

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	一年級	教學節數	每週(1)節，本學期共(21)節。
課程目標	第一冊輔導 1. 認識自我優勢與校園資源，以適應國中新生活。 2. 認識各階段生涯角色與任務，了解自我特質，製作生涯檔案。				
該學習階段 領域核心素養	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。 綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-C2 運用合宜的人際互動技巧，經營良好的人際關係，發揮正向影響力，培養利他與合群的態度，提升團隊效能，達成共同目標。				

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
一 8/29- 9/02	第五主題晉級的 國中生 第 1 單元國中有 意思	1	1. 覺察個人升上國 中的感受，以及正 向特質、興趣與多 元能力，與同儕交 流產生正向連結。 2. 認識青少年身心 的發展歷程及國中 生活，歸納並分析 自己面對國中生活 的期許與調適方 法。	1a-IV-1 探索自我與家 庭發展的過程，覺察並 分析影響個人成長因素 及調適方法。	輔 Ab-IV-1 青少年身心 發展歷程與調適。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性 別差異。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆 評量	【生涯規畫 教育】 涯 J3 覺察自 己的能力與 興趣。 涯 J4 了解自 己的人格特 質與價值 觀。 涯 J5 探索性 別與生涯規 畫的關係。 涯 J6 建立對 於未來生涯 的願景。

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
二 9/05- 9/09	第五主題晉級的 國中生 第 1 單元國中有意思	1	1. 覺察個人升上國 中的感受，以及正 向特質、興趣與多 元能力，與同儕交 流產生正向連結。 2. 認識青少年身心 的發展歷程及國中 生活，歸納並分析 自己面對國中生活 的期許與調適方 法。	1a-IV-1 探索自我與家 庭發展的過程，覺察並 分析影響個人成長因素 及調適方法。	輔 Ab-IV-1 青少年身心 發展歷程與調適。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性 別差異。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆 評量	【生涯規畫 教育】 涯 J3 覺察自 己的能力與 興趣。 涯 J4 了解自 己的人格特 質與價值 觀。 涯 J5 探索性 別與生涯規 畫的關係。 涯 J6 建立對 於未來生涯 的願景。
三 9/12- 9/16	第五主題晉級的 國中生 第 1 單元國中有意 思	1	1. 覺察個人升上國 中的感受，以及正 向特質、興趣與多 元能力，與同儕交 流產生正向連結。 2. 認識青少年身心 的發展歷程及國中 生活，歸納並分析 自己面對國中生活 的期許與調適方 法。	1a-IV-1 探索自我與家 庭發展的過程，覺察並 分析影響個人成長因素 及調適方法。	輔 Ab-IV-1 青少年身心 發展歷程與調適。 輔 Dd-IV-1 尊重多元性 別差異。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆 評量	【生涯規畫 教育】 涯 J3 覺察自 己的能力與 興趣。 涯 J4 了解自 己的人格特 質與價值 觀。 涯 J5 探索性 別與生涯規 畫的關係。

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
							涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
四 9/19- 9/23	第五主題晉級的 國中生 第 2 單元國中方 程式	1	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1. 各組口頭報告	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
五 9/26- 9/30	第五主題晉級的 國中生 第 2 單元國中方 程式	1	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1. 各組口頭報告	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
			3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。				涯 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
六 10/03- 10/07	第五主題晉級的 國中生 第 2 單元國中方程式	1	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1. 實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
七 10/10- 10/14	第五主題晉級的 國中生 第 2 單元國中方程式	1	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。	輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。	1. 口語評量	【生涯規畫教育】

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
	【第一次評量週】		資源對國中生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。	2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。		涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
八 10/17- 10/21	第五主題晉級的 國中生 第 2 單元國中 方程式	1	1. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。 2. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。 3. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
			能相互分享與修正。				
九 10/24- 10/28	第五主題晉級的 國中生 第3單元學習快 易通	1	1. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2. 覺察專注力，並了解專注力對學習的影響。 3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1. 口語評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
十 10/31- 11/04	第三主題生活新 人王 第 3 單元改造高 手	1	1. 運用資料蒐集與 創意思考法，改造 服飾或製作實用生 活用品，使服飾與 物品再利用並展現 美感。	2c-IV-1 善用各項資 源，妥善計畫與執行個 人生活中重要事務。	家 Bc-IV-1 常見織品的 認識與手縫技巧應用。 童 Da-IV-2 人類與生活 環境互動關係的理解， 及永續發展策略的實踐 與省思。	1. 實作評量	
十一 11/07- 11/11	第五主題晉級的 國中生 第 3 單元學習快 易通	1	1. 探究國中學習情 境的各項挑戰，並 擬定因應各項挑戰 的方法。 2. 覺察專注力，並 了解專注力對學習 的影響。 3. 探究提升專注力 的策略，並能相互 分享。 4. 透過體驗活動， 覺察身心狀態，學 習動靜轉換的專注 方法。 5. 認識並實作番茄 鐘工作法，將專注 力運用在時間管理 上。 6. 實作並分辨課堂 學習與線上學習的 差異，分享個人的 學習經驗，並將所	1b-IV-2 運用問題解決 策略，處理生活議題， 進而克服生活逆境。 2c-IV-2 有效蒐集、分 析及開發各項資源，做 出合宜的決定與運用。	輔 Bb-IV-2 學習資源探 索與資訊整合運用。 輔 Db-IV-1 生活議題的 問題解決、危機因應與 克服困境的方法。	1. 各組口頭報 告	【生涯規畫 教育】 涯 J3 覺察自 己的能力與 興趣。 涯 J4 了解自 己的人格特 質與價值 觀。 涯 J5 探索性 別與生涯規 畫的關係。 涯 J6 建立對 於未來生涯 的願景。

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
			學應用在國中學習情境。				
十二 11/14- 11/18	第五主題晉級的 國中生 第3單元學習快 易通	1	1. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 2. 覺察專注力，並了解專注力對學習的影響。 3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。	1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
十三 11/21- 11/25	第五主題晉級的 國中生 第 3 單元學習快 易通	1	1. 探究國中學習情 境的各項挑戰，並 擬定因應各項挑戰 的方法。 2. 覺察專注力，並 了解專注力對學習 的影響。 3. 探究提升專注力 的策略，並能相互 分享。 4. 透過體驗活動， 覺察身心狀態，學 習動靜轉換的專注 方法。 5. 認識並實作番茄 鐘工作法，將專注 力運用在時間管理 上。 6. 實作並分辨課堂 學習與線上學習的 差異，分享個人的 學習經驗，並將所 學應用在國中學習 情境。	1b-IV-2 運用問題解決 策略，處理生活議題， 進而克服生活逆境。 2c-IV-2 有效蒐集、分 析及開發各項資源，做 出合宜的決定與運用。	輔 Bb-IV-2 學習資源探 索與資訊整合運用。 輔 Db-IV-1 生活議題的 問題解決、危機因應與 克服困境的方法。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆 評量	【生涯規畫 教育】 涯 J3 覺察自 己的能力與 興趣。 涯 J4 了解自 己的人格特 質與價值 觀。 涯 J5 探索性 別與生涯規 畫的關係。 涯 J6 建立對 於未來生涯 的願景。
十四 11/28- 12/02	第五主題晉級的 國中生 第 3 單元學習快 易通	1	1. 探究國中學習情 境的各項挑戰，並 擬定因應各項挑戰 的方法。	1b-IV-2 運用問題解決 策略，處理生活議題， 進而克服生活逆境。	輔 Bb-IV-2 學習資源探 索與資訊整合運用。	1. 實作評量 2. 高層次紙筆 評量	【生涯規畫 教育】

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
	【第二次評量週】		2. 覺察專注力，並了解專注力對學習的影響。 3. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 4. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 5. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 6. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。	2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。		涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。 涯 J5 探索性別與生涯規畫的關係。 涯 J6 建立對於未來生涯的願景。
十五 12/05- 12/09	第六主題生涯尋寶趣 第 1 單元生涯尋寶我最行	1	1. 參與體驗活動，了解生涯發展的不同階段，並回顧與試探個人在不同階段的生涯角色與任務。 2. 觀察自我及透過他人回饋的過程，	1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	1. 各組口頭報告	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
			增進對個人特質的覺察與統整。				質與價值觀。 涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。
十六 12/12- 12/16	第六主題生涯尋寶趣 第 1 單元生涯尋寶我最行	1	1. 參與體驗活動，了解生涯發展的不同階段，並回顧與試探個人在不同階段的生涯角色與任務。 2. 觀察自我及透過他人回饋的過程，增進對個人特質的覺察與統整。	1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。 家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。	1. 實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。 涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。 涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
十七 12/19- 12/23	第六主題生涯尋寶趣 第 2 單元我的生涯多寶閣	1	<p>1. 學習並運用生涯金三角，了解影響生涯發展的因素，並從中尋找增進個人生涯探索的可行做法。</p> <p>2. 統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊，並發揮創意展現個人特色，進行個人生涯檔案製作。</p> <p>3. 分析、討論可放入生涯檔案的重要資訊與製作要訣，據此規畫個人生涯檔案的藍圖。</p> <p>4. 進行生涯檔案之自評與小隊互評，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。</p> <p>5. 回顧本主題課程之學習歷程，統整個人的適性試探成果與資訊。</p>	lc-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	<p>輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。</p> <p>輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。</p> <p>輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。</p>	1. 口語評量	<p>【生涯規畫教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。</p> <p>涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。</p>

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
十八 12/26- 12/30	第六主題生涯尋寶趣 第 2 單元我的生涯多寶閣	1	<p>1. 學習並運用生涯金三角，了解影響生涯發展的因素，並從中尋找增進個人生涯探索的可行做法。</p> <p>2. 統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊，並發揮創意展現個人特色，進行個人生涯檔案製作。</p> <p>3. 分析、討論可放入生涯檔案的重要資訊與製作要訣，據此規畫個人生涯檔案的藍圖。</p> <p>4. 進行生涯檔案之自評與小隊互評，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。</p> <p>5. 回顧本主題課程之學習歷程，統整個人的適性試探成果與資訊。</p>	lc-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	<p>輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。</p> <p>輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。</p> <p>輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。</p>	1. 高層次紙筆評量	<p>【生涯規畫教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。</p> <p>涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。</p>

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
十九 1/02- 1/06	第六主題生涯尋 寶趣 第 2 單元我的生 涯多寶閣	1	<p>1. 學習並運用生涯金三角，了解影響生涯發展的因素，並從中尋找增進個人生涯探索的可行做法。</p> <p>2. 統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊，並發揮創意展現個人特色，進行個人生涯檔案製作。</p> <p>3. 分析、討論可放入生涯檔案的重要資訊與製作要訣，據此規畫個人生涯檔案的藍圖。</p> <p>4. 進行生涯檔案之自評與小隊互評，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。</p> <p>5. 回顧本主題課程之學習歷程，統整個人的適性試探成果與資訊。</p>	lc-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	<p>輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。</p> <p>輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。</p> <p>輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。</p>	1. 實作評量	<p>【生涯規畫教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。</p> <p>涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。</p> <p>涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。</p>

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
廿 1/09- 1/13	第六主題生涯尋 寶趣 第 2 單元我的生 涯多寶閣 【第三次評量 週】	1	<p>1. 學習並運用生涯金三角，了解影響生涯發展的因素，並從中尋找增進個人生涯探索的可行做法。</p> <p>2. 統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊，並發揮創意展現個人特色，進行個人生涯檔案製作。</p> <p>3. 分析、討論可放入生涯檔案的重要資訊與製作要訣，據此規畫個人生涯檔案的藍圖。</p> <p>4. 進行生涯檔案之自評與小隊互評，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。</p> <p>5. 回顧本主題課程之學習歷程，統整個人的適性試探成果與資訊。</p>	lc-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。	<p>輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。</p> <p>輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。</p> <p>輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。</p>	1. 高層次紙筆評量	<p>【生涯規畫教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。</p> <p>涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。</p>

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
廿一 1/16- 1/20	複習全冊 複習全冊	1	<p>1. 覺察個人升上國中的感受，以及正向特質、興趣與多元能力，與同儕交流產生正向連結。</p> <p>2. 認識青少年身心的發展歷程及國中生活，歸納並分析自己面對國中生活的期許與調適方法。</p> <p>3. 觀察校園生活的各種狀況，覺察熟悉校園環境與處室資源對國中生活的重要性。</p> <p>4. 探索校園環境並蒐集、分析及開發學校各項資源。</p> <p>5. 運用一項學校資源並分享學習經驗，評估校園各項資源對校園狀況的適用時機，完成校園資源守護網，並能相互分享與修正。</p>	<p>1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。</p> <p>1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。</p> <p>1c-IV-1 澄清個人價值觀，並統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊。</p> <p>2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。</p>	<p>家 Dd-IV-2 家庭文化傳承與對個人的意義。</p> <p>輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。</p> <p>輔 Ab-IV-1 青少年身心發展歷程與調適。</p> <p>輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。</p> <p>輔 Ca-IV-1 生涯發展、生涯轉折與生命意義的探索。</p> <p>輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。</p> <p>輔 Cb-IV-1 適性教育的試探與資訊統整。</p> <p>輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。</p> <p>輔 Dd-IV-1 尊重多元性別差異。</p>	<p>1. 口語評量</p> <p>2. 實作評量</p> <p>3. 高層次紙筆評量</p>	<p>【生涯規畫教育】</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。</p> <p>涯 J5 探索性別與生涯規畫的關係。</p> <p>涯 J6 建立對於未來生涯的願景。</p> <p>涯 J3 覺察自己的能力與興趣。</p> <p>涯 J7 學習蒐集與分析工作／教育環境的資料。</p> <p>涯 J11 分析影響個人生涯決定的因素。</p>

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
			6. 探究國中學習情境的各項挑戰，並擬定因應各項挑戰的方法。 7. 覺察專注力，並了解專注力對學習的影響。 8. 探究提升專注力的策略，並能相互分享。 9. 透過體驗活動，覺察身心狀態，學習動靜轉換的專注方法。 10. 認識並實作番茄鐘工作法，將專注力運用在時間管理上。 11. 實作並分辨課堂學習與線上學習的差異，分享個人的學習經驗，並將所學應用在國中學習情境。 12. 參與體驗活動，了解生涯發展的不同階段，並回顧與試探個人在不				

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
			同階段的生涯角色與任務。 13. 觀察自我及透過他人回饋的過程，增進對個人特質的覺察與統整。 14. 學習並運用生涯金三角，了解影響生涯發展的因素，並從中尋找增進個人生涯探索的可行做法。 15. 統整個人能力、特質、家人期許及相關生涯與升學資訊，並發揮創意展現個人特色，進行個人生涯檔案製作。 16. 進行生涯檔案之自評與小隊互評，掌握未來持續充實生涯檔案的可行做法。 17. 回顧本主題課程之學習歷程，統整個人的適性試探成果與資訊。				

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

◎「學習目標」應為結合「學習表現」(動詞)與「學習內容」(名詞)，整合為學生本單元應習得的學科本質知能。

◎「學習表現」與「學習內容」需呈現領綱完整文字，非只有代號，「融入議題實質內涵」亦是。

◎依據 109.12.10 函頒修訂之「臺南市十二年國民基本教育課程綱要國中小彈性學習課程規劃建議措施」中之配套措施，如有每位學生上台報告之「表現任務-評量方式」請用不同顏色的文字特別註記並具體說明。

臺南市立永仁高級中學國中部 111 學年度第一學期八年級 綜合活動(輔導活動) 領域學習課程計畫(■普通班/□特教班)

教材版本	康軒	實施年級 (班級/組別)	一年級	教學節數	每週(1)節，本學期共(20)節。
課程目標	第二冊輔導 1. 協助學生了解自我學習條件。 2. 創造良好的溝通模式。				
該學習階段 領域核心素養	綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-A3 因應社會變遷與環境風險，檢核、評估學習及生活計畫，發揮創新思維，運用最佳策略，保護自我與他人。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。				

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
一 2/13- 2/17	第五主題征服學習王國	1	1. 分享國中階段的學習經驗，體會學習對個人的意義。	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。	1. 口語評量	【生涯規畫教育】

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
	第 1 單元踏上學習之旅		2. 探索個人學習困擾，嘗試新的學習方法解決。 3. 透過練習與評估成效，選擇適合的學習方法，並設定學習目標，擬定學習計畫，建立自我管理的能力。	方法，養成自主學習與自我管理的能力。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Bc-IV-1 主動探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用。		涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。
二 2/20- 2/24	第五主題征服學習王國 第 1 單元踏上學習之旅	1	1. 分享國中階段的學習經驗，體會學習對個人的意義。 2. 探索個人學習困擾，嘗試新的學習方法解決。 3. 透過練習與評估成效，選擇適合的學習方法，並設定學習目標，擬定學習計畫，建立自我管理的能力。	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。 2c-IV-2 有效蒐集、分析及開發各項資源，做出合宜的決定與運用。	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Bb-IV-1 學習方法的運用與調整。 輔 Bb-IV-2 學習資源探索與資訊整合運用。 輔 Bc-IV-1 主動探究問題、高層次思考的培養與創新能力的運用。	1. 高層次紙筆評量 2. 實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特質與價值觀。
三 2/27- 3/03	第五主題征服學習王國 第 2 單元學習玩 家登入	1	1. 探索個人的優勢多元能力，並在生活中嘗試運用優勢能力學習。 2. 運用多元能力擬定班級活動分工。	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。	輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	1. 口語評量 2. 實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的性格特

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
			3. 善用個人學習模式，執行學習計畫，並運用多元能力及學習模式提升學習效率。				質與價值觀。
四 3/06- 3/10	第五主題征服學習王國 第2單元學習玩家登入	1	1. 探索個人的優勢多元能力，並在生活中嘗試運用優勢能力學習。 2. 運用多元能力擬定班級活動分工。 3. 善用個人學習模式，執行學習計畫，並運用多元能力及學習模式提升學習效率。	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。	輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	1. 口語評量 2. 實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
五 3/13- 3/17	第五主題征服學習王國 第2單元學習玩家登入	1	1. 探索個人的優勢多元能力，並在生活中嘗試運用優勢能力學習。 2. 運用多元能力擬定班級活動分工。 3. 善用個人學習模式，執行學習計畫，並運用多元能力及學習模式提升學習效率。	1a-IV-2 展現自己的興趣與多元能力，接納自我，以促進個人成長。	輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Bc-IV-2 多元能力的學習展現與經驗統整。 輔 Ca-IV-2 自我生涯探索與統整。	1. 口語評量 2. 實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
六 3/20- 3/24	第五主題征服學習王國 第 3 單元大學習家	1	1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Cc-IV-1 生涯進路的規畫與資源運用。 家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。	1. 口語評量 2. 實作評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
七 3/27- 3/31	第五主題征服學習王國 第 3 單元大學習家 【第一次評量週】	1	1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Cc-IV-1 生涯進路的規畫與資源運用。 家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。	1. 各組口頭報告	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
八 4/03- 4/07	第五主題征服學習王國 第 3 單元大學習家	1	1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Cc-IV-1 生涯進路的規畫與資源運用。 家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。	1. 各組口頭報告	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
九 4/10- 4/14	第五主題征服學習王國 第 3 單元大學習家	1	1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Cc-IV-1 生涯進路的規畫與資源運用。 家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。	1. 各組口頭報告	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
十 4/17- 4/21	第五主題征服學習王國 第 3 單元大學習家	1	1. 從學習玩家的學習歷程中，體認自主學習對個人發展的重要性，培養主動積極的終身學習態度。 2. 透過回顧過往學習經驗，找出影響自主學習的絆腳石，學習解決之道與自我管理的方法，提升自主學習成效。	1b-IV-1 培養主動積極的學習態度，掌握學習方法，養成自主學習與自我管理的能力。	輔 Ba-IV-1 學習意義的探究與終身學習態度的培養。 輔 Ba-IV-2 自我管理與學習效能的提升。 輔 Cc-IV-1 生涯進路的規畫與資源運用。 家 Ca-IV-1 個人與家庭生活的金錢及時間管理。	1. 高層次紙筆評量	【生涯規畫教育】 涯 J3 覺察自己的能力與興趣。 涯 J4 了解自己的人格特質與價值觀。
十一 4/24- 4/28	第六主題讓心更靠近 第 1 單元我想更懂你	1	1. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。 3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 實作評量 2. 口語評量	
十二 5/01- 5/05	第六主題讓心更靠近	1	1. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。	1. 口語評量 2. 實作評量	

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
	第 1 單元我想更懂你		2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。 3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	通技巧，以正向的態度經營人際關係。	輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。		
十三 5/08- 5/12	第六主題讓心更靠近 第 1 單元我想更懂你 【第二次評量週】	1	1. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。 3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 口語評量 2. 實作評量	
十四 5/15- 5/19	第六主題讓心更靠近 第 1 單元我想更懂你	1	1. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 口語評量 2. 實作評量	

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
			3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。				
十五 5/22- 5/26	第六主題讓心更靠近 第 1 單元我想更懂你	1	1. 覺察人際關係及溝通能力的重要性。 2. 能站在不同的立場，體察他人的感受及需求。 3. 學習具有同理心的表達方式、演練「我訊息」的表達技巧，並運用於溝通情境中，以促進良好的人際互動。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 口語評量 2. 實作評量	
十六 5/29- 6/02	第六主題讓心更靠近 第 2 單元溝通零距離	1	1. 能歸納常見的人際衝突原因，並省思個人引發人際衝突的溝通模式。 2. 分析個人的溝通對話實錄，了解衝突雙方的感受，依循化解衝突步驟，練習化解衝突的溝通技巧與策略。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
			3. 評估運用溝通技巧表達後的成效，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。 4. 藉由暖心小語的表達，體驗正向關懷的語言，帶給人的感受與經驗，並運用在溝通上，建立正向的人際關係。				
十七 6/05- 6/09	第六主題讓心更靠近 第 2 單元溝通零距离	1	1. 能歸納常見的人際衝突原因，並省思個人引發人際衝突的溝通模式。 2. 分析個人的溝通對話實錄，了解衝突雙方的感受，依循化解衝突步驟，練習化解衝突的溝通技巧與策略。 3. 評估運用溝通技巧表達後的成效，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
			4. 藉由暖心小語的表達，體驗正向關懷的語言，帶給人的感受與經驗，並運用在溝通上，建立正向的人際關係。				
十八 6/12- 6/16	第六主題讓心更靠近 第 2 單元溝通零距离	1	1. 能歸納常見的人際衝突原因，並省思個人引發人際衝突的溝通模式。 2. 分析個人的溝通對話實錄，了解衝突雙方的感受，依循化解衝突步驟，練習化解衝突的溝通技巧與策略。 3. 評估運用溝通技巧表達後的成效，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。 4. 藉由暖心小語的表達，體驗正向關懷的語言，帶給人的感受與經驗，並運用在溝通上，建	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
			立正向的人際關係。				
十九 6/19- 6/23	第六主題讓心更靠近 第 2 單元溝通零距离 【第三次評量週】	1	1. 能歸納常見的人際衝突原因，並省思個人引發人際衝突的溝通模式。 2. 分析個人的溝通對話實錄，了解衝突雙方的感受，依循化解衝突步驟，練習化解衝突的溝通技巧與策略。 3. 評估運用溝通技巧表達後的成效，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。 4. 藉由暖心小語的表達，體驗正向關懷的語言，帶給人的感受與經驗，並運用在溝通上，建立正向的人際關係。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力的培養與正向經營人際關係。	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	
廿 6/26- 6/30	第六主題讓心更靠近 第 2 單元溝通零距离	1	1. 能歸納常見的人際衝突原因，並省思個人引發人際衝突的溝通模式。	2a-IV-1 體認人際關係的重要性，學習人際溝通技巧，以正向的態度經營人際關係。	輔 Aa-IV-2 自我悅納、尊重差異與自我成長。 輔 Dc-IV-1 同理心、人際溝通、衝突管理能力	1. 口語評量 2. 實作評量 3. 高層次紙筆評量	

課程架構脈絡							
教學期程	單元與活動名稱	節數	學習目標	學習重點		表現任務 (評量方式)	融入議題 實質內涵
				學習表現	學習內容		
	【休業式】		2. 分析個人的溝通對話實錄，了解衝突雙方的感受，依循化解衝突步驟，練習化解衝突的溝通技巧與策略。 3. 評估運用溝通技巧表達後的成效，提出個人未來需要調整的溝通態度與行動的具體方式。 4. 藉由暖心小語的表達，體驗正向關懷的語言，帶給人的感受與經驗，並運用在溝通上，建立正向的人際關係。		的培養與正向經營人際關係。		