



綜合領域教學

家庭溝通~好一個吵架天

教學設計：

安平國中 許依玲 陳玫琿

設計理念

- i 家庭是人類特有的組織，人們自幼生長於家庭，在家庭塑造人類基本的社會化能力，在家庭中的溝通方式，往往影響人們一生的發展。
- i 不良的溝通，往往造成相互了解間的鴻溝，希望學生透過對家庭溝通方式的了解，學習較佳的溝通方式，以期邁向學習型家庭，使社會更為和諧美好。

能力指標

92 課 綱	<p>綜合2-4-1 覺察自己與家人溝通的方式，並體驗經營家庭生活的重要。</p> <p>家政4-4-2 運用溝通技巧，促進家庭和諧。</p> <p>家政4-4-4 主動探索家庭與生活中的相關問題，研擬解決問題的可行方案。</p>
97 課 綱	<p>綜合2-4-5 覺察自己與家人溝通的方式，增進經營家庭生活能力。</p>



引起動機（1）：情緒舞台

- ； 讓我們來看看你對情緒的了解？
 - ； 高興
 - ； 難過
 - ； 生氣
 - ； 喜極而泣



引起動機（2）：家庭溝通

- i (1) 是否曾經與家人有過爭執？
- i (2) 與家人有爭執時，心情如何？
- i (3) 如何解決與家人的爭執？



家庭溝通

； 接下來讓大家看看一個與家人溝通的例子

； 「好一個吵架天」

； 小提醒：請注意~

； 故事中人物

； 動物的表情(皺眉、手勢)

； 餐桌上的花



「好一個吵架天」問題討論

- ； 你覺得心情和天氣有關嗎？(例：下雨~陰沉)
- ； 透過哪些小動作可以增進家人關係？(例：親吻)
- ； 情緒會轉移到別人身上嗎？
- ； 故事中誰的出現，讓情緒有了轉換？
- ； 太陽出來了，象徵什麼呢？



問題討論

- ¡ 你覺得哪些因素影響了你和家人的溝通呢？
 - ¡ 說話的語氣
 - ¡ 表情
 - ¡ 用詞
 - ¡ 肢體動作



影響溝通的要素

； 口語~

； 語氣：不耐煩、平和、吼叫、譏諷

； 用詞：請幫我；；、去做；；聽到沒有

； 非口語~

； 表情：微笑、面無表情、憤怒、不耐煩

； 肢體動作：叉腰、雙手插在胸前



i 說話的溝通技巧關係著接收者的情緒反應，同一句話應該如何表達才會有比較好的效果，其中有很大的學問。



家庭溝通實例表演(1)

- i 要去同學家玩
- i 想買貴重物品，例如NIKE的新一代球鞋
- i 分數不及格的成績單需要父母簽名
- i 功課還沒做完，被強迫去作其他的事情
- i 父母/手足翻動私人的信件或物品、日記



家庭溝通實例表演(2)

- | 請家長帶放在餐桌上，忘記帶到學校的作業
- | 與家人搶電視看的時候
- | 要借用兄弟姊妹的貴重物品的時候
- | 需要兄弟姊妹幫忙的時候
- | 手足帶同學回家干擾原本的作息和自由



家庭作業：「溝通事件描述單」

i 觀察要點：

i 語氣

i 用詞

i 表情

i 肢體動作

i 「溝通事件描述單」（附件一）



「溝通事件描述單」分享

- i 藉由同學的分享，你是否已經注意到成功的溝通有哪些共通的因素呢？



良好的溝通模式表演(1)

- i 正在忙著寫明天要交的作業，媽媽卻大聲命令立即收拾東西，否則這個月沒零用錢。
- i 班上的死黨說好要一起買那雙五千元的球鞋，我已經跟爸爸說了好多次，他都沒反應。
- i 大家坐在客廳看電視，姐姐說我平常電話打太久了，剛好在跟小方聊班上事情的我被要求立即掛上電話。

良好的溝通模式表演(2)

- i 我的兄弟姐妹獲得全校比賽第一名，我也很替他高興，該怎麼跟他說呢？
- i 我的兄弟姐妹其中一人明天就要參加比賽，現在表現出很緊張的樣子，我該怎麼做才能讓他放鬆，也讓他知道我很關心他。
- i 媽媽好像翻動我的卡片和交換日記，讓人很生氣，我希望媽媽能尊重我。



家庭作業：「E-mail表情意」

- i 請練習使用良好的溝通模式，寫一封E-mail給自己的家人。

THE END

敬請指教

