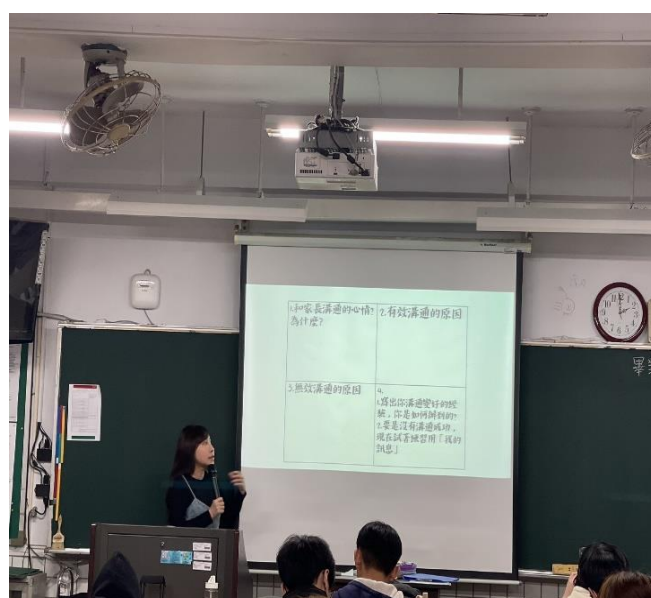


新北市私立復興商工 113 學年度第 2 學期 教師公開授課【教學活動設計表】

公開授課者	徐珮婷	科目	生涯規劃科	班級	廣三真
授課日期	114 年 03 月 04 日 第 5 節		本科目每週上課共 1 節，本次授課為第 5 節		
單元內容	親子溝通 vs. 代溝——建立有效的親子對話				
教學目標	了解親子溝通的意義與技巧。 了解代溝的形成原因，並學會如何處理代溝問題。 提供有效的親子溝通方法，增進家庭成員間的理解和關係。				
項 目	教學活動		時間(分)	備註	
引起動機	教師引言：你覺得和父母的溝通順暢嗎？ 藉由 ppt 這 5 個問題，讓同學舉手發言表達自己的看法。		15		
教學過程	發展活動 活動一、影片觀察與討論 1. 影片中先邀請兩對親子，先各自表達自己對事情的看法跟立場，在面對面說出心裡的感受。 2. 請同學觀察影片中的孩子與父母是如何溝通的 3. 請同學舉手說出哪些部分讓溝通變得順暢或困難。 4. 針對上述部分請學生舉手說出自己的看法。 5. 發下學習單請同學寫出反思跟回饋。 活動二、解決策略 1. 教導同理心練習——站在對方立場思考，換位思考練習。 2. 運用「我訊息」溝通法——用「我覺得…」表達感受，而不是批評。		20		
評量方式	☐ 實作評量 ☒ 口語評量 ☐ 紙筆測驗 ☒ 學習單、檔案 ☐ 其他_____				
參考資料	青春發言人頻道、youtube 親子教養溝通術頻道				

教學成果與教學反思



學生撰寫學習單與心得

1. 和家長溝通的心情? 為什麼? 就敘述我想說的話, 同時他們也會給我意見, 雙方都能聆聽並且給予反饋, 我覺得這是很棒的!	2. 有效溝通的原因? 雙方理解對方的需求, 達成最平衡的結果
3. 無效溝通的原因 就雙方都不理解對方吧, 像小孩, 不理解媽媽為什麼要收手機, 媽媽也不理解小孩為什麼要玩手機那麼久, 並且兩方都不願意放棄自己的玩法。	4. 寫出你溝通後好的經驗, 你是如何辦到的? 我覺得是我爸媽給我的好習慣, 畢竟他們也會好好的跟我溝通。

1. 很煩, 激動到哭 很煩是因為他們永遠只堅持他們的想法, 說在多都不會聽, 都會說我是錯。	很冷靜的在表達自己的所需, 上不是爭吵, 冷淡, 還有傾聽。
他們都很堅持自己的想法, 沒有說出應該怎麼解決, 都不讓步。	我希望你們能理解我的穿衣風格, 不是穿少就會被騷擾, 我知道你們覺得穿很少會被騷擾, 但希望你們也知道我想要有穿衣風格, 我會不在穿的像以前一樣。

1. 蠻開心的, 因為不常見面, 見面也很少講話, 一年也許講話不超過 10 次。	2. 因為爸爸原本就知道他給的錢比較少, 所以他不會覺得是兒子亂花錢, 再加上爸爸不是強勢的類型, 所以他們可以有效溝通。
3. 媽媽比較沒辦法見她地去想女兒的立場, 導致母女無法有效溝通。家長永遠覺得自己是對的, 自己是對兒女好... 但這其實不是對小孩好, 而是情緒勒索!	4. 我沒什麼溝通問題, 國小也許有過, 但國中之後基本沒有, 一方面是因為沒跟家長住, 另一方面是因為我的家長不太管我, 無論是升學或是其他選擇, 我都是自己完成後, 再"通知"家長。

1. 煩躁 2. 不同類, 講了也沒用, 就會覺得很煩, 次必要。	原因: 1. 互球對抗 2. 態度皮軟 3. 有把問題和解決方法講出來
原因: 1. 媽媽的不理解 2. 沒有换位思考 3. 時代差距 4. 沒有退一步	我的訊息: 先换位思考, 認同家人的立場, 在清楚表達自己的想法和規畫。

1. 緊張, 因為我爸很傳統, 保守, 所以聽到我要去實習, 去外縣市比賽, 出門玩都會很擔心, 也不能理解我的決定, 雖然最後也會妥協。哈哈 (PS 但我也理解我爸是太擔心我, 想保護我, 怕我不平安~)	2. 父子雙方有穩定情緒, 完整且理性的表達需求。
3. 因為雙方的立場都各自有道理, 也無法理解對方。	4. 我們家在溝通時都滿理性的, 雖然有時候還是會有情緒, 但大家都是希望對方好, 所以事情通常還是能理性解決。多站在父母的角度可以讓事情更圓滿, 我也相信父母不會害我, 希望我更好。

會有一點不耐煩, 雖然知道這樣的態度非常不妥, 但是和媽媽溝通地都自己先認為我仍然是一個不懂事的小孩, 可能, 確實, 但我有我自己的看法, 至少希望她可以理解我。	① 有效的溝通, 一是需要正確的態度 ② 明白、直接、清楚的講出自己的煩惱、需求, 和自己期望的解決方法。 ③ 不逞正強, 明白、直接、清楚、禮貌一定是基本
④ 其中一方的態度就不妥了, 如果是我, 我不太想繼續溝通了。 ⑤ 沒有嘗試去理解對方的想法	⑥ 都坐下來好好談一談, 聊一聊, 但內容都是, 什麼都可以談, 什麼都可以聊, 輕鬆, 輕鬆的, 悠閒的, 很自然的會說出一些心裡話。