

臺南市家庭教育中心 103 年度徵選「家庭教育課程活動設計」

單元名稱	成長，從家開始		
類目	家人關係組		
教學實施對象	國小 <u> 高 </u> 年級	教學節數	6 節
學生背景分析	<p>綜觀目前小學環境，過去以往的雙親雙薪家庭似乎不在是唯一主流，反而是弱勢家庭占了多數，其中包含了外籍配偶、隔代教養、單親家庭或家庭關係失衡等議題。一個約三十位學生的班級內，這樣的弱勢家庭約占了二分之一的比率，因此在這孩童的心理層面中，難免對「家」的感受上有所遺憾與失落。</p> <p>舉例來說，單親家庭中孩子對於失去的那位家人，心中難免有著矛盾雙歧的情緒，為何愛我的家人還要離我而去？是不是我做錯了什麼？我可以想念那個不要我的家人嗎？另外，家庭教養方式失當的家庭中，孩子更會有複雜的感受，為何我愛的家人會這樣對待我？到底生氣的還是溫和的才是我家人？我好愛他（她），為何他（她）要打我罵我？這些衝擊的情緒，是相互矛盾抵觸的，而在孩子尚未成熟的內心，是無法承受處理的，不斷壓抑累積的後果，只會造成孩子內心不可抹滅的影響，影響孩子情緒與學習。</p> <p>家，是影響一個人最深處的地方。它可能是個避風港，也可能會是個充滿戰爭的珍珠港。未成年的孩子，幾乎都缺乏處理這樣事件的心理能力，只能默默承受，順其自然。</p> <p>我們發現這樣目前教學現場的危機與議題，弱勢家庭的比率逐年年的提升，讓我們擔憂，弱勢家庭下的孩子對家的議題都處理不好了，哪還有力氣處理學習的挫折與壓力？</p>		
設計理念	<p>臺南市家庭教育中心所推行的「最關懷家庭網絡專案」就表示： 國內近年來自殺人數增加、自殺年齡下降、單親、繼親和隔代家庭增加，及中輟生問題等所顯示之家庭失功能現象，為發揮家庭教育「預防」家庭問題之目標，教育部自 96 年起，推動「建構最需要關懷家庭輔導網絡」實施方案，結合了「學校輔導」和「家庭教育」所共同發展的服務方案。</p> <p>因此，結合學校輔導與家庭教育就是我們這次教育課程活動設計的重點。</p> <p>阿德勒與佛洛伊德皆同意，個人的生命型態深受出生後頭六年的影響。但阿德勒將重點放在個人對其過往的知覺，以及個人對這些早期事件的詮釋，知覺與詮釋的結果，會持續地影響到現在。可知，個人的現</p>		

	<p>在的情緒感受與行為後果，深受早期生命經驗所影響。</p> <p>阿德勒家庭系統治療目標中，也將處理父母關係，尋找家庭價值，釐清家庭星座手足關係等列為主要項目。因此，我們課程在設計的主軸上，也將孩童與雙親的關係，以及家庭星座手足關係列為重點，讓孩童去表達自己家庭內的關係，以及自己與家人之間的互動連結，透過表達與敘說，達到統整與釐清的目標。</p> <p>在阿德勒的理論架構下，透過藝術媒材的表達，讓學生可以在最放鬆的狀態下，表達出自己的內心世界。藝術治療最基本的信念就是「藝術創作歷程本身就具有療癒性質，能強化生命，且是一種思想與情感的自我內在語言對話溝通。」尤其在小學階段，孩子的語言表達能力尚未與成人般流暢，許多內心的煎熬與心事，更適合透過藝術媒材呈現。</p> <p>最後，此次的教案內容設計，將對象學生設定為最關懷家庭之孩童，以阿德勒家庭治療學派為核心，結合學校輔導與家庭教育，透過藝術治療媒材的表達方式與技巧，讓高關懷家庭的孩子可以從中成長茁壯，更有力量去面對現實生活。</p>			
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能反思自己與家人之間的關係。 2. 能透過藝術媒材，表達自己與家人間的互動。 3. 能藉由活動，釐清自己的家庭價值。 4. 能統整自己對家的情緒感受。 			
適用能力指標	<p>4-1-1 認識自己</p> <p>4-2-2 認識自己與家人在家庭中的角色</p> <p>4-2-4 察覺家庭生活中，家人關係、事物的特質與現象的改變</p> <p>4-3-1 接納自己</p> <p>4-3-4 探索家庭生活問題，探討如何避免其對個人的不良影響</p>			
預期目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過藝術媒材的方式，認識自己的特質與個性。 2. 能表達出對家人的情緒與感受。 3. 藉由表達性藝術媒材，統整家人與自我的關係。 4. 表達後的再創作活動，統整覺察後接納療癒，提升自我價值與能力。 			
節次 (能力指標)	教學內容	時間	教學資源	評量方式

4-2-2	<p>第一節課 家庭星座圖</p>			
	<p>活動一 家中的成員</p> <p>與學生討論家中的成員有誰？ 讓學生去覺察家裡的成員。</p>	10	黑板	學生能說出自己的家人
	<p>活動二 家庭星座圖</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 以八開圖畫紙代表自己的家庭，先挑出蠟筆中代表自己的顏色（自我覺察）。 2. 在圖畫紙中選擇自己在家裡的哪裡？（覺察自己在家庭中的關係） 3. 畫下一個圓圈，認為自己在家庭裡是大圈圈還是小圈圈，自己決定圓圈大小（自己在家庭裡的價值）。 4. 完成後塗滿圓圈的顏色。（對自我的認同高低） 5. 選擇代表父親的顏色。（覺察父親的特質與個性） 6. 選擇父親在圖畫紙的哪裡？（覺察父親在家中的關係） 7. 畫下一個圓圈代表父親，大小自己決定。（父親在家庭裡的價值） 8. 完成後塗滿代表父親圓圈顏色。（對父親的認同與感情） 9. 選擇代表母親的顏色。（覺察母親的特質與個性） 10. 選擇母親在圖畫紙的哪裡？（覺察母親在家中的關係） 11. 畫下一個圓圈代表母親，大小自己決定。（母親在家庭裡的價值） 12. 完成後塗滿代表母親圓圈顏色。（對母親的認同與感情） <p>※以此類推…</p> <ol style="list-style-type: none"> 13. 選擇代表兄(弟姊妹)的顏色。（覺察兄(弟姊妹)的特質與個性） 14. 選擇兄(弟姊妹)在圖畫紙的哪裡？（覺察兄(弟姊妹)在家中的關係） 15. 畫下一個圓圈代表兄(弟姊妹)，大小自己決定。（兄(弟姊妹)在家庭裡的價值） 16. 完成後塗滿代表兄(弟姊妹)圓圈顏色。（對 	30	八開圖畫紙 蠟筆	學生能投入且認真思考家人的特質

兄(弟姊妹)的認同與感情)

※若家庭中有爺爺奶奶同住，依此方法完成…
範例---



此圖顯示出學生對於某位家人嫉妒的憤怒與不滿。

第二節課 我的家庭與命名

4-2-2

活動一 延伸

4-2-4

將上節課完成的家庭星座圖，學生依照圓圈的顏色以及大小，利用這些元件，完成一幅作品。

透過統整的活動，讓家庭中的各個成員有所連結，不再是一個一個分開的圓圈，而是家庭中各個重要且有所關聯的元素。

活動二 命名我的家庭

如果這張圖畫紙現在就是我的家庭，請問是什麼樣的家庭？幫這個家庭取個名字。

_____ 家庭！

藉由命名的活動，讓學生去反思與感受家庭氣氛與家庭關係。

※此活動不作分享與討論，讓學生沉澱下來，去反思與體驗對家的感受。也替高關懷學生的隱私有所保留。

範例---



此圖強烈表示某位家人在家裡的負面情緒。

30

蠟筆

學生能投入創作

10

學生能依照自己家庭的特色命名



此圖表現出該學生家的溫暖與幸福。

4-1-1

第三節課 假如我是一艘船

活動一 冥想

教師帶領學生進行冥想，想像如果自己是一艘船，一艘在大海裡航行的船，會是怎麼樣的船？船上有什麼配備？這艘船有什麼特色？是什麼顏色？有什麼功能？

這樣的活動帶領學生去找尋自我的價值，且藉由船的隱喻，讓學生在無壓力的狀態下去表達出自我。

活動二 我是船

請學生先挑選一隻彩色筆，先畫出船的外框。命名：_____號。

藉由畫外框以及命名的活動，讓學生投入在自我檢視中，對船的投入越深，就是對自我覺察越加深刻，能對自我覺察深刻就更能進行自我統整。

活動三 分享

請學生分享自己的船，只需要介紹自己的船名即可。

範例---



先挑選一隻代表自己顏色的彩色筆，畫出船的外框。

5

音樂

學生能發現自己的特質

25

四開圖畫紙彩色筆

學生能投入專心的創作

10

學生能分享代表自己的船

<p>4-1-1</p> <p>4-3-1</p>	<p>第四節課</p> <p>活動一 上色</p> <p>將先前完成船的外框開始上色。並且，老師在旁指導要發展船的特色，且不斷提醒，船就是自己，自己就是船，讓學生可以投入在創作上。</p> <p>活動二 自我特色</p> <p>完成後，請學生思考船的三項特色，並進行團體的分享。</p> <p>範例---</p> 	<p>30</p> <p>10</p>	<p>蠟筆 彩色 筆</p>	<p>學生能完成船的圖形</p>
<p>4-2-4</p>	<p>第五節課</p> <p>活動一 統整</p> <p>請學生將先前完成的家庭星座圖裡面代表家人的圖形剪下，並在船的畫面中，進行排列。</p> <p>這段時間讓學生可以沉澱下來，好好安靜的思考，自己與家人的關係與感受。導師趁著學生排列時，可仔細觀察學生排列家人的位置，敏感的察覺是否有所需要關懷的地方。</p> <p>排列一次完成後，老師再要求學生進行第二次的排列，至少排列三次。排列思考的過程，就是思考自己與家人關係的整合。</p>	<p>20</p>	<p>剪刀 膠水</p>	<p>學生能專心投入排列家人關係</p>

<p>4-3-1 4-3-4</p>	<p>活動二 接納</p> <p>排列三次之後，請學生可以將剪下的家人圖型黏貼在船作品上。排列黏貼的過程，就是統整與接納。</p> <p>範例---</p>   <p>學生開始將家人黏貼在自己的船上。</p> <p>總會有學生把家人以特殊方式黏貼，表示對該家人必有特殊的情感。</p>	<p>20</p>		
<p>4-1-1</p>	<p>第六節課</p> <p>活動一 選擇</p> <p>給學生每包十色的色紙，請學生展開色紙，讓學生去想想，自己的願望是什麼顏色的？學生選擇後，請學生寫下自己的願望或志向在色紙的背面。</p> <p>※部分學生會思考許久，此也表示學生對於自己的未來顯得迷惘，老師這時不催促，多鼓勵多肯定。</p> <p>活動一 展開未來與肯定自我</p> <p>將寫下願望的色紙，撕成長條狀，黏貼在船作品上，代表海洋，領著船航向未來。</p> <p>範例---</p>	<p>10</p> <p>30</p>	<p>色紙 膠水</p>	<p>學生能思考出自己的未來與志向</p> <p>學生能完成創作</p>

				
<p>省思 與 建議</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 帶這樣的課程已經維持兩年了，每次都可以從小朋友的作品看到每個家庭的不同，每當看到美滿幸福的家庭，學生的作品就會呈現歡樂愉快的樣子，就替學生趕到窩心。但也常看到在家暴或是辱罵中長大的孩子，呈現的畫面就是令人鼻酸與不捨。或許每班老師都有所謂的輔導紀錄卡，也經常與孩子的家人連繫，但往往就是無法走進孩子內心的世界，其實這樣的一個活動，就可以很簡易的讓老師了解到孩子的家庭關係以及孩子的心世界。 2. 老師在創作的過程，千萬別把課程當成美術課，可利用綜合活動的時間，將課程當成學生表達的管道（而不是要將作品打分數）。如此，學生才能更加放鬆的去表達，老師也可以更加敏銳地發現學生是否有所異狀。 3. 特別提醒，老師要接受學生對於某些家人有些攻擊性或報復的行為，例如學生可能會將家暴的父親塗成黑色點點，或是把忌妒哥哥丟到海洋裡面，這些都是可以接受的，讓學生可以投入的表達。 			
<p>參考 資料</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 藝術治療 陸雅青著 心理出版社 2. 藝術治療：心理專業者實務手冊 <u>Cathy A. Malchiodi</u> 著 陸雅青等譯 學富文化 3. 台南市家庭教育中心 http://www.family.tn.edu.tw/ 			