

蕊展學苑
「手牽手」初小支援計劃

課節	內容
第一部份 – 朋輩相處及社交互動	
1	熱身 介紹小組規則、互相認識，學習介紹自己時什麼「講得」/ 什麼「唔講得」
2	交朋結友 (一)：是友非友 介紹朋友的概念及如何正確地加入集體遊戲
3	交朋結友 (二)：交友法寶 認識及練習維繫友誼的四個技巧
4	理解別人想法 (一)：想法圈圈 介紹「想法圈圈」，讓孩子明白其他人的想法
5	理解別人想法 (二)：報告五步曲 學習以「報告五步曲」有條理地將事情清楚告訴別人
6	理解別人想法 (三)：醒目做法 學習選擇一個顧及別人想法的做法及冷靜說出自己的想法
7	應付欺凌 認識什麼是「欺凌」和應付欺凌的技巧
8	情緒面面睇 (一)：喜與驚 學習辨認喜、驚及其他的情緒
9	情緒面面睇 (二)：哀與怒 學習辨認怒、哀及其他的情緒、以及「怒」的不同的程度
10	情緒面面睇 (三)：控制脾氣 教授「控制憤怒」的三個步驟，學習及練習四種「降溫大法」(放鬆的方法)
第二部份 – 社交溝通技巧	
11	聆聽技巧：心無二用 學習聆聽的技巧及在對話中聽出別人的主題
12	語言溝通技巧 (一)：靈活反應 學習適當地作出有關聯的回應及如何擴闊話題內容
13	語言溝通技巧 (二)：打開話題 學習如何適當地開展對話及正確面對遊戲輸贏
14	語言溝通技巧 (三)：互動溝通 應用之前所學的聆聽、回應等技巧，並以遊戲練習持續對話
15	解讀溝通密碼 (一)：說話的語氣 明白不同的聲音特色所表達的意思不同
16	解讀溝通密碼 (二)：真正意思 學習了解別人說話背後的「真正意思」
17	解讀溝通密碼 (三)：眼神和聲音 學習利用聲音及眼神作溝通

第三部份 – 彈性思考及小組	
18	問題解決 (一)：有無問題 辨認出生活中可能遇到的問題及想出解決方法
19	問題解決 (二)：我有計仔 評估不同的解決方法及選出比較合適的方法去解決問題
20	群策群力 (一)：小組討論 學習小組討論時的社交規則及基本步驟
21	群策群力 (二)：說服和妥協 學習怎樣說服別人和當小組決定與自己想法不同時適當的行為表現
22	畢業了！ 溫習課堂所有內容和總結