

The Turningpoint of Life

24 個協助目睹兒少的實驗性教案

扭轉生命旅程

單元六：STOP





～ 部長序 ～

我國家庭暴力防治法自87年公布至今，近15年推動家庭暴力防治工作的歷程中，除了建置社政、警政、教育、司法、醫療等防治網絡，積極協助遭受暴力傷害的家庭成員之外，對於在親密關係暴力案件中，兒童目睹家庭暴力的現象亦長年關注，這些目睹家庭暴力的兒童雖然並非直接受虐，但父母間的暴力行為，易讓同在家庭中的兒童也經驗到不容小覷的情緒壓力。

本部深切體認對目睹家庭暴力兒童的協助，更應著重在「預防」階段的及時介入，而校園，是兒童最重要社會系統。本手冊便是以校園為基礎的預防性方案，期盼能夠幫助一般教師在各自的班級中，實施具體實用教案，建立安全友善的人際環境，以及時協助一般及目睹家暴兒童釋放紓解負面情緒壓力，引導形塑正向的認知行為，削減家庭暴力傷害的影響。本手冊初版為96年，由本部委託財團法人台北市婦女救援社會福利事業基金會研發，研發階段經過8個縣市、51位教師的實際試教及多位實務專家的協助而研發完竣，並且藉由教育部訓育委員會、國民教育司的協助與支持，使得教育現場的老師們有機會接觸、認識、進而於教學工作中使用本手冊提供的教案，這5年來，也感謝教育現場老師對於本手冊的正面回饋，更感謝教學現場老師的提醒，並且建議依據教育部100年起所施用之國民中小學九年一貫課程綱要以更新本教案的「建議融入的學習領域及對應能力指標」及「教育資源延伸閱讀清單」，透過此次的改版，期待能提高本手冊的實用性，更便利於教育現場老師們的使用。

最後，衷心感謝財團法人台北市婦女救援社會福利事業基金會康淑華執行長、林怡君組長、及蘇湘雅社工的規劃執行，也感謝財團法人台北市婦女救援社會福利事業基金會目睹兒少教師培力團隊陳立容社工師、鍾宜利兒童輔導工作者、李化愚校長、劉秀娟副教授、董國光社工師，以及設計24個令人讚嘆教案所有教師群的協助，使得本手冊得以順利改版，期盼未來能透過本手冊的發行、以及教師的教學使用，讓更多兒童少年有機會擴展更為正向的人我關係概念，並讓反暴力及人我尊重的價值信念在他／她們心中發芽、長大。

內政部 謹誌

中華民國101年11月



～ 再版序 ～

婦女救援基金會執行長

2012.6

國內外研究已證實，兒少長期目睹婚姻暴力，對其身心將有負面的影響，包括生理、心理、認知、行為，及自我概念發展上的偏差，而整個家庭的變動也會造成兒少生活適應的困難。所幸的是，研究及實務經驗也證實，透過增強當事人的自我內在資源、家庭支持系統、以及社會支持系統等三大保護因子，目睹家暴兒少將有機會可以走出暴力的陰霾。也因此，孩子生活中最密切的社會支持系統——學校，在目睹家暴兒少的身心復原上占有重要的角色，提供更多的教學工具及資源以支持教師關懷目睹家暴兒少，實為刻不容緩的工作。

基於這樣的信念，本會於95至96年接受內政部家庭暴力及性侵害防治委員會委託，研發《扭轉生命旅程：24個協助目睹兒少的實驗性教案》。五年多來，我們與社工界及教育界的許多伙伴，一起在教育現場上透過此套課程與孩子們對話，讓孩子們不僅認識家庭暴力，還知道可以如何保護自己，並瞭解父母間的衝突並非孩子的錯，如何關心周遭有類似遭遇的同學，以及若遇到家庭衝突或一般人際衝突時可以如何因應等。這套教案獲得教育界許多正向的迴響，也持續給予我們許多建議，也因此，我們重新改版此套教案，以期能更加符合教師們在教學現場的需求。

此次改版，我們特別充實活動單的內容，每個單元增加2~4份活動單不等，以讓教師在教學上有更多的選擇。同時，我們依據教育部最新公告的97課綱，更新「建議融入的學習領域及對應能力指標」，並更新了「教育資源延伸閱讀清單」。最後，在印刷部分，我們將字體調整成適合閱讀及複印之版面，增進閱讀的

舒適度；並以單元分冊的方式處理，以讓教師得以依照課程設計抽取、攜帶當次教學所需單元，提升教案的機動性。

此次改版，歸功於內政部家防會對此項工作的重視及推動，因為李美珍執行秘書、潘英美組長、林涵瑜研究員的支持，目睹家暴兒少的校園工作得以不斷前進。感謝婦援會目睹家暴兒少教師培力團隊：包括國立台北教育大學劉秀娟副教授、陳立容社工師、鍾宜利兒童輔導工作者、董國光社工師等對於編修方向的建議。並感謝台北市金華國小洪夢華老師，此次再度執筆為我們更新教案可以相對應融入的學習領域及對應能力指標。

同時，我要特別感謝台東教育處全體目睹家暴兒少種子教師，包括：徐令宜社工、輔諮中心林素芬主任、長濱國中王巧吟老師、知本國中李美玲老師、新生國小李倩鈺老師、興隆國小余兆娟老師、鹿野國中陳慈芝老師、康樂國小楊鎮豪老師、南王國小藍琦老師、仁愛國小劉筠瑄老師、康樂國小廖雲玉老師等，這群教師投入婦援會與台東教育處合作推動的目睹家暴兒少種子教師方案，長期在校園中耕耘目睹家暴兒少議題，並把現場的輔導經驗回饋到此教案的編修。另外，更要感謝投入學習單編寫工作的教師群：包括台東種子教師團隊中的余兆娟老師、李倩鈺老師、楊鎮豪老師、藍琦老師、李美玲老師、劉筠瑄老師、王巧吟老師、陳慈芝老師等，以及台東大鳥國小王美琇老師，台東豐源國小林家進老師。最後，我要感謝負責此次編修專案的婦援會林怡君組長及蘇湘雅社工，因為她們的細心與聰慧，得以讓此項編修工作順利完成。

最後，祝福改版的教案可以讓更多教師受惠，也讓「尊重、平權、非暴力」的信念，可以有機會深植在我們孩子的心中。



目錄

部長序 2

再版序 4

目錄 6

簡介 9

一、背景介紹：教育，有助於打破家庭暴力的惡性循環 9

二、方案目的 10

三、潛在效益與執行上之挑戰 10

四、如何使用本手冊 11

教案單元總覽 12

教案設計理念介紹 12

課程特色 13

單元六 STOP 教案架構 27

一、單元設計理念 27

二、各年級對象特質 27

三、低年級單元活動設計教案 30

四、低年級教案簡案及附件 40

附件一：故事內容與圖片大象大象！快停止打人
吧！ 46

附件二：「暴力壞圈圈」示範圖 48

附件三：延伸活動 控制脾氣的方法 49

附件四：延伸活動 STOP 51

附件五：延伸活動 情緒主人 53

- 五、中年級單元活動設計教案 54
- 六、中年級教案簡案及附件 64
 - 附件一：故事內容與圖片 小胖叔叔真麻煩 71
 - 附件二：火山爆發示意圖 73
 - 附件三：延伸活動 自我檢核表 74
 - 附件四：延伸活動 願望樹 76
 - 附件五：延伸活動 生氣時，你可以怎麼做？ 79
 - 附件六：延伸活動 做情緒的好朋友 80
- 七、高年級單元活動設計教案 81
- 八、高年級教案簡案及附件 88
 - 附件一：故事內容與圖片 憤怒的一天 94
 - 附件二：活動單 是什麼躲在暴力後面？ 95
 - 附件三：投影檔 是什麼躲在暴力後面？ 96
 - 附件四：活動單 暴力，終結吧！ 97
 - 附件五：海報示意圖 暴力，終結吧！ 100
 - 附件六：延伸活動 霸王別「激」 101
 - 附件七：延伸活動 發生衝突時 103

教案Q&A及資源彙編 105

- 一、教學準備篇 105
- 二、教戰守則篇 112
- 三、教學資源延伸閱讀清單 115
- 四、服務資源篇 118

～ 簡介 ～



一、背景介紹： 教育，有助於打破家庭暴力的惡性循環

「家，是愛他的地方，也是暴力上演的夢魘」，家庭暴力是目睹家暴兒少少年心裡深處最難解的痛。很多人以為「孩子還小，還不懂事」而輕忽目睹家庭暴力對孩子所造成的傷害，但研究及實務經驗皆發現，目睹家暴兒少所受到的傷害並不亞於直接受暴者，目睹家庭暴力的經驗對其生理、認知、行為、情緒、人際關係、自我概念等方面可能會產生嚴重的創傷，影響其健全成長與發展。然而，目前社政保護系統往往聚焦於婚暴通報案件中伴隨被害人一起接受保護的未成年子女，故進入社政保護系統的目睹家暴兒少僅為少數，並且往往受害已深，復元不易；另一方面，目睹家暴兒少長期身處暴力環境所承載的心理壓力及學習暴力行為的結果，有相當比例的目睹家暴兒少在成年後成為施暴者，造成暴力代間傳遞，也因此更加凸顯預防教育工作的重要。

學者針對目睹家暴兒少提出三級預防的概念（洪素珍，2003），其重點在於「預防勝於治療」，從問題尚未發生時即採取預防措施，其概念包括 (1) 初級預防：提供民眾家庭暴力相關知識及正確態度，從根本改變使用暴力的觀念；(2) 二級預防：預測高風險家庭，並早期介入；(3) 三級預防：針對因暴力受到傷害進行處理、治療、輔導，預防再犯。由於學校乃兒童少年僅次於家庭之主要活動地點，學校老師不但最容易接觸目睹家暴兒少，學校環境更提供目睹家暴兒少正向人際互動示範的最佳場



扭轉生命旅程

域，也因此在此三級預防工作中，學校尤其扮演相當重要的角色，不僅可以在初級預防工作上協助一般學生在認知及情緒上對暴力議題有所覺醒，並可適時為有需要的學生及其家庭建立支持網絡，且適時予以輔導或轉介社工處理，與社政體系共同合作。

基於上述，《扭轉生命旅程：24個協助目睹兒少的實驗性教案》手冊以初級預防為主要施行目標，重點著眼於透過教育讓學生對暴力的本質有更清楚的認識，並學習正確的人我互動技巧，我們相信透過教育，將可有助於打破家庭暴力的惡性循環，一起建立並共同推動無暴力、尊重、平權的社會。



二、方案目的

本手冊內教案的目的與功能為預防性教育，以宣導家庭暴力之相關概念及教導正確之人我互動技巧為主軸，藉以達到關懷及支援目睹家庭暴力兒童、導正學童錯誤價值觀之目的。課程內容旨在協助學童能認識家庭暴力，了解家庭暴力對每位家庭成員的負面影響；課程另一重點則著重在情緒教育，目的在教導學童學習有效的情緒管理方法，及提升學童的自我價值感，透過情緒教育來降低學童未來施暴與受暴的可能性，以「尊重、平權與非暴力」的核心價值貫穿於個別單元中。



三、潛在效益與執行上之挑戰

透過此教案手冊，教師對目睹家暴兒童少年的輔導技巧、教案使用方式、相關服務資源的認識將有所提升；教師並得以了解

當學童向其求助相關問題時該如何面對與提供協助，進而使目睹家暴兒童少年的輔導工作之實施更加順利。

教師在實際執行教案上可能遇到教學前準備、教學現場及教學後所延伸出的相關問題，本書另闢「教案Q&A及資源彙編」，協助使用者更順利地使用此教案。

四、如何使用本手冊

本手冊是專為國小教師而編寫。目的是提供一個有系統、連貫性的綱領，協助教師對於目睹家暴兒少的教學環境營造及輔導工作施行。本手冊絕非規定教師應該要怎樣做，因為我們明白個別差異及教學場域的不同，有鑑於此，我們預期教師可因應個人和情況的需要，靈活地使用本手冊。

本手冊以國小為主要施行對象，教案單元使用建議從第一單元開始循序漸進教學，但教師也可依班級學生之先備家暴概念為基礎，自行斟酌選取合適之單元授課，甚至可單取活動施行，運用於課堂上執行教學活動。

本手冊重點在說明預防性教案的內容及使用重點，它可以幫助做事前的準備，讓使用者於最短時間內，快速了解內容及使用方式，資料包含簡介、教案單元總覽、家庭暴力預防性活動教案（含簡案及活動單等附件）、教案Q&A及資源彙編四大部分，我們建議可先瀏覽教案各單元介紹部分，再細讀教案活動內容，若有疑惑可先翻閱「教案Q&A及資源彙編」，希望本手冊系統性的介紹說明能讓使用者更便於使用。



～ 教案單元總覽 ～



一、教案設計理念介紹

家庭暴力的議題涵蓋甚廣，如何在本套教案中呈現完整的一套課程，實屬一難題。在經過多次的顧問群開會及蒐集各界專家的意見後，在主題的設計與選擇上，本套教案盡可能與現有的國小教案作區隔（如已有的性別平等教育、情緒教育、家庭教育教案等），避免重複。也因此，本套教案把焦點放在目前國小課程缺乏的主題上，本教案包括四大主題內容：認識家庭暴力的相關議題（三單元）、認識受害者的心情與煩惱，並從而接納與關懷之（兩單元）、建立求助管道與安全計畫（一單元），以及衝突與憤怒的因應（兩單元），共分成八大單元，每單元各有低、中、高年級三階段版本。課程目標如下：

- ◎ 定義暴力，誰該為暴力負責。
- ◎ 覺察危機並學習保護自己，了解資源的使用。
- ◎ 了解自己的感覺。
- ◎ 建立安全接納的班級氣氛。
- ◎ 暴力是學習而來的行為，不是家族病史。
- ◎ 學習以非暴力的方式表達情緒與解決問題。
- ◎ 家庭暴力不是因兒童而起，兒童無法制止。
- ◎ 建立正向的自我概念，提高自我價值感。



課程特色

每個課程主題全長為40至80分鐘，共分為兩個單元活動，教師可視需要靈活運用，如：擇一活動於適合的學習領域課程（見表一）使用，或把某一20分鐘的活動拉長為40分鐘使用等。由於每個課程主題間具備連貫性與順序性，建議須先從主題一「什麼是家庭暴力」開始進行教學，若全部依序進行有執行上的困難，除主題一之外，其它主題可由老師自行調整使用，但仍需留意每個課程主題的先備知識。再次強調的是，每個課程主題雖然是依照目睹家暴兒少的需求而設計，但對於一般兒童仍具有學習價值。各單元課程內容如下：

表一：課程單元架構介紹

單元主題	年級	主題目標	建議融入的學習領域及對應能力指標
第一單元	低年級	1. 能認識何謂暴力，知道暴力包含哪些類型，建立對「暴力」的正確概念。 2. 能辨識什麼是家庭暴力與類型，澄清「施暴者就是強者」的錯誤迷思。	【健康與體育學習領域】 1-1-5 討論對於身體的感覺與態度，學習尊重身體的自主權與隱私權。 【性別平等教育議題】 2-1-4 認識自己的身體隱私權。



什麼是家庭暴力？	中年級	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過實際生活事件的探討，認識暴力的意義與類型，並傳達暴力的本質為不尊重他人的表現。 2. 能辨識什麼是家庭暴力與類型以及基本的求助觀念，並澄清兒童不需要為家庭暴力負起責任。 	<p>【社會學習領域】</p> <p>3-2-1 理解並關懷家庭內外環境的變化與調適。</p> <p>【性別平等教育議題】</p> <p>2-2-6 認識多元的家庭型態。</p>
	高年級	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能夠從生活經驗中觀察並整理與暴力有關的事實，透過討論、歸納的歷程而更了解暴力的本質與類型，並進一步剖析暴力的控制內涵。 2. 能辨識什麼是家庭暴力，並能澄清家庭暴力的一些錯誤想法，認識家庭暴力的現象。 	<p>【社會學習領域】</p> <p>5-3-1 說明個體的發展與成長會受到社區與社會等重大的影響。</p> <p>【性別平等教育議題】</p> <p>2-3-8 認識家庭暴力對身心發展的影響。</p>
第一單元	低年級	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能夠了解當處於身心受到安全威脅之情境下，則談論家庭秘密將被視為求助的必要態度與管道。 2. 學習在需要幫助時要記得尋找適當的求助對象。 	<p>【生活課程】</p> <p>1-3 探索生活中的人、事、物，並體會各種網絡之間的互賴與不可分離性。</p> <p>【健康與體育學習領域】</p> <p>1-1-5 討論對於身體的感覺與態度，學習尊重身體的自主權與隱私權。</p>

家的風貌	中年級	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能認識家庭形態的多元樣貌，接納每個家庭的獨特性。 2. 能了解每個家庭雖然都有自己的秘密，但有些秘密需要告訴適當的人。 	<p>【社會學習領域】</p> <p>3-2-1 理解並關懷家庭內外環境的變化與調適。</p> <p>【性別平等教育議題】</p> <p>2-2-6 認識多元的家庭型態。</p>
	高年級	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能夠從生活經驗中觀察並整理與暴力有關的事實，透過討論、歸納的歷程而更了解暴力的本質與類型，並進一步剖析暴力的控制內涵。 2. 能辨識什麼是家庭暴力並能澄清關於家庭暴力的一些錯誤想法，認識家庭暴力的現象。 	<p>【綜合學習領域】</p> <p>2-3-3 覺察家人的生活方式，分享改善與家人相處的經驗。</p> <p>【社會學習領域】</p> <p>5-3-4 舉例說明影響自己角色扮演的因素。</p>
第三單元	低年級	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解恐懼感有其正面意義，並能接納與面對內心的恐懼感。 2. 能了解家暴受害者基本的求助資源，並能知道如何報警求助。 	<p>【綜合學習領域】</p> <p>4-1-2 發現各種危險情境，並探索保護自己的方法。</p> <p>【健康與體育學習領域】</p> <p>5-1-1 分辨日常生活情境的安全性。</p> <p>5-1-3 思考並演練處理危險和緊急情況的方法。</p>



S O S 安全計畫	中年級	<p>1. 能知道要以冷靜不衝動的態度來處理危險事件，並能思考安全的解決策略。</p> <p>2. 能知道家庭暴力正式及非正式的求助資源，並能了解其具體功能。</p>	<p>【綜合學習領域】</p> <p>4-2-1 探討生活中潛藏的危機，並提出減低或避免危險的方法。</p> <p>【健康與體育學習領域】</p> <p>5-2-1 覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。</p> <p>【性別平等教育議題】</p> <p>2-2-7 認識家庭暴力及其求助管道。</p>
	高年級	<p>1. 能知道家庭中每一個人的角色不同，責任也不同，並產生正向的自我認同感。</p> <p>2. 能夠釐清秘密的種類與可能產生的影響，了解維護家庭秘密的底線，以及適合告知家庭秘密的對象。</p>	<p>【綜合學習領域】</p> <p>2-3-2 分享自己適應新環境的策略。</p> <p>2-3-4 熟悉各種社會資源與支援系統，並分享如何運用資源幫助自己與他人。</p> <p>【健康與體育學習領域】</p> <p>5-2-1 覺察生活環境中的潛在危機並尋求協助。</p> <p>【性別平等教育議題】</p> <p>2-3-9 了解人人都享有人身自主權、教育權、工作權、財產</p>

			權等權益，不受性別的限制。 2-3-10 了解性別權益受侵犯時，可求助的管道與程序。
第四單元 猜一猜，是什麼躲在後面？	低年級	1. 指導學生了解情緒的類型，並能認識目睹家暴兒童一般行為反應背後的情緒狀態。 2. 學習同理、接納目睹家暴兒童的情緒。 3. 營造合作支持的學習氣氛，協助目睹家暴兒童的學校生活適應良好。	【生活課程】 4-1 使用合適的語彙或方式，表達對人、事、物的觀察與意見。 【綜合學習領域】 1-1-1 探索並分享對自己以及與自己相關人事物的感受。 【健康與體育學習領域】 6-1-4 認識情緒的表達及正確的處理方式。
	中年級	1. 能以豐富的語彙描述不同的情緒反應。 2. 能由自己的經驗區分情緒的類型和強弱。 3. 能理解遭遇家暴事件對情緒的影響。	【綜合學習領域】 4-2-1 探討生活中潛藏的危機，並提出減低或避免危險的方法。 【健康與體育學習領域】 6-1-4 認識情緒的表達及正確的處理方式。 6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。



			<p>【性別平等教育議題】 2-2-3 分辨性別刻板的情緒表達方式。</p>
<p>高年級</p>		<p>1. 能知道家庭暴力與性侵害之正式與非正式的求助資源，並能了解其具體功能。 2. 能學習如何訂定安全計畫，思考自我保護策略。</p>	<p>【健康與體育學習領域】 6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。</p> <p>【性別平等教育議題】 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。</p>
<p>第五單元 伸出一雙關愛的手</p>	<p>低年級</p>	<p>1. 能以關懷、接納的態度去支持目睹家暴兒童。 2. 能理解目睹家暴兒童的遭遇、心情及困難。 3. 能以實際的行為協助目睹家暴兒童。</p>	<p>【生活課程】 1-3 探索生活中的人、事、物，並體會各種網絡之間的互賴與不可分離性。 4-1 使用合適的語彙或方式，表達對人、事、物的觀察與意見。</p> <p>【綜合學習領域】 3-1-1 分享自己在團體中與他人相處的經驗。</p>

		3-1-2 體會團隊合作的意義，並能關懷團隊的成員。
中年級	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解目睹家暴兒童的情緒、想法及行為。 2. 能以設身處地的態度與目睹家暴兒童互動，使目睹家暴兒童能感受到被支持與接納。 3. 能以實際的行動學習如何協助目睹家暴兒童。 	<p>【社會學習領域】</p> <p>6-2-3 實踐個人對其所屬之群體（如家庭和學校班級）所擁有之權利和所負之責任。</p> <p>【性別平等教育議題】</p> <p>2-2-7 認識家庭暴力及其求助管道。</p>
高年級	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能辨識自己與他人的情緒，並用清楚、精準的語彙表達情緒。 2. 能理解情緒的複雜性並能辨識自己真正的情緒。 3. 能了解並接納目睹家暴兒童的情緒反應。 	<p>【綜合學習領域】</p> <p>2-3-4 熟悉各種社會資源與支援系統，並分享如何運用資源幫助自己與他人。</p> <p>【社會學習領域】</p> <p>4-3-4 反省自己所珍視的各種德行與道德信念。</p>
低年級	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解用暴力來發洩怒氣是不對的，必須停止暴力。 2. 能學習衝動控制技巧而不使用暴力。 	<p>【健康與體育學習領域】</p> <p>6-1-2 學習如何與家人和睦相處</p> <p>6-1-4 認識情緒的表達及正確的處理方式。</p>



第六單元	中年級	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解暴力加害人的情緒與行為模式，並學習非暴力的人我互動技巧。 2. 能學習衝動控制與情緒紓解的技巧。 	<p>【健康與體育學習領域】</p> <p>6-1-4 認識情緒的表達及正確的處理方式。</p> <p>6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。</p> <p>5-2-2 判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。</p>
	高年級	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能辨識情緒，具有評估情緒與表達關懷的能力，能以合宜的方式表達自己的情緒。 2. 能瞭解目睹家暴兒童的觀點及內在經驗，能體會與覺察目睹家暴兒童的感受及真正的需要。 3. 能瞭解目睹家暴兒童的心理並學習如何協助目睹家暴兒童。 	<p>【性別平等教育議題】</p> <p>2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。</p> <p>2-3-8 認識家庭暴力對身心發展的影響。</p>
第七單元	低年級	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以學童較常遭遇的爭吵事件為故事腳本，探討發生人際衝突的可能原因，以及學習辨識衝突當下的情緒和行為反應。 	<p>【生活課程】</p> <p>5-3 喜歡探討事情演變的原因，並養成對周邊訊息做適切反應的態度。</p>

火線衝突		2. 鼓勵學童練習如何避免爭吵發生的幾個重點，包括基本的溝通態度、情緒的自我覺察與控制、正確的表達個人情緒與想法等，協助學童發展問題解決技巧。	<p>【健康與體育學習領域】</p> <p>5-1-2 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。</p> <p>5-1-3 思考並演練處理危險和緊急情況的方法。</p>
	中年級	<p>1. 能了解一般人際衝突經常發生的原因，以及學習辨識每個人在面對衝突時的情緒和行為反應，幫助學童理解衝突情境下雙方各自的立場與表述。</p> <p>2. 透過「暫停、深呼吸、想辦法」的步驟與口訣，帶領學童透過情緒覺察與控制的練習，學習如何正確表達個人情緒與想法，以及思考問題解決策略。</p>	<p>【社會學習領域】</p> <p>3-2-1 理解並關懷家庭內外環境的變化與調適。</p> <p>【性別平等教育議題】</p> <p>2-2-6 認識多元的家庭型態。</p>
	高年級	<p>1. 能認識暴力行為的意圖，並認識在社會上普遍存在的暴力情況。</p> <p>2. 能了解只要有正確的價值觀，並有好的衝動控制技巧，就能停止暴力。</p>	<p>【健康與體育學習領域】</p> <p>6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。</p>



第八單元 猜一猜，我會怎麼做？	低年級	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能用正確的觀念與安全的做法來因應暴力衝突。 2. 能知道想法可以改變心情，學習情緒調適的方法。 	<p>【生活課程】</p> <p>5-3 喜歡探討事情演變的原因，並養成對周邊訊息做適切反應的態度。</p> <p>【健康與體育學習領域】</p> <p>5-1-2 說明並演練個人及他人生活安全的方法。</p> <p>6-1-2 學習如何與家人和睦相處。</p> <p>6-1-4 認識情緒的表達及正確的處理方式。</p>
	中年級	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解壓抑與累積負面情緒是不健康的，並能找到情緒紓解的方法。 2. 能知道當家庭氣氛緊張或有衝突時，避免衝突擴大的方法。 	<p>【綜合學習領域】</p> <p>4-2-1 探討生活中潛藏的危機，並提出減低或避免危險的方法。</p> <p>【健康與體育學習領域】</p> <p>5-2-1 說明並演練促進個人及他人生活安全的方法。</p> <p>5-2-2 判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。</p> <p>5-2-3 評估危險情境的可能處理方法及其結果。</p>

		<p>6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。</p>
<p>高年級</p>	<p>1. 透過生活經驗的整理來了解引發人際衝突的可能原因，並以「身體X光」的概念，引導學童理解在衝突情境下適時辨識個人情緒與想法的重要性，同時示範自我覺察的內涵。</p> <p>2. 藉由簡單的口訣教導「停、看、聽」，鼓勵學童延伸在「活動一」的學習，進一步思考並練習如何避免衝突以及解決衝突的步驟與技巧。</p>	<p>【綜合學習領域】</p> <p>2-3-2 分享自己適應新環境的策略。</p> <p>【健康與體育學習領域】</p> <p>6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。</p> <p>【性別平等教育議題】</p> <p>2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。</p>



表二：課程單元活動介紹

單元主題	年級	活動內容
單元一 什麼是家庭暴力？	低年級	活動一：「小熊拉拉變成刺刺了」 活動二：「如果家裡出現了刺刺」
	中年級	活動一：「小霸王阿布拉」 活動二：「家有霸王」
	高年級	活動一：「拒絕暴力」 活動二：「圈圈叉叉」
單元二 家的風貌	低年級	活動一：「秘密花園」 活動二：「尋找愛心超人」
	中年級	活動一：「家庭地圖」 活動二：「說，還是不說？」
	高年級	活動一：「全家總動員」 活動二：「各式各樣的秘密」
單元三 SOS~安全計劃	低年級	活動一：「害怕是好的」 活動二：「誰來幫忙」 活動三：「求救練習」
	中年級	活動一：誰來幫忙？ 活動二：家庭暴力不慌張，我有方法對付你！
	高年級	活動一：誰來幫忙？ 活動二：我的安全計畫卡

單元四 猜一猜，是什麼 躲在後面？	低年級	活動一：「真情大考驗」 活動二：「他的心情我了解」
	中年級	活動一：我是心情小偵探 活動二：情緒追追追
	高年級	活動一：情緒躲貓貓 活動二：聽聽我，幫幫我
單元五 伸出一雙關愛的手	低年級	活動一：「斑斑搬家了」 活動二：「愛的進行式」
	中年級	活動一：愛的天使 活動二：天使的小手伸出來
	高年級	活動一：我很小，可是我很有 能力 活動二：伸出一隻關愛的手
單元六 STOP	低年級	活動一：「真心話大調查」 活動二：「消滅暴力的壞圈圈」 活動三：「我可以不打人」
	中年級	活動一：找出小胖叔叔的問題 活動二：做情緒的主人
	高年級	活動一：是什麼躲在暴力後面？ 活動二：暴力終結者
單元七 火線衝突	低年級	活動一：「愛吵架的小狐狸」 活動二：「我會動動腦」
	中年級	活動一：「阿布拉交朋友」 活動二：「心情紅綠燈」
	高年級	活動一：「身體X光」 活動二：「停看聽」



扭轉生命旅程

單元八 猜一猜，我會怎麼做？	低年級	活動一：「不是老鼠的錯」 活動二：「改變想法，讓心情變好」
	中年級	活動一：降低心理的傷害，讓心情變好 活動二：別踩到地雷
	高年級	活動一：爆炸頭vs.冷靜頭 活動二：避免衝突再上升

單元六 STOP

～ 教案架構 ～



一、單元設計理念：

從社會學習理論的觀點來看目睹家暴對兒童的影響，兒童長期在暴力家庭下成長，自然而然學習到使用暴力並合理化暴力的行為。目睹家暴的兒童漸漸認同父母的信念，認為暴力是可被接受的，並且可能會學習用破壞性、暴力的行為來表達憤怒與挫折，用暴力與威脅作為控制他人的手段。這些在家暴環境下成長的兒童，僅能從父母不良的溝通與衝突解決模式中學習，缺乏非暴力的問題解決技巧。因此，若要預防家庭暴力代間傳遞的發生，從小灌輸非暴力的信念、教導兒童了解並覺察暴力行為背後的意圖，以及提供非暴力的問題解決技巧，可以拓展兒童正向的經驗，增加改變的可能性。



二、各年級對象特質：

低年級

暴力的發生，不僅僅只是因為情緒失控而已（情緒失控往往只是加害人的理由），暴力的發生，更深層的是涉及到權力的不平等、意圖控制他人，以及認同暴力的價值觀。對於低年級的學童來說，由於認知與邏輯發展能力仍有限，無法理解這麼抽象的概念，因此建議教師用最簡單的字眼，將上述概念轉化為「沒有



尊重別人的想法與做法」、「沒有控制好自己的脾氣」來解釋為什麼暴力會發生。

此外，低年級的學童可能會以自己被處罰的生活經驗來看待暴力行為——「因為他沒有做好，所以被打」，因而對暴力的合理性感到困惑與混淆，即使一些兒童經常有這樣的生活經驗，提醒教師必須要一再重申「沒有權力傷害任何人」的觀念，對低年級的兒童不斷灌輸非暴力的簡單概念，可重整與改變原本似是而非的想法，也因此教師可不厭其煩地重複多次重要觀念，以及善用朗讀口號的方式，加強學生對本單元的印象。

多增加練習實作的機會，可以幫助低年級學童容易吸收且有具體收穫。

中年級

中年級的兒童已經能區辨較細緻的情緒，並且較有能力去思考與理解他人的情緒與行為，這時候可以開始讓學童初步認識到暴力加害人內在世界。目睹家暴兒童，尤其在中低年級這個階段，很容易將暴力的發生自我歸咎為「可能都是我做錯，家裡才有這麼多問題跟暴力」，認識加害人的情緒與行為，可以幫助兒童與加害人的情緒與責任分化清楚，並幫助兒童去除非理性的想法（大家都不要惹他生氣就好了、我也控制不了我自己，可能是遺傳吧），讓兒童可以較為坦然與放鬆的面對家庭中暴力的發生。

此外，中年級的兒童雖然認知能力逐漸發展，但給予太多認知層面的東西對中年級而言太為吃力且吸收效果有限，因此活動

設計與帶領上，應以感受體驗與練習為主，認知教育為輔。尤其中年級兒童已具備較流暢的口語表達能力與膽量，增加學生上台表演或學生間的互動機會，可提升活動的趣味性與參與度。

高年級

高年級的學生運作抽象思考的能力逐漸成熟，他們對事情的觀點也不再以二分法來思考，有能力作更複雜的分析，因此可以透過邏輯思考及觀念澄清的活動，來協助學生們更了解暴力形成與存在的原因。

高年級的學生由於生活範圍與經驗逐漸擴展，加上追尋同儕認同的需求越高，對家庭（人）的興趣與重視程度已不像中、低年級學生這麼關切，此時不妨可將暴力問題從家庭經驗中擴大到一般的社會經驗，讓他們了解到暴力不只是情緒失控的問題。高年級學生的思考活動變多，心中若出現什麼念頭時，也較有能力可以延宕而非立即去做，衝動行為漸漸減少，逐漸轉成由認知來決定行為，因此協助學生了解暴力問題的核心面貌，及早灌輸正確的價值觀念，可以扭轉目睹家暴兒童一些習得的錯誤觀念。

當學生有機會可以對暴力問題，也有更多的理解與洞察能力時，可以較有能力面對家庭或生活中的暴力問題。對有家暴經驗的兒童來說，因為了解暴力加害人的問題，而減低困惑與混亂（如一名小六生說的：「我一直生氣我爸為什麼要對家人這麼壞，為什麼不能控制自己，難道他不愛我們嗎？以前認為只要他脾氣能改好，就不會暴力了。結果我發現，我爸其實是可以控制脾氣的（對外人），原來他對家人會暴力，就是因為他的觀念錯誤，我沒有原諒他，但我也沒有恨他，因為，事情就是這樣子了。」）



三、低年級單元活動設計教案

單元名稱	STOP	適用年級	低年級
設計者	鍾宜利	時間 / 節數	60分鐘
建議融入的【學習領域】及對應能力指標	97年度國民中小學九年一貫課程綱要（100學年度實施） 【健康與體育學習領域】 6-1-2 學習如何與家人和睦相處。 6-1-4 認識情緒的表達及正確的處理方式。		
教學目標	1. 能了解用暴力來發洩怒氣是不對的，必須停止暴力。 2. 能學習衝動控制技巧而不使用暴力。		
指導要點	1. 本單元需花60分鐘完成。建議教師可拆成兩次課來上，一整堂先上「活動一」與「活動二」，一個20分鐘的時段再上「活動三」（加強練習衝動控制技巧）。 2. 「真心話大調查」的遊戲，在進行提問之前，教師須先營造輕鬆幽默的氣氛，給予安全保證不會因說真話而被處罰，避免同學有犯錯被質問的焦慮而不敢參與回答。 3. 在「活動二：我可以不打人」中，會請學生表演示範控制衝動的好方法，教師在徵選學生時，可考慮學生的特質而做選擇。較屬於正向特質的學生也許很快能抓到要領，並能有正確的示範；較屬於負向特質或平常就有衝動打人習慣的學生，也許在台上會表現不配合、不示範正確的方法，		

雖然如此，教師仍可以運用班級團體的力量，協助該生了解或演練出適合的方法，若習慣打人的學生能在台上演練出衝動控制技巧並得到肯定，則該生也體驗到了正向經驗。

4. 教師可以用「很多人在小時候沒有學過控制衝動的好方法，所以他們習慣生氣就打人，結果長大後就不容易改過了。」的概念來協助學生理解施暴者。教師也可以「現在老師教過你們，你們也學會這些不衝動的好方法了，相信你們一定都不會成為暴力的人喔」，來鼓勵改變並傳達信心。

活動時間	教學策略	評量重點
<p>一、引起動機</p> <p>活動一：真心話大調查</p> <p>1. 教師宣布玩一個「真心話大調查」的遊戲，依序提出以下問題，並鼓勵同學回答。教師可引言「雖然每個人都知道打人不對的，但是還是有很多人一天到晚打個不停，像很多大人會打小孩、同學間老是打來打去、電視上也常常播有人打架被送去警察局的新聞。打架這麼痛，還會受傷，又會被處罰、被討厭，為什麼還是有人喜歡打人呢？現在要請全班幫忙想一想打人的原因喔。」</p>	<p>引發學生自己真實的經驗，允許他們表達這些衝動的想法，並讓他們了解衝動常常會造成不好的後果。</p>	



<p>(1) 什麼時候你會想要打人？</p> <p>(2) 什麼時候你會想要亂摔東西或亂罵人？</p> <p>2. 教師將同學的回答整理在黑板上，並歸納出生氣、不服氣（輸）、想發洩等核心原因。許多學生會認為因為實在太生氣忍不住了，所以就出手傷了人，或毀壞了物品，教師可做一段小結，點出「可以生氣，但不可以暴力」的價值觀，說明即使生氣，但如果能控制住衝動的想法和行為，就不會出現打人、暴力的後果了。</p> <p>3. 教師舉幾個例子解釋衝動是什麼意思，並說明控制衝動才不會有不好的後果：「衝動就是沒有看清楚跟想清楚就去做，就像明明已經看到紅燈了，但還是硬闖過去而沒有停止，很可能會發生車禍，害自己跟別人都受傷，這樣就叫做衝動。知道打人是對的，但還是打下去了，這樣也叫衝動。」</p> <p>4. 教師也可請幾位同學舉例自己曾經因衝動而跟人打架的情形，並詢問同學以後有沒有其他的做法：「有</p>	<p>協助學生覺察到自己衝動打人的原因常常是因為情緒跟想法太激動，但是激動並不是使用暴力的理由，灌輸「可以生氣，但不可以暴力」的價值觀，並讓學生學習不打人的做法。</p>	<p>能發現想要打人或毀壞物品時，往往是為了發洩心中的怒氣。</p>
---	---	------------------------------------

沒有同學也發生過類似的情況？你雖然超級生氣，但是你並沒有打人，可不可以告訴大家你是怎麼做到的！」

二、發展活動

活動二：消滅暴力的壞圈圈

1. 故事導讀「大象大象，快停止打人吧」，教師播放故事圖片，並配合口述（附件一）。

「現在我們要看一個故事，故事裡全家人都不知道要控制脾氣跟衝動。如果一個家庭裡，大家都不懂得控制脾氣，那這個家就打翻天啦，現在我們要來看家裡大欺小、強欺弱的故事，看看大象家裡發生了什麼事情。」

2. 遊戲「消滅暴力壞圈圈」

(1) 教師說明遊戲

「大象家裡的阿公打爸爸，爸爸打小孩，小孩又到外面欺負別人出氣，大家都不控制脾氣，一個打一個，打個沒停，這就像是一個不好的圈圈在大象家裡轉來轉去。現在老師要請小朋友上來玩『消滅暴力壞圈圈』的遊戲。」

說明每個人若都將怒氣發洩在他人身上，則會形成大家打來打去的局面，是個惡性循環，要結束惡性循環則必須要學會控制自己衝動的行為。

能知道「可以生氣，但不可以暴力」的觀念。



「只要能不要衝動，就可以停止打人的壞習慣，大象彎彎和他的家人應該怎麼控制脾氣呢？老師這邊有幾個控制脾氣的方法，有『紅燈！停』、『深呼吸數到十』、『走開』、『找人訴苦』、『揉紙團丟垃圾桶』我現在要請你們每個人都表演一次（全班一起練習），然後幫忙把壞圈圈消滅掉喔。」

(2) 教師先在黑板上畫出一個暴力的壞圈圈（附件二）

(3) 教師一一示範控制衝動的技巧

→ 紅燈！停！

（老師請幾名同學上台表演抓狂要打人或踢人的樣子，當老師與其他同學一起喊「紅燈！停！」時，該同學必須要馬上停止抓狂暴力的動作。）

→ 走開、離開現場

（老師先示範碰到衝突時，憤而轉身就走的樣子，並徵求想要表演的同學上台示範。）

→ 深呼吸數到十

（老師帶領全班站起來，請同學想像自己生氣抓狂的樣子，並將拳頭緊握，老師帶領同學深呼吸十次，請同學完全放鬆

教師提供並示範幾個控制衝動的技巧，透過讓學生操作練習，加上消滅「暴力壞圈圈」的象徵儀式，來加深學生印象。

能了解停止暴力的方法，就是控制自己的脾氣和衝動。

大吐氣，並告訴自己放輕鬆別衝動。)

→ 找人訴苦

(教師解釋，把生氣與不好的心情告訴可以信任的人。)

→ 揉紙團丟進垃圾桶

(老師引導全班想像令自己生氣的人或事情，請同學將想罵的話或對他做的事情畫在紙上，不想畫也可以，可將怒氣發洩在紙上面，最後將紙張揉一揉丟進垃圾桶。老師可請每排排長拿桶子或塑膠袋收集紙團替同學服務。)

- (4) 每練習完一個技巧，由教師帶著學生喊口號，老師並用板擦將暴力壞圈圈擦掉。

活動三：我可以不打人

1. 回顧「大象大象，快停止打人吧」的某些片段，請學生示範正確的因應方式。

- (1) 投影片一片片放映大象阿公、大象爸爸與妞妞打人出氣的片段，並分別徵求學生上台來表演應如何控制衝動。(例如，大象阿公心情不好，故意嫌大象爸爸沒把家裡整理乾淨，大吵一架後，還打了大象爸爸出

透過重演劇情，再次加強學生衝動控制的練習，並且讓學生經驗到改變行為可導致不同後果。

能練習並記憶控制衝動的技巧，知道該怎麼做，或是能發展出對自己更有效的技巧。



氣。這時可詢問學生，大象阿公如何可以不動手打人。又如，大象爸爸看到大象妞妞沒寫功課卻在打電動，氣得要命，拿著棍子把妞妞打了一頓，這時詢問學生，大象爸爸要怎麼不用打人的方法來發洩怒氣呢……)

- (2) 教師可提示學生利用剛才教過的衝動控制技巧，若有學生想出更好且合理的技巧，可給予更多讚賞。

2. 小孩的自我改變

- (1) 教師可藉由故事的例子，來說明小孩阻止不了，也改變不了家人打架的事實，但是可以想辦法盡量不受到家人的影響，幫助自己改變，變成一個不會使用暴力的人。
- (2) 「剛剛同學們都很棒，都知道用很多方法可以冷靜下來不衝動，所以大家合作把故事變成沒有暴力了。但是，有很多人的家裡，大人真的會互相打架吵架，而且大人們不像我們小孩這麼幸運，我們在學校有學習怎麼控制脾氣和衝動，可是

能知道「可以生氣，但不可以暴力」的觀念。

紓解目睹家暴兒童無助的感受，注入新的希望與改變方向。讓學生了解終結暴力可從自己開始做起。

能對自我改變有信心，並且有樂觀的想法。

他們的學校沒教他們這些好方法，所以要那些大人改變很困難。」

(3) 「那怎麼辦呢？有些小孩就會說『我爸媽打架，我怎麼這麼衰呀，那要怎麼幫他們變好呀？』，其實，大人打架，小孩很難解決這個問題，也不可能讓大人不打架，解決家人打架的問題，不是小孩的責任。」

(4) 「那小孩的責任呢？其實是解決自己的問題。就像大象彎彎，他阻止不了阿公跟爸爸打人的問題，但是，他可以阻止自己欺負小狗跟打同學的行為。為什麼呢？因為大象彎彎跟你們一樣，都有學過要控制衝動的好方法，所以他很幸運，可以練習控制自己的方法，把自己變成不會打人的人，至少他到學校可以跟同學相處得很好，每天在學校可以快快樂樂。」

3. 大象彎彎不打人

(1) 重新改編大象彎彎的行為。教師徵求一組人分別飾演彎彎、小狗、熊熊、小虎（也可挑選

讓學生不斷演練來加深印象。



特質較正向的學生飾演彎彎的角色)。

教師說明在彎彎上學的這段劇情中，飾演彎彎的學生要演出能控制衝動，並使用好的情緒紓解技巧來因應壞心情。

- (2) 教師可充當旁白，以協助劇情順利進行。如：

「他在路上碰到小狗，不但沒有找小狗麻煩，還過去跟小狗打招呼，順便找小狗講一講昨天不開心的事情。」

「他跟熊熊吵架，本來差點想撕掉熊熊的課本，但是想到不能這麼衝動，彎彎就用深呼吸的方法讓自己冷靜下來，並且告訴熊熊他很生氣。沒想到熊熊居然又說了好多罵他的話……，彎彎決定走開，不想再跟熊熊講話了。」

- (3) 這段活動可能會需要教師較多的指導，或是當台上同學愣住不會演時，也可臨時徵求台下同學幫忙解圍。教師最後可以扮演老師的角色，對改變後的彎彎給予肯定與支持。

三、統整與總結

1. 教師做結論，摘出重點。

(1) 「小朋友，今天我們學會了怎麼樣可以停止暴力呢？」（控制脾氣跟衝動。）

(2) 「如果大象家的人，都知道發脾氣時要先控制好自己，就不會有家人打架、大欺小的問題了，可是，就算大人們還沒辦法控制自己不打人，小孩子也不需要感到灰心喔，因為小孩子自己可以幫忙自己，不讓自己變成像大人一樣衝動打人喔。」

2. 詢問學生是否都記住控制衝動的技巧，並請全班一起回答有哪些。

教師再次扼要總結，強化學生對主題的了解與記憶。



四、低年級教案簡案及附件

單元名稱	STOP	適用年級	低年級
設計者	鍾宜利	時間 / 節數	60分鐘
建議融入的【學習領域】及對應能力指標	97年度國民中小學九年一貫課程綱要（100學年度實施） 【健康與體育學習領域】 6-1-2 學習如何與家人和睦相處。 6-1-4 認識情緒的表達及正確的處理方式。		
學習目標	1. 能了解用暴力來發洩怒氣是不對的，必須停止暴力。 2. 能學習衝動控制技巧而不使用暴力。		
指導要點	1. 本單元需花60分鐘完成。建議教師可拆成兩次課來上，一整堂先上「活動一」與「活動二」，一個20分鐘的時段再上「活動三」（加強練習衝動控制技巧）。 2. 「真心話大調查」的遊戲，在進行提問之前，教師須先營造輕鬆幽默的氣氛，給予安全保證不會因說真話而被處罰，避免同學有犯錯被質問的焦慮而不敢參與回答。 3. 在「活動二：我可以不打人」中，會請學生表演示範控制衝動的好方法，教師在徵選學生時，可考慮學生的特質而做選擇。較屬於正向特質的學生也許很快能抓到要領，並能有正確的示範；較屬於負向特質或平常就有衝動打人習慣的學生，也許在台上會表現不配合、不示範正確的方法，		

雖然如此，教師仍可以運用班級團體的力量，協助該生了解或演練出適合的方法，若習慣打人的學生能在台上演練出衝動控制技巧並得到肯定，則該生也體驗到了正向經驗。

4. 教師可以用「很多人在小時候沒有學過控制衝動的好方法，所以他們會習慣生氣就打人，結果長大後就不容易改過了。」的概念來協助學生理解施暴者。教師也可以「現在老師教過你們，你們也學會這些不衝動的好方法了，相信你們一定都不會成為暴力的人喔」，來鼓勵改變並傳達信心。

活動時間	教學策略	教學資源 (教具)	評量重點
<p>一、引起動機 (5分)</p> <p>活動一：真心話大調查 (15分)</p> <p>1. 教師宣布玩一個「真心話大調查」的遊戲，依序提出以下問題，並鼓勵同學回答。</p> <p>(1) 什麼時候你會想要打人？</p> <p>(2) 什麼時候你會想要亂摔東西或亂罵人？</p>	<p>引發學生自己真實的經驗，允許他們表達這些衝動的想法，並讓他們了解衝動常常會造成不好的後果。</p>		<p>能發現想要打人或毀壞物品時，往往是為了發洩心中的怒氣。</p>



2. 教師將同學的回答整理在黑板上，並歸納出生氣、不服氣（輸）、想發洩等核心原因。點出「可以生氣，但不可以暴力」的價值觀。
3. 教師舉幾個例子解釋衝動是什麼意思，並說明控制衝動才不會有不好的後果。
4. 教師也可請幾位同學舉例自己曾經因衝動而跟人打架的情形，並詢問同學以後有沒有其他的做法。

二、發展活動（40分）

活動二：消滅暴力的壞圈圈（20分）

1. 故事導讀「大象大象，快停止打人吧」，教師播放故事圖片，並配合口述（附件一）。

協助學生覺察到自己衝動打人的原因常常是因為情緒跟想法太激動，但是激動並不是使用暴力的理由，灌輸「可以生氣，但不可以暴力」的價值觀，並讓學生學習不打人的做法。

說明每個人若都將怒氣發洩在他人身上，則會形成大家打來打去的局面，是個惡性循環，要結束惡性循環則必

能知道「可以生氣，但不可以暴力」的觀念。

附件一：故事內容與圖片（投影片）。

能了解停止暴力的方法，就是控制自己的脾氣和衝動。

<p>2. 遊戲「消滅暴力壞圈圈」</p> <p>(1) 教師說明遊戲。</p> <p>(2) 教師先在黑板上畫出一個暴力的壞圈圈（附件二）。</p> <p>(3) 教師一一示範控制衝動的技巧。</p> <p>→ 紅燈！停！</p> <p>→ 走開、離開現場</p> <p>→ 深呼吸數到十</p> <p>→ 找人訴苦</p> <p>→ 揉紙團丟進垃圾桶</p> <p>(4) 每練習完一個技巧，由教師帶著學生喊口號，老師並用板擦將暴力壞圈圈擦掉。</p>	<p>須要學會控制自己衝動的行為。</p> <p>教師提供並示範控制衝動的技巧，透過讓學生操作練習，加上消滅「暴力壞圈圈」的象徵儀式，來加深學生印象。</p>	<p>附件二： 「暴力壞圈圈」示意圖。</p>	<p>能練習並記憶控制衝動的技巧，知道該怎麼做，或是能發展出對自己更有效的技巧。</p>
<p>活動三：我可以不打人 (20分)</p> <p>1. 回顧「大象大象，快停止打人吧」的某些片段，請學生演出正確的因應方式。</p>	<p>透過重演劇情，再次加強學生衝動控制的練習，並且讓學生經驗到改變行為可導致不同後果。</p>		<p>能知道「可以生氣，但不可以暴力」的觀念。</p>



2. 小孩的自我改變

教師可藉由故事的例子，來說明小孩阻止不了，也改變不了家人打架的事實，但是可以想辦法盡量不受到家人的影響，幫助自己改變，變成一個不會使用暴力的人。

紓解目睹家暴兒童無助的感受，注入新的希望與改變方向。讓學生了解終結暴力可從自己開始做起。

能對自我改變有信心，並且有樂觀的想法。

3. 大象彎彎不打人

重新改編大象彎彎的行為。教師徵求一組人分別飾演彎彎、小狗、熊熊、小虎。飾演彎彎的學生要演出能控制衝動，並使用好的情緒紓解技巧來因應壞心情。教師可充當旁白，以協助劇情順利進行。

讓學生不斷演練來加深印象。

三、統整與總結（5分）

1. 教師做結論，摘出重點。

教師再次扼要總結，強化學生對主題的了解與記憶。

「小朋友，今天我們學會了怎麼樣可以停止暴力呢？」

（控制脾氣跟衝動）

2. 詢問學生是否都記住控制衝動的技巧，並請全班一起回答有哪些。



【附件一：故事內容與圖片】

大象大象！快停止打人吧！

大象阿公這幾天心情很不不好，回家後故意嫌大象爸爸家裡沒整理乾淨，跟大象爸爸吵了一架，還打了大象爸爸出氣。



大象爸爸雖然生氣，但是他不敢跟大象阿公對抗，因為阿公太強壯了。大象爸爸覺得心裡有顆氣球快要爆炸了。

大象爸爸看到大象姐姐沒寫功課卻在打電動，氣得要命，拿著棍子把姐姐打了頓。

大象爸爸打完姐姐之後，心中的氣球像是消了氣一樣，他突然覺得輕鬆多了，但是知道自已亂打小孩是不對的，大象爸爸心裡其實很後悔，覺得對不起姐姐。

姐姐又委屈又生氣，她也想打人發洩，可是他不敢打爸爸，更不敢打阿公，他只好去找大象彎彎來出氣。

姐姐故意打了彎彎，她還學阿公的口氣罵彎彎，她說「誰叫你聽我爸爸的話」、「都不借我東西，我才打你。」

大象彎彎又害怕又生氣，但是他覺得姊姊、爸爸跟阿公都好兇，他不敢把生氣講出來。

隔天，彎彎帶著一肚子氣去上學了。他在路上碰到小狗狗，踢了小狗狗一下；他跟熊熊吵架，還把熊熊的課本撕得亂七八糟；小虎說他不守規矩，彎彎就跟小虎打架，還踢了小虎的椅子。彎彎這天惹了很多麻煩！

老師告訴彎彎：「怎麼可以打別人呢，這樣是不對的喔」，彎彎解釋說：「誰叫他們要惹我，害我生氣打別人！」

老師告訴彎彎：「同學有錯，你打別人也有錯。就算同學做錯了，你也沒有權利打他們。生氣是很正常的，你可以生氣，但是絕對不可以打別人。彎彎，生氣的時候，你可以做什麼而不打別人呢？你可以問問看看其他同學都是怎麼做的喔。你要趕快學會控制自己的脾氣，學會冷靜，這樣你就可以停止愛打人的壞習慣囉，加油！」

老師走了之後，彎彎很想聽老師的話，但是彎彎心裡想：「控制？但是要怎麼控制呢？」

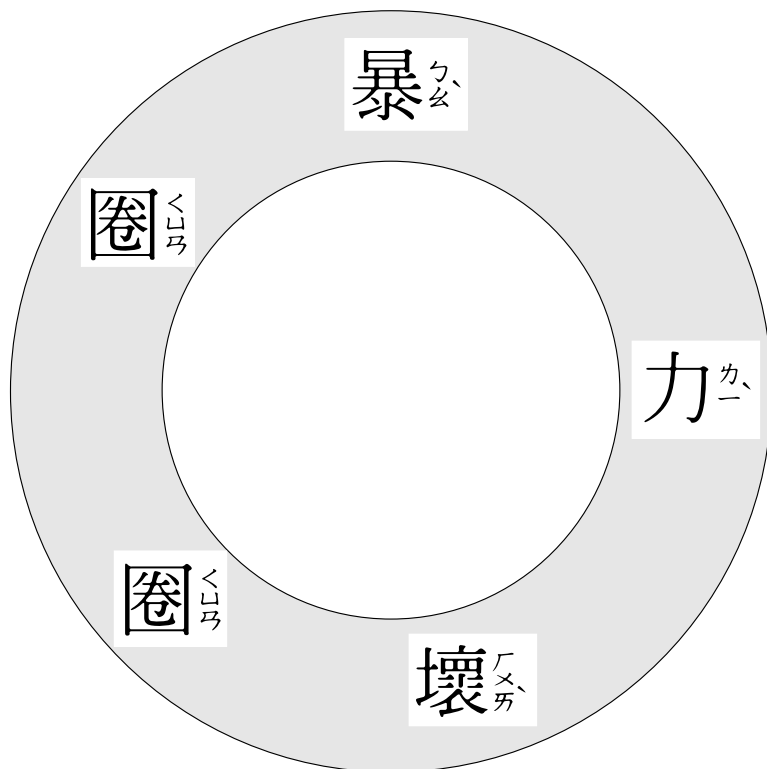


各位小朋友，你也來幫大象彎彎想一想，到底有哪一些方法可以控制好脾氣不打人呢？



【附件二】

「暴力壞圈圈」示意圖



使用說明：教師可參考示意圖在黑板上畫出，當學生每練習完一種控制衝動技巧，就用板擦擦斷圓圈的一截，象徵暴力的惡性循環被中斷。

【附件三：延伸活動】

控制脾氣的的方法

上完這單元，回家請小朋友跟爸爸媽媽一起再看一遍「大象大象！快停止打人吧！」的故事，請和爸爸媽媽討論，有哪些辦法可以幫助大象家庭控制他們的脾氣呢？請記錄下來：

	遇到的心情狀況	控制脾氣的的方法
1	大象阿公這天心情很不好，回家後故意嫌大象爸爸家裡沒整理乾淨，跟大象爸爸吵了一架，還打了大象爸爸出氣。	
2	大象爸爸看到大象妞妞沒寫功課卻在打電動，氣得要命，拿著棍子把妞妞打了。一頓，大象爸爸心裡其實很後悔，覺得對不起妞妞。	
3	妞妞又委屈又生氣，她也想打人發洩，就找大象彎彎來出氣。	



扭轉生命旅程

4	<p>隔天，彎彎帶著一肚子氣去上學了。他在路上碰到小狗狗，踢了小狗狗一下；他跟熊熊吵架，還把熊熊的課本撕得亂七八糟；小老虎說他不守規矩，彎彎就跟小老虎打架，還踢了小老虎的椅子。彎彎這天惹了很多麻煩！</p>	
5	<p>彎彎，生氣的時候，你可以做什麼而不打人呢？</p>	

【附件四：延伸活動】

STOP

設計者：王美琇、余兆娟

發現小勇士

我發現_____生氣
時，有做到... (請在中
√)

- 紅燈！停
- 走開，離開現場
- 深呼吸數到十
- 找人訴苦
- 揉紙團丟垃圾桶

Stop

Page1



註：本活動單建議採雙面列印（橫印，短邊翻頁）

成功經驗

想一想，當你很有生氣但沒有打人的時候，你是怎麼做到的？請寫一寫或把它畫下來。

Page2

控制自己的方法

下列哪些是控制衝動的技巧，請在□中畫√。

- 紅燈！停
- 走開，離開現場
- 深呼吸數到十
- 找人訴苦
- 揉紙團丟垃圾桶

Page3

【附件五：延伸活動】

情緒主人

設計者：王美琇、余兆娟

情緒主人，可以生氣，但不可以暴力。

一、遇到什麼事情，你會生氣？

- 玩具被弄壞
- 被打、被罵
- 別人沒經過我的同意，碰我的東西
- 被取笑、被威脅
- 被騙
- 其他 _____

二、生氣了，可以怎麼辦？

- 打人、罵人
- 欺負、捉弄別人
- 停、看、聽，想一想，再決定
- 摔東西

三、遇到不好的事情

- 可以 不可以 生氣

四、控制生氣衝動，不使用暴力，有哪些好處？

- 停止暴力壞圈圈，讓自己少生氣一點。
- 跟同學生氣時不用暴力解決，會交到更多朋友。
- 學習控制自己的情緒，就能每天都很快樂。



五、中年級單元活動設計教案

單元名稱	STOP	適用年級	中年級
設計者	鍾宜利	時間 / 節數	80分鐘
建議融入的【學習領域】及對應能力指標	97年度國民中小學九年一貫課程綱要（100學年度實施） 【健康與體育學習領域】 6-1-4 認識情緒的表達及正確的處理方式。 6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。 5-2-2 判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。		
教學目標	1. 能了解暴力加害人的情緒與行為模式，並學習非暴力的人我互動技巧。 2. 能學習衝動控制與情緒紓解的技巧。		
指導要點	1. 在討論加害人的不當行為時，教師要小心避免對加害人「個人本身」做批判，而是將焦點鎖定在「暴力行為」是不好的，以免讓有家暴經驗的學生對自己的家庭產生更大的否定感與羞愧感。 2. 要不斷提醒學生，控制衝動是要控制住不使用暴力，禁止傷害到自己或別人，但不是要控制或壓住生氣的感覺。		

3. 在「活動一」中除了討論加害人的心情與不當行為之外，教師也可融入低年級教過的衝動控制方法，讓學生回顧複習。
4. 在「活動二」中將會要求學生想出正向的情緒抒發方法，並讓學生有機會和全班分享，若出現有學生分享涉及暴力、不良行為（如：自殘、虐待小動物）等不當的方法，教師應以溫和認真的態度指出不適宜的原因（如：這樣的發洩方式會讓人受傷耶，還有好多更好的方法喔，再想想看），避免當場斥責，並且於活動結束後與學生私下會談，確認該生是否需額外協助。
5. 當活動中出現有學生批評表演者或分享者的想法時，教師應立即機會教育尊重他人想法的禮貌（這也是本活動要教育的核心理念——尊重、不貶抑，接受並肯定學生在合理範圍內的回答。）
6. 「活動二」除了「氣球氣球別爆炸」的遊戲之外，另有其他遊戲可供教師選擇（見備註），教師可依班級喜好選擇較合適的遊戲。另外，氣球若不容易吹起來，也可用大一點的薄塑膠袋（A4size）來取代。



活動時間	教學策略	評量重點
<p>一、引起動機</p> <p>故事導讀「小胖叔叔真麻煩」（附件一）</p> <p>教師播放故事圖片，配合口述。</p>	<p>藉著故事劇情，引導進入主題，協助學生認識家庭暴力加害者使用暴力的原因（情緒失控及不尊重）。</p>	<p>能知道加害人也有脆弱受傷的情緒，只是不懂得如何表達出來。</p>
<p>二、發展活動</p> <p>活動一：找出小胖叔叔的問題</p> <p>「各位小朋友，記不記得我們以前有講過什麼是家庭暴力，故事裡面的小胖叔叔，就是用暴力的方法在對待他的家人喔，現在我們要玩搶答的遊戲，看看誰能幫忙找出小胖叔叔的問題。」</p>	<p>透過提問的方法，加深學生對故事的印象，並了解暴力不應該被合理化（挫敗的情緒不該以傷害他人來表達）。</p>	<p>知道加害人不承認或不表達自己有脆弱的感覺，是因為怕暴露自己的弱點。</p>

🕒 問題1

小胖叔叔失去控制的時候，他對家人做了哪些不應該的行為？

註：這些行為是暴力喔，是不對的。

🕒 問題2

小胖叔叔為什麼要打人？生氣的時候就可以打人跟亂破壞東西嗎？

🕒 問題3～表演題

小胖叔叔批評奶奶種花的興趣，並且把奶奶的花盆弄壞，你猜可能是為什麼？如果小胖叔叔不喜歡奶奶種花，你認為他可以怎麼做而不是故意弄壞？

註：教師可徵選幾名同學上台表演較好的方式。

🕒 問題4

小胖叔叔看到小孩跟奶奶玩得很開心，覺得自己被冷落在一旁了，你猜小胖叔叔可能會有哪些不舒服的感覺？

協助學生認識加害人也會有脆弱受傷的感覺，並引導學生了解假裝強壯與武裝自己反而讓加害人更孤單。

能知道好的互動方法，應該要表達自己的心情跟想法，別人才能了解你。

讓學生了解加害人表面上強勢、勝利，但事實上得不到真正的尊敬與信任。

能知道故意表現得很霸道或強硬，並不是真正的強壯勇敢。



註：學生可能有各種答案，只要是合邏輯的，教師都應該接受並做些整理。如傷心、孤單、生氣、難受、忌妒奶奶，再引導學生看到小胖叔叔其實是希望能跟孩子玩在一起的，只是因為擔心小孩子不喜歡他而假裝不在乎，或是顧及面子不表達自己真正的感覺…。

🕒 問題5～表演題

小胖叔叔可以怎麼做，讓家人們知道他也想加入大家一起聊天？或是小胖叔叔怎麼做，會讓孩子們更願意靠近他？

註：教師可徵選幾名同學上台來演練故事主角較好的互動方式。

🕒 問題6

小胖叔叔沒有尊重他家人的想法跟感覺，用打人跟威脅的方法來強迫別人聽他的話，小胖叔叔也許自己會覺得很得意。可是，你猜他的家人會有什麼感覺，會很尊敬他嗎？還是會討厭他這麼做？還是會很失望？

註：若有學生混淆「害怕」與「尊敬」的意義，可以稍加解釋區辨。

活動二：做情緒的主人

1. 教師配合火山爆發圖示表（附件二），說明累積負面情緒的不良後果。

「剛剛我們看了小胖叔叔的故事，知道了會打人的人，其實是沒有控制好脾氣，把怒氣發洩在別人身上；還有，會打人的人，也是不懂得尊重別人，為了要強迫人家聽他的話，而用打人或威脅的方法。所以，使用暴力的人，其實不是強者，而是用了錯誤方法的人。等一下我們全班要一起幫小胖叔叔想出好一點的方法，幫助他不要這麼暴力。」

「在這之前，我們要來玩一個跟爆炸有關的遊戲。故事中的小胖叔叔像是火山爆發一樣的可怕，讓人都不敢接近，有誰可以告訴大家火山爆發是什麼樣子呢？」（教師請學生表演爆炸失控的樣子，詢問表演的同學在激發能量時的感覺，並詢問其他人看到時的感受或想法）。

「小胖叔叔平常生氣時可能不知道該怎麼告訴別人，他可能也想控制不讓自己生氣，但是生氣是很正常的感覺呀，是沒辦法不生氣的。當小胖叔叔故意不去管生氣的感覺，把感覺埋進火山裡面，當生氣越堆

教導學生了解「累積生氣 → 爆炸 → 失去控制」的因果關係。

能了解壓抑跟累積負向情緒，最後會因無法承受而爆發出來。

協助學生明白控制衝動，是要禁止暴力的行為，禁止傷害到自己或

能知道要控制的是行為，而不是一直壓抑憤怒。



越多，當然就壓不住，火山爆發了，結果更慘，更難控制自己的行為了。」

2. 遊戲「氣球氣球別爆炸」

(1) 示範吹氣球（若用塑膠袋取代，則不會有猛然放開亂飛的效果出現）

教師先示範吹氣球（也可請學生上台來吹氣球，吹玩記得要先捏住），在氣球上預先寫下「不好的氣」，將氣球比喻成人的心臟或肚子，並舉一些會引發不愉快、憤怒的例子（可舉家庭或校園中常見的事件），每講完一個例子就大口吹氣，當氣球越大快破掉時，教師可徵詢學生是否要放掉，還是要繼續吹，並引導學生預測兩種後果：

- a. 猛然放開——教師手中的氣球可能像沖天炮般飛出去，失控不見
- b. 繼續吹氣——氣球爆炸，可能傷到，或嚇到自己與別人，氣球也破了

教師提醒以上兩種方式都是太過激烈與冒險的方式，用溫和一點，隨時抒發的方式較好。

別人，但不是要控制或壓住生氣的感覺。

利用氣球可以吹放吹放的特性，讓學生看到「有壓力 → 釋放」的具體樣子。讓學生知道釋放壓力是重要的。

能了解應該適時與適度的排解負向情緒。

教師可說明：

「不好的氣，像是生氣、難過，一直把它悶在肚子裡面，但是都沒有排出去，久了肚子是不是就會受不了，肚子會生病脹氣，甚至會有要爆炸的感覺。如果心裡有壓力跟不好的感覺，就要慢慢找機會放掉，這樣我們的心才有辦法繼續裝東西，幫我們忍耐跟控制衝動。就像這顆氣球一樣，如果老師吹了一口氣，就慢慢放掉，那氣球永遠都不會爆炸。」

(2) 請學生想出釋放壓力與憤怒的好方法。

教師發給每位學生二、三張小紙條，請學生自行想出並寫下紓解壓力的管道或方法，或有效的問題解決策略（教師在讓學生自己想之餘，也可以提供一些建議。）

(3) 遊戲進行

徵求自願者來吹氣球，吹氣球者循著教室座位邊走邊把氣球吹大，當吹氣球者走向某位同學座位時，該同學必須趕緊大聲念出紙條上的方法，吹氣球者則把氣放掉，若同學說不出方法（或沒人解救他）導致氣球被吹破時，則說不出方法的同學當「鬼」，也就是接替吹氣球的工作，繼續下一輪遊戲。

協助學生建立自己有效的情緒抒發方法，並以趣味遊戲的方式讓學生有機會參考學習彼此的做法。

能學習並想出紓解情緒的方法。



(4) 教師可利用學生已經寫好的紙條（情緒紓解方法），在班上製作成活動壁報張貼起來，可成為教育與提醒同學的工具。

三、統整與總結

教師總結使用暴力往往是因為缺乏情緒管理與尊重他人的能力，雖然使用暴力者表面上看來強大厲害，但卻失去了親情、友情，得不到尊敬與肯定，讓自己陷入孤單與憤怒的情況中，暴力加害人也必須承受許多不良的後果。

做情緒的主人，能適當的調適好自己的心情，便能夠幫助自己保持冷靜理性的頭腦，不被衝動所主宰。

最後，教師可以每人發一枚氣球，鼓勵學生都能學會情緒收收放放的技巧。

教導學生暴力為什麼是不好的，除了傷害他人，其實也等同傷害了自己。強調做情緒的主人，不讓行為失控暴力。

【備註】

活動二之替代遊戲：「生氣生氣不打人，我有找到好方法」

所需材料：小紙片、三個小盒子（裝紙片用）

進行時間：約20分鐘（教師可視情況調整）

1. 每人給三張紙片，請學生在三張紙片上各寫下「自己的名字或綽號」、「因何事而生氣難受」、「自己的情緒抒發方式」。

2. 寫好後丟入教師準備的盒子中，這時教師將會收集全班所有的紙條。
 3. 教師徵求學生上台來，從盒子中各抽出一片紙條，並依照順序唸出來（人、事、時、地、物的玩法）
- ※ 須注意當學生寫的情緒抒發方法不妥時，教師需提醒該方法的不當。若教師擔心無法掌控場面時，或許可以不徵求學生上台唸，而是由自己抽紙條來唸，如此則較容易掌握（看到不當方法時，可跳過再抽下一張）。



六、中年級教案簡案及附件

單元名稱	STOP	適用年級	中年級
設計者	鍾宜利	時間 / 節數	80分鐘
建議融入的【學習領域】及對應能力指標	97年度國民中小學九年一貫課程綱要（100學年度實施） 【健康與體育學習領域】 6-1-4 認識情緒的表達及正確的處理方式。 6-2-4 學習有效的溝通技巧與理性的情緒表達，並認識壓力。 5-2-2 判斷影響個人及他人安全的因素並能進行改善。		
教學目標	1. 能了解暴力加害人的情緒與行為模式，並學習非暴力的人我互動技巧。 2. 能學習衝動控制與情緒紓解的技巧。		
指導要點	1. 在討論加害人的不當行為時，教師要小心避免對加害人「個人本身」做批判，而是將焦點鎖定在「暴力行為」是不好的，以免讓有家暴經驗的學生對自己的家庭產生更大的否定感與羞愧感。 2. 要不斷提醒學生，控制衝動是要控制住不使用暴力，禁止傷害到自己或別人，但不是要控制或壓住生氣的感覺。 3. 在「活動一」中除了討論加害人的心情與不當行為之外，教師也可融入低年級教過的衝動控制方法，讓學生回顧複習。		

4. 在「活動二」中將會要求學生想出正向的情緒抒發方法，並讓學生有機會和全班分享，若出現有學生分享涉及暴力、不良行為（如：自殘、虐待小動物）等不當的方法，教師應以溫和認真的態度指出不適宜的原因（如：這樣的發洩方式會讓人受傷耶，還有好多更好的方法喔，再想想看），避免當場斥責，並且於活動結束後與學生私下會談，確認該生是否需額外協助。
5. 當活動中出現有學生批評表演者或分享者的想法時，教師應立即機會教育尊重他人想法的禮貌（這也是本活動要教育的核心理念——尊重、不貶抑，接受並肯定學生在合理範圍內的回答）。
6. 「活動二」除了「氣球氣球別爆炸」的遊戲之外，另有其他遊戲可供教師選擇（見備註），教師可依班級喜好選擇較合適的遊戲。另外，氣球若不容易吹起來，也可用大一點的薄塑膠袋（A4size）來取代。

活動時間	教學策略	教學資源 (教具)	評量重點
<p>一、引起動機（10分）</p> <p>故事導讀「小胖叔叔真麻煩」 教師播放故事圖片，配合口述。</p>	<p>藉著故事劇情，引導進入主題，協助學生認識家庭暴力加害者使用暴力的原因（情緒失控及不尊重）。</p>	<p>附件一：故事內容與圖片「小胖叔叔真麻煩」（投影片）。</p>	<p>能知道加害人也有脆弱受傷的情緒，只是不懂得如何表達出來。</p>



二、發展活動（60分）

活動一：找出小胖叔叔的問題（30分）

延續「小胖叔叔真麻煩」的故事，提問引導學生做討論。

🕒 問題1

小胖叔叔失去控制的時候，他對家人做了哪些不應該的行為？

🕒 問題2

小胖叔叔為什麼要打人？生氣的時候就可以打人跟亂破壞東西嗎？

🕒 問題3～表演題

小胖叔叔批評奶奶種花的興趣，並把奶奶的花盆弄壞，你猜可能是為什麼？如果小胖叔叔不喜歡奶奶種花，你認為他可以怎麼做而不是故意弄壞？

🕒 問題4

小胖叔叔看到小孩跟奶奶玩得很開心，覺得自己被冷落在一旁了，你

透過提問的方法，加深學生對故事的印象，並了解暴力不應該被合理化（挫敗的情緒不該以傷害他人來表達）。

協助學生認識加害人也會有脆弱受傷的感覺，並引導學生了解，假裝強壯與武裝自己反而讓加害人更孤單。

知道加害人不承認或不表達自己有脆弱的感覺，是因為怕暴露自己的弱點。

能知道好的互動方法，應該要表達自

猜小胖叔叔可能會有哪
些不舒服的感覺？

🕒 問題5～表演題

小胖叔叔可以怎麼做，
讓家人們知道他也想加
入大家一起聊天？或是
小胖叔叔怎麼做，會讓
孩子們更願意靠近他？

🕒 問題6

小胖叔叔沒有尊重他家
人的想法跟感覺，用打
人跟威脅的方法來強迫
別人聽他的話，小胖叔
叔也許自己會覺得很得
意。可是，你猜他的家
人會有什麼感覺，會很
尊敬他嗎？還是會討厭
他這麼做？還是會很失
望？

活動二：做情緒的主人
(30分)

1. 教師配合火山爆發圖
示表（附件二），說
明累積負面情緒的不
良後果。

讓學生了解加
害人表面上強
勢、勝利，但
事實上得不到
真正的尊敬與
信任。

教導學生了解
「累積生氣 →
爆炸 → 失去控
制」的因果關
係。

附件二：
火山爆發
圖示表。

己的心情
跟想法，
別人才能
了解你。

能知道故
意表現得
很霸道或
強硬，並
不是真正
的強壯勇
敢。

能了解壓
抑跟累積
負向情緒
，最後會
因無法承
受而爆發
出來。



<p>2. 請學生表演生氣後爆炸的表情或失控行為，引導學生發現失控行為多半引發他人反感。</p>			
<p>3. 遊戲「氣球氣球別爆炸」</p> <p>(1) 教師將氣球比喻成裝載憤怒的心臟，示範累積憤怒能量的不良後果，教導學生了解壓力與負向情緒應抒發出來。</p> <p>(2) 請學生想出釋放壓力與憤怒的好方法，並透過遊戲的方式分享讓其他同學知道。</p>	<p>協助學生明白控制衝動，是要禁止暴力的行為，禁止傷害到自己或別人，但不是要控制或壓住生氣的感覺。</p> <p>利用氣球可以吹放吹放的特性，讓學生看到「有壓力 → 釋放」的具體樣子。讓學生知道釋放壓力很重要。</p> <p>協助學生建立自己有效的情緒抒發方法，並以趣味遊戲的方式讓學生有機會參考學習彼此的做法。</p>	<p>普通小型氣球（視班級人數）。</p>	<p>能知道要控制的是行為，而不是一直壓抑憤怒。</p> <p>能了解應該適時與適度的排解負向情緒。</p>

三、統整與總結（10分）

教師總結使用暴力往往是因為缺乏情緒管理與尊重他人的能力，雖然使用暴力者表面上看來強大厲害，但卻失去了親情、友情，得不到尊敬與肯定，讓自己陷入孤單與憤怒的情況中，暴力加害人也必須承受許多不良的後果。

做情緒的主人，能適當的調適自己不好的心情，便能夠幫助自己保持冷靜理性的頭腦，不被衝動所主宰。

最後，教師可以每人發一枚氣球，鼓勵學生都能學會情緒收收放放的技术。

教導學生暴力為什麼是不好的，除了傷害了他人，其實也等同傷害了自己。強調做情緒的主人，不讓行為失控。

能學習並想出紓解情緒的方法。

【備註】

活動二之替代遊戲：「生氣生氣不打人，我有找到好方法」

所需材料：小紙片、三個小盒子（裝紙片用）

進行時間：約20分鐘（教師可視情況調整）



扭轉生命旅程

1. 每人給三張紙片，請學生在三張紙片上各寫下「自己的名字或綽號」、「因何事而生氣難受」、「自己的情緒抒發方式」。
 2. 寫好後丟入教師準備的盒子中，這時教師將會收集全班所有的紙條。
 3. 教師徵求學生上台來，從盒子中各抽出一片紙條，並依照順序唸出來（人、事、時、地、物的玩法）。
- ※ 須注意當學生寫的情緒抒發方法不妥時，教師需提醒該方法的不當。若教師擔心無法掌控場面時，或許可以不徵求學生上台唸，而是由自己抽紙條來唸，如此則較容易掌握（看到不當方法時，可跳過再抽下一張）。

【附件一：故事內容與圖片】

小胖叔叔真麻煩



小胖叔叔是個難相處又古怪的人。

小胖叔叔其實是個好人，他很大方也很關心家人。可是，他的脾氣像雲霄飛車一樣，一下好得要命，一下又壞到讓人害怕發

抖。

當小胖叔叔生氣的時候，他就像火山爆發一樣（轟～～）威力強大而且失去控制，家人都想躲他躲得遠遠的。

沒有人知道他為什麼生氣，我猜，連小胖叔叔自己都不知道自己在生什麼氣吧！搞不好他也不知道自己生氣之後的威力有多大！

有時候，小胖叔叔很激動，他就打人、摔壞家具、罵難聽的話、或是刺耳的吼叫！

小胖叔叔也會忌妒奶奶，因為我們都比較喜歡跟奶奶玩和聊天。

有時候，小胖叔叔太忌妒了，他就故意傷害奶奶（在孩子面前罵奶奶老了沒有用、批評奶





扭轉生命旅程

奶的嗜好，把她的花盆都摔壞了、找小孩子的麻煩，叫我們不准陪奶奶講話！)

小胖叔叔這麼做，真是太太太……不應該了，他沒有權力這樣傷害人的。

小胖叔叔還有一個壞毛病，就是他很霸道，他強迫家裡每個人都要聽他的話。

他會故意做讓人害怕的事情、說威脅人的話，我們怕他真的又火山爆發了，常常不得不照他的話去做。

我真的不是故意要說小胖叔叔的壞話的，我想他應該是個好人，只是他的脾氣真的太古怪了…。

小胖叔叔這麼做，讓奶奶很難過，讓鄰居很頭痛，也讓我們小孩子很害怕！

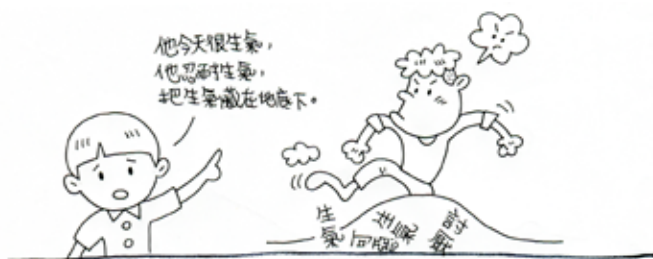


各位小朋友，小胖叔叔其實也很想跟他的家人好好相處，可是他如果一直打人，就沒人喜歡跟他住在一起了，更不敢靠近他了。你能幫小胖叔叔想一想，他該怎麼做才好呢？

【附件二】

火山爆發示意圖

火山爆發





【附件三：延伸活動】

自我檢核表

設計者：李美玲

※ 生氣 ※

【事件一】小胖叔叔生氣的時候像火山爆發一樣，威力強大而失去控制。

1. 哼！小心一點免得掃到颱風尾！
2. 這種人少惹為妙，挺可怕的。
3. 大概他心情不好吧！
4. 其他 _____

※ 孤單 ※

【事件二】小胖叔叔生氣的時候，家人都想躲他躲得遠遠的。

1. 沒希望了，他不可能會改了。
2. 哼！這全是他的錯。
3. 一個人不可能每次都這樣，下次一定不會再發生。
4. 其他 _____

※ 忌妒 ※

【事件三】小胖叔叔也會忌妒奶奶，因為我們都喜歡跟奶奶聊天、玩遊戲。

1. 哼！看到叔叔就不要跟奶奶玩了，免得被罵
2. 這種人少惹為妙，挺可怕的。
3. 大概他心情不好吧！
4. 其他 _____

※ 霸道 ※

【事件四】小胖叔叔強迫家裡的每一個人都要聽他的話，如果不聽，他會做一些讓人害怕的事、說威脅人的話。

1. 哼！誰怕他啊！每次都搞得全家雞犬不寧！
2. 這種人少惹為妙，挺可怕的。
3. 大概他心情不好吧！
4. 其他 _____

請你在各事件上畫上你的心情指標



或





【附件四：延伸活動】

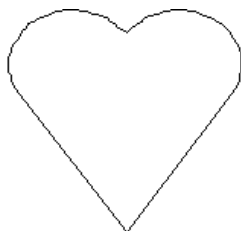
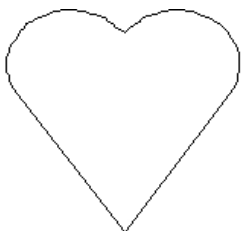
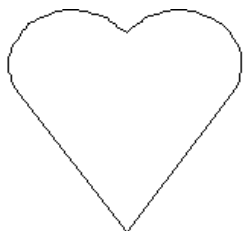
願望樹

設計者：李美玲

小胖叔叔生氣時，你希望你能帶哪些寶物救他呢？



1. 發給每位家中成員一張愛心小卡。
2. 請家中成員在小卡上寫對小胖叔叔的期待，並請成員將自己的小卡貼於許願樹上。



寶物：（老師可做口頭說明）

01. 找人傾訴法：找朋友或家人傾訴苦惱，宣洩情緒、獲得支持與勸慰。
02. 平心靜氣法：如果處在憤怒、焦慮的情境，可做深呼吸、數數、暫時離開。
03. 情緒宣洩法：如果情緒很激動，可以找個地方哭泣、吶喊、打沙包…。
04. 休閒娛樂法：看電視、聽音樂、逛街、玩樂，讓心情轉換。
05. 運動睡眠法：藉運動消耗體力、讓思慮的頭腦獲得休息。
06. 認知重建法：改變負向想法為正向想法，樂觀的態度看待事物。
07. 冥想放鬆法：冥想、肌肉放鬆，讓情緒抒解、身心放鬆。
08. 問題解決法：思考問題解決策略、評估與執行策略。
09. 有效溝通法：如果是人際衝突，可運用我的訊息，做有效的溝通。
10. 充實忙碌法：專心工作保持忙碌，可轉移注意忘卻苦惱。
11. 幽默解嘲法：幽默的言語，可化解尷尬、憤怒的情境。
12. 自我暗示法：遇到壓力或挫折時，對自己碎碎唸一番吧！
13. 肌肉鬆弛法：感到緊張時，就將全身用力緊繃，使脖子緊縮後仰，雙手握拳、手肘向內彎曲，臀部及大腿肌肉用力收縮，持續至覺得無力才可放鬆。
14. 呼吸調節法：242呼吸法——呼氣兩秒、憋氣四秒、吐氣兩秒。
15. 尋求專家法：若情緒一直很困擾，可找輔導老師或精神科醫師協助。



扭轉 生命旅程

也可以附上真正的寶物喔！

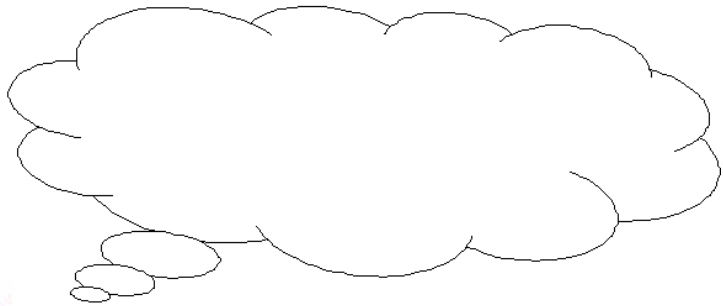


【附件五：延伸活動】

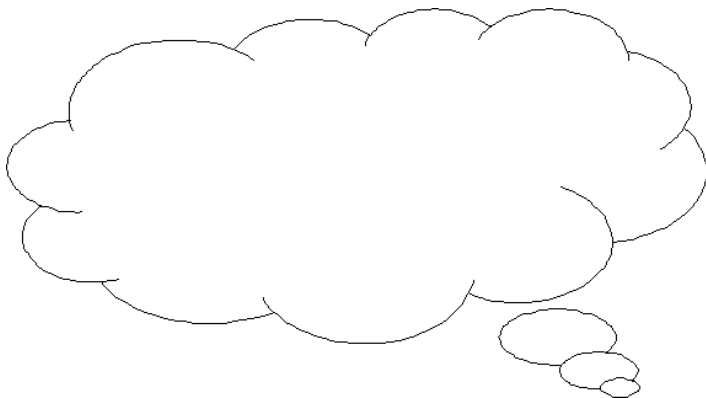
生氣時，你可以怎麼做？

各位親愛的小朋友們，填寫下面的問題，讓你可以更了解自己喔！

- 你覺得發生哪些事情時，會讓你覺得非常生氣呢？



- 你覺得你可以用哪些方式抒發這些情緒呢？





【附件六：延伸活動】

做情緒的好朋友

設計者：藍琦

在你的生活中（學校、家庭或社區）是否有人像故事中的小胖叔叔呢？

沒有：恭喜你

有：說說看他做了甚麼事情？

這些事情讓你感覺到 _____

請你猜想他會有哪些不舒服的感覺 _____

你認為他可以怎麼做會使事情不一樣呢？

體驗了「氣球氣球別爆炸」的活動，想想生活中難免有些情況，讓我們覺得很生氣，那口「氣」像什麼？你會怎麼處理你的「氣」？「氣」又變成什麼呢？請你試試看把那口「變形氣」畫出來喔！

生氣像什麼？

你發現自己有「氣」的時候怎麼辦？

你的這口「氣」像什麼？

你想對這口「氣」說：





七、高年級單元活動設計教案

單元名稱	STOP	適用年級	高年級
設計者	鍾宜利	時間 / 節數	80分鐘
建議融入的【學習領域】及對應能力指標	<p>97年度國民中小學九年一貫課程綱要（100學年度實施）</p> <p>【性別平等教育議題】</p> <p>2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。</p> <p>2-3-8 認識家庭暴力對身心發展的影響。</p>		
教學目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能認識暴力行為的意圖，並認識在社會上普遍存在的暴力情況。 2. 能了解只要有正確的價值觀，並有好的衝動控制技巧，就能停止暴力。 		
指導要點	<ol style="list-style-type: none"> 1. 此單元的活動主要是讓學生對暴力行為有更深刻的了解與洞察，因此 教師在教學前，也需要十分熟悉非暴力的正確價值觀（可參考本單元附件四），以便能在活動中隨時修正學生的觀念。 2. 「活動一」會需要較多的討論工作，當學生分組討論時，教師需多留意學生討論的狀況，最好能有實習教師或志工媽媽協助支援。若時間不允許全部組別在課堂中一一分享，教師也可讓沒有分享到的組別在聯絡簿上寫下所討論的結論。 3. 這節的認知資料比較豐富，是為學生澄清錯誤觀念的開端，因此建議老師除了上完本活動之外，應善用本活動的重要訊息，在平時也機會教育學生，或可延伸成為課後作業的材料。 		



活動時間	教學策略	評量重點
<p data-bbox="157 268 337 300">一、引起動機</p> <p data-bbox="157 325 639 528">教師投影圖片（附件一），並配合口述故事內容，提問家庭外暴力與家庭內暴力有什麼不同？難道家庭內的暴力比較可被接受的嗎？引導學生做討論。</p> <p data-bbox="157 584 639 1086">「有一個男人，他在銀行裡上班，有一天，他被經理罵了一頓，經理罵他『你真沒用，這麼簡單的工作交給你做，也會出錯，虧你還碩士畢業』，這男人不吭一聲，只能默默聽經理數落。晚上回到家，這男人的老婆因為他買錯小孩的制服尺寸，而跟他吵了一架，老婆罵他『你真沒用，這麼簡單的工作交給你做，也會出錯，虧你還是個做父親的人』，這男人當場打了他老婆一巴掌，並且不斷怒罵他老婆。」</p> <p data-bbox="157 1098 639 1174">問題1：經理罵這男人時，你猜他的感覺是什麼？</p> <p data-bbox="157 1225 639 1302">問題2：老婆罵這男人時，你猜他的感覺是什麼？</p> <p data-bbox="157 1353 639 1430">問題3：（若學生認為男人對經理與老婆的情緒是不同的，可再</p>	<p data-bbox="655 325 813 608">練習學生的邏輯思考能力，協助學生開始認識更核心的暴力發生原因。</p>	<p data-bbox="828 325 960 743">能了解只要是侵犯、傷害他人的行為，不管發生在家庭內或家庭外，都是不被允許的。</p>

補充詢問) 為什麼男人會覺得被經理罵是很丟臉的, 但是被老婆罵卻是生氣的?

問題4: 經理和老婆, 明明幾乎是罵一樣的話, 為什麼這男人的反應會不一樣? 為什麼他不打經理, 可是他打了老婆? 是因為他以為老婆會原諒他嗎? 還是他以為老婆不敢對他怎麼樣?

問題5: 你覺得打家裡的人, 跟打外面的人, 哪一種後果比較嚴重? 為什麼? 難道比較親近的人就應該承受傷害嗎?

引導學生思考, 同樣都是生氣的情緒, 為什麼不敢打外人, 卻只敢回家打人? 這是什麼原因呢? 教師並需要傳達打人即犯罪的觀念, 暴力就是不對, 在家中的暴力也是不被允許的。

能覺察加害人往往以為自己有權力去傷害比他弱勢的人。

二、發展活動

活動一：是什麼躲在暴力後面！

1. 分組討論：將學生分組，一組約五人。教師發給每組一份活動單（附件二），請學生討論學習單上的題目，各組並將討論內容摘錄在學習單上。

暴力是一種行為表象，行為的背後其實才是真正的問題。教師可協助

能了解暴力行為背後的意圖，可能是要控制、無法尊重



<p>(1) 為什麼有人會使用暴力？</p> <p>(2) 打人的人想要達到什麼目的呢？</p> <p>(3) 有些人不會打外面的人，但是會打家裡面的人，你認為他這麼做是為什麼呢？</p> <p>(4) 你認為大欺小是什麼意思？只有年紀大欺負年紀小，或是體型壯欺負體型弱的人，才叫做大欺小嗎？還有哪種情況也可以叫做大欺小？</p>	<p>學生認識暴力者背後的意圖，了解問題的原因。</p> <p>提供幾個方向讓學生容易聚焦討論。</p>	<p>他人、沒有平權觀念。</p>
<p>2. 分享：</p> <p>各組推派代表報告該組討論的結果。在過程中，教師可鼓勵同學對各組報告內容做回應與詢問，或者教師可提問來刺激學生有更多的思考。如：「有沒有人就算生氣，也從來不會使用暴力、不會打人的？他為什麼不打人？」、「打家裡面的人有沒有犯罪？其實是有，只要你打傷了人，不管是誰，對方都有權利對你提出告訴，你都是犯了傷害罪。」</p>		
<p>3. 教師歸納：教師將學生所報告的內容歸納起來，並播放投影片（附件三），公佈幾項導致暴力行為的原因。教師並可選擇一、二個較難的</p>	<p>教導學生並協助澄清暴力形成的錯誤觀念。</p>	<p>能覺察造成暴力的原因：</p>

原因特別解釋說明，如：「權力不平等會造成暴力，因為較強勢的人或是擁有權力的人，他們知道較弱勢的人沒辦法反抗，所以容易以大欺小。就像剛剛講的那個例子，經理是男人的頂頭上司，經理可以決定要不要炒那個男人的魷魚，他心想反正部下也不敢反抗，心情不好罵一罵也沒關係。經理對男人罵的話，也是種暴力方式喔。」。又如：「『認為暴力是正常的』這種觀念也是造成暴力行為的原因，他既然不覺得打人不對的，就不會認為需要禁止打人。例如很多先生認為打老婆是很正常的事，或是大人打小孩是沒關係的，而且還發現打人可以馬上讓對方順服，就會一直出現暴力的行為。」

教師解釋說明，讓學生能了解錯誤想法與不平等的現象，也是造成暴力行為的原因。

1. 情緒失控。
2. 權力不平等。
3. 為達目的用控制和強迫的手段。
4. 合理化自己的暴力。

4. 教師可以藉機會修正學生一些似是而非的觀念，或補充舉例社會上普遍的暴力例子，加強學生多元的觀點。如：校園暴力的勒索，加害人就是想要透過暴力、恐嚇的手段來控制被害人給錢，或迫使被害人幫他達成目的。



活動二：暴力終結者

1. 教師再次統整造成暴力的原因，並讓學生了解若能消除這些原因，暴力行為就有可能減緩。

「人類的腦子掌管了所有思考與行動，你會做什麼行動，都是因為你這樣思考並決定這麼做，換句話說，你的想法會決定你要怎麼做。舉例來說，你想吃東西，所以你會去拿東西來吃；你考不好，不想被爸媽知道而被罵，所以你會把考卷藏起來，故意說還沒發。」

「所以我們知道，使用暴力的人，不一定只是單純的想要打人。會出現暴力行為，是因為有一些想要控制或強迫別人的想法，認為自己可以利用權力大或體型壯來壓制別人，認為暴力是正常或很難避免的。如果能夠改變這些不正確的想法，就能改變行為，停止暴力。」

「如果你不想控制或強迫別人，你就不會用暴力；如果你不想利用自己身體強壯來壓制別人，你就不會使用暴力；如果你認為暴力是錯的，你就不會使用暴力。」

除了指認錯誤的暴力價值觀之外，也提供學生應有的正確的觀念並且再複習控制衝動與情緒的技巧，讓學生了解並確定可以怎麼做。

了解想法主宰行為，因此改變觀念可以改變行為。

2. 教師發下活動單「暴力，終結吧！」（附件四），帶領學生瀏覽一次，再利用活動單上的提示來指導學生完成「暴力終結者」活動。
3. 教師在黑板上張貼一大張海報（上面畫有暴力字樣或圖樣，可參考附件五），說明班上每位同學都代表著暴力終結者。請同學參考學習單裡面的方法與正確觀念，或自行想出的方法，選擇一項寫在紙條上，寫好後自行黏貼到海報上（學生可自行決定要不要署名）。最後海報上的暴力字樣將被紙條全部覆蓋掉，教師可將此海報作為班級壁報展示。

能了解正確的觀念（非暴力、平權尊重）。

三、統整與總結

教師最後再強調家庭暴力的發生，與價值觀有很大的關係。暴力是不被社會所接受的行為，不論是發生在家中或外面，都是侵犯了他人，一樣是不被允許、是犯法的。要停止暴力行為，首先要做好情緒管理，並且要改變錯誤的價值觀。

能學會情緒管理，並能具體指出衝動控制和情緒紓解的方法。



八、高年級教案簡案及附件

單元名稱	STOP	適用年級	高年級
設計者	鍾宜利	時間 / 節數	80分鐘
建議融入的【學習領域】及對應能力指標	97年度國民中小學九年一貫課程綱要（100學年度實施） 【性別平等教育議題】 2-3-3 認識不同性別者處理情緒的方法，採取合宜的表達方式。 2-3-8 認識家庭暴力對身心發展的影響。		
教學目標	1. 能認識暴力行為的意圖，並認識在社會上普遍存在的暴力情況。 2. 能了解只要有正確的價值觀，並有好的衝動控制技巧，就能停止暴力。		
指導要點	1. 此單元的活動主要是讓學生對暴力行為有更深刻的了解與洞察，因此 教師在教學前，也需要十分熟悉非暴力的正確價值觀（可參考本單元附件四），以便能在活動中隨時修正學生的觀念。 2. 「活動一」會需要較多的討論工作，當學生分組討論時，教師需多留意學生討論的狀況，最好能有實習教師或志工媽媽協助支援。若時間不允許全部組別在課堂中一一分享，教師也可讓沒有分享到的組別在聯絡簿上寫下所討論的結論。 3. 這節的認知資料比較豐富，是為學生澄清錯誤觀念的開端，因此建議老師除了上完本活動之外，		

應善用本活動的重要訊息，在平時也機會教育學生，或可延伸成為課後作業的材料。

活動時間	教學策略	教學資源 (教具)	評量重點
<p>一、引起動機 (15分)</p> <p>教師投影圖片 (附件一)，並配合口述故事內容，提問家庭外暴力與家庭內暴力有什麼不同？難道家庭內的暴力比較可被接受的嗎？引導學生做討論。</p> <p>問題1：經理罵這男人時，你猜他的感覺是什麼？</p> <p>問題2：老婆罵這男人時，你猜他的感覺是什麼？</p> <p>問題3：為什麼男人會覺得被經理罵是很丟臉的，但是被老婆罵卻是生氣的？</p>	<p>練習學生的邏輯思考能力，協助學生開始認識更核心的暴力發生原因。</p> <p>引導學生思考，相同都是生氣的情緒，為什麼不敢打外人，卻只敢回家打人？這是什麼原因呢？教師並需要傳達打人即犯罪的觀念，暴力就是不對，在家中的暴力也是不被允許的。</p>	<p>附件一：故事內容與圖片 (投影片)。</p>	<p>能了解只要是侵犯、傷害他人的行為，不管發生在家庭內或家庭外，都是不被允許的。</p>



問題4：經理和老婆，明明幾乎是罵一樣的話，為什麼這男人的反應會不一樣？為什麼他不打經理，可是他打了老婆？

問題5：你覺得打家裡面的人，跟打外面的人，哪一種後果比較嚴重？為什麼？難道比較親近的人就應該承受傷害嗎？

二、發展活動（60分）

活動一：是什麼躲在暴力後面！（40分）

能覺察加害人往往以為自己有權力去傷害比他弱勢的人。

<p>1. 分組討論：將學生分組，一組約五人。教師發給每組一份活動單（附件二），請學生討論學習單上的題目，各組並將討論內容摘錄在學習單上。</p>	<p>暴力是一種行為表象，行為的背後其實才是真正的問題。教師可協助學生認識暴力者背後的意圖，了解問題的原因。</p>	<p>附件二：活動單。</p>	<p>能了解暴力行為背後的意圖，可能是要控制、無法尊重他人、沒有平權觀念。</p>
<p>2. 分享：各組推派代表報告該組討論的結果。在過程中，教師可鼓勵同學對各組報告內容做回應與詢問，或者教師可提問來刺激學生有更多的思考。</p>	<p>提供幾個方向讓學生容易聚焦討論。</p>		
<p>3. 教師歸納：教師將學生所報告的內容歸納起來，並播放投影片（附件三），公佈幾項導致暴力行為的原因。教師並可選擇一、二個較難的原因特別解釋說明。</p>		<p>附件三：「是什麼躲在暴力後面」投影片。</p>	<p>能覺察造成暴力的原因：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 情緒失控。 2. 權力不平等。 3. 為達目的用控制和強迫的手段。



4. 教師可以藉機會修正學生一些似是而非的觀念，或補充舉例社會上普遍的暴力例子，加強學生多元的觀點。如：校園暴力的勒索，加害人就是想要透過暴力、恐嚇的手段來控制被害人給錢，或迫使被害人幫他達成目的。

活動二：暴力終結者 (20分)

1. 教師再次統整造成暴力的原因，並讓學生了解若能消除這些原因，暴力行為就有可能減緩。

2. 教師發下活動單「暴力，終結吧！」（附件四），帶領學生瀏覽一次，再利用學習單上的提示來指導學生完成「暴力終結者」活動。

教導學生並協助澄清暴力形成的錯誤觀念。

教師解釋說明，讓學生能了解錯誤想法與不平等的現象，也是造成暴力行為的原因。

附件四：
活動單「暴力，終結吧」。

4. 合理化自己的暴力。

了解想法主宰行為，因此改變觀念可以改變行為。

3. 製作暴力終結者大海報。說明班上每位同學都代表著暴力終結者。請同學參考學習單裡面的方法與正確觀念，或自行想出的方法，選擇一項寫在紙條上，寫好後自行到海報上黏貼上去。

三、統整與總結（5分）

教師最後再強調家庭暴力的發生，與價值觀有很大的關係。暴力是不被社會所接受的行為，不論是發生在家中或外面，都是侵犯了他人，一樣是不被允許、是犯法的。

要停止暴力行為，首先要做好情緒管理，並且要改變錯誤的價值觀。

除了指認錯誤的暴力價值觀之外，也提供學生應有的正確觀念，並且再次複習控制衝動與情緒的技巧，讓學生了解並確定可以怎麼做。

能了解正確的觀念（非暴力、平權尊重）。

能學會情緒管理，並能具體指出衝動控制和情緒紓解的方法。



【附件一：故事內容與圖片】

憤怒的一天

有一個男人，他在銀行裡上班，有一天，他被經理罵了一頓，經理罵他：「你真沒用，這麼簡單的工作交給你做，也會出錯，虧你還碩士畢業！」這男人不吭一聲，只能默默聽經理數落。晚上回到家，這男人的老婆因為他買錯小孩的制服尺寸，而跟他吵了一架，老婆罵他：「你真沒用，這麼簡單的工作交給你做，也會出錯，虧你還是個做父親的人！」這男人當場打了他老婆一巴掌，並且不斷怒罵他老婆。



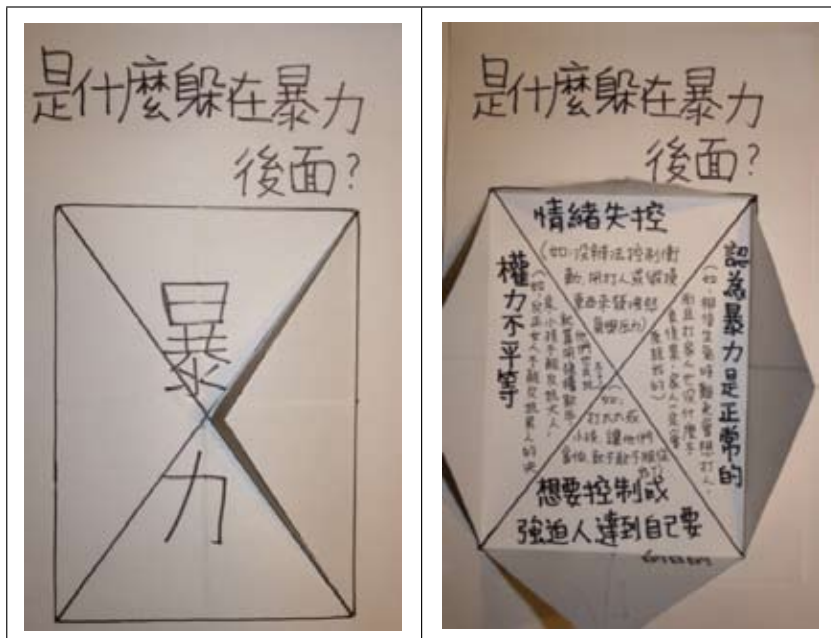
【附件二：活動單】

是什麼躲在暴力後面？

<p>為什麼有人會使用暴力？</p>	<p>打人的人是想要達到什麼目的的呢？</p>
<p>有些人不會打外面的人，但是會打家裡面的人，你認為他這麼做是為什麼呢？</p>	<p>你認為大欺小是什麼意思？只有年紀大欺負年紀小，或是體型壯欺負體型弱的人，才叫做大欺小嗎？還有哪種情況也可以叫做大欺小？</p>



【附件三：投影檔】



【附件四：活動單】

暴力，終結吧！

要停止暴力的行為，一定要先消除躲在暴力背後的那些錯誤想法。

※ 終結暴力的兩大任務 ※

第一：控制情緒，避免失控

(1) 衝動控制的妙招

√ 紅燈、停!!	√ 走開、離開現場	√ 深呼吸數到十
√ 找人訴苦，轉移注意力	√ 把想罵的話、想做的壞事寫在紙上，揉掉丟掉	√ 去廁所洗把臉
√ 喝水	√ 咒語～我不跟他計較，不要理他	√

(★ 也可以再想出更適合你自己的妙招喔)

(2) 情緒發洩的妙招

√ 運動或騎腳踏車，誇張的玩（但別闖禍喔）	√ 吃自己喜歡吃的東西（但不要暴飲暴食喔）	√ 做自己最喜歡的事情
√ 唱歌跳舞	√ 睡覺	√ 打枕頭棉被出氣
√ 大哭一場	√ 找人抱怨發生的事情	√ 打電動
√ 看搞笑電影或恐怖電影	√ 告訴別人我的心情，請別人來安慰我	√ 寫日記

(★ 你還可以想出其他的好方法嗎？記得可以跟同學分享喔！)



第二：改變錯誤的觀念

錯誤的觀念	正確的觀念
暴力是正常的，大家都在打，沒什麼關係。	<ul style="list-style-type: none">✓ 暴力是不被允許的。✓ 不管傷害家人，或是傷害外面的陌生人，都會犯下傷害罪。✓ 暴力是傷了別人，也害了自己，就算沒有被抓到被處罰，但是打人的人會失去更多東西（如家人、朋友對你的尊敬、愛）。
權力不平等。 大欺小、強欺弱、力氣大的人打力氣小的人。 反正弱者不敢反抗我，我可以使喚他們，利用他們來出氣。	<ul style="list-style-type: none">✓ 每個人人生而平等，沒有人有權利去傷害別人。✓ 男女平等，男生不一定要很凶悍、女生不一定要很柔弱。✓ 強者沒有權利去使喚弱者、弱者也沒有義務要順從強者。✓ 力氣大只是代表你的肌肉夠強壯，不代表你可以打人。✓ 尊重！尊重！尊重！✓ 弱者不敢反抗你，不表示你就是對的，他們只是不想接受你更多的暴力。
我要別人怎麼做，別人就一定要照我的話去做。 用暴力、威脅的方法，別人一定會屈服我的。	<ul style="list-style-type: none">✓ 每個人都可以有自己的想法、做自己的決定。✓ 你沒有權利控制別人，別人也沒有權利控制你。✓ 使用暴力是不道德的。✓ 用暴力的方式強迫別人屈服，不是光榮的事情，也是不聰明的做法，被別人發現後，反而會被瞧不起。

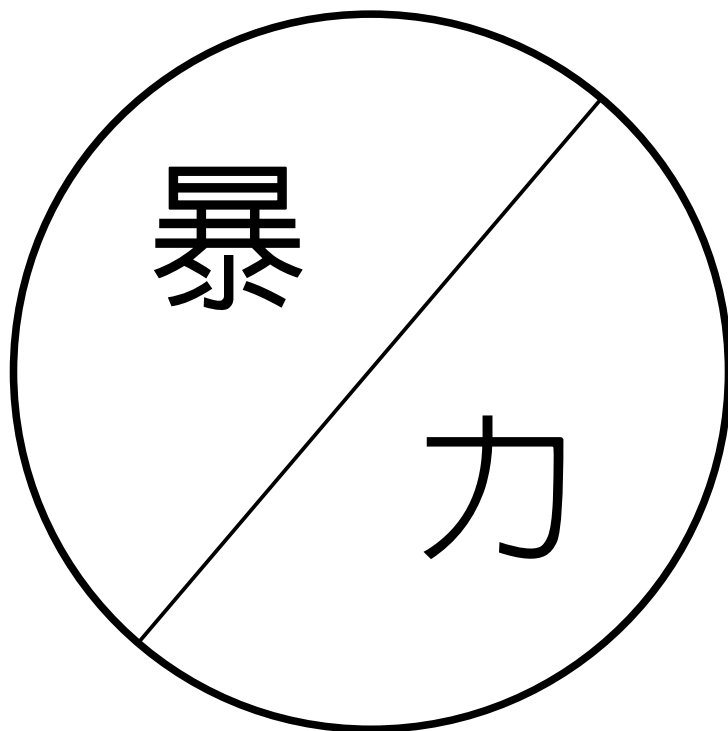
沒辦法，我就是天生暴力。

- ✓ 你不是天生暴力，你只是看了太多暴力節目，別被暴力節目影響了。
- ✓ 只要相信暴力是錯的，告訴自己不使用暴力，就可以改變暴力的習慣。



【附件五：海報示意圖】

暴力，終結吧！



【附件六：延伸活動】

霸王別「激」

設計者：楊鎮豪

各位同學：閩南語有一句話為「掃到風颱尾」，意思就是沒有原因就受到別人的壞情緒影響。生活上我們難免也會因為自己的壞情緒而變成「霸王」！

接下來的活動要請你想想看，什麼事情、情境下，會讓你變成「霸王」，當你變成「霸王」的時候，你希望你的好朋友如何觀察到你的「不一樣」，那你希望得到怎麼樣的幫助呢？寫完之後可以和你的好朋友分享，可以讓別人更了解你喔。



扭轉 生命旅程

當我…

我希望我的好朋友可以…



當我…

我希望我的好朋友可以…



我的大名是：_____

【附件七：延伸活動】

發生衝突時

設計者：李美玲

發生衝突時，可以這樣引導孩子回顧與思考……

因為 _____ 的緣故，我（ _____ ）和 _____ 起了衝突。

現在我得想想，以後碰到類似事情時，我還可以怎麼做？

我可以有哪些選擇？ （請描述於下方空格）	我原先的行動方式	還有哪些行動方式？ （可參考下列方法並填上代號）



行動方式：（老師可做口頭說明）

01. 找人傾訴法：找朋友或家人傾訴苦惱，宣洩情緒、獲得支持與勸慰。
02. 平心靜氣法：如果處在憤怒、焦慮情境，可做深呼吸、數數、暫時離開。
03. 情緒宣洩法：如果情緒很激動，可以找個地方哭泣、吶喊、打沙包…。
04. 休閒娛樂法：看電視、聽音樂、逛街、玩樂，讓心情轉換。
05. 運動睡眠法：藉運動消耗體力、讓思慮的頭腦獲得休息。
06. 認知重建法：改變負向想法為正向想法，樂觀的態度看待事物。
07. 冥想放鬆法：冥想、肌肉放鬆，讓情緒抒解、身心放鬆。
08. 問題解決法：思考問題解決策略、評估與執行策略。
09. 有效溝通法：如果是人際衝突，可運用我的訊息，做有效的溝通。
10. 充實忙碌法：專心工作保持忙碌，可轉移注意力忘卻苦惱。
11. 幽默解嘲法：幽默的言語，可化解尷尬、憤怒的情境。
12. 自我暗示法：遇到壓力或挫折時，對自己碎碎唸一番吧！
13. 肌肉鬆弛法：感到緊張時，就將全身用力緊繃，使脖子緊縮後仰，雙手握拳、手肘向內彎曲，臀部及大腿肌肉用力收縮，持續至覺得無力才可放鬆。
14. 呼吸調節法：242呼吸法——呼氣兩秒、憋氣四秒、吐氣兩秒。
15. 尋求專家法：若情緒一直很困擾，可找輔導老師或精神科醫師協助。

～ 教案Q&A及資源彙編 ～

本章節係針對教師實施《扭轉生命旅程：24個協助目睹兒少的實驗性教案》課程所可能面臨之問題而編寫，涵蓋教學準備篇、教戰守則篇、以及教學資源延伸閱讀清單等三大項。建議教師在使用本教案時，可同時搭配本書另一姊妹出版品《人生領航員——協助目睹家庭暴力的兒童》（洪文惠，2006），以瞭解目睹家庭暴力對兒童的影響以及教師在輔導工作上可扮演的角色及相關輔導技巧，協助教師在使用本教案上更加得心應手。



一、教學準備篇

Q1	我為什麼要教這個課程？
A1	<p>近年來翻開社會媒體的版面，會看到許多因家庭暴力而釀成悲劇的報導。家庭暴力的受害者不只是父母本身，還包括「目睹」父母衝突的子女，這些兒童在家庭風暴的侵襲之下，在成長的過程中，可能造成情緒、行為、人際互動技巧及兩性觀念上的偏差，目睹父母的暴力行為所經歷的心理歷程與直接受虐的心理歷程是相似的。</p> <p>兒童接觸的成人有限，可學習模仿的角色對象也極為有限，成長在暴力家庭中的兒童，他們往往只能在有限且負向的角色示範中學習成長，因此當這些兒童由家中邁出、走進學校的大門時，就產生了一個可能改變的機會。</p> <p>在學校裡兒童有機會可以得到一個與原生家庭有所區隔的生活經驗，得到一個重新尋找到自己的潛能及定位的生命契機。</p>



扭轉生命旅程

身為老師的我們在學校有機會及時協助兒童「放下」舊傷，重新建立正向的依附關係及認知建構、使他們得到情緒的支持，並在安全及信任的環境下重新建立自尊及自信，知道自己的生命控制在自己的手上，可以不必重複家庭暴力的宿命。

Q2 我只是一個老師無法過問學生家庭的事情。

A2 的確，每個家庭暴力的情形沒有固定的模式，施虐者的行為樣態也難以捉摸，危機狀況更無法預測，老師和社工人員的角色任務不同，因此，我們也不建議老師貿然介入兒童的家庭。

因此，本教案是針對國小教師在學校場域中的教育者角色來設計，老師無法將家暴從根拔除，跟父母工作也很難排進老師忙碌的工作行程裡，所以我們的目標是學生，而且是全班的學生，著重在預防性的教育，而非輔導治療。

Q3 教案的主要目標是什麼？

A3 本教案的走向是以宣導家庭暴力的相關概念與教導正確的人我互動技巧為主軸，藉以達到關懷及支持目睹家暴兒童及導正兒童錯誤價值觀的目的。

教學時以教導兒童認識何謂「家庭暴力」、學習「安全——自我保護」為優先，進而學習面對衝突的協調方式、同理心、衝動的自我控制、問題解決技巧及情緒控制，以去除原生家庭的「目睹暴力」經驗，學習非暴力的行為模式。

Q4	教學前要注意哪些事項？
A4	<p>首先，在認知上老師對「目睹家暴兒童」的議題要有基本瞭解：知道家庭暴力包含哪些型態、「目睹家庭暴力」對不同年齡的兒童會有什麼影響、釐清家庭暴力的迷思等（建議參考本教案另一姊妹出版品《人生領航員——協助目睹家庭暴力的兒童》）。</p> <p>其次，在心態上能澄清自己的價值觀：我如何認定「暴力」？覺察從小到自己與「暴力」的經驗是什麼？自己的信念是什麼？最重要的是檢視在「暴力」、「權力」的議題中，自己的行為和認知是否一致？是否能合宜的控制情緒？是否具有有良好的溝通技巧與解決問題的能力？</p>
Q5	身為老師，我如何區分「管教」和「暴力」的差異？
A5	<p>在回答這個問題之前，先讓我們看一則網路流傳的小故事：</p> <p>作者在紐約地鐵搭車的時候，有一個小男孩在車廂裡又哭又鬧，而看起來像爸爸的男人，卻坐在原處文風不動。大家對這個現象非常反感，但都敢怒不敢言。作者挺身而出質問那個男人：「你沒看到你的孩子這麼吵鬧嗎？你應該管管他啊！」男人這才回過神來：「對不起！我這孩子的媽媽兩個鐘頭前在醫院過世，我正在想以後要怎麼辦？所以……真的對不起！」作者突然間好後悔自己的殘忍。</p> <p>在班級中，老師常會看到有些孩子的行為、舉止、態度是特別需要管教的，這些孩子可能不夠用功、常常不寫功課、常常吵鬧、愛打架、不守規矩，甚至常打擾、欺負別同學。</p>



這些孩子的行為不只讓老師頭疼，老師更會擔心這些行為如果不能制止，會「帶壞」班上其他的同學，於是很自然的，老師會認為這些孩子需要管教。

從班級團體的角度看，這些孩子是行為偏差的孩子，然而從孩子的角度看，我們寧願說這些孩子是對學校生活「適應欠佳」的孩子。

「行為偏差」需要管教，「適應欠佳」需要的則是瞭解、指導與鼓勵、支持。

就如同故事中的爸爸和孩子，在沒有了解之前，孩子的哭鬧、爸爸的不作為都是令人反感的，然而知道內情之後，相信大家看待他們的角度與對待方式都會有很大的轉變，問題是我們有沒有給自己和孩子機會，去了解到底發生了什麼事情？了解孩子經歷了什麼狀況？有怎樣的問題和苦惱？我們會不會常常是很輕易地先去責怪孩子，甚或處罰孩子？會不會認為孩子就是皮、就是壞，就是不知體諒、不知悔改與不尊重老師？

故事中的「作者」勇於挺身質問那個爸爸，因而了解事情的原委；作爸爸的能清楚表達身處的狀況，因而獲得了體諒。但是故事中的孩子呢？如果這個孩子這樣的行為是發生在我們的班上，這個孩子有沒有機會告訴我們他怎麼了？就算老師給他機會表達，孩子或許不知道該怎麼表達，更或許他根本無法清楚瞭解、釐清自己的狀況到底是怎麼了，遑論表達。在這個時候老師需要做的是接（hold）住這個孩子、抱住這個孩子，此時任何的責罵、處罰，即便只是兇兩句、罰站五分鐘，嚴格來說都含有暴力的意味。

如果不能瞭解孩子，只是制止他的外顯行為，那麼這個行為可能只是暫時隱藏起來、或是畏於老師的權威而陽奉陰違。

管教要「管」更要「教」，「教」要有實效，必須走進孩子的生命去瞭解孩子，多方嘗試、多用方法、多協助、多關懷、多鼓勵、多支持。

我們在課堂上倡導「反暴力」的議題，我們不准孩子和同學打架、我們反對家庭暴力的同時，我們也以最高標準來期許自己：對暴力「零容忍」，不用打、罵等任何暴力的方式來對待孩子。給孩子不同於家庭、不同於社會的「非暴力」的「身教」。

我們有幸身為老師而得以有機緣走進孩子幼小的生命，陪伴他成長，成長是需要愛，需要養分的，任何不明就裡的責罰、打罵就是暴力，而暴力在任何時候都不能合理化為「愛」，更不可能成為成長中的養分。

「非暴力」是很容易懂的道理，實踐起來卻非常不容易。我們不要因為這樣而沮喪，畢竟老師也是凡人，遇到學生行為不合宜時，我們也都會有立即的情緒，只是當我們要採取行動前，是否可以再寬容地多想一下，「初念淺，轉念深。」第一個念頭常是對事件的情緒反應，通常較膚淺，也容易造成錯誤；但一轉念，腦海裡思索一下學生可能的理由。如此，心情一寬，憤怒也就容易消失無蹤，而很多合適有效的指導方法就可應運而生了。

Q6 教學前要做怎樣的心理準備？

A6 我們每個人都在家庭中成長，討論到家庭的議題必定會引發自己內心很多潛在的記憶與思維，試著回顧自己的生命史，多做一些自我澄清與覺察，就多一份清楚與坦然。

和學生一起面對暴力的議題時，身教永遠比言教重要得多，仔細傾聽孩子，多一些關懷、包容及接納，接近孩子



，以尊重、開放、支持的態度取得孩子的信任，您的用心付出所產生的教育影響，將可能是最深遠的。

同時老師要體認到自己也是人，不可能事事完美，只要能真實的面對，給自己時間、給自己加油，讓我們和學生一起努力，共同營造一個正向、安全的學習與生活場域，就有可能截斷暴力的世代傳遞。

當老師越瞭解學生的情況與困難時，心裡所面臨的衝擊、衝突與掙扎一定越大，老師需要建立起自己的社會支持系統如同事、朋友、行政單位（輔導室）、其他專業機構（社工）等，必要時可尋求支援。

Q7 我可以如何運用這套教案？

A7 本教案是結合教育以及社工界的實務工作者所編寫的完整教材，全部教材包含八個共同的主題單元，每單元皆有低、中、高三個年段，每個年段依學生身心發展的不同階段，逐步加深加廣螺旋進行。每一個主題的教學時間是四十分鐘，包含兩個學習活動，提供老師在教學時參酌引用：您可以分年段依教案做完整的教學；也可以依班級實際的狀況，搭配相關的課程、議題進行某一個主題或某一個活動的教學。

本教案每一個主題單元均包含「單元設計理念」、「對象特質」、「單元活動設計」、「教案簡案」等四個部分，期待老師在教學前能先對本單元的教學理念、學生的發展特質有先期的瞭解，掌握教學的目標與指導要點，再依據班級學生的實際狀況與需求變化運用。

Q8	進行本教案的教學時，有哪些需注意的事項？
A8	<p>本教案是以全班學生為教學對象，教學時宜避免針對班上某一位學生做個案探討，即便學生願意自我揭露，也不宜在班級中深入討論。</p> <p>不論您班上是否有「目睹家暴兒童」，教學時請敏察學生的情緒反應，必要時在課後給予個別的關懷、了解。</p> <p>儘管家庭暴力會對學生造成相當大的負面影響甚或傷害，但任何家庭必然也具有一定程度的正向功能，協助學生體會到自己家庭的正面力量以及自己所擁有的能力、優點與資源，是教學時不可忽視的重點。</p>

Q9	我擔心教導本課程會引起家長的反彈。
A9	<p>教學時把目標放在學生身上。著重於學生的經驗感受上，讓學生接收到老師的瞭解與關懷，教導學生瞭解暴力永遠是不對的。</p> <p>老師要態度誠懇、言語關心，不要在班級中討論或指責某一些學生家長的個別行為，也避免以「家暴」、「兒虐」、「性侵」、「加害者」、「目睹兒」等名詞來標籤家長及孩子，以避免父母的反彈及學生對號入座。</p>



二、教戰守則篇

Q1	教案資料介紹這麼多，該從哪裡看起？
A1	本教案分成「教案單元總覽」及「家庭暴力預防性教案」兩大部分，後者並包括八大單元，每單元皆有低、中、高年級三種版本教案。建議教師可先閱讀「教案單元總覽」，對教案的整體目標及架構有概括的了解，然後依授課年級或目標所需選取「家庭暴力預防性教案」。
Q2	課程太豐富，教學時間不夠用怎麼辦？
A2	老師可以掌握本教案的教學目標，擷取某一個單元或活動，融入適當的教學領域靈活運用，如生活領域、社會領域、語文領域等，不必拘泥於一堂課的完整教學。
Q3	課堂討論的部分，很耗費時間，該怎處理？
A3	請老師依照課堂進行狀況，斟酌討論時間的長短，若討論過於熱烈，教案活動中也會提示重點討論題綱，請老師參酌使用。
Q4	覺得某一主題單元的兩個活動之連結性不夠時，可以如何調配？
A4	可以將該單元拆開在兩個主題上。老師也可以採取融入式教學，擇取教案某一活動於合適的學科領域中，增加教案的可行及靈活性。

Q5	故事的表達上都是用人物，可以用動物替代，減少刻板印象的造成嗎？
A5	當然可以，如果老師覺得以動物名稱較適當，當然可以取代之。
Q6	班級人數不夠分組討論時，可以用哪些方式取代？
A6	可採用板書、團體討論、個別競賽等方式進行，最終還是希望能集大成之建議，讓同學互相了解討論出的解決辦法，學習不同的解決經驗。
Q7	是否可以自行替換教案的某一活動？
A7	倘若教師覺得有更適於該教案的活動方式，可以在切合教學目標的前提下自行替換。本教案只是提供一個參考主軸，教師可發揮創意自行增減活動內容。
Q8	教學活動的「引起動機」部分，是否可以更生活化？
A8	建議教師可以採用切合於該教案主題的生活時事（如：新聞、地方事件、傳統故事等）引導學生進入該課程。
Q9	如果學校電腦單槍借用不便，那PPT豐富的內容如何呈現於課堂較適當？
A9	PPT的使用可以吸引學童，活潑與生動化教學內容，倘若器材使用不便，建議將圖片輸出製成彩色圖卡，增加視覺的效果及學習成效。



扭轉生命旅程

Q10	有無其他延伸閱讀資料可供參考？
A10	本預防性教案及Q&A手冊，皆備有教學資源延伸閱讀清單可供參考使用。



三、教學資源延伸閱讀清單

❖ 書籍

1. 白瓊芳等著（2001）《牽小手，遠暴力：目睹家庭暴力兒童輔導實務手冊》高雄市家庭暴力暨性侵害防治中心出版。
2. 天主教善牧基金會編著（2002）《小小羊兒的吶喊——目睹家庭暴力兒童實務工作經驗談》台北市：天主教善牧基金會。
3. 洪素珍（2003）《家庭暴力目睹家暴兒少處遇模式之探討研究——以兒童需求為導向》內政部委託報告。
4. 劉小菁譯（2004）《孩子別怕：關心目睹家暴兒童》台北市：心靈工坊文化。
5. 教育部（2004）《家庭暴力防治專業人員工作手冊——校園處理兒童少年遭受虐待目睹父母婚姻暴力實務工作手冊》
6. 台北市婦女救援基金會編著（2004）《玫瑰戰爭下的受害者——目睹家暴兒童國際實務交流工作坊》台北市：婦女救援基金會。
7. 台北市婦女救援基金會編著（2005）《目睹家暴兒童及少年學術與實務交流研討會論文集》台北市：婦女救援基金會。
8. 洪文惠（2006）《人生領航員——協助目睹家庭暴力的孩子》內政部家庭暴力及性侵害防治委員會出版。
9. 財團法人臺北市婦女救援社會福利事業基金會企畫執行（2008）《我可以做什麼——協助兒童遠離家庭暴力教保人員訓練手冊》內政部家庭暴力及性侵害防治委員會出版。
10. 財團法人臺北市婦女救援社會福利事業基金會編著（2010）《目睹家暴兒童少年處遇社工手冊——短期輔導架構》內政部家庭暴力及性侵害防治委員會出版。
11. 教育部（2009）《教育人員兒童及少年保護工作手冊》



扭轉生命旅程

❖ 繪本

1. 凱絲·史汀生著（1999）《媽媽爸爸不住一起了》遠流。
2. 李坤珊（2001）《菲菲生氣了：非常、非常的生氣》台北市：三之三。
3. 貝西·艾芙瑞著（2001）《生氣湯》台北市：上誼文化公司。
4. 巴貝柯爾（2002）《好事成雙》格林文化。
5. 劉清彥譯（2005）《生氣的男人》台北市：維京國際。
6. 康娜莉雅·史貝蔓文著（2005）《我的感覺系列套書》台北市：天下雜誌。
7. 蘿瑞·克拉斯尼·布朗、馬可·布朗著（2006）《恐龍離婚記：面對父母離婚的最佳指南——恐龍家庭教養繪本4》台北市：遠流。
8. 賴馬著（2006）《我變成一隻噴火龍了》台北市：和英。
9. 勵馨基金會著（2007）《象爸爸著火了》台北市：勵馨基金會。

❖ 宣導影片

1. 《100公分的世界》內政部家庭暴力及性侵害防治委員會，2000。
2. 《我的願望——聽聽家庭暴力受害兒童的心聲》內政部家庭暴力及性侵害防治委員會，2001。
3. 《哪吒計畫——家庭暴力目睹少年影帶》內政部家庭暴力及性侵害防治委員會，1997。
4. 《單程票》內政部家庭暴力及性侵害防治委員會，2007。
5. 《小愛的畫本》內政部家庭暴力及性侵害防治委員會，2009。
6. 《家好月圓》臺北縣政府，2008。
7. 《看不見的傷痕》臺北縣政府，2010。
8. 《愛的黑海》內政部家庭暴力及性侵害防治委員會，2012。

❖ 電影

1. 目睹家暴兒少相關

- (1) 《屋頂上的童年時光》*Along the Ridge*。2007／義大利／普。
- (2) 《雨天的酷斯拉》2006／台灣／導演／黃至琦／北縣2006紫絲帶電影節徵選作品。
- (3) 《暗夜紫靈》（2006）。導演／鄭若珣／台灣／北縣2006紫絲帶電影節徵選作品。
- (4) 《大腳與小草》（2006）。導演／曾馨瑩／台灣／北縣2006紫絲帶電影節徵選作品。
- (5) 《無人島》（2006）。導演／王盼雲／台灣／北縣2006紫絲帶電影節徵選作品。

2. 家庭暴力相關

- (1) 《熱淚傷痕》*Dolores Claiborne*。1995／美國／輔。
- (2) 《永遠的莉莉亞》*Lilya 4-ever*。2003／丹麥／保。
- (3) 《靈異大逆轉》*The Gift*。2000／美國／輔。
- (4) 《潮浪王子》*The Prince of Tides*。1991／美國／普。
- (5) 《無人知曉的夏日清晨》*Nobody Knows*。2004／日本／輔。
- (6) 《讓愛傳出去》*Pay It Forward*。2000／美國／保。
- (7) 《誘禍》*Don't Tell*。2005／義大利／輔。

❖ 網站

1. 內政部家庭暴力及性侵害防治委員。<http://dspc.moi.gov.tw/>
2. 財團法人台北市婦女救援基金會。<http://www.twrf.org.tw/>
魔法學園——關懷目睹家庭暴力兒童及少年<http://www.dv-children.org.tw/>
3. 天主教善牧基金會——小羊之家。<http://cww.goodshepherd.org.tw/>



四、服務資源篇

❖ 社政網絡資源

各直轄市、縣（市）政府家庭暴力及性侵害防治中心通訊

單位	地址	聯絡電話
內政部家庭暴力及性侵害防治委員會	新北市新店區北新路三段200號12樓	(02) 89127331
臺北市政府	臺北市中正區新生南路一段54巷5弄2號	(02) 23961996
高雄市政府	高雄市苓雅區民權一路85號10樓	(07) 5355920
新北市政府	新北市板橋區中正路10號3樓	(02) 89653359
臺中市政府	台中市豐原區陽明街36號	(04) 25293453
臺南市政府	臺南市安平區永華路二段6號6樓	(06) 2988995
宜蘭縣政府	宜蘭縣宜蘭市同慶街95號	(03) 9328822
桃園縣政府	桃園縣桃園市縣府路51號6樓	(03) 3322111
新竹縣政府	新竹縣竹北市光明六路10號	(03) 5518101
苗栗縣政府	苗栗縣苗栗市府前路1號	(037) 360995
彰化縣政府	彰化縣彰化市中興路100號6樓	(04) 7252566
南投縣政府	南投縣南投市中興路660號	(049) 2247970
雲林縣政府	雲林縣斗六市府文路22號	(05) 5348585 (05) 5340466
嘉義縣政府	嘉義縣太保市祥和二路東段1號	(05) 3620900
屏東縣政府	屏東市建豐路180巷35號4樓	(08) 7351560
臺東縣政府	臺東縣臺東市桂林北路52巷124號	(089) 326141
花蓮縣政府	花蓮縣花蓮市文苑路12號3樓	(03) 8239149
澎湖縣政府	澎湖縣馬公市治平路32號	(06) 9264068

基隆市政府	基隆市安樂區麥金路482號5樓	(02) 24340458
新竹市政府	新竹市中正路120號	(03) 5245233
嘉義市政府	嘉義市中山路199號	(05) 2253850 (05) 2254561
金門縣政府	金門縣金城鎮民生路60號	(082) 373000
連江縣政府	連江縣南竿鄉介壽村156號3樓	(0836) 23575

❖ 教育網絡資源

單位	地址	電話
基隆市政府教育處	204基隆市安樂區安樂路二段164號8樓	TEL：(02) 24301505
宜蘭縣政府教育處	260宜蘭縣宜蘭市縣政北路1號	TEL：(03) 9251000
新北市政府教育局	220新北市板橋區中山路一段161號21樓	TEL：(02) 2960-3456 FAX：(02) 2968-1340
臺北市政府教育局	110臺北市市府路一號	TEL：(02) 27205558 FAX：(02) 27256340
桃園縣政府教育局	330桃園縣桃園市縣府路1號14,15樓	TEL：(03) 3322101
新竹縣政府教育處	302新竹縣竹北市光明六路十號	TEL：(03) 5518101 FAX：(03) 5514227
新竹市政府教育處	300新竹市中正路一二〇號	TEL：(03) 5216121
苗栗縣政府教育處	360苗栗市縣府路一〇〇號	TEL：(037) 322150
臺中市政府教育局	420臺中市豐原區陽明街36號	TEL：(04) 22289111



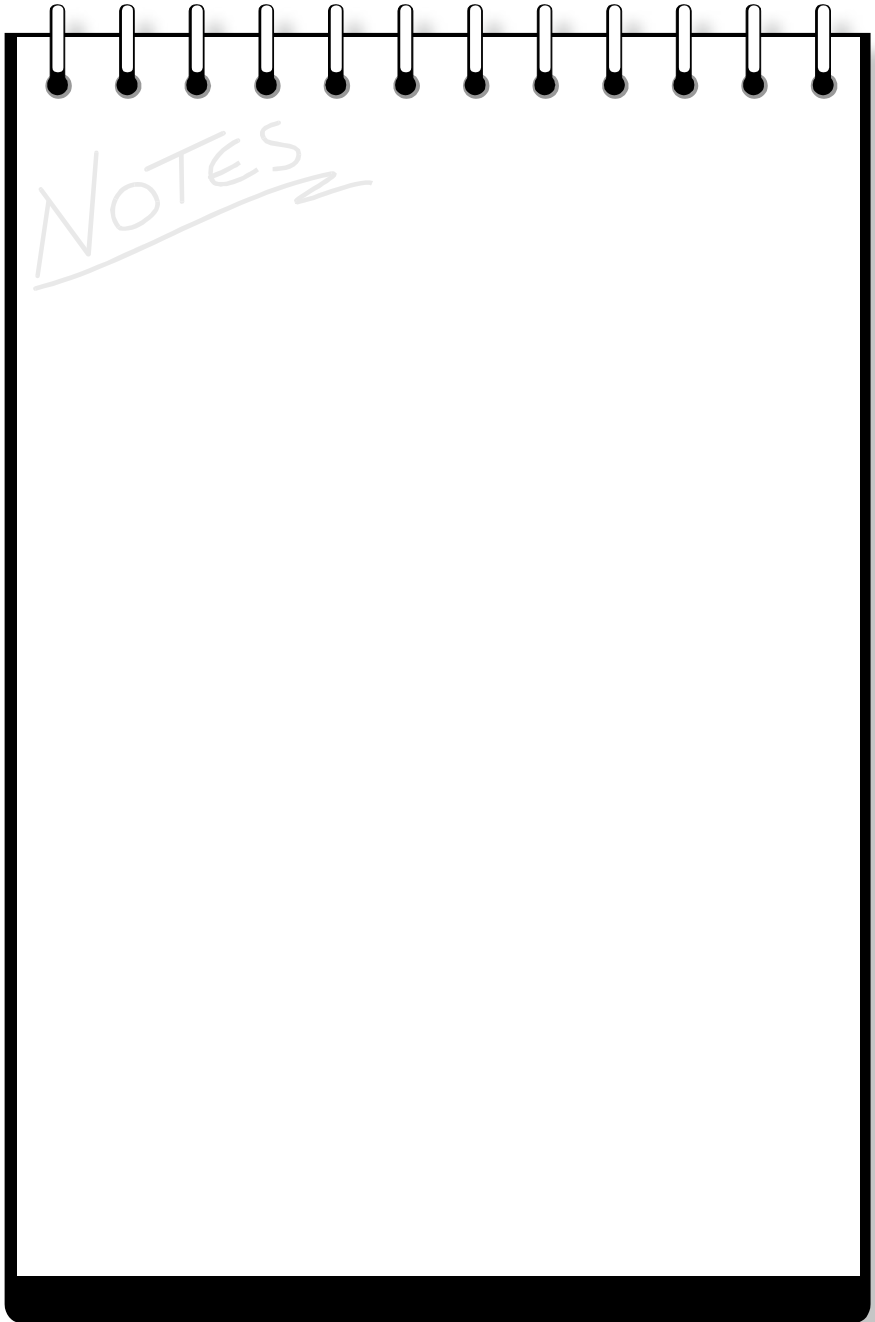
扭轉 生命旅程

南投縣政府教育處	540 南投市中興路 660號	TEL：(049) 2222027 FAX：(049) 2241648
彰化縣政府教育處	500彰化市中山路二 段416號	TEL：(04) 7222151-9
雲林縣政府教育處	640雲林縣斗六市雲 林路二段515號	TEL：(05) 5322154
嘉義縣政府教育處	612嘉義縣太保市祥 和 新村祥和一路東 段一號	TEL：(05) 3620123
嘉義市政府教育處	600 嘉義市中山路 199號	TEL：(05) 2254321 FAX：(05) 2251305
臺南市政府教育局	708臺南市安平區永 華路二段6號7樓(永 華市政中心) 730臺南市新營區民 治路36號(民治市政 中心)	TEL：(06) 2991111 TEL：(06) 6322231
高雄市政府教育局	801高雄市前金區中 正四路192號	TEL：(07) 2011550
屏東縣政府教育處	900屏東市自由路 527號	TEL：(08) 7320415 FAX：(08) 7374745
花蓮縣政府教育處	970花蓮市達固湖灣 大路1號	TEL：(03) 8462860
臺東縣政府教育處	950 臺東市博愛路 306 號	TEL：(089) 322002
澎湖縣政府教育處	880澎湖縣馬公市治 平路32號	TEL：(06) 9274400 FAX：(06) 9278141

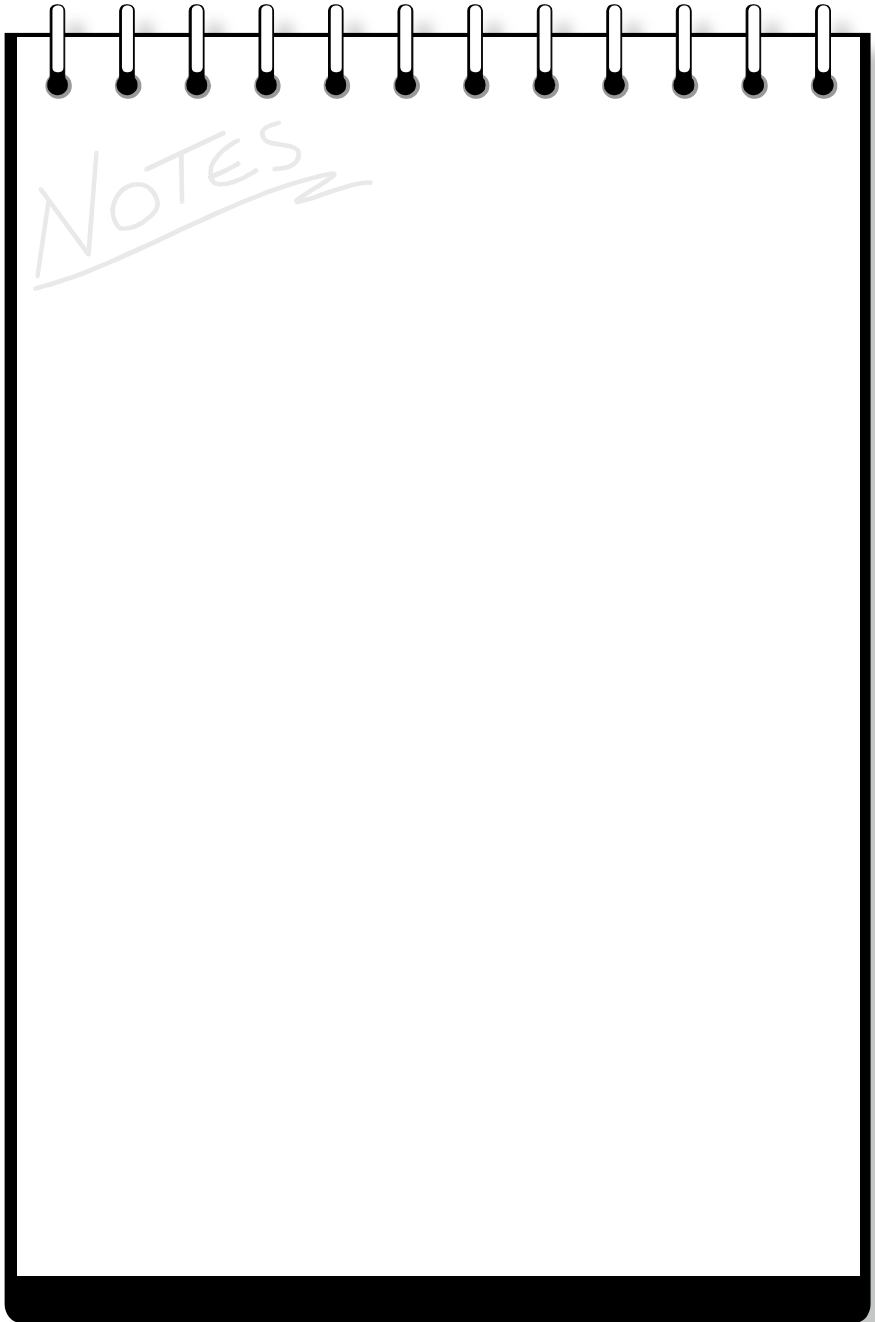
金門縣政府教育局	883金門縣金城鎮民生路60號	TEL：(082) 325630
連江縣政府教育局	209連江縣南竿鄉介壽村76號	TEL：(083) 622067 FAX：(083) 625582

❖ 其他服務資源

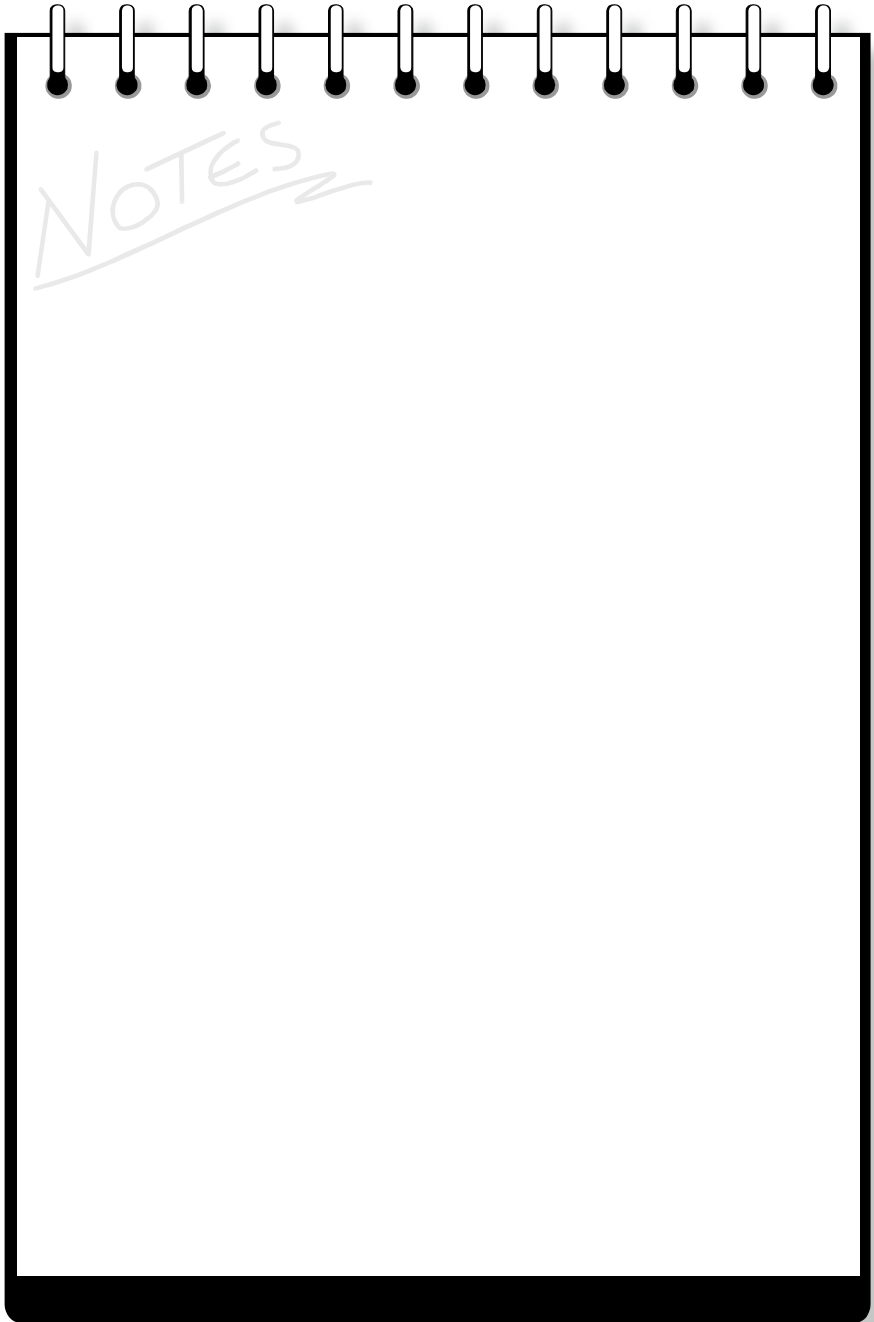
單位名稱	地 址	電 話
財團法人台北市婦女救援基金會	10356臺北市民生西路240號10樓	(02) 2555-8595
天主教善牧基金會——小羊之家	100臺北市中正區忠孝西路一段7號10樓1017室	(02) 2381-1123
勵馨社會福利事業基金會	234新北市新店區順安街2-1號1樓	(02) 8911-8595
財團法人幸福福利文教基金會	404臺中市北區華富街109號	(04) 2201-0269
宜蘭縣私立蘭馨婦幼中心	265宜蘭縣羅東鎮光明街166號	(03) 9510-518



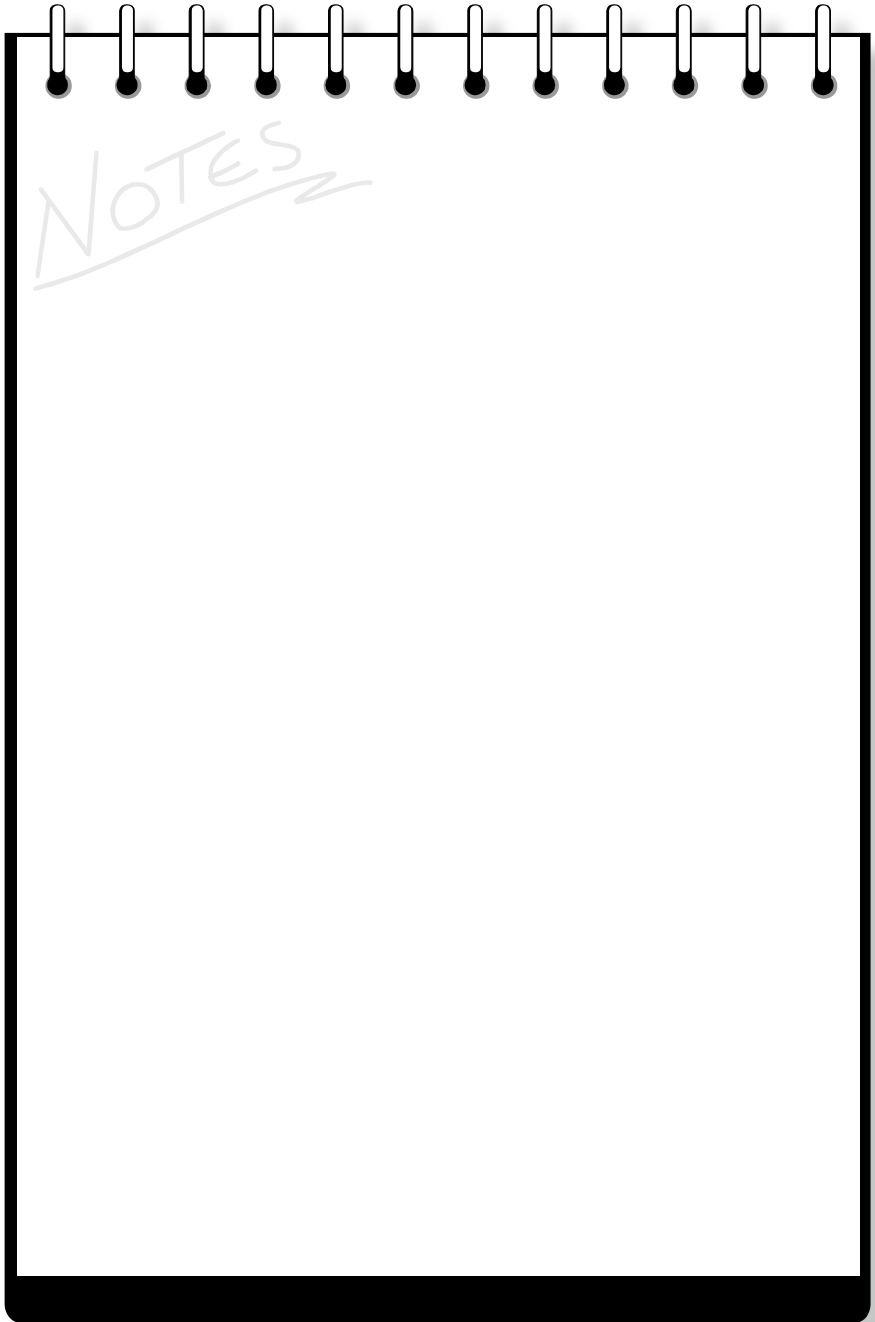
NOTES



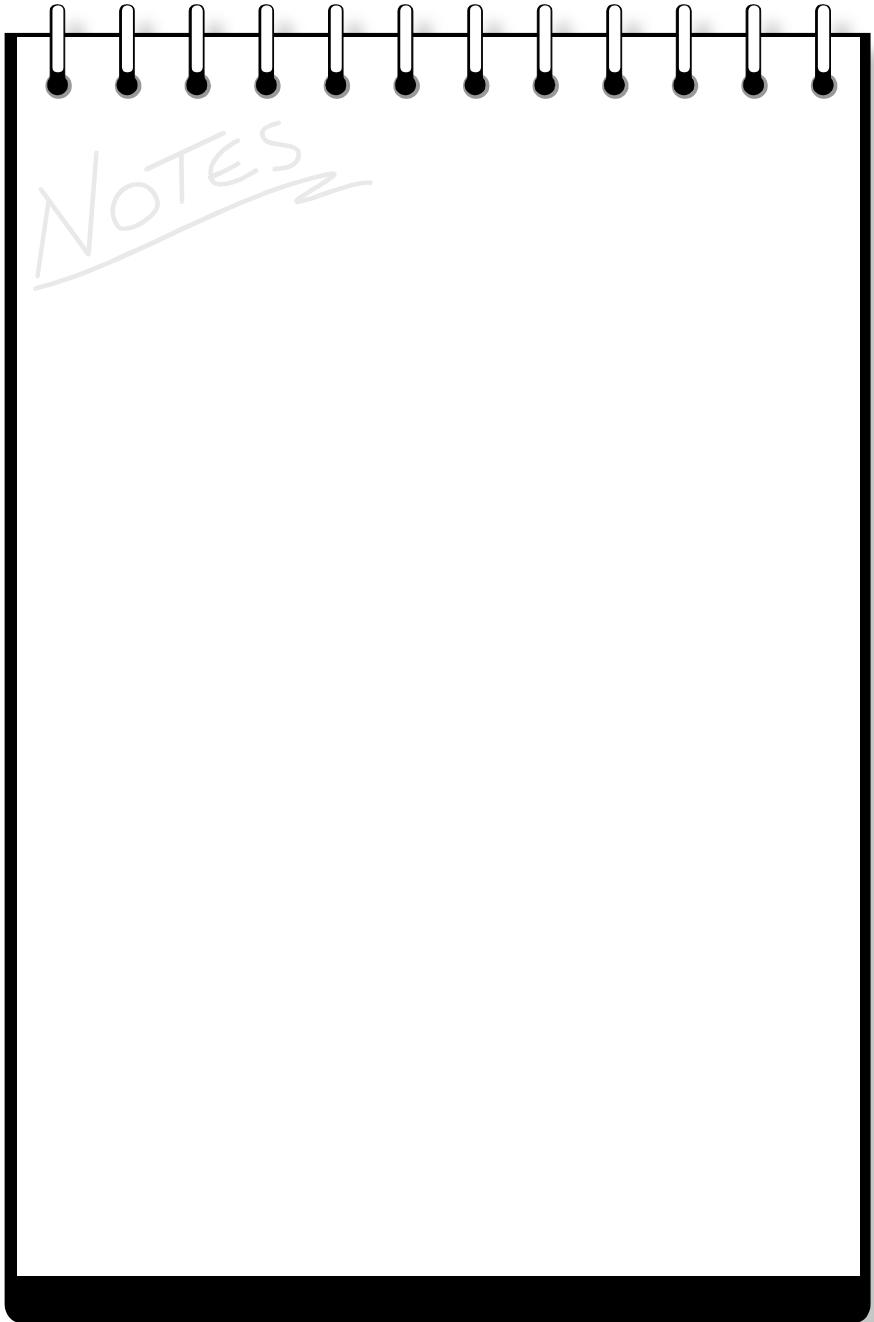
NOTES



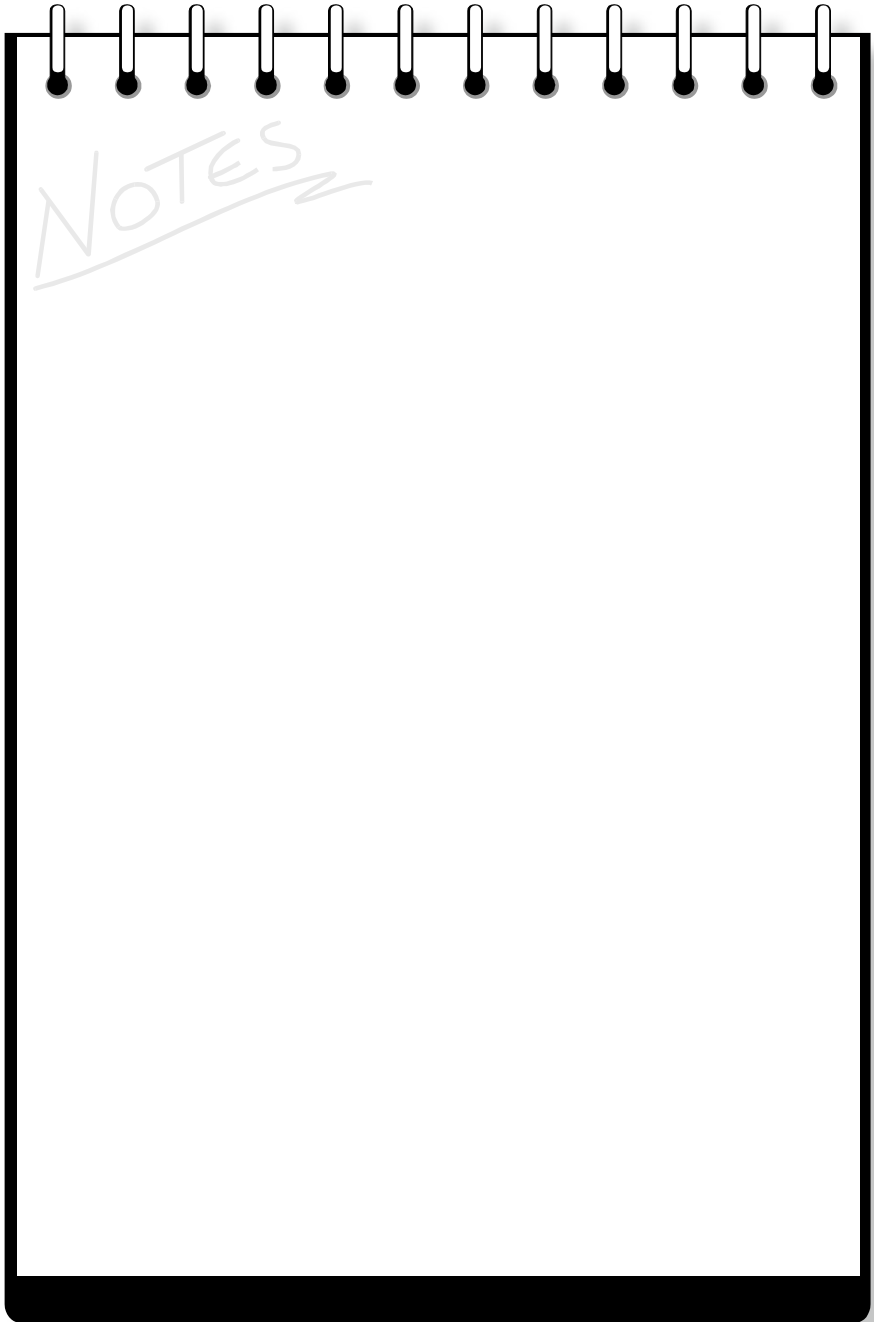
NOTES



NOTES



NOTES



NOTES

扭轉生命旅程：24 個協助目睹兒少的實驗性教案 /
財團法人臺北市婦女救援社會福利事業基金會
編著. -- 二版. -- [臺北市]：內政部出版：
內政部家暴會發行，民 101.11
冊；公分
ISBN 978-986-03-4161-4(全套：平裝附光碟片)
1.家庭暴力 2.教學實驗 3.小學課程
523.45 101021713

書名：扭轉生命旅程：24 個協助目睹兒少的實驗性教案

出版機關：內政部

發行人：李鴻源

發行單位：內政部家庭暴力及性侵害防治委員會

編著：財團法人台北市婦女救援社會福利事業基金會

編排設計：浩江出版工作室

電話：(02)8912-7331

中華民國 99 年 5 月初版

中華民國 101 年 11 月二版

GPN：1010102366

ISBN：978-986-03-4161-4

定價：新台幣 255 元

展售處：國家書店松江門市（台北市中山區松江路 209 號 1 樓、02-25180207）

五南文化廣場物流中心（台中市中國區綠川東街 32 號 3 樓、04-22210237）

著作權利管理資訊：

著作財產權人保留對本書依法所享有之所有著作權利。

欲重製、改作、編輯或公開口述本書全部或部分內容者，須先徵得著作財產權管理機關之同意或授權（洽詢電話：02-89127331）