



宜特報報

第 0085 期 105.10.28

活動預報

- 10/18(二)~11/4(五)三週水中體驗暨水療活動
- 11/02(三) 防災輔導團訪視
- 11/11(五) 辦理 watsu 體驗知能研習遊
- 11/12(六) 第 19 週年校慶活動
- 11/16(三) 校慶檢討會
- 11/29(二) 職場參訪

成果畫報

- 宜特慶祝 19 歲生日 P1
- 宜特家長會，有您真好！ P2
- 畢業旅行特輯 P3
- 拒絕霸凌 P6
- 小團體輔導活動 P7
- 有“藝”思的綠手指 P10
- 我與天使們相遇的 108 小時 P12

教學趣報

203 的小小天地 P14

每年的教室佈置，大概都會讓很多導師絞盡腦汁，今年初接到 203 班，希望孩子們有兩個重要的學習主軸，一個是『守護地球』；一個是『經典閱讀』，希望讓孩子們有善良的心，時時行三好~~~。塑膠袋輕薄方便，但是所造成的環境傷害實在可怕，尤其是對海洋生物的殺害，可以說是萬年殺手，佈告欄有.....。

品德馨報

品德專題-禮貌.....P15

品德小語：時時面帶笑容，要別人笑，自己先要笑。要端端正正，不要嘻嘻哈哈；要謹慎慎，不要隨隨便便。能用放大鏡看別人的優點，就會人見人愛。勿隨心所欲，要隨心受教育。舉止要注重禮儀，說話要深思熟慮。稻穗結得越飽滿，越往下垂，一個人越有成就，越要有謙沖的胸襟。.....。

愛的報報

感恩 10 月份捐助：

- (1) 溫清華牙醫師 \$4,980 元
- (2) 李中庸牙醫師 \$4,980 元
- (3) 許媛婷老師 \$10,000 元
- (4) 莊淑玲女士 \$8,000 元



國立宜蘭特殊教育學校



宜特報報

第 0085 期 105.10.28

幸福的 19 年

校長 曾坤祥

走過 19 個年頭，宜特慶祝 19 歲生日了！

民國 87 年陳恆吉校長在無處落腳的困境中，得到宜蘭高商的協助，利用一棟樓領著第一批宜特的師生，開始幸福宜特的學習。能參與那段歲月，總是覺得何其幸運。

現在每天在川堂迎著孩子們下車，不論是睡眼惺忪，或是滿臉笑意；可能急急奔向教室，可能半推半拉；大聲問早，或者木然走過；師長手牽同孩子，殷殷垂問隨車阿姨，交接學生的總總，一幅動人的畫面，美好的一天從孩子笑容中展開是件幸福的，可以想見這一天會是多精彩的準備在眼前！

這是 19 年積蓄的專業能量帶來的幸福。每天我們把孩子竹的需要放在第一位，所以用心的去思考該為他們準備什麼樣的環境，什麼樣的課程，什麼樣的教學，什麼樣的活動。

開學至今，有無數的教學活動進行。9 月在羅東東區扶輪社和頭城農場的支援下，我們前進頭城農場辦理進學禮和環境教育；在大自然的風雨乍晴中，看到每個孩子的笑容，背後有許多師長用心的規劃和臨場的帶領。當秋蘭社工師突破不肯來學校的小菁，接她出現；當新生阿佑執拗魚池邊，鴻家師表現的溫柔堅持，都讓人動容。

進學禮前後走在教室課堂間，會看到每個師長多用心的教學，對熟悉的二、三年級，要喚醒他們二個月暑假的鬆散，所以嘉玲師第一天就要阿遠站立、運動。對一年級新生要熟和調整悉他們的學習慣性，所以為了讓小晴安心離開父親的車子，要放三好歌，最好是大家一起跳一段。

接著有中秋節活動、教師節活動，一直看到同學們的進步。10 月三年級的同學在師長帶領下去金門埠外教學，他們在機場泛出的興奮，讓師長們懸著的心，多了些穩妥！在金門的三天二夜，幾位同行的家長對孩子進步的肯定，相信他們更能肯定師長的專業。

一步一腳印，每一步都是宜特珍貴的資產，希望也是孩子成長過程重要的資糧，為他們的未來幸福而準備！





宜特報報

第 0085 期 105.10.28

宜特家長會 有您真好!
管理員 余淑芬

宜特家長會 有您真好!



輔導會長 賴國珍



輔導會長 耿蓉



輔導會長 陳志明

長期以來，家長會一直站在協助學校校務和教育的發展上而努力，尤以會長對於學校各項活動的推動，更是不餘遺力。感謝歷屆會長：賴國珍先生、耿蓉女士、陳志明先生，在擔任會長期間，對於學生的付出與努力，也感謝 105 學年度學生家長代表、委員的熱情參與。宜特家長會，有您真好！

賀 105 學年度學生家長委員當選名單：



會長
王炳煌



國中部副會長
蕭瑞彤



高職部副會長
劉麗君



財務委員
林鳳琴



監察委員
陳志明



常務委員
游寒青



委員
林芳鈺



委員
黃雅萍



委員
賈惠雯



委員
賴佩如



委員
游美惠



委員
林淑花

家長會成員：班級家長代表→委員→常務委員→會長→副會長及監察委員、財務委員



宜特報報

第 0085 期 105.10.28

畢業旅行

訓育衛生組長 章金德

畢業旅行特輯

宜特小天使要飛出去囉，今年度的畢業旅行選在有很多戰事基地的「金門」。第一天大家從學校出發，前往松山機場搭機。上飛機後飛機準備起飛，很多學生沒有搭過飛機，飛機起飛時臉上露出喜悅與驚喜。

經過一個小時，飛機順利降落金門尚義機場。第一天行程要走訪有名的莒光樓、翟山坑道、金水小學、老街等地；站在莒光樓上大家一起聽著金門地形的介紹，遠眺廈門的美景。



翟山坑道中看到軍事戰地的地形及運用，能在山洞中鑿出一條船行的路，真的不簡單，更看到軍隊的堅毅及應變能力。結束後，大家一起彩繪風獅爺，把金門有名的地標風獅爺一起帶回家，看到同學們發揮創意的塗上顏色，感覺真的很棒！





宜特報報

第 0085 期 105.10.28

畢業旅行

訓育衛生組長 章金德

畢業旅行第二天，今天重溫歷史課本裡的故事，複習了古寧頭戰役及 823 炮戰，看了古代有錢人家住的豪宅.....。

到金門一定要到金門最高的-太武山上看風景，師長們輪流推著維鴻往上，到一半遇到一個熱心的大哥，協助載維鴻到山上。到太武山上的地標拍完照後，大夥開心地慢慢的走下山，不過今天早上真的有運動到。短暫休息吃完午餐後，下午開始在地名產巡禮，酒廠、一條根工廠。第一次金到金門酒廠，還沒進去就先聞其香，濃郁的酒槽味，為金門高粱大大加分。來到金門當然不能忘記金門一條根，進到農會所經營的一條根工廠，看到一條根的製作過程，喝了一杯一條根茶後，結束了下午的行程。晚餐過後大家回到飯店進行當天晚上的團康活動，由金門大學康輔社的大哥哥大姊姊們，帶著我們的學生跳舞、演戲，還有最後的慶生活動，讓大家玩的格外開心；晚會結束後，感謝旅行社還加碼了金門有名的黃牛牛肉麵，讓大家有機會品嚐到在地有名的黃牛牛肉及海鮮麵，大家就在這幸福時刻中度過美好的一天。



國立宜蘭特殊教育學校



宜特報報

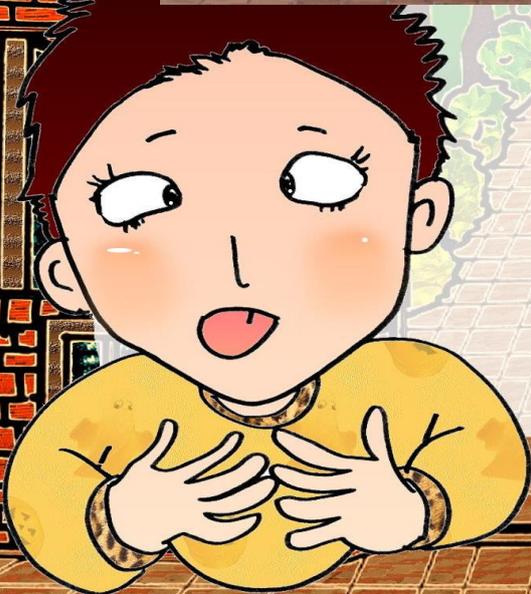
第 0085 期 105.10.28

畢業旅行

訓育衛生組長 章金德



第三天就這樣悄悄的到來，也是本次畢業旅行的最後一天，今天逛了金門民俗文化村及獅山砲陣地，民俗文化村裡的建築及含義別具意義，看模擬砲陣發射，一整個超有喜感，期待孩子們可以帶著滿滿的回憶及伴手禮準備回台灣，也期待這些孩子們下次能跟家人們一起再次同遊金門。



國立宜蘭特殊教育學校



宜特報報

第 0085 期 105.10.28

拒絕霸凌

生體組長 謝振中

~拒絕霸凌~

每個人都有屬於自己的自主權，但是必須自覺的是，在行使自己的自主權時，不得影響及侵犯到他人，學會尊重自己也尊重他人，是一門很重要的課題。

● 涵義

「校園霸凌」係指於校園內、外所發生之個人或集體持續以言語、文字、圖畫、符號、肢體動作或其他方式，直接或間接對他人為貶抑、排擠、欺負、騷擾或戲弄等行為，使他人處於具有敵意或不友善之校園學習環境，或難以抗拒，產生精神上、生理上或財產上之損害，或影響正常學習活動之進行。

● 發生的對象

而至於發生的對象，可以是學生與學生之間、老師與學生之間、老師與老師之間三種。不管是哪一種類型的霸凌行為，若不及時遏止，對受凌者、旁觀者、甚至霸凌者身心發展影響鉅大。受凌者及旁觀者應該勇敢說出來。

● 投訴方法

方法如下：(1)向導師、家長反映；(2)向學校投訴信箱投訴；(3)向縣市反霸凌投訴專線投訴；(4)向教育部 防制校園霸凌專線(0800-200-885)；(5)於校園生活問卷中提出或是向其他管道(警察、好同學、好朋友)述說。

防制校園霸凌主要在營造安全、溫馨、適性的友善校園環境，並建構健康、和諧的校園風氣，讓我們共同「拒絕霸凌」，一起勇敢大聲向校園霸凌說「不」，讓師生在校園中能夠快樂學習、成長。





宜特報報

第 0085 期 105.10.28

輔導知能一把罩

復健輔導組長 陳鄧向

特教學校學生的小團體輔導活動

每學期學務輔導處會辦理兩場次的小團體輔導活動，屬於學校三級輔導工作的次級輔導。一場次是『情緒困擾小團體輔導』，經由精神科醫師評估轉介具情緒困擾的學生，由精神科醫師或心理師帶領活動，讓學生藉由活動達到調適情緒的效果；另一場次是『性別平等教育小團體輔導』，經由導師轉介班上在兩性人際相處有困擾或性平事件高風險的學生，由學校具性別平等教育相關授課經驗師資帶領活動，讓學生透過角色扮演、影片欣賞、心得分享等加強關於性別平等教育相關知能。以下是學生參與課程的活動照片：



『情緒困擾小團體輔導』以暖身運動、主題活動、動靜態活動及分享與回饋設計活動內容



『性別平等教育小團體輔導』以角色扮演、影片欣賞、心得分享及完成學習單設計活動內容

那怎樣的小團體輔導活動運作模式是適合特教學校學生呢？特教學校學生自中重度到極重度都有，從智能障礙到多重障礙各類障別都有，**差異性很大**。而適合小團體輔導方式進行輔導工作的對象基本需求為具口說能力，能聽從簡單指令，能簡單表達意見，因此大部分能參與小團體輔導活動是屬於高組或中組的學生。雖然他們在身體構造及發展是符合實際年齡，但認知與表達落在具體運思期，約是國小階段。就以上的考量並參考徐麗賢（2004）彙整小團體輔導在國小的運作模式，以下提出八點簡單說明適合特教學校學生的小團體輔導活動：

一、小團體的形成

要決定小團體的性質與範圍，在對象決定後能更明確定定團體目標。例如：『情緒困擾小團體輔導』是要讓具情緒困擾的學生能夠學習如何調適情緒；『性別平等教育小團體輔導』是要讓在兩性人際相處有困擾或性平事件高風險的學生，加強關於性別平等教育相關知能。



宜特報報

第 0085 期 105.10.28

輔導知能一把罩

復健輔導組長 陳鄧向

二、成員的篩選

領導者運用觀察、家庭訪視或個別談話等方式，或是相關專業人員協助評估，或請導師協助推薦學生。在甄選過程中需留意成員的意願，可發同意書，了解是否同意參加。事前需讓成員了解團體的目標、性質與過程。

三、人數

團體人數與成員年紀及領導者的能力有關。特教生障礙程度越重，認知發展相對同年齡層學生較低，成員較缺乏耐性，需要領導者較多的關注，所以團體的人數就相對較少。若團體成員過多的話，成員獲得的關注變少，相關耐心也變少，甚至會有用不適當行為來增加被領導者關注的機會，因此可能會造成團體運作的阻力，並影響成員間互動的深度與廣度。在人數上來說，以六至十二人最為適宜。



四、領導者的角色

在團體中，領導者具有兩個主要的角色：一為團體中的領袖，要能和成員打成一片，是團體的一份子；二為提供協助的大人，就像家裡需要父母、在班級中需要老師一樣，是生活中不可或缺的人物。

五、限制

任何團體都會有其限制，參酌國小兒童的小團體輔導實施限制，基於高職特教生的特質可能具有以下五種限制：

- (一) **認知的限制**：團體初期成員無法理解與一般課堂有什麼差別，領導者需要有耐心，協助成員了解小團體的性質，並儘量給予嘗試的機會，漸漸引導成員進入小團體內。
- (二) **語言的限制**：考量成員的語言發展尚未成熟，會談式的方式需要充分的自我表達能力，所以較不適合。成員的非語言表達常常也是代表內心的想法與感覺，領導者應敏銳的觀察與留意。
- (三) **活動時間的限制**：受限於成員注意力與耐心較短暫，活動時間儘量不要超過一節課，若考量活動內容需求，需延長時間，時間不宜過長，或中間給予短暫休息時間。
- (四) **性別的差異**：高職特教生有些對於異性會有好奇心、不清楚自我身體界限或是無法分辨不適當接觸的行為等關於兩性互動的問題存在，因此，需考量團體的需求與目的，決定是由男女分開或是共同組成。



宜特報報

第 0085 期 105.10.28

輔導知能一把罩

復健輔導組長 陳鄧向

(五)公約的制定：成員不清楚在團體中的規則，需要領導者協助一起制定規則，可以先提出一些規則進行討論，藉此引導成員提出想法。

(六)保密的限制：為了要給成員有充分的安全感，團體過程中所發生的事情皆需要保密，除了相關的人員為了團體的進行提出討論之外，所有的細節是不可以對外透露的。

六、氣氛培養

領導者表達尊重、同理及接納的態度，營造安全及信任的氣氛，在此團體環境之下，成員能自由表達情緒，更能讓成員對團體有認同感。

七、活動方式

考量團體成員的性質，以活動與討論並重方式為佳。一開始以小遊戲或照片分享做暖身活動，較能引起成員參與度。除此之外，活動可以以實際操作、說故事、繪畫、手作作品、心得分享、討論大會等方式進行。



八、開始與結束

團體的開始，領導者必須先自我介紹，說明在團體中的角色定位。開始的話題以成員有興趣的主題為主，可以是角色扮演、影片等方式。團體結束時，應留些時間讓成員進行分享，讓領導者了解成員經過團體活動後的感受，並對這些回饋做整理，引導至未來的活動中。

小團體輔導活動的實施是學校輔導工作重要的一環，是介入性輔導工作的重要措施，尤其在特教生的輔導處遇更顯重要。因此在活動設計上應考量學生需求與輔導工作的規劃，並以理論架構與實際需求的基礎。在實施過程中，領導者以動態方式不斷自我評估與自我修正，並與成員與協助者良性互動與專業成長，打造雙贏的效益。





宜特報

第 0085 期 105.10.28

園藝社群-綠手指

專任教師 鄭雅苓

~園藝社群-有”藝”思的綠手指~

這學期均質化國中特班園藝體驗課程活動，課程規劃為園藝認知講解及操作體驗活動兩大部份，本次主題為「綠美化的大功臣-認識觀葉植物」，操作體驗活動為「葉子拓印盆栽」。

這次園藝體驗課程活動，合作學校總共有 5 所宜蘭縣國中特教班，邀請特教班的學生與老師，共同參與這次課程。本次課程首先介紹園藝認知課程-認識觀葉植物，講解觀葉植物的種類、栽培管理、繁殖方法，並準備了 10 道題目，讓學生挑戰一下，看看有沒有認真聽課。接著就是重頭戲，操作體驗活動「葉子拓印盆栽」，每位學生分得一個空玻璃瓶、植栽、發泡煉石。先讓學生將黑色的壓克力顏料，塗滿玻璃瓶，等待顏料變乾，再將左手香塗上自己喜歡的顏色，並放至玻璃瓶身，拓印葉脈，讓每位學生設計屬於自己的盆栽，拓印完成後，放入約 1 公分高的發泡煉石以及植栽，再將水倒入約 7 分滿，即完成作品。



國立宜蘭特殊教育學校

本次的體驗課程活動，簡單、易懂、好操作，學生們透過課程進行，決定自己的盆栽設計，訓練手眼協調性以及和他人合作，間接學會自我決策，適合特教班的學生，也可以推廣到普通學校，讓普通生一起體驗。



宜特報報

第 0085 期 105.10.28

~園藝體驗課程活動花絮~



認知講解-認識觀葉植物



操作體驗-葉子拓印盆栽



室內植物盆栽



室內植物居家綠化工作為現今社會必學的課題之一，室內植物擺設也會間接影響人們在室內活動的健康，部份的人們甚至會利用室內植物風水來改善運勢，因此室內植物盆栽的擺設是可以進一步的來研究，不過，室內植物黃金葛大概也只是 wingdog 目前的等級，淨化空氣的相關知識仍在學習當中...

36 種室內植物淨化空氣排行榜

在一項美國太空總署 (NASA) 的研究中，選出了 50 種能有效去除空氣中有毒氣體的室內植物。從這些入選的室內植物介紹名單當中，特別選出了 27 種台灣常見的植栽。內文中除了有植物栽培管理的基本知識外，並依照「淨化空氣中有毒氣體的功效」、「栽培管理的容易度」、「病蟲害的抵抗力」、「蒸散作用效率」等四大重點逐一評分，並依總分的高低依序排列，相關植物外觀可參閱室內植物圖鑑的內容。



宜特報報

第 0085 期 105.10.28

與天使們的 108 小時

志工 簡鈺樺

我與天使們相遇的 108 小時

「這個世界太需要光，當你們把手伸向我時，就足以點亮我前進的方向！」從第一天到這裡的慌張畏懼、不知所措，到後來能自然的指導、協助你們和你們開心的聊著天，而你們也從害羞不敢和我說話，再一步步的在見到我時興奮主動的打著招呼、然後再毫無掩飾的接納著我！

陪著你們上課打掃吃飯午睡聊天唱歌、校外教學成年禮與同樂會，喜歡你們總願意和我滔滔不絕地分享自己（無論好的壞的）；喜歡你們總願意把手伸向我，讓我帶著你們一起往前（雖然最後我還是必須叫你們自己走），喜歡你們每一個奇怪的笑點搭上純淨的笑聲，喜歡看著你們自信的站在台上唱歌跳舞展現自己，更更喜歡你們那一雙雙會發出閃耀光芒的眼睛（是真的會發光啊！）

雖然每每看見你們，與那些內在的外在的身上的傷疤，總會有好多好多的心疼……，如果沒有受到這樣的生心理之苦，你們過的會是另一個怎樣精彩絢麗的人生呢？但是…正因為有這樣一個獨特的你們，不用受到最正規的教育、不會有最沉重的升學壓力，才可以更自由快樂的去學習和發展，才能有更多如此不凡的生活與未來能由你們去創造的，對吧！

偶爾的打鬧、抱怨、鬥嘴、哭鬧，都是由愛的衍伸。這裡的老師們和哥哥姐姐們，就如同那一株株青翠的稻草一樣，用最大的愛包圍著整個學校、用最溫熱的耐心帶著學生們學習、進步。我在這裡最大的收穫 大概就是看見了老師對學生、學生對老師、還有每位同學間那最堅韌的『愛』，每每都會被觸動著。

謝謝每一個給我幫助、提點和信任的老師們，讓我在陪伴協助學生的同時，也能和他們一同成長，從一開始只會幫他們推輪椅、餵水，到後面也能開始教他們寫功課與學做事，雖然我總會忍不住「幫他們做」而不是「教他們做」或「陪著他們一起做」，但正因為如此讓我知道要學習的是還有很



鈺樺(左一著黑色衣服)
擔任綠博校外教學志工



宜特報報

第 0085 期 105.10.28

與天使們的 108 小時

志工 簡鈺樺

多很多，一定要相信他們都是有能力的！還有那一個個最可愛的天使，雖然偶而還會被你們突來的脾氣給嚇到，但最愛也最感謝的還是你們總願意對著我伸出手、在我身邊撒嬌、姐姐姐姐的叫，謝謝你們讓我知道「陪伴」的力量是如此的強大，即使有些無法開口的……依然會用你們的眼神和行為，來讓我知道我是被你們看進心裡的，這樣的感覺是互相的，即使無法明說、那樣的關心和注目 都是用心能感受到的！

要不是來到這裡，我可能還繼續的過著周休三日的糜爛生活…，雖然常常禮拜四晚上回到家都超晚又超累，但想起了每一個你們我總會有力氣再起身出發。無法確切的說明在這樣過程中，甚至是到了最後究竟我能留下些什麼給你們呢？但你們給我的，是好多好多的成長和力量，每一則不凡故事的背後，有的是更多的故事在支撐著，有些即使聽了會吃驚與不捨，但我看見的是另一個更強大的正向力量，使你們能夠突破這些困境 以不同的方式替自己激起生命的水花！接下來的日子不會在，我一定會很想你們的，但也謝謝你們不斷的纏著我問下學期會不會再出現，讓我知道這次的分離只是短暫的。鈺樺姐姐會一直在背後替你們加油打氣、鼓勵支持著你們，期待下一次再見面時能看見你們更多的進步，都要加油喔！

（作者於 2016 年 4 月至 6 月期間，每週五到校擔任志工）



鈺樺(左圖:右 1、右圖:第二排左 1)擔任高三年成禮志工



宜特報報

第 0085 期 105.10.28

203 的小小天地

203 導師 許媛婷

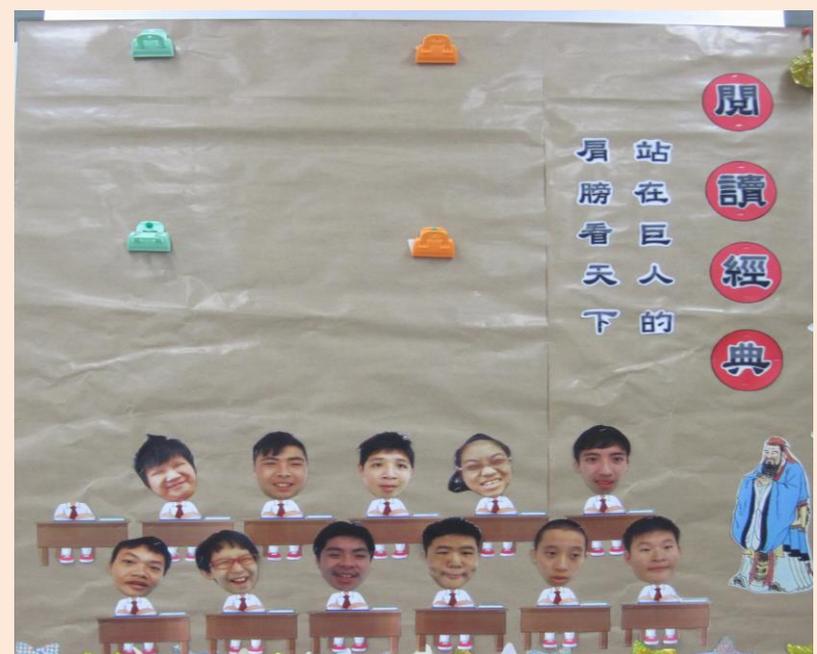
教室佈置

每年的教室佈置，大概都會讓很多導師絞盡腦汁，今年初接到 203 班，希望孩子們有兩個重要的學習主軸，一個是『守護地球』；一個是『經典閱讀』，希望讓孩子們有善良的心，時時行三好~~~。

塑膠袋輕薄方便，但是所造成的環境傷害實在可怕，尤其是對海洋生物的殺害，可以說是萬年殺手，佈告欄有一個專區，『守護海洋，從不拿塑膠袋開始』，海洋裡的生態不僅豐富，而且大家都很開心的游遊其中；甚至午休時，不愛睡覺的羽蓁，也常望著藍天碧海微笑喔~



走廊上的療癒花園也是孩子們喜歡駐足的角落，還有冠宇精彩的畫作，很有藝術療癒的味道吧~



仔細看看 203 班每位同學的笑臉，在孔子老師座前，一個個排排坐，認真地讀著弟子規，把聖賢的智慧佳言放在腦袋裡，真的是站在巨人的肩膀看下~



宜特報報

第 0085 期 105.10.28

品德教育-禮貌

* 品德小語：

- ✿ 時時面帶笑容，要別人笑，自己先要笑。
- ✿ 要端端正正，不要嘻嘻哈哈；要謹謹慎慎，不要隨隨便便。
- ✿ 能用放大鏡看別人的優點，就會人見人愛。
- ✿ 勿隨心所欲，要隨心受教育。
- ✿ 舉止要注重禮儀，說話要深思熟慮。
- ✿ 稻穗結得越飽滿，越往下垂，一個人越有成就，越要有謙沖的胸襟。

* 品德故事：【面試】

有位老闆登了一則廣告，想要找個男孩到公司來幫忙，廣告刊登後，差不多有五十個人來應徵。老闆於是從這五十人選了一位，其餘的人則只好另覓他職。

有位老闆的朋友問說：「我真想知道，那男孩連一張推薦信也沒有，你為什麼會選中那位男孩呢？」

老闆說：「你錯啦！那男孩可取的地方才多著呢！當他進門時，他懂得在門前的鞋墊上將鞋底清乾淨，之後，又知道將門輕輕關上，這顯示他做事非常**謹慎**。後來，他看到了跛腿的老人隨即將座位讓給他，這顯示那男孩富有**愛心**，能體諒他們。」老闆接著又說：「他進到室內，隨即脫下帽子，我問他話，也能即刻回答，這顯示他注重禮節具有**紳士風度**。我故意將一本書放在地上，其他應徵者都好似沒看見，就從書本跨過那男孩卻能將書撿起來，放回桌上，這證明那男孩是個**有條不紊，注重紀律的人**；當他在等候我面試時，**安安靜靜的**，不像其他人一樣擠成一團，推推拉拉的。」

