

師友 月刊

THE EDUCATOR MONTHLY

603期

青少年情緒輔導

少年不識
愁滋味？

青少年從心開始
談學前幼兒繪本閱讀策略

前瞻基礎建設與教育
以學生為主體的畢業活動

不只是外婆的澎湖灣
從桌上探險認識原住民族文化



教師的 創造力與教學

文 | 江雪齡 美國加州 AzusaPacific 大學教育研究所教授

有創造力的教師利用個人和學生的長處和興趣，不必花費太多金錢，卻可以達到有效的教學成效，在教育英才的同時也施展了個人的創造能力，這樣的教學應該是所有教師心所嚮往的吧！

創造力激發起新思維，也豐富了個人的生命，對教師的教學尤為重要；然創造力因人而異，表達的方法也各自不同，培養和訓練創造力的確是個挑戰。

美國從2001年通過「有教無類」法案後，幾乎全美國的中、小學教師都必須緊盯著標準測驗和遵照課程教學，許多教師和其他關心教育的人總是感到教室中缺乏生氣，而教師也無法發揮創造力；到了歐巴馬政府團隊通過「每一個學生都成功」的法令，全國大多數州運用了共同課綱，教師們總算能從應付標準測驗的金鋼魔咒中脫離了，得以發揮教學的藝術、應用創造力。本文將敘述教師的創造力的特質和幫助教師發展和應用創造力的方法，並分享教師應用創造力以增加教學成效的例子，盼能鼓舞國內教師發揮創意，使教師和學生都能享受到教與學的樂趣和提高學習的成效。

具有創造力的教室特質

一、自覺(Awareness)：教師們了解學科的學習過程，因為他們研讀、練習並且發覺不同的學習方式。所以，有創意的教師們經常思索、試圖探測和應用有趣的學習方法。

二、增權(Empowerment)：每個人都有長處也有缺點，一個被增權的教師有勇氣接受自己並使自己繼續成長，這種心態告訴他們，他們可以幫助自己和學生更具有創造力。

三、練習(Practice)：僅閱讀有關創造力的書刊是不夠的，創造力必須去練習、去經歷，縱使失敗，這個練習實作的過程也會在內心中燃起火花，鼓舞自己繼續不停的嘗試。剛開始這種練習也許從模仿別人的做法開始，然後試著把已積存在腦海中的事物、主意加入新的做法，就像很多人學習繪畫是從臨摹模仿開始，經過相當時間的練

習後，漸漸發展成自己的風格。所以，練習乃是造就創造力的種子之一。

成為有創意的教師的要領

從有創造力的教師研究發現，創造力有三個互相關聯的層面：教師個人的特質、教師的教學法和教室／學校的氛圍。從教師的特質來說，有創造力的教師們通常有好奇心、能做獨立判斷和思考、直覺、有理想、敢冒險，並可以專注、堅持、果敢、具有專業知識。有創造力的教學法通常是教師經由應用感情和個人生活的聯結，從實際的練習中發現課程和學生們背景的相關性，教師也經常用開放性的問題來鼓勵學生推論和尋求種種可能性；教師總是想方設法提高學生們的毅力和尋找各種資源，再加上給予反思的時間也有助於學生的前瞻性的開拓和省思的練習。

至於營造有利於創造力的教室

和學校的氛圍這層面，教師當然了解教導課程內容的重要，但是他們更敏感於學生所處的家庭、社區和社會對個人的學習上所造成的困難和影響，教師會為學生們做必要的課程調整，減少環境對學生的學習可能造成的負面影響，以維護學生們並使他們得以在更有效率、有助益的學習環境和氛圍下，藉以激發其創造力。

誰是有創造力的教師？

教師的教學反應他們的人格特質，根據密西根州對優良教師的研究，發現這些教師具有創造力並將之應用在教學中，他們通常具備幾個特質：

一、將興趣和嗜好溶入課程中：例如很多老師用樂器、繞舌歌讓學生輕鬆自如的記住方程式或文法規則；也有教師用圖畫分析和綜合較複雜或需要對比的概念，以幫助學生的學習。



鼓勵學生勇於發表想法，就算回答錯誤也是一種學習。
圖 | 潘立傑攝

二、與真實的世界聯結：有創意的教師可以幫助學生辨識和解決生活中真正的問題，並用啟發引導的方法去尋找答案。

三、以開明的心態培育學生的創造力：教師要鼓勵學生脫離老觀念，勇於發表想法，就算回答錯誤也是一種學習。

四、鼓勵學生群策群力，與同儕合作：今日社會人與人的聯結比上一個世紀更形重要，學生間正向健康

的互相依賴是使學生更有效去完成作業或解決問題的途徑。

五、成為啟發學生的示範：敢於冒險嘗試錯誤的危險，並要誠實以對，然後和學生一起找尋正確的答案，使學生勇於參與知識和嘗試的冒險。

個案實例分享

具有教學效率的教師明白：照教綱教學、趕進度，卻忽略學

生的學習或生活的需要，是無法得到最好教學成效的。很多中、小學有創意的教師會根據學生的社經背景、環境、興趣和他們的生活條件，結合社會的資源，創造有意義的學習經驗，讓學生在學習中得以滿足身心的需要，並在有限的時間內看到學習的成果；這類教學法和作風不必是驚天動地的大動作，但是對教室內身歷其境的學生卻可能是一輩子受用的學習經驗。下列成功的例子只是少數幾個個案，藉以供有意願開創有利的學習環境的教師和教育工作人員參考：

一、運用特別專案，鼓舞學生做校內和校外的學習：密西根州一位教導歷史的高中教師讓學生選擇有趣的題材，引導學生利用課內的時間尋找資料、設計，並將整個學習過程登錄在部落格與全班分享，最終打造了一艘中古世紀的戰艦模型。

二、運用團體合作，開創生機：紐

約州一位小學教師在該州最貧窮的學區任教，他利用課後的學習時間，帶領學生在校園內開闢果菜園。這個學習的過程讓學生學習到選種、培育、栽種、澆灌、除草的過程，一直到分享收成；學生不只學會了基本園藝，也從實質的採收和享受成果體驗到勞而有穫，不但可以幫助家計，更因而提高學習的興趣和自信。

三、鼓勵反思和策勵未來的行為：

印地安納州一個城區內的中學，讓學生將一個學期所學得的感受，包含課程內容最感興趣的、最有心得的、最開心的，以及可以改進的事項登錄在學校的看板上，一方面當做個人的反思，另一方面也作為自己和他人努力的方向。這種做法讓學生對自己的學習負責任，也可以達到互相效法勉勵的作用。

創造力教師激發學生學習力

如果教學是藝術，教師個人的

如果教學是藝術，教師
個人的人格特質加
上學生的個別
差異，可以切
磋成許多不
同的成品。



人格特質加上學生的個別差異，可以切磋成許多不同的成品，擦撞出不同色彩繽紛的火花。筆者深信：教師們都希望能把自己的長處帶進教室裡和課程中，以創造最理想的學習環境，使自己能教學相長。然而，教師也必須得到教育當局行政長官的信任和祝福，及盡可能的給予資源，才能容許教師們有時間和機會互相運用才智、集思廣益，在自在與和睦的氣氛下，鼓舞師生面對挑戰、激勵不同的方式去解決問

題，也才更有勇氣去經歷失敗、有智慧去反思和改進，進一步開創有利於創造力的開拓和發展。

總而言之，有創造力的教師更能啟發學生們的想像力和開創，有利於潛能的開發的學習環境。有創造力的教師利用個人和學生的長處和興趣，不必花費太多金錢，卻可以達到有效的教學成效，在教育英才的同時也施展了個人的創造能力，這樣的教學應該是所有教師心所嚮往的吧！



師友

1967.06.30 創刊

2017.09.01 出刊

封面題字 | 張炳煌

創辦人：潘振球

發行人：林騰蛟

出版者：財團法人台灣省中小學校教職員福利文教基金會

指導委員：邱乾國、陳焜元、邱金春、李述蘭、詹嘉宗、林怡鳳、陳冠人、
龔雅雯、張碧濤、劉琴滿、鍾美月、薛春光、林玉芬、黃南慶、
蔡雅雅、李秀貞、劉定昆、鄭信億、邱琮珀、于慧如、許聰民、
林佳生、陳琪惠、俞素君、蔡瓊玉、粘舜權、李馥君

總編輯：王鳳鶯

執行主編：黃雅鳳

文字編輯：楊雅琪

美術編輯：陳慧香

地址：臺中市霧峰區中正路738-4號2樓

電話：(04)35072499

傳真：(04)23326721

廣告專線：(04)35072499#103

E-mail：educator502@gmail.com

網址：<http://www.ttbf.org.tw/>

數位服務：<http://www.hyread.com.tw/edu>



封面攝影：林育德

行政院新聞局出版事業登記證局版臺誌字第1369號

ISSN 2521-9081

版權所有，本刊圖文非經同意不得轉載。

目錄

教育探索

江雪齡 教師的創造力與教學 封面裡

封面話題

陳慧娟 在情海浮沉的世界 09
靜心陪伴青少年走過腦內風暴

陳奕穎 與青少年從心開始 16

林海清 不識愁滋味 22
青少年的情緒困擾與調適

楊雅琪 1980傾聽少年煩惱 29
——財團法人張老師基金會

Wade 愛說故事的惠 36

教育觀察站

吳綉春 學前幼兒繪本閱讀策略 42

王勝忠 初任教師如何做好班級經營 46

李文欽 學習共同體在體育教學的可能性 50

蔡鎮戎 前瞻基礎建設與教育 55

曾永福 春風正暖師路札記的出版與義賣 59

考用天地

林彥佑 106國中會考寫作評析 65
傳統習俗

王延煌 106學年度 70
南科實中、新竹高商、苗栗農工
校長遴選試題解析

高手出招

賴佳琪 七個寶與我 82
英語補救教學經驗談

鍾瑋純 走出校園，親近劇場 89

謝金龍 最特別的兒童節禮物 95
慢飛天使的服務學習課

章淑芬 以學生為主體的畢業活動 99

劉思妤 從桌上探險認識原住民族文化 103

鄭群楷 從觀音山麓啟程的學校特色 107

教福會活動

楊雅琪 不只是外婆的澎湖灣 111

廣告

師友優惠訊息

青少年情緒輔導策略

青少年是國家未來的棟樑，
今日的青少年假以時日都
將成為國家社會的主宰者；
因此，世界各國都非常重視
青少年的輔導與教育。
每個人的一生都可能有挫折失敗，
或遭遇坎坷、工作辛苦的感受，
青少年也不能例外，
當青少年受到環境壓力的時候，
與其悲傷流淚、怨天尤人，
不如化悲憤為行動的力量，用心去耕耘，
等候機會來臨，自己就能踏實前進、
境遇好轉，柳暗花明即在眼前。



圖 | 夏欣霖攝

在情海浮沉的世界

靜心陪伴青少年走過腦內風暴

文 | 陳慧娟 國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系副教授

青少年的大腦猶如正在裝潢施工的房子，家俱具全，但尚未安裝完成，無法適時發揮作用。好消息是拉長的彈性可以增加青少年思考的想像力，以及強化走出舒適圈的勇氣去探索新的機會；壞消息是在內外交迫下，青少年容易做出高風險行為或發展出各種情緒困擾與精神疾患。

走在熱鬧的老街上，店裡傳來一首鄧麗君的懷念歌曲：

春去春又來，花謝花又開，天地一片情，人間無限愛。春來花含笑，春去花無奈，不信春絕情，癡心花等待。你有真情永不變，我有真愛永不改。多少的委屈心中埋，等你來時說個明白……

柔美旋律中流露出期待、癡心、委屈、愛戀、無奈和希望等豐富的情緒內涵，巷弄中人們急促的腳步不約而同緩和下來，彷彿在與自己記憶的心靈面貌對話。事實上，任何心理活動都伴隨一定的情緒，情緒的變化使日子更為多彩多姿，更是人類生存的動力核心，似乎缺了任一種情緒類型，生命就無法完整。其實不難發現高潮迭起的情緒流動與神來一筆的情緒轉換，向來是小說、電影、音樂或任何藝術作品展現無限魅力的關鍵元素。然而若將情緒與青少年聯結，卻往往令人心驚膽跳、筋疲力竭。暗巷

裡的噴漆塗鴉、肌肉上張牙舞爪的刺青、KTV裡衝冠為紅顏的鬥毆行為，也許呈現懾人心魄的美學，但相信是多數人們共同經驗過的害怕和威脅。

為何青少年可以叛逆得如此「理直氣壯」？

一、青春期激素水平的變化和青少年情緒化

美國心理學會首任主席，也被譽稱為青少年心理學之父——霍爾（Stanley Hall），認為青少年需經歷人生的狂飆期（storm and stress），此時期的青少年在各方面有很大的潛力，但相對於兒童和成年人，也會出現情緒起伏劇烈、喜怒無常的現象。科學家曾用電子儀器反覆地記錄青少年的情緒，結果顯示，青少年在一天中的情緒浮動要比成人和兒童多，比如聽到爸媽嘮叨而憤怒不平；為朋友慶生而開懷滿足；對考試失分而垂頭喪



對考試失分而垂頭喪氣
圖 | 夏欣霖攝

氣；在偶像簽唱會又熱血沸騰。於是許多人開始關心青少年情緒豐沛與兩極波動的「罪魁禍首」究竟來自哪裡？

越來越多的證據顯示，青春期的激素影響腦部負責情緒喚起的神經元，從而讓青少年開始對身邊的事物更加敏感。許多與青春期發育有關的激素，例如睪酮、雌性

激素與多種腎上腺雄激素，它們的快速增長與青少年的易怒、衝動、憂鬱、哀傷、絕望或忌妒可能有關係，尤其是在青春初顯期的時候。即使激素水平和情緒的關係密切，目前多數的研究更同意，激素變化對情緒和行為的影響，很大程度上受環境因素的調節。換言之，青春期中大腦的最重要功能之一，就是根據環境經驗來修剪神經連接或固化大腦中的溝通網絡，以改變自己的行為反應。

雖然在青春期發育初期，激素水平的迅速提高會讓女孩變得善感，但是生活的壓力，例如家庭、學校以及朋友等人際相處問題更容易激發憂鬱的情緒；同樣地，雖然高濃度的睪酮導致易怒和攻擊性，低水平的睪酮導致憂鬱，但若青少年擁有良好的社會關係，這些激素的影響是在可控制的範圍，甚至不

同微系統資源可交互運作成為一股建康和諧的支持力量(Steinberg, 2014)。

二、理性腦的成熟速度趕不上情緒腦的感應節奏

大腦的邊緣系統與情緒感知息息相關，在青春期時功能逐漸強化，特別注意的是，大腦的邊緣系統對多巴胺神經傳導物質相當敏感(洪蘭，2015)，凡是會帶來報償的行為，都容易滿足多巴胺迴路想要興奮的報償與獲取快樂的渴望，這正可解釋青少年會比其他階段的人更在意社群網路按讚人數、驚悚的色情圖片，以及沉迷於腥羶暴力的電玩遊戲等。又由於負責控制衝動、情緒調節的前額葉皮質要接近30歲時才會成熟。掌管理性腦與情緒腦發育的兩個腦區成熟時間不一致現象，青少年的大腦猶如正在裝潢施工的房子，家俱具全，但尚未安裝完成，無法適時發揮作用。

好消息是拉長的彈性可以增加青少年思考的想像力，以及強化走出舒適圈的勇氣去探索新的機會；壞消息是在內外交迫下，青少年容易做出高風險行為或發展出各種情緒困擾與精神疾患。

天然尚好？如何協助青少年修剪大腦，重新設定情緒迴路？

前已提及，情緒與生活同在，沒有好壞之分，不僅是要向人們傳遞某些重要訊息或提醒，還可豐富生命。試想如果生活中個個都是「泰山崩於前而色不變，麋鹿興於左而目不瞬」的修行者，人們對生命有多留戀？有多渴望品味生命的記憶？過去三十年對情緒困擾的處遇都奉行認知行為治療，讓自己與焦慮的事情正面對決，駁斥非理性想法，並學習改變行為是其核心原則；然而有些生活情況異常複雜，僅靠改變想法，通常無法持續改善

情緒，甚至可能使當事人忽視重要的線索而加劇痛苦。因此，目前的實徵研究都提醒人們別把情緒當敵人，與其對抗它、急於擺脫它，不如真誠接受它、認識它，與情緒同在。

科學研究發現從刺激到情緒產生有兩個歷程，一個是沒有被意識到的原始生物機制，由杏仁核主導的快速自動化歷程；另一個是意識控制的學習歷程，強調後成學習原則，即視丘接收到的感覺訊息，先傳到大腦皮質，再傳到杏仁核，接著傳到下視丘，啟動自律神經系統及內分泌系統作反應，同時把訊息回報給大腦皮質。大腦皮質的介入，可使我們有意識地調控情緒帶來的自動化反應，恰如其分地表達與抒發情緒，享受美好生活。為了促進青少年的最佳發展，探討青少年情緒智商影響因素的跨領域研究，如雨後出筍般湧現，其中前額葉在情緒調節上扮演的角色受到前

所未有的矚目，帶來無窮生機，以下僅從學校和家庭兩方面提供青少年情緒輔導策略。

一、鼓勵青少年從事親社會行為 促進活化左額葉的活動，讓大腦更有回彈力

過去研究一直主張前額葉是大腦的理性總裁，掌管判斷、計畫、衝動控制和認知執行功能等高層次活動。於是心理學界興起了一股強化額葉發展的風潮，當今的教育內容幾乎都在訓練右額葉，期望能加速理性發展，這也成就了台灣在各項國際性大型評比中(如PISA、TIMSS)數學與科學屢獲佳績的榮耀。但若贏了面子、輸了裡子，長久來看，對青少年發展將有不利的影響。新近的功能性核磁共振造影(fMRI)，讓我們更清楚了解左額葉與免疫力、抗壓性和仁慈心有很大的關聯。根據腦科學研究發現，有較高彈性適應力的人，其左前額

葉活化的程度可以比回彈力較低的人高出約30倍；而左前額葉皮質的活化可縮短對負向情緒(厭惡、恐怖、威脅、憤怒和害怕)特別敏感的杏仁核之活化期，使大腦能從負向的打擊中迅速恢復(Davidson, Begley, Morey, 2015)。這項振奮人心的消息，正好可以提醒我們重新檢視上有政策、下有對策的教育實踐作為。

目前臺灣的教育制度，配合十二年國教的推動，國中生報考會考時，需先符合服務學習時數；近年來教育部除了在後期中等教育階段學校積極深化生命教育課程，讓學生從多樣活動中去體驗生命的價值與意義外；也往上延伸鼓勵各大學開設必修零學分的服務學習系列課程。如果家庭與學校，甚至社會機構可以發揮夥伴協作策略聯盟，讓這門立意良好的課程不再是用勉強、敷衍的心態方便學生去混時間、打掃校園，累積時數，而是順勢而為鼓勵學生到社福機構擔任志

工的機會，以真實接觸社會的途徑進行同理心的溫柔革命，活化大腦的左額葉，如此一來，師長們就不需再步步為營，防範青少年受挫導致的情緒風暴。或許透過左前額葉抑制杏仁核的活化機制，青少年不僅能從各項生命的挑戰中站穩步伐，亦能從危機中獲得祝福的滋養。

二、正念教養幫助青少年發展自主任務和涵養情緒智商

從青春期的開始，青少年逐漸脫離兒童時期一貫的依賴，開始邁向自主獨立的發展任務，然而這個過程需要成熟的大腦，以及持續友善的環境才能達成，且通常不會平順的進行，因此社會大眾常將青少年視為叛逆、挑釁和騷動的同義詞。但近期研究都指出哺乳類動物青春期的尋求自主是順應自然的，並表明青少年遠離父母的現象有著進化需求的基礎，反映他們需要更多的探索，以促進繁殖並學習如何負責管

理自己的行為(Jeffrey, 2012)。換句話說，發展自主任務不僅僅是獨立行動，還包括情感獨立於父母，轉向同齡人尋求情感支持，以及培養獨立的價值觀和信仰。這個轉變時期，對大多數青少年來說，猶如豬八戒照鏡子裡外不是人，常感到無所適從。完形學派的心理學家勒溫（Kurt Lewin）提出個人因素和環境因素交互作用構成個體的「生活空間」（life space），個體在不同的發展階段，生活空間也會不一樣。他進一步比較成人與兒童的生活空間指出，兒童的生活空間是由被禁止與能力不及的事物構成；當個體逐漸成熟後，生活空間也得以逐漸擴展出新的區域與統整經驗。但在青少年時期，生活空間處於模糊不清的尷尬階段，若成人疏於引導或採取過多的心理控制，而使生活空間扭曲，自主性的缺失將無法提供青少年足夠的「自由」接觸新經驗。對青少年來說，最糟的壓力是覺得對問題沒有主控權，對未來

感到茫然、空虛與無助，如此更容易導致他們的能力、情緒與動機發展受挫，而引起一連串情緒爆發的緊張衝突。

雖然佛洛伊德及其追隨者將青少年個體化過程產生的分離焦慮和隨之而來的家庭風暴看作是青春期的情感發展中正常、健康和不可避免的部分，但仍然強調家長不宜被衝突情緒所困擾而作繭自縛，陷入負面情緒的惡性循環。2009年，美國國家衛生院支持了60件用打坐參禪內觀的方式來改變情緒的研究，使內觀法逐漸成為另類治療的趨勢。科學家發現正念（內觀）靜坐可強化同理心、慈悲心、樂觀和幸福的感覺(Davidson, Begley, Morey, 2015)。透過心智訓練重新設定自己在情緒向度上的位置，父母可以建構出適合自己性情的生活，以寬容慈愛的自我關照方式，引導青少年邁向健康、圓滿的生命。

註：參考資料略



與青少年 從心開始

文 | 陳奕穎 南投市五育高級中學輔導主任

讓我們一起和青少年從心的連接開始，
從心的改變開始，重新找到心的方向，
用期盼的心開啟人生的下一章。



來到輔導處不外乎兩種情況：一種是被動的轉介個案，另一種則是主動尋求協助的青少年。對於轉介的個案，大家似乎較能理解，也覺得輔導室應該好好發揮功能；但對於主動的這群，就容易依照個人主觀意識去判定，特別是遇到一般的人生課題時，例如：戀情結束、成績落後、心情低潮……。有些老師甚至會覺得這些青少年哪知愁滋味，不過是強說愁，看似浪費輔導資源，每每聽見這樣的想法時，不禁唏噓，想必這也許是倡導輔導重要性這麼多年後，輔導處仍和多數青少年屏障著一道牆的原因吧！

將心比心

記得有位導師發現學生從輔導處走出來，便前來關切：「是不是分手啦？拜託！這有什麼大不了，有必要哭得這麼誇張嗎？這樣也承受不了？人不都是這樣長大了？」

沒錯，上個世代的我們，好像就這樣懵懵懂懂的在挫折中舔著傷口長大了，但似乎遺忘在那段青春歲月裡，多渴望陪伴和傾聽，當時的痛徹心扉可能被時間沖淡，並不代表不存在過；更沒有人可以確定，那曾經受傷的心，早已經完整地復原。

身任教職，是否更該用當初年輕的心去理解現在青少年求助的心：一個正努力宣告已經長大的青少年，為何此時此刻會願意做出這樣的選擇？在這個看似再平凡不過的人生課題中，他所面對的猶如海嘯般不斷席捲而來的痛苦、脆弱、無助、徬徨不安……。在被這些複雜情緒淹滅之前，他決定不放棄，願意伸手抓住最後一根救命繩索，試圖找到出口，這不就是我們一直想教給孩子的智慧和勇氣嗎？所以，每個願意主動走進輔導處的孩子，絕對都是值得被用心對待及讚賞的。

今昔同心

從經驗中，發現主動會尋求協助的個案問題，以生涯規劃、情感問題及身心困擾佔據前三名，想想六十年代的青少年煩惱也不外乎此，怪不得大人們常常自鳴得意的老生常談；孩子們則總不以為意的聽著這老調重彈。經典歌曲〈我的未來不是夢〉共鳴著每一世代內心的期待與迷惘，以前臺灣的教育體制「考試至上」，無可諱言夢想建立在成績之上，「讀好書」等於開啟未來重要的鑰匙，但捫心自問真的是這樣嗎？現在的教育，主張發現天賦，但如何尋得？如何珍視？找到天賦就是找到未來了嗎？

常常聽到青少年問：「老師，我要升學，但不知道要念哪一科？」老師只得笑笑說：「那你未來希望從事怎樣的工作呢？」接下來大多會聽見相同答案：「我不知道耶！」、「老師，我很喜歡修理

東西，想要去工作，但有人說現在考不上大學很丟臉，沒前途……要如何選擇比較好？」、「我真的不喜歡讀書耶！但只有高中畢業又怕找不到好工作……。」。試問，網路科技發達，蒐集資訊易如反掌，學校不餘遺力的宣導生涯規劃，生命教育、人生哲學等課程也逐漸融入教學，青少年依舊茫然？依照舒伯(Donald E. Super) 的生涯發展任務論來說，青少年正橫跨成長與探索兩個關鍵期，對未來的發展與適應有著深遠的影響。面對這樣惶恐，深怕一選錯就成千古恨的青少年？怎麼捨得用三言兩語作出決定呢？自然是須透過認真傾聽、不斷對話，或許再加上輔助教具，才能協助孩子逐漸找出夢想的雛形、足夠的信心和有效的策略。

艾瑞克森(Erik Homburger Erikson)社會心理發展階段論中認為：青少年是兒童期過渡到成人期的轉換階段，努力嘗試把與自己相

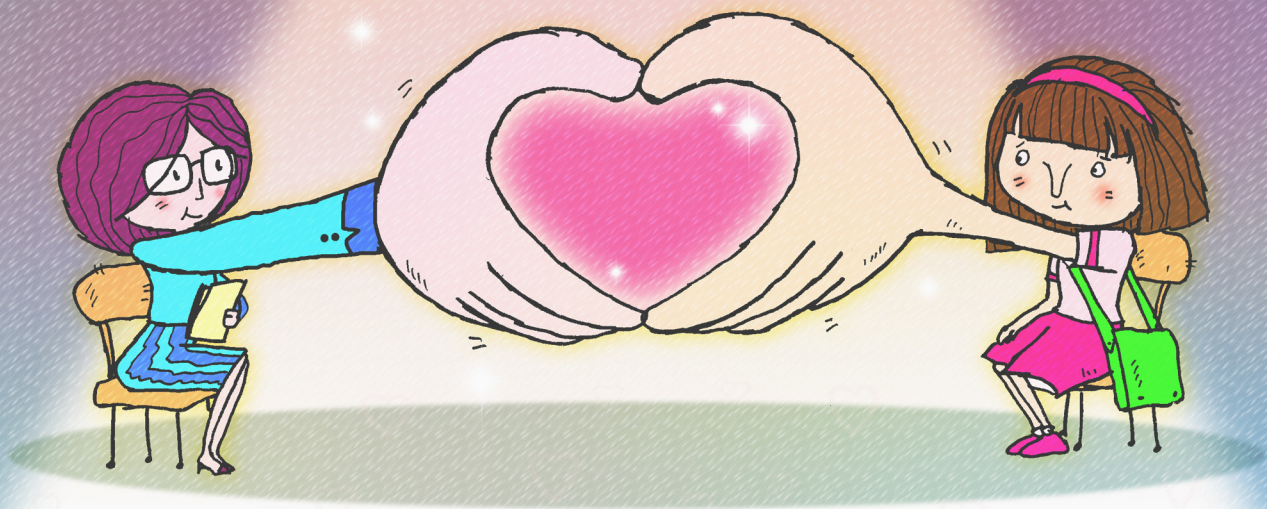


圖 | 林俊甫繪

關的多種層面及關係統合起來，建構出自己能夠認同的主體，簡單說，就是知道「我是誰」。這個時期，父母的親職角色與同儕間的形象位置都有著絕對的影響力。正向的親子關係、良好的人際互動都能協助建立良好「自我認同」，反之，則很容易發展出所謂的「叛逆」、「代溝」、「疏離」、「背叛」等負面情緒與行為。晤談個案中，經常可以發現青少年對父母的依賴和追求獨立兩者間強烈的矛盾；所以，校園裡的輔導功能，除了老師、輔導人員，也非常需要家長的認同及配合。

「少年維特多煩惱，少女情懷總是癡」。這個時期，生理心理都產生劇烈且快速的變化，感情問題中容易有情緒起伏不定、生活步調錯亂等狀況，加上現代社會風氣開放，科技網絡發達，教導正確的性別情感教育是刻不容緩。輔導經驗裡告訴我對待這類型的求助者要更有耐心，因為「回流率」超高。記得第一次被班上同學扶著走進來的她，埋首痛哭了整節課，最後哽咽的說：「老師，你知道要鼓起多大勇氣才敢告白……竟然被秒拒了！好難過！」。隔天她自己走進諮商室，流著淚告訴我：「老師！

我想通了，我媽說：『天涯何處無芳草，下個男人會更好』，但還是好難過……。」這就是戀愛呀！眼前的淚人兒正在經歷一場美妙的成長之旅，幸運的是她並不孤單，因為有媽媽、朋友、老師，還有一間舒適可以盡情哭泣的諮商室。幾個月後，她又哭著來到諮商室，說：「老師！那個人說也喜歡我，但……我不知道該怎麼跟媽媽說……是『她』。」人生的戲劇一齣接一齣，喜怒哀樂、悲歡離合，都自然不過，也都精彩可期。青少年的玻璃心脆弱敏感多變，需要有人能夠陪伴並引導，擇其所愛，愛其所擇，變得勇敢堅強，願意付出，懂得尊重別人，才能真正愛自己。

秉持初心，堅持熱情

輔導工作費心勞力，須透過持續專業成長、完善支持系統，了解能力與限度，在專業耗竭前能補充能量，在自助助人過程中找到平衡

點，才能走得更長遠。上學期參加了南投縣青少年諮商輔導實務督導團體課程，曾與夥伴們分享：「很喜歡輔導工作，但會擔心專業經驗尚不足，例如有學生靠在肩上啜泣，手輕輕拍著她，但心裡卻充滿忐忑，擔心有失專業形象。」想不到有位社工人員回饋表示，他感覺這是信任的表現，距離感才是他面臨的問題呢！這時才發現，輔導老師各有不同的問題要解決，如果要追求「完美」，反倒捉襟見肘。

透過督導課程，還意外找出自己深深著迷輔導工作的原因：高二那年，有次無意的將心事寫進作文，因此被老師約談，細節雖忘了，但老師一句：「孩子，這不是你的錯。」卻讓我永遠記得，瞬間潸然淚下、如釋重負，至今對那位沒有受過專業輔導諮商訓練的國文老師仍充滿感激，因此而生的助人初衷，則正是目前維持熱忱與努力前進的最大動力。

用真心換真心

依據學校三級輔導概念發展「WISER模式」的輔導架構中，W是指初級發展性輔導工作，即全體教師皆有輔導之責，唯有落實才能完全發揮輔導及轉介機制。但老師們不免有所擔憂——「我不是專業輔導，怕誤人子弟耶！」、「對！要同理！可是實在看不慣，可以罵人嗎？」聽見老師們的苦惱，著實令人雀躍，因為這表示著老師們有多麼認真和努力地想要幫助孩子，也期許學校輔導處不只是學生心靈休憩及充電的地方，更歡迎老師、家長們能夠來到這裡找到支持的力量。

心理學家歐文·亞隆(Irvin D. Yalom)主張會談時，會把「關係」擺在第一。不懂的事不裝懂，不否認所遭遇的存在困境，不拒絕回答問題，不以專業角色為掩護，不隱藏人性的一面和自身的脆弱。

喜歡把自己和求助者看成「旅程中的同伴」，攜手體驗人生的愉快和黑暗，才能找到心靈回家之路。卡爾·羅傑斯(Carl Ransom Rogers)也強調了只要擁有一、真誠一致的態度二、無條件的積極關懷三、同理心，就算什麼技巧也不用，單單是面談也會能夠讓個案感覺到溫暖、被接納，這對關係來說是一種滋養，而改變就會在這當中發生了。

輔導工作不見得都能立竿見影，但凡走過必留下痕跡，相信在沒有條件的真誠付出、陪伴、傾聽、等待之後，學生多年再回顧這段關係時，根本不在乎您使用何種理論或方法，只會記得曾感受到的正向支持和鼓勵，對他的人生產生了或多或少的影響。所以，不用擔心，不用焦急，就讓我們一起和青少年從心的連接開始，從心的改變開始，重新找到心的方向，用期盼的心開啟人生的下一章。





不識愁滋味

青少年的情緒困擾與調適

文 | 林海清 中臺科技大學講座教授

青少年有尋求獨立自主的心理需求，面對社會的變遷帶來了許多適應上的挑戰，影響青少年的生涯發展，他們因為調適上的問題而產生適應上的困擾，學校、社會及家庭應讓青少年有嘗試探索與學習的機會，去追求情緒的管控與調適，使他們在人生的旅途中，能充分發展實踐人生夢想。

青少年是國家未來的棟樑，今日的青少年假以時日都將成為國家社會的主宰者；因此，世界各國都非常重視青少年的輔導與教育。每個人的一生都可能有挫折失敗，或遭遇坎坷、工作辛苦的感受，青少年也不能例外，當青少年受到環境壓力的時候，與其悲傷流淚、怨天尤人，不如化悲憤為行動的力量，用心去耕耘，等候機會來臨，自己就能踏實前進、境遇好轉，柳暗花明即在眼前。檢視青少年的成長過程中需要面對許多情境的挑戰，而如何保持積極正向的心態，學習修練自己的情緒掌控，不讓自己消沉灰頹，勇敢的面對，是青少年學習發展的主軸。

情緒智商的重要性

海倫凱勒從出生的那場病後就同時面臨失聰和失明的障礙，起初無法接受殘缺破爛的自己，開始脾氣變得暴躁，將自己的心建築一道堅固的牆深鎖其中，成了家人心中

的小惡魔；所幸那個時候有蘇麗文老師耐心的指導，而且從來都不放棄，在老師用心的幫助和關懷下，逐漸的走出這段陰影，重新活出了自己，進而幫助許多曾和她同樣心靈遭遇的人們和社會低下階層的夥伴，成為社會標竿楷模和知名的作家。

美國《社會科學與醫學》期刊曾研究檢視逾7千位（出生於1980至1984年）美國成人在12年期間的就業模式，發現16至20歲有情緒困擾的青少年，約有32%的人失業，另有26%的人在成年早期出現失業或離開工作的狀況；即使與沒有情緒困擾的手足比較，仍呈現相同情形。當問起企業主，要雇用大學（或研究所）社會新鮮人的時候，最重視的特質都不是專業技能，而是態度；有高達84.3%會聘請「抗壓性與情緒管理能力」強的新鮮人，其次有59.8%會選擇擁有「主動積極的態度及企圖心」的人。由此可見，情緒智商

(Emotional intelligence)的重要。

青少年的情緒困擾

青少年發展階段的情緒反應與變化十分明顯，情緒對青少年來說相當重要，它可以被思考、行為所主宰；也可以控制思考、行為。例如：對事情的反應過度，可能是由於青少年對事情有非理性的思考，或過度曲解事情的原意，而造成極度之情緒不穩及反應；又如過分在意別人對自己的看法，對周圍的任何事、別人的一言一行都過分在意，以致影響了自己的獨立性，無法客觀思考而造成情緒不穩；或者自我要求過高，當客觀因素不能滿足時，便會產生強烈的情緒反應；甚至缺乏對自我情緒的覺察力及控制力，無法意識自己情緒的過度反應，或雖覺察卻不知如何紓解及控制；家庭的不良示範，若父母本身即具備如此個性，則青少年於耳濡目染中，自然形成偏頗的個性。青

少年碰到上述問題不知如何面對或無能力解決時，很容易產生情緒的不良反應。

此外，青少年從國中到高中需要適應新的環境、新的同學，會感到壓力而有些緊張，以致變得更內向、退縮，甚至失眠、緊張、功課退步、人際關係焦慮、暴飲暴食等等，造成身體不適感、情緒困擾或行為問題、注意力不集中的行為，並影響課業表現。如果沒獲得視當的調適會隨著課業增加，學習繁重，而衍生成績表現不佳感到挫折與無力，在同學之間變得更退縮，更不知道要如何面對；因而尋找網咖發洩，成為網癮，藉以逃避生活上的壓力、人際焦慮等都是常見的問題。青少年的適應不良雖只是一種暫時性的表現，如果壓力情境能獲得適當地改善，或因應策略有所改變，都有助於提升青少年的適應能力。



青少年情緒困擾因人而異，其狀態包括：憂鬱、焦慮、恐懼、恐慌、強迫、浮躁、易怒。

圖—夏欣霖攝

青少年情緒困擾因人而異，其狀態包括：憂鬱、焦慮、恐懼、恐慌、強迫、浮躁、易怒、衝動、違規行為、飲食困擾及發展疾患或精神疾病所導致相關情緒或行為問題，研究顯示青少年階段的情緒困擾會造成他個人日後的行為投射，因此紓解青少年情緒困擾成為政府學校社會及家庭必須重視的問題。



面對困境與積極因應

影響青少年情勢發展的因素眾多，涵蓋了生理、心理、本能及潛意識、認知及行為、社會及文化等層面的因素等。青少年的情緒發展可從以下幾點來著手：

一、協助青少年體察情緒不穩之

刺激因素及反應：找出問題的癥結，任何問題行為必有其發生背景；因此，必須針對偏差行為發生原因，以敏銳的觀察力和高度的同理心去瞭解和分辨，並採取有效因應措施，對症下藥。鼓勵青少年積極面對情境，每天記下情緒不穩的事件和自己的反應，省思較易形成情緒不穩的刺激因素及自己的反應模式。

二、協助青少年了解情緒控制的

效用：情緒控制得當能化解困境開啟新境，如果處理不當會影響自己身心健康，也會傷

害他人，而暴躁的情緒將影響自己的未來發展。

三、學習情緒的紓解及控制方

法：分析複雜的因果關係因人、事、時、地及情境之不同，相同的因可能產生不同的果；或者相同的果可能來自不同的因。因此，要針對不同的個案，實施個性化的輔導，並和青少年討論適合他的紓解方法，例如打枕頭、畫畫、聽音樂、運動、到戶外大聲吼一吼等；一方面教其控制方法，例如：深呼吸、咬緊牙、握緊拳、打斷當時狹隘的想法、避開衝突情境等；或利用閱讀輔導，鼓勵青少年閱讀相關書籍以利自行學習並修正。

四、資料的搜集要完整：

個案的資料搜集要兼顧縱向與橫向的層面。縱向的資料要長時間的累積；橫向的資料要從各個層

面及角度廣泛的收集，例如：同儕、家人、老師及社區人士等均可為資料的來源。

五、以同理心協同處理：基於同理心立場儘量由多數有關的人提供資料，並共同進行輔導，例如：尋求導師、訓輔人員、輔導老師、同學或有關的心理、精神科醫師、張老師、生命線等的支持，共同協力處理；鼓勵青少面對問題尋求解決方法，例如：教導青少年學習溝通的方法，協助青少年做良好的自我表達，並將期望告訴他人，以致能夠用互諒的心態與人相處。

六、運用同儕力量：青少年同儕之間的認同相互影響力量是很管用的，宜善加運用，舉凡班級的經營、小組的合作學習、社團活動的落實、運動休閒活動之舉辦等擴充青少年的學習

視野與人際關係。

七、營造和諧的家庭氣氛：有和諧的家庭氣氛比較不會產生青少年的暴力傾向，因此家長宜重視自己的身教，並營造積極正向的家庭氛圍，以引導青少年正視自己發展的問題。

修好情緒智商迎向未來

聯合國開發計畫署（UNDP）曾經提出幫助青少年具體的行動方案，其目標在加強青年賦權，促進可持續發展，涉及青少年抗逆力、可持續性和人類發展以及高效、民主的治理。該策略呼籲青年少年在發展進程中充當更加積極活躍的變革力量，教育上應包括：一、提高青少年的基礎教育、技能培訓與識字水準。二、提升青少年對文化遺產和當代社會型態的認識。三、在青少年中促進相互尊重和瞭解，以達成和平、團結、容忍的理想。四、職業與專業訓練。五、

促進人權教育。六、企業培訓方案。七、培訓青少年工人和青年領導人員的基礎設施等。

學校對青少年情緒發展的輔導，宜主動積極協助青少年在情緒的自我管理、情緒的發洩、情緒的統整以及情緒的適應上有成熟的發展；父母及師長必須特別注意青少年情緒困擾的求助訊號，在家庭及學校上給予必要的協助及輔導。此外，應積極賦予青少年更多社會生活權利，提供支持鼓勵，通過能力培養、宣導和主流化啟迪領導，有助於促進青少年提升學習效率，增加青少年的自我信心，進而改善青少年的生活品質。

青少年情緒的正向發展

總之，青少年的情緒管控是決定未來能順利的進入就業市場的關鍵，也是青少年是否能順利轉變為獨立自主、自信自尊、承擔社會責

任之成年公民的核心能力。心理學家說，具備堅毅和韌性特質的人，比較能抵抗壓力，不容易生病，也較能回擊生活的困厄，這些特質包括了自覺能勝任、能控制的信念、想要克服困難的決心、接受挑戰的意願；堅毅性格的人擁有較高的自信心和個人控制感，會把逆境視為成長的機會，而非對安全的威脅，他們也較能與人和諧相處，隨遇而安。

正向心理學致力於理解與發展人們的美好，發現正向情緒與品格長處的作用，除了可增進我們對青少年的認識之外，亦有助於協助其度過困境；在青少年的學習路途上，鼓勵積極面對現實情境，幫助青少年發展正向行為，學習多看事情的正向面，把困境視為增加自己彈性和挫折忍受力的機會，從困頓的過程更能認識自己，也擴展了視野的彈性和對問題的解決能力。✎



1980傾聽少年煩惱

——財團法人張老師基金會

文 | 楊雅琪 本刊文字編輯

我們應多花時間與青少年溝通，多花心思陪伴、引導，協助他們調適，不僅可減少青少年與外界的溝通衝突，更可能化危機為轉機，讓他們迎向更美好的人生。

生活中常出現不同的情緒，舉凡家庭、工作、人際關係、外在環境等諸多因素，都可能導致正負向情緒的產生；其實，不論喜、怒、哀、樂都是正常的生理反應，但若不能妥善處理負面情緒，則可能影響生活、工作表現及身心健康。青少年因正值生理及心理發展階段，在這段心靈成熟的過渡期

間，面對家庭、課業、同儕或是社會環境等考驗及挑戰，除有新鮮、好奇等正向反應外，也難免有徬徨、恐懼、不適應等負面情緒，當遭遇自身無法解決的問題時，若沒有親友、師長或專業人士的引導及協助，容易對心理發展造成不良影響，更可能選擇錯誤的解決途徑，進而影響往後的成年生活。

張老師定期辦理青少年入校講座，促進青少年心理健康。



少年不識愁滋味？

艾瑞克森(Eric H. Erickson)的心理社會階段發展論將人的一生劃分為八大階段，分別為嬰兒期、幼兒期、學齡前兒童期、學齡兒童期、青少年期(青春期)、成年早期、成年中期以及成年晚期。每個階段均有其衝突存在，而所謂的成長，便是個體在不同時期學習適應不同的困難，化解不同的危機，而後逐漸上升，最後完成其整體性的自我。青少年期的重要發展任務是「形成自我認同」與「建立角色統整」，此階段青少年必須有正確的自我省思、建立明確的自我觀念與自我追尋的方向；否則生活將漫無目標，因而感到徬徨迷失。

此時的青少年很重視其在團體中的地位，渴求被同儕接納，是易受團體次文化影響的時期，也因此，價值觀容易受同伴影響。在角色統整的階段，因面臨著價值觀、

自我認同、良知、人際地位等待需選擇的岔路口，若有正向積極的觀念，或有旁人正確的引導及協助，則能使其人格發展臻於成熟，發展出獨立的人格個體；反之則會產生角色混淆，使其失去自我控制力與安全感，造成認同危機，進而出現問題行為，甚至是犯罪行為。

財團法人張老師基金會臺中分事務所總幹事陳柏翰表示，青少年由於內分泌和自主神經系統活動旺盛，造成情緒不穩定、易衝動，且同時面臨升學、人際相處等問題，容易產生情緒上的壓力。以中心所接到的案例而言，因「人際關係」產生情緒或其他相關問題的比例最高，人際相處對成人也是大不易的課題，何況青少年身心尚未成熟，且生活圈較小，受其困擾在所難免。

陳總幹事提到，中心接到青少年的求助電話時，除穩定青少年情緒外，更重要的是協助他們找出

問題並解決，正視問題所在才能有效消弭負面的情緒，若與同儕有相處上的磨擦，則須溝通磨合；若並無相處問題則可換個角度思考，或許是自己敏感多心；也可將重心放在課業或其他興趣上，透過興趣的培養，不但可以找到自我，更能因為積極的態度使人格趨向正向的發展。

我們也曾年輕過，那些「他只跟誰好，不跟我好。」、「我喜歡的誰今天和我說話了！」、「我沒做錯事，他們怎麼突然對我很冷淡？」，也曾在我們的青春期發生，這些在成年人眼中看似微不足道的同儕問題，對青少年而言，都可能是引燃大火的火花，不可輕忽。

為賦新辭強說愁？

有學者認為，青少年高漲的情緒不全然因為生理因素，主要是因為環境與社會因素所致，除上述

同儕外，師長、家人的期待及管教方式，也可能直接或間接影響其情緒的變化。陳總幹事提到，中心也不乏家長因家中孩子問題困擾的來電，常見的狀況是「孩子因青春期的開始叛逆，說也說不聽，不知該如何教導。」、「孩子曾經和我無話不談，放學總喜歡和我聊學校發生的事，怎麼上了國中，回家後都不再和我說話呢？」，遇到此類型困擾的家長又可分為三類：一、能檢視己身問題，並設法與孩子溝通。二、擔心卻不知如何改善。三、認為孩子的所作所為會讓自己丟臉。面對不同類型的家長會給予不同的協助方式，但並非所有親子問題都該歸咎於孩子的青春過渡期，雙向溝通非常重要，也必須讓家長了解，此時孩子面臨的壓力，對他們而言並非小事，不應該一味地用大人的角度看待問題。

此階段的親子衝突，常來自於家長的不理解，以壓制、忽視

等較激烈專制的處理問題，如此，更導致親子關係的破裂，讓問題惡性循環。家人應與孩子做更良好的雙向溝通，帶領其共同成長，不要一味將過錯指向孩子，可用引導的方式，協助其了解問題，並建立良好的親子關係。

陪你談心的「張老師」

1980輔導專線

青少年面對情緒的波動，可藉由運動、聽音樂、看書等方式抒發，或是找人師長、家人、朋友傾訴；但常常引發情緒起伏的便是同儕、親友、師長，因而導致當事人苦無傾訴管道，悶在心裡不僅無法消化，更可能使問題如滾雪球般越滾越大，或是找了親朋好友訴說，卻得不到正確的回應、或被潑冷水，或甚至引導至錯誤的方向。隨著心理健康的問題逐漸被重視，除

學校輔導老師、社工團體等單位外，更有如張老師、生命線等外部資源可運用。

其中，張老師基金會最廣為人知的，便是免費的1980輔導專線，透過電話、e-mail、信函、晤談等方式，由各中心的「張老師」協助當事人解決家庭、親子、人際、感情、生涯等問題，渡過人生的低谷。「張老師」分為專任「張老師」及義務「張老師」：





講座中的有獎徵答增加學生注意力與興趣。

一、專任「張老師」

專任張老師負責各項輔導工作策略與原則。目前全臺共有專任「張老師」約60人，皆是國內外大學相關科系或研究所主修心理、社會、社會工作、教育、教育心理、輔導等科系畢業，並經過嚴格甄選後任用。

二、義務「張老師」

為有效推展輔導工作，特甄選大學院校相關科系高年級學生，及大學或研究所畢業之社會熱心人士，參與「張老師」服務工作，目

前全臺共有義務「張老師」約1千名。

事前預防勝於事後輔導

輔導及諮商工作固然重要，若能落實心理衛生教育，則能促進心理健康，「張老師」透過演講、座談、系列講座方式，為青年、事業單位員工及社會大眾推廣心理衛生教育；每年也定期辦理青少年入校講座；或與學校合作進行輔導工作。

此外，也推展終身學習的理念，開辦張老師學院，針對不同



「張老師」透過演講、座談、系列講座方式入校講座與學生近距離互動。



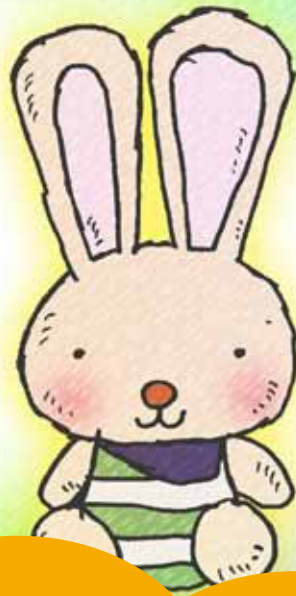
的對象規劃有關心理及專業成長的課程，例如：家庭雕塑與療癒工作坊、心理劇工作坊、「讀懂別人情緒，擁有未來職場競爭力」等課程，滿足成長過程中不同階段的需求，進而協助大眾有全人的發展。

化危機為轉機

青少年見過的世界或許還不大，經歷過的酸甜苦辣也許仍不多，但其面對的壓力對他們而言影

響很大；當願意尋求協助，表示他們仍有修正問題的意願，若漠視他們的呼救，任其在狂風大浪中載浮載沉，可能對其往後的人生造成莫大的影響。我們應多花時間與青少年溝通，多花心思陪伴、引導，協助他們調適，不僅可減少青少年與外界的溝通衝突，更可能化危機為轉機，讓他們迎向更美好的人生。^[8]

註：參考資料略



我是一名國中輔導老師，因為辦公室要搬遷到新校舍的關係，我正整理著以前的資料，突然看到抽屜深處有隻兔子娃娃，本以為是哪個同事的惡作劇，正準備要詢問大家時，腦中突然閃過一個熟悉的身影，是惠！

愛說故事的惠

文 | Wade 臺東縣長濱國中輔導教師

「老師老師！那邊有人要跳下去！」正要去裝水的我，被同學攔截了。不會吧！開學的第一天就給我出了這個難題，真是夠了！我心裡面嘀咕著，

卻飛也似地跟著同學跑到所謂的「跳樓現場」。

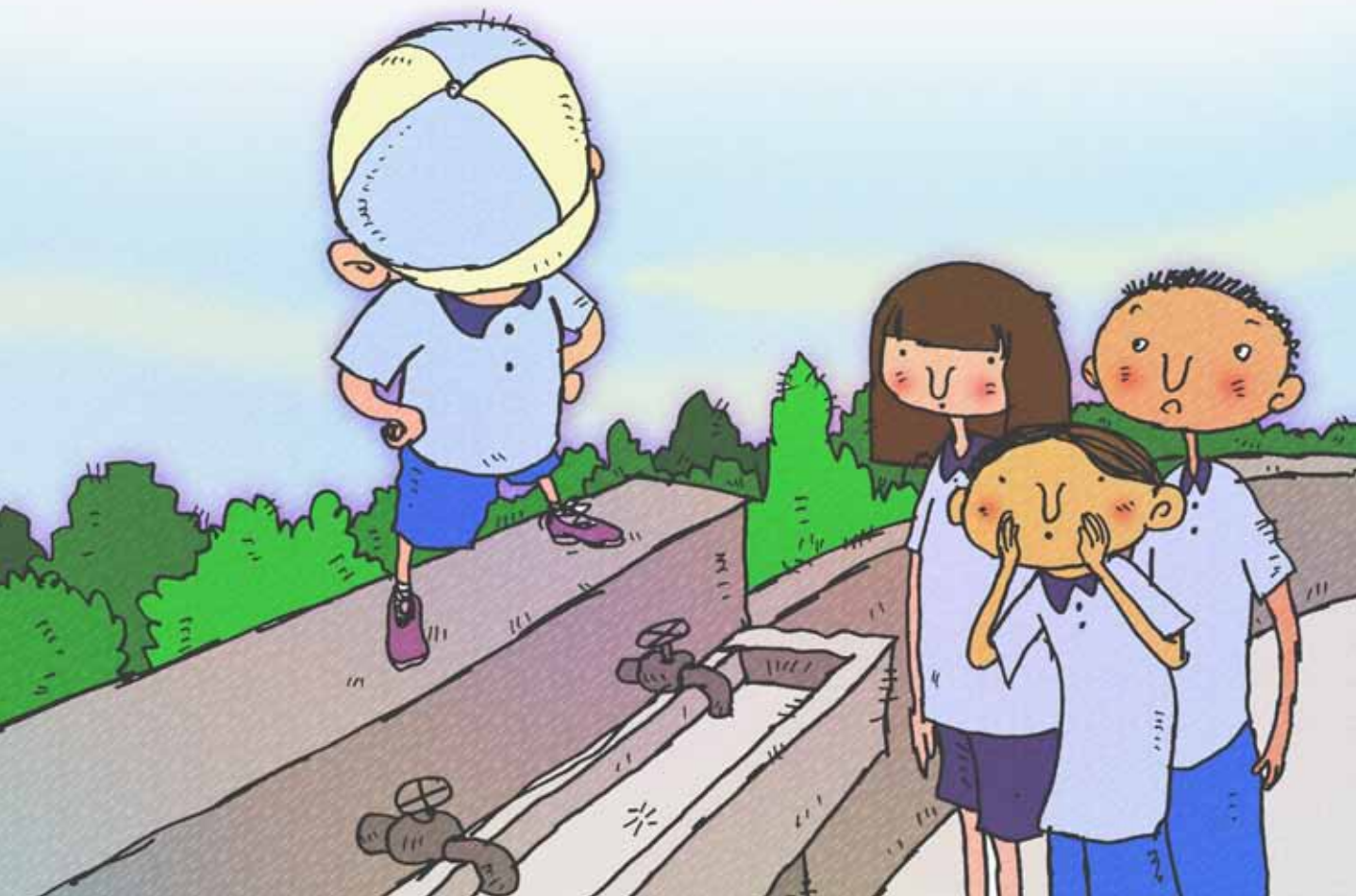
到了「跳樓現場」，我看到一個戴著帽子的小男生與老師「對峙」著，小男生站在洗手臺上作勢

要往下跳，地面上的洗手檯離地面大約一公尺的高度，身邊圍著一群觀看的同學。這是一個七年級的班級，炎熱的開學季，剛進行完開學典禮的第一堂課，大家幾乎都不相識，小男孩因為昨天剪壞了頭髮，便戴著一頂帽子，班上同學覺得好玩想搶他的帽子，突然小男孩就暴

走了。我問了一下同學發生什麼事後，便請圍觀的同學先離開。

與惠的初次見面

我是一名國中輔導老師，因為辦公室要搬遷到新校舍的關係，我正整理著以前的資料，突然看到抽屜深處有隻兔子娃娃；本以為是哪個同事的惡作劇，正準備要詢問大



家時，腦中突然閃過一個熟悉的身影，是惠！

天氣雖然炎熱，但太陽不大，我便陪著惠坐在洗手臺上，試圖想讓惠從洗手臺上下來，雖然惠跳下去不致有生命危險，但還是可能會受傷。就這樣一個小時過去了，惠依舊杵在洗手臺上，無論我講了什麼、做了什麼，惠就是不看我，突然我瞥見教室裡的一個兔子娃娃，便順手拿了上來，試著用兔子娃娃與惠說話，惠看到娃娃便高興地爬下洗手臺，過來接過兔子娃娃。這是我五年前第一天上班的騷動。

那天之後，惠每天都要來輔導室報到，理著小平頭的惠，碩大的眼睛轉呀轉，輔導室裡的一切對於他來說都非常地神奇，熟悉之後便開始找尋他有興趣的東西。為了不讓他打擾其他正在辦公的同事，我走過去蹲在他的身邊，帶點嬉鬧的聲音說道，你想要玩玩更多好玩的玩具嗎？二話不說，惠立即跟我走

進諮商室。

兔子，是我們的溝通媒介

進了諮商室，我引導惠到放置所有媒材的角落，惠像看到寶藏似地轉動著圓滾滾的眼睛看著我，詢問裡面的東西是不是都可以不用錢然後拿來玩，我說：「當然，你喜歡什麼都可以拿出來玩，或是你也可以問我要不要跟你一起玩，只是你的東西在玩完之後要記得收好喔！」我彎下腰看著他。「裡面的玩具，真的都不用錢嗎？」惠一再地確認，深怕我要跟他收取清潔費似的。精挑細選之後，惠依舊鍾愛兔子娃娃，他開始和兔子娃娃講故事，故事內容大概是昨天他去哪裡玩，遇到怎樣的有趣的事情，而我便是靜靜地陪著他，在旁邊聽他講故事。

「我明天還能來找兔子講故事嗎？」突然，惠轉過頭來問我，「當然可以啊！下課時間都可以來



講故事。」我笑著回答惠。惠開心地把兔子娃娃隨手一丟，正當我準備要惠將娃娃放回原本地方的時候，惠一溜煙的跑了。

幾天過去了，惠每天還是會來找兔子娃娃。一天，當我正在處理公文的時候，惠便在輔導室的門口張望著，我招手示意著惠要他進來輔導室，我試圖跟惠設限，告知諮

商室的規定；想不到這麼一設限，惠有一段時間都不來輔導室了，原來我高估了我和惠之間的關係，看來我們的關係尚未建立好。過了幾天，惠哭著被同學帶到輔導室，一問之下才知道他上課與同學發生爭執被送到學務處，學務處在處理的時候惠嚷著要到輔導室，百般無奈下只好把惠送到輔導室，

「怎麼啦？」我蹲在惠面前說道，但惠只是使勁地哭著，「是不是想跟兔子娃娃說話？」惠點點頭，我便帶著惠到諮商室。我心想，太好了，我正苦惱著要怎麼與惠重新建立關係，想不到惠竟然自己落入「圈套」；一進諮商室，惠馬上拿出兔子娃娃，開始訴說他的委屈，甚至為什麼會被帶到學務處的經過，我重新調整了對惠的設限，我告訴惠，除了我們約定的時間之外，如果有同學作了讓自己不喜歡的事情、想要哭或是罵人甚至打人，也都可以來輔導室找兔子講話。

期待與惠的再次相遇

惠是一個隔代教養的孩子，家中只有奶奶照顧他和小兩歲的弟弟，家庭功能不彰，奶奶患有輕度的智能障礙，與奶奶的溝通當中，發現她常常無法表達自己的想法。而惠跟奶奶有點像，除了無法表達

之外，甚至會用行動表現出自己的不耐煩，像是摔東西、坐著不動等。任課老師為了要顧及全班上課進度，無法配合惠，因此，會認為惠干擾上課秩序；任課老師的作法我可以理解，但是惠可能不能理解，這也讓他在班上越來越退縮，只有在輔導室能放鬆。

漸漸地，惠不再需要兔子來跟我溝通了，能以比較簡短的字詞表達他想表達的意思，我經由家人的同意帶惠去大醫院看診，但是經過醫生的評估，他在精神及智力方面都沒有任何的狀況，這點也讓我在協助惠上更有方向；可惜的是，就在與惠漸漸地建立好關係之後，惠突然因為舉家搬遷的原因要轉學了，我根本來不及和惠道別……。

看著手上的兔子娃娃，五年過去了，惠應該已經上高中了吧，不知道你過得好不好呢？將兔子娃娃再次收進抽屜，期待著某一天，惠能回來和兔子娃娃說說話。

news

在「學習共同體」的期待中，
孩子們與教師都要一同成為學習的專家，
將教室的門打開，
構成教師與教師之間的學習圈，
在這樣的過程之中，
就是一種「學習共同體」的體現。

學前幼兒繪本閱讀策略

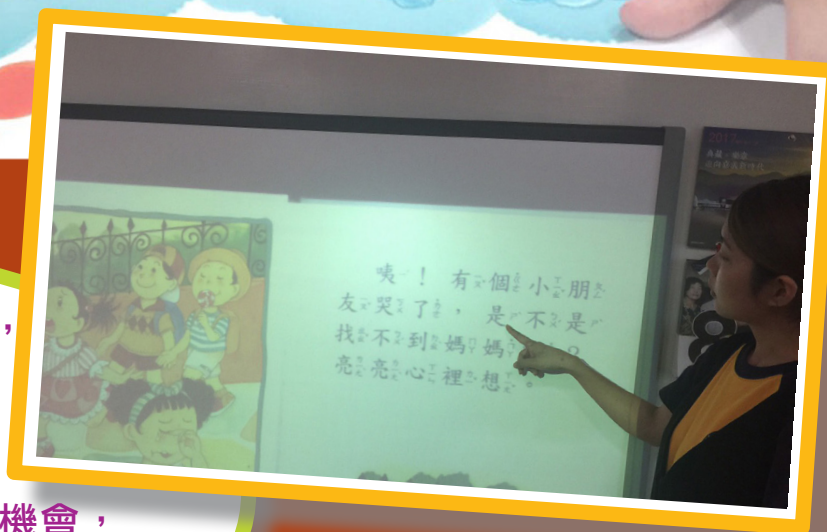
文圖——吳綉春

嘉義縣寶貝王國幼兒園園長



讓一些較弱勢家庭的幼兒，
能獲得閱讀知識及繪本，
提升其學習能力，

讓每個家庭的幼兒都有閱讀的機會，
這應該就是教育的初衷，
也是最基本的需求。



「2歲幼兒可以教閱讀嗎？」、「他們會認字嗎？」常有家長這樣疑惑的問我。芬蘭人愛看書的習慣是從零歲開始的，每個寶寶出生時，都會收到政府送的一套寶寶韻文本，因為芬蘭人相信，常唸韻文或詩歌童謠給寶寶聽，不僅寶寶喜歡，也有助於增長孩子的語言能力。

2009年教育部全力執行「0—3歲嬰幼兒閱讀推廣計畫」，希望藉由政府的力量來帶動全臺的嬰幼兒閱讀風氣。2014年透過各縣市的鄉鎮圖書館，進行閱讀禮袋發放及相關閱讀推廣活動，部分縣市也公布領取禮袋辦法，可見嬰幼兒閱讀的資源是相當豐沛，但是使用的普遍性如何，有必要持續觀察。

依研究者多年的觀察，學齡前的幼兒將閱讀視為一種遊戲、一種想像的寄託，當他們熟讀故事後，會用自己的想像去述說，進而得到

自我展現的滿足與自信。筆者位居鄉村，該地區幼兒有隔代教養、新住民孩子及單親家庭，對於嬰幼兒的書籍閱讀很多家庭是沒有概念的；在教育學領域中，強調父母對兒童閱讀行為的影響力，因此筆者決定從幼兒園的教學去影響父母對閱讀的重視與投入，於是在接任幼兒園園長後，規劃了2—6歲幼兒繪本閱讀課程，且持續至今。

幼兒故事閱讀的教學規劃

一、童書教學策略

2012年政府幼托整合之後，本園特地為2歲的孩子添購專屬故事書，每一頁句子約5—10個字左右，圖案大且色澤鮮明，書的材質也比其他年級的用書還厚一些。小班每本故事書字數約150個字以內；中班約300以內；大班因為已會認字，故事書內容可以在500—1000字上下。以下是童書故事教學實施方式：

（一）繪本小書變大書：首先將繪本掃描製作成ppt.檔，再將聲音剪接插入ppt.檔的每一頁故事中，導師運用電子白板播放繪本，每一頁圖畫就像一幕電影，圖變大孩子的視野也變寬了，可提升孩子對書中圖畫與字的注意力。

（二）導讀：導師每天早餐後，隨著電子白板的換頁，逐頁逐字朗讀，再請幼兒翻開書本跟著導師朗讀；等幼兒熟悉故事書每一頁內容，再請幼兒上臺當導讀者，給幼兒表現的機會，當幼兒在朗讀過程有不熟之處，適時給於提醒。

（三）辦借書證：為了讓幼兒有更多的閱讀書籍來源，我們為每位幼兒辦借書證，提供縣內圖書館資訊，建立家長幼兒閱

讀資料庫，讓家長輕鬆獲得閱讀書籍及訊息。

（四）舉辦專家講座：於每學期初的親職座談，聘請對幼兒繪本故事閱讀有經驗的老師或大學教授來分享教學經驗，指導家長如何陪伴幼兒閱讀及選擇繪本。

二、個別唸讀指導

（一）導師每天安排幼兒個別唸讀，除了解孩子對繪本唸讀的純熟度，也了解孩子發音的準確度，幫助孩子提升語言的辨識度，讓構音異常的孩子可以提早被發現，並且



運用電子白板播放繪本，圖畫就像一幕電影，圖變大孩子的視野也變寬了，可提升孩子對書中圖畫與字的注意力。

及早安排職能治療，幫助其語言發展更順利。

（二）教孩子學習用手點字：當孩子熟記每一頁的故事內容，就可以請孩子在朗讀時，用手隨著朗讀逐字點字，如此，認字的能力就會提升，幼兒認識的字越多，就有能力及興趣主動閱讀其他的書籍，養成愛閱讀的習慣。初期，幼兒在熟悉故事後朗讀速度會很快，有時會造成唸讀與點字不一致，所以教幼兒朗讀時請他們放慢速度很重要，並且要注意句子音韻的起伏，讓故事書唸起來自然而有節奏感，這樣不僅增加朗讀的趣味性，也能提升手眼協調能力。

幼兒閱讀能力呈現方式

一、閱讀傾聽者收集：當小朋友能獨自唸完繪本之後，導師在繪本的最後一頁貼上一張「閱讀傾聽者收集卡」，小朋友只要將故事唸給五位親朋好友聽並簽名，即可得到

獎勵品，並獲得此本故事書。這除了給孩子展現自我，也是增進幼兒人際互動的方法之一。

二、故事舞臺：在校園的角落，規劃一個故事舞臺，現場備有麥克風讓孩子在下課或放學時，說故事給同學或來接放學的家人聽，享受表演的樂趣。

閱讀習慣從小培養

這個小鄉村生活條件雖然不是很差，但父母對於嬰幼兒的閱讀知識不足，加上很多父母沒有閱讀的習慣，也不知道如何選擇幼兒閱讀書籍。因此，筆者藉由幼兒園的教學策略，教導幼兒閱讀，提供及贈送繪本故事給幼兒，再把閱讀的能力展現給家長，讓家長了解閱讀對幼兒的改變，也讓一些較弱勢家庭的幼兒，能獲得閱讀知識及繪本，提升其學習能力，讓每個家庭的幼兒都有閱讀的機會，這應該就是教育的初衷，也是最基本的需求。 



文圖 | 王勝忠 臺中市圳堵國小教師

初任教師 如何做好班級經營

初任教師做好班級經營是非常重要的事情，初任教師通常都滿懷教育熱情，也對教學現場充滿期待，如果沒有先把班級經營做好，在教學時就會遇到很多阻礙；比方說，上課上到一半時，小朋友調皮搗蛋；或者有小朋友

沒有最好的班級經營方式，
也沒有絕對得班級經營模式，
只要初任教師願意學習，
每天進步一點點，
就能掌握班級經營的要訣，
也能有自己的心得。

想上廁所；也有可能二位小朋友因口角起衝突打了起來……。這些教室裡的偶發狀況，都會影響課堂的教學，所以教師必須在進行教學之前就先把班級經營做好，如此一來，就能有助於課堂的順利教學，有好的班級經營，才会有順利的課堂教學。

從心出發，做好班級經營

初任教師如何在課堂進行班級經營呢？首先必須對帶的這個班級有所認識。若是一年級新生的班

級，我會從新生的基本資料入手，在帶班前先跟家長聯繫；假如帶的班是三年級或是五年級，則會先從輔導紀錄簿的基本內容了解，有不熟悉或是疑慮的地方，可請教前任的導師；如果接後母班的班級，則會花更多的時間，與上一任的導師一起討論如何從原本的班級經營模式延續下來，進行最有效率銜接，以進行課堂班級經營。

開始接一個班級的時候，我通常會有些基本的習慣，跟小朋友見面之前先做好一切的準備。跟

小朋友相見歡的第一天，會清楚明白地說明教室裡的相關規則，讓他們清



透過班親會延續課堂的規定，讓家長了解老師的教育理念、班級經營的原則。





小朋友相見歡的第一天，會清楚明白地說明教室裡的相關規則。

楚知道老師的規定，也才知道該如何跟老師進行互動。舉例來說，接新班級時師生總是對彼此充滿期待與好奇，如果可以讓彼此都認識多一點，則有助於班級經營。為了讓學生與老師知道彼此的想法，我會發下一封信給學生，讓他們認識老師，也可以讓學生他們把心裡的想法寫出來；師生互動、共同訂定班規並一起遵守，不論老師和學生都是班級裡的一份子，因此，班級的規定應由師生共同討論產出。

再來最重要的就是班親會，透過班親會可以延續課堂的規定，讓家長清楚了解老師的教育理念、班級經營的原則，以及班上相關的

規定，讓教學與學習不只是在學校裡的事情。家長必須與老師密切配合，做好親師合作，讓學生的學習是二十四小時的，不要說在學校是一套，在家裡又是另一套，若教育方式有所落差，就沒有辦法讓學生有所成長，一個班級的經營不能單靠老師，還必須仰賴學生的配合和家長的協助與幫忙。

除此之外，班上任課老師的想法也是我能夠採納的部分，透過共同的教學討論，就像在備課之前，我們會進行教學社群的討論，而班級的授課老師們，就是班級經營可以參與討論的社群夥伴。我會將他們邀請過來，告訴他們我的想法，

也會請教他們給我一些建議，或是詢問在科任課時有哪些要求需要配合，如此可達成班級經營相關要求的一致性。

透過班刊促進親師溝通

記得參與教師研習時，有一位實習老師的班級經營讓我看非常感動。老師的訴求是從「心」出發，讓學生可以跟他一起學習，而不是用強制力或高壓的方式讓學生們配合遵守；他能關照到學生的需要，讓學生願意跟著老師學習。在教室裡，我看到學生學習的主動性，也看到學生的互助合作，且對於老師的班級經營與帶領相當配合。我心裡很納悶，也想要知道老師是如何做到的，於是前去詢問，他告訴我：班級裡的大小事不是只有老師說了算，班級要能夠和諧、共度二年愉快的時光，就必須聽到小朋友的聲音，也要聽到家長的聲音；所以，他固定跟家長和小朋友進行通訊，每週一次的班刊是維繫

彼此之間情誼的橋樑，也是彼此溝通的媒介，用這樣的方式來進行班級經營，可以暢通彼此的想法與感受，建立良好的師生關係與情誼，培養良好的親師關係。

保持學習熱情、虛心求教 讓班級經營做得更好

初任教師的教學及帶班經驗雖不多，但只要願意跟著前輩老師及同學年的老師一起學習，一定會逐漸進步，也能累積相關的經驗。沒有最好的班級經營方式，也沒有絕對得班級經營模式，只要初任教師願意學習，每天進步一點點，就能掌握班級經營的要訣，也能有自己的心得，不管是透過參與研習、網路上班級經營的部落格、社群的討論，或是請教校內前輩老師們相關的問題借助學校裡主任及組長們的協助，只要多學多問，初任老師在進、行班級經營時一定可以循序漸進的掌握原理原則，營造屬於自己風格的良好班級。





學習共同體 在體育教學的可能性

文圖 | 李文欽 屏東縣玉田國小事務組長



「學習共同體」在體育教學的應用上，
其價值不只是引導孩子
體育技能的成長，
而在於學習技能時，
透過小組內的合作互動、
小組間的表達分享，
達成孩子個人的反思與學習。

日本東京大學佐藤學教授的《學習的革命》一書於2012年發行中文版後，臺灣的教學場域慢慢起了變化，多數的中小學教師開始去探討學習為什麼需要革命？「學習的革命」或是「學習共同體」甚至已經成為中小學教師必修的教師進修學分，身為健體輔導團的一員，也開始慢慢的接觸並瞭解「學習共同體」背後三大重要的哲學觀。

學習共同體的意涵

一、「公共性哲學」

學校是一個公共性的空間，

不只是針對學校裡的孩子而開放學習，應該開放給所有的人，學校如果放棄任何一個孩子或老師，是不會成功的（佐藤學，2012）。為了提高孩子學習的質與量，學習共同體的學校教師每年至少開放一次自己的教室，讓全校老師、外地老師、社區人士、各種有意願的人前來參觀。此外，有別於中國特級教師的教學方式，學習共同體的「公共性哲學」是立足於每位老師相互對話、相互學習的觀點，透過一年一次的備課、公開觀課與議課，打開教室歡迎大家去觀摩，不是為了任何教學的評鑑，而是為了提升教



透過一年一次的備課、公開觀課與議課，提升教師自身的教學品質。

師自身的教學品質。

二、民主主義的哲學

一所學校裡的校長、教師、孩子、家長，每個人都是學校的主人，每個人都有相同的發言權，也都可以參加學校的活動；因此，每位教師與每位孩子都有同等的權利。在日本過去的教育文化裡，學校會把孩子分為好／壞孩子、好／壞成績、好／壞表現等，好像只有最好、最差的孩子才有發言權，可以引起學校教師的注意，而佔全班最多數的其他中間的孩子沒有聲音，就被忘記了（佐藤學，2012）。但是，學習共同體的學校，不以「好」、「壞」的標準分類孩子，建立在民主主義哲學的「學習共同體」，讓學校裡的每位教師、每位孩子、每位家長的聲音都同等的被重視。

三、追求卓越的哲學

學習共同體的學校永遠給學校裡的每一位孩子最好的教育內容



或資源，不會因為一位孩子的成績不好，或是家境不好就降低孩子的教育內容、教學水準，追求卓越的哲學觀，讓學習共同體的教師永遠都在追求一位孩子學習的完美，以及最高的教育內容（佐藤學，2012）。在這樣的論點下，學校裡的教師選擇好的教材，設定較高的教育目標，為學校裡的孩子共同努力，讓孩子在學習的歷程中，經



體育教學上，開放教學的場域，讓孩子們與教師在共學的過程中學習體育的知能與技能。

歷失敗而後爬起，以致獲得成功的經驗，這就是學習共同體設定的挑戰。

學習共同體在體育教學的可能

一、體育教學的教育哲學

在學習共同體的課程與教學潮流下，許多教師成立專業社群，共同討論語文領域、數學領域、社會領域等的備課、觀課及議課方式，而健康與體育領域也和一般學科領域一樣適用於學習共同體的教學方式。在體育教學上，首先體現公共性哲學在開放的空間中，開放教學

的場域，讓孩子們與教師在共學的過程中學習體育的知能與技能；另一方面，也以民主主義的哲學給予每位孩子同等的學習權利、擁有同等的發言權；最後，在於追求卓越的哲學方面，則是追求每一位孩子學習的完美，不會因為一位孩子學習成績不好、家境不好，就降低孩子體育學習的標準。因此，學習共同體不只是紙筆測驗學科取向的一種教學模式，也應該是多門學科試圖嘗試的教育哲學。

二、體育教學的學習空間

透過學習共同體（learning community）的方式，將學校所在的

社區、學校自身、學校的家長、學校的教師都視為一個個的學習圈，在一圈一圈互動與交流的過程中，相互學習及經驗交換，確保及提升孩子的學習。而體育教學同樣是在教師講解、示範的過程中引導我們的孩子，使孩子體會學習的快樂，並在探索學習中，獲得成就的滿足（佐藤學，2013）。

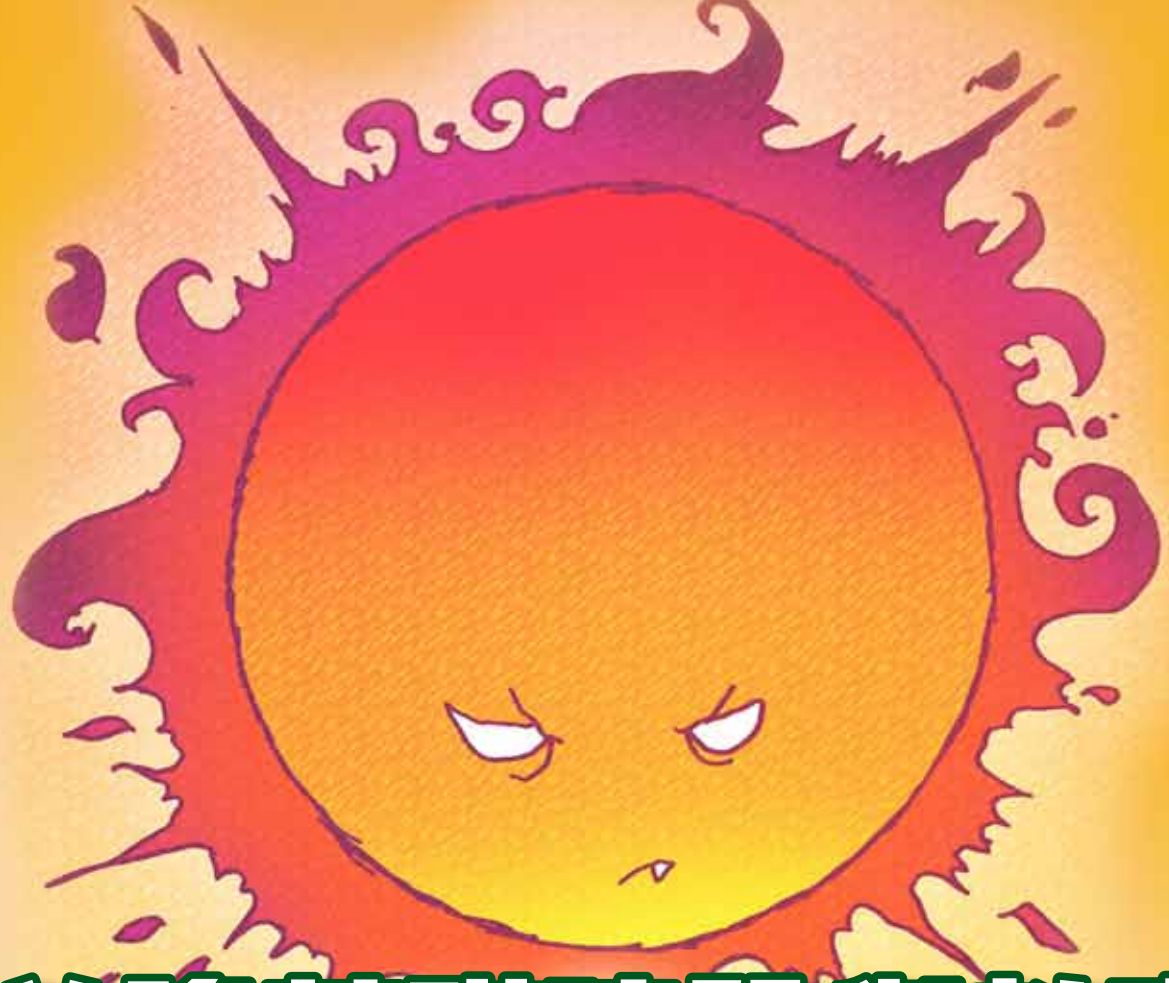
在教室的學習空間上，學習共同體將傳統一排排面向教師的學習空間改為「ㄇ」字形的座位方式；體育教學中「ㄇ」字形就是教師示範的最佳方式，在教師講解及示範的過程中，讓孩子隨時進行討論（佐藤學，2013）。小組內的每个孩子都是對等的，不是小老師制的權力關係，是一種互學與共學的方式，孩子們之間不應論能力高低，而是在對話的過程中，增加孩子學習的能力；教師的任務在透過引導孩子分組討論，訓練孩子表達自己的意見，與全班分享，使小組中2-4人的學習圈與全班討論時成為一個

更大的學習圈。

每個人都是學習的專家

學習共同體在體育教學的應用上，其價值不只是引導孩子體育技能的成長，而在於學習技能時，透過小組內的合作互動、小組間的表達分享，達成孩子個人的反思與學習；在討論、分享、聆聽的過程中，孩子除了技能的學習之外，還可以學到了專注、聆聽、「思考、回饋等學習要素，在學習的過程之中，這就是學習共同體的精神之一——尊重。在「學習共同體」的期待中，孩子們與教師都要一同成為學習的專家（learning profession），將教室的門打開，構成教師與教師之間的學習圈，在這樣的過程之中，就是一種「學習共同體」的體現。

註：參考資料略



前瞻基礎建設與教育

文 | 蔡鎮戎 高雄啓智學校組員

期望政府正視國家未來主人翁學習環境基本硬體冷氣機需求的急迫性與必要性，全球暖化絕非國中小學不使用冷氣機即可減緩的，如果以此為不安裝冷氣機的理由，則教育將無前瞻可言，亦遑論能夠帶動整體經濟成長的潛能！



前瞻基礎建設計畫是我國政府推行的基礎建設投資計畫，期望帶頭強化投資動能，帶動整體經濟成長潛能。前瞻基礎建設之項目包括：一、軌道建設；二、水環境建設；三、綠能建設；四、數位建設；五、城鄉建設；六、因應少子化友善育兒空間建設；七、食品安全建設；八、人才培育促進就業之建設。（該條例業於106年7月7日通過並正式實施。）

被忽略的教育基礎建設

由於全球暖化，臺灣平均氣溫不斷提升，進入四、五月份氣溫即開始快速上升，體感溫度更是直線飆升。大致上而言，一直到十一月底才會有擺脫夏季的感覺，也就是說臺灣一年大概有2/3的天數處於炎熱的狀態，氣象局也幾乎天天都在提醒大家要注意高溫中暑、紫外線的傷人力、盡量減少在室外暴露的時間、要確實做好防曬……。

「老師，好熱啊！」，每近夏季這樣的聲音在全國各地國中小學校園裡從未間斷，不論國家財政多麼困難，學者或政府都一再呼籲及宣稱「窮，不能窮教育」、「苦，不能苦孩子」，畢竟一個國家的教育結果會直接反映在社會秩序面及國家的整體競爭力上，國家人民素質的顯現也與教育不可分割。

然而，最近筆者一直在觀察社會上吵得沸沸揚揚的「前瞻基礎建設特別條例」，一個預計以8年時間、超過8800億的巨額建設預算計畫，裡面臚列八項「基礎建設」，卻看不到全國近7000所國民中小學最急迫需要、且估算僅需要不到20億元即可以立即完成的安裝冷氣機費用，這是每天數十萬學生都會用到的必需品，然而坐在冷氣房裡的政府卻毫無感覺這才是最重要、最急需，且可以立即完成的「基礎建設」，反而一味認定



圖 | 林俊甫繪

「軌道建設」才是最重要的，這令筆者不敢苟同、也為教育的基礎建設感到遺憾！

政府的每一分預算都是納稅人辛苦的血汗錢，當然要花在刀口上，政府官員認為軌道建設是最重要的基礎建設，理由不外是拉近城鄉差距和鼓勵搭乘大眾運輸交通工具、藉由共乘減少空氣污染；據了

解光是「軌道建設」就佔了整體建設預算近半。可是，從現實面觀之，每個縣市的人民在使用交通工具上有其個別喜好，連政府官員自己都不搭乘公共交通運輸工具、連政府機關都知道不能沒有冷氣了，那麼試問：軌道建設真的是最重要的基礎建設嗎？

別再視而不見了

全球暖化已無可避免，任何人都知道在悶熱的環境下容易使人心浮氣燥，學生在悶熱的環境中學習，學習效率也勢必隨之滑落，缺乏合宜學習環境的下一代，學習效果在無形中將漸漸下降，也許短時間內難以顯現，但經過日積月累必然受到嚴重影響，同時也可能影響國家的整體競爭力、影響了帶動整體經濟成長的潛能，怎能不慎？

這是個顯而易見的事實，而且總花費也不過是前瞻基礎建設的1/40又是立竿即能見影的教育基礎建設，筆者無法理解為什麼政府視若無睹？難道是因為學生沒有選票？還是學生只能待宰？在前瞻基礎建設條例裡，人才培育為其中之一，人才培育是需要靠硬體設備和軟體設備才能達成的，在本條例裡並沒有提及「人才培育」的內涵到底是什麼？筆者認為是個空洞的

名詞，所謂「工欲善其事，必先利其器」，既然政府有心把人才培育列為前瞻基礎建設的一部分，人才絕非憑空而出，是從小有良好的學習環境才能造就的，則硬體設備也必然是教育裡基礎建設重要的一部分，唯有軟硬體兼備，人才培育的目標方能實現、整體經濟成長的潛能方能獲得帶動。

應正視學習環境基本需求

前瞻，顧名思義就是對未來的展望、預期，筆者樂見人才培育列為我國前瞻基礎建設八大項之一，更期望政府正視國家未來主人翁學習環境基本硬體冷氣機需求的急迫性與必要性，全球暖化絕非國中小學不使用冷氣機即可減緩的，如果以此為不安裝冷氣機的理由，則教育將無前瞻可言，亦遑論能夠帶動整體經濟成長的潛能！



春風正暖 師路札記

的出版與義賣

文圖 | 曾永福 高雄市鼓岩國小退休教師



過去常有人以「燃燒自己，照亮別人」來形容老師，那麼，在此龐大社會體系中，我就只是一盞微弱的油燈，但我願意藉此機緣，發散一些光熱，帶給弱勢孩子和身心障礙者一些溫暖！

民國99年教師節，我發表了「春風正暖 我的師路札記」這本書，由師友月刊出版。因為要與人分享教育愛的故事、幫助弱勢學生和身心障礙者，所以發願寫了這本「有意義」的書！

一、緣起：愛分享、分享愛

我喜歡動筆寫文章或寫兒時記趣與生命悸動，更寫過諸多教師生涯點滴；我也喜歡分享，於是逢年過節，當別人寄卡片相互聯繫與祝福時，我常會影印該年所發表文章，與賀卡一同寄出，如此，我不必為賀卡內容絞盡腦汁，也讓師長朋友更了解我的近況，並分享自己的人生經驗；對方也多會在回函中述說其閱後感言，讓我得到更多的鼓勵和支持。

「阿福，你可以把教學故事寫成書，跟大家分享時會更方便完整。」友人建議我出書，可以嘉惠

與分享給更多的人，我也認為頗有道理。多年後，我決定把平日「愛分享」的習慣，擴展為「分享愛」的具體行動——寫出一本「有意義」的書。首先，書的內容要有意義，它是我二十多年杏壇歲月的精華，著書與人分享教育愛的故事，讓社會多一份溫馨的力量；再者，書的販售也要有意義，當時發願此書不論初版或再印，將永遠用於義賣，悉數協助身心障礙者與弱勢學生。

二、執筆：角度與內涵

「曾老師，你可以參考雷夫『第五十六號教室的奇蹟』的寫作方式，那是目前最暢銷的教育著作。」決定寫書之後，旁人熱心提供諸多意見，而我也在思考如何下筆。其實，寫作角度不外乎「情理法」三者，雷夫之書在批判美國教育制度（論理），然後提出自己的創見和具體行動（方法）；然而，

我要的不是法理之闡，目的在於分享教育愛故事，乃動人以「情」，於是決定以「情溢法理」的角度來寫作。除了部分師長相贈序言，也不麻煩諸多名家背書，因為這本書的「意義」不會因名人推薦而增加。

至於內涵則包括四部分：

一、「課來師樂」在敘說開始為師助人的生命旅程，從中自己也變得很快樂；二、「吾愛吾生」則敘說擔任普通班教師時，輔導學生和處理學生問題的種種情況；三、「益師益友」則敘說擔任主任後，如何輔導和幫助老師們適應和成長的故事；四、「有愛無礙」則描述轉任資源班老師後，我在特教領域中的諸多付出。書名取為「春風正暖」，其意就是「老師像溫暖的春風，讓所有的小孩如萬紫千紅的百花那樣盛開；而我願意化為這道春風，讓學生們，尤其是那些弱勢和

身心障礙的孩子感受到溫暖，都能綻放生命的活力。」

那年，新校長甫到校就職，原本要整理校長室，卻發現我送給前任校長參考的初稿，於是停下手邊工作翻閱，邊看邊掉眼淚。不但什麼事都沒做，也忘了用午餐。我想，這才是此書所要具備的風格。

三、出版：從危機到轉念

文成之後，必須有出版社願意出版，但有誰會接受渺小人物的文稿呢？左思右想，想起我常在師友月刊投稿，也多次承蒙不棄，於是聯絡出版事宜。

「曾老師，為維持本社出版品的品質，我們會審稿修正，確認合乎要求後才會出版。」總編輯如此表示，這我能接受。出版社的品質要求也等同是拙著的品質保證；而我自認文稿內容豐富，文筆也不差，當能通過考驗。



春風正暖義賣捐款活動，持續進行，以幫助需要的弱勢學童。

拿到的該是版稅數萬元，而能用於助學的金額就不過如此。但若悉數親自義賣，所得可能是好幾十萬，能幫助更多的學生，更符合當初著書初衷。於是心念一轉，我毅然決定花錢出版，而義賣助學活動就此展開！

「但是，我們不像一般的出版社有通路，可以鋪貨到全省各書店販售。所以出版之後，絕大部分你要自己「買」回，這有點像自費出版。」總編輯此言讓我非常困擾。雖然出書目的之一為助學，但我只是個小學老師，沒有通路而要自行行銷，卻無任何銷售經驗，這可是一大挑戰。究竟，該不該出版此書？

然而，危機就是轉機，如此困境反倒讓我發更大的願，做更好的事。假如師友有通路，在各書店能上架販售，假如又順利賣完，我能

四、義賣：歡喜與甘願

我的第一位「顧客」就是校長，她買了數十本送學校老師。接著，我就必須「自力更生」了，我到郵局申請劃撥帳號，印製義賣資料，聯絡認識的各校師長，邀請他們共襄盛舉。

「阿福，你太有心了，我買10本。」聯繫中有很多人響應，累積義賣金額越來越高，讓我得到不少肯定和鼓勵，而每當金額累積上萬，就捐入學校的教育儲蓄戶，



將書籍義賣後的所得，捐助給需要的學校。

也有捐於校外身心障礙機構和弱勢團體；然而，並非事事順利，遇到冷淡、懷疑者比比皆是，剛開始讓我覺得有些挫折，後來就不以為意，這也是我義賣歷程中的附加成長。

義賣活動持續進行著，捐款已達數十萬，也算滿願。此時，恰好倖獲星雲教育獎典範教師，有著20萬元獎金，於是心中又有新的盤算：校內的教育儲蓄戶存款尚充

足，是否該轉助各地弱勢學生？於是，我把獎金用於再版此書，進行新的義賣活動。我主動聯繫各校，若有師長認購者，一本不嫌少，百本不嫌多，我將自付郵資寄上；而書款卻不用匯寄，直接捐入該校教育儲蓄戶或仁愛基金等，用來幫助他們的學生。

「嗯，老師您的想法很好，但是很抱歉……」我上網查詢全國各校聯絡資料，利用課餘時間

打電話，和各校校長或主任說明義賣之事，或寄上紙本計畫與樣書。同樣，有很多熱烈響應，或自己購買百本送同事，或邀請至校經驗分享；也同樣，有冷淡以對或高傲以待，認為我有求於他，甚至視我為詐騙集團；但有前次義賣經驗，我已不以為意，仍持續春風正暖的義賣活動。

如今，義賣活動已大致完成，雖自己還多付出數萬元郵費等雜

支，但那20萬元獎金早已化為百萬以上的捐款，為各地各校的弱勢學生略盡綿薄。儘管出書義賣花費我許多金錢和精力，遭遇許多挫折，但我也獲得快樂和成長，對於此事，我不僅「歡喜做，甘願受」，更「甘願做，歡喜受」。

我只是個平凡的資源班老師，出書很難，賣書更難，但這是個難得的機緣。過去常有人以「燃

燒自己，照亮別人」來形容老師，那麼，在此龐大社會體系中，我就只是一盞微弱的油燈，但我願意藉此機

緣，發散一些光熱，帶給弱勢孩子和身心障礙者一些溫暖！

舒

獲頒星雲教育獎第二屆典範教師獎。



星雲教育獎

第二屆典範教師獎
獲獎人 曾永福老師

春風化雨 教澤廣被
百年樹人 師德永銘

星雲

高元 2014 年 9 月 23 日
陳光記 啟

106國中會考寫作評析

傳統習俗

文 | 林彥佑 教學訪問教師



圖 | 林育德攝

具有語文、社會與鄉土教育三合一意涵的寫作題目，讓考生在埋首苦讀之際，亦能留意生活周遭的傳統習俗，這些也許經常發生、也許偶一為之，又也許是習焉不察、視若無睹；不論如何，多關注生活中的點滴，寫起文章來一定能更行雲流水。

今年會考寫作題目《在這樣的傳統習俗裡，我看見……》，跌破許多師生的眼鏡，不但命題有

別於傳統的思考方式，且在某種程度上，需要具備社會領域與鄉土知能，讓純粹善於文字表達的學生，

也可能慘遭滑鐵盧。

什麼是傳統習俗？

關於這樣的題目，考生必須先知道「傳統習俗」的定義是什麼，比較能夠下筆解釋並發揮；其實我們常提及的傳統節慶(元宵節、中元節、端午節)、婚喪喜慶(父母分贈新生兒彌月油飯、女兒出嫁離家前要潑水、以毛巾致贈參加喪禮的親友)、傳統儀式(搬家要挑吉日、禮物不能送鐘、紅包金額要湊雙數)、歲時祭祀(求平安符、焚香燒金紙、西拉雅族祀壺)、生育禮俗……等，均屬於傳統習俗的一部分，考生只要就其中一項或多項去書寫自己的生活經驗、回憶，再延伸自己的想法，即符合本次的寫作要求。

考生可以先想想看，何謂「傳統」？何謂「習俗」？筆者簡單看來「傳統」是自古至今一直延續的價值觀；「習俗」是習慣養成的文

化或風俗，因此，它仍比較偏向於中華文化傳承下來的、祖父母輩就熟習的一種文化結晶。所以，舉凡大家所熟悉的萬聖節、聖誕節，因屬於西方節日，故不符合本題敘述。

時代觀點的異同

傳統習俗之所以重要，是因為它已經流傳千百年之久，但它的重要性是否真的無以動搖或無可取代呢？考生們應該都聽過孝道故事裡「臥冰求鯉」的事例，他的孝心固然可取，但這樣的行為是否可取，卻是可議的；又如大家熟悉的恣蚊飽血，也是同樣的道理，古代許多傳為佳談的事情，至今是否真的就值得仿效，這是需要思考的。

古時候許多婦人會綁小腳，因為走起路來比較好看，但如今來看，卻顯得荒唐；又如端午節，在傳統習俗總會包香包、插艾草，據說可以避開蛇虺蚊蚋，但現在進

入了工商業時代，蛇類一般的動物在民間出沒的可能性大概也不高了；因此，「在這樣的傳統習俗裡，我看見……」就成了考生各自發揮與表述的能力了。在本次題目的「審題」裡，只要不要提及西方的傳統、節日、現代化的文化，都應是可以接受的範圍。

當考生選擇了某一個傳統習俗之後，便要試著去思考這個習俗對自己的連結是什麼？有什麼特別的想法嗎？有什麼想特別提出建議的嗎？這些都沒有標準答案，因為每個人看待習俗的方式本來就見仁見智，而閱卷老師們想讀到的，便是「考生有沒有自己的想法」，一旦沒有思考、沒有想法、純記敘、純抒情一定無法拿到高分；反之，則容易脫穎而出。

傳統習俗的今昔觀點

例如，考生舉了一個清明掃墓的例子，其觀點為慎終追遠、是一種孝道、感恩的精神，但焚香燒金紙卻可能引起大量的空氣污染，有時為了配合全家族同一時間掃墓，還可能耽誤

某些人的行程，或導致路上大塞車；因此考生提出來的建議可能是：希望清明掃墓能心誠則靈，以雙手合十的祭拜方式取代烏煙瘴氣的焚燒方式；甚至是否可以推出網路焚香、祭拜的軟體……，不過，這樣可能也會有缺點，比方說，一年就只有團聚一次，連清明節也沒有和親朋好友見面，那平時不就更難見面了嗎？一年就只有大量燒紙錢一次，應該也不致影響到全球的環境吧？

又如中秋節，最早的傳統習俗總是賞月、品茗；時代進步之後，開始有了各式月餅、放煙火；直到現在，烤肉亦成了家家必備的活動之一；多年後，是否又會有不同的習俗流傳，也並非不可能。另外，像是元宵節，早期是點著蠟燭，提著自製的小燈籠，但曾幾何時，現在的燈籠早已是工廠大量製作的，孩子們也不再提著燈籠了，未來，元宵節可能還會有哪些特色，也可能由現代人去開創。

延續傳統、發揚文化

華人總喜歡去廟宇拜拜，深信

神明能庇群眾，也難怪在臺灣大街小巷裡，三步一小廟，五步一大廟；從這個傳統習俗中出發，我們可以去思考，「到廟裡拜拜」這件事是否值得延續、修正或改進。值得延續的理由是到廟裡拜拜就能祈福，但是只要到廟裡拜拜就能保證我們的人生就此順遂嗎？當然不是，那麼，這個傳統習俗有沒有可能修正？有，也許可以倡議民眾不要過於迷信，真正的人世間仍需我們踏實、誠實地去做；那麼，可以怎麼改進呢？也許可以規定何時才能祭拜、制定祭拜稅、紙錢稅等。

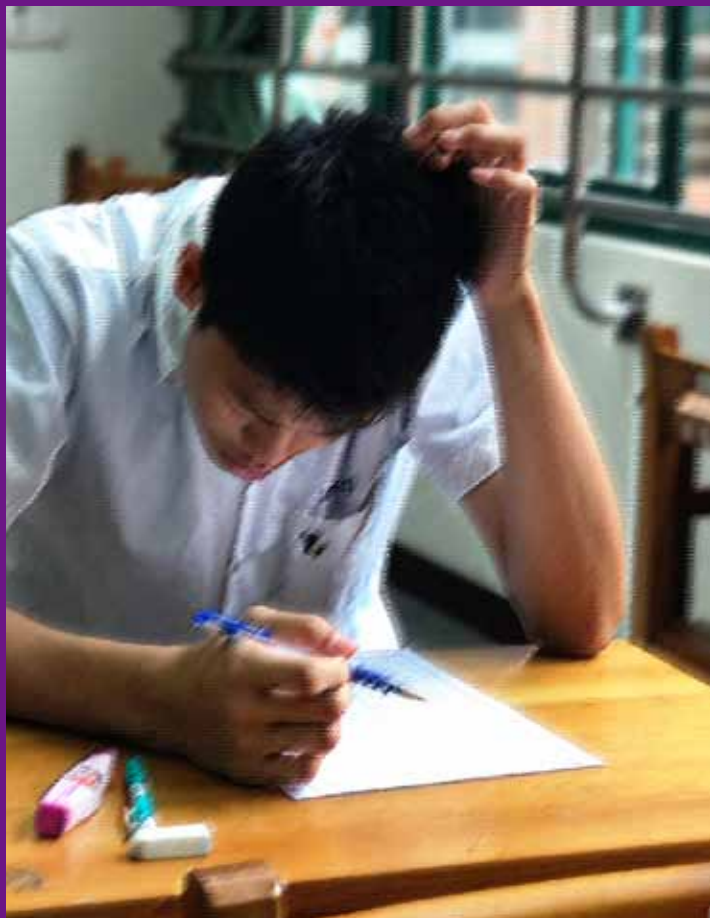
考生在書寫某一種傳統習俗時，切忌不要一味地批評它的缺點，「傳統」固然有一些是在這個時代中與現今脫節或帶來壓力之處，但不代表傳統所帶來的價值、貢獻就可以完全被抹煞；現今的秩序、生活可以如此地有守有禮，也是因為有傳統的典範供依循，才能維持住社會的和諧。因此，考生可以提出具有見解的建議，做為傳統

習俗可以改進的方向。當然，有些傳統習俗的內涵至今依舊可以記取，考生也可以思考看看如何延續這項傳統，並讓它更精緻化，以發揚優良文化。

觀點論述，深度內涵

這次的會考作文題目，有很大的篇幅是希望考生寫出「論述、觀點」，而非止於「記敘」一件事的表面，這也是這幾年來的大考寫作測驗方向。因此，往昔我們習慣引用的美言錦句、詩詞曲賦，套入文中，也許就不是這麼適合地運用於本次作文裡(當然，也是可以運用，端看考生鋪陳的技巧)；反而考生若能更進一步知道傳統習俗的歷史典故，也許可以把其來龍去脈稍做簡短描述，更能讓閱卷老師知道你的見識。而整篇文章可以是全部為論說文型式，或是先敘後議、先議後敘的夾敘夾議方式，均是可以接受的範圍。

考生平常可以多練習「觀點型」的寫作能力，亦可常常自我提



語表達的看法？」、「我對婚姻平權的看法？」、「環境保育之我見」、「紙筆測驗之我見」，多訓練自己對一件事情的正反觀點，可以增加自己的批判思考與歸納分析的能力。現在的寫作趨勢，不再只是單純的文字駕馭能力，而是需要周全思考、融會貫通的能力了；因此，多一些思維練習，將可以對這次的寫作題目，增加信心與能量。

留意生活，下筆易成文

問：「國中生是否適合帶手機到學校來？」、「國中生是否適合早上八點到學校？」、「是否贊成國中會考比序的制度，為什麼？」、「是否認同在英語考科中加考英語聽力？」、「是否贊同讓學生來評鑑老師的教學？」、「我對學校營養午餐的看法？」、「我對補班補課與連假看法？」、「我對口

筆者肯定這次的寫作題目具有語文、社會與鄉土教育的三合一意涵，讓考生在埋首苦讀學科之際，亦能留意生活周遭的傳統習俗，這些也許經常發生、也許偶一為之，又也許是習焉不察、視若無睹；不論如何，下次記得多關注生活中的點滴，相信一定能讓考生寫起文章來，更熟能生巧，行雲流水。



106學年度

南科實中、新竹高商、苗栗農工

校長遴選 試題解析

文 | 王延煌 國立中興高中校長



圖 | 陳芝殷攝

壹 在12年國民基本教育新課綱中，為促進此課綱的有效實施，不管哪一類型的高級中等學校，均非常強調教師專業學習社群的建構與運作，從其精神而言，與學習型組織(Learning Organization)的理念是相容共通的。試以Peter Senge所提出的學習型組織理論之核心要素-「五項修練(the Fifth Discipline)」為架構，析論校長如何有效經營教師專業學習社群，進而促進教師自發性的專業成長與對話，俾利新課綱之有效要推展？

答題重點

第五項修練、學習型組織與教師專業學習社群，一直都是重要考題，本題雖以推動新課綱為基礎，但其發展脈絡仍以PLC為主軸。答題時，應論述知識經濟、學習型組織下的教師成長策略，輔以校長的課程領導，藉由組織運作、課程規劃設計、整合相關資源，提供課程實施及有效教學的支持系統，以提升學校經營效能。

參考內容

一、學習型組織的內涵

(一)學習型組織：依據終身學習法之定義，所謂的學習型組織系指組織支持成員之學習活動，採有效之措施，促進成員再組之目的的達成下，繼續學習，使個人不斷成長進步，同時組織之功能、結構及文化不斷創新與成長，而導致成員與組織同步發展。

(二)第五項修練：Peter Senge主張在知識經濟的時代中，一個機構或組織為確保永續發展，必須持續地提升其知識管理與運用的能力，而其關鍵在



透過專業對話、經驗交流、分享資訊、楷模學習來擴展專業知能。 圖 | 潘立傑攝

於運用第五項修練並促使機構成為學習型組織，這五項修練分別是：自我超越、心智模式、團隊學習、共同願景及系統思考。教育領域受到影響，逐漸導入這些新思維來改善學校的運作，藉由提供結構性與社會性的支持，鼓勵教師共同提升教學專業。

二、教師專業學習社群的內涵

(一)定義與意義：是指一群志同道合的教師，具有共同的價值、願景與承諾，關注於提升學生學習成效，透過專業對話、經驗分享、知能傳承、教學觀察、教學檔案等方式，進行合作學習並能回饋應用於教學現場，藉以提升社群教師的專業發展。具有以下幾點意義：1.共享的專業價值；2.專業的對話；3.專業的支持；4.專業的合作與投入；5.公開的檢視。

(二)特徵與重要性：一個願意追求成長並以學生為主體的教師專業成長社

群，具有以下特徵：1.共同願景、價值觀與目標：「關注學生的學習」；2.協同合作：聚焦於學習，以實現為所有學生提供高水平學習的根本目的；3.共同探究：透過專業對話、經驗交流、分享資訊、楷模學習來擴展專業知能；4.分享實務：透過彼此的教學觀察與「同儕互助」的歷程，持續不斷改善教師個人與學校整體的教學效能，以便確保學生接受到質量一致的教學。

三、推動策略：

12年國教課綱，強調自發、互動、共好，並將公開觀課列為實施重點，其精神與策略和學習型組織相吻合。因此，為能穩建推動新課綱，校長應發揮教學領導的功能，積極建構學習型組織，使教師專業學習社群，成為學校進步的核心。

(一)實施原則：1.把對組織有意義的資源集中到社群中；2.為社群提供相互作用的時間和空間；3.賦予社群成員不同的角色與責任；4.推廣社群和其成功故事。

(二)具體措施：

- 1.**協同備課：**教師共同分析上課教材內容，一起討論上課的流程，以及引領討論的方法，也可以共同命題，或發展出一套評量學生作品的規準，或是一起評量學生的學習成果。
- 2.**教學觀察與回饋：**了解教師的教學實作表現或師生互動情形，一方面可作為分享個人的教學實務，另方面也可經由觀察者回饋的優點與待改進作為省思與改進教學之用。
- 3.**同儕省思對話：**共同選擇一個焦點進行專業對話，以幫助教師教學或學生

學習作省思與改進。

4. **建立專業檔案**：透過專業檔案的建立，系統地蒐集並整理教學實務，反省其教學的有效性，進而修正無效的策略。
5. **案例分析**：研讀他人已完成的成功或失敗的典型案列，來尋求啟發，自行省思或邀請他人一同集思廣益，以解決問題。
6. **主題經驗分享**：共同擬定探討的主題，作經驗分享與交流，並一起進行探討。
7. **主題探討**：共同閱讀專業相關書籍或觀看專業相關錄影帶，進行專題討論，以促進專業成長。
8. **新課程發展**：共同發展和試驗新課程，並作討論與修正。
9. **教學媒材研發**：研發特定領域的教材或教學媒體，以符應不同程度的學生。
10. **教學方法創新**：共同研發和試驗富有創意的教學方法，並作討論與修正。
11. **行動研究**：由第一線的教師們擔任研究者，改善既有的教學實務，以協助學生有效學習。
12. **標竿楷模學習**：透過參訪辦學績效優良學校或他校同領域的專業學習社群，達到見賢思齊的效果。
13. **新進教師輔導**：以校內教學輔導教師或資深優良教師為楷模典範，引導新手教師學習有效的教學與班級經營策略，以達到教育傳承的效果。
14. **專題講座**：邀請專家給予指導，共同研討課程革新。

貳 請說明何謂「學校本位課程發展」？如果你擔任高中校長，你會如何進行《12年國民基本教育課程綱要總綱》當中的「學校本位課程發展」？

答題重點

12年國教強調適性揚才，因此一校一特色、一生一課表，即是在彰顯學校本位課程的發展。是以學生為中心、以教師為優先、以學校為主體，落實學生學習權、家長教育權、教師專業權的保障。讀者在回答時強調解構鬆綁、賦權授責的同時，要輔以組織學習、績效責任的倡導，建立SOP。

參考內容

一、學校本位課程發展的意涵

(一)學校本位發展：是「學校本位經營」與「開放教育」理念之體現，它有著教育鬆綁、開放管理、組織學習、教師專業自主的強調，它解構由上而下之決策思維、強調賦權增能的分權理念。

(二)學校本位課程：是學校呼應學生之學習需求或活動需要所進行自主規劃的課程設計、教學與評鑑。它是「由下而上」（bottom—up）自主性的課程發展；而非「由上而下」（top—down）被動性的教學執行。

(三)學校本位課程發展：就是以「學校」為基礎，藉由學校人力的整合和社區資源的運用，由學校自主對於學生之學習內容或活動所進行的課程設計。學校本位課程發展係是一種「參與」、「合作」和「共享」的過程與文化。透過這種的課程發展活動，可以提供最適合學生學習的方案，更可以建立學校的特色與風格。

二、12年國教新課綱與學校本位課程

(一)賦權學校：

新課綱賦予學校課程發展的自主權，如：降必修、增選修；部訂必修課程可分組實施；補強性選修；所有領域都有加深加廣選修；校定必修4-8學分；至少修4學分跨領域專題、實作/實驗、探索體驗等；多元選修；職涯試探；大學預修課程；彈性自主學習。

(二)課程結構關係：使部訂課程更符合學生需要及學校情境、建立學校特色、提供多元選擇與機會，讓學生的學習權逐步取代國家的教育權。

三、策略

(一)宏觀的目標：要避免流於「教師本位」與「考試本位」的偏差。

(二)本位的進修：是溝通型態的進修模式，是由下而上自發的要求，是建構在教師群體中平行對等的交流，而非由上而下的任務交付。

(三)觀念的改變：做好溝通、建立共識，鼓勵教師一起參與學校本位課程的發展，讓所開發的課程能夠激發教師的熱情、引起學生的興趣，提供學生高品質、有意義的學習經驗。

(四)研究的動能：經由持續不斷的實踐與反思來尋找方法、創新觀念、改革作為，並將研究的發現用來釐清理念、凝聚共識，才能提升行政績效、發展教學效能。所以，培養教師行動研究的能力，亦是學校本位發展的重要工作。

(五)學習型組織。(參考上文)

(六)障礙的克服：學校所有成員勇於任事、樂於反思、合作學習、分權參與，不要陷溺於怨天尤人、歸責於外、剛愎自大的迷失。

(七)行政的作為：一是分權式的學校自主、二是參與式的決策歷程。

(八)本位的評鑑：主要精神在於學校自主管理、自我檢視，期能發現缺失、追求進步，落實績效責任制度，它是導引學校體現進步教育的重要機制。

(九)流弊的革除：以開放教育的理念、多元智能的思維、全人教育的提倡，改變重學歷、輕學力，重知識、輕能力，重技術、輕情意的教育現狀，將能減少考試領導教學之流弊，提高適性揚才之可能。

(十)流程的訂定：訂定各級會議的定位與功能，如教學研究會、「專業群科研究小組」與「一般科目研究小組」、「學校課程發展委員會」與「校務會議」。

參 技術型高中的課程內容及學生特質與普通型高中不同，若您有機會擔任技術型高中校長，您會如何推動創新和多元的教學模式和策略，以凸顯技術型高中的辦學績效。

答題重點

新課綱賦予技術型高中更多的空間發展學校特色，校長應以課程與教學領導為主要任務，答題時須簡述課綱內涵與技術型高中的關係，並就創新教學、課程領導與教師專業成長等方面發揮，強化產學訓的鍊結。

參考內容

一、技術型高中課綱特色：新課綱中對於技術型高中，強調以下的精神、原則，身為校長應致力於落實課程內涵。

(一)精神：

- 1.適性揚才：符應12年國民基本教育之精神。
- 2.學生主體：深化學習動機與就業競爭力之基礎。
- 3.生涯預備：符合社會脈絡與國際潮流之發展。

(二)原則：

- 1.強化務實致用。
- 2.落實課程連貫。
- 3.深化基本職能。
- 4.符應差異需求。

(三)內涵：從能力本位、特色模組、校本課程到整體課程的發展關聯。

- 1.校訂一般科目：特色課程專業科目、特色課程模組實習科目。
- 2.部定一般科目：部定群實習科目(技能領域模組)、部定群專業科目。

二、學校組織與定位分析：要發展學校特色，凸顯學校功能，應先進行組織環境分析，然後就優勢與劣勢予以發揮或補強，提出精進策略。

(一)進行競爭環境描述。

(二)確認影響學校發展的所有外部因素。

(三)預測與評估未來外部因素之變化。

(四)檢視內部之強勢與弱勢。

(五)利用SWOT分析架構研擬可行策略。

(六)進行策略評估。

(七)擬定策略方案。

(八) PDCA全面品管。

三、特色教學發展策略：課程與教學是學校特色發展的核心，技術型高中

強調實做和就業的能力，因此在發展教學策略時，應環繞在產學訓的關聯性。

(一)實施升學與就業的雙軌課程：區隔兼顧適性強化就業力之學習

(二)強化學校本位的課程教學與生涯輔導：

1.深化學生就業力、學習力。

2.強化三涯，學涯、職涯、生涯。

3.落實四輔：實習、教務、學務、輔導。

(三)涵育高職學生倫理、態度、執行力、競爭力

1發展三創：創意、創新、創業。

2.涵泳四品：品格、品德、品味、品牌

(四)鏈結產業介面，導入業界師資、人力與資源

1.深化產學攜手

2.強化務實致用

四、課程策略

(一)職業教育與普通教育是「互補」而非「替代」關係。

(二)職業培訓以企業為主，以崗位培訓為任務；就業培訓以政府為主，解決失業、轉業為首要任務。

(三)學校職業基礎教育要以職業道德與基礎學力為主。

(四)「學會學習」、「適應變遷」、「創新發展」將是學生未來生活的關鍵能力。

(五)終身學習、多技在身、樂學能學、知變應變等能力將成為生涯發展的必備能力。

肆 高中/職教育與大學教育的合作已成為人才培育一項非常重要的趨勢，如果你是位高中/職校長，你會如何加強學校與大學合作，具體作法為何？

答題重點

學校在面對國際化、多元化、市場化、少子化與經費短缺的衝擊下，校際間進行合作與結盟，儼然已成了教育場域的新趨勢之一，其功能不僅有助於教育資源能更有效的連結、整合與運用，更可以增進教師、學生、社區大眾的學習視野與交流互動，可說是一舉數得的多贏策略。高中職為大學的預備教育，校長如能致力於垂直整合與策略聯盟，將可提升辦學品質。

參考內容

一、策略聯盟的意涵：

(一)趨勢：近年來企業界與大學進行國內外異業、水平、垂直型「策略聯盟」，建立產官學夥伴關係，共享人力、財力、物力、資訊等教育資源，相互合作共創多贏。大學校院「策略聯盟」經驗，可作為高級中等學校面對教育資源不足之借鏡，尤其在人才培育方面，應建立有效的合作機制。

(二)意義：又稱為「夥伴關係」，係指兩個以上的正式組織，為達成共同的策略性目標，所互訂的合作協議。在企業界，係指在生產、市場、資金或技術上的合作，以加強實力對抗競爭對手。藉由策略聯盟，組織可以互補長短，分享資源，達成共同的目標。

(三)類型：共有「垂直型策略聯盟」、「水平型策略聯盟」、「異業型策略聯盟」三種類型。

(四)功能：營造良好夥伴關係，彼此互相依；彌補組織內部資源之不足；協助與促進學習與成長；尋求互補關係，提昇彼此競爭力。

二、實施策略：

(一)師資交流與支援：大學教授指導高中（職）學生進行專題研究、支援高中（職）第二外語教學、指導高中（職）升學模擬面試、職業介紹專題講座、實習教師至高中（職）學校實習。

(二)課程與教學支援：遠距教學、教材研發與分享、預修大學課程、教師短中長期進修（工作坊、第二專長、碩博士學位）。

(三)教務合作：學分認定、學分班、推廣教育學分班及非學分班、教學經驗分享等。

(四)學術交流：師資交流、學術與研究合作、舉辦研討會邀請高中（職）教師參加、實施學術性專題演講等；

(五)軟(硬)體設備支援：圖書館館際交流與服務（含遠距服務）、免費或優待提供活動所需之設備、場地。

(六)學生活動：舉辦藝文活動、學生社團交流、支援高中（職）校慶、運動會、園遊會、邀請師生參訪大學、辦理寒暑假高中（職）學生營隊等活動。

(七)行銷與招生：提供升學講座與系所關資訊、支援高中（職）辦理大學博覽會、高中（職）協助發放各類招生文宣（入學簡章）、鼓勵優秀學生進入結盟大學就讀。

(八)經費補助：補助高中（職）刊物製作費、參訪大學保險費（餐費、車資）、支援教授鐘點（車馬、誤餐）等費用。

(九)其他：協助於大學成立校友會、協助與國外高中職校締結姐妹校。 

註：參考資料略



master

學習動機可分為外在及內在，
外在動機可給予學生立即的正增強回饋，
例如口頭或物質上的鼓勵；
內在動機更能促使學生繼續學習的內在動力；
提供學生成功的學習經驗，
以增加學習自信是最好的方式。
可藉由設計多元學習活動，
利用不同的教學方式，
給予學生更多成功學習經驗的機會。



七個寶與我

英語補救教學經驗談

文圖 | 賴佳琪 高雄市新甲國小教師

經過四個月的補救教學，有半數學生通過「補救教學篩選測驗」，這樣的成績讓人感到十分開心與感動。作為老師，最大的樂趣莫過於看到學生的進步，也讓我再次燃起對於教學的熱情。

現今許多學校的英語教學都向下延伸至國小一年級，甚至有些縣市一年級每週即有兩堂英語課。身為國小英語教師，



多年來遇到最大的困境即是「雙峰現象」，且學校越早開始英語教學，雙峰現象便愈早出現。而相較於高成就學生，低成就學生更需要老師的幫助，因此，如何提高低成就學生的學習動機及學習能力，一直以來都是我的教學重心。

教學策略與實務經驗分享

去年3月，受到任教學校的研發組長請託，擔任高年級英語補救教學班級的任課老師。英語補救教學班裡共有七位來自不同班級未通過「補救教學篩選測驗」的學生，填鴨式教學法對這群孩子是行不通的。秉持著「只有不會教的老師，沒有教不會的學生」信念，希望透過多元化的教學活動與策略，讓這一群對英語學習低成就學生重拾對英語學習的興趣。

一、提升學生的學習動機

這群孩子在原班對於學習英語的態度呈現消極或完全放棄，要

改變學生的學習成就表現，首重「學習動機」。學習動機是指「引起個體的學習活動，維持學習活動，並促使該學習活動朝向教師所設定目標的內在心理歷程」（張春興，1996）。學習動機又可分為外在、內在，外在動機方面，為了給予學生立即的正增強回饋，故當學生表現良好時，我會立即給予口頭或物質上的鼓勵；內在動機更能促使學生繼續學習的內在動力；提供學生成功的學習經驗以增加學習自信是最好的方式，因此，設計許多不同的學習活動，以期利用不同的教學方式能提供更多學生成功學習經驗的機會。

經過一段時間的實施，這些孩子呈現較高的學習意願，推測可能在原班級，這些孩子跟其他同學比起來對於學習感到較大的習得無助感；反觀在這個班裡，他們比較能夠感到安心、自信的學習氣氛，因此，自然會有較高的學習動機。

利用視覺效果達到多元學習成果，圖為歡樂對對碰活動。



學方法，反而要利用學生的知覺優勢提供多元學習，如此一來，學生的學習才會有效率，進而達到學習效果。因此，根據學生的知覺優勢設計不同的學習活動，以提供學生成功的學習經驗。

(一)「利用視覺效果」

1. 歡樂對對碰：將不同單字的圖片及字卡背面朝上貼在黑板上，學生一次選兩張卡並翻面，如果兩張卡剛好是同一單字即可得分。

2. 抽鬼牌：採撲克牌抽鬼牌遊戲規則，將撲克牌改成單字圖片及字卡，當學生將配成對的卡牌丟出時必須說出此單字，最後剩下鬼牌的學生加一分，其餘同學加兩分。

(二)「伴隨聽覺線索」

1. 超級聽一聽：將學生分成兩組排成兩排，給予第一位學生單字

二、利用知覺優勢設計學習活動

教師必須提供學生成功的學習經驗，以增加學生的學習自信，進而提高學習動機。傳統講述式教學法多以教師為中心，易扼殺學生的學習熱忱。每位學生都有自己獨特的學習風格，教師不但不能要求學生適應教師的教

彩蛋接力賽。



或句子，請他傳給下一位，直到最後一位再把聽到的單字或句子說出來。

2. 聽到你心裡：挑選簡易英語童謠，再將歌詞挖洞做成學習單，請學生一邊聽歌謠，一邊將缺空的單字寫下來。

(三)「創建身體/動覺活動」

1. 彩蛋接力賽：在教復活節時，搭配彩蛋接力活動，學生將彩蛋傳

給下一同學後，才能說出單字或句子，看哪一組最快完成接力賽。

2. 疊疊樂：利用有不同顏色與數字的疊疊樂，在教授顏色或數字時搭配疊疊樂活動。

三、合作學習

雖然本班只有七位寶貝，但大部分的教學活動都是將學生分組，透過合作學習，不但可以提供學生

與他人互動的機會，在發生衝突時學習如何溝通、解決問題。藉由合作學習，大部份的時間都是交由學生互相學習，這也是我一直不斷自我提醒的：「我們應該著重於學生的學，而非老師的教，老師應該把學習權還給學生」。

教學後之心得與省思

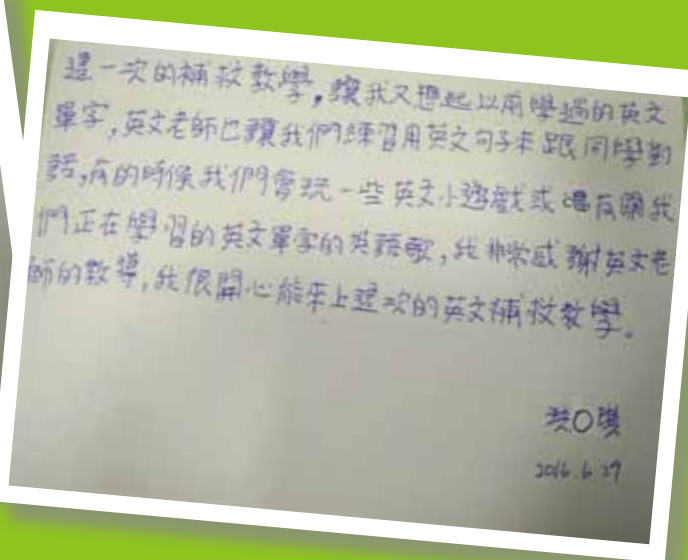
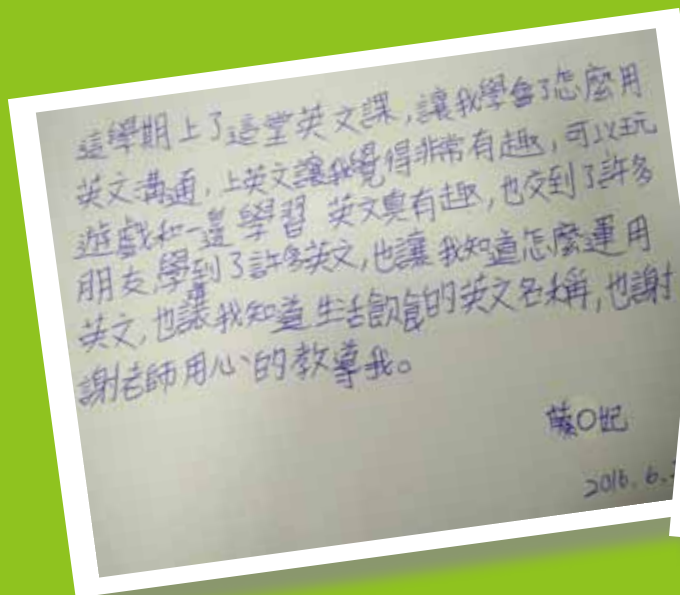
一、教學現場困境與因應策略

對我來說，這七個寶只是學習步調較緩慢，需要比別人更多的學習時間，不是學不會，但是當這些學生回到原班級時，他們所面對的是比他們高成就的同學，和他們還學不會但又有一定進度的教科書內容。某次與小杰原班的英語老師聊天，老師表示小杰在原班的英語課參與意願低落，注意力不集中；但在補救教學班裡，小杰是最積極參與課程內容的孩子，總是搶著第一個要回答，表現有著極大的落差。推測小杰可能在原班感到沒自信，

不敢發表，而學習內容也較艱深。為因應學生的學習困境，除了補救教學策略外，對於在普通班級裡的教學有以下三點建議：(一)落實「差異化教學」：根據不同學生的個別差異與需求，調整教學內容、教學方式或評量內容，引導學生適性發展；(二)實施「多元評量」：為讓學生能發揮「多元智能」，使其找到最適合自己的學習方式，以提升學習效果；(三)給予「立即回饋或協助」：根據史金納的理論，回饋可以成為增強物或是修正行為的方法。如過程中發現學生無法順利完成任務，教師可給予立即協助，尤其低成就者可多加利用。

二、教學相長、教師持續自我增能

老師的角色不僅是教學者，也是學習者，常常學生也教會我們很多事。在教學過程中，教師應常思考用什麼樣的教學方式、設計什麼



樣的學習活動才能讓學生真正達到學習成效。然而，光靠先前的經驗是不夠的，我還會從學生的回饋、與同事互相討論、請教，抑或是參加研習以得到更多的想法，不斷地充實自己，而學生總是跟著老師的腳步，唯有當老師充分準備好了，學生才有學習的可能。

三、不放棄任何一個孩子

每次教學後，我都會反省自己的教學並做教學記錄，思考在教學上哪裡需要改進、怎樣做對學生會更好。經過四個月的補救教學課程，這七位學生有半數通過「補救

教學105年6月篩選測驗」，這樣的成績讓人感到十分開心與感動。作為老師，最大的樂趣莫過於看到學生的進步，也讓我再次燃起對於教學的熱情。想當年開始任教時，曾深信自己會是一位充滿教育愛、專業有效能的好老師，但隨著時間一年一年過去，再加上平時學校事務繁忙等種種因素，似乎讓筆者已經忘記當年對自己的期許。經過這次的補救教學經驗，再次提醒自己「莫忘初衷」，也與所有的教育者共勉。

師

註：參考資料略



走出校園，親近劇場

文圖 | 鍾瑋純 高雄市三民國中教師

教師應不吝提供予孩子身歷其境的戶外教育，
以及直觀學習的機會，
讓學生能置身於真實的情境中感受其氛圍，
情境式的學習美好多元的層面，
以達到潛移默化的作用。

2014年政府提出了戶外教育五年中長程計畫，正式發布「中華民國戶外教育宣言」；戶外教育因時、因地的不同也有相異的名詞，一般學校的校外教學、隔宿露營、畢業旅行以及山野教育等皆可說是戶外教育的前身。

2015年國家教育研究院以學校的觀點出發，歸納出各相關名詞的共同性，將「戶外教育」定義為「在校外學習與學科有關的知識與能力」，係指教育人員安排教室以外的活動，教師不再於課堂內傳授知識，而是課堂外包括社區部落、社教機構等（吳清山，2015），廣義的說，凡走出教室外的教學活動皆可謂戶外教育，是有組織、有意義的學習（成映鴻，2004）。

教室外的表演藝術課程

一般在教室的課堂上大多是理論與事實的介紹，戶外教育不限

於山野之間，更重要的是培養學生走出教室，隨時觀察求證的習慣（成映鴻，2004）。筆者為國中表演藝術教師，在過去教授有關「舞臺」、「劇場」的課程，僅能以課本內容、照片或影片來輔助教學，未能讓學生有機會親臨劇場，體驗站在舞臺上表演及被觀眾欣賞的感覺，僅能將教室中教師的講臺，翻轉成讓學生盡情表演的舞臺，無法讓學生在真實的情境中直觀學習深感遺憾！

偶然的情況下，高雄市「索拉舞蹈空間舞團」為執行文化部105年度媒合駐館計畫「黑盒子魔法空間III」系列活動之一「啟動身體按鈕：肢體開發夢公園」，深耕在地藝術教育和推廣藝文活動而主動尋求合作，希望筆者能與九年級表演藝術課程做為結合，利用表演藝術課程時間前往高雄市三民圖書館之實驗劇場進行舞蹈課程。由於「索拉舞蹈空間舞團」為高雄專業的當

代舞團，其考量國中學生的喜好，因而特聘「爵劇影色舞團」專業的街舞老師前來教授認識劇場、街舞技巧練習與舞蹈創作的課程。筆者對此表演藝術戶外教育方案深感興趣，認為學生應廣泛的多元學習新知，教師應不吝提供給學生學習的機會，學生也應多與不同領域專長的教師接觸與學習，因而引起我想探究「啟動身體按鈕：肢體開發夢公園」之戶外教育教學計畫能否有效實施，以及學生參加此戶外教育教學計畫後的回饋與看法。

啟動肢體開發按鈕

「黑盒子魔法空間III」系列活動之一「啟動身體按鈕：肢體開發夢公園」，為「索拉舞蹈空間舞團」承辦文化部105年度三民圖書分館之駐館計畫，文化部為了鼓勵演藝團隊進駐演藝場所，培養長期駐點合作機制，推動「媒合演藝團隊進駐演藝場所合作計畫」，期望

能促進團隊與在地場館連結，並深耕在地民眾的人文氣息，活絡周邊藝文氣息，導引不同類型與特色的表演藝術深入臺灣各地的社區及校園，目的為落實藝術深根之政策(文化部，2016)。

此戶外教育教學方案設計，並非把課程直接移到戶外進行原有的課堂教學，也不是帶學生離開校園到社教機構「玩」，更不是「換一間教室」上課而已，課程安排是以國中青少年為主要對象，內容包括：認識實驗劇場、街舞肢體引導與練習、分組舞蹈創作排練、小組教學成果呈現等。為期四週四場次的教學內容，目的是讓國中學生能在真實的情境中直觀學習，讓學生在認知方面能認識實驗劇場的地理位置、內部設備與空間格局，以及了解街舞的表演風格與形式；在情意方面，讓學生能欣賞專業舞者與同學的表演，並遵守劇場禮儀當一個良好的觀眾；在技能方面，學生

能學習街舞技巧，與同學分組合作學習，共同創作一段舞蹈小品並演出呈現，其課程內容同時兼顧了表演藝術的理論與技術層面，並藉由學習表演藝術過程中賦予教育的功能。

學生參與表演藝術戶外教育教學計畫的回饋與看法

九年一貫藝術與人文領域中的表演藝術課程，目的就是讓學生有機會透過課程體驗、欣賞舞蹈和戲劇，藉由舞蹈、戲劇來達到人文教育的功能與目的。「舞蹈」為表演藝術的一部分，是透過肢體語言來傳遞個人情感、思想等無聲的訊息，不是無意識的亂動肢體，是一種品德、人際、美感、體能、技能與智能的表現。透過舞蹈學生可學習統整，並可透過編舞來展現他們的知識（郭俊賢、陳淑惠，1999）。學生參與「啟動身體按鈕：肢體開發夢公園」表演藝術戶

外教育教學計畫後，其回饋與看法如下：

一、在真實的劇場，有表演的感覺

學生回饋表示，黑盒子劇場的場地很特別，在不一樣的空間中上課很棒，整個氣氛都不一樣，劇場寬闊好玩，在劇場上課比較有挑戰性，站在真實的舞臺上有表演的感覺，也認識了劇場的前臺、後臺、觀眾席、燈光、洗手間以及其他設備。

二、編舞不容易，需要動頭腦

學生說，在課堂中學到如何創作舞蹈，自己編舞可創作出很多奇特又好笑的動作。多數學生認為編舞不是一件容易的事，創作時很頭痛，需要不斷地用頭腦去想，對大家來說是一項新的挑戰，但創作舞蹈的過程很有趣，最後的呈現也超出預期的好，真是獲益良多！

三、舞蹈是一門深奧的藝術



舞蹈為表演藝術的一部分，透過肢體語言來傳遞個人情感、思想等無聲的訊息。

有學生表示，以前認為跳舞不是一件難事，但經過親自體驗後，才知道跳街舞沒有想像中簡單；跳舞不是隨便就可以了，要從基礎開始練習，身體的律動很重要。多數學生表示在課程中學到了肢體的伸展、柔軟度、反應快慢等，有些學生有感而發地敘述：唯有自己在揮灑汗水練習舞蹈的過程中，才能體認到作為一個舞者並不是那麼容易；再者，另有學生認為舞蹈是一門深奧藝術，在課堂中學到舞蹈是很莊重的。

四、學習溝通相互配合，體認團隊合作重要

多數學生回饋，在課堂中學到團隊合作和熟練度的重要，還有學到如何走位、排隊型、數拍子與配合同學跳舞，以及如何跟後面的同學配合舞步而不會去踩到他；另有部分同學表示，學到如何與同學溝通、了解對方的意思。

五、課程內容新鮮有趣，欣賞同儕創新創意

學生表示，在課程中能欣賞同

學的創意表演，同學跳舞的動作千奇百怪，看同學跳舞覺得很好笑，大家舞跳得很好也很有創意；另有學生表示，組員很認真努力練習，很感謝同學幫忙編舞；多數學生認為課程新鮮有趣，是一個很有趣的經驗，希望以後還可以參加這種課程。

言教不如身教，身教不如境教

戶外教育是「境教」的一部分，是以學生為主體的情境式學習，經過為期四週四場次的國中表演藝術戶外教育課程，有效的將「啟動身體按鈕：肢體開發夢公園」戶外教育教學計畫，落實於國

中表演藝術課程中，學生感受到了特別的劇場氣氛，認為在真實的劇場裡，有一種在臺上表演的感覺，亦認為舞蹈並非「頭腦簡單，四肢發達」，是需要動頭腦、莊重且深奧的一門藝術；除此之外，在新鮮有趣的舞蹈課程中，學生體認了團隊合作的重要，學習到團體之間的溝通與配合，也欣賞了同儕的創意構思。因此，教師應不吝提供予孩子身歷其境的戶外教育，以及直觀學習的機會，讓學生能置身於真實的情境中感受其氛圍，情境式的學習美好多元的層面，以達到潛移默化的作用。

師

註：參考資料略



舞蹈並非「頭腦簡單，四肢發達」，是需要動頭腦、莊重且深奧的一門藝術。



我們把募捐來的發票和零錢讓孩子們和同儕一起送到華山基金會，看著他們滿意且得意的笑容，我們確知他們已經學到服務別人的應有的態度與技巧，也得到了與一份眾不同的兒童節禮物了。

最特別的兒童節禮物

慢飛天使的服務學習課

文圖 | 謝金龍 彰化縣員東國小資源班教師

在學校的普通班級中，特殊需求兒童總是被服務的一群，普通班的課程中強調要尊重差異、

關懷身障，但是事實上，許多普通班的慢飛天使們非常渴望能夠付出自己的能力去服務別人。為了鼓勵

孩子們主動服務他人、勇敢表現自己，以強化這些孩子們的自信，今年資源班規劃了一項與眾不同的慶祝活動，希望孩子們利用自己的力量在兒童節這一天於全校進行「愛心一日捐」，為自己取得另一項更有意義的兒童節禮物。

「愛心一日捐」活動

為了讓活動更有學習上的意義，我們特別將每項任務與學生的需求結合，利用國語課讓學障的孩子們一起做宣傳海報，把平時學過的生字和語詞做更有系統的整理與表現；在溝通訓練課程中，訓練聽障和語障的孩子練習清楚大聲的向



大家喊出本次活動的口號；在動作機能訓練課程中加強腦麻及肢障學生的粗大肌肉動作技能，讓他們能拿著發票及零錢樂捐箱，靠自己爬樓梯到各班進行募捐；自閉症和情障兒童則在社會技能的課程中加強與別人互動的技巧，練習與同儕互動的基本禮儀與態度；而天真無邪的喜憨兒則拿著愛心鑼到各班進行宣傳。或許是因為孩子們知道這項

活動的意義，也真的很想要表現他們的能力，在平時練習就顯得特別有動力，平時識字不佳的學障兒竟然還會利用午餐後，主動邀請班上的同學幫他們利用電腦打字一起完成活動海報，無形中注音符號和識

字學習就得到增強；腦麻和肢障學生則會在下課讓班上同學陪他們多走樓梯，甚至上課還主動幫老師搬東西成了小幫手。而平時過動且沒耐心的情障生則會心平氣和的陪著聽、語障生們練習喊口號，這些都



是我們平時沒有料想到的。

或許是孩子們回到班上有告訴同學，家長也多少知道這一項活動的消息，加上孩子們的海報吸引，在活動的前些天，募捐箱就陸續有一些家長和社區民眾捐來的愛心發票與零錢。活動當天，一場鑼鼓喧天的「愛心一日捐」熱情展開後，我們第一次發現在過動兒的鼓動下，把口號喊的最大聲且清楚的是平時班上最安靜的聽語障生；而平時最愛打架的情障兒然學會合作拉起海報，帶著大家一班一班的進行勸募，而喜憨兒則是我們的公關，主動跑到沒有捐贈的老師或同學做勸募，結果卻讓拿著勸募箱的腦麻兒必需跟著跑來跑去，且因為募捐越來越重而流了滿身大汗，一度還因為太重拿不動而跌倒，不過他們還是一個班一個班走進去，連校長室和教師辦公室沒放過，一趟下來，我們聽到了所有老師和同學對這群慢飛天使的鼓勵與稱讚，也

看到了孩子們的積極付出與自信笑顏，更重要的是，看到他們因為想到完成這一個服務學習而不放棄的態度，所以校長除了捐發票也突然拿出錢包大額捐款，還有老師特別跑到停車場，或家長特別跑回家，只為了找出更多的發票或小零錢來鼓勵他們完成這項活動。

與眾不同的兒童節禮物

活動結束，平常不說話的聽障兒主動跑來跟老師說：「我今天好高興，我好喜歡幫助人……」，更多的老師和同儕們跑來問我們：「明年還會再辦嗎？」，我們笑著請他們回去問班上的慢飛天使們吧！隔天，我們把募捐來的發票和零錢讓孩子們和同儕一起送到華山基金會，看著他們滿意且得意的笑容，我們確知他們已經學到服務別人的應有的態度與技巧，也得到了與一份與眾不同的兒童節禮物了。📖



以學生為主體的 畢業活動

文圖 | 章淑芬
高雄市新民國小教師

畢業前夕，學生心情較為放鬆，又逢夏季天氣燠熱，心情難免浮動。學校若能事前規劃妥善，引導學生旺盛的精力，除能免去許多偏差行為的糾正輔導，還能讓學生在即將離開校園前夕留下美好回憶，激發愛校、護校的美德，豈不是一舉數得！

畢業是結束，也是開始。在求學過程中，學生會經歷數次畢業過程，每個階段對學生而言都

獨一無二的，身為教師，也希望在學生離開校園之前，留下難忘的回憶，除了班級內各自進行的同樂會

或校外參訪活動之外，也可以從下列途徑思考規劃全體畢業生的活動。

引進校外資源

在畢業考試過後，學務處為全體畢業學生商請歌仔戲團到校公演，專為學生量身打造，演出生動有趣的冒險故事。在節目進行過程，穿插歌仔戲角色介紹，並與臺下學生互動，讓學生上臺穿著戲服，扮演各式角色，體驗粉墨登場的感覺，這是表演藝術最生動的教學，既有欣賞，也有體驗；此外，也可聯繫大專院校的社團，邀請有意到校帶領活動的年輕朋友，以自己的專長設



學生上臺穿著戲服，扮演各式角色，體驗粉墨登場的感覺，這是表演藝術最生動的教學，既有欣賞，也有體驗。

透過不一樣的畢業活動，留下屬於師生獨一無二的回憶。



計適合學生的課程，大專生熱情有活力，除了帶領學生進行活動外，也是學生良好的楷模。

體育館電影院

電影欣賞應該是各班級都會進行的活動之一，但是和全體畢業生一起看電影，感受又是不同。公開播放影片除了要考慮版權問題選擇

公播版影片外，影片內容的選擇也是一大考驗，老師們總希望藉由影片欣賞讓學生獲得教育意義。但是內容太沉悶的影片，不但無法引起學生興趣，時間一長必衍生常規問題，坐不住的學生來來去去，干擾秩序；教師處理後，也模糊了影片欲傳達的意義。

若能配合各領域學習內容，找

到相關題材，與課堂學習做成連結是最好不過（例如：配合語文課程介紹偵探小說，而播放偵探系列影片）；若不行，也必須優先考量能吸引學生注意的影片，否則「寓教於樂」未收成效，還適得其反。所以影片的選擇十分重要。

傾聽學生意願

既然是學生的畢業典禮，學生想做什麼當然是重點，因為見過學長姐們辦餐會，他們心生嚮往，十分期待全體畢業生都能參加的「畢業餐會」，在餐會之前有「才藝秀」，會徵詢各班有意願上臺表演的學生，人數、形式不拘，可以歌唱、舞蹈、戲劇、相聲；可以一枝獨秀；也歡迎全班一起留下美好回憶。除了炒熱現場氣氛，表演優秀的隊伍還能應邀在畢業典禮上，表演給所有來賓欣賞，提高學生榮譽感。至於餐會經費來源，可以經由各班提撥，或爭取贊助（如：尋求家長會支援）。

例行活動的變化

學生在校的學習活動中，運動會是多數重視且喜愛的。在畢業前夕辦一個專屬畢業生的運動會，可以打破制式運動會項目，加入學習階段內曾接觸過的體能運動，如：跳繩、呼拉圈、飛盤……，讓不同體能專長的學生，都能有表現的機會。學校也曾舉辦過畢業生的跳蚤市場，場地可在各班級進行，除了讓學生整理自己用不到的東西，與同儕做資源交流，不浪費物資，收入款項也可引導學生做公益的付出。

畢業考試過後到畢業前夕，學生心情較為放鬆，加上此時已進入夏季天氣燠熱，心情難免浮動不安，屢生常規問題；若能事前規劃妥善，引導學生旺盛的精力，除能免去許多偏差行為的糾正輔導，還能讓學生在即將離開校園前夕留下美好回憶，激發愛校、護校的美德，豈不是一舉數得！





從桌上探險 認識原住民族文化

文 | 劉思妤

國立臺北教育大學理學院數位科技設計學系
玩具與遊戲設計所研究生

玩桌上遊戲，可以訓練學生的分析能力，透過思考找出獲勝的方法；即便是輸了，也能學習面對當輸家的經驗，訓練學生的挫折忍耐力。

五年級社會領域中，學習原住民族相關文化對學生來說，較為不容易。尤其是我任教學校的學生原住民族占少數，學生對於原住民族文化較為陌生，學習的內容對他們來說較為抽象，在學習上多以背誦為主。而遊戲式教學可提升學生學習動機，如果能在課程的內容中，設計恰當的資訊、玩法以及計分方式，結合故事主題，透過桌上遊戲的方式讓學生學習，便可以使教學更加多元活潑，也會提高學生學習動機。

「部落探險家」

原住民族文化是臺灣重要的文化資產，教導原住民族文化時，希望能讓學生瞭解臺灣原住民族的分類、分布、經濟生活與傳統信仰，認識每一族的文化。由於原住民族資料眾多，無法一一融入桌上遊戲的內容，因此，我從原住民族16族中，選擇各族的文化特色，作為

桌上遊戲的學習內容。每一族至少有一個特色，以祭典、器具、文化為主，16族共有33種特色，例如：達悟族的飛魚祭、賽夏族的矮靈祭、布農族的八部合音……等。除了各族特色之外，原住民族的信仰大多崇拜大自然，在桌上遊戲融入原住民的信仰。此外，提到原住民，往往會聯想到原住民擅長的各種技能，例如：捕魚、耕作、歌唱……等，原住民族的技能也融入桌上遊戲中。

利用週三教學分享時間，我向校內教師介紹自己設計的原住民族文化桌上遊戲「部落探險家」，提供教師們多元教學的方向，說明時即有多位教師對於此桌上遊戲相當感興趣，於是在課餘時間，我帶著幾位教師實際操作一次「部落探險家」桌上遊戲。

桌遊融入課程 增加學習動機

玩過「部落探險家」桌上遊



用上很直接、蠻容易學習的，說明都很清楚明確，且沒有特別高難度的動作，只要拿取或兌換牌卡就可以進行。如果能實行在教學現場，應該可以讓學生以遊戲的方式學習原住民文化。

於是，我在原住民文化教學後，便進行一節課部落探險家的桌上遊戲教學，當作課程的綜合活動，說明規則後，大部分學生都能聽懂規則，即使不完全了解，只要玩過一次就會

戲之後，教師們認為桌上遊戲可以增進學生學習動機，且寓教於樂；不過遊戲有輸有贏，可能會導致學生太在乎結果，而忽略過程中的學習與樂趣。對於「部落探險家」桌上遊戲，教師在操作方式覺得使

了。藉由桌上遊戲學習原住民文化，學生反映說能讓他感受到成就感，覺得好玩又獨特，在遊戲的過程中可以從中學習知識，不只想有更多的時間可以遊戲，更希望可以再玩一次，甚至在下課時間，學生

會主動向我借遊戲來玩。

透過桌上遊戲快樂學習

經過桌上遊戲教學後，發現學生對於能與班上同學一起玩桌上遊戲是開心且愉悅的，互動過程可以與同學建立友誼。進行桌上遊戲的操作，不只是可以使增進社交能力之外，還能學習到知識，學習內容也會容易記住，印象

比較深刻；除此之外，使用桌上遊戲融入教學，可以提升學生的學習動機，幫助學生主動學習。不過讓學生操作桌上遊戲需要一節課的時間，教師面對課程繁多的情況，很難有充分的時間讓他們操作；因此，在教學現場上有時候難以實行，更何況不見得每一款桌上遊戲都能結合課程內容。

玩桌上遊戲，可以訓練學生的分析能力，透過思考找出獲勝的方法；即便是輸了，也能學習面對當輸家的經驗，訓練學生的挫折忍耐力。未來，我會朝向設計與學習內容相關的桌上遊戲，運用於教學現場，給學生更多元的教學方式。👉





從觀音山麓啓程 的學校特色

文 | 鄭群楷 高雄市大社國中教師兼任導師

學校特色之營造需符合在地性、普遍性與延續性，並應具備一定的教育功能。特定的經費與設備不是營造學校特色的必要條件，因為在地是最適合的場域，社區即為最棒的資源。

面臨少子化與家長教育選擇權，許多學校企圖營造學校特色做為吸引家長和學生的亮點，做為招攬學生的手段可為其一。除

此之外，學校特色的功能為何？再者，經營學校特色要動用許多經費嗎？特定的器材、設備是必需的嗎？如今大環境之下學校資源並不

充裕，學校特色該如何營造？本文以本校舉辦多年的觀音山淨山活動為例，針對學校特色議題提出個人見解。

國中三年，我們共同淨山

筆者服務於高雄市大社國中，學校座落於觀音山山腳下，校歌寫道「觀音山麓，翠屏秀靈」，觀音山至高點約180公尺，屬於低緩的丘陵地形，是社區民眾爬山、休閒

的好去處；本校距離觀音山登山口約1.5公里，數年前因某些機緣，開始了從學校徒步走到觀音山並登山撿拾垃圾的淨山活動。

一、淨山活動符合學校特色的特性

概觀學者論述與參酌個人實務經驗，筆者認為具備在地性、普遍性與延續性等三項特性的活動，方可成為一個學校的特色：

（一）在地性：本校位置就在觀音

學生徒步走到觀音山展開登山撿拾垃圾的淨山活動。





山山腳下，有強烈的地緣關係；觀音山為社區民眾重要的休閒活動場域，本校學生從小多有登山經驗，與觀音山有一定的情感關係。從地緣和情感關係審視，淨山活動與在地產生聯結且獨特的。

(二) 普遍性：除了少數身體不適合者(通常不超過10位)，全校學生都會參加；處室規劃行程並指導活動進行，導師隨班，專任教師機動支援，全校教師幾乎投入其中，淨山是全校性的師生活動，達到師生共同參與的普遍性。

(三) 延續性：淨山活動最早由縣市合併前的縣政府主辦，當時學校僅配合派出少數師生參加，但

行政機關並未持續辦理，反因著眼於淨山之特色與功能，此活動轉由本校主動延續，且參與人員擴增為全校師生，至今已連續舉辦七年，成為本校一年一度的重大「盛事」，曾經參與的畢業校友皆認同淨山是國中生涯難忘回憶，是國中階段最具代表性的活動之一！

二、淨山活動具有多元功能

(一) 環境教育：平常日的清晨、傍晚到觀音山爬山的民眾很多，週休六、日人數更以千計，甚至在登山口附近形成農產市集。透過這幾年參與淨山活動的觀察，筆者發覺沿途的人為垃圾並不多，原因可能是環境機關與志工

努力維護，或者是登山民眾公德心的展現；總之，觀音山景緻與環境維護我們親身觀察與體驗到了，透過機關、志工、民眾與師生的付出，大家共同為環境盡心力。

(二) 服務學習：服務社區原本就是淨山活動的功能之一；而12年國教免試升學的積分項目中，正好有「服務學習」項目，因此從活動第二年開始，有參與淨山的學生，學校即順勢核准服務學習項目的積分。由於本校地處郊區，家長社經背景不若市區，學生較無法從英檢、競賽等途徑獲取積分，就連志工服務的機會也不多，藉由淨山活動協助學生獲得積分，對郊區學生而言，這是本校提供教育機會均等的作為，亦符合服務學習的功能。

(三) 其他：其一，曾有生物老師沿途講解觀音山生態環境，也有地理老師途中淺談觀音山地形樣

貌，若能加上人文鄉土導覽，相信活動過程中可以學習到更多元課程。其二，幾年下來，淨山活動已獲得社區肯定，地方巡守隊會協助指揮交通，登山協會成員偶會隨隊陪行，以及學生撿拾垃圾的舉動，現場登山民眾也給予正面評價。其三，例如爬山有益身心健康，師生隨行可聯絡情感等，優點實在良多。

在地即學校特色

學校特色之營造需符合在地性、普遍性與延續性，並應具備一定的教育功能。特定的經費與設備不是營造學校特色的必要條件，因為在地是最適合的場域，社區即為最棒的資源；即使淨山活動不足以成為吸引學生就讀的誘因，但以人(學生與教師)為主體，從在地啟程，觀音山淨山活動是名符其實的大社國中學校特色。



註：參考資料略

不只是外婆的 澎湖灣

文圖 | 楊雅琪 本刊文字編輯

本會澎湖海洋生態教育學習活動共有4個梯次，分別從北中南三個機場出發，由當地導遊帶領各成員遊覽澎湖許多著名景點及古蹟名勝，透過專業的導覽及細心的解說，達到寓教於樂的效果



暑假期間，財團法人台灣省中小學校教職員福利文教基金會規劃辦理諸多教育學習及研習活動，國內包含澎湖海洋生態教育學習活動、南投生態教育學習活動、墾丁生態教育學習活動、烘焙研習、咖啡研習等等；國外則有日本四國之旅、德奧捷斯匈之旅、北越之旅、大陸九寨溝之旅、大陸東北漠河北極村之旅等等。國內各項活

動皆於8月19日圓滿落幕，讓許多教職員工能趁暑假期間，放鬆心情、充飽電力，帶著滿滿的回憶回家。

初見熱情的澎湖灣

其中，澎湖海洋生態教育學習活動共有4個梯次，分別從北中南三個機場出發，由當地導遊帶領各成員遊覽澎湖許多著名景點及古蹟名勝，透過專業的導覽及細心的解



澎湖海上牧場特別規劃出的釣海鰻魚體驗區，吸引許多人前往體驗。

海鰻體驗池
海鰻又名黑斑魚，其肉質佳，
海鰻係游性，產卵於生魚片，
（此處為示範池）

說，達到寓教於樂的效果，讓參與的成員在旅遊觀光中，也能有所收穫。

抵達的第一天，搭乘有特殊玻璃窗的半潛艇前往海上牧場，途中船上解說員熱心的介紹周邊景觀及特色，走進船艙之中更可透過玻璃窗近距離欣賞海底的珊瑚礁，彷彿

置身於海底龍宮之中。抵達海上牧場後，現場有無限量供應的牡蠣及海鮮粥，大家興奮的自助炭烤著新鮮牡蠣，迎著海風、聽著浪聲，讓旅程首日充滿精力與美好體驗。

體驗多元的澎湖灣

隔日一早，由導遊帶領前往澎



著名的雙心石滬及玄武岩地形風貌，都是造訪澎湖的必看景點；美里的海上風光讓人流連忘返。

湖生活博物館，透過詳盡的解說讓成員了解澎湖歷史文化、今昔差異，以及澎湖與臺灣本島飲食、文化、用語的差異性；下午陽光較為緩和時，便帶著大家到潮間帶，在退潮時踏著浪，聽老師講解潮間帶生態，體驗原始的抱墩捕魚法，不僅抓到許多食用魚，更幸運的拾獲少有的馬糞海膽，大家興奮的分食了起來，食用魚則成為晚餐桌上增加的美味佳餚。

除了動植物生態外，澎湖的地質風貌、文化古蹟也很豐富，其中，最為人熟知的便是柱狀玄武岩，大菓葉柱狀玄武岩讓

成員近距離欣賞其特殊的柱狀節理，路面上的雨水淤積與玄武岩構成一幅澎湖特有的地質風景，在欣賞的同時導遊也告知我們不應攀爬玄武岩，不僅是保護玄武岩風貌同時也讓我們避免危險的發生，守護生態環境是我們應有的公民素養。另外，導遊也帶大家到澎湖二崁陳宅，此為澎湖縣縣定古蹟，是清道光年間逐漸發展而成的聚落，但後期因許多青年離鄉背井到台灣本島工作，使村落逐漸沒落。現存僅五十餘戶，多為典型澎湖古厝，門廳正立面的牆都以玄武岩砌成，其上半圓形門楣與鷹飾，



吹著海風、烤著鮮蚵，沈浸於濃厚的海島氛圍中。



西嶼鄉二崁聚落，是澎湖的古厝建築。左圖為連接白沙島與西嶼島的澎湖跨海大橋

是受到日治時期洋風建築移入的影響。

再見美麗的澎湖灣

最後一天是令人期待的跳島之旅，一路從望安島到七美島，再回到本島，沿途欣賞了著名的雙心石滬；遠眺壯觀的桶盤嶼玄武岩地形；更參觀了天后宮、張雨生及潘

安邦故居；品嚐酸甜仙人掌冰、喝了消暑解渴的風茹茶，依依不捨的來到的澎湖之旅的尾聲，大家也加足馬力，想將黑糖糕、干貝醬、冷凍章魚等澎湖特殊名產帶回與親朋好友分享，上了飛機後不僅將美食帶回臺灣，更讓這三天兩夜的美好回憶及特殊體驗長留於腦海之中。

評