

銘傳大學師資培育中心種籽學苑

第六十三期

2016 青少年的二、三事

Teenagers



Students



中華民國一零五年十二月

發行單位：銘傳大學師資培育中心

發行人：唐蕙文 主任

指導教授：劉玉玲 老師

編輯與美編：陳美樺、詹千慧

目錄

目錄	0
主任的話	1
青少年的情緒發展 英文科 / 新北市永平高中 / 林建勳	2
青春期與中年危機的愛恨交織 英文科 / 新北市福和國中 / 王怡婷	4
青少年友誼發展 英文科 / 新北市天主教恆毅中學 / 朱俊彥	8
青少年戀愛行不行？ 英文科 / 新北市天主教恆毅中學 / 吳俊瑩	12
從班級團隊合作看見學生不同的光芒 英文科 / 桃園市新興高中 / 詹千慧	16
Love your body? Love yourself? 青少年身體意象 英文科 / 新竹市培英 國中 / 陳美樺	19
低成就學生的過去、現在與未來 英文科 / 新北市永平高中 / 黃千穗	22
中輟生的孩子們 輔導科 / 新北市福和國中 / 鄭竹庭	24
資料來源	27



主任的話

青少年問題是近年來中等學校教師及行政人員注重的議題。由青少年情緒控制至校園霸凌，這種現象並非現今才存在，然浮出水面後，教師對青少年心理素質的提升有不可推卸的責任。

就個體而言，情緒的管理是青少年必要了解的生活功能，將了解訴之於行動，需要教師的帶領。教師自身的情緒修為則是帶領青少年的先決條件。

就團體而言，霸凌現象是集體潛意識滙集的逆勢力，而人際關係的知能是減少校園霸凌的策略之一。因此、教師人際互動的正能量可以身教傳遞至青少年，將善緣擴散至下一代。

這一期的種籽學苑義意深遠，期待藉由一篇篇發人深醒的撰述，提醒未來的教師，關心青少年發展的種種現象，以愛心為打造溫馨的學習環境，以正能量傳授知識及愛。



青少年的 情緒發展



情緒是個體

對刺激作反應

所獲致的主觀

情感與個別的

經驗。情緒也

是一種意識狀

態，對個體具

有促動或干擾

※ 圖一 教學演示現場：同學表現一如往常

作用。情緒對青少年有下列的影響：1.情緒狀態會影響身心健康；2.情緒會影響

人際關係；3.情緒會影響行為表現；4.情緒是青少年喜悅、快樂與滿足



的來源。青少年的發展階段的情緒反應與變化十分明顯，對青少年的內外環境所產生的



影響非常廣泛，如青少年的情感、喜悅與快樂，常會使青少年有歡愉的感受，而願意積極努

※ 圖二 教學演示現場

力地去追求，相反的，焦慮、悲傷與憂鬱會帶給青少年不安與痛苦，使青少年極力去加以逃避，甚至形成自殺意圖。因此，充分了解青少年的情緒發展特徵與主要的情緒狀態，再進而協助他們因應各種情緒作用，促進積極發展，也是青少年相關問題探究上的重點。任何文化的青少年，甚至每一個人都會經驗到情緒，喜悅、悲傷、焦慮、憤怒與憂鬱是人類共通的體驗。恐懼可以分為四大類：1.對東西與自然現象的恐懼；2.對自我有關的恐懼；3.對社會關係的恐懼；4.不知名的恐懼。另外焦慮的產生有三大根源：1.生理剝奪；2.情緒剝奪；3.與環境的緊張與衝突。青少年情緒發展的輔導上有下列各種策略可以使用：(1).情感反映策略；(2).行為輔導策略：主要有 1.系統減敏法；2.認知方法；3.洪水法或爆炸法；4.操作法；以及 5.示範法；(3).社會技巧訓練。



青春期與中年危機的愛恨交織

福和國中實習老師：王怡婷 | 受訪學生：八年級學生 | 圖片來源：Google Search

前言

大部份的國中生在青春期階段常常在想為什麼不能被家人、同學、老師理解、包容；而家長則是認為自己在工作上已經這麼辛苦，回家還要面對自己的伴侶、小孩，偏偏孩子在學校問題一堆，導致自己的人生雪上加霜。這些種種的不順利，都容易使親子關係步入危險之中，但其實只要找出痛苦的根源並持續的溝通，也許能夠改善問題。

何謂青春期？

根據衛生署研究，青春期是兒童逐漸長大變為成年人的一個過渡階段，約10到20歲之間。青少年在踏進青春期間，性荷爾蒙分泌會增加，使身體產生一連串的變化，包括成長發育迅速以及第二性徵相繼出現。另外，大腦結構也會在此階段持續發展中，包括：

1. 頂葉：負責邏輯與推理能力。
2. 顳葉：主掌語言能力。
3. 額葉：控制自我行為與掌管計畫。

由於掌控情緒的額葉尚未發展完全，因此青少年無法好好約束自己的



衝動、思考與行為，這些因素都可能成為學生不成熟、不懂事的原因之一。

生理上快速轉變的同時也連帶影響了心理的發展。其中，國中階段，也就是 13 到 15 歲，是青少年最難挨的時期，也是心理變化最大的階段。除了會在意他人的話語，也會重視他人的認同、渴望自主、崇拜偶像等。這些在意、渴望源自於內心的自暴自棄與徬徨無助。

何謂中年危機？

中年危機就好比人生的「第二個青春期」。一般中年期介於 35 歲至 55 歲，在這階段中，很多人在婚姻上、事業上、人際關係上或是心靈上遇到困難，甚至對自己完全失去信心。男女這兩條人生曲線很有趣：女性在年輕時結婚，對丈夫、兒女有很高的期望，但到了中年，子女紛紛離巢，得不到滿足感，對於婚姻的期望也逐漸下降，因此逼著自己往外跑。男性則是早期對事業抱持著崇高的理想，到了中年，覺得沒有什麼突破，這時候便想把重心轉移至家庭。

案例分析

Frank 在班上是一位調皮搗蛋且愛罵髒話的學生，常常在上課中走動，包括上廁所、裝水、拿衛生紙、丟垃圾等等；下課則是坐在其他同學的位置並隨意把玩他人的物品，令大部分同學都感到困擾。有一天因為在黑板上寫髒字罵了班上一位特殊生與他的媽媽而被送到學務處。傍晚時，Frank 的爸爸與阿



姨一同前往了解事情的緣由。最後的處理方式分為學校部分與導師部分，學校的部分為 Frank 每節下課都要去學務處簽到，午休則是在學務處前看書，觀察期為一個月左右，依情況可再延長。導師的部分則是將 Frank 每天發生的大小事寫在聯絡簿上，以便讓家長即時了解。

從身體狀況來看，Frank 其實是矮小瘦弱型，卻非常愛喝飲料與吃零食。有一天午餐時間很開心地跑來跟我說他已經喝了兩瓶的運動飲料，有時午休也會看到他在吃午餐提供的水果，像是葡萄、橘子等。由於學校提供的水果大部分的學生都不太愛拿，所以 Frank 總是整袋拿去吃。老師有提過 Frank 有點過動，但並未服藥，因為家長擔心會有後遺症。然而，Frank 並非像我之前所看過的過動症學生，一般過動症的孩子會不分人、時間、場所的發脾氣、哭鬧，但 Frank 雖然會在班上鬧事，但只要到學務處，或在走廊上看到學務處老師就會馬上收手或迴避。因此 Frank 是否有過動以及糖分過高與過動的關係都還有待觀察。就心理方面而言，Frank 是有被爸爸家暴紀錄的孩子，但只有一次的紀錄，因此輔導室的部分只能在有狀況時才介入輔導。就平時來看，上課走動，下課坐其他同學位置都有可能是他想引起同學或老師注意的行為。

Frank 的爸爸是一位賣豪宅的房仲業者，但經濟狀況不得而知。目前 Frank 是有申請免費午餐，但家長並未提供低收證明或是薪資證明。在婚姻方面，爸爸是已經離婚，現在有女朋友，Frank 稱她為阿姨，目前都住在一起。那天爸爸和阿姨到學務處了解狀況時，可以感受得出 Frank 很怕爸爸，回話時頭



都低低的，不敢與爸爸四目相交；對阿姨的反應則是冷淡而不太回應。Frank 的爸爸則是給人一種很忙碌的感覺，一隻耳朵帶著藍芽耳機，與人說話時感覺也坐不住，對兒子的行為反應是很不耐煩的。當導師在陳述 Frank 學校發生的大小事時，爸爸則是認為怎麼都沒有跟他說，並表示只要跟他說，他回家就會處理。

事實上，家長就猶如孩子的鏡子，大人的動作與回應往往反映出孩子在學校的表現。Frank 雖然衝動行事，但他其實很熱心，總是一股腦想去幫忙同學；爸爸雖然在事業或感情上都不太順利，但至少他還是有在管教孩子，儘管方法可能錯誤，但還是有辦法讓孩子順從於他。

總結

青春期與中年危機皆為人生中的重要階段，無論是大人還是小孩都面臨身體上與心情上的巨大轉變，若能透過溝通，分享彼此所遇到的問題以及解決方式，也許危機也能化為轉機。



青少年友誼發展

天主教恆毅中學實習老師：朱俊彥

前言

與他人建立關係，分享共同的興趣是青少年的重要需求。同儕朋友對青少年來說，所代表的意義為何？朋友關係對青少年社會技能之發展有何重要性？同儕關係是影響青少年的心理的主要因素之一，透過了解青少年友誼發展，能有助於我們了解青少年在選擇交友或在同儕羈絆間所考量的內容，同時幫助青少年建立正確的交友價值觀。

相關理論看青少年友誼發展

1. Robert Selman 友誼發展理論

階段	行為描述
0 階段：暫時性的玩伴 (約 3~7 歲)	兒童常是自我中心及不能以別人觀點來看實情，此時友誼尚未分化。他們常考量他們的需要；一起玩耍的同伴就是朋友。
1 階段：單向的協助 (約 4~9 歲)	友誼是單向的；好朋友是需要聽別人要他做甚麼。
2 階段：雙向的公平合作 (約 6~12 歲)	施與受是公平的，但常陷於個人之自我利益而不是雙方之共同利益。



3 階段：親密共同分享的相互關係 (約 9~15 歲)	朋友是個體生活中的一部分，朋友之間是互有要求及獨佔的，友誼不僅是與其一起做事情，更是需要連續、有系統及相互承諾的關係。
4 階段：自主相互依賴 (約 12 歲以後)	在此階段中，個體為了彼此依賴及自主相互尊重對方的需求。

透過友誼發展理論，了解青少年友誼發展主要的表徵，主要是因為彼此有共同的興趣，但卻可以分享不同的認知與價值觀，即便對朋友之間有時意見不合或有所爭執，也不會影響對友誼的存續，甚至逐漸進入成人的友誼關係，能夠體會與尊重個別差異以及獨立性。由此可知，青少年在選擇交友時，多半會與自己合得來的、與自己很好相處的人做朋友，同時在友誼發展時，也從各個角度去檢視是否有進一步友誼發展的空間。

2. Maslow 需求理論

需求理論提出青少年友誼發展是屬於「歸屬感」的需求(belonging needs)，也就是友愛的需要、夥伴之間的關係、友誼和忠誠，成為群體中的一員，相互關懷與照顧。青少年時期渴望被人接納、認同與鼓勵等需求，希望從歸屬感、向心力、同儕彼此間的情誼中獲得滿足。

學生訪談結果分析

為了能充分了解青少年友誼發展的看法，徵求導師輔導教師的同意，對班上學生進行訪談，並告知所有訪談內容僅供編輯此刊物所用，絕對保密。



分析學生訪談內容如下：

1. 針對「朋友對自己的意義」問題，學生回答如下：

朋友是互助的，誠心對待彼此；朋友是可以一起談天說地的一群人；朋友是懂得傾聽、支持與陪伴自己的一群人，是心靈支柱。

2. 針對「與朋友一起行動的感受」問題，學生回答如下：

會有滿足感；有安全感、歸屬感，團結一致的感覺；對自己所做的是更加有自信；感到不孤單、很開心。

3. 針對「影響友誼的關鍵」問題，學生回答如下：

是否有志同道合的興趣；言行舉止；對彼此信任。

4. 針對「與班上同學成為好朋友的原因」問題，學生回答如下：

有類似或共同的喜好(有共同話題，如動漫、小說)；與自己差不多個性；有福同享，有難同當，懂得陪伴；彼此有共同認識的好友。

5. 針對「友誼長存是否容易做到」問題，學生回答如下：

不容易，原因是難免有口角衝突、時間因素(分班或畢業後沒時間見面)、涉及私人利益，少有人能犧牲自己；

容易，原因是了解彼此的底線，不冒犯、只要用心就能延續友誼、真正的友誼能禁得起重重考驗。



透過整體分析學生訪談內容，可看出青少年在友誼發展主要是因為彼此有共同的興趣與話題，原本可能感覺有些不熟，但因為共同話題而慢慢拉近彼此的距離，成為好朋友；



※ 圖一 與受訪同學合影

此外，青少年在友誼發展中也滿足歸屬感的需求，在團體中真心對待彼此，會為了團體共同利益而努力，且更加充滿自信風采。另一方面，班上約四分之三學生在第五題「友誼長存是否容易做到」都認為不容易做到，主要是由於時間因素或口角衝突，而約四分之一的學生認為是容易做到的，因為對於彼此的相處模式都非常了解，不會去冒犯到彼此的底線，就能長久維持友誼關係。

結語

友誼是一種人與人之間的互動關係，牽絆著彼此的情誼。青少年大部分都會選擇與自己有共同興趣的人做朋友，透過一次次的團體活動(如打球、出遊等)慢慢建立彼此的關係，建立起對彼此的印象，進而發展出友誼關係。而身為教師的我們，應多陪伴學生在青少年風暴期建立良好的人際關係，協助學生建立正確的交友價值觀，即便彼此之間有些衝突爭執，也能心平氣和地解決誤會，重新修復彼此的友誼。



青少年戀愛行不行？

恆毅中學英實習老師：吳俊瑩



隨著科技快速地進步，學生接受訊息也多元化，因此學生成長過程中也會受到一些影響，如國中階段的學生正值青春期的，而青少年隨著第二性徵成熟、與同性、異性相處也是這個成長階段主要的社交目標之一 (Miller, 1990)。

青少年時期是身心變化最大的時期，而青少年為了滿足生理及心理的需要，會好奇「談戀愛」到底是什麼，會開始在意異性、與異性相處，甚至更進一步的發展；而在這方面老師若能了解內心的想法與思考氛圍，將正確觀念傳達給學生並適切地溝通拉近師生的距離，引導學生往積極正向的方向發展。以下是筆者對實習學校的班級做簡易的校園研究調查「現時青少年談戀愛的想法與經驗」，問卷內容主要分為青少年對於談戀愛的想法與自身經驗兩方面的調查，主要研究對象為 40 名國三學生，男女比例為 3:1，三分之一的國三學生認為校園



談戀愛是很普遍的事情，超過一半的學生認為青少年是可以戀愛的，但大多數的人都表示青少年要等到「高中階段」才可以開始談戀愛，其次是國中階段。

在理論上，青少年心理學提到心理社會發展過程中分為3階段，依序為自身社交、同性社交與異性社交，而異性社交是以異性為社交對象，是青少年和成人的發展階段，此階段個人從男女兩性的交往中得



※ 與實習班級同學大合照

到快樂和滿足(Paul and White, 1990)。無法與異性形成親密關係可能導致嚴重的焦慮、自尊受傷等等。舉例來說，國一至國二(13至14歲)的青少年，女孩和男孩開始對彼此感興趣；國三至高一(15歲至16歲)的青少年，有些男孩和女孩成雙成對。

但問卷結果顯示，有二分之一的國中生沒有談戀愛的經驗，而造成這樣的原因可能是因為就讀私立學校校規嚴格禁止談戀愛行為、自己思想尚未成熟、沒有喜歡的人、談戀愛會影響到學業，家人反對談戀愛等等。另一方面，以生理方面來探談談戀愛的原因，主要是性成熟引發青少年對異性的生物-情緒的覺察，降低對性異性的敵意態度，開始對異性產生情感反應。問卷結果也顯示大部分的學生對異性有興趣是從國小六年級開始，並有17位學生曾經談過戀愛，而影響與異性交往的原因前三名為性格、外貌與身材。但這樣的經驗對於青少



年來說「學習熟識異性，與異性自在相處」是一種快樂的回憶，也可能是一種痛苦的過程。



※ 課堂教學實況

根據問卷調查結果，大多數的國三生對於談戀愛會遇到的煩惱有暗戀、不知如何告白、不只喜歡一個人、相處時吵架、影響學業、家長的壓力、老師的壓力等等，而某項研究對於青少年的愛情與迷戀調查

中指出，大多數的青少年到了青春

晚期已經談過戀愛(Hendrick and Hendrick, 1988)。青春期的男孩相對於女孩談戀愛的年齡來得早，成功的愛情點燃喜悅，但強烈的愛意可能有風險，失敗的愛情可能招致絕望，得不到回報的愛情帶來空虛和焦慮。對青少年而言，失戀可能是一種具有毀滅性的經驗。問卷結果顯示大多數的國三生認為談戀愛分手後可能會遇到以下的負面情況，如情緒低落、藉酒消愁、自殘傷害身體、殘害對方、濫用藥物、敵視對方、抽菸等等情況產生。因此，實際上青少年格外容易因談戀愛而直接或間接受到傷害，因為他們的自我仍在形成中以及處世技巧上為發展完成，身為教師可以透過深入了解或是私下訪談的方式了解他們的想法，根據Kaczmarek 和 Backlund(1991)提出一些技巧可以協助青少年度過失落期：(引述於《青少年心理學》一書 2013 出版)

— 協助青少年將強烈的情感視為正常、可預期的事。青少年有權去感覺、有權去悲痛。



- 鼓勵他們表達感覺和想法並教導他們關於悲痛的過程。
- 鼓勵他們倚靠家庭和朋友的網絡，讓他們可以放緩腳步，開始療傷的過程。
- 協助他們延後做出重要決定，在生活中避免其他重大改變，處於悲痛時期並非事做出重要決定的好時機。
- 鼓勵他們找到新方式來享受額外的時間和新的自由，例如培養正面的嗜好，交新朋友或是從事額外的活動，可以有助於青少年重建信心和自尊。

經過這次的訪談，身為實習老師的我，也再次重溫年少時光，和同學們一起分享談論青春時期談戀愛或迷戀對象的經驗。班導師對於學生們對談戀愛的行為，是被禁止的，身為導師是需要與學生溝通，深入了解他們的想法，並予正面的引導，協助學生往積極正向思考與發展，若可以有欣賞的對象，結交好的異性朋友，在彼此不影響對方生活及學業，一起努力讀書朝著自己的目標邁進。



從班級團隊合作看見學生不同的光芒

新興高中實習教師：詹千慧 | 圖片來源：詹千慧及指導老師陳彥伶

對於 16 到 18 歲的青少年來說，除了身心上的變化，青少年對於同儕關係及在班級當中的社交團體歸屬也十分的重視。以我自己接觸到的高一班級為例，九月剛入學的學生們看起來十分的青澀寡言，但在中間這短短幾個月與他們相處之下，我也慢慢看到了他們的轉變。

十一月由於適逢校慶活動，一年級的學生們都正如火如荼地為了愛國歌曲比賽及各式運動比賽項目做準備。從他們一路練習下來我發現到，學生們慢慢的開始從以自己為中心的單一個體轉而凝聚團體的共識，孩子們會開始有同理心，了解負責領導的人的想法，並且以同理心去思考領導人的難處進而互相合作爭取榮譽。舉例來說，有時候學生會因為不可抗因素無法在假日到校練習，他們會主動跟班導師表達自己其實很怕會為難負責人想要讓班上表現變得更好的心意，會覺得心裡過意不去。





※圖一 學生假日認真練習愛國歌曲比賽的模樣

而上述的現象也印證了西爾曼 (Selman, 1977& 1980)在社會認知中提及的社會角色取替 (social role taking) 理論，他認為社會角色採納是把自我與他人當作主體來了解的能力，對他人如同對自我的反應，並從他人的觀點回應自我的行為。此外，依據西爾曼 (Selman, 1980)在青少年期所處的階段 4 當中，青少年會具有人格的概念，並且將社會規範加入人際關係中，認為所處的社會體系乃是所有成員共有規約觀點的建構，每一個人都應考慮概括他人或社會體系之觀點，以促進正確的溝通與瞭解。舉例來說，在決定假日練習的時間時，領導負責人會跟同學們一起約定集合的時間，並且規定如果有遲到的人要罰跑操場。同學之間也會互相叮嚀為了要讓當天比賽唱歌的聲音能夠宏亮不沙啞，要好好保養喉嚨，不可以吃太刺激性的食物，如果有人偷吃的話也要罰跑操場。



校慶比賽後記

其實這幾個月來看著他們練習下來，真的發現他們比以前要更加的成熟許多，從一開始他們完全不知道如何準備比賽，到後來在學長姐及老師的建議之下，非常有秩序的自己另外找假日留下來到校練習，都讓我對這群孩子們刮目相看。班級團體在商討比賽內容的過程中或許偶有爭執，但是我也發現同儕之間會互相加油打氣，看到負責的同學壓力很大的時候也會主動上前安慰，一起凝造能讓這班級變得更好的氛圍，若有相歧的意見也會一起提出來互相溝通解決。雖然後來他們並沒有得到名次，但是我卻在他們身上看到了努力不懈的光芒！



※圖二 學生們在當天比賽出場前的裝扮合照



Love your body? Love yourself?

青少年身體意象

培英國中實習老師：陳美樺

前言

角膜放大片、變色片讓眼睛看起來又大又萌；制服裙往上一捲再捲，腿看起來就會像韓國少女團體一樣修長；趁著老師不注意，趕快把制服下擺抽出褲子外，除了遮住臀部、看起來也比較隨性、有型。頭髮專門請設計師把兩邊剃掉；長痘痘了，趕快貼上痘痘貼；球鞋挑選有氣墊的，瞬間抽高，成為韓國歐巴。新世代青少年敢秀，光鮮亮麗的外表，看起來自信，內心世界又是如何？

理論與現場

隨著身體的發育，第二性徵的出現，青少年在青春期所面臨的是身體上劇烈的改變。成長伴隨的不會只是喜悅，青少年不管是男性或是女性，都擁有各自不相異同的煩惱：根據亞東紀念醫院青少年健康中心的調查，青春期男性所面臨的問題大多是對生理的衝動和性衝動所產生的焦慮；青春期女性則是身體形象和保健孕育常識方面的問題，從以上調查可以發現，處於青春期之男性和女性都因為生理上的變化，或多或少影響心理或者是情緒，而其中青春期女性切身相關的身體形象問題更是本篇所要探討的。



據國立台灣師範大學之全人教育百寶箱-辭條解釋,「身體意象是指個人對自己身體特徵的一種主觀性的、綜合性的、多面向、評價性的概念,此概念包括個人對自己身體各方面特徵的瞭解與看法,包括個人對自己身體各方面的了解與態度,也反映出個人所感覺到他人對其身體外觀的看法。簡單來說,身體意象是指一個人如何看待自己的身形、外表,以及身體如何與自我產生關係的一種概念。」,而塑造身體意象的因素分為以下六種:性別,年齡,發展階段,社會文化與傳播媒體的影響,重要他人的反應以及自尊。

對青少年而言,此階段的他們極注重外表,而同儕對自己的看法更是有著舉足輕重的地位,這時的重要他人-同儕的反應更是塑造個人對自己身體意象的重要原因之一,同學間互相討論如何才能看起來更瘦、制服褲怎麼穿看起來臀部才不會太大,往往同儕的價值觀或一句話都能型塑個人之身體意象。

而社會文化與傳播媒體的影響更是不可小覷,資訊的發達,傳播媒體的蓬勃,青少年人手一支手機,時不時滑滑手機,看看喜歡的韓星的視頻,新聞裡播報著哪個明星整過型,哪個明星又在短時間內瘦下幾公斤,看似茶餘飯後的八卦消息,無不在傳遞其中蘊含大眾對美的價值觀,也間接或直接地影響了青少年對自我的身體意象-像是「我屁股太大了,胸部太小了。」「身高再高一點就好了。」,常常都是許多青少年的心聲。

以上形成青少年對自我身體意象的原因大多為外在因素,那青少年對本身的身體意象又是如何呢?根據現場隨機訪問就讀國中九年級之男性與女



性，得到了以下結果：女同學普遍認為自己的身材太胖；反之，男生則是覺得自己再胖一點會更好。總結此訪問結果可以推斷出—大部分的青少年對自己的身體和身材都是不夠滿意的，亦即對自己身體意象的低落。

結語

隨機訪問的結果可能不是這麼地樂觀，但將來即將身為老師的我們可以怎麼幫助學生或是引導他們？就像是此篇的標題：love your body? love yourself? 除了引導學生的審美觀不該只局限於「瘦就是美」，「長腿才是王道」，也可以告訴學生從接納自己、欣賞自己開始，並且培養多元的審美觀，試著去發現並欣賞每個人獨特的地方，如果世界上少了各式各樣的美，豈不是太無聊了嗎？



低成就學生的過去、現在與未來

永平高中附設國中部實習老師：黃千穗 | 觀察對象：八年級 10 位學生



※圖一 最後一次和補救教學學生合影留念

前身為「攜手計畫」，如今稱作「補救教學」的教育部重點計畫。補救教學的學生也時常被定位為低成就學生，傳統對於「低成就」或「高成就」學生的分類方式，即是學業成績的表現，然而，學業成績的表現只是其中一項判別需要補救教學的學生的依據。在評判學習成就的同時，還應該將學生的學習能力納入參考指標。學習能力的強弱是結果，肇因於從過往一直累積的不良習慣、一直以來學習動機的低落並造成習得無助感，長此以往，便成為了惡性循環。低成就學生最顯著的共同特點即為課堂時間無法集中注意力，缺乏學習動機和內省能力。教師在課堂中制止或課堂後溝通勸導後，低成就學往往會答應老師「以後會改進」、「將來會注意」，但是並未身體力行並約束自己。

第一次上課，我先用全英文自我介紹，並告訴學生們這件事情並不是遙不可及，再請他們使用中文自我介紹，並教導他們如何用英文表達剛剛的



中文自我介紹，讓他們感受到學習英文和自身是很貼近的。在和低成就學生互動的過程中，先是訂立了班規，像是不遲到，明定進教室時間、上課期間不得說髒話、不得拿出危險物品以及我們是一家人，要相親相愛，如此一來，給予他們規準的益處在孩子違反規定時，就可以立即糾正並降低孩子討價還價或不服從的機會，再者需要給予他們信心，以及改正他們注意力不足的習慣是相當重要的，或許糾正後，並不會收立竿見影之效，但滴水穿石、日積月累的努力、付出、愛心和耐心是身為補救教學教師的職責和認知，也可運用寓言使學生了解他們並不是失敗的一群，只是還未找到適合自身的學習方法，像是若是想出海捕魚，需要漁船、漁網和漁餌，如果開了車到海上，只是賠了夫人又折兵，一去不復返。

另外，也可使用英文流行歌曲讓學生對於學習英文產生興趣，使用聽力克漏字的方式，播放兩至三次後，公布正確答案，講解重要基礎單字以及文法。在課堂活動進行時，將願意開口的孩子和較少回答問題的孩子列在同一組，採用小組合作的方式，建構鷹架模式，使學生在團隊合作的過程中，也間接學習到人際相處的技巧。

耳提面命、循循善誘、諄諄教誨是面對低成就學生的教師必要做的，一學期10堂的補救教學下來，在學習的成效上其實收益有限，只期望他們能夠對於英文學科不排斥之後，開始產生興趣，並期望將他們的學習態度導正成正向且負責任的，再將這樣良好的學習態度保持至未來，也期許他們能夠延伸領悟至做人做事的道理。



中輟生的孩子們

福和國中實習老師：鄭竹庭

進到輔導處，一種舒服又溫馨的感覺襲面而來，輔導老師說話總是輕聲細語，且能夠細心聆聽學生的需求，這是輔導處給人的感覺。

面對不愛來上學的孩子，我們盡可能給予他學校能給的溫暖與包容，希望這些孩子不要在學校外頭流浪。

中輟學生之定義

中輟生意旨任何一階段的學生，在其未修完該階段課程之前，因故提早離開學校者，即為中輟學生。

中輟生類別

1. 第一類：未經請假未到校上課達三日以上之學生
2. 第二類：學期開學未到校註冊達三日以上之學生
3. 第三類：轉學生未向轉入學校報到達三日以上之學生

上述三類為主要中輟生類別，而在以下輔導過程中，主要強調第一類中輟生之輔導方式。

相信我們都對於中輟學生很頭痛，學校的資源可以怎麼協助處理呢？



中輟生輔導流程

1. **第一天**：由導師先進行關懷動作，可利用電話或者信件，並須同時向教務處以及學務處做報備的動作。



2. **第二天**：導師應擴大範圍聯繫學生，或可進一步採取家庭訪問之策略，而在學務處方面，生輔組應協同導師進行家訪，並且寄送曠課通知書給與家長。



3. **第三天**：導師除了持續聯繫外，還須向教務處、學務處以及輔導處做報備動作。而在學務處方面，學務主任應與導師、輔導處以及教務處共同研商是否確定中輟，另外生輔組長方面，應填寫中輟名冊後送請校長批閱，並以特急件處理，最後則在知會註冊組，請註冊通報。



4. **註冊組**：註冊組須知會生教組、輔導組以及資料組，另一方面則通知上層機關，如各鄉鎮市強迫入學委員會、台北縣教育局以及網路通報，完成手續後則在進入輔導處的追蹤輔導工作。



5. **輔導處**：首先進行認輔作業，並且建立中輟學生之電腦系統檔案，接著再進行家庭訪視及記錄，並且擴大訪視範圍至鄰居、同儕等等。而依照不同的中輟學生，則有不同的輔導策略，例如一般性適應困難學生應轉介至學校輔導處，進行家訪、輔導復學等工作；如為行為偏差之學生，則轉介至少輔會；對於家庭功能不良之學生，則轉介至社會局，並且協助申請社會福利救助。



6. **返校安置**：當進行完上述輔導工作後，應讓中輟生復學，並選擇適當的班及特別安置中輟生，並且輔導處需維持輔導工作，以及進行學習輔導、生活輔導以及生涯規劃輔導，直至一切回歸正常。



7. **結案通報**：當一切回歸正常後，則可進行結案通報的動作，但輔導處仍需持續進行追蹤輔導之工作。





※ 圖一 輔導課現場：師生互動融洽

在學校現場可以看到中輟生來到學校時，學生唯一會來的地方就是輔導處，看著他們進進出出輔導處，其實輔導處的老師們也很頭痛，但也許這裡是他們唯一感受到溫暖的地方，也許他們會來學校就是因為學校還存在著這樣

溫暖的地方，什麼時候我們的孩子變成這樣了呢？有太多因素造就一個孩子喜歡在外頭亂晃也不願意來學校了。輔導處能做的就是盡全力給與溫暖與關懷，但這樣的給予要這要給三年嗎？

只要學生還願意來學校，總比放任學生在外頭亂晃來的安全。輔導處與學務處會與學生進行溝通，輔導處與學生建立信任關係，讓學生對於輔導老師關係建立良好的，願意聽輔導老師的話；學務處與學生建立行為上的約束，留在學校但不能做出



※ 圖二 輔導課：分組合作學習

違反校規的事情，否則只能請校外的資源協處理。在兩處室的共同努力之下，還安排了一些有趣的技職課程讓這些不愛念書的中輟生培養一技之能，從技職的課程當中找出自己的興趣與留在學校學習的意義。



孩子在現階段心志還尚未成熟，也許因為家庭因素、人際關係、學業成就等原因造成孩子不想來學校上學等可能，我們能做的就是盡力去輔導他們，讓學生走上正規的道路。



資料來源

Career 就業情報網。李良哲：克服中年心理。取自

http://media.career.com.tw/college/college_main.asp?CA_NO=308p045&INO=41

邱清泰。中年危機 - 下半場再攀高峰。取自

http://www.ccfamily.org/Common/Reader/News/ShowNews.jsp?Nid=1694&Pid=14&Version=27&Cid=116&Charset=big5_hkscs

香港特別行政區政府衛生署學生健康服務 (2015)。青春期 (家長篇)。2015 年 11 月 4 日取自

https://www.studenthealth.gov.hk/tc_chi/health/health_se/health_se_pp.html

許芳菊 (2009)。當另一半有中年危機。2009 年 02 月取自

<https://www.parenting.com.tw/article/5045989-%E7%95%B6%E5%8F%A6%E4%B8%80%E5%8D%8A%E6%9C%89%E4%B8%AD%E5%B9%B4%E5%8D%B1%E6%A9%9F/>

張春興 (1996)。教育心理學：三化取向的理論與實踐。臺北市：東華。

陳宏欽 (2012 年 3 月)。薛爾曼(R. Selman)。取自

<http://edu-exam-note.blogspot.tw/2012/03/r-selman.html>



陳振盛、謝振裕(2013)。同儕友誼發展與青少年偏差行為問題，社區發展季刊，
142 期，273-282。

全人教育百寶箱。取自：國立臺灣師範大學網頁：

<http://hep.ccic.ntnu.edu.tw/browse2.php?s=298>

亞東紀念醫院青少年健康中心。青少年生理發展。取自

http://depart.femh.org.tw/family/teen/t_1.html

