



發展性書目療法 在國高中的推廣與應用

主講人：甘邵文 主任

暖暖高中圖書館





分享大綱



緣起



暖暖高中「我是元氣王」書展



迴響





緣起

圖資學程中的一場課程演講…

療

癒

閱

讀





高國中
學校
現況？

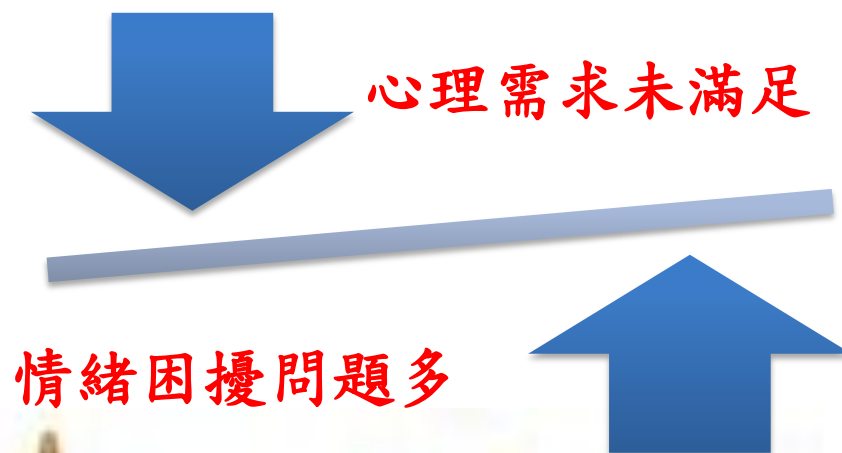


突發
奇想？





- 國高中生處於**青少年期**
 - 也是人格形塑、理性成熟表達情緒的關鍵期
- # 特質？





- 負面情緒類型為主
- 情緒反應強烈、直接
- 會隱藏不欲人知的情緒狀態

青少年的
情緒
特徵？





- 情緒管理常見的問題

- 無法採取適當方式表達自己的情緒反應
- 不知如何尋求正確管道以紓解情緒困擾或壓力

青少年的
情緒管理？





我是元氣王



基隆市立暖暖高級中學
Nuan Nuan Senior High School



主題巡迴書展

考試太多？

暗戀？
怎麼告白？

覺得自己
功課不好？

爸媽喜歡拿
我跟別人
比較？

他不是我的菜？
拒絕？

跟同學吵架？



我是元氣王



基隆市立暖暖高級中學
Nuan Nuan Senior High School



主題巡迴書展

少年維特的煩惱！那些青春期的煩心事！

排名	煩惱	類型	網路聲量
1	好想談戀愛！	人際	1,820
2	運動總是輸別人	生活	1,632
3	青春痘	外貌	1,207
4	想再瘦一點	外貌	1,048
5	月經來了好可怕！	生活	983
6	胸部太大/太小	外貌	629
7	想長高	外貌	605
8	每天都睡不飽！	生活	512
9	對自己的長相不滿意	外貌	482
10	沒有目標	生涯	406

- 資料分析：透過機器人爬文機制建立網路文章庫，以關鍵字進行語意情緒判斷，分析時事網路大數據。
- 資料統計日期：2015/11/26~2016/05/26
- 資料來源：DailyView網路溫度計(<http://dailyview.tw>)





基隆人踴共

2012年12月6日 · 3

暖暖「達文西」巡迴各校玩火
中國時報【陳雨鑫／基隆報導】

常在科學競賽脫穎而出的基隆暖暖高中自然研究社五日全員出動，為了帶領十一校的學生一同成為「達文西」，點燃科學之火！應邀到暖暖、銘傳、明德及中正國中進行趣味教學，學生看見大哥哥、大姊姊的科學表演都驚嘆不已。

「咻！砰！」廿多位來自暖暖高中自然研究社的高中生，利用酒精揮發與空氣混和成為燃料，並點燃火槍燃燒在養樂多瓶的酒精，大量的二氧化碳氣體突然爆發，造成瓶內壓力，一瞬間養樂多瓶像子彈一樣，射向一百公尺外的瓶子，銘傳國中廿五位國中生拍手叫好。

負責規畫此案的暖暖中學圖書館主任甘邵文表示，透過科學的實際應用，讓學生對科學產生興趣，立即教導相關的化學方程式，比過去填鴨教育，更活化、更能加深學生的記憶。

「達文西科學周」的系列的活動，堪稱是基隆市每年最盛大的中學生科學活動。暖中自科社的指導老師張志康表示，自然科學研究社的同學在帶領國中學生玩科學實驗體驗過程，除了能藉此磨練獨當一面的辦事能力與表達能力，也能加深對於自然學科的學習動機。

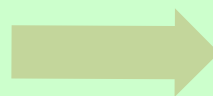
未來暖中還將透過達文西科學周的活動平台，培育更多的科學尖兵，形成一股動手玩科學的風氣，透過活動讓所有學生知道「其實科學很簡單啦！」

我是元氣王 主題巡迴書展

基隆市立暖暖高級中學
Nuan Nuan Senior High School



主題
書展



我是
元氣王

科學週
巡迴模式





基隆市立暖暖高級中學
Nuan Nuan Senior High School



主題巡迴書展

十校



聯
展





十校



聯展





十
校



聯
展





十
校



聯
展





十
校



聯
展





十
校



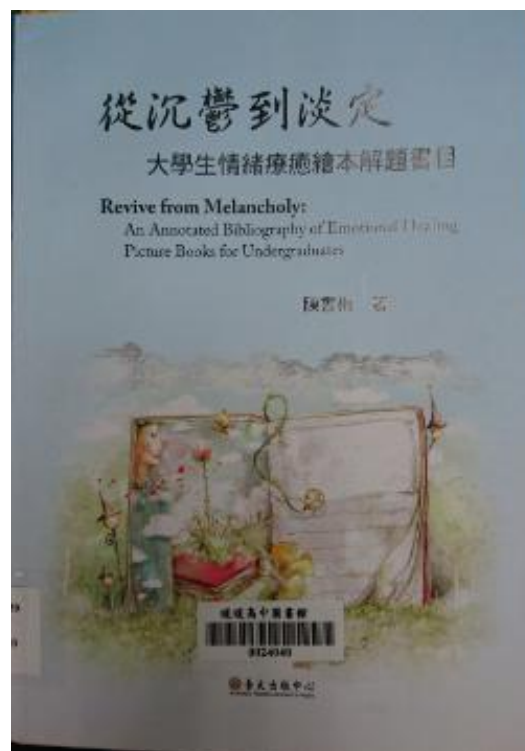
聯
展







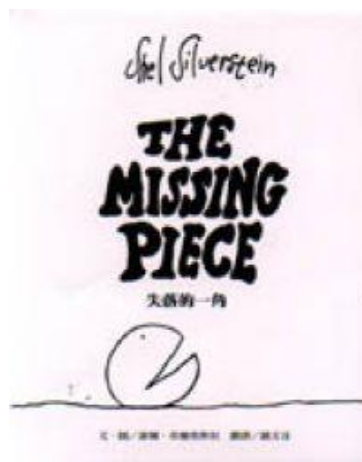
療癒素材示例(感謝陳書梅教授提供)





療癒素材示例 --- 繪本

- ✚ 與眾不同所導致的自卑感與缺乏自信—《你很特別》
- ✚ 因負向自我概念而衍生的缺憾感—《失落的一角》
- ✚ 因挫折而衍生的頹喪感—《查克笨！》





療癒素材示例--- 繪本

- ✚ 情緒惡劣難以抒發—《壞心情！》
- ✚ 面對人際交往的膽怯與忐忑不安—《有你真好》
- ✚ 因媽媽離世而衍生難過情緒—《小傷疤》





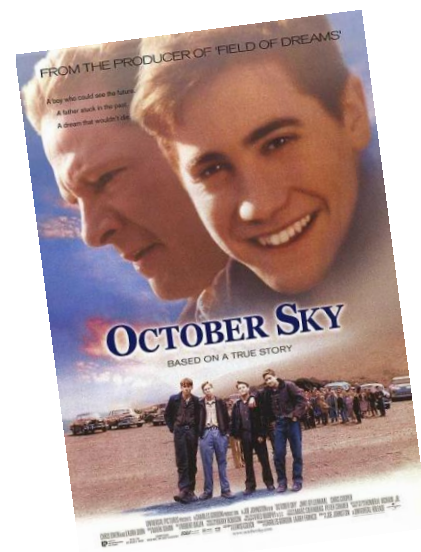
療癒素材示例--- 小說

■ 面對失戀後的痛苦日子—《失戀33天》

■ 因他人的異樣眼光

而放棄自己夢想

的青少年 —《十月的天空》





療癒繪本導讀文



103第一次教師推廣研習

參與教師共29人。

當天就參與書展合作計畫共有9所，分別為
基隆市立中正國中、建德國中、百福國中、
明德國中、正濱國中、八斗高中、武崙國中、
成功國中、新北市瑞芳國中。





我是元氣王 主題巡迴書展

基隆市立暖暖高級中學
Nuan Nuan Senior High School



問卷分析統計
(學生、教師、行政版)
學校繳交活動照片
成果彙編
教師推動心得
學生閱讀心得

成果
分析

選書
購書

每校36本→240本
十校聯展→至多三校
展出36種→120種

發文

簽署合作同意書
感情加溫
閱讀推動教師
LINE社群

教師
研習

佈展

暖中模式→自由發揮
推動閱讀很多元
填問卷抽圖書禮卷
參展學校再加碼送
校長週會頒獎



我是元氣王



基隆市立暖暖高級中學
Nuan Nuan Senior High School



主題巡迴書展

(二)滿意度調查



就讀國中



	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	26	1.8	1.8	1.8
暖暖高中國中部	161	11.3	11.3	13.2
達德國中	330	23.2	23.2	36.4
成功國中	136	9.6	9.6	45.9
正濱國中	62	4.4	4.4	50.3
明德國中	57	4.0	4.0	54.3
百福國中	52	3.7	3.7	57.9
瑞芳國中	80	5.6	5.6	63.6
銘傳國中	451	31.7	31.7	95.3
武崙國中	67	4.7	4.7	100.0
總和	1422	100.0	100.0	





我是元氣王



基隆市立暖暖高級中學
Nuan Nuan Senior High School



主題巡迴書展

您對本次書展整體活動是否滿意

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的, 非常不滿意	1	.1	.1	.1
不滿意	3	.2	.2	.3
無意見	172	12.1	12.1	12.4
滿意	576	40.5	40.5	52.9
非常滿意	670	47.1	47.1	100.0
總和	1422	100.0	100.0	



您對本次書展書及數量是否滿意

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的, 非常不滿意	5	.4	.4	.4
不滿意	57	4.0	4.0	4.4
無意見	302	21.2	21.2	25.6
滿意	552	38.8	38.8	64.4
非常滿意	506	35.6	35.6	100.0
總和	1422	100.0	100.0	



您認為是否應該再辦理書展活動

類別	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的				
否	89	6.3	6.5	6.5
是	1284	90.3	93.4	99.9
2	1	.1	.1	100.0
總和	1374	96.6	100.0	
遺漏值: 系統界定的遺漏	48	3.4		
總和	1422	100.0		





我是元氣王



基隆市立暖暖高級中學
Nuan Nuan Senior High School



主題巡迴書展

您認為本次書展可以幫助你紓解壓力放鬆心情

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	7	.5	.5	.5
沒有關係	143	10.1	10.1	10.5
有些關係	431	30.3	30.3	40.9
大部分相關	598	42.1	42.1	82.9
完全相關	242	17.0	17.0	99.9
5	1	.1	.1	100.0
總和	1422	100.0	100.0	

是否有寫下讀書心得的習慣

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 否	1146	80.6	80.6	80.6
是	276	19.4	19.4	100.0
總和	1422	100.0	100.0	

感謝各校學生的回饋，總體滿意度高達 99.7%



(三)學生回饋(摘錄)

喜歡這活動。

希望可以有更多書可看。

希望永遠都是閱讀課。





建議書展閱讀時，可以一邊放些音樂。

希望能再延長活動時間，並且選用更多面向的書籍。

希望推行的書本可以在一定期間內外借，慢慢品味與深思。

希望能有專人先介紹這些書，這樣比較能讓我們先挑好要看什麼，
才不會浪費時間。





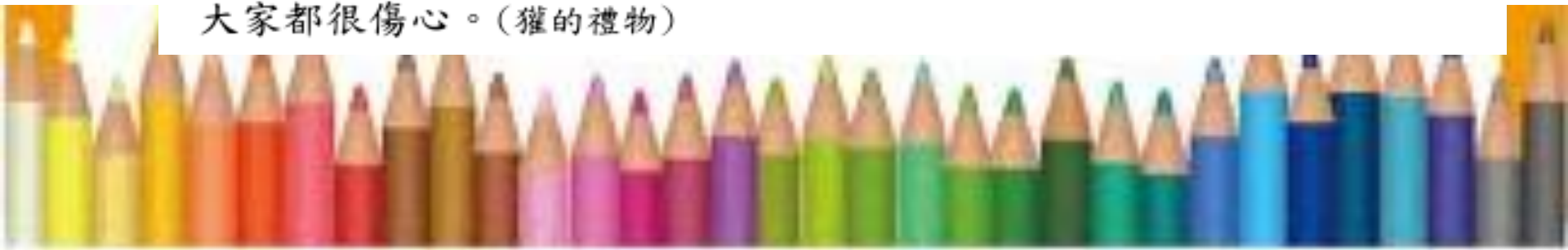
這本書的劇情設計很不錯，值得放入書展中，供人閱讀，希望能將此書再列入書展中。(向左走，向右走)

讀後看到了自己重視的人開心，心情也會很開心。(有你好幸福)

我覺得這本書很有意思，讓我了解到某些時候人們的情緒和療癒的方法。(小傷疤)

雖然我沒有失去過親人，但那想必很痛苦。(小傷疤)

獺很偉大，再生前樂於助人，教會大家許多事，所以，他死了，大家都很傷心。(獺的禮物)





希望人能夠學會忍耐，才能夠成長茁壯。(刺蝟釣手)

這本書讓我學到了不管怎樣，人都要快樂的活下去，這世上一定有什麼禮物等著我們。(底片的真相)

心情不好可以跟朋友說，沒有必要以不好的態度對待別人。(壞心情)

戀愛時，有許多的問題，但不要因為愛做出傷害自己的事，因為不知是否真的值得。(最遠的你，最近的我)





二、參與教師推動心得回饋

書展推動心得

104.01.27

很感謝暖暖高中用心規畫這次的「我讀・故我在－我是元氣王」主題巡迴書展，身為閱讀推動專任教師的我，透由這次的活動，自己先學然後引導學生，教學相長樂無窮，真的收穫良多！

以前我對於「青少年情緒療癒與閱讀發展性書目療法」這個領域是很陌生的，但是在參加暖中圖書館所舉辦相關的工作坊課程之後，透過陳書梅教授深入淺出的介紹以及實作教學，想要把這麼好的理念分享給建德國中的師生們的心被強力的策動了，尤其看到嘉萍組長的熱心，已經將適合青少年閱讀的情緒療癒書籍都找好了，哪有不推動的道理呢？



於是，我主動向主任分享我參加研習後的受用，還有如何讓更多師生參與書展的想法，主任也指導很多，打算擴大辦理，並親自在中午向全校師生廣播。我也勇敢跨出去自己的辦公室，寫了一篇書展宣導文，讓國文老師和輔導活動老師也能知道這個好消息，結果反應很熱烈，爭相向圖書館預約參展，兩個星期的展出期間，幾乎滿檔，問卷填寫加印了三次，很多同學都反映展出時間太短了，還有很多書沒看到，可見與其教學生許多情緒調理的方法，不如讓他們閱讀相關的素材，透過對故事角色或內容產生「認同」，並隨著故事情節的發展而產生情緒的起伏，藉由「淨化」內心的負面情緒，在閱讀後獲得新的想法，達到「領悟」的效果，從而收到情緒療癒之效。





為了讓老師們能對書展展出的這套書更了解，我特別結合了教學觀摩，讓八年級閱讀指導課的學生分組合作學習，上台介紹並分享他們的讀後心得，討論單就是依照陳書梅教授指導的方式設計的，國文領域的夥伴們演示後的回饋，都持正面肯定的評價，對於如何引導孩子閱讀

希望以後還有機會能和嘉萍組長合作，透過校際交流互通，達到資源共享，讓更多學子經由閱讀開闊自己的視野，擴大自己生命的格局，找回自己的「心元氣」，進而成為「元氣王」！





人氣療癒素材排行榜

基隆市國中生票選

心目中最喜歡的一本書

學校	療癒王
暖暖高中	你很特別
中正國中	壞心情
建德國中	小傷疤
百福國中	有你真好
明德國中	你很特別
成功國中	失戀33天
八斗高中	壞心情
正濱國中	妖怪模範生
武崙國中	有你真好、失戀33天
銘傳國中	小傷疤
瑞芳國中	有你真好



搜尋



登入

「我讀・故我在 我是元氣王」

基隆市高國中閱讀數位認證策略聯盟

今天

TODAY

365天，每天打開一扇知識的窗

洞察世界，改變人生

關於知識這個禮物

給準備正要起飛的年輕人，和心中還有翅膀的大人



閱讀認證

叢書瀏覽 (34120)

指標查詢 (8)

好書推薦 (0)

近期新書 (0)

心得推薦 (7)



鑰匙與地下鐵



土人的毒箭



黑色魔船



神秘的人像



黑蛇紳士



感謝聆聽

