



## 【下班我會跟大家說再見】課程設計

單元類別	工作態度	單元名稱	下班我會跟大家說再見
單元時間	60 分鐘	設計者	曾惠子
適用情況	學生下班時間到，未打招呼，就自己默默離開。		
課程目標	1. 建立學生工作態度之禮貌。 2. 增進職場人際良好互動。		

教學步驟	
步驟	提示
1. 確認情境，現在幾點了呢？	下午五點半，下班時間到了
2. 我準備要下班了	收拾東西，打卡下班，電腦關機
3. 想一想，我要怎麼跟大家說再見？	方法 1：主動揮手跟同事說再見 方法 2：主動開口跟同事說再見
4. 實際行動	選擇方法 2：主動開口跟同事說再見

示範影片—錯誤版	示範影片—正確版
	



課程內容：

課程重點	講述內容	操作	時間
檢視 回家作業	討論回家作業執行的情況與遇到的問題	1. 複習上次的單元步驟 2. 分享回家作業的執行情況	10 分
引發動機	1. 說明職場互動最重要的關鍵： <b>有禮貌</b> 2. 引導學生：詢問影片中發生什麼事情？ 3. 進入主題： <b>下班我會跟大家說再見</b>	1. 播放錯誤版影片—下班時間到，未打招呼，就自己默默離開 2. 分享自己未打招呼就默默離開的經驗	10 分
示範	依據情境，做出正確的示範： 1. 確認情境，確認現在幾點？ 2. 我準備要下班了 3. 想一想，我要怎麼跟大家說再見？ 4. 實際執行	1. 主講人示範 2. 給予提示 3. 再次說明錯誤示範 4. 給予正確說明與提示	30 分
演練	情境演練： 1. 主動揮手跟同事說再見 2. 主動開口跟同事說再見	邀請學員依情境進行演練	
回饋 與修正	依據演練情況請學員給予回饋，回饋後再次演練	1. 提供檢核表給學員，相互檢核是否有確實做到教學步驟 2. 依據學員的回饋，再次進行修正後的演練	
課程總結	1. 複習單元步驟 2. 課程回饋 3. 回家作業	1. 複習今天的步驟 2. 聽聽學員的回應與期待 3. 給予學員課程表現的回饋 4. 說明今天的回家作業	10 分

參考資料：

- 蔡明富編 (2005)。ADHD 與 AUTISM 學生社會技巧訓練課程-認知行為取向。高雄：國立高雄師範大學特殊教育中心。
- 蔡明富編 (2019)。國中小資源班學生社會技巧課程-處人技巧取向。臺中：臺中市政府教育局。
- 簡意玲譯 (2018)。PEERS<sup>®</sup> 青年社交技巧訓練：幫助自閉症類群與社交困難者建立友誼。臺北：心靈工作坊。



回饋檢核表（課程中）：

下班我會跟大家說再見		
<p>●請你觀察老師／同學的演練表現，協助他檢核有沒有做到該步驟</p> <p>■有的話請打勾，也請你將他是如何做到的（話語內容或動作）寫下來</p> <p>■沒有的話請打*，提醒他下次修正。如果你有修正的小撇步，也可以提供</p>		
步驟	達標	他說／做了什麼？
1. 確認情境，現在幾點了呢？		
2. 我準備要下班了		
3. 想一想，我要怎麼跟大家說再見？		
4. 實際行動		

下班我會跟大家說再見		
<p>●請你觀察老師／同學的演練表現，協助他檢核有沒有做到該步驟。</p> <p>■有的話請打勾，也請你將他是如何做到的（話語內容或動作）寫下來</p> <p>■沒有的話請打*，提醒他下次修正。如果你有修正的小撇步，也可以提供</p>		
步驟	達標	他說／做了什麼？
1. 確認情境，現在幾點了呢？		
2. 我準備要下班了		
3. 想一想，我要怎麼跟大家說再見？		
4. 實際行動		



## 回饋檢核表（回家作業）：

### 下班我會跟大家說再見

- 請觀察同學的演練表現，協助他檢核有沒有完成指定步驟。
  - 有的話請打勾，也請你將他是如何做到的（話語內容或動作）寫下來
  - 沒有的話請打\*，提醒他進行修正

演練者：

演練日期：

檢核者：老師 同學 家長

演練情境：

步驟	達標	他說／做了什麼？
1.確認情境，現在幾點了呢？		
2.我準備要下班了		
3.想一想，我要怎麼跟大家說再見？		
4.實際行動		

檢核者回饋意見：





**職場社會技巧課程-**  
**下班我會跟大家說再見**  
編製者：曾惠子

**大綱**

- 01 檢視回家作業
- 02 引發動機
- 03 教學示範
- 04 情境演練
- 05 回饋與修正
- 06 課程總結

**01**  
**檢視回家作業**

**回家作業**      **下班我會跟大家說再見**

- 請觀察同學的演練表現，協助他檢核有沒有完成指定步驟。
  - 有的話請打勾，也請你將他是如何做到的(話語內容或動作)寫下來
  - 沒有的話請打\*，提醒他進行修正

演練者：\_\_\_\_\_ 演練日期：\_\_\_\_\_

檢核者：老師 同學 家長

演練情境：

步驟	達標	他說/做了什麼？
1. 確認情境，現在幾點了呢？		
2. 我準備要下班了		
3. 想一想，我要怎麼跟大家說再見？		
4. 實際執行		

檢核者回饋意見：\_\_\_\_\_

**02**  
**下班我會跟大家說再見**

**注意看，影片中發生甚麼事？**



想一想，你在影片中看到甚麼？

準備下班，離開前禮貌  
上出現哪些問題呢？



想一想，你在影片中看到甚麼？

⊗ 下班時，未打招呼，  
就自己默默離開。



### 03 下班我會跟大家說再見

接下來再看一看，影片中有甚麼不一樣？



想一想，你在影片中看到甚麼？

- ✔ 主動揮手跟同事說再見。
- ✔ 主動開口跟同事說再見。



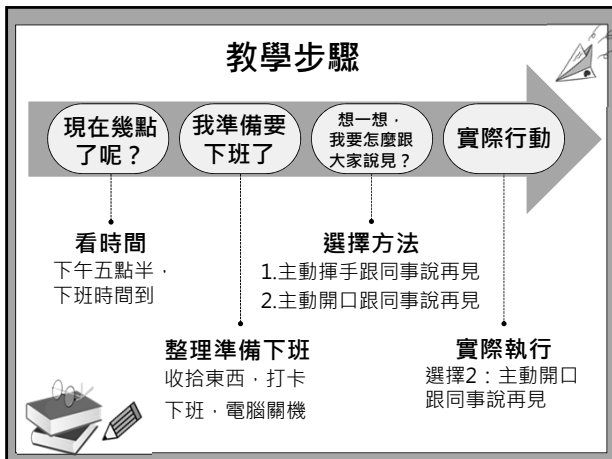
**錯誤版**

下班時，未打  
招呼，就自己  
默默離開

**正確版**

1. 主動揮手跟  
同事說再見
2. 主動開口跟  
同事說再見





### 步驟一

**確認情境，現在幾點了呢？**

下午五點半，下班時間到

### 步驟二

**我準備要下班了**

收拾東西，打卡下班，  
電腦關機

### 步驟三

**想一想，  
我要怎麼跟大家說再見？**

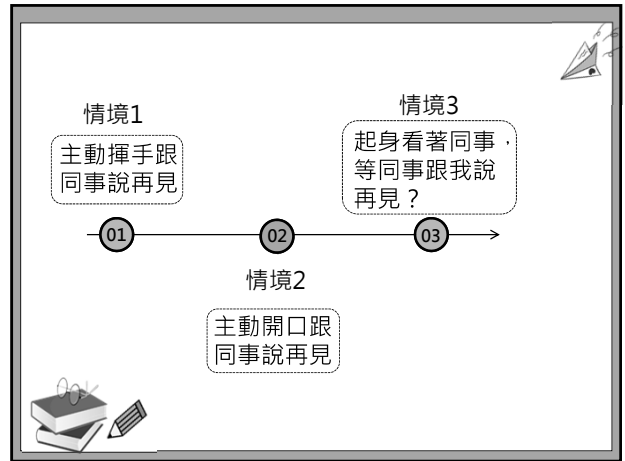
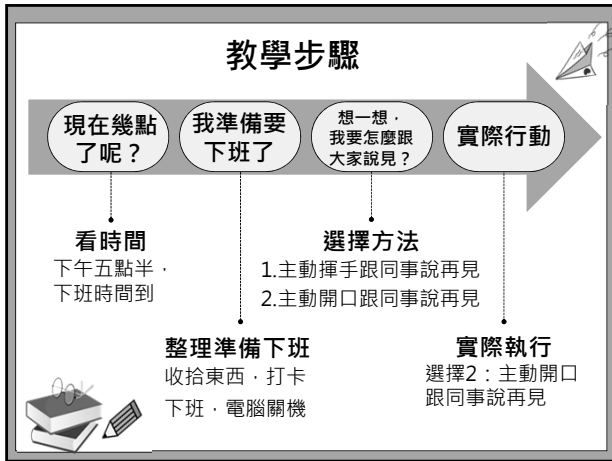
1. 主動揮手跟同事說再見
2. 主動開口跟同事說再見

### 步驟四

**實際行動**

選擇2：主動開口跟同事說再見

## 04 情境演練



- 演練時，請你看一看，**同學們**是不是每一個步驟都有做到了呢？
- 當你進行練習時，是不是每一個步驟都有做到呢？
- 請在檢核表中，再次檢核**自己與同學**的演練情況唷！

### 檢核表

#### 下班我會跟大家說再見

● 請你觀察老師/同學的演練表現，協助他檢核有沒有做到該步驟。

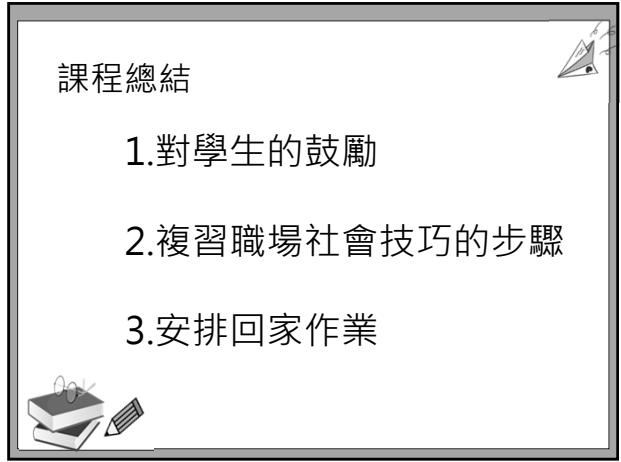
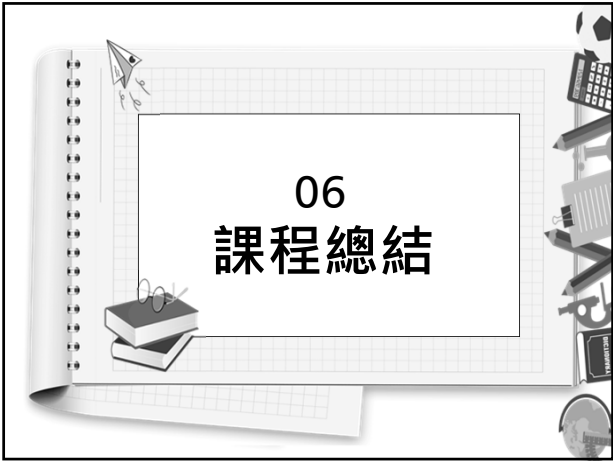
- 有的話請打勾，也請你將他是如何做到的(話語內容或動作)寫下來
- 沒有的話請打\*，提醒他下次修正。如果你有修正的小撇步，也可以提供

步驟	達標	他說/做了什麼？
1. 確認情境，現在幾點了呢？		
2. 我準備下班了		
3. 想一想，我要怎麼跟大家說再見		
4. 實際執行		



針對每位同學的演練過程，  
學員進行回饋與修正。





**回家作業**

**下班我會跟大家說再見**

- 請觀察同學的演練表現，協助他檢核有沒有完成指定步驟。
  - 有的話請打勾，也請你將他是如何做到的(話語內容或動作)寫下來
  - 沒有的話請打\*，提醒他進行修正

演練者： \_\_\_\_\_ 演練日期： \_\_\_\_\_

檢核者：老師 同學 家長

演練情境：

步驟	達標	他說/做了什麼？
1. 確認情境，現在幾點了呢？		
2. 我準備要下班了		
3. 想一想，我要怎麼跟大家說再見？		
4. 實際執行		

檢核者回饋意見：

