

113 年度「校園法治教育新思維-修復式正義之校園實踐」 友善校園策進研討會及入校宣導實施計畫

壹、依據：

- 一、臺南市教育局所屬學校 113 年度品德領航學校教育推展計畫。
- 二、教育部校園霸凌防制準則。

貳、目標：

- 一、應用專業輔導概念與技術，落實學生訓輔工作，建立友善校園環境。
- 二、增進學校對修復式正義的瞭解，透過和平善意的溝通方式，化解校園紛爭，營造校園安全環境。
- 三、藉由入校宣導課程，將修復式正義精神與理念落實於校園及班級，有效和平處理校園衝突及違規事件。

參、辦理單位：

- 一、主辦單位：臺南市政府教育局
- 二、承辦單位：臺南市麻豆區麻豆國小
- 三、協辦單位：臺南市麻豆區麻豆國小、台南律師公會

肆、實施方式：

一、策進研討會：

- (一) 實施內容：藉由各校代表參加研討會，提升學校對於修復式正義理念與操作之瞭解，課程表如附件 1-A。
- (二) 實施對象：臺南市所轄各高國中及國小(12 班以上學校)各校請指派代表(學輔教師)1 名，其餘各校可依有教學不利、不當管教事件或霸凌事件自由報名參加。
- (三) 實施場地及名額：

1. 第一場：

- (1) 承辦學校：臺南市麻豆區麻豆國小
- (2) 研習地點：臺南市麻豆區麻豆國小
- (3) 參加人員：臺南市所轄各高國中及國小行政或者教師，共計 160 名。

2. 第二場：

- (1) 承辦學校：臺南市麻豆區麻豆國小
- (2) 研習地點：臺南市麻豆區麻豆國小

(3)參加人員：臺南市所轄各高國中及國小行政或者教師，共計 160 名。

(四)辦理時程：第一場 113 年 8 月 2 日、第二場 113 年 11 月 22 日暫訂

(五)報名方式：臺南市政府教育局網路中心學習護照報名

(第一場編號 295309、第二場編號○)。

二、入校宣導：

(一)實施內容：由台南律師公會會員且經受訓完成之校園種子講師，到校進行宣導，落實修復式正義精神與理念，協助學校提升處理校園衝突事件素養能力，課程表如附件 1-B。

(二)辦理方式：臺南市所轄各高國中及國小辦理入校宣導 80 場次，每場次 3 小時，以未申請過的學校優先，12 班以上學校請務必提出申請，亦歡迎學校策略聯盟共同申請，網路申請表單網址：

[https://docs.google.com/spreadsheets/d/1uXputlXVsHaVYz7pcc-](https://docs.google.com/spreadsheets/d/1uXputlXVsHaVYz7pcc-Njnl3XGp2Yqww/edit?usp=sharing&ouid=105406107091595577828&rtpof=true&sd=true)

[Njnl3XGp2Yqww/edit?usp=sharing&ouid=105406107091595577828&rtpof=true&sd=true](https://docs.google.com/spreadsheets/d/1uXputlXVsHaVYz7pcc-Njnl3XGp2Yqww/edit?usp=sharing&ouid=105406107091595577828&rtpof=true&sd=true)

學校填寫申請表完畢經與麻豆國小鄭佳韻主任確認後即申請成功。

(三)申請期限：

2 月- 7 月場次：即日起至 113 年 3 月 29 日止

8 月-11 月場次：即日起至 113 年 8 月 30 日止

(四)成果經費：講師鐘點費由本局支應，請學校於核可後開設校內研習，並將成果報告表、講師簽到表掃描檔（如附件 2）上傳線上填報（另案公告）。

(五)辦理時程：預定於 112 學年度下學期至 113 學年度上學期辦理（113 年 2 月 23 日～11 月 29 日），可申請校內研習進修時間或暑假備課研習辦理。

伍、經費來源：由臺南市政府教育局補助（如經費概算表）。

陸、預期效益：

一、透過各校種子教師策進研討會，培訓本市學校修復式正義理念及操作人力，協助校方處理學生衝突事件之後續關係修復。

二、辦理 80 場次之台南律師公會講師入校宣導，走入校園宣導修復式正義操作，並指導學校處理學生衝突事件之實務作為，提升學校有效處理

相關事件能力，建構友善校園環境。

柒、參加研習之人員請自備環保杯、環保筷，一律給予公(差)假登記全程參與者核發 3 小時研習時數。

捌、獎勵：辦理本計畫有功人員，依相關規定予以敘獎。

玖、聯絡方式：入校宣導研習承辦學校

麻豆區麻豆國小輔導室鄭佳韻主任（5722145 分機 804）。

拾、本計畫陳臺南市政府教育局核定後實施，修正時亦同。

**113 年度「校園法治教育新思維-修復式正義之校園實踐」
友善校園種子教師策進研討會（第一場）
課程表**

研習日期：113 年 8 月 2 日(星期五)

時間	內容	活動內容	主持人
8:50-9:00		報到	麻豆國小團隊
9:00-9:10		開幕式	臺南市政府教育局 學輔校安科
9:10-9:30		修復式正義與善意溝通 暨運用說明淺談輔導管教	台南律師公會黃逸豪律師
9:30-10:20		復式正義工作坊－ 以違法處罰、教學不利為例	台南律師公會講師
10:20-10:30		茶敘	麻豆國小團隊
10:30-11:20		修復式正義工作坊－ 霸凌之校園紛爭處理為例	台南律師公會講師
11:20-11:30		茶敘	麻豆國小團隊
11:30-12:20		綜合座談	臺南市政府教育局 學輔校安科

友善校園種子教師策進研討會（第二場）

課程表

研習日期：113 年 11 月 22 日(星期五)

時間	內容	活動內容	主持人
8:50-9:00		報到	麻豆國小團隊
9:00-9:10		開幕式	臺南市政府教育局 學輔校安科
9:10-9:30		修復式正義與善意溝通 暨運用說明淺談輔導管教	台南律師公會黃逸豪律師
9:30-10:20		復式正義工作坊－ 以不當管教、教學不利為例	台南律師公會講師
10:20-10:30		茶敘	麻豆國小團隊
10:30-11:20		修復式正義工作坊－ 霸凌之校園紛爭處理為例	台南律師公會講師
11:20-11:30		茶敘	麻豆國小團隊
11:30-12:20		綜合座談	臺南市政府教育局 學輔校安科

113 年度「校園法治教育新思維-修復式正義之校園實踐」

入校宣導課程表

研習日期：113 年 3 月～11 月

時間	內容	活動內容	主持人
13:20-13:30		開幕式	各校團隊
13:30-14:20		修復式正義與善意溝通介紹	台南律師公會講師
14:20-15:50		實務案例分享與探討	台南律師公會講師
15:50-16:30		綜合座談	各校團隊

附件 2

113 年度「校園法治教育新思維-修復式正義之校園實踐」

○○國○成果報告表

計畫名稱	112 年度「校園法治教育新思維-修復式正義之校園實踐」友善校園策進研討會及入校宣導實施計畫	辦理地點	
		辦理時間	113 年 ○ 月 ○ 日
參與對象			
研習時數	3 小時	參與人次	人

執行成果概述：

- 1.
- 2.
- 3.

113 年度「校園法治教育新思維-修復式正義之校園實踐」
○○國○成果報告表

**臺南市 113 年度「校園法治教育新思維-修復式正義之校園實踐」
【 場】研習回饋統計表**

項目	內容(滿意度內容煩請以百分比呈現)	學員同意度				
		非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
講座	課程內容豐富	%	%	%	%	%
	講座表達生動活潑	%	%	%	%	%
	啟發思考引導學習	%	%	%	%	%
	個人學習收穫良多	%	%	%	%	%
課程	課程內容契合講題	%	%	%	%	%
	課程內容契合當前學生輔導問題	%	%	%	%	%
	課程內容有助增進工作相關知能技巧	%	%	%	%	%
	課程內容有助於提升實務、行政或教學研發工作之品質	%	%	%	%	%
	課程內容有助於提升實務、行政或教學研發工作之創新	%	%	%	%	%
行政 安排	場地安排（含教室設施、輔助器材、住宿分配...等等相關設備）完善	%	%	%	%	%
	手冊內容及提供資料豐富且完整	%	%	%	%	%
	研習流程與整體時間掌控流暢	%	%	%	%	%
	整體服務滿意度	%	%	%	%	%

**臺南市 113 年度「校園法治教育新思維-修復式正義之校園實踐」
講師簽到表**

計畫名稱	112 年度「校園法治教育新思維-修復式正義之校園實踐」 友善校園策進研討會及入校宣導實施計畫
辦理學校	臺南市 區 國中(小)
辦理時間	113 年 ○ 月 ○ 日
研習時數	3 小時
講師姓名	
講師簽到	

修復式正義工作坊



講師：

黃雅萍律師、陳慈鳳律師、蘇小津律師
林怡伶律師、吳玉英律師、岳世晟律師
許哲嘉律師、陳于晴律師、黃逸豪律師

修復式正義工作坊



妨礙關係連結4D語言

——我們習慣的大腦對話模式



4D

- 大腦語言特徵

- 1) 以說者之自我為中心
- 2) 看到問題，沒看到人
- 3) 要改變對方

問題解決模式





Rule1: Do no harm!

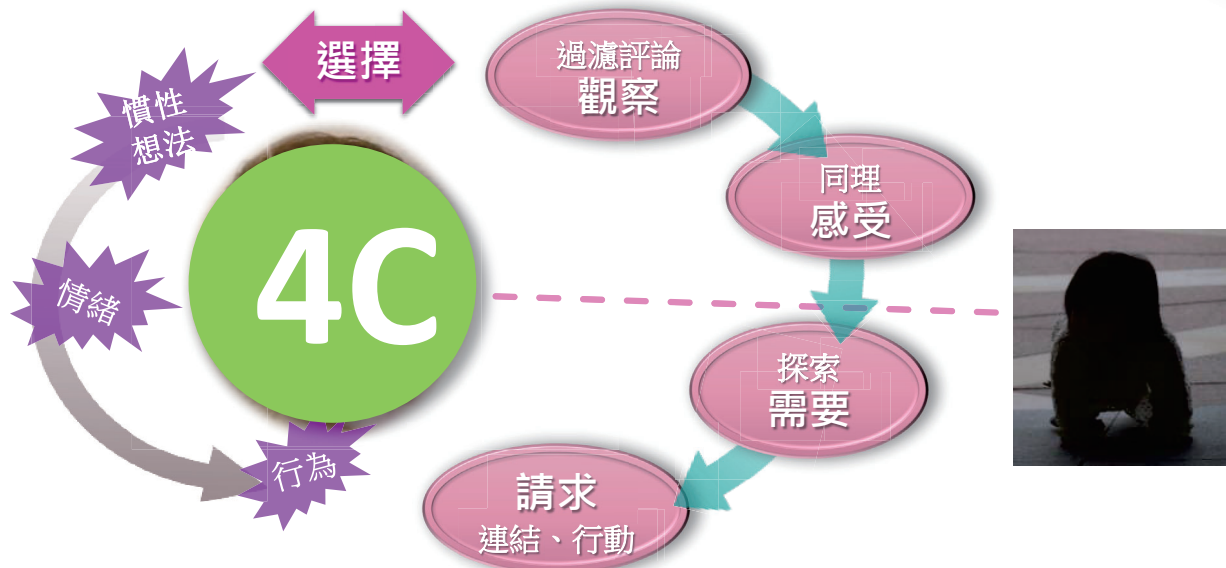
衝突降溫第一守則不要講4D!

Rule2: 心的語言



*

NVC四大元素還原溝通本質



7

冰山理論—回到人的身上看衝突



冰山是種內心歷程的提問

目的：

1. 助說話者進入內心世界，將內容(content)轉成歷程(process)
2. 過程可以重新體驗，建立連結，擴大覺察，改變認知
3. 與其對內容(content)介入不如對過程(process)介入更能有效促進成長

叮嚀：

在當事人當下能力所及範圍內移動

• 觀察：

- 行為:當時發生什麼事?
- 應對姿態:發生這件事，你如何反應呢?
- 當時，你做了什麼回應呢?

• 想法：

- 自動化：當時，你有些什麼想法呢?
- 期待:當時你有期待他怎麼處理這件事呢?

• 感受：

- 當時，你有什麼心情呢?
- 這(感受)你能多說說嗎? 以前有過這麼強的(感受)嗎?

• 需要：

- 你很在乎...
- 你怎麼看你自已?你喜歡自己這樣嗎?你有想要改變嗎?

溝通流程

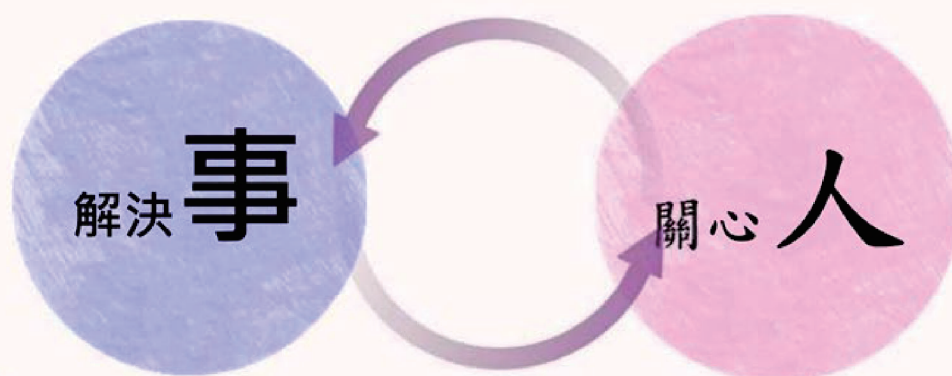


善意溝通語法



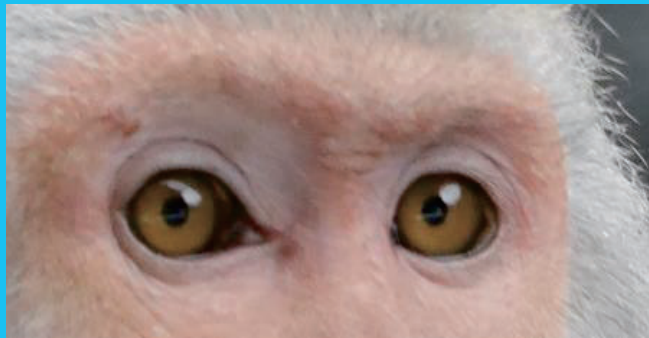
觀察 ↓ 感受 ↓ 需要 ↓ 請求	傾聽他人	自我同理	表達自己
	我看到你....	我看到....	我看到....
	你是否感覺.....	我感覺.....	我感覺.....
	因為你需要(在乎, 重視).....	因為我需要(在乎, 重視).....	因為我需要(在乎, 重視).....
	我可以做...你是否同意/是否可以考慮.....	我很遺憾、接受我可以試試...	我願意...你是否願意.....

溝通焦點



關鍵在開放
對人的關心、理解與好奇

觀察不同於評論



*

觀察不同於評論



- 如攝影機般，就特定時間和情境中進行觀察，並清楚地描述觀察結果
- 將觀察和評論混為一談，別人會傾向聽到批評並反駁我們

我從未見過懶惰的人
我見過
有個人有時在下午睡覺
在兩天不出門
但他不是個懶惰的人
請在說我胡言亂語之前
想一想 他是個懶惰的人 還是
他的行為被我們稱為「懶惰」？
我從未見過愚蠢的孩子
我見過有個孩子有時做的事
我不理解
或不按我的吩咐做事情
但他不是愚蠢的孩子
請在你說他愚蠢之前
想一想 他是個愚蠢的孩子還是
他懂得事情與你不一樣？



練習:觀察還是評論？

1.小明無緣無故對我發脾氣	
2.昨天小明上課時，趴在桌子上睡覺	
3.剛才開會時，主任沒有問我意見	
4.林校長是個好人	
5.老師工作時間太長了	
6.家長很霸道	
7.那學生每次都沒給家長簽聯絡簿	
8.小芬告訴我，我的短髮不好看	

感受不同於想法



*

體會並表達感受



- 對一個不把感受表達出來的人，你有什麼感受？
- 表達感受與形象相衝突？
- 我們被教育服從權威或在意外界的眼光，壓抑自己的感受
- 表達內心的感受可以促進親密關係
- 表達感受時，願意示弱，能助於解決衝突

17

想法當作感受



- 我覺得被誤解了。
- 我覺得被利用了。
- 我覺得被批評了。
- 我覺得被忽視了。
- 以上不是感受，是在分析那人是怎樣對待了我們。

18

18

正向感受



開心

- 愉悅
- 快樂
- 活力
- 樂觀
- 興奮
- 希望

平安

- 寧靜
- 安心
- 和諧
- 自在
- 放鬆
- 滿足
- 踏實
- 安全

情感

- 溫暖
- 友善
- 欣慰
- 窩心
- 甜蜜
- 感動
- 感激
- 幸福
- 陶醉

心智

- 專注
- 清晰
- 自信
- 好奇
- 有趣

負向感受



困頓

- 困擾
- 困惑
- 茫然
- 混淆
- 混亂
- 猶豫
- 懷疑

失落

- 鬱悶
- 悲傷
- 痛心
- 心碎
- 不捨
- 孤獨
- 寂寞
- 遺憾
- 無力
- 無助
- 絕望

受挫

- 震驚
- 失望
- 挫折
- 厭惡
- 尷尬
- 慚愧
- 內疚
- 罪惡
- 後悔
- 嫉妒

生氣

- 不滿
- 不耐
- 厭惡
- 憤怒
- 惱怒
- 煩躁
- 激動

焦慮

- 緊張
- 擔心
- 害怕
- 恐慌
- 恐怖
- 窒息
- 壓力
- 煩惱
- 嚇死

疲喪

- 無聊
- 無趣
- 沮喪
- 灰心
- 氣餒
- 洩氣
- 沈重
- 麻木
- 想睡
- 疲倦
- 耗竭
- 頹喪

練習：感受還是想法



- | | |
|---------------------|--|
| 1. 當你說那句話時，我感到害怕 | |
| 2. 你不和我打招呼，我覺得你不在乎我 | |
| 3. 你能來，我很高興 | |
| 4. 我覺得你真可惡 | |
| 5. 我覺得自己是個沒用的人 | |
| 6. 我感覺你不尊重我 | |

需要不同於策略



*



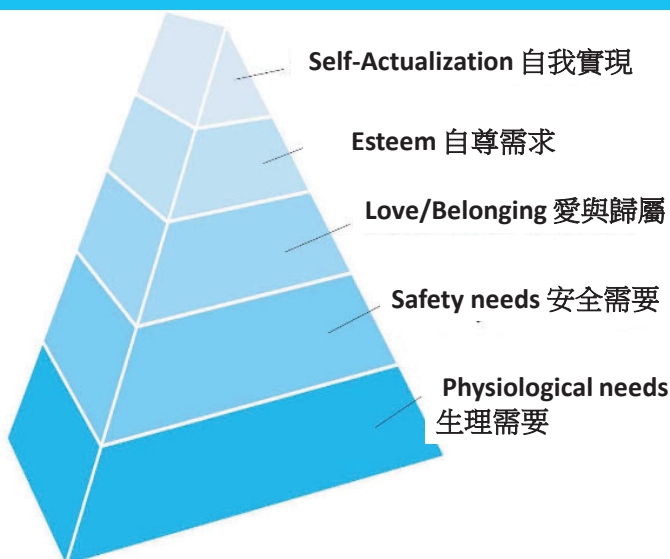
需要不同於策略

- 策略是滿足需要的方法。
- 滿足需要的策略可以是複數。
- 真正成功的人是他不只是只有一個方法來滿足他的需要。

需要VS策略?	
我需要一部車	
我需要關心	
我需要打電動	

23

需要



- 需要是生命健康成長的要素
- 每個感受都在說明我們的需要是否得到滿足
- 每個行為都是在滿足自己的需要
- 意識到你的需要，可以進一步想策略如何來滿足你的需要。

24

24

常見需要



身心滋養	知性	自主性	相互依存
- 空氣、食物、水 - 健康、運動、休息、性表達、觸摸 - 安全，安全感、免於傷害 - 樂趣，娛樂，歡笑	- 成長 - 學習 - 創造力 - 有能力 - 新奇	- 表達自己 - 自己做決定 - 自由 - 尊重 - 平等對待	- 歸屬、接納 - 支持、合作、傾聽、信任、理解、體諒 - 親密關係、友誼、關心、體貼、愛、溫馨、疼惜
慶祝/紀念	正直	自我實現	靈性
- 慶祝 - 分享 - 紀念失落 - 哀悼	- 真誠 - 忠實 - 符合信念 - 榮譽	- 欣賞、肯定、被看見 - 有貢獻，有價值，參與 - 角色成功 - 成就感	- 美 - 和諧、穩定 - 內心平安、自在 - 意義、目的感 - 希望、夢想

每個「不」後面有一個「要」



不要	要
我再也不要理你了!	??
我不要再聽你的了!	??
我心情不好，你不要管我!	??
你不要再這麼「盧」了!!	??



想法可以連結到感受與需要



想法	感受	需要
被羞辱、被看輕、被批評		
被威脅、被傷害、被攻擊		
被控制、被強迫、被壓抑		
被誤解、被懷疑、被猜忌		
被排擠、被歧視		
被遺棄、被忽視		
被否定、被拒絕		
被利用、被操縱		
被欺騙、被背叛		

27

練習:表達需要和感受的關係(職場篇)



1. 你將公司機密文件放在會議室，我很失望

2. 你這麼說，我很生氣，因為我需要尊重

3. 你來得這麼晚，讓我很鬱悶

4. 我很傷心，因為你沒有做曾答應我的事

5. 我很沮喪，我希望我的工作取得更大的進展

6. 你嗓門那麼大，嚇壞我了

7. 你讓我搭便車回家我很高興，因我想早點回家看到孩子

8. 朋友叫我外號，讓我很難過

請求不同於命令



*

命令Demand



- 用「應該」、「必須」、「一定要」、「立刻」等...
- 聽到命令時，只看到兩種選擇：服從或反抗。
- 如果讓他人認為不答應我們就會受到責備，就會把我們的請求看作是命令。
- 他人認為我們是在強迫他們，他們就不會樂於滿足我們的需要。



請求



- 用「請幫忙」「麻煩你」「可不可以」「請考慮…」
- 關鍵在給他人有選擇及拒絕的自由



31

表達請求的原則



- 說清楚我們的請求，有時是困難的。可是，如果我們都不清楚自己想要什麼，對別人來說，那就更難了！
- 原則：
 - 用正面表列
 - ✓ 希望「要做」什麼，不是「不要」什麼
 - 具體可行：抽象性的語言，不具有可操作性
 - 明確之時間

32

合適的請求



特徵	核心	錯誤舉例
正面表列	可操作、可理解	請你不要自作聰明
具體	回到當事人的情境脈絡	你講話時，要多尊重他一點
可行	自主	你要負責讓他們可以同意這件事情
NO POWER OVER	合作	關於你私下又去跟對方談判，我很失望 你忍一下有這麼難嗎？
	開放	這件事情你不同意就算了，不用再討論

練習:合適地表達請求



1. 我希望你理解我
2. 請告訴我，這三種方案你選擇哪一種？
3. 我希望你報告時更有自信
4. 我希望你多關心我
5. 我希望你不要看我的手機，尊重我個人隱私
6. 我希望你經常刷牙
7. 不要在上課時滑手機了
8. 關於昨天的會議，請不要再隱瞞你的看法了

善意溝通文法



善意溝通語法



觀察

客觀觀察不評估、判斷、解讀、猜測

感受

分辨想法與感受，不責怪，由想法理解對方(自己)的感受並說出來，(必要時請對方確認)

需要

方法不同於需要，由想法與感受去理解對方(自己)的需要(必要時請對方確認)

請求

考慮不同解決方法
避免「不要」轉換成「要做」
客氣地「你是否可以考慮…」

傾聽他人

我看到你....

你是否感覺.....

因為你需要(在乎，重視).....

你是否可以考慮.....

表達自己

我看到....

我感覺.....

因為我需要(在乎，重視).....

你是否願意.....

技巧工具箱

好的聆聽

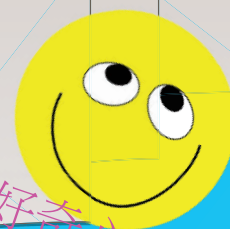
態度：放下已有的想法和判斷，一心一意體會對方的觀察、感受、需要和請求

• 口語：

- ✓ 避免使用4 D 語言，不說理，不說教，不判斷，不臆測，不談責任，不談對錯
- ✓ 過濾評論，重覆事實或感受，請求確認
- ✓ 多澄清感受需要，多同理
- ✓ 聲音放鬆、速度放慢

■ 肢體語言：

- ✓ 同樣高度，雙目接觸
- ✓ 眼神不飄移，一直保持關注
- ✓ 等待，讓對方充分表達他的感受



好奇心！

37

先講心情，再講事情！



我看到你眼底出血了，我很擔心，我很在意你的病情...



要改善人際與團隊關係

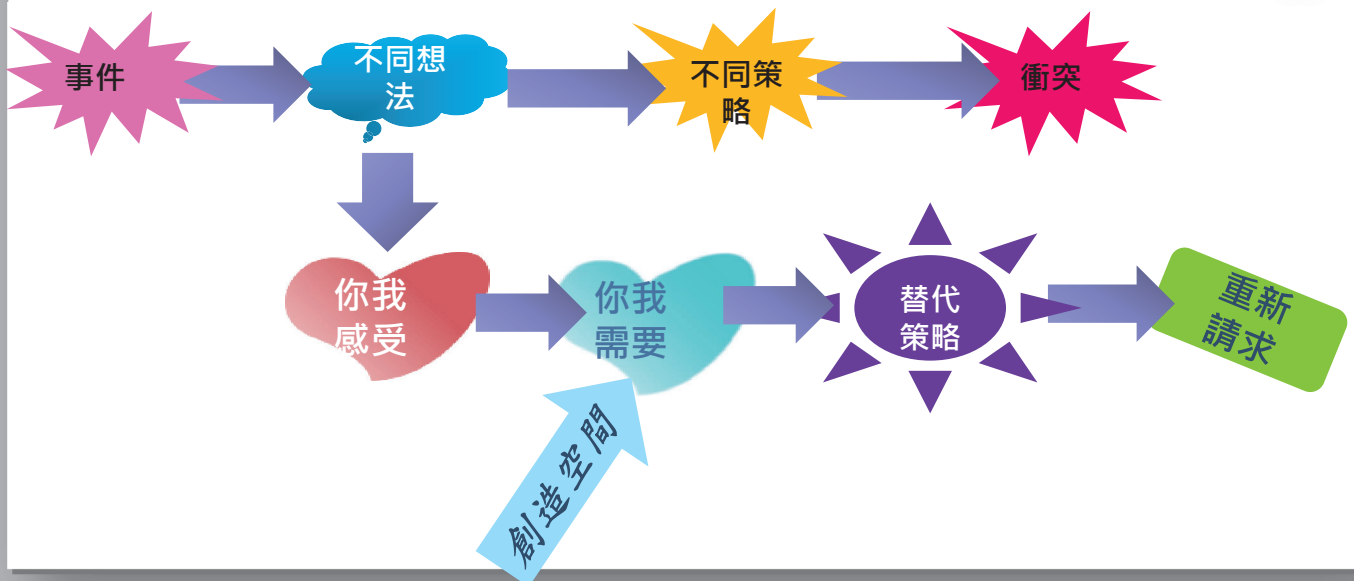


- 1 • 不傷害原則！ 不講 4D
- 2 • 過濾評論，講出【觀察】
- 3 • 相互分享【感受】
- 4 • 找到各方的【需要】
- 5 • 開放地討論各種可能【請求】

39

善意溝通

—讓每個人的需要都得到滿足



案例一

甲師為 00 國中教師，自 112 年 8 月起開始協助訓練學校籃球隊 A、B、C、D、E、F、G、H 共 8 位學生，112 年 11 月 13 日 A 生父親向學校檢舉甲師霸凌 A 生。

案例二

00 市政府教育局於 112 年 11 月 13 日接獲家長檢舉，00 國中 7 年 0 班導師(下稱甲師)，從 112 年 9 月開學開始，命令學生罰跪、用藤條打手心、踢學生肚子及腿部、經常大罵學生笨蛋白癡，這三個月來對學生有嚴重的體罰及霸凌。

案例三

00 小學於 112 年 9 月間收到家長具名檢舉，指行為人(甲師)上課時會以「笨豬」、「頭殼裝屎」等言語羞辱學生，也曾讓學生站立寫自白書而不能吃午餐，後於 112 年 10 月 1 日又收到另位民眾檢舉，指行為人帶學生校外教學期間，私自離開出勤地點跑去商店飲酒，學校因此予以記曠職三小時並記大過。10 月 19 日放學後，行為人帶著酒意，到學校辦公室內，一手持棒球棒，一手揮舞水果刀，質問學校主任為何要記他曠職和大過，並揚言要在學校內自焚抗議，學校通知警方將他逮捕送醫，幸而沒有傷及他人。

