

家庭教育課程設計	範 圍	主 題	設計者
	小四	家庭壓力	新興國小／馬 香

壹、課程設計理念

現代家庭正經歷前所未有的改變，科技化發展伴隨著工業化與都市化，人們的生活變得非常複雜與多變性，家庭結構的改變，兩性關係的複雜，傳統家庭與婚姻的穩定正面臨著巨大的考驗，相對的，家庭所面臨的壓力也日益增大。

每日報紙所見，自殺、憂鬱等社會事件層出不窮，社會人群的疏離感更為這些個案家庭築起一道道無法攀越的高牆，離婚數字、單親家庭兒童人數的增加，反應現代社會家庭結構的脆弱，Boss（1988）將家庭壓力定義為：家庭承受壓力或緊張時，穩定的家庭狀態被改變。

家庭會隨著成員生命發展而改變；而社會環境的改變，如失業、水災、天災等財務的損失也會給家庭系統帶來壓力。家是傳統上支持成員因應改變的最後保壘，家庭對成員提供情緒需求的功能正逐漸加重。

因此對於目前社會中家庭結構的衝擊與瓦解，更應用教育的角度鼓舞每一個人正確的面對自己的家庭，並不吝惜分享家庭中的問題與艱難，而使更多的人免於沉重的家庭壓力。

本課程設計參酌社會系統理論家庭危機 ABC-X 模式。【A(引發事件)與 B(家庭擁有的資源與韌性)及 C(家庭對事件的主觀定義)相互影響，決定 X(壓力或危機程度)】，透過教學活動，瞭解家庭資源的管理與創造，習得對家庭危機的認知，做適當的調適。

貳、教學主題與目標

本單元共分為四個主題，每個主題為 1 節課、40 分鐘。在教學的歷程中，教師可以透過角色扮演以及討論的方式，並運用學習單使學生可以透過單元的教學來學習如何面對家庭溝通問題。

角色扮演法：Werrbach（1993）指出，角色扮演是發現價值衝突的調停方式，同時也發展解決問題的策略。此種教學策略可培養學生設身處地、加強同理心的感受，能有不同思考的面向。

討論教學法及價值澄清法：經由不斷的質疑與討論，批判、修正自己與他人的想法，最後再由教師適時的給予價值澄清，使學生學習如何面對家庭中的問題進行理性分析與辨識因應並避免更多衝突的產生。透過小組討論與發表，培養學生批判性的觀點與思考力，建立學生審慎明辨的思考能力，使得學生家庭中可以找到對問題的正確態度。

（一）第一個單元為『家庭事件簿』，主題在由家庭事件中，正確認知可預期的事件和不可預期的家庭事件之普遍。培養發覺家庭中問題的能力，並謀求解決的方法。其目標 1.了解家庭中可預期和不可預期的改變事件。2.明白家庭壓力的來源。3.知道身處家庭事件中對事件改變的正確認知。

（二）第二個單元為『家庭大不同』，主題在認知不同的家庭型態，瞭解家庭成員的角色責任，培養家庭成員情感。其目標 1. 認知多種不同家庭型態。2.了解不同家庭型態的問題。3.培養面對家庭事件中家庭成員的角色責任。

（三）第三單元為『家庭資源管理』，主題在強調改變是家庭成長的過程，從過程中創造家庭資源與管理資源，培養面對家庭壓力時的應變能力，並能夠紓解適當的情緒。其目標 1. 認知家庭資源與管理資源。2.了解增加家庭資源的方式。3.培養運用社區與社會資源，增加學習的能力。

（四）第四個單元為『家庭的故事』，主題在強調面對無法改變的家庭結構，重新認識家庭的意義，認知家庭的功能，並且建立自己積極正確的人生觀，知道社會及學校協助系統，以在適合時機尋求協助。其目標 1. 瞭解家庭的意義。2.認知家庭的功能。3.認識家庭社會資源的協助系統。

參、教學對象：

本教學對象為四年級。四年級學生的特質在皮亞傑的認知發展論中，由具體運思期，逐漸發展為形式運思期。本課程設計依此心理發展原則，活動設計循序漸進，先具體認知家庭各種不同型態、可能面對的變故與壓力、後思考家庭在面臨壓力時，應對家庭壓力的解決方式。

單元一

單元名稱	家庭事件簿	設計者	馬 香
教學時間	40 分鐘	適合人數	全班
配合現有教材			
能力指標	<p>【家政】4-2-4 覺察家庭生活中家人關係事務的特質與現象的改變。</p> <p>【社會】3-2-1 社會關懷家庭內外環境的變化與調適。</p>		
活動目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解家庭中可預期和不可預期的改變事件。 2. 知道身處家庭事件中對事件改變的正確認知。 3. 培養覺知家庭壓力來源的能力。 		
活動流程及內容設計	時間	活動設計說明	
<p>【引起動機】—小明家淹水了</p> <p><u>小明的家在汐止鎮上街上，爸爸開了一家電器行。電裡所有的業務都是爸爸一個人負責。平日媽媽幫忙爸爸照顧這個店，維持一家人的生活。小明的奶奶過世了，爺爺身體不舒服，獨自住在鄉下，小明的爸爸常常說，他的擔子很重啊！</u></p> <p><u>很不幸的事情發生了！</u></p> <p><u>象神颱風經過了台灣，鎮上淹水了，洪水嘩啦啦的一直流到街上，流進了店裡，淹沒了所有器材，小明爸爸為了店裡的財產，在趕回家的路途中發生車禍。</u></p> <p><u>小明爸爸癱瘓了，家裡頓時失掉經濟的產生者，小明的媽媽像做了一場惡夢，久久醒不過來。</u></p> <p>1.戲劇演出</p> <p>(1) 請三位同學分別扮演小明的爸爸、媽媽、和小明。</p> <p>(2) 戲分三幕，第一幕演出颱風要來了。第二幕演出家裡淹水了。第三幕演出小明爸爸發生車禍。</p>		<p>以一個家庭遭變故的實例引起討論的動機。</p>	

<p>【發展活動】—家庭會說話</p> <p>1.分組討論—小明家的狀況</p> <p>※教師提問</p> <p>(1)小明家裡遭遇什麼事情?(教師將小明家所遭遇的問題分類,請小朋友寫在黑板上。)</p> <p>(2)這些狀況的發生是否可以事先知道?(教師請小朋友自由發表)</p> <p>(3)他們家有什麼樣的困難?(分6組討論,並將答案以四開書面紙寫出來,教師將書面紙張貼黑板上)</p> <p>2.分組討論—家庭中的變故</p> <p>(1) 家庭中有可能遭遇什麼樣的變故,是一般人沒有辦法事先知道的?※請小朋友自由發表,教師將答案寫在黑板上,但計算組別的成績。)</p> <p>(2) 面對這些家庭變故找出一些可能事先預防的因素。</p> <p>【統整與總結】</p> <p>完成學習單,聰明過五關。</p> <p>.....第一節結束.....</p>	<p>15 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	<p>以戲劇表演的方式,呈現一個家庭遭變故的實例。</p> <p>在實例中覺知家庭事件的改變,可能導致家庭產生壓力。</p> <p>透過討論,了解家庭遭變故時要面臨的困難。</p> <p>由統整中覺知家庭事件有些是可預知,有一些無法預知,正確的認識,以減少壓力的產生。</p> <p>請小朋友完成學習單。</p>
<p>教學評量</p>	<p>口語表達、完成學習單。</p>	
<p>指導要點及注意事項</p>	<p>分組討論時教師要控制時間</p> <p>事先將活動重點以書面紙寫好</p> <p>分組桌型事先排好</p> <p>戲劇事先給小朋友劇本,並事先演練。</p>	
<p>備註</p>	<p>需要的教具有書面紙四開6張、磁鐵、書寫筆6隻</p> <p>演戲的道具—長條布代表洪水、桌椅、電器品等</p>	

單元二

單元名稱	家庭大不同	設計者	馬 香
教學時間	40 分鐘	適合人數	全班
配合現有教材			
能力指標	<p>【家政】4-2-2 認識自己與家人在家庭中的角色。</p> <p>【家政】4-2-5 激發對家庭或生活問題的好奇心及敏銳的觀察力</p>		
活動目標	<p>1. 認知多種不同家庭型態。</p> <p>2. 了解不同家庭型態的問題。</p> <p>3. 培養面對家庭事件中家庭成員的角色責任。</p>		
活動流程及內容設計	時間	活動設計說明	
<p>【引起動機】大風吹遊戲</p> <p>※ 將「和爸媽同住」「和奶奶同住」「和外公外婆同住」「和爸爸同住」「和媽媽同住」等字體做成小字卡，每人發給一張，做為玩遊戲的角色扮演身份。小牌上家庭中有的家裡人員多，有的家裡人員少；有的同學有雙親，有的同學只和母親住；有的同學和外公外婆住。</p> <p>1. 先玩一般的遊戲激起小朋友有的興趣。 教師說：大風吹？吹什麼？吹有長髮的人……。 可連續玩幾次。</p> <p>2. 再玩認識家庭型態的遊戲。 教師說：大風吹？吹什麼？吹手上拿著「和爸媽同住」牌子的同學……。可連續玩幾次。</p> <p>【發展活動】— 認識不同家庭型態</p> <p>1. 分類</p> <p>(1) 請小朋友按照手上小字卡的分類坐在一起。</p> <p>(2) 教師將雙親家庭、單親家庭、隔代教養家庭的字卡揭示在黑板上。</p> <p>(3) 教師提問：這些家庭中有哪些人？ (以事先準備好的人物圖卡張貼。)</p> <p>(4) 教師提問：這些家庭中什麼樣的家庭人比較多？(請小朋友自由發表)</p>	<p>5 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>	<p>以大風吹遊戲活動，認知家裡的成員人數和家庭型態，如單親、雙親、隔代教養家庭。借大風吹的遊戲凝聚出師生的教學氣芬，教師可視教學時間做適當的調整。</p>	

<p>※從以上的家庭類型中分判每一種家庭型態有不同的家庭成員。</p> <p>2.討論 教師請小朋友討論全家大掃除的事件。</p> <p>(1)教師提問： 大掃除要準備的事情有哪些？請小朋友和同組的同學討論完後寫出來。(教師準備書面紙，請小朋友謝寫在上面，並一條一條陳列在黑板上。)</p> <p>3.歸納—排排看 (1)教師提問： 這些事情中有哪些是屬於錢的問題；有哪些是屬於人力的問題？(請小朋友發表。)</p>	10 分鐘	藉由討論的方式讓小朋友能更深一步了解家庭裡的生活方式和問題。
<p>【統整與總結】—角色責任澄清</p> <p>1.教師提問：這些問題可以解決嗎？</p> <p>2.教師以書面列出「爸爸的角色」「媽媽的角色」「小明的角色」引導小朋友思考個人的角色責任。</p> <p>※每個人在家庭裡至少扮演一個角色，每一個角色都有他的責任，扮演好角色責任，一家人共同面對家裡可能遭遇的變故並同心協力，讓家庭渡過難關。</p> <p>……………第二節結束……………</p>	10 分鐘	以 價值 「澄清」的方式，引導小朋友思考每個人在「角色」任務上需要盡到的責任。
教學評量	觀察、遊戲活動參與、口語表達。	
指導要點及注意事項	注意單親的小朋友在活動中的情緒輔導。	
備註	<p>1.準備「單親家庭」「雙親家庭」「隔代教養家庭」(或更多家庭型態)長條紙。教師可依學生程度，隨時調整。</p> <p>2.準備家庭成員玩具貼紙。</p>	

單元三

單元名稱	家庭資源管理	設計者	馬 香
教學時間	40 分鐘	適合人數	全班
配合現有教材			
能力指標	<p>【社會】3-2-1 關懷家庭內外環境的變化與調適。</p> <p>【綜合】2-3-3 規劃改善自己的生活所需要的策略與行動。</p>		
活動目標	<p>1. 認識家庭的必要開銷。</p> <p>2. 了解家庭中開源節流的重要。</p> <p>3. 培養運用社區與社會資源，增加學習的能力。</p>		
活動流程及內容設計	時間	活動設計說明	
<p>【引起動機】</p> <p>1.請小朋友說一說一天中發生的事情。</p> <p>2. 教師提問： 請小朋友將一天中家庭中所需要的東西，列在書面紙上。</p> <p>【發展活動】—家庭魔法師</p> <p>1.估價遊戲</p> <p>(1)教師準備相關食、衣、住、行、育、樂的圖片，各種錢幣磁鐵卡，請小朋友出價錢。(如電視、電腦、汽車、洗衣機…蔬菜、水果等)</p> <p>(2)分組比賽，教師揭示物品的真正市價。接近答案的給予記點。</p> <p>2. 討論—算算看</p> <p>(1)教師提問：一天中要花多少錢？ 教師請 2 位小朋友到黑板寫出他們家一天中所要花的錢。</p> <p>(2)教師提問：一個月要花多少錢？ 教師請小朋友共同算出。</p> <p>(3)教師提問：這些錢不夠怎麼辦？有沒有其他方式可以增加？</p> <p>※ 教師為達到聚焦的標準，提供幾種可行的方式，如媽媽、爸爸再增加一些能力、小明努力學習等可以充實家庭能量的正向方式，以累積家庭資源。</p>	5 分鐘	透過小朋友的發表讓小朋友看到家庭中的資源。	
	10 分鐘	透過估價遊戲，引導小朋友認識家庭資產的價值。	
	10 分鐘	從教師提問的引導中，讓小朋友了解資源有限，資源也可以以正向的方式來累積。	

<p>3.找尋物品主人 (1).教師提問：現在這些物品都要有人管理，請小朋友扮演家庭中的角色，認養完成。</p> <p>【統整與總結】 教師分發學校或社區大學的廣告單，請小朋友仔細讀讀看，並解釋內容。</p> <p>1. 教師提問：這些活動媽媽或爸爸需不需要？可以幫助媽媽獲得什麼能力？</p> <p>2. 教師綜合歸納當家庭遭遇到重大變故的時候，家裡的人一定要團結和互相支援，也可以從學校或社區找到很多免費的資源，這樣的家才會是一個安全的地方。</p> <p>3.完成學習單。</p> <p>.....第三節結束.....</p>	<p>5 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>	<p>以實際的活動傳單，讓小朋友知道可以充實能量的具體方式。</p>
<p>教學評量</p>	<p>觀察、完成學習單、口語表達。</p>	
<p>指導要點及注意事項</p>	<p>在估價活動中，教師可以依學生程度，調整估價物品的類別，並注意學生性別和估價準確度的差異。</p>	
<p>備註</p>		

單元四

單元名稱	一個家庭的故事	設計者	馬 香
教學時間	40 分鐘	適合人數	全班
配合現有教材			
能力指標	<p>【健康與體育】6-2-2 了解家庭在增進個人發展與人際關係上的重要性。</p> <p>【家庭】4-3-2 了解家人角色意義及責任。</p>		
活動目標	<p>1.瞭解家庭的意義。</p> <p>2.認知家庭的功能。</p> <p>3.認識家庭社會資源的協助係統。</p>		
活動流程及內容設計	時間	活動設計說明	
<p>【引起動機】</p> <p>1.影片美麗人生片斷觀賞－ (從第三部分開始)</p> <p>【發展活動】</p> <p>1.討論</p> <p>(1)分組討論，請小朋友將家庭中所提供的功能在書面紙中寫出來。</p> <p>※ 教師歸納：家庭可以提供教養、保護、支持的功能。</p> <p>(2)教師提問：</p> <p>什麼樣的家庭會沒有辦法好好的保護小孩？</p> <p>※請小朋友發表。</p> <p>2. 圖片觀賞</p> <p>(1)教師準備社教機構的圖片，如台北市單親家庭、家庭扶助中心、社會福利中心、諮商輔導中心，並介紹機構可以協助的事項。</p> <p>【統整與總結】</p> <p>1.教師告知家暴中心電話。</p> <p>2.教師總結---</p>	<p>20 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	<p>以美麗人生影片的第三部分為活動的開始，引導小朋友認識面對家庭危機時的方式。</p> <p>從討論活動中，讓小朋友了解家庭可能提供的功能和家庭功能失衡的危機。</p> <p>提供社會資源機構照片，讓小朋友了解，社會資源可以彌補家庭功能的失衡。</p>	

<p>(1)引導小朋友認識與瞭解社會協助系統，並能妥善利用。</p> <p>3.完成學習單。</p> <p>.....第四節結束.....</p>		
<p>教學評量</p>	<p>完成學習單、討論與口語表達。</p>	
<p>指導要點及注意事項</p>	<p>美麗人生影集教師可以其它教材替換</p>	
<p>備註</p>		

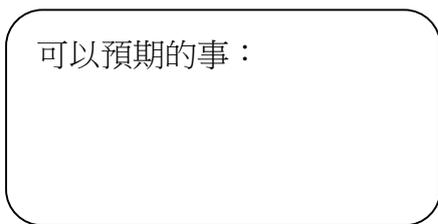
小朋友，這一張學習單是幫你更清楚地看到小明家有哪一些的問題？這些問題是否可以解決？請你依過五關的方式，依序回答，寫完答案後過完五關就可以得到老師的獎品唷！

第一關：小明家遇到什麼變故？(請小朋友寫出故事大意)

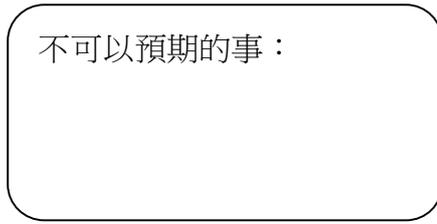


第二關：這個故事中可以預期的事有哪些？不可以預期的事有哪些？

可以預期的事：



不可以預期的事：



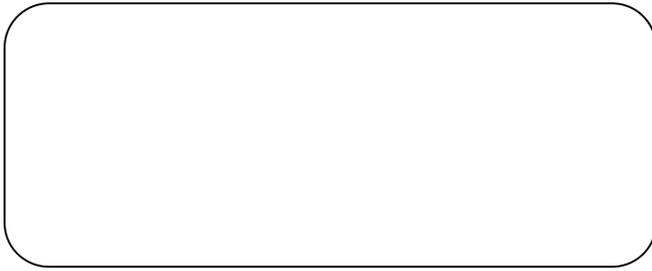
第三關：淹水後的小明家，有些什麼困難？



第四關：這些困難你有什麼感覺？



第五關：面對這些困難，如果是你，你會怎麼辦？



恭喜你！你過五關了！



小朋友，想一想：你知道有哪些不同種類的家庭，他們會面臨哪些問題？

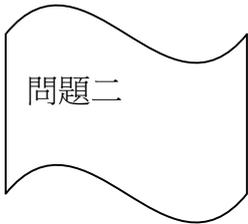
可以用什麼方法解決，才可以讓你們的家庭過得更好？(請和老師、同學討論以後完成。)

編號	家庭類型	面臨問題	你可以怎麼做
01			
02			
03			
04			
05			



你家生活上所需要的東西有哪些？請你估價。

- | | |
|----|----|
| 1. | 2. |
| 3. | 4. |
| 5. | 6. |



家中的成員對於開源節流可以怎麼做？

爸爸	
媽媽	
我	
其他人	

學習單四 家庭功能

姓名：_____

一、連連看：小朋友，左邊有一些選項，請你仔細看過並思考過以後，你認為什麼單位可以幫忙他們，請你連連看。

父母一方去世或坐牢

警察局

父母離婚

台北市單親家庭中
心

父母失業

社會局—家扶中心

父母吵架或打架

咨商輔導中心

父母親有暴力行為

家暴中心

【劇本】

一、報幕

前言：

1. 小明的家在汐止鎮的街上，爸爸開了一家電氣公司，公司所有的業務都是爸爸一個人負責，平日媽媽幫忙爸爸照顧電裡的生意，維持一家人的生活。
小明的奶乃過世了，爺爺身體不舒服，獨自住在鄉下，小明爸爸常常說，他的擔子很重啊！
不幸的事情發生了！

第一幕：

2. 象神颱風經過了台灣，鎮上淹水了，洪水嘩啦嘩啦的一直流到街上，流進了店裡，淹沒了所有器材。

第二幕：

3. 小明爸爸在趕回家的路上，發生了車禍，全身癱瘓了！

二、第一幕

場景：爸爸媽媽坐在客廳

播報員報氣象：中度颱風象神距離台灣東男方 200 公里處，預計今晚從宜蘭花蓮登陸，此
颱風會帶來強大的雨量，請各地嚴加戒備，我們現在來看看衛星雲圖。

媽媽：爸爸啊，颱風要來了，我們是不是要提早準備，把電器搬一搬？

爸爸：(一面吃東西)啊，不會啦！

媽媽：可是氣象台播報，我們這裡是警戒區耶。

爸爸：安啦！安啦！

電話鈴響.....

爸爸：摸希...摸西明明電氣行.....唷，我知道，我知道，馬上送...馬上送....。我要送貨了！

媽媽：你要小心唷！

三、第二幕

場景：工廠有很多電器

小明：淹水了.....淹水了.....

媽媽：快搬電視...快搬電視.....

小明：好重啊....好重啊....水又淹上來了

媽媽：打電話給爸爸....

小明：爸爸，家裡工場淹水了，我們的電器來不及搬了...

爸爸：好..好..我快回去，可是風雨很大.....

媽媽：來不及了，來不及了。

布幕 (2 個人拉 把所有的東西都蓋住。

四、第三幕

爸爸在路上騎摩托車...碰的一聲，和其他兩部車相撞.....。