

師友月刊

THE EDUCATOR MONTHLY

574期

精選

有快樂的老師就會有快樂的學生，
有快樂的學生就會有快樂的家長。
教育是良心事業，
要盡多少力得靠老師自己決定。
聽課聽不懂的學生，
上課如坐監，下課如放風。
老師千萬不要害怕改變，不應小看自己，
每一個微小的力量都是教育前進與改變的契機。

新世代 教學新思維

數學咖啡館教學法

超越自己

裁併聲中現轉機

教孩子面對失敗

教師如何面對情緒勞務

幼兒園教保員專業評鑑

師友

1967.06.30 創刊
2015.04.01 出刊
封面題字 | 張炳煌

創辦人：潘振球

發行人：林淑真

社長：吳清山

副社長：林明輝

出版者：師友月刊雜誌社

指導委員：簡茂發、郭生玉、楊深坑、黃炳煌

黃國彥、姜得勝、葉凱莉、楊思偉

黃秀霜、劉慶中、鍾思嘉、林明地

張鈿富、陳伯璋、蕭文、黃子騰

社務顧問：謝國清、吳福濱、劉琴滿、李秀貞

張榮輝、張旭政、李春國、湯志民

林騰蛟、文超順、高安邦、劉明超

李芳齡、劉火欽、顏慶祥、彭雅玲

林明裕、邱孝文、蕭奕志、王建龍

陳修平、范巽綠、邱鴻麟、陳玉明

林輝煌、鄭嘉薇、李文良、陳冠人

行銷業務：林學茂、廖錦瑩

社址：臺中市霧峰區中正路738-4號2樓

電話：(04) 37061853 · 37061858

傳真：(04) 23326721

總編輯：徐藝華

主編：陳柏州

文字編輯：黃雅鳳

美術編輯：陳慧香

編輯部：臺北市中正區南海路15號6樓502室

電話：(02) 23946463 · 23411430

傳真：(02) 23416331

E-mail: educator502@gmail.com

網址: <http://www.t-welfare.com.tw>

數位服務: <http://www.hyread.com.tw/edu>

廣告專線：02-23946463

承印：興臺彩色印刷股份有限公司

電話：(04) 2287-1181

行政院新聞局出版事業登記證局版臺誌字第1369號

中華郵政中臺字第0237號執照登記為雜誌交寄

ISSN 1562-5818

版權所有，本刊圖文非經同意不得轉載。

目錄

教育探索

林明地 **學會自我領導**

封面裡

封面話題

陳柏州 **改變成真**

08

詹翔霖 **新世代教學新思維**

10



新世代教學工作者應具備新的思維，在教育工作上「盡心」；在教育內容中「盡力」；在教育專業上「盡趣」；在教育互動裡「盡興」。

羅美娥 **新教師導航 播希望種子**

15

王欽哲 **資訊科技融入教學**

21

曾明騰 **Mr. T的翻轉教室**

26

陳俊成、曾婕芸 **小小短片 大大效益**

33

黃育真 **學習幸福的正向教育**

36

教育觀察站

江雪齡 **孩童的人權**

41

詹孟傑 **教孩子面對失敗**

45



從小多一點磨練機會，孩子便能勇於接受挑戰，毫不畏懼失敗，越挫越勇，將吃苦當作吃補，懷抱「泰山崩於前而色不變」的穩重態度，練就堅強意志力。

林貞吟 **幼兒園教保員專業評鑑之我思**

49

以往近乎拜託式的徵詢教保服務人員加入專業評鑑，不但成效不彰，也無法達到全國一致性的教保品質的提升。以法源依據要求教保員參與專業評鑑，可免除教保員抗拒及持觀望的態度。

CONTENTS

陳怡婷 教師情緒勞務之探討

教師唯有面對且管理好自身情緒，才有能力去輔導
管教學生，樹立「為人師表」的風範。

52

吳清山口述・徐藝華撰寫



超越自己

我們想要成功，其實不需要打
敗任何人，只要將那個隨時想
慫恿我們選擇放棄的另一個
「自己」打敗就行了。

56

吳清山口述・徐藝華撰寫 百年長久之計

62

張婉玲 裁併聲中現轉機

裁併校不是盡頭，這所不願被動等待的小學，跨
越了廢與存那一線之間，走出了一條生路。

67

簡詩婷 特教班學生的休閒生活

70

考用天地

林彥佑 104年度大學考試作文題目評析～「獨享」

73

王延煌 104年高雄市中小學校長甄選試題解析

77

高手出招

鍾敏蓉 稻香陣陣的一堂數學課

在教學現場遇見「快樂收割的開心農場」，不管
是教師與學生、學生與學生，或者是教師與教
師，都必須先成為夥伴關係。

84

蕭英勳 來趟文創資產微旅行

89

張牡丹 一場美的奇遇

94

莫讓中華花藝在孩子學習中缺席

李宛倫 高雄市鳳鳴國小 戀戀稻草人

97

書與電影的對話

許建崑 遊走，或選擇停留？

103

編輯隨筆

徐藝華 美景當前

111

訊息

師友徵稿

101

廣告

師友新書上市

05

珍昌服裝

05

臺北教師會館

102

日月潭教師會館

108



封面攝影：黃源明

嘉義八掌溪堤防

圖 | 潘立傑攝



教師情緒勞務之探討

文 | 陳怡婷 南臺科技大學教育領導與評鑑研究所研究生

教師唯有面對且管理好自身情緒，才有能力去輔導管教學生，如果連自己的情緒都無法管控，那如何樹立「為人師表」的風範呢？因此，教師平時應適當地宣洩情緒壓力負荷，善用情緒管理策略面對困境，適時將情緒勞務轉化為正面的能量，教師必能隨時保持愉悅的心情，以積極的態度從事教學工作，有效提升教學效能與教育品質。

「情緒勞務」一詞最早由美國學者Hochschild(1983)在其著作The Managed Heart所提出的概念，

從一開始針對空服員，之後被服務業廣泛使用後，甚至各行各業也開始重視員工的情緒勞務負荷。

一般大眾雖鮮少將「教師」這個職業認知為情緒勞務工作，但由於筆者在教育界服務多年，深深體會到教師乃是站在教育的最前線，教師不單是教育政策與教學活動的實行者，亦要進行學生的輔導與課業加強、時時與家長溝通協調，並且還擔負學校行政業務的推行。現今不只把「傳道、授業、解惑」的重責大任交付予教師，教師還須兼具學習引導者、課程創新者、輔導者等多重角色，也就是從「傳統的教書匠」轉換成「全方位的服務者」。在這樣的角色互換下，教師是勞力與勞心的職業，尤其在社會大眾總希望教師是展現正向情緒的楷模，不允許教師任意表現出憤怒、抱怨及不滿等負向的情緒，長時間累積下來，教師對自身的情緒採取忽視與壓抑的策略，以致產生更大的情緒勞務負荷。因此，為了營造出和諧的教育環境，了解與管理教師的情緒勞務有其必要性。

教師情緒勞務的內涵與特徵

「情緒勞務」使用了三個簡單的敘述來區分：1.我真實的感受為何？(How do I really feel)，指的是個人內在「真實的感受」；2.我該如何感受(How

do I should feel)，指的是「情感規則」；3.我嘗試如何感受(What I try to feel)，指的是個人為遵循情感規則，違背內在真實的情感稱為「情緒勞務」。因此，「情緒勞務」的三個特徵：

一、藉由面對面或聲音之間與大眾接觸

由於教師的工作主要就是教學，每天面對學生琳琅滿目的各種問題，不只課業上的疑難雜症，亦有輔導學生的義務。除此之外，還得時時與學校同事、家長進行溝通，因此教師是一種時常藉由語言和肢體動作與大眾接觸的行業。

二、會要求員工展現特定合宜的情緒

目前教師這行業已被視為「服務業」，「顧客」則是學生與家長，因此教師無論在班級經營、課程教學、親師溝通等，都必須保持一種穩定的情緒狀態。當學生有好的表現時，教師須以正面的措辭激勵學生；當學生有偏差行為或表現不盡理想時，教師則須壓抑自身的憤怒情緒，以口頭勸誡的方式引導學生向善。不管教師的情緒好與不好，是否已經陷入低潮，在社會的期許下，教師依舊得忍人所不能忍，展現合乎專業形象的情緒反應，成為學生們與社會大眾的「楷模」。

三、允許雇主對員工情緒活動進行管制

一般而言，學校領導者會藉著晨會或是私下溝通的方式，期許教師展現合乎社會期許的情緒表現；也可能藉由巡堂的方式，私下觀察教師在課堂上的情緒或用語是否表現不當。雖然教師的情緒表現不會納入教師評鑑或成績考核中，但是領導者依舊利用各種機會或場所傳達期望，希望教師與學生、家長維持良好的親師生關係。

綜所上述，教師的「情緒勞務」指的是教師在教學工作環境中，為符合教育政策的變革、社會大眾的期望、親師生溝通互動壓力與教師專業發展之角色，必須適時地隱藏、控制自我的內在真實情緒，並透過語言與肢體動作，展現合宜情緒以符應教師的專業形象，同時切合學校所希望的工作氣氛與所欲達成的目標願景。

教師的情緒管理策略

為了因應少子化、家長參與學校事務的意識日漸高漲，以及面對教育政策的變動、家長對孩子的期望與要求、行政業務日漸繁重等種種衝擊，面對「顧客」（學生與家長），教師該如何善用情緒管理策略，除了展現出教師的專業形

象之外，更能提升教學效能呢？

一、正視問題且勇於面對自身的情緒

當發生問題時，例如：師生衝突或是親師衝突，得先釐清問題的原因為何，且知覺自身當下的情緒反應，盡量以正向的角度看待事情。美國心理學家Ellis曾提出：「個人對某些事件的情緒反應，與該事件並無關係，而是個人對於事件的認知與闡釋有關。」因此，當遇到困境時，教師並非沉浸在負面的情緒中，而是以積極正向的處理態度，尋求周遭可用資源，商請學校同事與行政人員的協助，讓衝突造成的傷害降到最小。

二、善用同理心面對學生與家長

當師生衝突或親師衝突產生時，大多數的原因在於雙方各執己見，不肯退讓，才會讓事件越演越烈，一發不可收拾。若教師能善用同理心，先退讓一步，仔細聆聽學生與家長的想法，也就是教師避免用自己的眼光與先入為主的觀念和標準來看待，能設身處地站在學生與家長的立場，細想學生的需求與家長的要求。如果要求合理，教師應配合且納入教學活動與班級事務內；如果要求不合理，教師也不要讓負面的情緒牽



著鼻子走，應冷靜坐下來再與家長、學生協商溝通，尋求雙方都願意接納的方案，這樣就可以避免親師生衝突所帶來的困擾與情緒負荷。

三、建立支持系統，經營和諧人際關係

因社會教育水平普遍提升，許多有能力與時間的家長越來越關心教育議題與孩子的學習，這些家長就是教師的最佳後盾。教師於開學初即和家長宣導自己的教育理念，極力爭取家長的信任；學期中多多運用聯絡簿與班級通訊等資訊，讓家長了解班上的課程進度與學習狀況，遇到緊急事件，不要嫌麻煩，趕緊電話聯繫或親自拜訪，讓家長感受到教師的誠意；學期末的評語能依據學生的實際表現，給予稱讚與建議，並歡迎家長提供意見，以作為下學期努力的目標。以上這些措施，皆可讓教師和家長建立起信賴關係，家長因為信任教師，願意積極配合與投入班級事務，必然增加物質與非物質的資源與協助。而在

學校內，教師應與同儕保持密切往來，隨時請益資深教師，以增進自身的教學技能。一旦發現問題且力有未逮之疑，立即尋求行政人員或校外專家學者的協助，以免讓自己陷入事情的迴圈中，以致情緒愈來愈低落，而喪失了對教育的熱忱。

快樂的老師創造美好的教育環境

由於教育政策的大改革，現今已不再是以前那套「愛之深，責之切」的體罰政策，不能再隨意的怒罵或責打學生，教師須以彈性變通的策略來管教學生。所以，教師有認識情緒勞務的必要性，唯有認識面對且管理好自身情緒，才有能力去輔導管教學生，如果連自己的情緒都無法管控，那如何在學生與家長面前，樹立起「為人師表」的風範呢？因此，教師平時應培養良好的情緒管理能力，適當地宣洩情緒壓力負荷，能善用情緒管理策略面對困境，且融入親師良好關係、尋求家長支持，也能在事件發生時尋求學校行政人員協助。唯有將情緒勞務轉化為正面的能量，教師才能隨時保持愉悅的心情，以積極的態度從事教學工作，有效提升教學效能與教育品質，共創美好的教育環境。 

師友月刊

一步一腳印～記錄臺灣教育
忠實的陪伴～所有的教育人

103年度 典藏價1000元(12期)
99—102年 各年度典藏價500元(12期)

師友新訂戶專案

訂閱一年特惠1500元(原價1800元)

訂閱二年特惠2800元(原價3600元)

師友續訂戶專案

訂閱一年特惠1400元

訂閱二年特惠2700元



eBOOK
雲端閱讀
隨時隨地都能看

TAO 臺灣學智慧藏 <http://tao.wordpedia.com/result.aspx>

凌網科技hyread <http://www.hyread.com.tw>

華藝中文電子書 <http://www.airitibooks.com/>



定價：280元
特價：220元



定價：250元
特價：190元



定價：450元
特價：340元



定價：520元
特價：400元



定價：250元
特價：150元



定價：280元
特價：210元



定價：380元
特價：290元

ISSN 1562-5818



9 771562 581009

訂閱專線：04-37061858 · 02-23946463

廣告專線：02-2394-6463

郵政劃撥：帳號「00267218」：戶名「臺灣省公立中小學校教職員福利金籌集管理委員會」

註：單筆訂閱滿1000元免運費；未滿1000元請另付郵務處理費80元（一律以掛號寄出）

數位服務：<http://www.hyread.com.tw/edu>