

臺南市市立南區大成國民中學 112 學年度第 1 學期七、八、九年級彈性學習 社會技巧 課程計畫(普通班/藝才班/體育班/特教班)

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	7+8+9	教學節數	本學期共(21)節		
彈性學習課程 四類規範	<p>3. <input checked="" type="checkbox"/>特殊需求領域課程 身障類:<input type="checkbox"/>生活管理<input checked="" type="checkbox"/>社會技巧<input type="checkbox"/>學習策略<input type="checkbox"/>職業教育<input type="checkbox"/>溝通訓練<input type="checkbox"/>點字<input type="checkbox"/>定向行動<input type="checkbox"/>功能性動作訓練<input type="checkbox"/>輔助科技運用 資優類:<input type="checkbox"/>創造力<input type="checkbox"/>領導才能<input type="checkbox"/>情意發展<input type="checkbox"/>獨立發展 其他類:<input type="checkbox"/>藝術才能班及體育班專門課程</p> <p>4. <input type="checkbox"/>其他類課程 <input type="checkbox"/>本土語文/新住民語文<input type="checkbox"/>服務學習<input type="checkbox"/>戶外教育<input type="checkbox"/>班際或校際交流<input type="checkbox"/>自治活動<input type="checkbox"/>班級輔導<input type="checkbox"/>學生自主學習<input type="checkbox"/>領域補救教學</p>						
設計理念	透過社會技巧課程使個體表現出社會可接納的態度、言語與行為，並與他人有適當的互動行為。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</p> <p>J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。</p>						
課程目標	<p>1. 透過情緒和壓力的辨識與處理，培養情緒和壓力問題解決、計畫擬定或調整的能力。</p> <p>2. 運用適當的方式接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。</p> <p>3. 透過傾聽他人、表達自我需求或參與團體討論的方式，培養適應學校、社會的能力。</p>						
配合融入之領 域或議題	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <input type="checkbox"/>國語文 <input type="checkbox"/>英語文 <input type="checkbox"/>英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/>本土語 <input type="checkbox"/>數學 <input type="checkbox"/>社會 <input type="checkbox"/>自然科學 <input type="checkbox"/>藝術 <input checked="" type="checkbox"/>綜合活動 <input type="checkbox"/>健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/>生活課程 <input type="checkbox"/>科技 <input type="checkbox"/>科技融入參考指引 </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <input checked="" type="checkbox"/>性別平等教育 <input type="checkbox"/>人權教育 <input type="checkbox"/>環境教育 <input type="checkbox"/>海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/>品德教育 <input type="checkbox"/>生命教育 <input checked="" type="checkbox"/>法治教育 <input type="checkbox"/>科技教育 <input type="checkbox"/>資訊教育 <input type="checkbox"/>能源教育 <input checked="" type="checkbox"/>安全教育 <input type="checkbox"/>防災教育 <input type="checkbox"/>閱讀素養 <input type="checkbox"/>多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/>生涯規劃教育 <input type="checkbox"/>家庭教育 <input type="checkbox"/>原住民教育 <input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>國際教育 </td> </tr> </table>					<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引	<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育
<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引	<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育						
表現任務	課堂問答、分組討論與報告、實作評量、學習單、檢核表						

課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材或學習單
第1週 至 第7週	7	溝通技巧	<p>特社 2-I-4 以身體動作適度表現出傾聽的態度。</p> <p>特社 2-I-5 依情境適當回答問題。</p> <p>特社 2-I-6 主動打招呼和自我介紹。</p> <p>特社 2-II-1 解讀他人口語與非口語溝通的情緒及目的，並反思自己是否有應留意或改善之處。</p> <p>特社 2-II-2 主動引起話題，並禮貌地表達和傾聽他人的意見。</p> <p>特社 2-III-3 使用適當的技巧與人談話，並禮貌的結束話題。</p> <p>特社 2-III-4 依據情境，用適當的方式與他人分享自己喜歡的物品或生活經驗。</p> <p>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。</p> <p>特社 2-IV-5 運用科技媒體表達和接受不同的意見或感受。</p> <p>特社 3-I-4 以適當的身體動作或口語表達需求。</p> <p>特社 3-II-4 遇到困難時，具體說明需要的協助。</p>	<p>特社 B-II-1 訊息解讀的技巧。</p> <p>特社 B-II-2 表達與傾聽的時機。</p> <p>特社 B-III-2 話題的開啟與延續。</p> <p>特社 B-III-3 自我經驗的分享。</p> <p>特社 B-III-4 自我需求與困難的表達。</p> <p>特社 B-IV-1 科技媒體的運用。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能開啟/結束/參與/維持/輪流/加入對話 2. 會打招呼、自我介紹及談論感興趣的話題 3. 對話時能與他人保持適當距離、勿喋喋不休 4. 學會傾聽、解讀肢體語言 5. 與他人友善談話，能避開敏感話題 6. 提出自我的需求或疑問 7. 可複述、轉述他人語意 8. 在電話中、科技媒體上合宜地與人交談 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在繪本、影片或預設的情境、活動，請學生預測事件發生時主角的情緒，並分享自己的經驗。 2. 教師介紹當天要學的社會技巧與成功的步驟。 3. 在設計的活動中，教師引導學生由情緒預測行為，再由行為預測結果。 4. 在不同的情境下演練，教師與同儕給予回饋。 5. 學生修正演練 6. 教師歸納課堂重點，學生填寫學習單或檢核表。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂問答 2. 分組討論與報告 3. 實作與觀察 4. 學習單或檢核表 	<p>自編教材、自編學習單與檢核表</p> <p>參考書籍</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Super Skills-給亞斯伯格症、高功能自閉症與相關障礙孩子的社交技巧團體課程 2. 數位社會性課程教學攻略 3. EQ 學園-好人氣養成班 4. 交個朋友吧-輕鬆擁有友誼的40個方法 5. 我不是壞小孩，只是愛生氣-40個幫助孩子控制怒氣的活動

課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材或學習單
第 8 週 至 第 21 週	14	人際衝突	<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-4 聽從他人的建議，嘗試解決被拒絕的困境。</p> <p>特社 2-I-8 分辨與表達衝突的原因、情境與後果。</p> <p>特社 2-I-10 在面對抱怨或拒絕情境時，維持心情的平穩。</p> <p>特社 2-I-11 在被他人誤解或誣賴時，主動尋求大人或同儕的協助。</p> <p>特社 2-II-4 分辨與採用適當的方式解決衝突，並能理性評估和接受衝突的後果。</p> <p>特社 2-III-2 區別別人非善意行為是提醒，還是威脅到了自己的適應與生存。</p> <p>特社 2-III-7 在無法接受個人或團體的要求時，禮貌地表示拒絕。</p> <p>特社 2-III-8 理性評估與接受被拒絕的原因</p> <p>特社 2-III-9 理性評估被誤解的原因，並清楚表達自己的立場以及說明事實。</p> <p>特社 2-III-10 檢視發生衝突的原因並設法自我修正。</p> <p>特社 2-III-11 面對兩難的情境時，說明情境的利弊得失。</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方式回應。</p> <p>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。</p>	<p>特社 A-III-1 複雜情緒的處理。</p> <p>特社 A-III-2 壓力的替代與紓解方法。特社 A-IV-1 兩難情緒的處理。</p> <p>特社 A-IV-2 壓力的控制與調整。</p> <p>特社 B-I-4 衝突的原因及情境分析。</p> <p>特社 B-II-4 衝突情境的因應。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 被排斥/拒絕時的適當處理方式 2. 面對謠言/誤會時的適當處理方式 3. 被嘲諷/戲弄時的適當處理方式 4. 被誣賴/欺騙時的適當處理方式 5. 面對批評/尷尬的適當處理方式 6. 能適宜拒絕別人的適當處理方式 7. 面對同儕壓力的適當處理方式 8. 修正自己的錯誤 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在繪本、影片或預設的情境、活動，請學生預測事件發生時主角的情緒，並分享自己的經驗。 2. 教師介紹當天要學的社會技巧與成功的步驟。 3. 在設計的活動中，教師引導學生由情緒預測行為，再由行為預測結果。 4. 在不同的情境下演練，教師與同儕給予回饋。 5. 學生修正演練 6. 教師歸納課堂重點，學生填寫學習單或檢核表。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂問答 2. 分組討論與報告 3. 實作與觀察 4. 學習單或檢核表 	<p>自編教材、自編學習單與檢核表</p> <p><u>參考書籍</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Super Skills-給亞斯伯格症、高功能自閉症與相關障礙孩子的社交技巧團體課程 2. 數位社會性課程教學攻略 3. EQ 學園-好人氣養成班 4. 交個朋友吧-輕鬆擁有友誼的 40 個方法 5. 我不是壞小孩，只是愛生氣-40 個幫助孩子控制怒氣的活動

臺南市市立南區大成國民中學 112 學年度第 2 學期七、八、九年級彈性學習 社會技巧 課程計畫(普通班/藝才班/體育班/特教班)

學習主題名稱	社會技巧	實施年級 (班級組別)	7+8+9	教學節數	本學期共(20)節		
彈性學習課程 四類規範	<p>3. <input checked="" type="checkbox"/>特殊需求領域課程 身障類:<input type="checkbox"/>生活管理<input checked="" type="checkbox"/>社會技巧<input type="checkbox"/>學習策略<input type="checkbox"/>職業教育<input type="checkbox"/>溝通訓練<input type="checkbox"/>點字<input type="checkbox"/>定向行動<input type="checkbox"/>功能性動作訓練<input type="checkbox"/>輔助科技運用 資優類:<input type="checkbox"/>創造力<input type="checkbox"/>領導才能<input type="checkbox"/>情意發展<input type="checkbox"/>獨立發展 其他類:<input type="checkbox"/>藝術才能班及體育班專門課程</p> <p>4. <input type="checkbox"/>其他類課程 <input type="checkbox"/>本土語文/新住民語文<input type="checkbox"/>服務學習<input type="checkbox"/>戶外教育<input type="checkbox"/>班際或校際交流<input type="checkbox"/>自治活動<input type="checkbox"/>班級輔導<input type="checkbox"/>學生自主學習<input type="checkbox"/>領域補救教學</p>						
設計理念	透過社會技巧課程使個體表現出社會可接納的態度、言語與行為，並與他人有適當的互動行為。						
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	<p>J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。</p> <p>J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。</p> <p>J-C2 具備利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p> <p>J-C3 具備敏察和接納多元文化的涵養，關心本土與國際事務，並尊重與欣賞差異。</p>						
課程目標	<p>1. 透過情緒和壓力的辨識與處理，培養情緒和壓力問題解決、計畫擬定或調整的能力。</p> <p>2. 運用適當的方式接收和解讀訊息，學習尊重、欣賞他人，以及妥善處理衝突情境的能力。</p> <p>3. 透過傾聽他人、表達自我需求或參與團體討論的方式，培養適應學校、社會的能力。</p>						
配合融入之領 域或議題	<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <input type="checkbox"/>國語文 <input type="checkbox"/>英語文 <input type="checkbox"/>英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/>本土語 <input type="checkbox"/>數學 <input type="checkbox"/>社會 <input type="checkbox"/>自然科學 <input type="checkbox"/>藝術 <input checked="" type="checkbox"/>綜合活動 <input type="checkbox"/>健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/>生活課程 <input type="checkbox"/>科技 <input type="checkbox"/>科技融入參考指引 </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <input checked="" type="checkbox"/>性別平等教育 <input type="checkbox"/>人權教育 <input type="checkbox"/>環境教育 <input type="checkbox"/>海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/>品德教育 <input type="checkbox"/>生命教育 <input checked="" type="checkbox"/>法治教育 <input type="checkbox"/>科技教育 <input type="checkbox"/>資訊教育 <input type="checkbox"/>能源教育 <input checked="" type="checkbox"/>安全教育 <input type="checkbox"/>防災教育 <input type="checkbox"/>閱讀素養 <input type="checkbox"/>多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/>生涯規劃教育 <input type="checkbox"/>家庭教育 <input type="checkbox"/>原住民教育 <input type="checkbox"/>戶外教育 <input type="checkbox"/>國際教育 </td> </tr> </table>					<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引	<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育
<input type="checkbox"/> 國語文 <input type="checkbox"/> 英語文 <input type="checkbox"/> 英語文融入參考指引 <input type="checkbox"/> 本土語 <input type="checkbox"/> 數學 <input type="checkbox"/> 社會 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input type="checkbox"/> 藝術 <input checked="" type="checkbox"/> 綜合活動 <input type="checkbox"/> 健康與體育 <input checked="" type="checkbox"/> 生活課程 <input type="checkbox"/> 科技 <input type="checkbox"/> 科技融入參考指引	<input checked="" type="checkbox"/> 性別平等教育 <input type="checkbox"/> 人權教育 <input type="checkbox"/> 環境教育 <input type="checkbox"/> 海洋教育 <input checked="" type="checkbox"/> 品德教育 <input type="checkbox"/> 生命教育 <input checked="" type="checkbox"/> 法治教育 <input type="checkbox"/> 科技教育 <input type="checkbox"/> 資訊教育 <input type="checkbox"/> 能源教育 <input checked="" type="checkbox"/> 安全教育 <input type="checkbox"/> 防災教育 <input type="checkbox"/> 閱讀素養 <input type="checkbox"/> 多元文化教育 <input checked="" type="checkbox"/> 生涯規劃教育 <input type="checkbox"/> 家庭教育 <input type="checkbox"/> 原住民教育 <input type="checkbox"/> 戶外教育 <input type="checkbox"/> 國際教育						
表現任務	課堂問答、分組討論與報告、實作評量、學習單、檢核表						

課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材或學習單
第1週 至 第7週	7	友誼與保護	<p>特社 2-I-14 尊重他人的身體界限與自主權。</p> <p>特社 2-II-7 與他人相處時，分辨安全或危險的情境與人物。</p> <p>特社 2-III-6 展現合宜行為以維持長時間的友誼。</p> <p>特社 2-III-14 勇敢表達對他人不當觸摸或語言的反感。</p> <p>特社 2-III-15 保持與他人相處時的身體界限。</p> <p>特社 2-IV-3 正確解讀性別間傳遞的訊息，是正向合理，或是歧視，還是具有高度的性暗示。</p> <p>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。</p> <p>特社 2-IV-16 使用技巧拒絕他人不當的觸摸或語言。</p> <p>特社 2-IV-18 使用適當方式表達對人的欣賞，以及接受各種結果。</p> <p>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。</p> <p>特社 3-II-5 在知悉他人生病或受傷時，主動報告師長並表達安慰之意。</p> <p>特社 3-II-7 在家庭、社區或部落情境時，主動向人問候或表達感謝。</p> <p>特社 3-III-5 在親友或他人遭逢不如意或喪事的場合，表現出適當合宜的行為。</p> <p>特社 3-III-7 願意陪同傷病的同學或家人到健康中心或就醫。</p> <p>特社 3-IV-7 在親友遭逢不如意或喪事的場合時，主動安慰對方。</p>	<p>特社 B-I-3 人際關係的建立。</p> <p>特社 B-I-5 性別互動的基本禮儀。</p> <p>特社 B-IV-2 同理心的培養。</p> <p>特社 B-IV-5 愛慕與追求的方式。</p> <p>特社 C-II-1 學習成員之間的關懷與表達。</p> <p>特社 C-II-2 家庭成員之間的關懷與表達。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 會稱讚/安慰/鼓勵別人 2. 會向他人感謝/道歉 3. 能幫助他人或仗義執言 4. 會與人分享 5. 知道表達喜歡的適當方法 6. 了解與異性相處的方式 7. 自我保護 8. 防止性騷擾或性侵害 9. 認識霸凌，學會被霸凌的因應方法 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在繪本、影片或預設的情境、活動，請學生預測事件發生時主角的情緒，並分享自己的經驗。 2. 教師介紹當天要學的社會技巧與成功的步驟。 3. 在設計的活動中，教師引導學生由情緒預測行為，再由行為預測結果。 4. 在不同的情境下演練，教師與同儕給予回饋。 5. 學生修正演練 6. 教師歸納課堂重點，學生填寫學習單或檢核表。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂問答 2. 分組討論與報告 3. 實作與觀察 4. 學習單或檢核表 	<p>自編教材、自編學習單與檢核表</p> <p>參考書籍</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Super Skills-給亞斯伯格症、高功能自閉症與相關障礙孩子的社交技巧團體課程 2. 數位社會性課程教學攻略 3. EQ 學園-好人氣養成班 4. 交個朋友吧-輕鬆擁有友誼的40個方法 5. 我不是壞小孩，只是愛生氣-40個幫助孩子控制怒氣的活動

課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材或學習單
第 8 週 至 第 14 週	7	壓力管理	<p>特社 1-I-2 藉由生理反應察覺及辨識壓力與情緒的反應。</p> <p>特社 1-I-3 學習面對可能遭遇的失敗。</p> <p>特社 1-I-5 在遭逢不如意事件時，接受他人安慰並適當發洩情緒。</p> <p>特社 1-II-1 嘗試因應與處理基本的情緒及壓力。</p> <p>特社 1-III-1 聽從建議選擇較佳的情緒處理技巧。</p> <p>特社 1-III-2 嘗試使用抒解壓力的方法。</p> <p>特社 1-III-4 以各種形式自我安慰與獎勵。</p> <p>特社 1-IV-5 從可行策略中，選擇適當的抒解壓力方式。</p> <p>特社 1-IV-6 分析失敗的原因，並從成功的經驗自我肯定。</p> <p>特社 1-IV-8 遭遇不如意時，主動轉移注意力，並以內在語言自我鼓勵。</p> <p>特社 2-IV-12 面對他人的抱怨，安撫對方情緒緩和衝突，並有效分析自己的困難。</p>	<p>特社 A-I-1 基本情緒的認識與分辨。</p> <p>特社 A-I-2 壓力的察覺與面對。</p> <p>特社 A-II-1 基本情緒的表達。</p> <p>特社 A-II-2 壓力源的評估與處理。</p> <p>特社 A-II-3 自我接納與激勵。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 面對失敗/挫折時的適當處理方式 2. 面對規勸/抱怨時的適當處理方式 3. 面對緊張/害怕時的適當處理方式 4. 憤怒時的適當處理方式 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在繪本、影片或預設的情境、活動，請學生預測事件發生時主角的情緒，並分享自己的經驗。 2. 教師介紹當天要學的社會技巧與成功的步驟。 3. 在設計的活動中，教師引導學生由情緒預測行為，再由行為預測結果。 4. 在不同的情境下演練，教師與同儕給予回饋。 5. 學生修正演練 6. 教師歸納課堂重點，學生填寫學習單或檢核表。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂問答 2. 分組討論與報告 3. 實作與觀察 4. 學習單或檢核表 	<p>自編教材、自編學習單與檢核表</p> <p>參考書籍</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Super Skills-給亞斯伯格症、高功能自閉症與相關障礙孩子的社交技巧團體課程 2. 數位社會性課程教學攻略 3. EQ 學園-好人氣養成班 4. 交個朋友吧-輕鬆擁有友誼的 40 個方法 5. 我不是壞小孩，只是愛生氣-40 個幫助孩子控制怒氣的活動

課程架構脈絡								
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習評量	自編自選教材或學習單
第 15 週 至 第 20 週	6	自我效能 與合作	<p>特社 1-II-3 在成人的引導下擬訂解決問題的計畫。</p> <p>特社 1-II-4 嘗試使用策略解決問題並接納後果。</p> <p>特社 1-III-5 使用策略解決問題，但不過度重視結果或成敗。</p> <p>特社 1-IV-7 根據優弱勢能力，設定努力或學習的目標。</p> <p>特社 1-IV-9 主動擬定與分析問題解決方式的優缺點及其後果。</p> <p>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。</p> <p>特社 2-V-11 主動與他人協商，提出雙方都可接受的方法解決衝突。</p> <p>特社 3-II-2 在小組中分工合作完成自己的工作。</p>	<p>特社 A-I-3 自我優弱勢的察覺。</p> <p>特社 A-IV-3 問題解決的技巧。</p> <p>特社 B-IV-3 優勢的呈現與表達。</p> <p>特社 C-III-1 不同學習情境變化的適應與調整。</p> <p>特社 C-IV-1 尊重與接納學校的多元意見。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 處理事情有彈性 2. 不同意見時的因應策略 3. 會正向評論 4. 設定適合的學習或工作目標 5. 合作完成任務 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在繪本、影片或預設的情境、活動，請學生預測事件發生時主角的情緒，並分享自己的經驗。 2. 教師介紹當天要學的社會技巧與成功的步驟。 3. 在設計的活動中，教師引導學生由情緒預測行為，再由行為預測結果。 4. 在不同的情境下演練，教師與同儕給予回饋。 5. 學生修正演練 6. 教師歸納課堂重點，學生填寫學習單或檢核表。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 課堂問答 2. 分組討論與報告 3. 實作與觀察 4. 學習單或檢核表 	<p>自編教材、自編學習單與檢核表</p> <p>參考書籍</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Super Skills-給亞斯伯格症、高功能自閉症與相關障礙孩子的社交技巧團體課程 2. 數位社會性課程教學攻略 3. EQ 學園-好人氣養成班 4. 交個朋友吧-輕鬆擁有友誼的 40 個方法 5. 我不是壞小孩，只是愛生氣-40 個幫助孩子控制怒氣的活動