



正向聚焦品格實踐力 教得幸福 學得快樂

報告人 | 桃園市大忠國小 陳佳慧



獲獎

- 2015 2024桃園市優良教師 2025桃園市師鐸獎得主
- 2021 全國 super 教師國小組首獎
- 2019 、2023 、2025親子天下教育創新 100 領袖
- 全國學校經營與教學創新 KDP 國際認證獎標竿
- 桃園市語文競賽作文教師組第一名

講座

- 2019 全國局處長會議講者、2020 新北閱讀聚場主持人、2023全臺初任教師領導力講師
2024、2025初任教師品格力講師
- 夢N國小 MAPS 講師、桃園場召集人
- myViewBoard 講師、數位學習工作坊A2學習吧講師

多元經營

- 初任教師共學輔導員(五屆)
- 粉絲專頁、部落格
- 參與著作《麗雲老師的人物故事課套書》
《麗雲老師的議題群文閱讀課1234》
《麗雲老師的寫作思路引導課書籍寫作》

班級氣氛

同儕互動與合作、
師生關係的拉近

班級常規

發展學生的自治與自律

班級環境

妥善規畫空間，
使其具社會與情緒
學習特色與功能的空間
~境教的力量

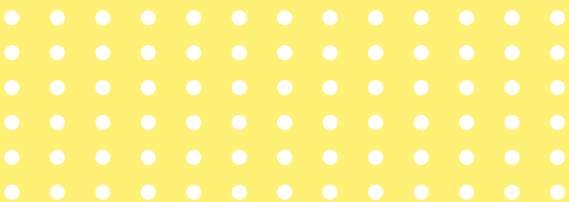
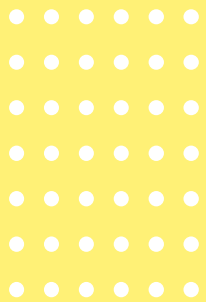
建立教師與家長、
行政人員的正向
支持關係

學科教學

老師的教學與回應

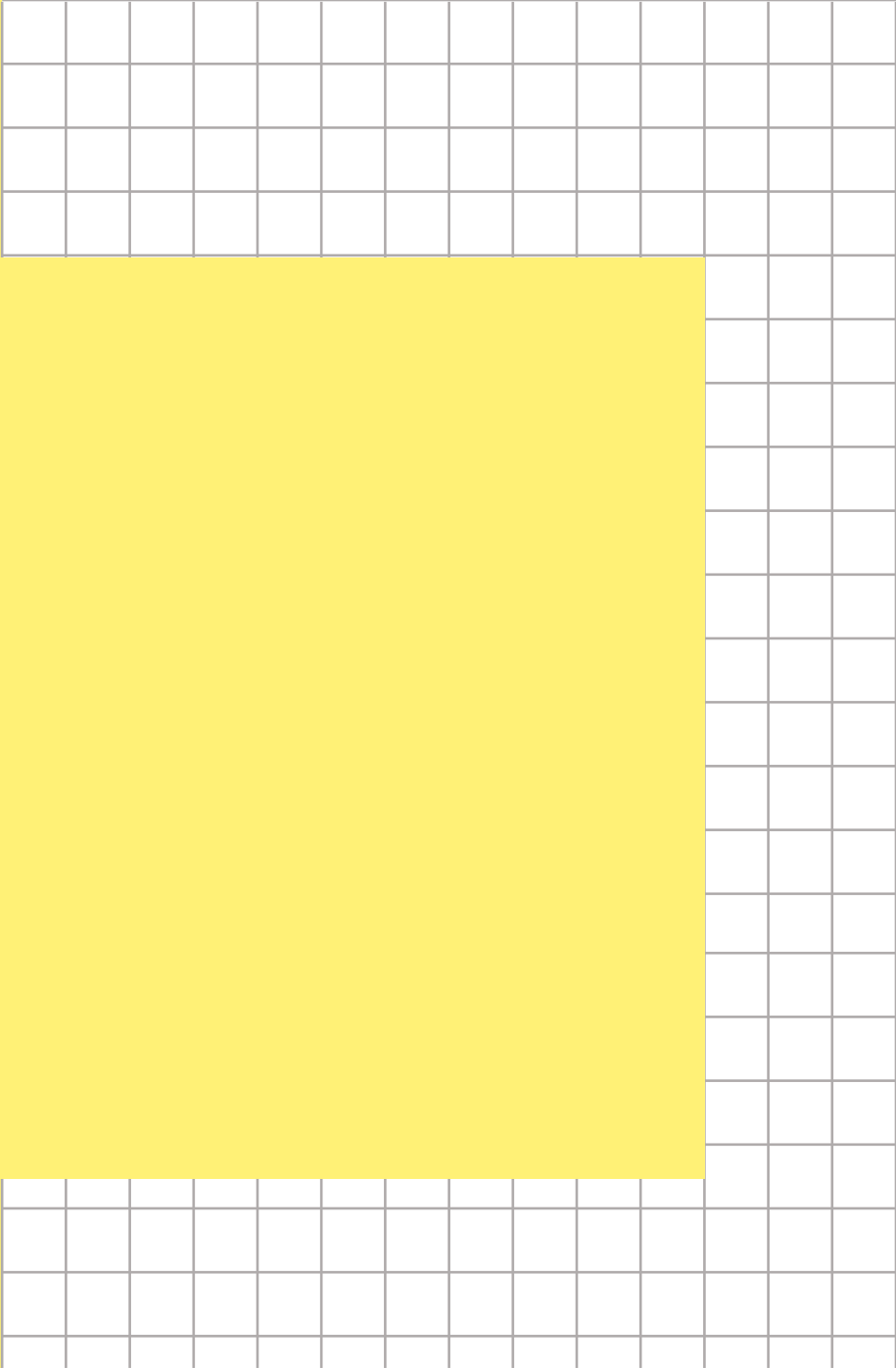
學科教學

- ①老師提供認知與情緒支持
- ②老師促進班級的自我覺察、
自我管理、社會覺察與做決定



班級氣氛

同儕互動與合作、
師生關係的拉近





什麼問題行為最讓您擔心



不是不能解決，
只是方法還沒找到。

民主討論

我愛便利貼



1.各組討論議題。

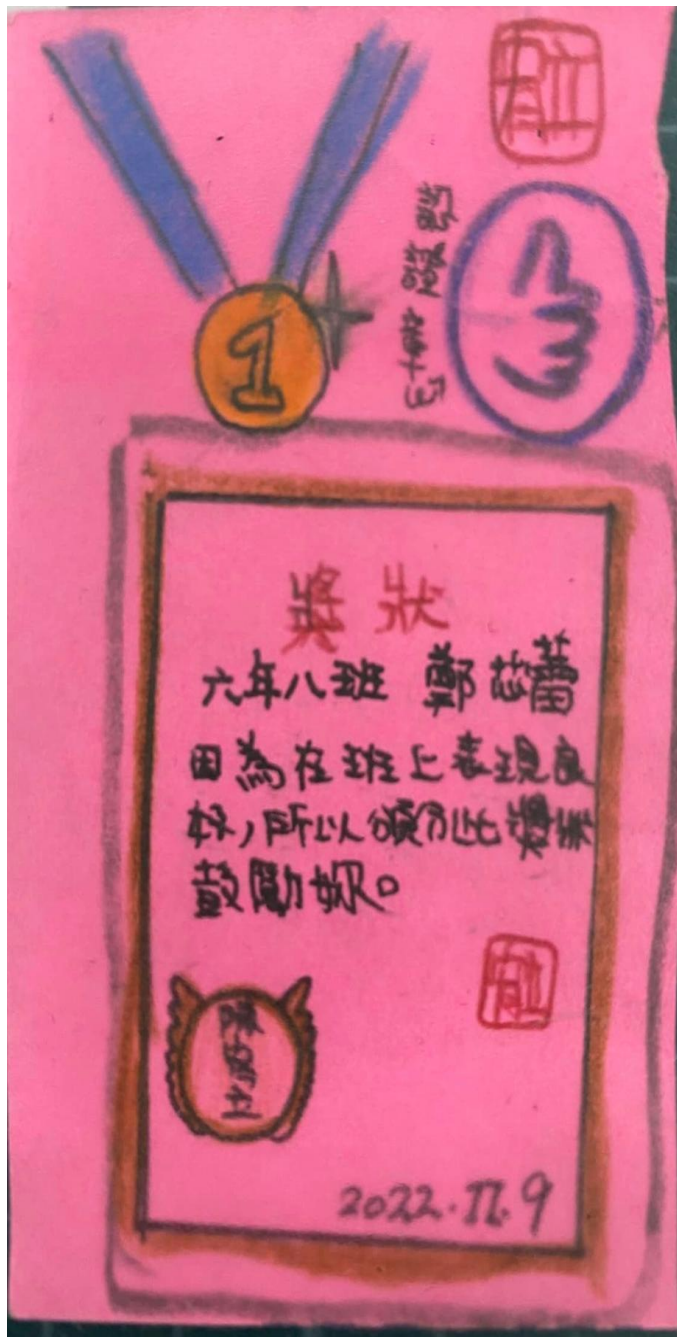
2.每個人的意見寫在便利貼上。

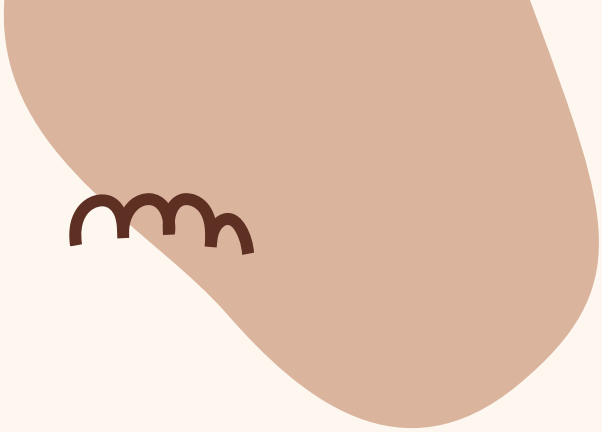
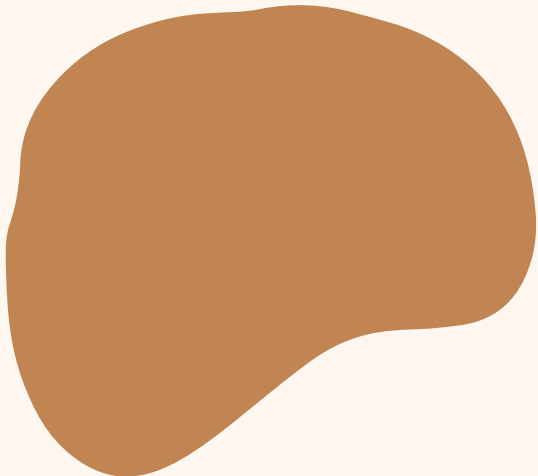
3.小組歸納共識及解決方法，寫在白板上上台報告



學生最在意
就是班經
好時機

贏與輸
都是成長
養分





愛在心裡口難開
紙上傳心意



便利貼
很好用

建構式回應/正向聚焦

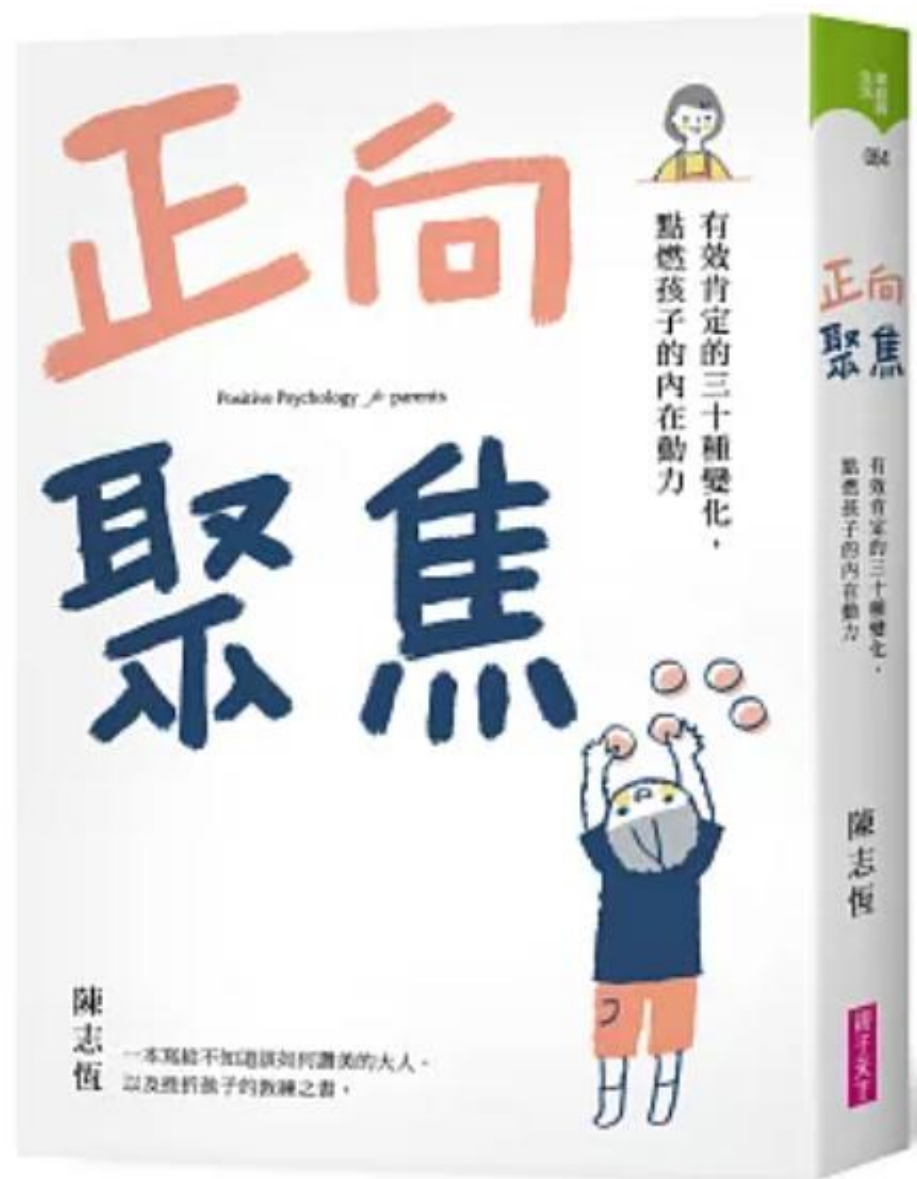
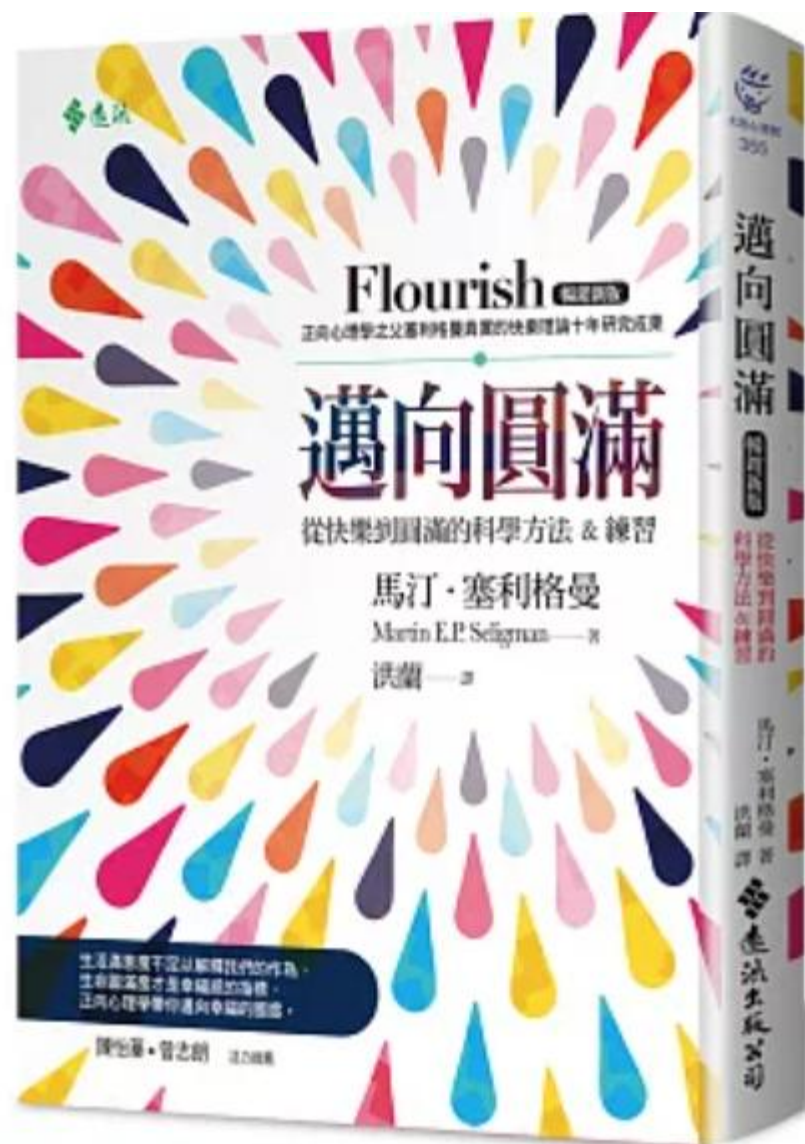
基本句型：事實+正面評

價

事實(感官詞語)

我看見、發現、聽到、感受到

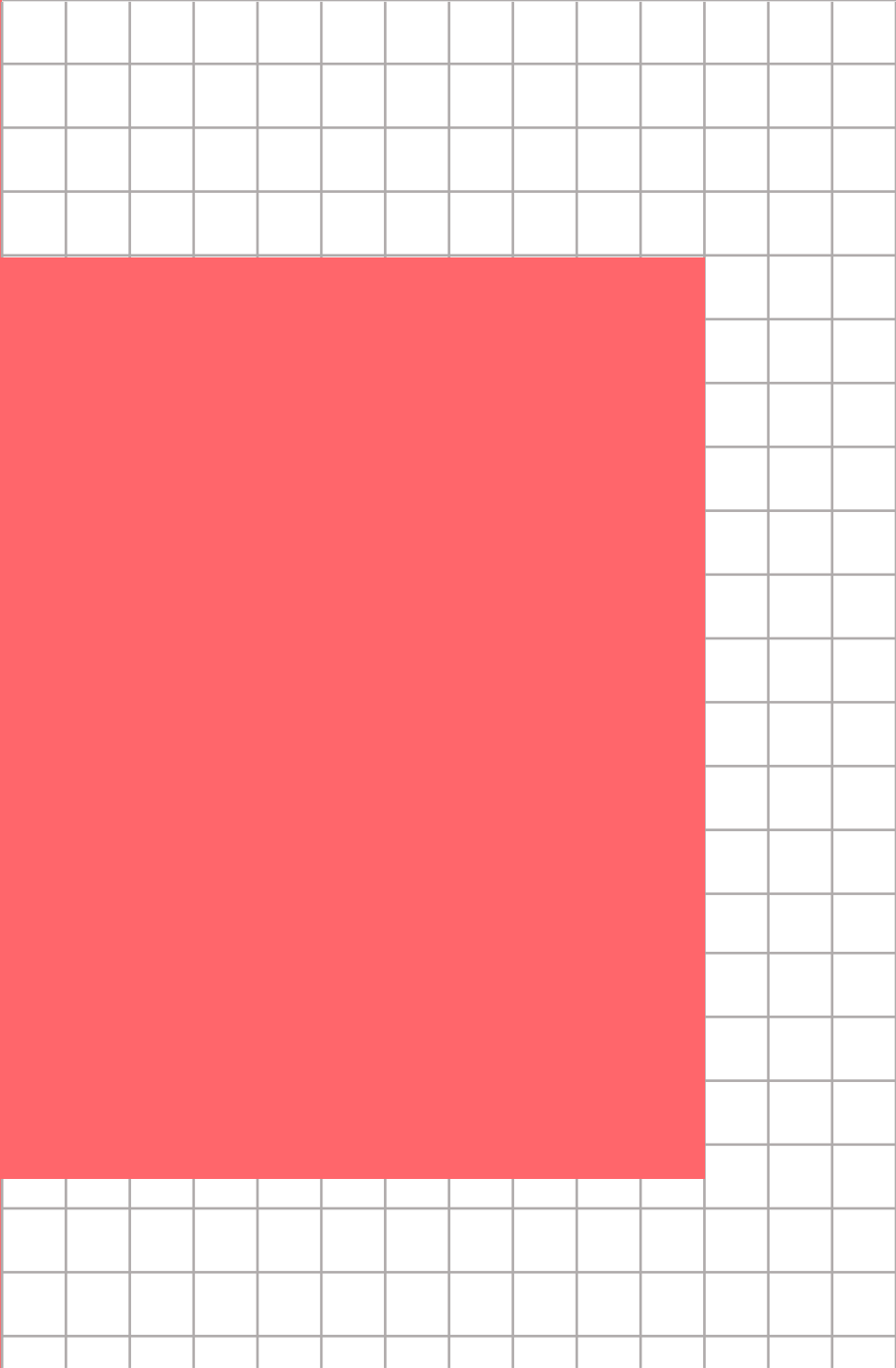
非語言：眼神溫暖的接觸、真誠的微笑





班級常規

發展學生的自治與自律



教室很阿德勒

社會情懷

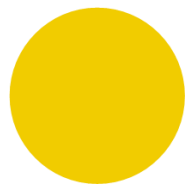
成就自己是快樂的，但成就別人快樂一百倍，我們希望讓孩子明白，受教育的意義除了在成就自己，更重要的是能夠成就他人

遲來的母親

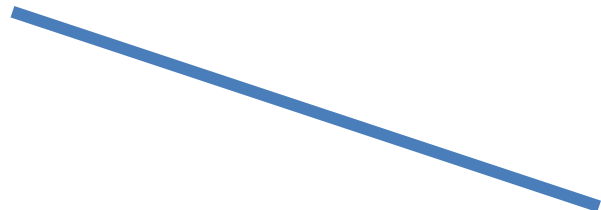
對任何一個學生而言，老師除了傳授知識之外，對生活細節的引導與關心，以及人生方向的啟發與指點一樣必要

走心再走腦

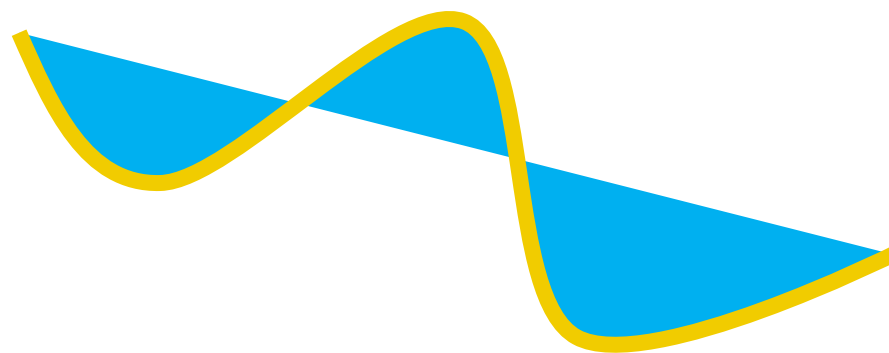
答對的同學被鼓勵，還不如答錯的被理解。別急著先評價，先聽聽孩子的想法。



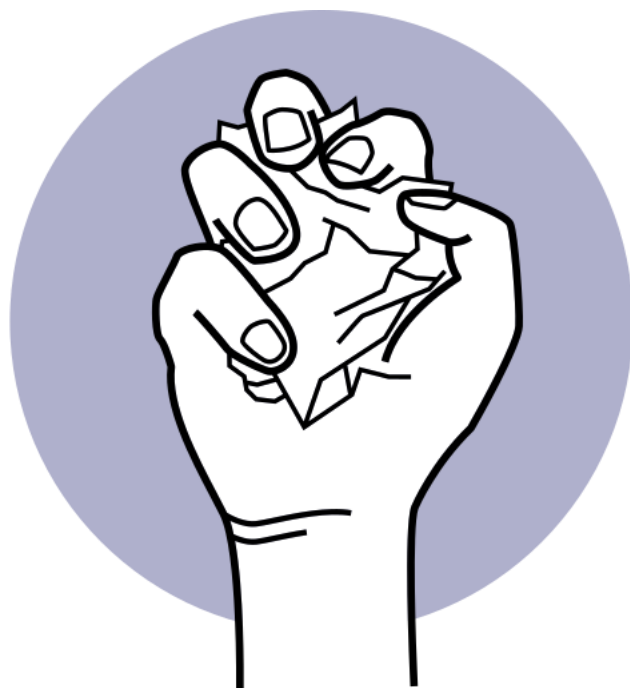
點



線



面



廢紙當藥方



畫破的聯絡簿



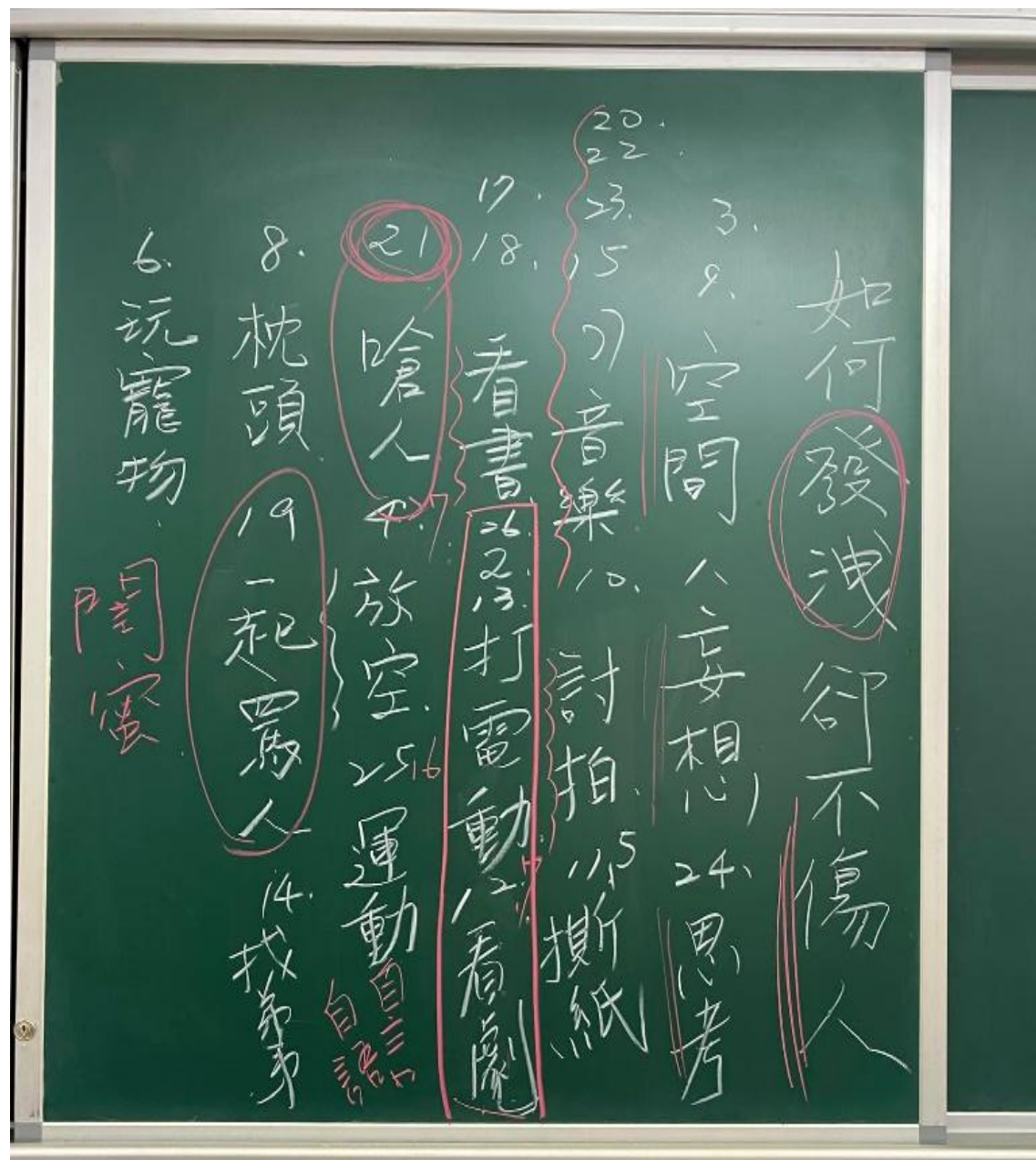
釐清



推敲



看破不說破





自由交談

民主討論

廢紙藥單

合宜宣洩

A person wearing a light-colored, possibly white, dress is walking on a white surface. A long, dark shadow is cast behind them, extending towards the left. The background is dark, creating a high-contrast scene. The text is overlaid on the white surface.

顯著／隱憂
外患／內憂

顯著／隱憂
外患／內憂



生氣的可樂瓶vs平靜的礦泉水瓶



生氣的可樂
顯而易見，
我們會慢慢幫它
洩氣，
讓它穩定下來

一句話的魔力～李崇建

呼喚(名字)

和諧且堅定的語氣

我知道你很(生氣)

連結感受

但是你不能(丟椅子)

說明規則

這樣你會被誤解、
會很委屈。

觀點、
協助回溯

我不想你被誤解。

期待



一句話的魔力～曾端真教授



呼喚(名字) 和諧且堅定的語氣

你這麼好，有誰知道？

觀點、協助回溯

連結感受



礦泉水太過透明，
更需要有人賞識，
去發現
它的價值性。



安靜真的很乖嗎

循序漸進

M

問早

A

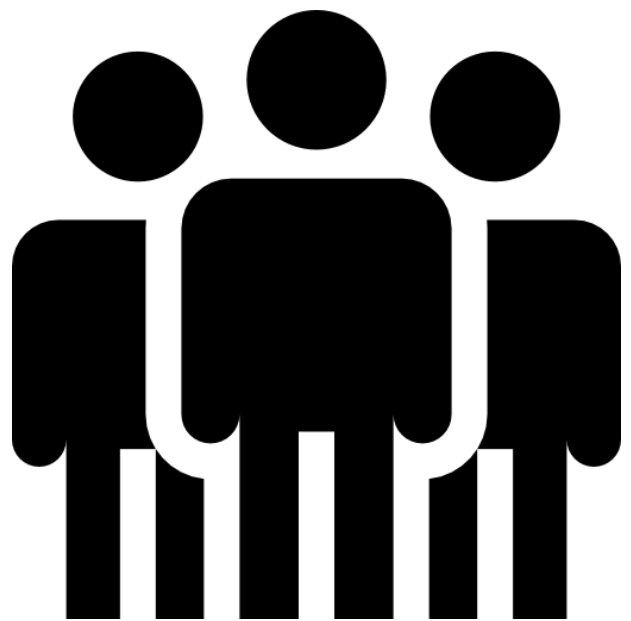
提問

P

發表

S

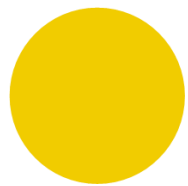
鷹架



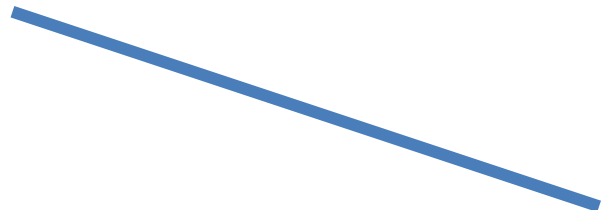
能力極好

學習動機弱

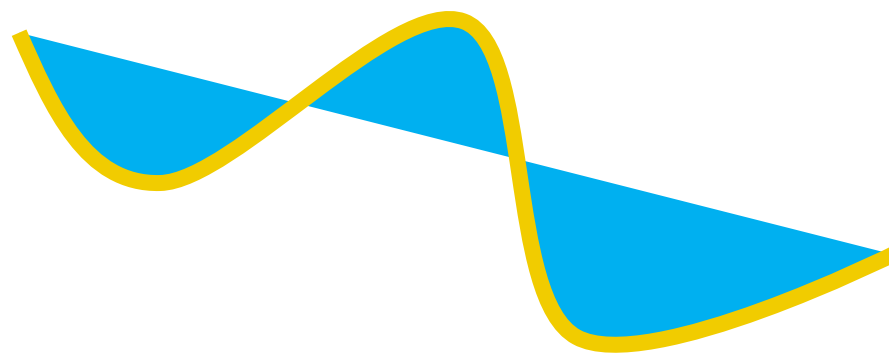
自省能力差



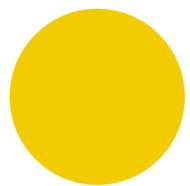
點



線



面



點



破掉
的
水桶

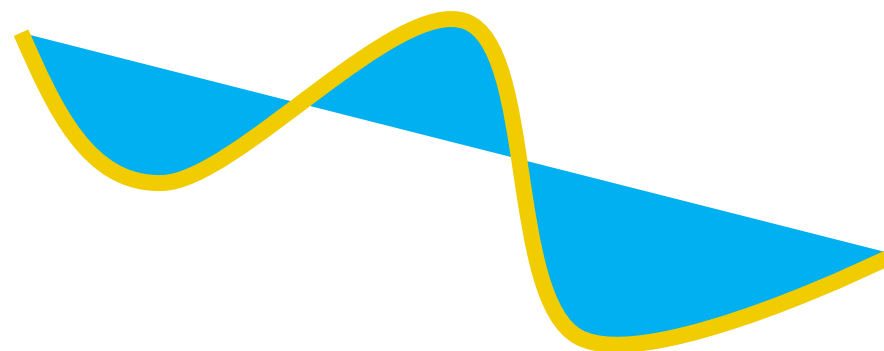


我的身分下的敏銳度

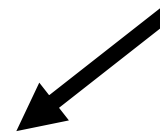
我剛好著迷某項興趣

我的舊經驗

線



面



破木桶理論

就怕平庸 成為你 人生的注解

也許你渴望歲月靜好，但不是現在；
也許你想要平庸安穩，但不是此刻。
永遠別忘記眼裡有光、心中有火的自己！
夢想才該是我們人生的注解，平庸不是。

歐陽立中——著

最會寫爆款文的 SUPER 教師

歐陽立中 | 首部人生勵志書

明明是國文老師，解開的人生問題卻比國文多

如果你，站在人生十字路口感到迷茫不敢追夢
如果你，屢戰屢敗耗盡氣力已趴倒不想再站起
歐陽立中 為你熬煮的行動雞湯

夢想導師齊聲推薦

沈雅琪、林怡辰、郭進成、余懷瑾、張輝誠



自我冰山圖

_____年_____班 姓名：_____

當我知道自己這一次自然科考試成績時的內在冰山分析圖

我原先的目標分數是：_____
實際得到的成績是：_____

行為表現
(應對姿態)

感受

我的心情如何？
我有哪些情緒？
(參考下方表格)

觀點

我怎樣看待自己的成績？
我在生氣什麼、難過什麼呢？
(或者為何開心、為何自信呢?)

期待

看到成績之後，
我希望我自己以後可以怎麼努力？

渴望

不管成績如何，我希望我自己是個：
有價值的人、值得被愛的人、
接納自己考不好的人，還是…

自我生命力

右邊的幾句話，
我最想對自己說
的是：

- ☐ 1. 謝謝我自己這麼努力，這段時間辛苦了，我的付出已經有所回報，我真的很棒！我為我自己的努力和堅持感到開心，很有成就感！
- ☐ 2. 謝謝我自己這麼努力，就算最後沒有得到預期的成績，讓我很失望很難過，但是我依然欣賞自己這段時間的付出，我願意接受這個結果！
- ☐ 3. 我知道是我自己努力不夠，所以成績不如預期，我也允許自己心情不好，但我會試著接受這個結果，並且趕快振作起來，我相信只要以後再努力一點，成績一定會進步的！

另外，我想要寫
一段話鼓勵我自己：

自我探索與成長——學思達加薩提爾冰山圖張輝誠編寫 2018.11.8

我的名字是_____，就讀於_____班，學號：_____

我覺得自己平常是一個_____的人。出乎意料，_____年_____月_____日發生一件事，超出我原本對自己的規範，我想好好處理這件事，深入理解究竟發生了甚麼，我期許自己可以找到適當的處理方式、圓滿處理這件事，並藉由這件事，讓我對自己的內在有更多、更深的認識，可以得到更好的成長養分，可以更有自信和智慧去面對將來的每一天。

	我的內在冰山		對方內在冰山
行為	人：_____時間：_____ 地點：_____ 事件：(起因、過程、結果)_____ _____		
感受 (請參考下面表格圖填)	我的感受變化？		對方的感受變化
	發生時感受		
	過程的感受		
	結果的感受		
	生氣、抓狂、憤慨、不耐煩、煩躁、討厭、厭惡、嫌惡、怨恨、自責、失望、嫉妒、不甘心、輕視、不屑、傷心、心碎、憂鬱、痛苦、無奈、孤獨、寂寞、空虛、疏離、後悔、懊惱、愧疚、抱歉、羞愧、無助、無望、洩氣、不捨、可憐、辛酸、淒涼、絕望、挫折、委屈、沮喪、沉重、苦惱、苦悶、害怕、驚嚇、慌張、膽怯、有壓力、不安、著急、擔心、憂慮、焦慮、疑慮、煩惱。 或者還有其他感受：_____		



學生自我冰山分析圖



品格教育學思達講義



自我事件冰山圖



宏達文教基金會



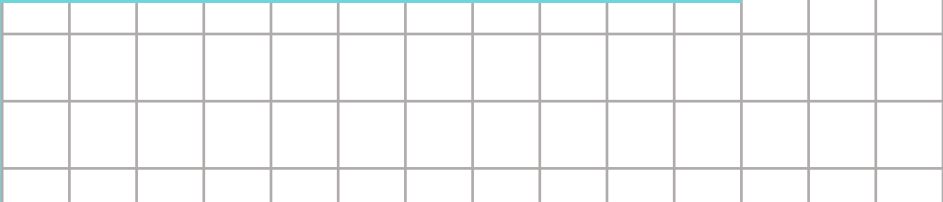
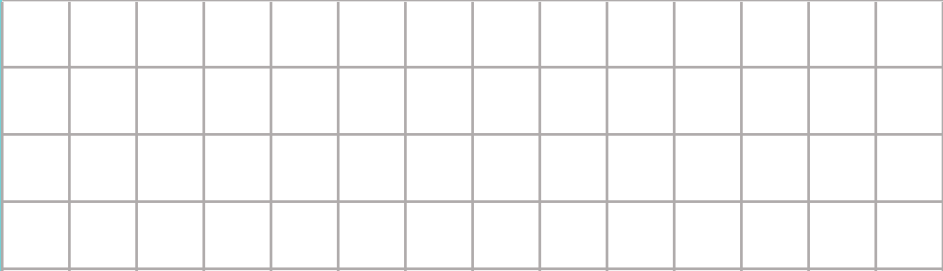
測你的溝通類型





班級環境

妥善規畫空間，
使其具社會與情緒
學習特色與功能的空間
~ 境教的力量







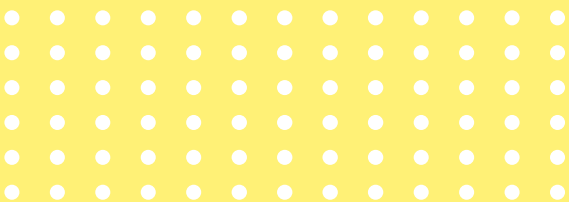
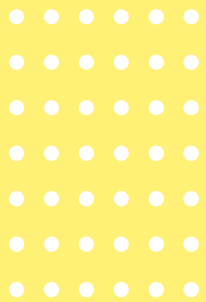
608 Happy Graduation



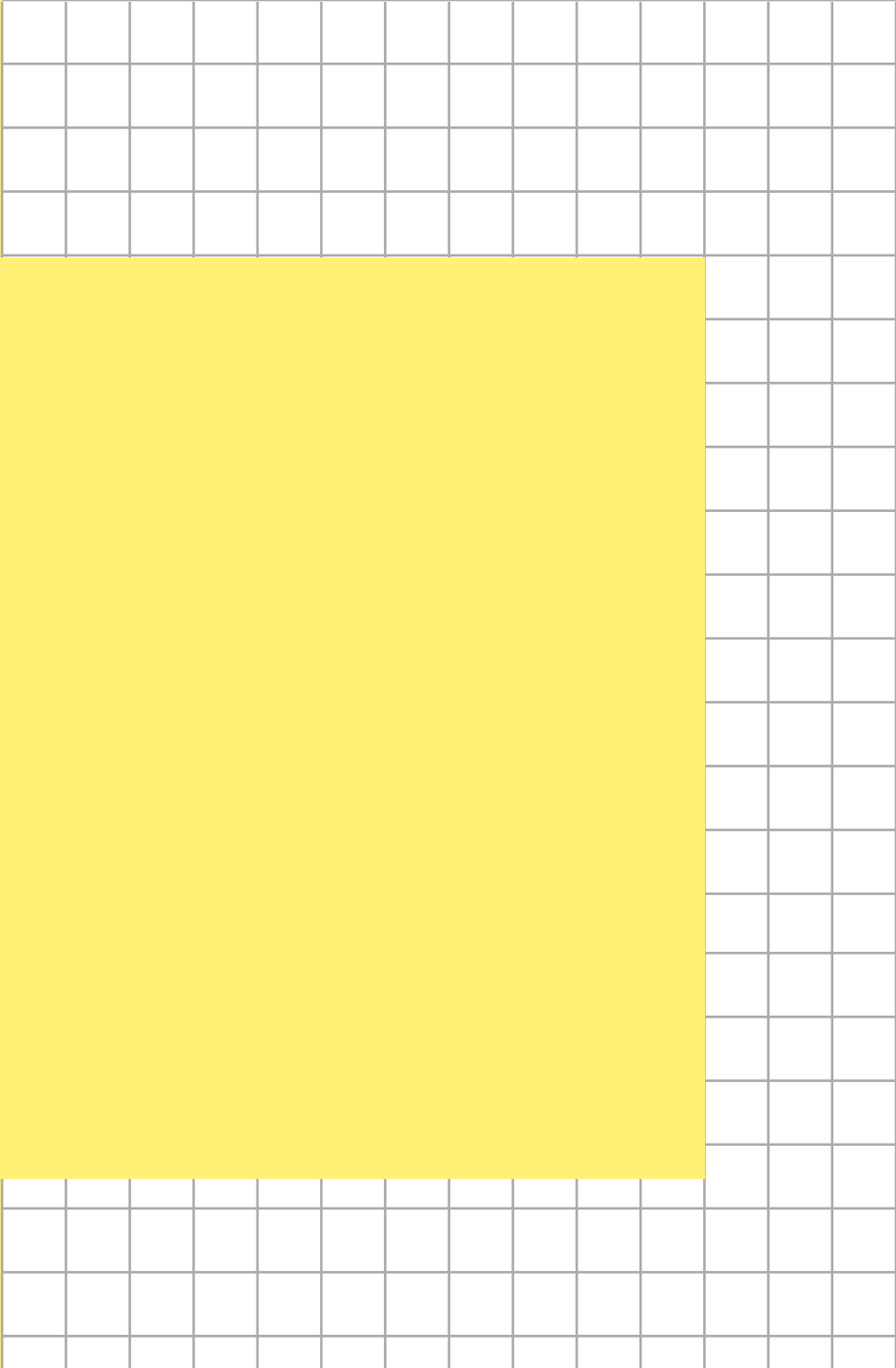
開朗的608, 將開啟全新的浩瀚旅程。未來, 要包容同學的壞脾氣, 對待同學要嘉言善行, 像薰風般溫柔。願我們的成績步步高升, 一帆風順。願我們的未來像萬里無雲的晴天, 即使泰山崩於前, 我們也能臨危不亂。願我們的夢想像停留在指尖的蝴蝶般優雅。

未來的詩篇。





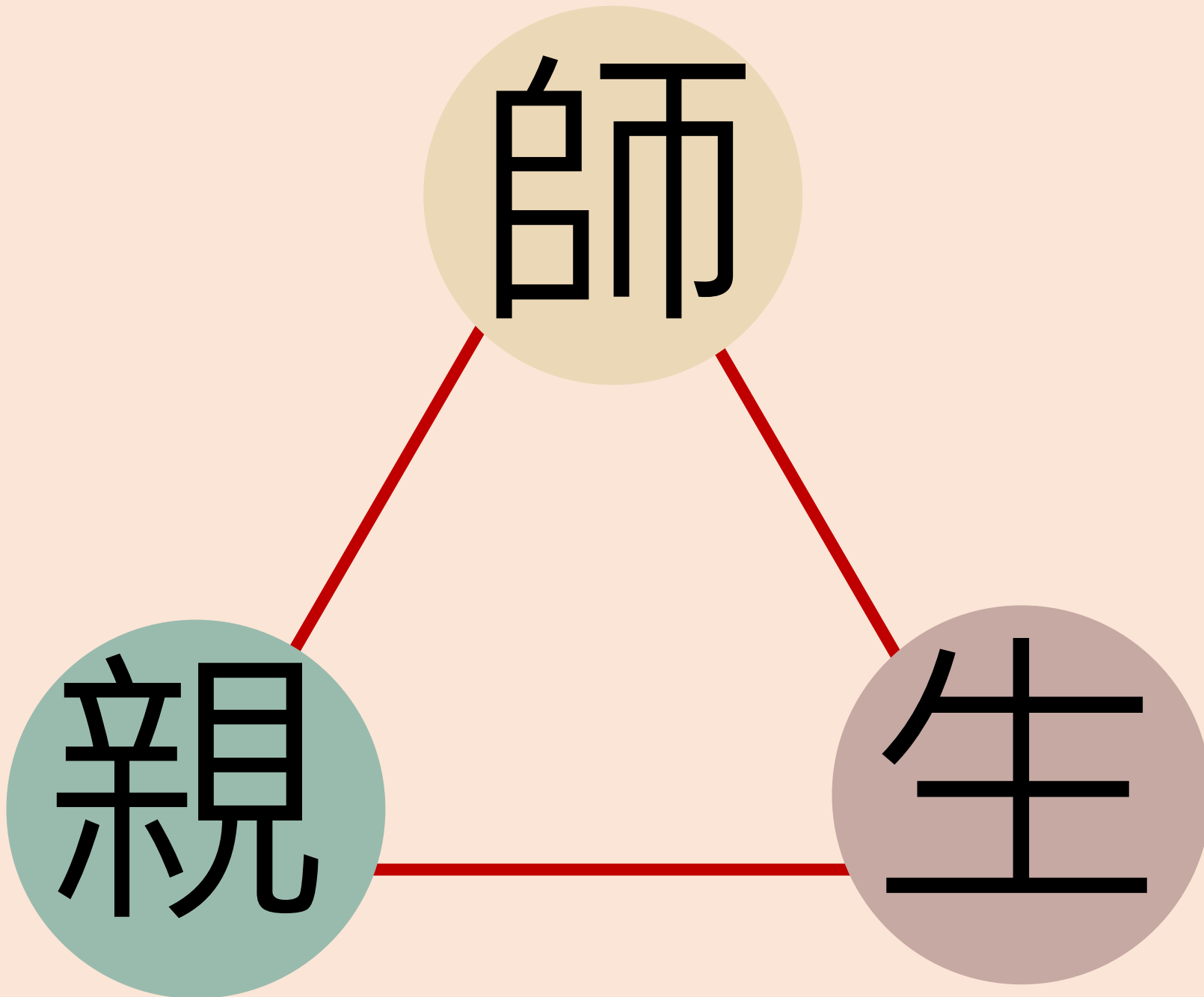
建立教師與家長、 行政人員的正向 支持關係



師

親

生

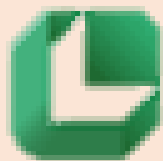


傳簡訊 + **GOOGLE**表單 

電話訪問，順便請家長查收簡訊

建置好全班家長的通訊 + **LINE** 

建置好 **GOOGLE CLASSROOM** 

學習吧 

親

生

有效的正向心理學練習

練習去想去記錄美好的事情

以小日記的書寫開始

聯絡簿妙用

我做				站油加習學				板言留		★作業		業作的天今		107年11月29日星期四天氣	
★口潔牙	★做家事	★閱讀	★每日體溫					一日	一日	修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
			(度)					一打開,天哪!注意	一打開,天哪!注意	修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
情心天今	簽章長	簽章師						狗主人	狗主人	修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
										修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背

我做				站油加習學				板言留		★作業		業作的天今		107年11月30日星期五天氣	
★口潔牙	★做家事	★閱讀	★每日體溫							修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
			(度)							修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
情心天今	簽章長	簽章師								修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
										修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背



生活小點滴.....

我做				站油加習學				板言留		★作業		業作的天今		107年11月26日星期一天氣	
★口潔牙	★做家事	★閱讀	★每日體溫							修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
			(度)							修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
情心天今	簽章長	簽章師								修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
										修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背

我做				站油加習學				板言留		★作業		業作的天今		107年11月27日星期二天氣	
★口潔牙	★做家事	★閱讀	★每日體溫							修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
			(度)							修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
情心天今	簽章長	簽章師								修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
										修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背

我做				站油加習學				板言留		★作業		業作的天今		107年11月28日星期三天氣	
★口潔牙	★做家事	★閱讀	★每日體溫							修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
			(度)							修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
情心天今	簽章長	簽章師								修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背
										修辭	佳句	閱+任	數練	國10	習+北背

桃園市大忠國小五年級的學生大方對著鏡頭秀出自己寫得最滿意的聯絡簿日記。(圖片提供：陳佳慧)



親子天下 分心世代 讀寫力

Education · Parenting
Family Lifestyle

提升指南



「勾不會、寫週記叫苦連天、只滑手機不閱讀、長文題看不懂」，及早發現 3C 時代的孩子讀寫力

最佳代言人 檢核教學的評鑑者





為什麼
他們這麼
認真呢？

PERSON 1

dansom

考試規則

06/07/2023 08:58 AM 2/2



第29屆608瘋狂畢業考

請用心作答

6/7 608畢業考

應考 28人

實考 27人



$2\text{H}_2\text{O} = 2\text{NaOH} + \text{H}_2$

34°C 晴時多雲

上午 08:58
2023/6/7

請掃我

佳慧老師個性知多少1：請寫出印象中老師最常說對你(是你喔)的一句話 *

3-1、3-2班規十遍！！！！還有訂正給我交出來！！！！！！

佳慧老師個性知多少2：你想警告學弟妹絕對不能踩到老師的雷區是什麼？ *

作業不交！！！！真的很嚴重！！！！小心班規去找你玩！！！！（很多驚嘆號www）

佳慧老師個性知多少3：從兩年的相處，你覺得佳慧老師最想教會學生什麼？ *

成績不是唯一，品性才是最重要的！（老師曾說：我寧可你們當快樂的清道夫，也不要你們成為冷血的博士）

我與老師的距離：平時，佳慧老師總忙碌在成堆的作業及訂正堆下，但相處兩年，我與你總有那麼一 *

兩次獨自對話或互動，請寫出你與佳慧老師最特別的相處經驗或互動，請詳寫30字。

那天，是個晴天高照的日子，同學們都去上自然課了，我在教室裡哭，而在我身旁的，就是佳慧老師！我還記得，那時是拔河比賽，我做了很多努力，卻被換掉了，我很傷心，就只有佳慧老師在旁邊安慰我，我很感謝老師！

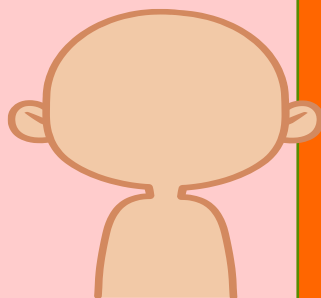
指責



超理性



一致性



討好



打岔



我是對的

我比你知道的多

我忘了

好像有人找我

你煩不煩啊

都是我的不對

能不能不要再.....

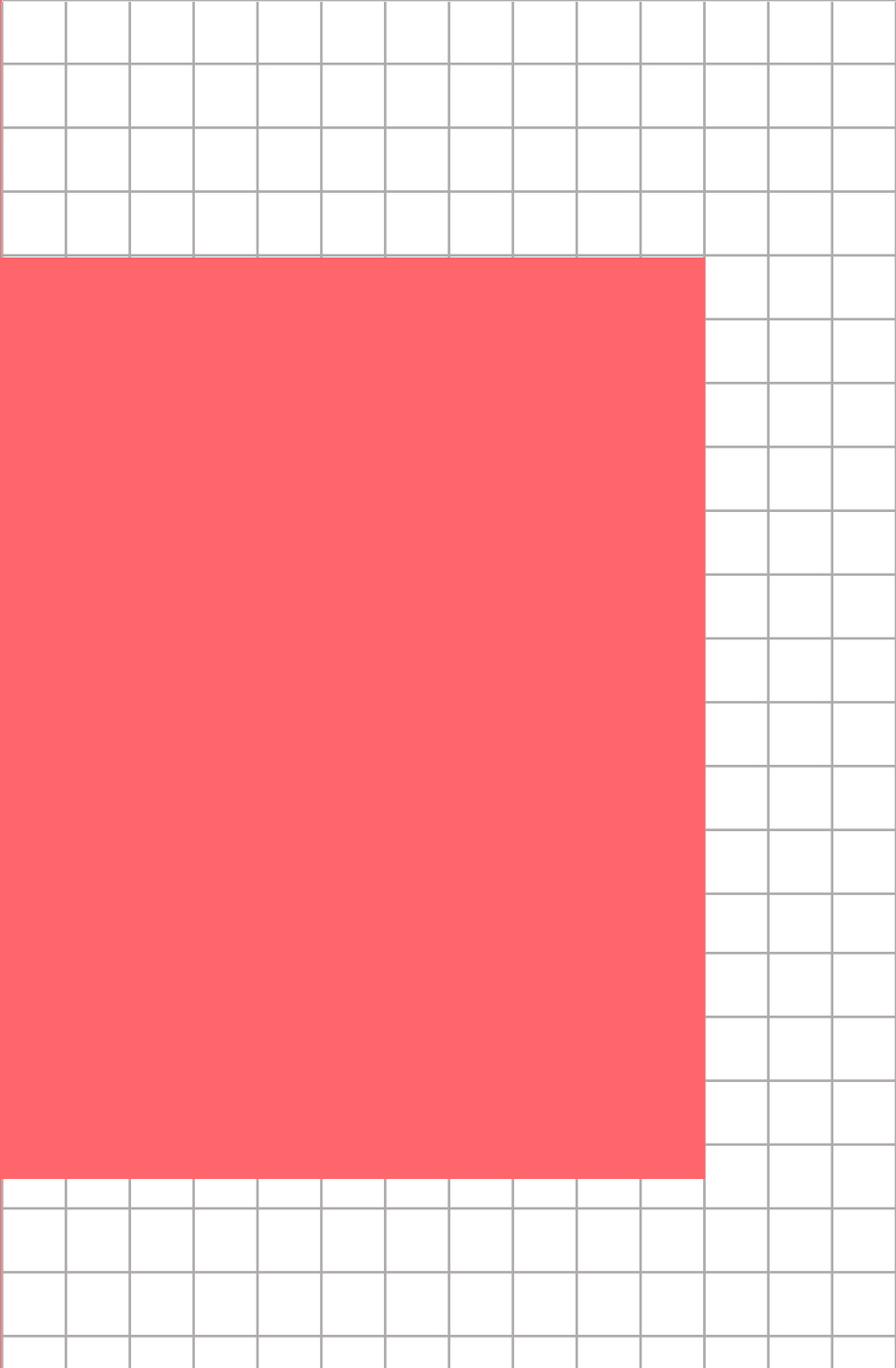
我很傷心，
讓我靜一靜

我認為你是一位
勇敢的人



學科教學

老師的教學與回應



人生已經很難
還有考試大魔王

古德哈特定律:當測量成為目標，就不再是個好的測量方式。**測量只是引導、幫助我們看清全局，而非消耗我們的心神，才對你有用。**-----<<原子習慣>>

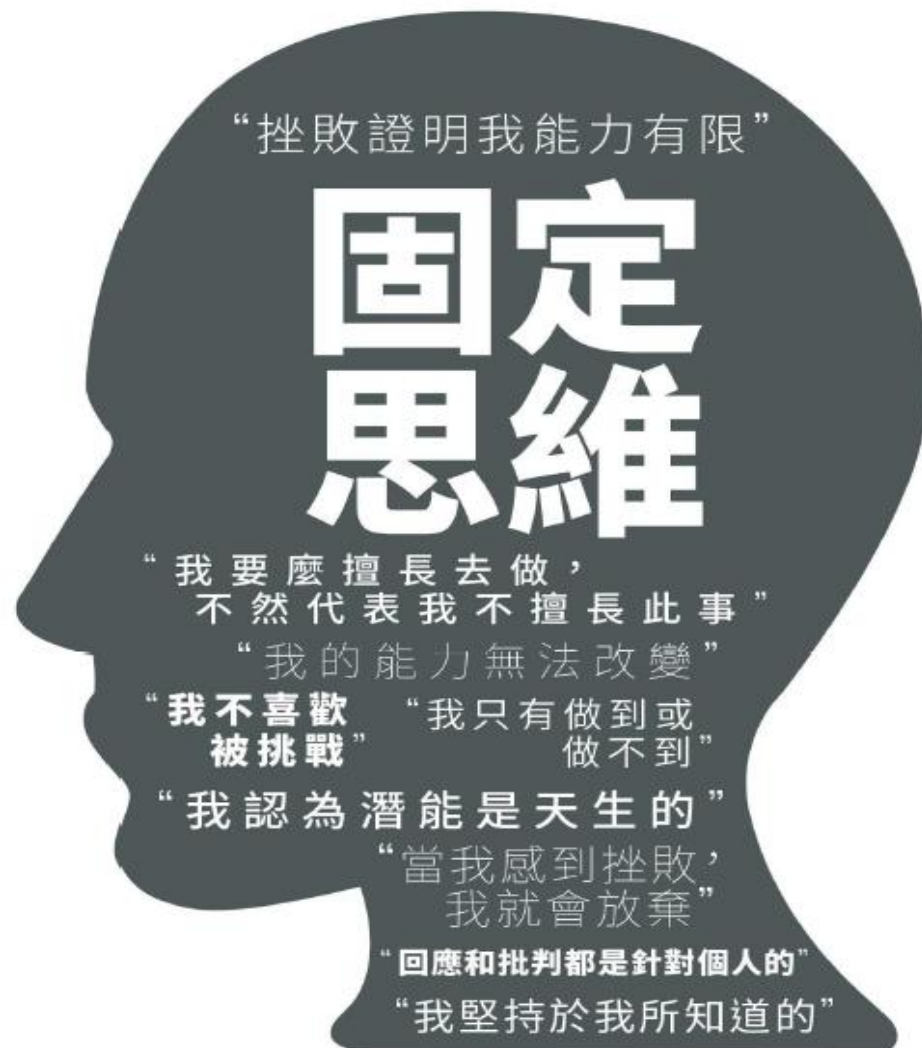
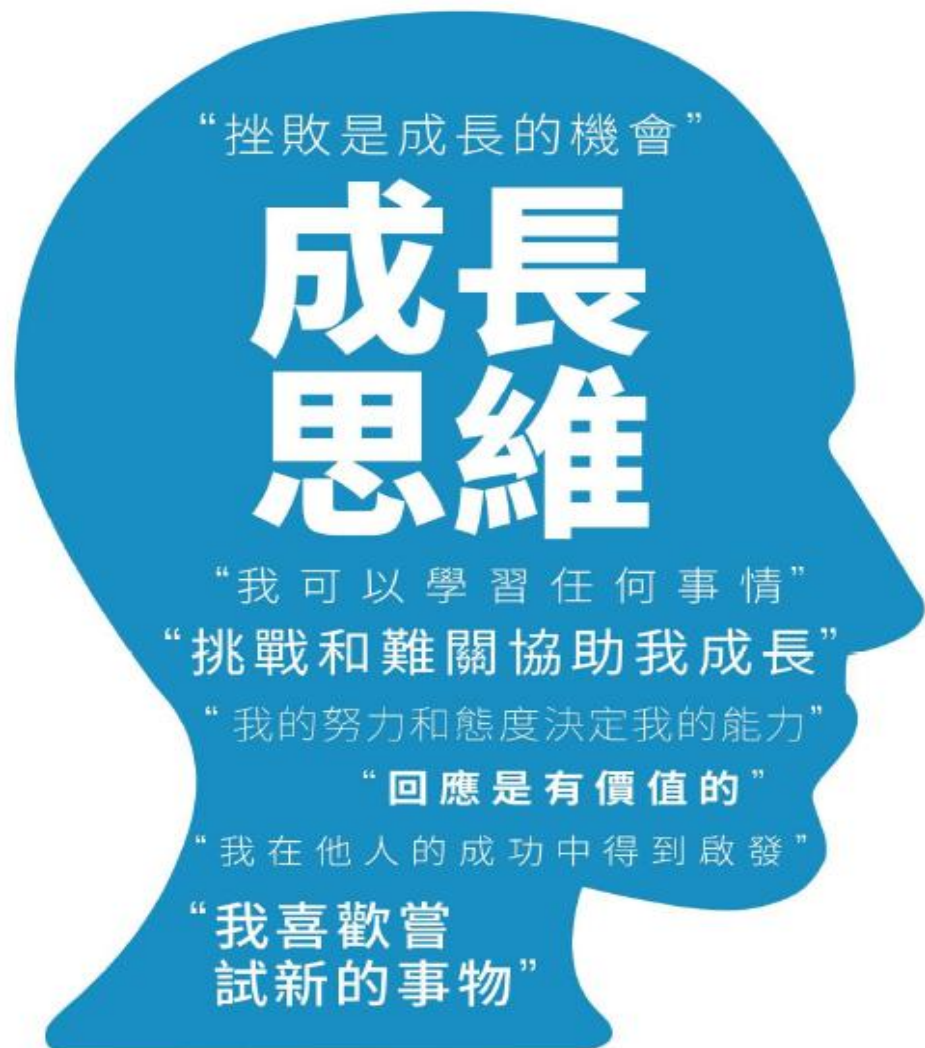
也就是成績只是檢測，任何數字只是整體系統中的一個反饋，不要忽視了測量不到的東西:**學習、好奇心、批判性思考。**~**山中大叔王政忠**

成績是反饋，就是師與生都該進行的引導指標，而非目的。

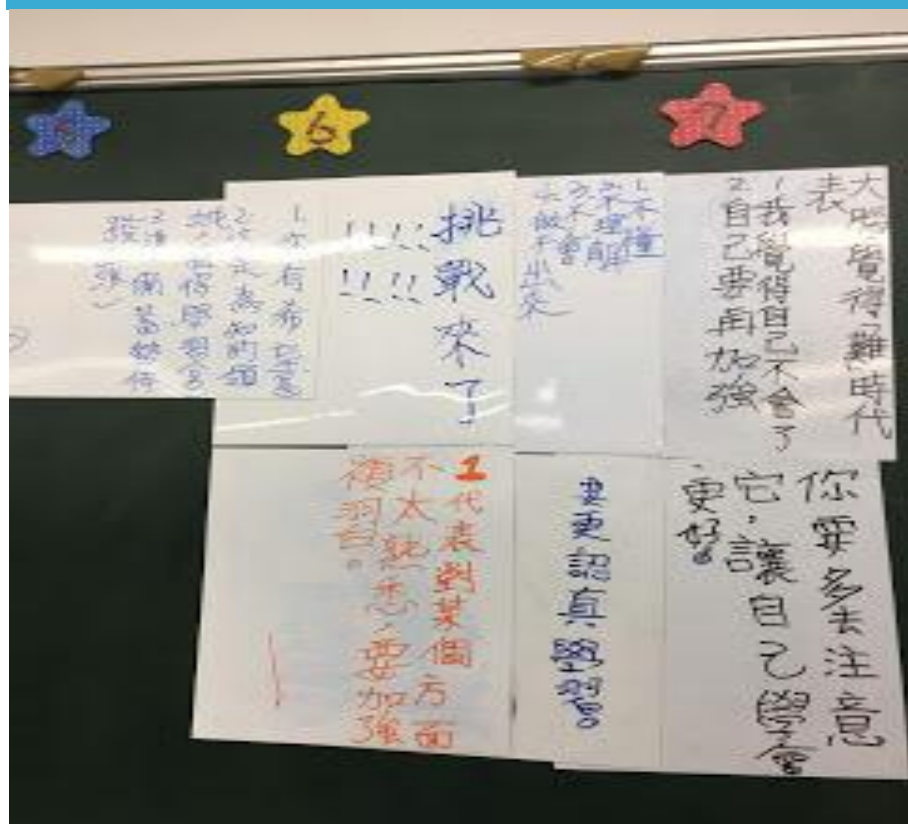
觀看學生的改變，老師容易從學業進步來看改變，所以時常陷入氣餒。

其實成績是較末端的改變，孩子的改變**首先是他喜歡老師，進而喜歡同儕，喜歡這個團體找到歸屬感，最後發展社會情懷**，並去思索「我能為這個團體做些什麼？」~曾端真教授

真正優秀的人都有成長型思維



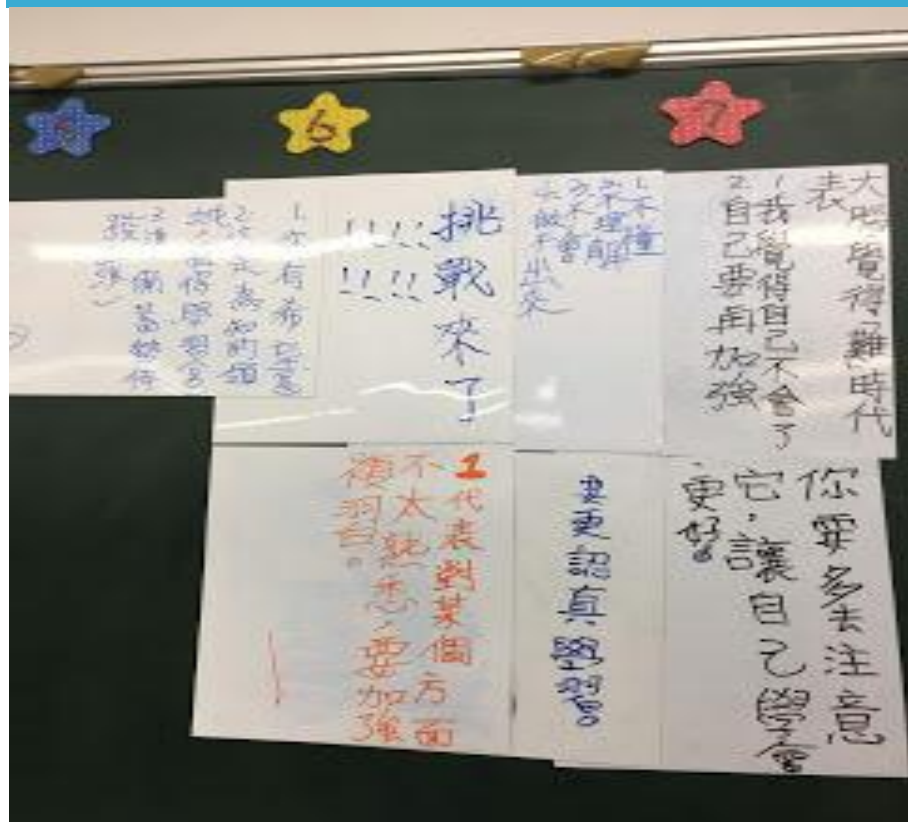
考後成長性思維，給予勇氣。



1.不是不會，只是還沒學會。

2.思考當你覺得難時，代表大腦
()。

考後成長性思維，給予勇氣。



當你覺得難時，
代表大腦正在學習、正要變聰明。

月考後，要做的事就是一起變聰明！

教室裡的阿德勒



從自身的反省
進入到考試技巧的檢討

1. **需要加強練習**(題型不熟、不理解、沒有搞懂題目)、

2. **粗心**(不夠細心、看錯、字醜而看錯、計算錯)、

3. **學習時不努力**(不懂但不敢問、學的時候沒有理解、甚至還有學生說:老師在講解時，他都自己算自己的)

4. **分配時間**(沒有分配好時間，以至於時間不足)

親愛的家長：

孩子們的期中考結束了，應該會發現五年級的課程跟他們中年級所學相差甚大！期中考的成績也是一種基準，可以用來修正孩子們的學習方法、準備方向以及作答技巧。

我們必須要承認，**作答技巧是需要學習的。**

在這一次的考試當中會發現，有些孩子會有選擇題空白不寫、應用題未列橫式及寫答等基礎作答能力尚未達到，代表中年級時尚未被培養好能力，所以我也會持續指導。

從成績的表現上，發現孩子們面對與社會以及自然時，**有幾個盲點需要被克服。**

社會部分，為了要銜接國一的內容，所以他們所學其實含地理歷史的成分，孩子們必須要運用筆記去進行分析整理，甚至背誦。若是還是只是運用中年級的想法，「我只需要靠觀念作答」那麼他們在這一次的考試鐵定慘遭滑鐵盧了！

而自然，也包含未來小國一他們即將要學習到的生物、地科概念，難度相當的大，甚至爸爸媽媽要理解也需要費點心力，但孩子因錯別字被扣分就顯得非常不應該！而自然首重理解，因此圖表、實驗的連結就顯得重要，家中孩子在複習時做過「分類」、「比較異同」的工夫嗎？若只是「看」真的不會看出重點呢！

所有的科目在劇烈增加的情況下，這個階段**父母的陪伴跟關注實在不可缺少**。從平時考到現在期中考結束後，我非常感謝班上家長非常盡心盡力的陪伴孩子，你們都是優質家長。

但是有幾個狀況讓我非常的擔憂：也就是班上**有一些孩子們考試卷時常沒有讓家長簽名，甚至作業的繳交、訂正也常出現了未完成的狀態！**

我知道爸媽**相當的忙碌，也非常愛孩子**，而孩子們的所學跟你們以往的所學習的完全不一樣，**也許你們心有餘而力不足**，但是請持續的關注跟關懷，多問一下「**怎麼被老師留言了？你想怎麼解決？**」是我們都有能力做到的。

期中評量是個檢核，讓我們修正方向，但非「定義」孩子的優劣。

昨天我在成績單發下之前，我做了非常多的活動來與孩子溝通，如果您昨天有參與到孩子們的自我評估表，就會發現孩子們的聯絡的評估表上應該會留有兩句話：

1. **當我覺得「難」時，就是變聰明的時刻了。**
2. **不是不會只是還沒學會。**

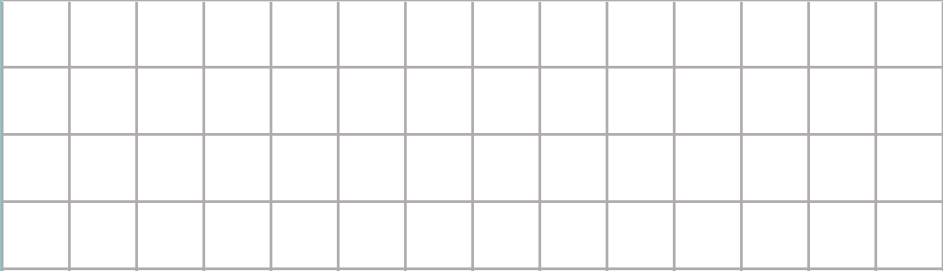
甚至，也能在他們的考試檢討短文當中，發現我做的顏色記號。

做這麼多的活動跟檢討，**目的都是要提拉他們的自尊水平，期待他們對於自己的學習負起責任，去追求自己所定下來的目標，而不是只是被一時成績定義，**

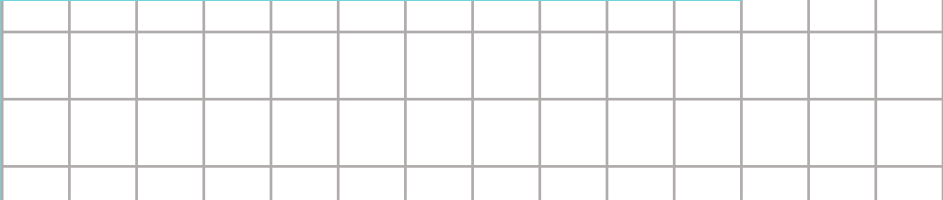
若是，您尚未與孩子做這份評估，那麼歡迎您有空陪孩子談一談。期待我們班的孩子**對學習保持動力，邁向勇氣之路。**

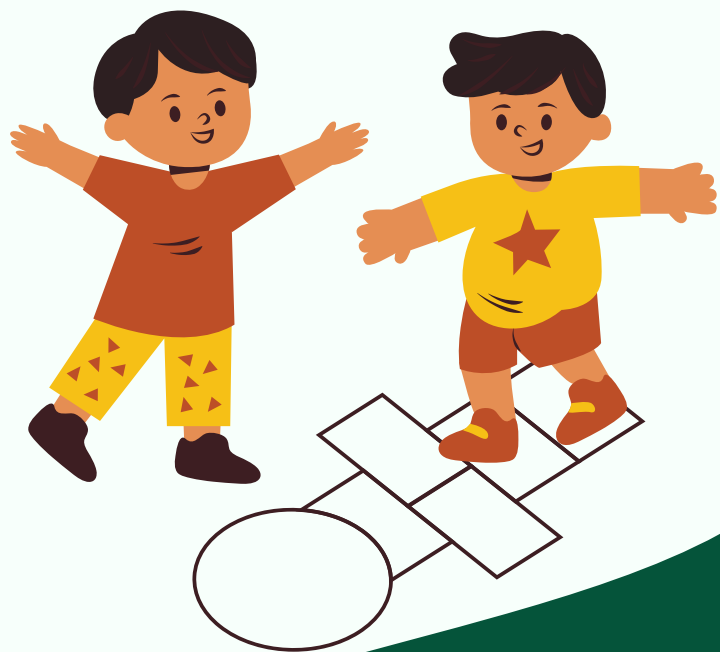


讓學生捨不得丟的階段性成績單



學科教學

- ① 老師提供認知與情緒支持
 - ② 老師促進班級的自我覺察、自我管理、社會覺察與做決定
- 
- 



任何事物都是
因被賦予情感連結而產生意義。

動機是習得
任何一項技能的第一步



♥ 動機 = 付出 + 期待感 + 價值感(意義)

♠ 價值(意義)是驅動我們學習的燃料

♦ 意義不會自動找上門，必須自己去發現

♣ 人最終要找到與某主題的連結，
才會有動力去學習





拆解設計核心





圖像：利用包含心智圖在內的多元圖像表格
幫助學生從檢索到組織訊息，讓思維可看見。



提問：有意識的三層次提問設計，題目本身具有可閱讀性。

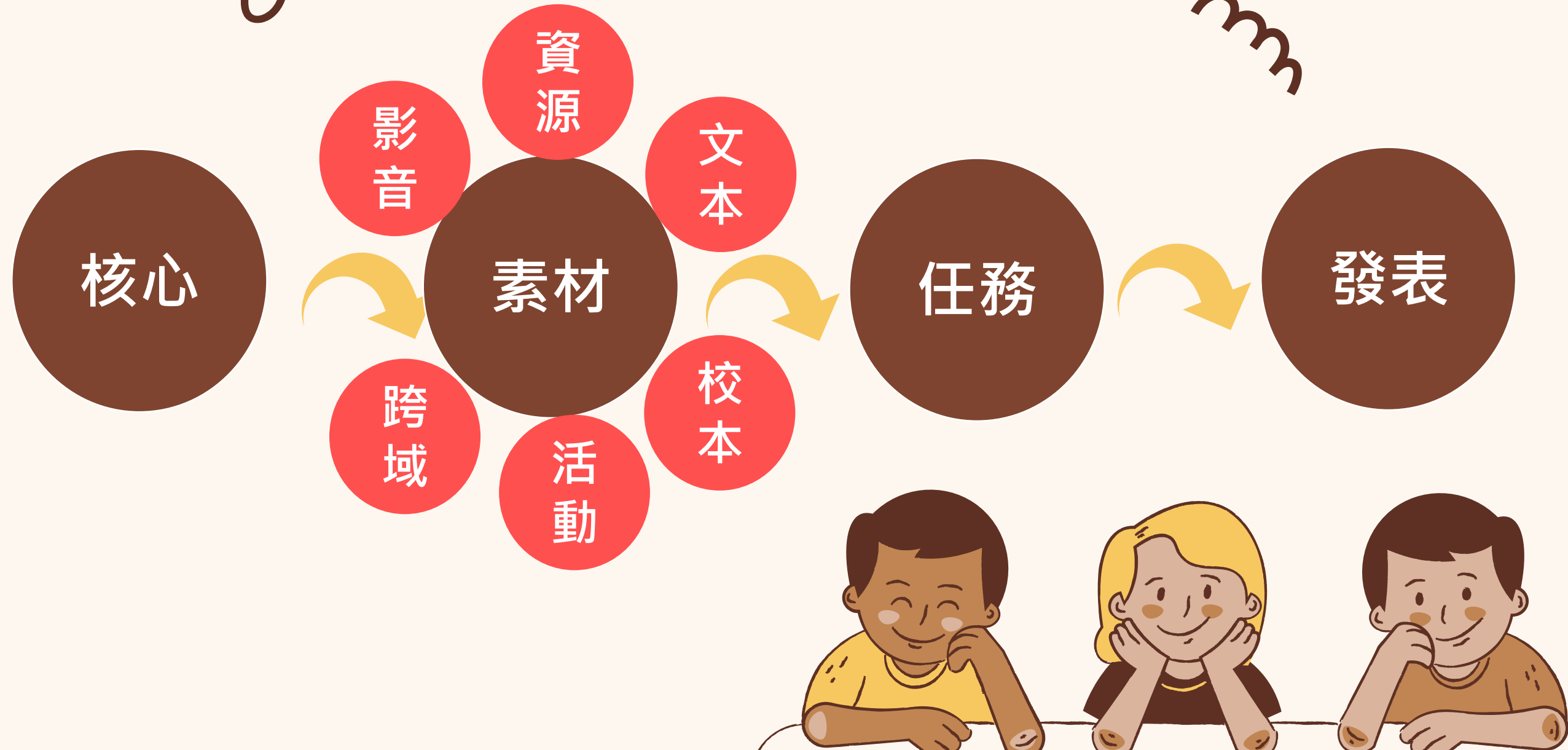


發表：設計多元跨域發表模式，包含口說、圖表、戲劇等，協助學生梳理內化閱讀歷程。



鷹架：透過提問、圖像、發表、同儕等多元工具或策略，
搭建並拆除各階段學習鷹架。

活動設計的思維



南一六下<春>



飲冰室茶集

以詩歌
和春光佐茶



字裡行間 收藏心情

思索：
這張圖包含什麼？

我愛
廣告文案

學長永遠是
最好的示範

可以文青風



當然
也可以
玩搞笑風



科學怪人



改寫自瑪莉.雪萊 <科學怪人>

此課最重要的核心為盲眼老人所說的話：**只要沒有偏見，人類的心都充滿友愛和仁慈的。**

- 1.全班觀賞影片
- 2.老師帶領討論
- 3.學生運用
NUMBERS中的影片
再次觀看並且運用截
圖擷取重要的資訊
- 4.填寫下方表格

5. (1) 影片海尼根廣告—價值觀差很多的雙方可以當朋友嗎？
請看影片後討論社會實驗中活動四步驟的目的



活動	第一步 打破僵局	第二步 雙方問答	第三步 連結彼此	第四步 抉擇
目的				

：我在二年級的時候曾經有和張曉晴在同樣的課後班，我以前覺得他挺愛多管閒事，所以他每次要管我的時候我都會跟他抬槓起的事情，連我的朋友也覺得他很煩。所以我就對他有很不好的印象。但是我到上六年級的時候我才知道他其實是一個很有趣，有時候會搞笑的人。我覺得他有時候會製造笑料，所以有時候我都會學他的動作。每次只要看到他都會奇怪的表情，我就會覺得很好笑。

我以前以為他是一位很安靜、講話很小聲的人，我現在知道他是一位很「吵」、講話又很大聲的人！！！！

自從noma事件後，
我以一個「有良心」的人，但之
後無聊的（...）對
話我才知道，（...）心善
的人（但我怎
有點針對我）最近

吳幸樹老師，一開始我以爲老師是個很嚴肅的人，後來上課上課後就覺得老師很幽默。

「曾經認為體育老師
是社會的公敵，但是經過相處
我覺得體育老師其實沒有那麼危
害啦！」

我以為他超兇巴巴
相處後發現
他只是有時很兇而已
太多時候對我很好

有。曾經我認為，第一個很難合作的人，不會主動和別人聊天。但經過半年多的相處後，我發現她是一個很容易親近的人，總會向她傾訴心裏的話。在遇到困難時她會很好的安慰，而且我們有相同的愛好和想法，並與她成為很好的朋友。

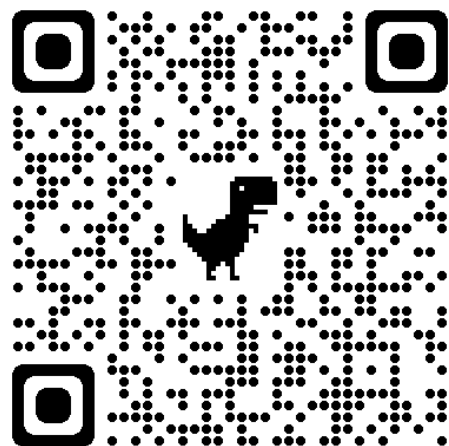
以前我覺得她有一點愛靚，但當發現她其實很貼心，也很有自信，對任何事情都很正向。

號；因為他懶惰所以覺得他做的事都不好學；接下來因為他的叮叮噠噠舞所以對他改觀。

我曾經以為2
是因為腦袋開過刀所以很顧名，
但經過長時間的相處，發現那是
引渡彼，他是經過自己努力所以
那麼「顧名」的。

爸爸，我以前認為自己的某些東西只有我自己可以決定，但他卻總會來干涉我，我心想「你憑什麼管我這些事，爸爸就一定可以管我的一切嗎，還有你一來家就一定要鬧來鬧去搞得大家都不開心，然後又不允許我反駁，但後來我懂了他只是用另一種方式來表達自己的想法而已。」

我以爲認爲，
是經過老師把我們留下來，私
溝通一下，之後我們就像好朋友一樣，常常有說有笑，常常一起聊天了。

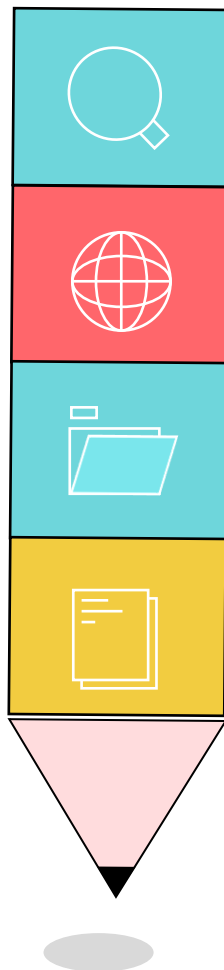


閱讀文本

找到此課的核心

教師手冊是指引參考

沒有好與不好

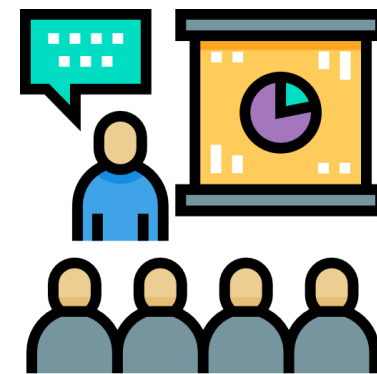


可以發展什麼課程

用教材教能力

只有適不適切

同儕合作討論的重要性



在學習過程中，可以彼此學習他人優點、想法，也不用擔心一個人出錯。

同儕協助，讓學生在新學習的領域中，為彼此扶一把，當學會時就能放手。

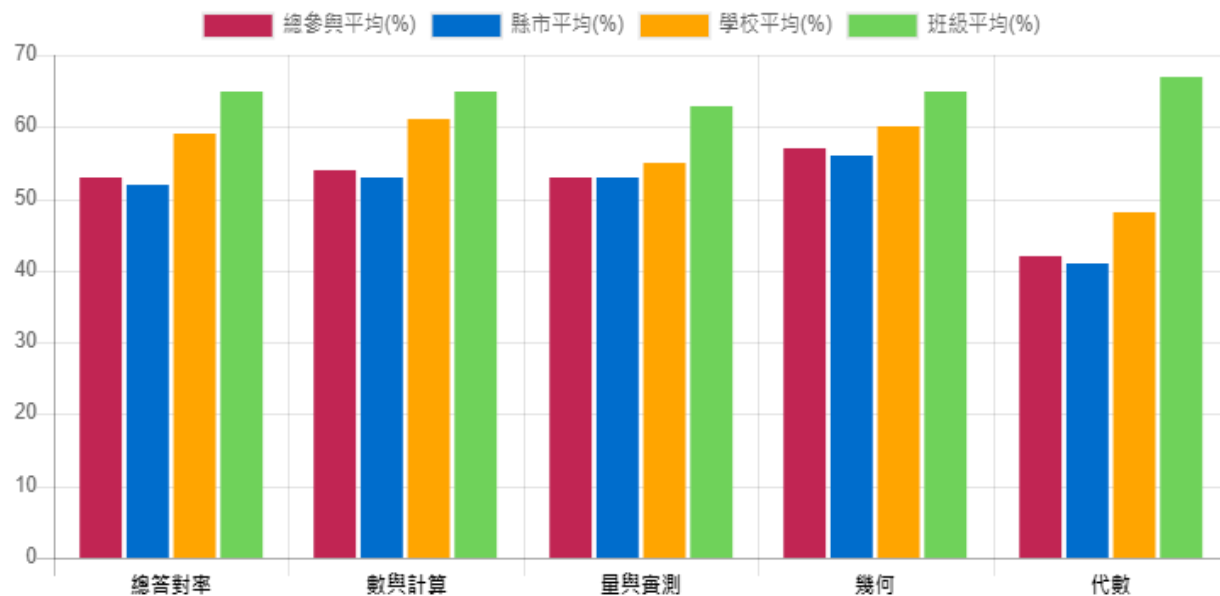
吵架了，怎麼辦



他都不上台?!

1. 不責怪為最高原則
2. 小組加分制是誘因
3. 鼓勵討論和諧熱絡小組
4. 卸下加分機制

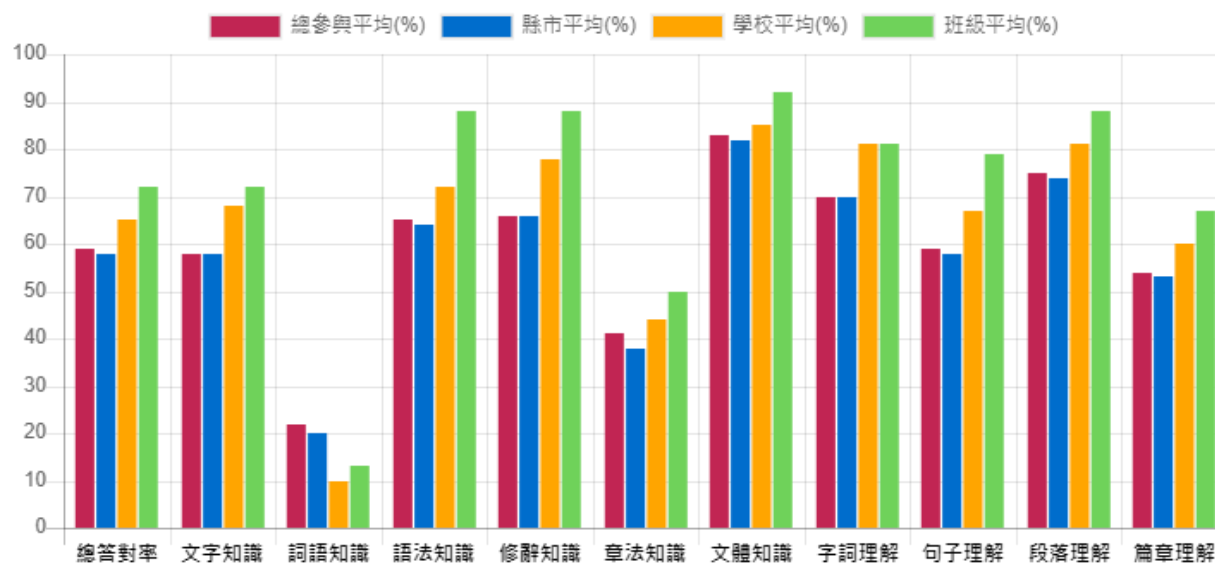
市立大忠國小508班數學答對率



同儕討論式上課
會不會上不完？

趕課是老師的宿命

市立大忠國小508班國語文答對率



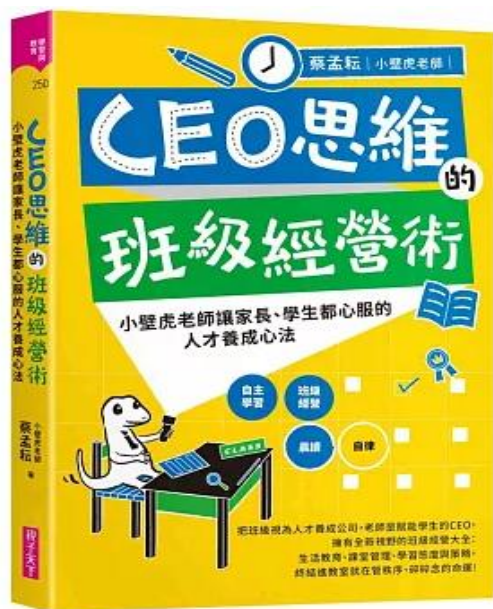
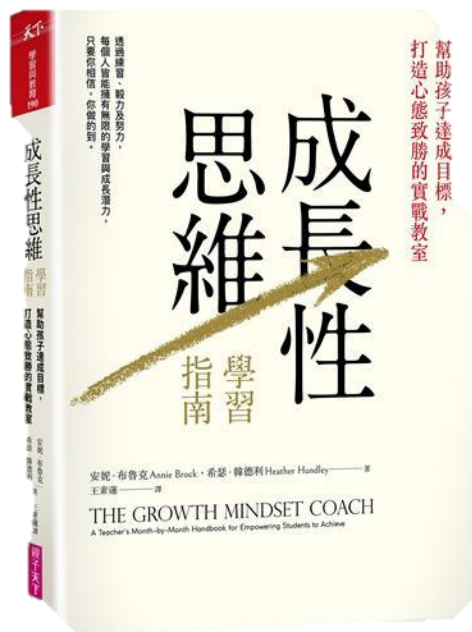
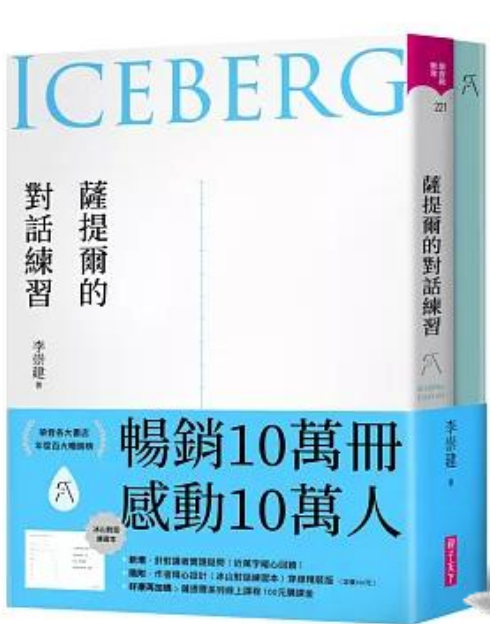
讀，要讀出風骨

寫，要寫出神韻

玩，要玩出觸動

童年
曾擁有善意支持

成年
不需要黑暗榮耀



期待一起邁向勇氣之路~尋找教學中的N個感動~



佳慧的部落格



Ja Chen的臉書