

桃園市111學年度國民中小學教師素養導向優良教學示例評選 課程活動設計

壹、課程設計理念

青少年是成長的狂飆期，需要適應生理上的變化，賀爾蒙的改變也影響了他們的情緒，使他們經常衝動混亂，難以自我控制。這時的他們，也正在尋找自我認同與同儕認同，而生在資訊爆炸的數位時代，他們似乎擁有很多資源，但也經歷更快速、更劇烈變化的情緒風暴。

他們好像很外放，張牙舞爪，但實際上卻是不安且壓抑。他們需要學習如何表達與調節自身情緒，但往往找不到方法。

他們在網路世界中展現自己，又在現實生活中隱藏自己，隨時都在矛盾對決。他們面臨課業的壓力，對未來感到茫然，夢想似乎是模糊的存在，可有可無，沒有明顯的輪廓，沒有正確的 SOP 來達成目標。

看著這樣跌跌撞撞的青少年，作為老師覺得心疼之餘，希望可以利用戲劇教育，嘗試碰觸青少年面臨的幾個課題：認識情緒、同儕相處、家庭矛盾、網路現實、夢想抉擇。

戲劇作為一個媒介，提供了安全的距離和假想的空間，讓學生在扮演的過程中，可以經驗不同的人生狀況，卻又不會面臨到真實的後果。過程戲劇讓學生有高度的參與感和掌控感，師生、同儕一起建構出故事情境，不同的習式則提供思辨練習的機會。

希望透過這次的課程，讓學生面對不同的生活情境時，能夠辨識情緒，甚至學習面對、調節情緒。藉由戲劇扮演，讓學生有機會去體驗不同角色的經歷（父母、師長、同儕、網友），在過程中嘗試同理角色的心境，回到現實生活中，也許就能與身邊的人展開更多對話的空間。

人生就像一部沒有劇本的即興劇，每一次重大的抉擇都會導向不同的結果，在經歷困境時，往往會對當初的抉擇感到後悔。然而，世界上雖然沒有後悔藥，我們卻可以讓學生透過戲劇情境的模擬，去推演不同抉擇所產生的影響。從體驗「虛擬情境」的過程中，去長出面對「真實情境」時所需要的思辨能力，進而願意去探索方法、去解決問題。

貳、課程架構

小魚的網紅夢	
活動名稱	目標
情緒 PK 賽-情境篇	能辨識生活情境中的情緒
情緒 PK 賽-演繹篇	能演繹不同的情緒狀態
教師入戲-我是小玉	能認識主角小玉的基本背景資料，進入故事情境中
生活圈子	能與同儕合作，共同建構出小玉的生活情境樣貌
教師入戲-小魚停更	能隨著小玉的自述，進入故事情境中
情境推演	能與同儕討論，推演網紅小魚停更的原因，可能是現實中的小玉遭遇了什麼事情，並與小組即興演出情境
八卦圈	能以不同的角色身份立場，和其他人分享看法

牆上的角色	能同理小玉/小魚的感受，寫出角色的外在形象，與內心感受
坐針氈	坐針氈者能透過回答提問，同理角色的困境、心境，同儕能透過提問，了解角色狀態，共同建構出角色細節與故事情境脈絡
教師入戲-廣告邀約	能隨著小玉的自述，進入故事情境中，並思考他遭遇的兩難困境
良心巷	能思考問題，並向所有人表達自己的立場和看法
匿名投票	能以匿名方式，寫下更真實的觀點、感受和想法
五年後的小玉/魚	能根據不同的選擇，推測小玉/小魚未來的發展，透過戲劇情境的模擬，反思與自己實際生活情境的連結

參、課程內容

主題/單元名稱	過程戲劇—小魚的網紅夢	設計者	陳亭卉
實施年級	八年級	節數	共 6 節， 270分鐘
課程類型	主題式課程	課程實施時間	藝術領域/表演藝術科
總綱核心素養	A1身心素質與自我精進 A2系統思考與解決問題 B1符號運用與溝通表達 B3藝術涵養與美感素養 C2人際關係與團隊合作		
領域學習重點	核心素養 藝-J-A1 參與藝術活動，增進美感知能。 藝-J-A2 嘗試設計思考，探索藝術實踐解決問題的途徑。 藝-J-B1 應用藝術符號，以表達觀點與風格。 藝-J-B3 善用多元感官，探索理解藝術與生活的關聯，以展現美感識。 藝-J-C2 透過藝術實踐，建立利他與合群的知能，培養團隊合作與溝通協調的能力。		
學習表現	表 1-IV-1 能運用特定元素、形式、技巧與肢體語彙表現想法，發展多元能力，並在劇場中呈現。		

<p>猜出該情緒。</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 換下一位組員說明下一張牌卡的情緒，以此類推，直到整組的同學都完成，統計時間。 ◆ B組依照相同規則進行，兩組中以時間短的組別獲勝。 <p>● 情緒PK賽-演繹篇</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ A組派出一人，依照老師手中的情緒牌卡，演出該情緒狀態（可加台詞輔助，但不可直接將該情緒說出來）由同組其他成員一起猜出該情緒。 ◆ 換下一位組員演繹下一張牌卡的情緒，以此類推，直到整組的同學都完成，統計時間。 ◆ B組依照相同規則進行，兩組中以時間短的組別獲勝。 <p>● 反思與結語</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 為什麼猜得中？猜不中？同學表演的情緒，跟你的感覺一致嗎？ ◆ 部分情緒被同學跳過了，說不出來或演不出來，大家一起想想，什麼情境下會出現這些情緒？（ex: 矛盾、信任感、壓抑、無畏…等） ◆ 日常生活中，你最常出現的情緒反應是什麼？出現這些情緒時，你希望別人怎麼對待？ <p>◆ 註：使用牌卡為「黃錦敦卡片作品-情緒對話卡」</p>	15	小組合作
<p>第一節課結束</p>	10	表達想法
<p>第二節課開始</p>		
<p>● 暖身：遊走</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 在這個空間中安靜遊走，盡量與其他人保持距離，所有人平均分散在空間中 ◆ 在遊走時，依照老師指定的情緒，作出變化（表情、走路姿勢、速度） 	3	課堂參與
<p>● 教師入戲：扮演小玉，自述狀態</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 老師穿戴外套與帽子，坐在舞台中央，開始獨白： <p>我叫小玉，今年國三。我在老師眼裡，應該是那種很乖很安靜的小孩。我很遵守規矩，不會特別惹事。我上課很想專心，但我常常都聽不懂老師在講什麼，就算回家功課都有寫，也很努力想念書，但成績一直都不上不下的。大概國二的時候吧，我就知道自己不是讀書的料。</p> <p>班上有一些女生會跟我一起聊天，但我常常覺得，就算跟他們在一起，好像還是自己一個人，沒有人真正的瞭解我，也沒有人真正的喜歡我。</p> <p>我家離學校很近，我每天都會自己走路回家，媽媽下班會買便當回</p> 	5	專注聆聽

<p>來，吃完晚餐，我就會回到房間，把房門關上。</p> <p>我跟我爸不熟，他通常半夜才會回來，而我媽基本上不太管我，她都坐在客廳滑手機，但我也不知道實際上他在幹什麼。他們都說，我快上高中了，所以讓我自律，他們尊重我。</p> <p>我長得很普通，但我發現，靠著化妝，我可以變成另一個人...</p> <p>我從國一下開始就在網路上看影片學化妝，把零用錢都存起來買彩妝用品，反正爸爸媽媽根本也不管我，國二的時候，我開了自己的頻道—「小魚愛化妝」。我開始在YT上分享自己的美妝經驗，訂閱的人也越來越多，最近剛突破5000人，但學校不准我們化妝，所以班上同學都沒看過我化妝的樣子，也沒人知道我就是Youtuber小魚...</p>		
<p>● 生活圈子+思路追蹤：建構情境</p> <p>◆ 全班分成五組，各自抽取一張紙條，紙條上有不同的提示：</p> <ul style="list-style-type: none"> · A 家庭成員 · B 學校同學們 · C 學校老師們 · D 網路上的粉絲 · E 網路上的酸民 	15	參與 討論 排練
<p>◆ 各組討論小玉在不同的生活圈中，會是什麼樣子？</p> <p>◆ 小組排練後，輪流上台呈現定格鏡像，每一組中扮演小玉者，需穿戴小玉的外套與帽子。</p> <p>◆ 呈現時注意舞台區位平衡、畫面的高中低水平</p> <p>◆ 思路追蹤：教師在鏡像中，輪流輕拍演員的肩膀，該演員說出一句該角色的台詞</p>	15	小組 呈現
<p>● 反思與結語</p> <p>◆ 小玉在不同的生活圈中，有不同的樣貌，想想看，什麼時候他比較自在？什麼時候他會不開心？什麼時候他會很困擾？</p> <p>◆ 下週，小玉又會發生什麼事？敬請期待</p>	7	表達 想法
<p>第二節課結束</p>		
<p>第三節課開始</p>		
<p>● 暖身：遊走</p> <p>◆ 以上週設定的角色進行遊走（不同生活圈中的小玉、老師、爸爸、媽媽、妹妹、同學、粉絲、酸民...）</p> <p>◆ 聽到鈴鼓聲，以該角色的狀態定格</p> <p>◆ 思路追蹤：教師輕拍每位演員肩膀，演員以該角色的身份，說出一句帶有情緒狀態的台詞</p>	5	課堂 參與
<p>● 教師入戲：扮演小玉，自述狀態</p>	3	專注

<ul style="list-style-type: none"> ◆ 老師穿戴外套與帽子，坐在舞台中央開始獨白： 我的頻道訂閱人數最近突破一萬人了！好有成就感喔！但是…酸民好像也越來越多了，有些留言講得好難聽，我又沒有得罪他們，幹嘛那樣講我？吃飽太閒嗎？這些酸民什麼時候才能閉嘴啊？ 學校老師也越來越囉唆了，是說，對啦，再過兩個禮拜就要會考了嘛，呵呵，老師最在意成績了，可是我就是考不好啊。 而且，最近又發生了一些事情，真的弄得我好煩喔，我想，我還是停更我的頻道一段時間好了…… 		聆聽
<ul style="list-style-type: none"> ● 情境推演 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 各組討論，在不同生活圈中的小玉，可能遇到了什麼事？他的情緒產生什麼變化？為什麼會想要停更頻道？ ◆ 設計1~3分鐘的劇情，小組排練，細節部分可即興演出 	15	參與 討論 排練
<ul style="list-style-type: none"> ◆ 分組呈現，806呈現內容如下： <ul style="list-style-type: none"> · A 家庭：偷交男朋友被爸媽抓到、男友被妹妹搶走 · B 同學：小玉其實是男生，但在網路上的美妝小魚是女生，被班上同學發現且拆穿 · C 老師：國文老師與導師發生爭執，導師支持他發展興趣，國文老師覺得成績太爛無法接受，輔導室老師安慰他 · D 粉絲：在某次直播中，有酸民鬧場，粉絲與酸民起衝突 · E 酸民：用難堪字眼的負評刷爆留言板， 	15	小組 呈現
<ul style="list-style-type: none"> ● 反思與結語 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 哪一組的情境讓你最有共鳴？最有可能是小玉遇到的事情？ ◆ 若是你，遇到這樣的事情，你會有什麼感受？你會怎麼做？ 	7	表達 想法
第三節課結束		
第四節課開始		
<ul style="list-style-type: none"> ● 暖身：遊走八卦圈 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 全班以各自的角色狀態進行遊走 ◆ 在遊走時，可以與遇到的其他人交換情報，說出自己的感受或是對小玉的想法 ◆ 以2~3人一組定格，教師訪問各組交換情報的內容 	10	課堂 參與
<ul style="list-style-type: none"> ● 牆上的角色 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 每組在海報上畫出一個大的人形，每個人拿一支彩色筆 ◆ 跳脫各自的角色設定，從八卦圈聽到的情報中，去寫出小玉的內在與外在 ◆ 人型的內部：小玉的心理、想法、情緒 ◆ 人形的外部：外界對小玉的看法、評價、情緒 ◆ 每個人手上有六個點點貼紙，參觀各組寫下的海報，並在有共鳴的「小 	20	小組 討論 完成 海報
<ul style="list-style-type: none"> ◆ 每個人手上有六個點點貼紙，參觀各組寫下的海報，並在有共鳴的「小 	5	課堂

<p>玉內在」旁貼上點點</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 反思與結語 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 將所有的海報貼在前面，教師一一唸出海報上的文字，並指出哪些內容獲得了較多的共鳴 ◆ 依照目前現有的情報，你覺得小玉內在最渴望的事情可能是什麼？與你自己的內在是否有連結呢？ <p>第四節課結束</p>	10	參與 表達 想法
<p>第五節課開始</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 教師入戲：扮演小玉，自述狀態 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 老師穿戴外套與帽子，坐在舞台中央開始獨白： 真的好煩喔，根本就沒有人在乎我到底在想什麼！昨天晚上我爸喝得醉醺醺的回來，然後我聽見他跟媽媽大吵了一架，我爸開的餐廳好像出事了，最近網路上有人一直在留負評，不知道他到底在搞什麼？ 我媽也沒好到哪裡去，她居然怪我爸都不管家裡？笑死，她有在管嗎？她有關心我嗎？她根本也不知道我在幹嘛吧？呵呵 明明就住在一起，但這個家根本就沒有溫暖，我們都不了解彼此吧 	2	專注 聆聽
<ul style="list-style-type: none"> ● 坐針氈：爸爸 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 教師邀請扮演爸爸的演員上台坐在椅子上 ◆ 由同學輪流提問，問出爸爸的心理狀態、感受、想法、遭遇 ◆ 扮演爸爸的演員，必須揣摩爸爸的感受，模擬推測爸爸遇到的狀況，以爸爸的心境回答問題 ◆ 邀請不同的同學扮演爸爸坐針氈，接受提問 ◆ 思路追蹤：請「爸爸」邀請三位演員演出自己的心理狀態定格，並輕拍三位分身肩膀，讓三位分身說出爸爸的心聲 	10	課堂 參與
<ul style="list-style-type: none"> ● 坐針氈：媽媽 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 教師邀請扮演媽媽的演員上台坐在椅子上 ◆ 由同學輪流提問，問出媽媽的心理狀態、感受、想法、遭遇 ◆ 扮演媽媽的演員，必須揣摩媽媽的感受，模擬推測媽媽遇到的狀況，以媽媽的心境回答問題 ◆ 邀請不同的同學扮演媽媽坐針氈，接受提問 ◆ 思路追蹤：請「媽媽」邀請三位演員演出自己的心理狀態定格，並輕拍三位分身肩膀，讓三位分身說出媽媽的心聲 	10	課堂 參與
<ul style="list-style-type: none"> ● 坐針氈：現實中的小玉 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 教師邀請自願扮演小玉的演員上台坐在椅子上 ◆ 由同學輪流提問，問出小玉的心理狀態、感受、想法、遭遇 ◆ 扮演小玉的演員，必須揣摩小玉的感受，模擬推測小玉遇到的狀況， 	10	課堂 參與

<p>以小玉的心境回答問題</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 思路追蹤：請「小玉」邀請三位演員演出自己的心理狀態定格，並輕拍三位分身肩膀，讓三位分身說出小玉的心聲 ● 坐針氈：網路上的小魚 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 教師邀請自願扮演小魚的演員上台坐在椅子上 ◆ 由同學輪流提問，問出小魚的心理狀態、感受、想法、遭遇 ◆ 扮演小玉的演員，必須揣摩小魚的感受，模擬推測小魚遇到的狀況，以小玉的心境回答問題 ◆ 思路追蹤：請「小魚」邀請三位演員演出自己的心理狀態定格，並輕拍三位分身肩膀，讓三位分身說出小魚的心聲 ● 演出結束儀式：去角色 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 請所有今天有參與的演員在舞台上排成一列 ◆ 每個人輪流大聲說出：我不是 XX（角色名），我是 000（演員自己的本名） 	<p>10</p> <p>3</p>	<p>課堂參與</p>
<p>第五節課結束</p>		
<p>第六節課開始</p>		
<ul style="list-style-type: none"> ● 暖身與回顧：牆上的角色 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 全班一起在瀏覽一次牆上的角色海報 ● 教師入戲：扮演小玉，自述狀態 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 再過一個禮拜要會考了，你們都以為我停更是因為要認真準備考試對吧？哈！其實是因為，我最近很煩惱，煩到我實在沒心思再拍新片。我前陣子收到一封 e-mail，是一個有名的經紀公司發來的，他們看到我的影片，覺得我很棒，想邀請我去參加一個彩妝廣告拍攝！超酷的吧！信上說，如果我參加了，就可以正式出道當藝人！我不但可以獲得舞台和機會，甚至可以賺錢！這樣應該就可以幫爸爸的忙了吧！但是，廣告拍攝日期是在會考那天……如果不參加會考，那我就只有國中學歷耶？不知道不可用其他管道申請入學？輔導老師好像說過，但我也忘了…如果參加會考，那這次的機會就會錯過了，以後還有這麼好的機會可以出道嗎？我現在真的好煩，你們可以幫幫我嗎？ 	<p>3</p> <p>5</p>	<p>專注聆聽</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● 會議：贊成與反對 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 所有人在空間中遊走，自由討論是贊成或反對 	<p>2</p>	<p>課堂參與</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● 良心巷 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 贊成拍攝廣告的人站一排，反對的站一排 ◆ 每位同學可以自由決定以什麼角色身份給小玉建議，例：以小玉爸爸的身份給小玉建議、以806某某同學的身份給小玉建議…等等 ◆ 教師穿上小玉的服裝，穿過良心巷，一一聽取每一個人的建議，每位同學可以充分表達看法 ● 匿名投票 	<p>15</p>	<p>表達想法</p>

<ul style="list-style-type: none"> ◆ 每個人在紙條上寫出贊成或反對，並寫上贊成或反對的理由 ◆ 由教師開票，並唸出上面的理由 ● 反思與結語 <ul style="list-style-type: none"> ◆ 教師說明，小玉後最終還是做出了決定，但依照他的決定不同，他未來的際遇可能會完全不同…… ◆ 填寫學習單：五年後的小玉 ◆ 五年後的小玉：若他選擇會考/成為網紅，那麼他可能會發生什麼事情，五年後他會過著什麼樣的生活？有什麼感受？他會不會後悔？ ◆ 在這整個過程中，我們一起經歷了小玉的生活，他發生了什麼事情，讓你最有共鳴？他的哪些情緒你感同身受？若是你，你會怎麼做？ <p>第六節課結束</p>	<p>10</p> <p>10</p>	<p>課堂參與</p> <p>學習單</p>
<p>參考資料</p>	<p>尼蘭德斯[Neelands]、古德[Goode]著（2005），舒志義、李慧心譯， 《建構戲劇：戲劇教學策略 70 式》</p> <p>紀家琳，《創作性戲劇：理論、實作與應用》</p> <p>蘇慶元，〈設計過程戲劇-從故事出發〉</p> <p>蘇慶元，〈博物館與安置機構青少年在戲劇的相遇：「卑南救援行動」〉</p>	