困擾的學生。因為教師們在學生有較高漲的情緒時往往會感到為難，一方面學生的狀況會影響到課程的進行，也會影響到其他學生的學習，另一方面需要安撫這些學生也需要花更多時間協助，即便事後與學生討論事件，學生對於面對負面情緒仍舊不容易，可能是對於詞彙的不理解，也可能因為家庭或個人經驗處理負向情緒時，沒有好好被接住，因此會認為擁有負面情緒，等同於貼上壞學生標籤。因此教師們認為情緒教育越早學習，對於孩子在面對情緒與問題解決的能力都會有幫助。

綜合上述，為了更貼近豐年孩子需求，專輔規劃一年級情緒教育課程作為班輔主題，並以區級公開授課形式讓更多夥伴能夠透過公開觀議課的專業對話與討論，提供專輔在課程設計與教學上更多專業的想法與建議。

貳、 實施歷程

一、共同備課

專輔透過輔導社群與教師共同備課，在共備前教師社群藉由讀書會形式探討情緒教育，彼此對於情緒教育相關知能有基本概念，也透過不同桌遊的體驗，設想學生在進行桌遊學習情緒時可能會遇到的狀況，教師間透過對話不斷討論，為低年級情緒教育擬定並設計課程。

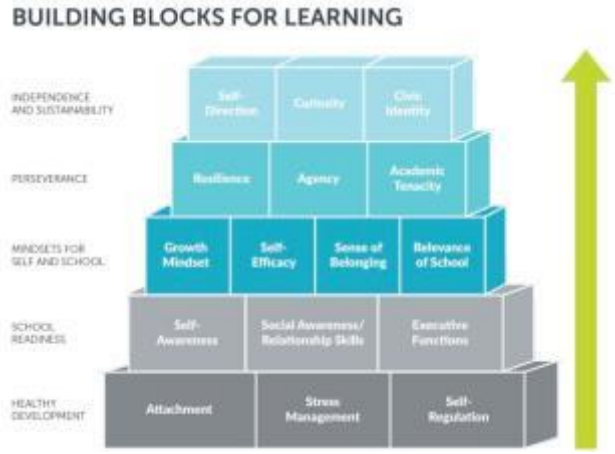
課程主題擬定

情緒教育桌遊體驗

針對情緒教育課程主題中，參考「學業與社會情緒學習協會」(CASEL)(2017)提出社會情緒學習核心能力(圖一)，該能力亦在培養學生在認知、情意與技能上，對於情緒管理的了解、對他人有同理心、建立良好人際關係、設定積極目標，並且能為自己決定負責。因此本課程也會注重學生在情緒學習上，個體對自己、他人的情緒覺察、辨識與表達，此外在對於事件的情緒因應調適能力也不容忽視，不過因為課程會針對一年級學生進行設計，因此在情緒調適能力的部分會提供更多外在資源協助學生因應情緒，在課堂中會提供學校輔導信箱的輔導資源，鼓勵學生在情緒高漲時除了運用內在調節資源、尋求導師協助等方式，也可找校內資源協助因應情緒。

圖一 CASEL（2017）社會情緒學習核心能力

不僅在CASEL（2017）社會情緒學習核心能力中提及自我覺察與人際關係的重要性，在K. Brooke Stafford-Brizard的學習模組(圖二)中，也同樣將兩者視為學習不可忽視的重要元素。專輔根據上述兩者提出的重要論點，融入十二年國教核心素養作為課程設計參考架構，本課程融入核心素養，分別為「E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能」、「E-C2 具備理解他人感受，樂於與人互動，並與團隊成員合作之素養」。



圖二K. Brooke Stafford-Brizard, Ph.D.學習模組

綜合上述，擬定一年級情緒教育班級輔導課程目標如下：(一)認識人類基本情緒。(二)提升對於自我情緒的覺察、辨識與表達。(三)促進學生班級互相合作能力。

最後，考量到低年級學生在學習情緒需要以多元媒材的輔助，因此在媒材的選擇上透過《彩色怪獸》繪本與桌遊體驗方式，讓學生能夠在情緒教育上有多元的學習體驗，同時也能增加趣味性。桌遊部分則是專輔參考彩色怪獸桌遊後，自製改變成大型的桌遊，讓全班能共襄盛舉，並且透過大型桌遊，讓班級更有共同完成任務的向心力。

專輔手繪、手縫的自製桌遊

二、課前會議

為了能讓學校教師更了解學校輔導工作及班級輔導相關知能，專輔在說課時針對「學校輔導工作三級輔導內涵」與「班級團體輔導意義」進行簡單說明，增加教師對於輔導工作的概念，此外，也分享在過去受輔學生的經驗及情緒教育的重要內涵。

學校輔導工作三級輔導內涵說明

班級團體輔導的意義說明

108 學年度受輔個案報表說明

社會情緒學習能力說明

在課前會議中，專輔分享在一年級班輔前規劃學生宣講提供課程先備經驗，以新生定向輔導為主題，透過宣講讓讓學生事先認識專輔教師，也透過《彩色怪獸去上學》繪本協助學生整理的上學經驗，並且可以透過自己的經驗更協助剛開始抗拒上學的彩色怪獸，故事結束後也埋下彩色怪獸身上有許多顏色的伏筆，作為班輔的引起動機。

專輔進行一年級定向輔導學生宣講活動

此外，會議中也說明本次課程設計及觀課重點。因為是第一次入班進行班輔，因此於暖身活動時會進行課程約定，並針對進行學生宣講的繪本內容回顧與提問引起動機，接著進入發展活動，與學生進行《彩色怪獸》繪本共讀與桌遊活動，最後綜合活動則進行課程歸納與學習分享。而本次觀課以兩大重點為主，分別為輔導技巧運用，包含專注傾聽、重述、引導方式、同理心、支持、保護、重新架構，以及學生反應和班級氛圍營造。

三、公開授課

專輔第一次進行班級輔導，在暖身活動時與學生先進行課程約定與獎勵制度的說明，上課前發下每位學生姓名立牌，讓專輔在課堂上能夠叫出學生的名字，若學生在課堂有發生特殊狀況，方便下課時與導師進一步討論。說完約定進行學生宣講的繪本內容回顧與提問引起動機，學生記憶猶新、反應熱烈，對於專輔的提問予以大膽的猜測和假設，專輔一一予以肯定和鼓勵，透過獎勵卡的方式鼓勵之，專輔也請學生將獎卡壓在桌墊底下，一方面不會讓學生拿著獎卡完，另一方面也讓專輔可以知道那些學生已發表，藉此機會可以讓不同學生都能分享自己的想法與感受。

專輔進行上課規則說明

學生回答問題專輔予以獎卡肯定

暖身活動結束進入發展活動，專輔進行《彩色怪獸》繪本共讀，透過繪本認識開心、難過、生氣、害怕、平靜與幸福等心情，增進情緒詞彙，也透過彩色怪獸身上的顏色讓學生了解人本來就會有這些情緒，情緒是人天生就有的。在認識情緒的過程中，專輔會先讓學生了解彩色怪

獸在有這些情緒時身體的感受、心裡的感覺，以及當他做哪些事情會有這些感受作為引導，並邀請學生分享生活中情緒經驗，從分享的同時也練習情緒自我覺察及情緒表達能力。

在認識情緒中，學生對於平靜的情緒較不容易了解，因此專輔透過呼吸的調整，讓學生將專注力放在呼吸上，並且透過引導讓學生們可以體驗放鬆的感受。在每個情緒的表達上，專輔也透過語氣讓學生能夠感受到不同情緒出現時的語調，增進學生對於情緒的辨識力。

認識生氣情緒並分享情緒經驗

認識難過情緒並分享情緒經驗

認識平靜情緒

透過呼吸體驗放鬆平靜的感覺

透過繪本認識基本情緒後，以《彩色怪獸》桌遊體驗做為課程的複習，促進學生對於自我情緒的覺察與表達。邀請學生分享情緒經驗，也對於遊戲中可能會經歷失敗經驗進行重新架構，舉例來說，學生在遊戲中需要透過翻牌來確認是否將情緒放入正確情緒的罐子中，若學生翻錯，專輔對於同學勇於嘗試的精神予以鼓勵，並且為班上同學找到不同顏色的罐子，協助後續的同學可以更順利找到正確的罐子。因此在學生翻錯罐子時，班上

同學不會有指責，翻罐子的同學即使經歷挫折經驗仍可消化負向情緒，同時在過程中學習正向經驗。當一位同學結束遊戲，專輔請同學邀請其他同學參與活動，促進學生與其他同學的互動和連結，營造班級合作的氛圍。

專輔說明遊戲規則

學生擲骰子進行遊戲

學生進行經驗分享

學生邀請同儕參與遊戲

最後學生們在合作之下完成桌遊任務，在課程結束前專輔進行課程總結，但因為時間的關係，總結部分沒有很完整。不過，專輔仍肯定學生在課堂上的專注，也肯定他們在進行遊戲時彼此的合作及正向語言的回饋，下課前收回名牌立牌，並給予獎勵。

四、專業回饋

公開授課結束後，進行專業回饋議課部分，每位夥伴會將課堂觀察寫成紀錄，以下整理夥伴針對學習氣氛、學習歷程（包含師生互動與學生學習）、學習成效之質性回饋進行簡述。

首先是「學習氣氛」，夥伴們回饋專輔在課堂上環境營造舒服、氣氛輕鬆，班級經營穩定，課堂一開始先說明規則，並能確實執行，使學生

能專注於課堂。學生在課堂上會舉手積極回答，也會踴躍積極參與活動。教師能以說故事方式進行課程，提高學生學習興趣，在教學節奏上也能掌握，協助學生順利學習。

其次是「學習歷程」，在師生互動方面，教師用溫柔及堅定的語氣，引導學生回答各種情緒的舉例，語調隨著故事情節而有不同的情緒語調表達，舉手回應的學生給予獎勵卡做為正增強，能仔細聆聽其他同學的分享。教師用心傾聽學生回答，對於回答不完整的部分會適時請其他學生補充，也能重述學生說法，轉述比較小聲的學生說話，並感謝學生發言。此外，教師適時稱讚孩子正向行為，若無法理解教師的表達，能換句話說引導。在學生學習方面，觀課教師們看見大部分學生十分投入，且能經由情緒覺察連結自我生活情境，教師內容設計有趣，使學生更能專注學習。學生發表踴躍，部分孩子在一開始沒有發表，但後來舉手次數增加。此外，教師自備教才教具吸引學習者專注與參與，並且運用同儕邀請同學分享，有助於同儕關係之連結。

最後是「學習成效」，學生上課專注力佳、樂於課堂，且勇於發表及思考。在繪本中不同情緒代表不同顏色，其中對於「平靜」的情緒詞彙學生較不易掌握，不過多數學生能分享自己的情緒經驗和對事件的情緒反應。

學生興趣高，願意回答問題及參與活動。教師耐心引導，結合生活經驗讓每位學生都有發言機會並參與遊戲。

區級公開受課觀課紀錄表

參、 自我反思與期許

專輔在夥伴的回饋之後，針對實踐課程之後與當初課程設計實踐程度進行省思，並且對於夥伴提出的教學上的提問進行回應，透過夥伴的對話與討論，對課程設計與教學上的調整激發出更多不同想法。

首先在「課程設計」部分，專輔較以過去的授課經驗、受輔學生的狀況做為參考，進行較以巨觀角度進行課程的設計，少了微觀的角度了解學生需求，即使在教師社群中與低年級導師討論孩子的狀況，但每一班的情形還是會因為班級學生組成、導師班級經營方式而有所不同。因此下次課程設計前後可與導師討論，以微觀角度設計課程更能貼近孩子們的需要。

其次在「師生互動、學生學習歷程及學習成效」部分從夥伴的專業回饋看見，專輔授課時能營造溫暖氛圍，並能仔細聆聽、重述學生的分享，此外因課程活動設計引發並能維持學生的學習動機。從夥伴的回饋予以專輔在課堂上的正向回饋與肯定，而在課程中提到情緒與顏色的關聯，夥伴也進行提問，專輔在下一次的課程中會在設計不同體驗，讓孩子對不常聽到的情緒詞彙更加熟悉，也會釐清每個人對於情緒與顏色上連結之不同。

最後非常感謝夥伴回饋與議課時的專業對話，幫助專輔清晰自己在

課程設計的脈絡，而且在每個與學生的互動下所實踐輔導的精神與理念，透過環境氛圍的營造與輔導技巧的運用，讓學生能夠更投入於情緒教育學習，透過夥伴的回饋也讓專輔了解下次進行課程可修正之處。期許自己在每次的公開授課中，能以開放的心接納不同的觀察者看到不同的觀點，在課程設計時可以有更多的老師加入社群共同討論，讓專輔能了解現場教師與學生的互動情形，也能設計出更能夠貼近孩子的在情緒教育上的課程學習。

區級公開授課夥伴回饋與對話情形