

寫給台語老師的 一封信：關於 「嬌花」課堂活動

每一個人都有獨特
的美～

台語與
SEL



親愛的老師，您好：

很多時候，我們經常觀察到孩子們面臨自我認同的困擾——擔心外表、成績或能力不如他人。特別是在青春期階段，同儕比較、社群媒體影響，以及社會的單一審美標準，都讓孩子們對自己產生懷疑。

康軒國中台語第二冊自學課「嬌花」，精選一首由青虫樂團創作的歌曲，訴說每一個人都是特別的存在，我們希望透過這首歌，創造一個讓孩子們停下來，好好認識自己的機會。

這份學習單希望達成以下 SEL 核心目標：

1. 自我覺察 - 辨識情緒感受，發現自己的特質與優點。
2. 自我認同 - 建立正向自我概念，理解每個人都有獨特價值。
3. 正向自我對話 - 學習以同理、溫柔的方式對待自己。
4. 創意表達 - 透過藝術創作呈現自我認同。
5. 行動承諾 - 將學習轉化為具體生活實踐。

建議收藏學生在學習單活動三——予家己寫一句話，於學期末發還，讓他們看見自己的成長。若發現需要協助的學生，請適時提供個別關懷。

教育不只是傳遞知識，更是陪伴生命成長。透過這樣的活動，我們想傳達給孩子的是：「你本身就很好，你值得被愛，值得被看見。」感謝老師的用心與付出，祝福這堂課能為孩子們帶來溫暖與力量。

敬祝
教安

嬌花 — SEL 社會情緒學習單

青虫樂團《嬌花》主題探索

班級： _____ 座號： _____ 姓名： _____

【活動一：聽歌仔，感受心情】

歌聽了，
你的心情是按怎？這首歌予你想著啥物？

【活動二：我是一蕊嬌花】

「嬌花」就親像每一人獨一無二的嬌。請寫出你家己三項特別的所在（毋管是個性、才能抑是特色攏會使）：

- ① _____
- ② _____
- ③ _____

這三項當中，你上愛你家己的是佗一項？是按怎？

【活動三：予家己寫一句話】

你感覺家己「無夠好」的時陣，你的好朋友若用溫柔的話來共你鼓勵，你希望聽著伊啥物話？

這馬，請你用遮的話來鼓勵家己：

親愛的 _____ (你的名)，

簽名： _____

【活動四：若準我是一蕊花】

若準你是一蕊花，你會是啥物款的花？是按怎？請共伊畫落來抑是用文字詳細說明。

我是：_____ 花

因為：

我的花 (會使畫圖抑是用文字說明)：

【活動五：我的承諾】

透過這條歌佻今仔日的學習，你學著啥物？未來你想欲按怎實踐「認同家己、欣賞家己」？

我學著：

我會：
