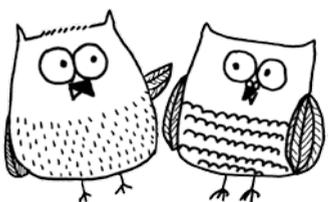


高年級·關懷友善

# 聽說讀寫， 有策略！

陳欣希／編著



·  
學習筆記

讀完《雲端裡的琴聲》後，想一想，當我們傷心失望，甚至心情跌入谷底時，老師、父母或周遭的朋友曾經如何幫助我們？

**\* 紀錄大家的行為或言語，你會發現，原來自己一直被照顧著呢！**

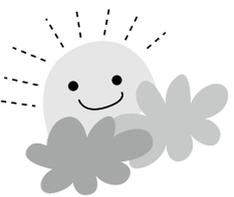
紀錄者：

對象+事件	(誰)伸出援手(行為或語言)
例如：我上次考試成績不理想	老師利用下課時間，一題一題仔細講解給我聽。還安慰我：找到問題所在，下次考試一定會進步！

讀完《雲端裡的琴聲》後，想一想，當別人幫助我們，關心我們時，我們可以怎麼回應呢？寫下你回應別人幫助的方式吧！

表達回應者：

**\* 寫下回應別人幫助或關懷的方式。**



讀完《刺蝟釣手》後，我們可以觀察及紀錄一下：遇到不開心的事情時，自己如何表達情緒、如何後續處理以及身邊親友的回應。

	事件	情緒表達	後續處理方式	親友的回應
第一件			<input type="checkbox"/> 跟同學道歉 <input type="checkbox"/> 冷戰、不理人 <input type="checkbox"/> 當作沒這回事 <input type="checkbox"/> 笑一笑就過去了	<input type="checkbox"/> 容忍 <input type="checkbox"/> 關心 <input type="checkbox"/> 快樂 <input type="checkbox"/> 生氣 <input type="checkbox"/> 憂傷 <input type="checkbox"/> 沒反應
第二件			<input type="checkbox"/> 跟同學道歉 <input type="checkbox"/> 冷戰、不理人 <input type="checkbox"/> 當作沒這回事 <input type="checkbox"/> 笑一笑就過去了	<input type="checkbox"/> 容忍 <input type="checkbox"/> 關心 <input type="checkbox"/> 快樂 <input type="checkbox"/> 生氣 <input type="checkbox"/> 憂傷 <input type="checkbox"/> 沒反應

讀完《刺蝟釣手》後，想一想，我曾經有過「因為感受到別人的熱情或關注，而想讓自己變得更好」的經驗嗎？寫下感恩的話語，讓對方知道！

對象：

\*我的感謝：

表達感謝者：



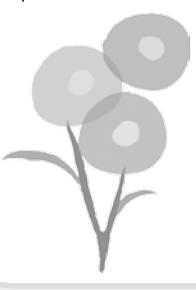
讀完《獨臂投手》後，阿昌對棒球的堅持真的讓人敬佩不已。現在，讓我們試著寫一張短短的小卡給阿昌，表達關懷，並為他加油打氣。相信，阿昌收到你的鼓勵小卡，一定會更加努力。

給阿昌的鼓勵者：

---

表達鼓勵者：

---



有時候，我們會像阿昌一樣隱藏自己的情緒，卻以叛逆的姿態表達不滿。此時此刻，我們需要一位像阿昌的爸爸那樣慈愛、願意傾聽孩子的「心靈捕手」。想想看，自己的「心靈捕手」是誰？理由是——

省思者：

---

我的心靈捕手：

---

\*請試著寫下你們曾有過的美好回憶，並感謝他／她。

