



同行，才能走得遠

教師專業社群心靈支持的學校實踐



|| 陳柏華 彰化縣田尾鄉陸豐國小校長

一、前言

本校位於彰化縣田尾鄉，學生大多來自花卉產業家庭。現階段本校以花卉文化發展校訂課程，在課程設計與實施的過程中，筆者逐漸感受到教師面對的不只是教學挑戰，更是來自多重角色與變動環境的壓力。國際調查亦指出，教師的專業投入與學校支持系統密切相關（OECD, 2025）。如何讓教師在學校中感受到「有人同行」，成為筆者持續思考的重要課題。

二、社群作為心靈支持的重要

近年的教育研究逐漸將教師專業學習社群的意義，從課程發展與專

業成長，擴展至教師心靈支持層面。根據教學與學習國際調查（Teaching and Learning International Survey, TALIS）發現，當教師長期參與專業學習社群時，其教學效能感、工作滿意度與專業投入程度皆顯著提升（Christensen, 2025）。

此外，社群型專業發展不僅帶來教學成長，更能提供同儕支持與情緒安全感，使教師在面對教學不確定與工作壓力時，仍能保持專業信心與前進的力量（Talaftian 等人，2023）。

綜上，教師專業社群不只是課程發展的機制，更是支撐教師持續前行的重要心靈後盾。

三、學校實踐作為

課程轉型初期，教師常因時間緊迫與專業不確定而感到不安，面對跨領域設計與在地連結的挑戰，壓力尤為明顯。為此，我們以教師專業社群作為教師社群的心靈支持，以下說明學校實踐作為。

（一）從個別備課走向共同投入

教師一起走入社區踏查花田、訪談青農、蒐集校本課程素材，在討論中逐步形成課程架構。當課程從個別的任務轉為共同投入的歷程時，原本的焦慮感逐漸降低，取而代之的是對課程的期待。社群中的對話，也讓教師重新找到心靈支持。

（二）讓專業對話成為學校日常

行政團隊在對話過程中會調整型態，將部分行政會議轉化為共同備課與教學分享的時間，使社群運作成為日常的一部分，而非額外負擔。教師在社群中分享教學困境時，獲得的不是評價，而是策略與陪伴。當「可以放心說出困難」成為一種文化，信任

關係也逐漸形成。

相較於過去教師較少交流、各自備課的情形，社群的建立讓專業對話成為日常，教師之間的互動從單向執行轉為雙向支持。

（三）社群運作的深化與心靈支持

隨著社群運作逐漸穩定，教師之間的專業互動也逐步深化。從最初以分享教學經驗與解決問題為主，逐漸轉為共同討論學習目標、教學策略與課程設計，社群不再只是交流的平臺，而成為教師進行專業對話的重要場域。

更重要的是，當教師在專業上感受到支持與信任時，教學現場的氛圍也隨之改變。教師更願意嘗試新的教學方式，學生也在更開放與安全的學習環境中展現出更多主動參與與表達的意願。這樣的改變讓筆者深刻體會到，教師的心靈獲得支持，學生的學習才能真正被看見。

（四）行政支持角色的轉型

在社群運作的過程中，行政團隊



從督導要求者轉為心靈支持者。我們在課務安排上保留共同備課時間，減少不必要的會議，並透過公開課的行政參與與成果分享會的安排，讓教師的努力被看見。當行政成為專業發展的後盾，教師的參與度與投入程度也隨之提升。

（五）情感性支持文化的形成

在花鄉校園裡，本校逐漸看見教師關係的轉變。新進教師透過社群成長不再需要獨自摸索，而能在社群中找到可以請益的對象；資深教師在社群分享經驗的過程中，也重新看見自己的價值。校園中開始出現更多主動關心與交流的對話，學校不再只是工作的場所，而是一個可以安心成長的學習共同體。

身為國小校長，我更深刻體會到，社群支持系統的建立不只是教師專業成長的養分，更可以作為教師心靈支持陪伴的重要基礎。

四、結語

從教育政策的觀點來看，以專業

學習社群作為教師專業支持的核心策略，已成為國際教育發展的重要趨勢（OECD, 2025）。然而，筆者愈發相信，社群最深層的意義，不只是課程與教學的改變，而是讓教師在專業與情感上都能有所依靠。

當教師能在支持性的社群中成長，學校的發展便不再依賴個人的熱情，而能轉化為團隊共同承擔的責任與願景。這樣的集體力量，使課程創新得以持續推動，也讓學校在面對教育環境變動時，仍能保持穩定向前行的步伐。

在花開花落的校園中，我看見社群成為教師同行的力量。而當教師能在彼此支持中穩定前行，孩子也將在這片共學共好的花鄉校園裡，長出屬於自己的學習風景。✕

參考文獻

- Christensen, A. A. (2025). Professional learning communities and teacher outcomes: Evidence from TALIS. *Teaching and Teacher Education*.
OECD (2025). Results from TALIS 2024: Teachers and school leaders as lifelong learners. OECD Publishing.
Talafian, H., Lundsgaard, M., Mahmood, M., Shafer, D., Stelzer, T., & Kuo, E. (2023). Responsive professional development in a community of practice.