

# 爱丽丝的奇幻王国冒险记

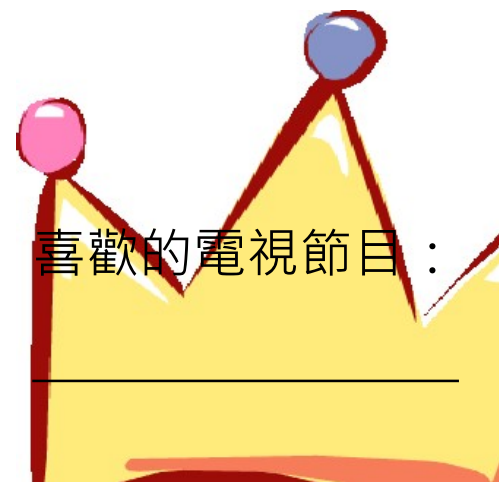
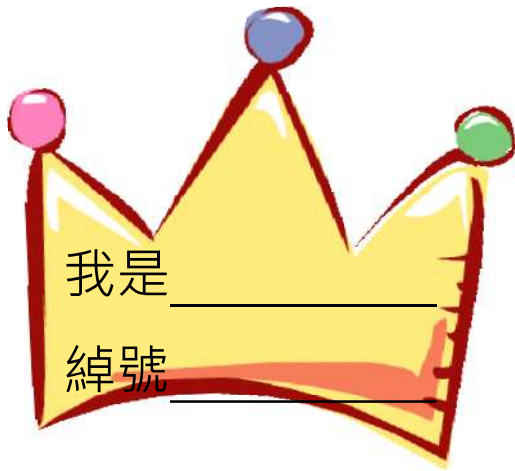


秀朗國小 楊智皓

第一次活動	時間		設計者		輔導人數	5-6人
活動主題	相見歡		輔導年級	5-6年級	輔導時間	40分鐘
領導者			協同領導者			
活動目標	1. 成員間相互認識並自我介紹。 2. 了解團體進行的方式及目標。 3. 建立團體規範。					
準備材料	自我介紹表					
	活動過程				時間分配	材料/設備
暖身活動	1. 領導者及協同領導者的自我介紹。 2. 說明團體的性質和目的。				5分	
正式活動	一、認識團體： （一）了解小朋友參加團體的動機。 （二）團體規範與契約的說明。  二、成員彼此交流： （一）發給每位成員一張自我介紹表，問題包括： 名字、綽號、喜歡的電視節目、喜歡的食物、 喜歡的科目、偶像。 （二）隨機請成員介紹自己。  三、收集資料： （一）請成員說出家人的人際特質，或是喜歡的人 際特質。 （二）詳細說明喜歡該人際特質的原因。 （三）領導者將成員描述的特質做統整。				10分   10分   10分	自我介紹表
統整與回饋	1. 讓成員彼此分享第一次來參加團體的感覺。 2. 統整成員的感受並回饋。 3. 與成員約定下次聚會。				5分	
備註	諮商員應注意討論時要讓全部的小朋友都有發表的機會。					



# 皇家識別証



我還要補充 :

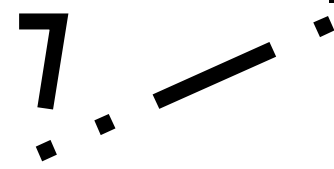
愛麗絲對兔子感到好奇，所以想接近他，  
想跟他說話.....

現在請你說說看自己的家人，並說出最喜  
歡家人的哪些特質呢？

我的家人\_\_\_\_\_

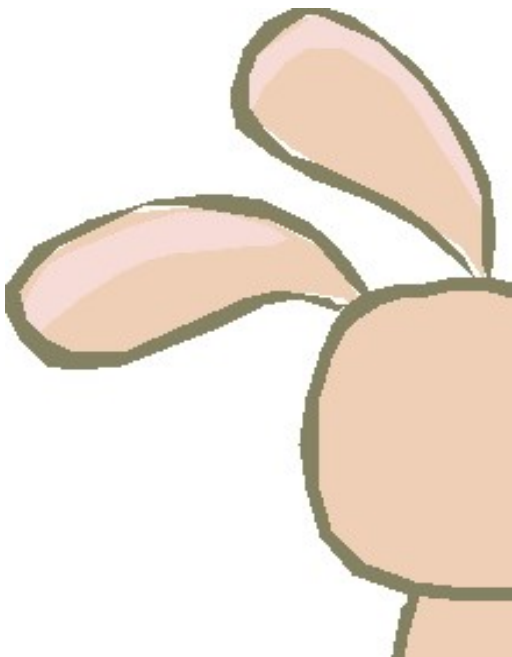
我喜歡他\_\_\_\_\_

最喜歡的特質\_\_\_\_\_



自己擁有的特質\_\_\_\_\_

最想擁有的特質\_\_\_\_\_



第二次活動	時間		設計者		輔導人數	5-6人
活動主題	繪畫王國		輔導年級	5-6年級	輔導時間	40分鐘
領導者			協同領導者			
活動目標	1. 透過畫圖反映出自己與家人相處的狀況。					
準備材料	圖畫紙、彩色筆、活動單					
	活動過程			時間分配	材料/設備	
暖身活動	1. 用抽名牌的方式回顧成員的名字。			2分		
正式活動	一、繪圖活動：			13分	圖畫紙、彩色筆	
	1. 領導者說明活動內容，請成員畫出下課時間的自己，藉由圖片來蒐集成員的人際互動狀況。 2. 發送圖畫紙、彩色筆，請成員開始繪圖。					
	二、成員彼此分享：			10分		
	1. 請成員分享自己完成的圖畫。 2. 領導者歸納成員共同的特徵(動/靜態、個人/團體)。					
	三、活動單			10分	活動單	
	1. 領導者發活動單，讓成員自由聯想自由發表。問自己：「我是個……的人？」 2. 請成員互相討論：「你是個……的人？」					
統整與回饋	1. 領導者對於所有的團員個性、喜好作一個簡單的統整。 2. 領導者對此次活動做總結與回饋。			5分		
備註	諮商員應注意討論時要讓全部的小朋友都有發表的機會。					

拜訪自己的繪圖王國以後，覺得自己是什麼樣的人呢？請寫下你的看法：

我是_____	
我是個_____	的人
我是個_____	的人
我是個_____	的人
我是個_____	的人
我是個_____	的人

當夥伴們拜訪你的繪圖王國時，他覺得你是什麼樣的人呢？請夥伴寫下對你的看法：

給_____	
你是個_____	的人
你是個_____	的人
你是個_____	的人
你是個_____	的人
你是個_____	的人

第三次活動	時間	年 月 日	設計者		輔導人數	5-6人
活動主題	影子王國		輔導年級	5-6年級	輔導時間	40分鐘
領導者			協同領導者			
活動目標	1. 瞭解自我的特質。 2. 聚焦自我的人際關係 3. 瞭解人際交往中受歡迎的特質。					
準備材料	拼圖圖卡、動物圖卡					
	活動過程				時間分配	材料/設備
暖身活動	一、成員簽到。 二、領導者拿出動物圖卡的拼圖，由成員合力完成動物圖卡拼圖。				5分	拼圖圖卡
主要活動	1. 請成員選擇一個能代表自己的動物圖卡。(動物的選擇為異質性較高且較中性為主，避免刻板印象影響選擇，例如：魚、老鼠、青蛙、狗、鴿子。) 2. 請成員說說看這個動物和自己有哪些類似的特質？ 3. 請每一位成員針對其中一個成員所代表的動物做回饋。(我覺得這個動物真的很能代表你，因為……….) 4. 請成員說說看這些特質在人際關係上有何影響(優勢與劣勢)？並和其他成員分享因為此特質而曾有過的人際問題的經驗。				15分	圖卡
統整與回饋	1. 領導者從成員的發表中找出共同性，有哪些特質是受人歡迎及令人覺得不舒服的？ 2. 挑一~兩個事件為主題作深入的探究，尋問其他成員是否有類似的經驗。 3. 請成員分享覺得要如何做，跟同學相處起來會比較快樂？ 4. 領導者統整小朋友的回饋與今天的活動內容				15分	
備註	諮商員應注意討論時要讓全部的小朋友都有發表的機會。					

# 動物拼圖

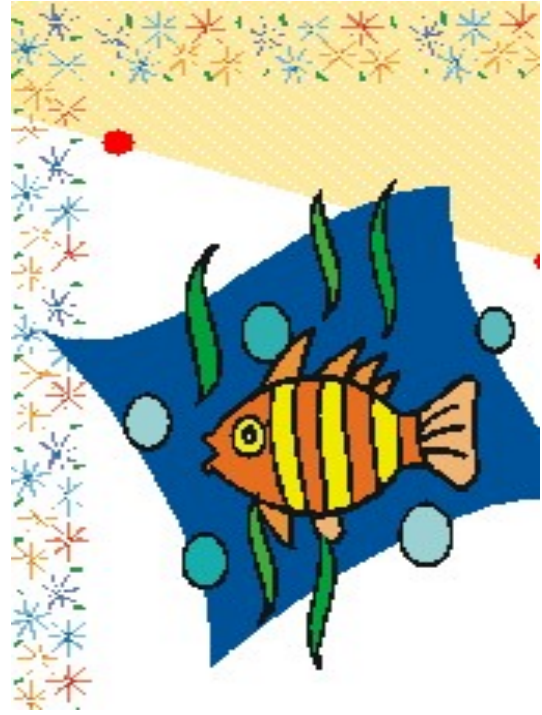
依成員人數做適當的分割即可





# 動物圖卡





第四次活動	時間		設計者		輔導人數	5-6人
活動主題	RICH王國		輔導年級	5-6年級	輔導時間	40分鍾
領導者			協同領導者			
活動目標	1. 透過大富翁遊戲回答情境問題藉此價值澄清。					
準備材料	遊戲盤、棋子、問題卡、骰子					
	活動過程			時間分配	材料/設備	
暖身活動	1. 由領導者與協同領導者演練一遍如何進行活動，並確定每位同學都能了解。			5分		
正式活動	<p>一·活動名稱：大富翁</p> <p>1. 由隨機一位成員先開始擲骰子，遊戲盤中每一格都有相關指令，成員必須依循指令行事。</p> <p>(1). 「機會」被設計成將有某些實際行動要成員去做(與家人相處有關)。</p> <p>(2). 「命運」被設計成帶有選擇性的問題情境(與家人相處有關)。(附件一)</p> <p>(3). 其他格數則被設計成簡單的遊戲(遊戲性高，但格數不多。)</p> <p>2. 遊戲進行中，當成員抽到機會時，領導者引導成員完成指令。當成員抽到命運時，領導者解釋問題情境。</p> <p>3. 遊戲時間視進度做調整，每個成員擲骰次數要均等。</p>			25分	遊戲盤、棋子、問題卡、骰子	
統整與回饋	<p>1. 領導者需隨時注意成員在回答問題中，是否有做討論的問題，記錄下來之後在分享時做討論。</p> <p>2. 討論其問題並分析各種選擇(正反兩面)的後果</p> <p>3. 探討其他可能的結果，改變本人的非理性信念(EX 透過由其他成員扮演情境中的角色給予不同意見)。</p> <p>4. 領導者藉由眾多的不同意見提供給成員選擇，並澄清其價值。</p>			10分		
備註	<p>1. 活動內容豐富，時間上的管理應該拿捏的恰到好處，協同領導者要做時間上的控管，並提醒領導者。</p> <p>2. 討論部分是此次活動重點，做價值澄清的動作。</p>					

用身體表演一個英文字母	命運	邀請一位成員跳馬鞍	機會	前進一格	命運
機會					說一個笑話或謎語
退後三格					機會
命運					用臀部寫一個字給大家猜
大笑五聲有益健康					命運
機會	回到起點重新開始	命運	模仿一種動物	機會	起點 ←

**機會為紅色牌，命運為藍色牌**

說出你左邊第一位成員的一個優點及一個缺點	大聲說出自己的五個優點
站在團體中央，大聲唱一首歌	與你右邊第一位同學對看 10 秒
想辦法逗你左邊的第二個成員笑	模仿一個自己最喜歡的人物
做一個鬼臉	表演喜、怒、哀、樂
跟每個成員握手	對你右邊的第二個成員說一句鼓勵的話

當你身為兄姊時，你要如何對待弟妹？

家人看起來不高興時，你要如何開始與他對話？

家人不小心撞壞你最心愛的玩具，這時你該怎麼處理？

和家人吃飯時，你有哪些該注意的地方？

當家人稱讚你時，你會有什麼反應？

當家裡的玻璃破掉了，家人認為是你做的，你會有什麼反應？

當你考了全班最高分——六十分，但回家後還是被家人責罵，你會怎麼做？

當家人要求你做你認為不該做的事情，你該怎麼回應他？

媽媽說你寫完作業就能出去玩；當你寫完作業，媽媽又不准你出去，你有何反應？

家人要你做你不喜歡的事情，你會有什麼反應？

第五次活動	時間		設計者		輔導人數	5-6人
活動主題	大聲公王國		輔導年級	5-6年級	輔導時間	40分鐘
領導者			協同領導者			
活動目標	1. 建立每位成員的自信。					
準備材料	紙、筆、小板凳					
	活動過程				時間分配	材料/設備
暖身活動	1. 由領導者與協同領導者演練一遍如何進行活動，並確定每位同學都能了解。				5分	
正式活動	<p>一·活動名稱：大聲公</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 協同領導者將紙條發下給每一位成員，請成員將其他成員的優點寫在紙條上面，並且親手交給本人。</li> <li>2. 領導者隨機先請成員站上小板凳(團體中央)唸出其他成員寫下給自己的優點，一一唸出，當成員唸出一個優點，其他成員大聲覆述一次。(注意成員的說話技巧，抬頭挺胸、音量適中、眼睛直視對方、說話速度不急不徐，並適時給予修正，傳授技巧。)說完成員回饋給自己的優點以後，領導者再請成員說出一個自己未被發現的優點。</li> <li>3. 協同領導者再請下一位同學上台，直至每個人都輪流上台過。</li> </ol>				25分	紙、筆、小板凳
統整與回饋	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 領導者請各位成員談一談，對於此次的感想。(說說看在團體中大聲說出自己優點的感覺)</li> <li>2. 請成員回顧活動中自己的說話方式與態度有何需要改進之處。</li> <li>3. 請所有成員回饋看別人說話的感覺(目的在讓成員能覺察到自己的說話方式帶給別人的感覺)</li> </ol>				10分	
備註	1. 某些成員可能會有害怕在團體中大聲發表的情形，領導者應該善於覺察，引領有自信的發表。					

第六次活動	時間		設計者		輔導人數	5-6人
活動主題	<b>故事王國</b>		輔導年級	5-6年級	輔導時間	40分鐘
領導者			協同領導者			
活動目標	1. 能表達自己的感覺，同時也讓別人了解你的狀況。 2. 能自己做決定，並不受他人影響。 3. 能夠對自己做決定的結果負責任。					
準備材料	故事接龍海報、貼紙/棋子、奇異筆、(攝影器材)					
	活動過程				時間分配	材料/設備
<b>暖身活動</b>	1. 請成員練習用”我”的句子表達，最近的近況或今天來到團體中的感覺。				5分	
<b>正式活動</b>	1. 講解規則，成員拿著代表自己的貼紙或棋子，依照問題選擇符合自己的選項。(成員同時進行，並觀察是否會參考別人意見) 2. 請成員表達自己的看法，並討論為何不跟其他成員一樣選擇不同的答案。(訓練成員對自己的想法堅定) 3. 全部選擇完後，請成員共同創造每位成員故事的結局。(正向或負向的結局)				25分	故事接龍海報、貼紙/棋子、奇異筆
<b>統整與回饋</b>	1. 聽完成員共同給你的故事結局後，請你發表想法。 2. 請成員試著說出這次活動中自己做決定、勇於表達的感想。(領導者期許成員能夠為自己的選擇負責任。)				10分	
<b>備註</b>	諮商員應注意討論時要讓全部的小朋友都有發表的機會。					



家人因為討論你的事情發生爭吵，這時你會：

a 裝作沒聽見

b 跟發生爭吵的家人個別解釋

c 請另外一個家人解決

d 其他(成員說明並寫在海報上)

原來他們吵架是為了討論要讓你去某一家補習班，這時你會：

A 還是裝沒聽見

B 向家人發表自己的意見

C 告訴他們“我都不”

D 其他(成員說明並寫在海報上)

第七次活動	時間		設計者		輔導人數	5-6人
活動主題	模仿王國		輔導年級	5-6年級	輔導時間	40分鐘
領導者			協同領導者			
活動目標	1. 用情境劇表演出自己內心真正會有的反應。 2. 建立成員表達和拒絕的能力。					
準備材料	籤筒、情境問題條					
	活動過程				時間分配	材料/設備
暖身活動	一·活動名稱：做體操 1. 由領導者與協同領導者帶領成員做體操，舒展筋骨。				5分	
正式活動	活動名稱：情境表演 1. 由領導者與協同領導者演練一遍如何進行活動，並確定每位同學都能了解。 (1). 協同領導者先隨機指定某位成員來抽取要表演的題目。(附件三) (2). 領導者解說題目情境，請成員邀請其他成員配合演出。 2. 此時成員可能會有羞怯的表現，或是流於只邀請某一位較外向的成員，領導者應覺察與傳授邀請技巧。 3. 拒絕別人的技巧包括：婉轉的語氣、誠懇的態度、堅定的立場、善於提供未來的機會給他人…等，領導者應適時傳授拒絕技巧於情境當中。 (1). 當成員結束表演以後，領導者請主角說明情境反應的原因，再隨機請一位成員發表是否有其他的想法。 (2). 協同領導者再請成員抽籤，直至每位成員都有機會當主角一次。				25分	籤筒、情境問題條
統整與回饋	1. 領導者請各位成員談一談，對於此次活動的感想以及能夠表達拒絕意見的感覺。				10分	
備註	1. 活動內容豐富，時間上的管理應該拿捏的恰到好處，協同領導者要做時間上的控管，並提醒領導者。 2. 如何拒絕是此族群的小朋友較難克服的問題，討論部分可以增強成員，特別重要。					

## 問題條

姊姊是你最信賴的押人，他要求你幫忙偷錢，又告訴你不幫忙就不是好妹妹。可是你覺得偷錢是不應該的事情，你要如何拒絕他？

哥哥很喜歡新發行的遊戲王卡片，要你偷給他，並告訴你會幫你把風，不要害怕被抓到。可是你覺得偷東西是不應該的行為，你要如何拒絕他？

弟弟很想要擁有你的一個很好玩的玩具，可是你也很喜歡這個玩具，不想要讓給他。你要如何拒絕他？

爸媽因為吵架，要你選擇只能和某一方說話，但你不照做。你要如何拒絕？

妹妹要你帶他偷偷去海邊玩，可是你覺得這樣非常危險，也非常不對。你要如何拒絕妹妹的要求？

第八次活動	時間		設計者		輔導人數	5-6人
活動主題	凱旋而歸		輔導年級	5-6年級	輔導時間	40分鐘
領導者			協同領導者			
活動目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 回顧之前的活動給予回饋並結束團體</li> <li>2. 處理成員面對結束團體的情緒。</li> <li>3. 檢核成員在活動中的學習。</li> </ol>					
準備材料	前幾次活動紀錄的作品資料夾、卡紙、色筆、照相機					
	活動過程			時間分配	材料/設備	
暖身活動						
正式活動	<p>一·回顧</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 領導者引導成員回想過去七次團體的內容，並簡短的再次介紹每次活動的內容。</li> <li>2. 讓成員分享印象最深刻的活動，並互相回饋從活動中獲得的幫助與啟發。</li> <li>3. 領導者對於成員所回饋的內容做整理摘要。</li> </ol> <p>二·互道珍重</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 發給每位成員屬於他們的一張卡紙，請其他成員在上面寫下幾句祝福的話，或是想說的話給對方。</li> <li>2. 可以加上一些插圖，完成後還給成員。</li> <li>3. 以輪流的方式，先請成員分享看到卡片內容的感覺，並給予回饋。</li> </ol>			30分	<p>前幾次活動紀錄的作品資料夾</p> <p>卡紙、色筆</p>	
統整與回饋	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 領導者重提這個團體旨意、並增強、聯結成員的想法與問題，鼓勵成員離開團體後仍能勇與表達、相互支持、繼續成長。</li> <li>2. 利用腳架拍下大合照，作為團體留念。</li> </ol>			10分		
備註	諮商員應注意討論時要讓全部的小朋友都有發表的機會。					