

一、本領域輔導科每週學習節數（1）節，銜接或補強節數（0）節，本學期共（21）節。

二、本學期學習目標：

【輔導】

- （一）探索自己的交友價值觀與概況、學習良好的人際溝通技巧，以維繫長久的友誼。
- （二）覺察可能發生的人際衝突，進而學習溝通協商等處理策略，解決生活中所發生的人際困境。
- （三）透過活動與討論，使學生明白關懷弱勢團體之重要性，並培養珍惜生命、善用生命的積極態度。
- （四）培養覺察自我情緒的能力，與適當運用調適策略來面對壓力處理情緒的能力。
- （五）藉由職群的介紹，協助學生了解技職職群的未來性，建構個人的夢想藍圖。

1、 本學期課程內涵：

教學期程	領域及議題能力指標	主題或單元活動內容	節數	使用教材	評量方式	融入議題
第一週 8/26-8/30	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。	【活動】 建立學生輔導基本資料 1. 填寫學生輔導資料表（A表）及國中學生生涯輔導紀錄手冊 2. 課程介紹：教師說明這學期課程內容、評量標準。	1	配合學校行事，建置 1. 學生輔導資料表（A表） 2. 國中學生生涯輔導紀錄手冊	1. 觀察學生 2. 態度檢核	【生涯發展教育】 1-3-1 探索自我的興趣、性向、價值觀及人格特質。 2-3-2 瞭解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 3-3-5 發展規劃生涯的能力。
第二週 9/2-9/6	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 3-4-1 參與各項團體活動，與他人有效溝通與合作，並負責完成分內工作。	【活動】分組活動 1. 教師進行小隊重新分組、小組分工、座位表安排。 2. 請同組學生，在小組內分享暑假生活最美好有意義的回憶，並填寫「我的暑假生活」分享單，貼在班上進行分享。	1	自編教材	1. 觀察學生 2. 態度檢核 3. 口頭發表 4. 文字發表	

第三週 9/9-9/13	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 2-4-2 探討人際交往與未來家庭、婚姻的關係。 3-1-1 分享自己在團體中與他人相處的經驗。	單元一：友誼萬歲 【活動1】朋友是什麼？ 1. 以「朋友為主題」請各組輪流用多元的方式發表。 2. 請各組選出一首關於“友情”的歌，並討論歌詞中“朋友的定義”為何。 3. 引導學生反思「朋友的定義」，並給予回饋與統整。	1	自編教材	1. 資料蒐集整理 2. 態度檢核 3. 分組報告 4. 參與討論	
第四週 9/16-9/20	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 2-4-2 探討人際交往與未來家庭、婚姻的關係。 3-1-1 分享自己在團體中與他人相處的經驗。	單元一：友誼萬歲 【活動2】溫馨友誼情 1. 透過發表讓全班分享所帶來的朋友物品。 2. 寫學習單「溫馨友誼情」，進行自己與朋友互動經驗及回憶的分享。	1	自編教材	1. 觀察學生 2. 態度評定 3. 口頭發表 4. 文字發表	
第五週 9/23-9/27	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 3-1-1 分享自己在團體中與他人相處的經驗。 3-3-1 以合宜的態度與人相處，並能有效的處理人際互動的問題。	單元一：友誼萬歲 【活動3】我的交友觀 1. 學生填寫朋友名單（25位以上）。 2. 進行「交友迷思」篩選活動。 3. 再進行交友觀的價值澄清，使學生體認不合理的交友觀對自己的影響。 4. 回饋與統整。	1	自編教材	1. 觀察評量 2. 態度評定 3. 文字發表 4. 活動心得 5. 自我檢核 6. 價值澄清	

第六週 9/30-10/4	4-4-1 察覺人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 4-4-4 分析各種社會現象與個人行為之關係，擬定並執行保護與改善環境之策略及行動。	單元一：友誼萬歲 【活動 4】觀賞影片－自然捲。	1	自編教材	1. 觀察學生 2. 態度檢核	【品德教育】 【人權教育】
第七週 10/7-10/11	4-4-1 察覺人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 4-4-4 分析各種社會現象與個人行為之關係，擬定並執行保護與改善環境之策略及行動。	單元一：友誼萬歲 【活動 4】自然捲影片討論 1. 請學生討論劇中觀賞影片－自然捲主角在交友上遇到的困擾，並分享個人想法及解決問題的策略。 2. 進行觀看影片後的心得寫作。	1	自編教材	1. 參與討論 2. 態度檢核 3. 口頭發表 4. 文字發表	【品德教育】 【人權教育】
第八週 10/14-10/18	4-4-1 察覺人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 4-4-4 分析各種社會現象與個人行為之關係，擬定並執行保護與改善環境之策略及行動。	*『第一次定期評量週』 單元一：友誼萬歲 【活動 5】網路交友 1. 請學生分組說明現在常使用的網路交友軟體及其特性。 2. 教師播放投影片，讓學生分組思考網路交友的優缺點及其潛在的危機。	1	自編教材	1. 觀察學生 2. 態度檢核 3. 參與討論 4. 分組報告	【性別平等教育】 2-4-9 善用各種資源與方法，維護自己的身體自主權。
第九週 10/21-10/25	4-4-1 察覺人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 4-4-4 分析各種社會現象與個人行為之關係，	單元一：友誼萬歲 【活動 5】網路交友安全守則 1. 教師播放網路交友新聞案例 PPT，並說明網路交友的安全守則，讓學生學習如何	1	自編教材	1. 觀察學生 2. 態度檢核 3. 參與討論 4. 分組報告	【性別平等教育】 2-4-9 善用各種資源與方法，維護自己的身體自主權。

	擬定並執行保護與改善環境之策略及行動。	在網路交友過程中保護自己。 2. 進行網路交友議題分組討論及分享，教師再整合全班同學對於網路交友的共同想法，簡單歸納總結。				
第十週 10/28-11/1	2-4-2 探討人際交往與未來家庭、婚姻的關係。 2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。	單元三:近距離的心 【活動 2】和平高手 1. 認識「問題解決策略」模式。 2. 各組針對情境題討論問題解決策略，並上台報告。 3. 同儕票選最佳策略。 4. 完成我的問題解決策略圖。	1	自編教材	1. 觀察學生 2. 態度檢核 3. 參與討論 4. 分組報告	【生涯發展教育】 1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【生涯發展教育】 2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 【性別平等教育】 2-4-5 去除性別刻板的情緒表達，促進不同性別者的和諧相處。
第十一週 11/4-11/8	1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。 2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。	單元一：心靈即時通 【活動 1】情緒追追追 1. 引導學生完成情緒臉譜並與小組分享。 2. 教師引導學生覺察自己較常出現的情緒，並圈出情緒詞，並與同學分享。 3. 讓學生能覺察情緒對生活的影響並接納自己的正負向情緒。 4. 教師提問： （1）你喜歡那些情緒出現時的自己呢？為什麼？	1	自編教材	1. 觀察學生 2. 態度檢核 3. 參與討論 4. 價值澄清	【生涯發展教育】 1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【生涯發展教育】 2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 【性別平等教育】 2-4-5 去除性別刻板的情緒表達，促進不同性別者的和諧相

		(2) 這些情緒會影響你的人際關係嗎？這個發現對你的意義是什麼？ 5. 教師小結。				處。
第十二週 11/11-11/15	1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。 2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。	【活動 2】冒險氣球 1. 覺察生活中的負向情緒對個人身心及行為的影響。 2. 了解情緒失控所引發的行為後果。 3. 了解適當處理情緒的重要性。	1	康軒版第三冊 心靈即時通	1. 觀察學生 2. 態度檢核 3. 參與討論 4. 價值澄清	【生涯發展教育】 1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【生涯發展教育】 2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 【性別平等教育】 2-4-5 去除性別刻板的情緒表達，促進不同性別者的和諧相處。
第十三週 11/18-11/22	1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。 2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。	【活動 3】陽光「心」配方 1. 透過練習，體驗想法的改變帶來的情緒轉變。 2. 認識理性與非理性想法對生活可能造成的影響。	1	康軒版第三冊 心靈即時通	1. 觀察學生 2. 態度檢核 3. 參與討論 4. 價值澄清	【生涯發展教育】 1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【生涯發展教育】 2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 【性別平等教育】 2-4-5 去除性別刻板的情緒表達，促進不同性別者的和諧相處。

						處。
第十四週 11/25-11/29	1-4-4 適當運用調適策略來面對壓力處理情緒。 2-4-4 面臨逆境能樂觀積極的解決問題。	*『第二次定期評量週』 【活動3】陽光「心」配方 1. 透過練習，體驗想法的改變帶來的情緒轉變。 2. 認識理性與非理性想法對生活可能造成的影響。	1	康軒版第三冊 心靈即時通	1. 觀察學生 2. 態度檢核 3. 參與討論 4. 價值澄清	【生涯發展教育】 1-3-1 探索自己的興趣、性向、價值觀及人格特質。 【生涯發展教育】 2-3-2 了解自己的興趣、性向、價值觀及人格特質所適合發展的方向。 【性別平等教育】 2-4-5 去除性別刻板的情緒表達，促進不同性別者的和諧相處。
第十五週 12/2-12/6	1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人的生命，並協助他人。	【活動1】走過失落 1. 了解生命中的失落事件對人造成的情緒反應與影響。 2. 協助學生思考面對失落與悲傷事件的心理準備與應變措施。 3. 增進學生面對失落情境時的正向態度。	1	康軒版第三冊 美麗人生	1. 參與討論 2. 態度檢核 3. 口頭發表 4. 文字發表	【人權教育】 1-4-2 瞭解關懷弱勢行動之規劃、組織與執行，表現寬容、平等與博愛的情懷，並尊重與關懷生命。 【品格教育】 關懷 【生命教育】

第十六週 12/9-12/13	1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人的生命，並協助他人。 3-3-3 尊重與關懷不同的族群。 3-4-3 關懷世人與照顧弱勢團體，以強化服務情懷。	【活動2】生命旅程 1. 體會生命的有限性與無常，了解生命的可貴，學習珍惜自己的生命。	1	康軒版第三冊 美麗人生	1. 參與討論 2. 態度檢核 3. 口頭發表 4. 文字發表	【人權教育】 1-4-2 瞭解關懷弱勢行動之規劃、組織與執行，表現寬容、平等與博愛的情懷，並尊重與關懷生命。 【品格教育】關懷 【生命教育】
第十七週 12/16-12/20	1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人的生命，並協助他人。 3-3-3 尊重與關懷不同的族群。 3-4-3 關懷世人與照顧弱勢團體，以強化服務情懷。	【活動3】生命的寶藏 1. 透過討論珍愛生命人物，引起學生見賢思齊的想法，用積極的態度來面對人生的未來。 2. 培養學生珍惜生命、善用生命的積極態度。	1	康軒版第三冊 美麗人生	1. 參與討論 2. 態度檢核 3. 口頭發表 4. 文字發表	【人權教育】 1-4-2 瞭解關懷弱勢行動之規劃、組織與執行，表現寬容、平等與博愛的情懷，並尊重與關懷生命。 【品格教育】關懷 【生命教育】
第十八週 12/23-12/27	1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人的生命，並協助他人。 3-3-3 尊重與關懷不同的族群。 3-4-3 關懷世人與照顧弱勢團體，以強化服務情懷。	【活動3】生命的寶藏 1. 觀賞特教影片—Nick 力克胡哲海豹肢症患者相關影片。	1	自編教材	1. 觀察學生 2. 態度檢核	【人權教育】 1-4-2 瞭解關懷弱勢行動之規劃、組織與執行，表現寬容、平等與博愛的情懷，並尊重與關懷生命。 【品格教育】關懷 【生命教育】
第十九週 12/30-1/3	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。	【活動】檢核生涯輔導手冊 1. 教師檢核學生的生涯輔導手冊。 2. 指導未通過的學生補填。	1	國中學生生涯發展紀錄手冊	1. 資料蒐集整理 2. 檔案評量	

第二十週 1/6-1/10	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。	單元五：回顧及統整 【活動 1】 1. 思考一學期的收穫，引導學生整理各項活動之感受。	1	生涯檔案夾＋ 國中學生生涯發展紀錄手冊	1. 態度檢核 2. 資料蒐集整理 3. 檔案評量	
第二十一週 1/13-1/17	1-4-1 探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。	*『第三次定期評量週』 單元五：回顧及統整 【活動 2】 1. 發回本學期所有學習單與測驗結果，並放入生涯檔案或黏貼於生涯輔導手冊中。	1	生涯檔案夾＋ 國中學生生涯發展紀錄手冊	1. 態度檢核 2. 資料蒐集整理 3. 檔案評量	
第二十二週 1/20-1/24		1/20 休業式	1			