

苗栗縣 110 年度
縣立高中及國中高關懷學生毒品危害防制
小團體輔導實施成果



主辦單位：苗栗縣政府教育處

承辦單位：苗栗縣西湖鄉僑文國民小學

實施單位：苗栗縣公館國民中學

苗栗縣立公館國民中學
110 年度縣立高中及國中高關懷學生毒品危害防制小團體輔導
活動大綱

輔導時間	輔導人員	單元名稱	單元目標	活動內容
110/9/8 13:00-13:50	廖佳蓉	第一單元:哈囉你好嗎	1. 領導者與成員間相互介紹與認識。 2. 說明團體的目標與分享、保密原則。	1. 相見歡 2. 紅花與我
110/9/8 13:50-14:40	李文怡	第二單元:當我們同在一起	1. 建立團體規範。 2. 增進成員間的凝聚力和參與度。	1. 團體規範 2. 冰山企鵝 3. 總結
110/9/15 13:00-13:50	廖佳蓉	第三單元:最近還好嗎	1. 練習覺察個人的情緒感受。	1. 感覺如何 2. 心情溫度計
110/9/15 13:50-14:40	李文怡	第四單元:情緒與我	1. 認識常見的情緒類別。 2. 增進情緒的覺察和辨識力。	1. 情緒臉譜 2. 情緒猜猜看
110/9/22 13:00-13:50	廖佳蓉	第五單元:我的情緒解方	1. 協助成員檢視自己平常處理情緒的方法。 2. 協助成員學習合理紓解自己的情緒。	1. 我的情緒解方
110/9/22 13:50-14:40	李文怡	第六單元:珍重再見	1. 協助成員統整收穫與成長。 2. 處理未境事務。	1. 珍重再見

苗栗縣立公館國民中學
110 年度縣立高中及國中高關懷學生毒品危害防制小團體輔導
方案設計 (一單元一張，共需繳交六張)

單元名稱	哈囉你好嗎	日期	110.9.8
		地點	團體輔導室
學生類別及人數 (請勾選類別並填選人數，可複選)	<input type="checkbox"/> 曾有違反毒品危害防制條例行為之學生(含自動請求治療者)， <u>0</u> 人。 <input type="checkbox"/> 休學、中輟或中途離校後申請復學之學生，有事實足認有施用毒品嫌疑者， <u>0</u> 人。 <input type="checkbox"/> 有事實足認為有施用毒品嫌疑之學生， <u>0</u> 人。 <input checked="" type="checkbox"/> 學校認為有必要實施毒品危害防制小團體輔導者， <u>4</u> 人。請敘明理由：有抽菸的經驗。		
單元目標	1. 領導者與成員間相互介紹與認識。 2. 說明團體的目標與與分享、保密原則。		
準備器材	剪貼簿、紅花卡、彩色筆、相機		
活動名稱	活動流程	時間	器材
相見歡	1. Lr 與 Co-Lr 先自我介紹，說明這個團體的目標和進行的方式，包括過程中會有拍照與記錄的必要、每次需要成員準時的需求，以及成員需協助場地的布置、分享表達想法。 2. Lr 請成員寫下自己在團體中喜歡被稱呼的暱稱或小名。 3. Lr 示範自我介紹，先講自己的全名，再說自己喜歡在團體中被稱呼的名字。接下來由 Lr 右手邊開始進行，依此類推。 4. 最後，由 Co-Lr 帶領每一位成員確認彼此在團體中的暱稱，直到確認每位成員皆能清楚反應、回答為止。	15 分	剪貼簿、彩色筆、相機
紅花與我	1. Lr 說明接下來是認識自我的活動，請成員在紅花卡中挑選兩張跟自己有關的卡片，並在剪貼簿中試著寫下文字敘述，至少一句話，待會輪流分享。 2. 分享前，Lr 強調分享過程中成員不要把團體中的個人分享在團體外講，要尊重每個人的個人隱私，並教成員可以如何籠統或簡短回應的方式。而分享的內容，自己也不過度曝露秘密以至於事後後悔，又難以處理。過程中有不舒服或不愉快的感覺，可以馬上請 Lr 暫停或事後與 Lr 反應。 3. 邀請成員分享挑選的紅花卡和想法，並適時回	35 分	紅花卡、剪貼簿、彩色筆

	應和連結。		
--	-------	--	--

苗栗縣立公館國民中學
110 年度縣立高中及國中高關懷學生毒品危害防制小團體輔導
方案設計

單元名稱	當我們同在一起	日期	110.9.8
		地點	團體輔導室
學生類別 及人數 (請勾選類別並填 選人數,可複選)	<input type="checkbox"/> 曾有違反毒品危害防制條例行為之學生(含自動請求治療者), <u>0</u> 人。 <input type="checkbox"/> 休學、中輟或中途離校後申請復學之學生,有事實足認有施用毒品嫌疑者, <u>0</u> 人。 <input type="checkbox"/> 有事實足認為有施用毒品嫌疑之學生, <u>0</u> 人。 <input checked="" type="checkbox"/> 學校認為有必要實施毒品危害防制小團體輔導者, <u>4</u> 人。請敘明理由:有抽菸的經驗。		
單元目標	1. 建立團體規範。 2. 增進成員間的凝聚力和參與度。		
準備器材	海報、彩色筆、桌遊冰山企鵝、相機		
活動名稱	活動流程	時間	器材
團體規範	1. Lr 說明接下來的活動是建立團體規範,向成員說明其意義和重要性,然後拋出原先在團體中提出的保密原則列為團體規範第一項,接著請成員們共同討論提出對團體進行有幫助的規範。 ※Lr 可適時舉例說明團體規範內容,像是準時到場、耐心等待、專注傾聽...等。	15 分	海報、彩色筆、相機
冰山企鵝	1. Lr 介紹接下來要進行冰山企鵝的活動,然後說明活動進行規則,請成員們合力完成將所有企鵝放在冰山上不掉的挑戰。 2. 過程中觀察成員互動狀況,Lr 評估在有需要時介入引導成員討論如何達成任務。	30 分	桌遊冰山企鵝
總結	Lr 請每一位成員用 1-10 代表今天來參加團體的喜歡程度做結束。	5 分	

苗栗縣立公館國民中學
110 年度縣立高中及國中高關懷學生毒品危害防制小團體輔導
方案設計

單元名稱	最近還好嗎	日期	110.9.15
		地點	團體輔導室
學生類別 及人數 (請勾選類別並填 選人數，可複選)	<input type="checkbox"/> 曾有違反毒品危害防制條例行為之學生(含自動請求治療者)， <u>0</u> 人。 <input type="checkbox"/> 休學、中輟或中途離校後申請復學之學生，有事實足認有施用毒品嫌疑者， <u>0</u> 人。 <input type="checkbox"/> 有事實足認為有施用毒品嫌疑之學生， <u>0</u> 人。 <input checked="" type="checkbox"/> 學校認為有必要實施毒品危害防制小團體輔導者， <u>4</u> 人。請敘明理由：有抽菸的經驗。		
單元目標	1. 練習覺察個人的情緒感受。		
準備器材	剪貼簿、彩色筆、相機		
活動名稱	活動流程	時間	器材
感覺如何	1. Lr 回顧上次團體，並說明今日團體目標。 2. Lr 帶領成員複習彼此的稱呼，並重申團體進行方式和規範，請夥伴配合遵守。 3. Lr 說明一開始的活動是「感覺如何」，協助大家整理最近一周的生活和感覺。先將雙手放在畫紙上畫出手掌輪廓，接著分別在左右手的手指頭寫下最近一周五件開心和不開心的事。	20 分	剪貼簿、彩色筆、相機
心情溫度計	1. 請成員寫完之後憑感覺用 1-10 分給分，分數愈高代表強度和持久度愈強。 2. 最後請成員各挑一件開心和不開心的事進行分享。 3. 分享過程中，Lr 協助成員互相回應和連結。	30 分	剪貼簿、彩色筆

苗栗縣立公館國民中學
110 年度縣立高中及國中高關懷學生毒品危害防制小團體輔導
方案設計

單元名稱	情緒與我	日期	110.9.15
		地點	團體輔導室
學生類別 及人數 (請勾選類別並填 選人數,可複選)	<input type="checkbox"/> 曾有違反毒品危害防制條例行為之學生(含自動請求治療者), <u>0</u> 人。 <input type="checkbox"/> 休學、中輟或中途離校後申請復學之學生,有事實足認有施用毒品嫌疑者, <u>0</u> 人。 <input type="checkbox"/> 有事實足認為有施用毒品嫌疑之學生, <u>0</u> 人。 <input checked="" type="checkbox"/> 學校認為有必要實施毒品危害防制小團體輔導者, <u>4</u> 人。請敘明理由:有抽菸的經驗。		
單元目標	1. 認識常見的情緒類別。 2. 增進情緒的覺察和辨識力。		
準備器材	剪貼簿、彩色筆、相機、情緒卡		
活動名稱	活動流程	時間	器材
情緒臉譜	1. Lr 說明情緒的種類有很多,現在我們先來思考常見的四個情緒樣貌。請大家在紙上畫出4種人臉表情,分別代表「喜、怒、哀、懼(害怕)」。人臉部分至少需包含眼睛、眉毛、鼻子、嘴巴。Lr 有需要示範的話,以笑臉舉例。 2. 請成員分享繪圖結果。可票選誰畫的人臉表情辨識度最高。	20 分	剪貼簿、彩色筆、相機
情緒猜猜看	1. Lr 說明說明接下來的活動是情緒猜猜看。先請一位成員抽情緒卡,並運用肢體動作讓大家猜猜看是什麼情緒。 2. 針對剛才活動過程進行討論,分享大家判斷情緒的依據和觀察。 3. Lr 預告下周是最後一次團體課程。	30 分	情緒卡

苗栗縣立公館國民中學
110 年度縣立高中及國中高關懷學生毒品危害防制小團體輔導
方案設計

單元名稱	我的情緒解方	日期	110.9.22
		地點	團體輔導室
學生類別 及人數 (請勾選類別並填 選人數，可複選)	<input type="checkbox"/> 曾有違反毒品危害防制條例行為之學生(含自動請求治療者)， <u>0</u> 人。 <input type="checkbox"/> 休學、中輟或中途離校後申請復學之學生，有事實足認有施用毒品嫌疑者， <u>0</u> 人。 <input type="checkbox"/> 有事實足認為有施用毒品嫌疑之學生， <u>0</u> 人。 <input checked="" type="checkbox"/> 學校認為有必要實施毒品危害防制小團體輔導者， <u>4</u> 人。請敘明理由：有抽菸的經驗。		
單元目標	1. 協助成員檢視自己平常處理情緒的方法。 2. 協助成員學習合理紓解自己的情緒。		
準備器材	情緒卡、情緒象限海報、相機		
活動名稱	活動流程	時間	器材
我的情緒解方	1. Lr 說明本次團體為最後一次，因此進行完活動後要來回顧整理團體歷程。 2. Lr 將情緒卡攤開，請成員選一個自己最近常出現的情緒，接著自我評估正負強弱程度放在情緒象限上。 3. 邀請成員分享情緒的來由，以及如何處理該情緒，最後結果如何。 4. Lr 協助統整大家認同且合理的情緒紓解方式。	50 分	情緒卡、情緒象限海報、相機

苗栗縣立公館國民中學
110 年度縣立高中及國中高關懷學生毒品危害防制小團體輔導
方案設計

單元名稱	珍重再見	日期	110.9.22
		地點	團體輔導室
學生類別 及人數 (請勾選類別並填 選人數,可複選)	<input type="checkbox"/> 曾有違反毒品危害防制條例行為之學生(含自動請求治療者), <u>0</u> 人。 <input type="checkbox"/> 休學、中輟或中途離校後申請復學之學生,有事實足認有施用毒品嫌疑者, <u>0</u> 人。 <input type="checkbox"/> 有事實足認為有施用毒品嫌疑之學生, <u>0</u> 人。 <input checked="" type="checkbox"/> 學校認為有必要實施毒品危害防制小團體輔導者, <u>4</u> 人。請敘明理由:有抽菸的經驗。		
單元目標	1. 協助成員統整收穫與成長。 2. 處理未境事務。		
準備器材	剪貼簿、彩色筆、相機		
活動名稱	活動流程	時間	器材
珍重再見	1. Lr 回顧整理團體歷程,邀請成員分享之前進行的活動及印象深刻的部分。 2. 請成員在素描本寫下自己的成長、改變,以及想對夥伴說的話。 3. 邀請成員互相給回饋。 4. 確認成員是否有其他想說的話,鼓勵成員不要在團體留下遺憾。 5. 給予祝福,鼓勵成員將團體所學運用於生活中,彼此也可以互相關懷打氣。 6. 結束團體。	50 分	剪貼簿、彩色筆、相機

苗栗縣立公館國民中學
110 年度縣立高中及國中高關懷學生毒品危害防制小團體輔導
活動照片

