

五年級
關懷家人課程設計

因為是
家人



活動一 家庭變奏曲

1. 請你想一想一個家庭可能會遇到哪些問題呢？

例如

賺錢 家事 看小孩子功課

買菜 煮飯 哪裡玩 吃什麼 接小孩

維修電器 誰開車 管小孩

家庭會議 和家人聊天 分享 講笑話

分組討論

把你所寫下來的問題分別貼在
以下兩個欄位

最重要	沒那麼重要

思考

1. 家庭裡可能會遇到什麼緊急變故？

生病 車禍 破產 家人過世
家人離家 吵架 離婚 犯罪

2. 如果家裡有人發生嚴重車禍，其他家人會有什麼情緒？

3. 可以用什麼好方法來平撫呢？

影片欣賞

《不離不棄的真實故事》



討論與分享

1. 阿嬤和家豪的感情好不好？從哪裡看得出來？
2. 他們的家遇到了哪些家庭的問題？
3. 支持家豪的力量是什麼？
4. 如果你是家豪，你覺得你應該怎麼辦？
5. 如果你是阿嬤，你會放棄嗎？為什麼呢？
6. 有沒有哪一句話是可以鼓勵他們呢？



總結

1. 每個家的問題不一樣，但面對問題的態度必須是積極正向的。
2. 家庭裡面每天要遇到的瑣碎事情很多，一不小心就會吵架、情緒、引爆，希望能理性面對，才能有助於問題解決。

活動二 別傷害家人

回顧與省思

1. 回想一下，家庭可能會遇到什麼問題？
2. 家庭突發緊急變故應如何面對？
3. 怎樣幫助家人？
4. 怎樣鼓勵有這樣經歷的朋友？

短片欣賞

《情緒怒罵傷害孩子一輩子》





討論與分享

1. 影片中你印象最深刻的是哪一句話？
2. 當你聽到這些罵人的話的時候，你有什麼感覺？
你在家裡聽到過這樣的話嗎？
3. 想一想，當你聽到這些話時，你可以怎麼保護自己？



總結

1. 說話是溝通也可能是武器，可以幫助人也可以傷害人。
2. 家人天天接觸，是最能看到自己缺點的人，因此傷害也可能是最大的，所以我們可以在說話之前先想一想，就能避免彼此傷害。

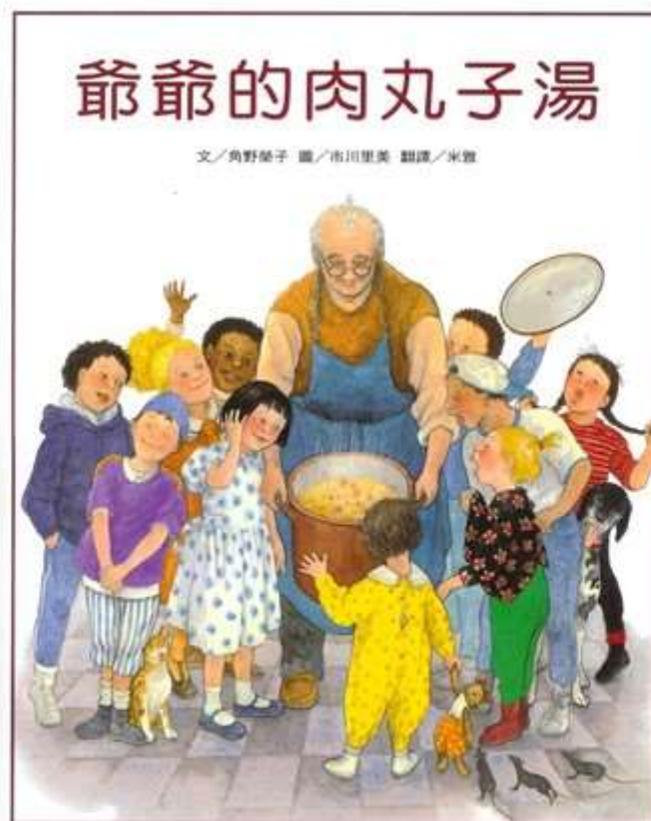
活動三 陪家人走過

回顧與省思

1. 說話很重要~可以幫助人也可以傷害人!
2. 怎麼說比較好? 舉例說明
3. 家人有說話傷害過你嗎?
4. 你該怎麼辦呢?

繪本導讀

《爺爺的肉丸子湯》



討論與分享

1. 爺爺用什麼方式想念奶奶？
2. 爺爺的憂傷難過最後有消失嗎？為什麼？
3. 你覺得憂傷難過時可以用什麼方法讓自己再開心起來？
4. 小時候到現在你有什麼回憶？還可以製造什麼回憶？
5. 如果有一天有家人離開，我如何陪伴其他的家人？
6. 你觀察過家人，了解他們個別的需要嗎？
面對他們的需要你有沒有辦法滿足他們呢？



總結

1. 世事無常，我們無法預料未來會發生什麼事情，但是我們要在家人還在的時候好好彼此對待。
2. 不論家庭遭遇到甚麼狀況，相信有愛就有盼望，更有力量去面對家庭變故。
3. 繪本中展現了分享的喜悅，透過想念家人和想念家中的滋味，給我們帶來希望。

活動四 幫助我的家

回顧與省思

1. 從繪本「爺爺的肉丸子湯」中學習到什麼？
2. 有沒有用積極正向的態度面對家人？
3. 分享實際幫助家人的過程和感想。

文章選讀

《賣橘子的小女孩》



體驗活動

請背一個10公斤的背袋
從五樓走到四樓再走回來



討論與分享

1. 小香家庭狀況如何？從文章哪裡看出來？
2. 小香家面臨什麼問題？
3. 小香在面臨這些問題時候的情緒是什麼？
4. 她用什麼方式來轉換？請從文章中找出來。
5. 買橘子的先生為什麼說不用找錢？
6. 小香最後為什麼會「眼裡淚光閃爍」？
7. 你覺得小香是個怎樣的人？為什麼呢？



總結

1. 每個人家庭的問題都不太一樣，從別人的故事中可以看見自己家人的個性，想一想你可以用什麼方式面對家人呢？
2. 試著了解並設身處地為家人著想，並在家中付出愛的行動和關懷，好提供支持的力量。