

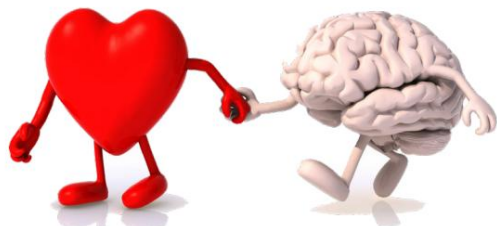
尋求幫助的技巧

活動指南 (幼稚園至二年級)



Know Your Neuro

影片測驗題



1. 什麼是「尋求協助」技能？答：你尋求幫助的能力。
2. 什麼原因導致人們不願意尋求協助？答：有時人們不願意尋求協助是因為他們害怕、尷尬，或認為尋求協助會打擾別人。
3. 尋求協助的第一步是什麼？答：舉手說：「我需要幫助。」
4. 還有哪些方式可以尋求協助？答：可以說：“我還是不明白，請問...” 求助。」或者，“我知道這個，但需要幫助才能記住怎麼做。”
5. 尋求協助的第二步是什麼？答：找到合適的幫手幫忙你。
6. 什麼是好的幫手？答：好的幫手是指會幫助你的人。當你提出要求時。

長期學習

幫助使你更強大

請學生分享或寫下尋求協助能讓自己變得更強大的方式。影片中提到了以下三點：

- a) 學習新知識
- b) 用新的方式理解事物
- c) 因為尋求幫助而對自己產生積極的感覺。

伸出援手

讓學生描繪自己的手、朋友的手或老師的手。

在一張紙上，沿著每根手指寫上他們可以怎麼做。

尋求幫助，例如：

- “我可以幫忙。”
- “我能幫上什麼忙？”
- “需要幫忙嗎？”
- 我可以幫你嗎？

幫助鏈

本週內，每當有學生尋求協助時，就在一串回形針上再加一個迴紋針。挑戰學生們，看看他們能在週末前把回形針鏈拉多長。

誰是你的幫手？

閱讀以下情景，並請學生分享如果遇到以下情況，他們會向誰尋求幫助以及如何尋求幫助：

1. 課間休息時，有人對你說了刻薄的話。
2. 朋友想讓你和他們一起違反一條規則。
3. 某個小組把你排除在遊戲之外。
4. 有人傷害了你的感情，讓你感到難過。
5. 你在學校作業中遇到了困難。
6. 你對某件事感到非常生氣。
7. 你感到非常孤獨，想玩耍。
8. 你不知道怎麼做作業。



找出幫手們

觀看影片“尋求幫助之歌”，並詢問學生他們在影片中看到了多少個樂於助人的人。鼓勵他們思考還有哪些人從事助人工作，以及何時可以提供協助。

影片課程 - 找出影片中的所有幫助者。

<https://www.youtube.com/watch?v=ohkiH4NGogp>