

國立永靖高級工業職業學校 110 學年度第一學期 期末學務工作會議暨教師與輔導管教工作坊、 學生 BNT 疫苗接種工作會議紀錄

會議時間	110 年 12 月 22 日 (星期三) 下午 12:10		
會議地點	國立永靖高工行政大樓三樓會議室		
會議主席	林主任承隆	紀 錄	邱小娟
列席指導	許校長榮添	出席人員	如簽到表

壹、 校長指示:

- 一、點將家投資股份有限公司為了鼓勵高職學校學生提升專業技能水準，凡參加 110 年度教育部辦理之全國高中職校技藝競賽榮獲金手獎之學生及其指導老師，均分別頒發學生獎學金及教師謝師金。
- 二、三年級模擬考之成績達 300 分以上頒發進步獎金 200 元，各班前三名考生頒發獎狀乙紙，成績名列跨校排名前 1%、3%、5%、10% 考生另再頒發獎學金。
- 三、12/24 下午學生施打 BNT 疫苗，俟最後 1 位學生施打完畢休息 30 分鐘後才統一放學。

貳、 主席致詞:(略)

參、 檢討上次會報提案決議執行情形：

會報提案	執行情形	執行單位	列管情形
無			

肆、 提案討論

伍、各處室業務宣導

教務處：略

實習處：略

總務處：

- 一、光電球場目前執行進度：光電板設置、柱體整修。原預計 110 年 12 月主體工程完成，現因承商調整光電板配置，故調整至 111 年 1 月底完成，主體工程完成後，球場可先交由校方使用。
- 二、各班教室之公物損壞請盡速向庶務組提出，本處預定於寒假期間維修。
- 三、校內監視器調閱申請辦法已擬訂中，屆時依相關規定辦理。
- 四、近來有新進同仁和同仁換車以至於警衛室保全人員辨識困難，故重新製作車輛出入證。

圖書館：

一、本學期新書展覽(含性平圖書)到12月9日，已滙入系統流通借閱，感謝同仁讀者踴躍推薦，歡迎線上查詢及借閱利用。



書名	作者/編者	出版年	類號	ISBN	冊數
性平教育與性別平等	性平教育委員會	2021	圖書	978-957-4441-20-1	1
性平教育與性別平等	性平教育委員會	2021	圖書	978-957-4441-21-8	1
性平教育與性別平等	性平教育委員會	2021	圖書	978-957-4441-22-5	1
性平教育與性別平等	性平教育委員會	2021	圖書	978-957-4441-23-2	1
性平教育與性別平等	性平教育委員會	2021	圖書	978-957-4441-24-9	1



二、永工青年第六十三期(109 年度)電子書已於 12 月 10 日上架，封面如下。

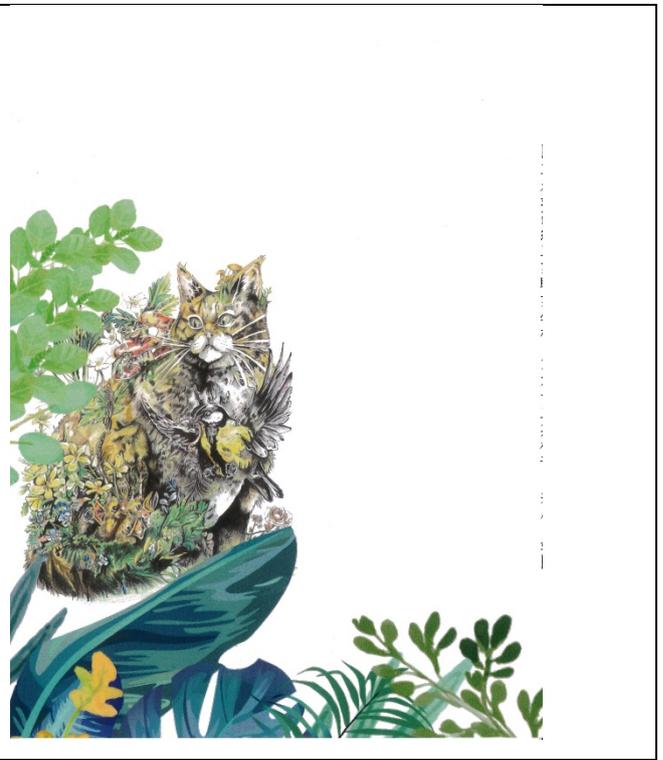
共居、靖園

「共居」讓人們共同生活於同個空間，其中「共同生活」(共生)則是一種共享空間，建立人際互動與社群的關聯。本期校刊藉由對「共居」概念，串聯法學、愛情、講座、寫作，讓我們重視開放、分享與合作的生活精神。

國民法官制度將於 112 年推行，未來我們可以創造與法平等「共居」的生活型態，處處是法，法無所不在，但我們可以相處愉快！

共居

靖園



三、於12月15日下午13:00至16:00辦理優質化手捺陶藝體驗研習，感謝寬心陶坊所有成員(11位退休校長或主任學員)用心指導，讓永工師生們體驗陶塑成就感，靜心專注修身於心靈成長。而坊主柳主任創新工具巧藝教材設計，由衷感謝！此次作品手握茶杯且以材燒，大家很期待作品在落灰與窯變下嵌入多樣的變化，活動影片連結，與及以下精華照片，也謝謝同仁及學生熱烈參與。

http://igt.yjvs.chc.edu.tw/channels/3/episodes/153?locale=zh_tw

輔導處：

- 一、 **個案轉介單**：如有需要輔導處協助的學生，導師可將此單填寫完後交回輔導處，輔導處會協助了解學生狀況並安排認輔或輔導或諮商。
- 二、 **連繫（重大違規、特殊需求、一般）學生家長調查表**：請導師平日做好學生之家庭聯繫紀錄付出的時間及愛心，並於111年1月14日（五）前將調查表交回輔導處，俾利彙整回報國教署。
- 三、 **資料電子化**：個案轉介單、連繫(重大違規、特殊需求、一般)學生家長調查表等相關表件，已於【輔導處網頁-表單下載】處公告，請各位導師如有需要，可自行運用。
- 四、 **學生及家長晤談資料建立**：已運用欣河輔導系統建立，請導師多利用師生線上查詢系統輸入與學生或家長會談或電話聯絡等紀錄，若發現無法填報資料請洽註冊組開放權限。

- 五、**校外志工體驗活動**：感謝同學的踴躍報名，錄取 36 名學生，於 110/12/08 (三) 帶領 36 名學生前往二林喜樂保育院服務，期待可以進一步理解生命教育的意涵，是服務也是學習，感謝師長的鼓勵與同學的參與。
- 六、**教師校園心理健康講座**：110/12/22(三)1400-1600 辦理教職員工研習「跟肥胖說 Bye Bye---心理師的身心減重課」，邀請蘇琮祺心理師蒞校演講，請大家踴躍報名參加。
- 七、**學生職涯達人講座**：111/01/05 (三) 週會時間於行政大樓三樓會議室辦理。與立賢教育基金會合作邀請巴奇先生/黃子倫分享，講題「Stop thinking, start grooving 想那麼多？做就對了」，請一、二年級各班推派 4 名學生代表參加，感謝導師的鼓勵。
- 八、**性平、生涯與家庭教育文摘**：「性愛不設防，師長怎麼辦」、「認識自我，是人生的起點！」、「如何和青少年展開有意義對話」---提供導師參考之文章。

學務工作暨各組報告資料

- 一、請導師善用班級經營手冊及師生線上查詢系統，並加強落實「學生個別約談紀錄簿」及「學生家庭電話聯繫紀錄簿」的功能並請詳加紀錄，以收輔助帶班之效用。
- 二、請各處室及各教師，如有申請學生公假或免週會，基於校園安全及照顧學生立場，請務必在場照看。
- 三、學校許多公務需學生自治團體幫忙，還請各導師能協助挑選有服務熱忱、願意學習之同學加入。自治團體包含交通服務隊、綠天使、班聯會、社聯會、畢聯會、管樂社、童軍團等....。
- 四、服儀部分，在 110 學年會持續加強宣導，到學校及在校園中走動時，務必要穿著校服(制服/運動服)，切勿穿著便服混搭，上課或練習時間且經老師同意其他服裝時，除在該定點以外，其餘時間皆須穿著校服。
- 五、本學期行動載具開始統一於每日早上 9 點管理至學務處外手機保管櫃中，請各位同仁能協助多加宣導及管制，如有發現學生違規使用，請通知學務處知悉處理，感謝各位同仁協助與配合。
- 六、本年性平主題為網路性平，111 年主題為性剝削，再請各位導師同仁協助宣導，如有任何問題，請立即通知本處協助處理。

訓育組

- 一、高二校外參觀教學案已送出進行招標作業，因 111 年 3、4、5 月行程與各項活動有相衝之虞，故調整至 111 年 6 月 7、8、9、10 日四天辦理。

- 二、110年12月22日下午時段1400-1600，班聯會、社聯會聯合於網球場辦理學生聖誕活動，如遇下雨則延期且學生改在教室收看影片，1230-1600體育組辦理本學期班際羽球比賽。

社團活動組略

生輔組

- 一、本學期即將結束，請提醒同學利用時間至本校網站師生線上查詢系統，確認個人獎懲及缺曠紀錄，若有問題可至生輔組反應處理，以維護個人權益。
- 二、本學期第2次愛校服務(改過銷過)開放申請至110年12月22日(星期三)中午12時止(逾時不予受理)，並訂於111年1月8日(星期六)及1月9日(星期日)實施愛校服務，請導師協助提醒預申請改過銷過之同學依時完成申請手續。
- 三、本學期學生德行評量審查會議，高一班級預於111年1月4日(星期二)、高二班級預於111年1月5日(星期三)、高三班級預於111年1月6日(星期四)至學務處會議室召開，請各年級導師配合生輔組先期完成德行評語評量。
- 四、近期有許多同學發生交通意外事故，造成人員受傷，請提醒同學嚴禁無照騎乘機車，確實遵守交通規則，切勿存有僥倖心理，凡事多注意以確保個人安全，如有遇到交通事故問題無法處理時，請通知教官前往協助處理。
- 五、近期有班級遺失錢財及物品，請提醒同學請妥善保管個人財物，貴重物品請勿帶到學校，如須離開教室，請將錢財及貴重物品隨身攜帶，勿讓有心人士有機可乘；提醒同學請勿隨意拿取他人財物，一經發現一律嚴懲，如發現財物遺失情況，請保持現場完整，並完成人員清點，立即通知教官前往協助處理
- 六、時序進入冬季天氣寒冷，請提醒注意使用熱水器及瓦斯爐等爐具時，應特別注意環境通風狀況，以避免一氧化碳中毒，隨時注意自身安全。
- 七、為有效防範詐騙事件請提醒同學應告知家長，如接獲可疑詐騙電話或不慎遇上歹徒意圖詐騙，切記反詐騙3步驟：「保持冷靜」、「小心查證」、「立即報警並撥打165反詐騙諮詢專線或撥打本校校安專線04-8231548」尋求協助。
- 八、寒假期間提醒同學返校參加重補修、打掃、溫習功課、技能檢定及球隊練習等事宜，請依規定穿著本校制式服裝並確實遵守各項規定，違規者將依學生獎懲要點議處，另請勿單獨太早到校及太晚離開校園，務必儘量結伴同行或由家人陪同，絕不行經漆黑小巷或人煙罕至的地方及進出

危險場所，避免單獨留在教室，不單獨上廁所，避免單獨到校園偏僻的死角，確維自身安全保持高度的警覺心。

九、各班同學如有利用寒假期間從事 2 日(含)以上戶外或登山活動時，請至學務處生輔組實施回報，以利掌握同學戶外活動行程。

十、近期接獲民眾反應，本校有學生將腳踏車及機車停放於學校周邊商家門口影響進出，請導師協助提醒同學，嚴禁無照騎乘機車，另符合騎乘規定之同學可依相關規範完成申請並停放於校內停車場，教官室將不定時實施抽查，違者依本校學生獎懲要點辦理。。

The infographic is titled "了解兒少性剝削" (Understanding Child Sexual Exploitation) and "24小時知悉/疑似通報" (24-hour awareness/suspicious reporting). It provides information on reporting procedures and support services. Key statistics include: "依據保護資訊系統106年報告件數統計達1297件" (According to the 106th annual report statistics, there were 1297 cases), "平均每天就有3.26人受害!" (An average of 3.26 people are harmed every day!), and "1297件 2017 1DAY" (1297 cases in 2017, 1 day). It lists high-risk factors for sexual exploitation events: "行為表現異常" (Abnormal behavior), "性價值觀念偏差" (Deviant sexual value concepts), "家庭功能不佳" (Poor family function), and "人際關係複雜" (Complex interpersonal relationships). The infographic also mentions "校安通報" (School Safety Reporting) and "社政通報" (Social Welfare Reporting). It includes a flowchart for reporting procedures: "接獲疑似或疑似性剝削事件通報專線" (Hotline for suspected or suspected sexual exploitation events), "接受縣市政府後轉給" (After receiving from county/city government, transfer to), "通知父母或監護人等" (Notify parents or guardians), "評估" (Assessment), "學校教育輔導措施" (School education guidance measures), and "社政安置服務" (Social welfare placement services). The infographic also mentions "18歲" (18 years old) and "16歲以上" (16 years old and above). At the bottom, it says "身體非賣品 隱私不散播 反剝削 您我都有責 Our bodies, Ourselves" (Body is not for sale, privacy is not to be spread, anti-exploitation, you and I have responsibilities, Our bodies, Ourselves).

衛生組及健康中心

一、目前是流感及病毒性腸胃炎流行期高峰，以及為預防嚴重特殊傳染性肺炎（武漢肺炎），請全校教職員工生做好預防工作，一起為大家的安全環境努力，以下幾點請共同配合：

- (一) 教職員工生如有生病發燒、咳嗽、呼吸急促等呼吸道症狀，或有腹瀉、失去嗅、味覺等相關症狀，應在家休息避免到校或外出並立即就醫診治；於沒吃退燒藥且未發燒 24 小時後或未再嘔吐或腹瀉 24 小時後再到校。
- (二) 校車每日上車前由車長量體額溫， $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$ 者暫緩上車待就醫確認後再到校，搭車全程配戴口罩，車上避免飲食或交談。
- (三) 全校（園）師生除用餐、飲水外，應全程佩戴口罩並維持社交距離；建議攜帶備用口罩 2-3 個（學校口罩依規定提供臨時發燒生病時使用）。
- (四) 教室及辦公室門窗開啟保持通風，若天氣寒冷仍須保持每扇窗至少 15 公分開啟，請督導落實每日班級教室、掃區環境清潔消毒並記錄。
- (五) 落實入校實聯制，額溫高於 37.5 度禁止入校，外賓須配戴口罩。

二、110年12月24日(五)全校學生BNT第二劑疫苗接種，依據BNT COVID-19疫苗臨床試驗及上市後監測資料，接種BNT疫苗曾出現極罕見的心肌炎和心包膜炎病例，且較常發生在接種第二劑之後以及年輕男性。接種疫苗後28天內若發生疑似心肌炎或心包膜炎的症狀，例如：胸痛、胸口壓迫感或不適症狀、心悸（心跳不規則、跳拍或“顫動”）、暈厥（昏厥）、呼吸急促、運動耐受不良（例如走幾步路就會很喘、沒有力氣爬樓梯）等症狀，需立即就醫；請留意班級同學接種後情形，若有就醫者請通報健康中心或教官室。

體育組：110年12月22日下午辦理班際羽球比賽。

伍、臨時動議：無

陸、散會：(下午13時)

柒、會議照片



會議簽到



主席報告



各處室報告



學生BNT施打說明

附錄

性別平等教育法

第 2 條

本法用詞定義如下：

- 一、性別平等教育：指以教育方式教導尊重多元性別差異，消除性別歧視，促進性別地位之實質平等。
- 二、學校：指公私立各級學校。
- 三、性侵害：指性侵害犯罪防治法所稱性侵害犯罪之行為。
- 四、性騷擾：指符合下列情形之一，且未達性侵害之程度者：
 - (一) 以明示或暗示之方式，從事不受歡迎且具有性意味或性別歧視之言詞或行為，致影響他人之人格尊嚴、學習、或工作之機會或表現者。
 - (二) 以性或性別有關之行為，作為自己或他人獲得、喪失或減損其學習或工作有關權益之條件者。
- 五、性霸凌：指透過語言、肢體或其他暴力，對於他人之性別特徵、性別特質、性傾向或性別認同進行貶抑、攻擊或威脅之行為且非屬性騷擾者。
- 六、性別認同：指個人對自我歸屬性別的自我認知與接受。
- 七、校園性侵害、性騷擾或性霸凌事件：指性侵害、性騷擾或性霸凌事件之一方為學校校長、教師、職員、工友或學生，他方為學生者。

第 28 條

學校違反本法規定時，被害人或其法定代理人得向學校所屬主管機關申請調查。校園性侵害、性騷擾或性霸凌事件之被害人或其法定代理人得以書面向行為人所屬學校申請調查。但學校之首長為加害人時，應向學校所屬主管機關申請調查。任何人知悉前二項之事件時，得依其規定程序向學校或主管機關檢舉之。

中華民國刑法【民國 100 年 11 月 30 日 修正】

第 227 條

對於未滿十四歲之男女為性交者，處三年以上十年以下有期徒刑。

對於未滿十四歲之男女為猥褻之行為者，處六月以上五年以下有期徒刑。

對於十四歲以上未滿十六歲之男女為性交者，處七年以下有期徒刑。

對於十四歲以上未滿十六歲之男女為猥褻之行為者，處三年以下有期徒刑。

第一項、第三項之未遂犯罰之。

第 227-1 條（減刑或免刑）

十八歲以下之人犯前條之罪者，減輕或免除其刑。

第 229-1 條（告訴乃論）

對配偶犯第二百二十一條、第二百二十四條之罪者，或未滿十八歲之人犯第二百二十七條之罪者，須告訴乃論。

刑事訴訟法【民國 99 年 6 月 23 日 修正】

第 237 條（告訴乃論之告訴期間）

告訴乃論之罪，其告訴應自得為告訴之人知悉犯人之時起，於六個月內為之。

得為告訴人之有數人，其一人遲誤期間者，其效力不及於他人。

菸害防制法(民國 98 年 01 月 23 日)

第 12 條

未滿十八歲者，不得吸菸。父母、監護人或其他實際為照顧之人應禁止未滿十八歲者吸菸。

第 15 條

下列場所全面禁止吸菸：

一、高級中等學校以下學校及其他供兒童及少年教育或活動為主要目的之場所。

九、教室、圖書室、實驗室、表演廳、禮堂、展覽室、會議廳（室）及電梯廂內。

第 31 條

違反第十五條第一項或第十六條第一項規定者，處新臺幣二千元以上一萬元以下罰鍰。

性愛不設防，師長怎麼辦？

文/張瀟文(親子天下)

性別平等教育

面對波濤洶湧、攔不住的危險性時代，老師如何突破資源不足的困窘，處理學生感情問題？如何處理校園性別霸凌？《親子天下》提供四方法、三方向，幫助老師和學生談性與感情。

- 他們說話臉怎麼貼那麼近？
- 女生已經快坐到男生大腿上了！
- 他們換男女朋友的速度比我買新衣服快！
- 問起學生的感情世界，從國小五、六年級到國高中，老師們總是驚呼連連。

多數老師，成長過程必須偷偷摸摸談戀愛，就算好奇得要命也難以啟齒問「性」。關於愛與性，好像所有雷達都得暫時關閉，因為「考上大學再說」！結果這群乖乖聽話、男女關係止乎禮的人長大後為人師，要用以前的方式來規範學生，發現根本行不通！「就算規定不可以談戀愛，每週都還是有新的班對冒出來。」二十幾年教學經驗的老師愈來愈苦惱。

「交男女朋友變成一種流行，還有學生拿性行為來炫耀。」年資不到五年的新手教師也不明白，如此私密的事為何可以公開談論？

高雄市學生諮商中心主任李佩珊指出，十幾年前《美國派》電影中，大學生對性的好奇與競逐的場景，已經轉移到台灣的中學。性的多元複雜是一個攔阻不住的現況，讓老師愈來愈焦慮。

《校園》雜誌總編輯朱惠慈，常應邀到中小學及大學演講，她也發現，愈來愈多的大學生「只會做愛，不會談戀愛」。

翻開報紙，因為不會處理感情問題導致傷害的事件，佔了社會版一半版面：國中男學生強迫同校女同學口交、高中情侶擔心大人反對交往，相擁墜樓身亡……孩子在青春期總是急於探索感情與慾望，但我們的教育教了孩子什麼？當學生知道如何用保險套、知道我愛他，卻沒學到「愛」不只有上床、沒學到自己是身體的主人、沒學到適度的拒絕是對感情與對方的尊重。可能的結果是：我愛對方，而且要保護自己，所以做好避孕即可，但沒有學會對愛的尊重。

關於性與情感，這麼多細膩的思考與抉擇，即使老師再有心，沒有適當的裝備，也是束手無策的。「我覺得情感的教育很重要，也常常透過新聞事件跟學生談，可是效果很有限，自己也會覺得像在說教，」花蓮縣平和國中教師韋一芳道出了很多老師的難為。處理學生情感問題：難為不表示不可為。老師仍可以透過一些方法，預防及處理學生的情感問題。

方法1 立界線

在接下新的班級時，即和孩子談你對交異性朋友的看法。新北市光榮國中老師劉美君會公開對學生說明，「喜歡」是很正常也很正向的事，它讓你看見對方優點，讓自己有機會成為更好的人。但「喜歡」不一定要「得到」，過度沉溺於感情有可能會讓你忽略生命裡很多重要的事。

當有學生交往男女朋友，劉美君會找他們私下談：讓男生知道，真的喜歡對方就不要讓她受到傷害；提醒女生懷孕會有的後果、不要和男朋友在密閉房間獨處、發生性行為時一定

要有安全措施；但也強調，任何避孕方式都有可能失敗。李佩珊提醒，面對學生交異性朋友的界線沒有統一標準，重要的是回到老師的價值，不要訂違背心意的規定。當女孩已經坐到男孩大腿上，有開放討論習慣的班級，老師可以問：「有同學反映很多人喜歡在班上摟摟抱抱，他不舒服。我想知道大家對這件事的看法？」不習慣公開處理的老師，可以洞察到學生行為背後可能是因為想被注意與關愛，私下和他們聊，去理解他，表達自己的擔心。大體來說，說教和禁止的效益較低。討論，才會聽到彼此的聲音。

方法 2 讓孩子從生涯整體脈絡看見愛與性的選擇

接觸過許多國高中發生性行為個案的李佩珊認為，「我們的教育只教防線，卻沒有讓孩子看見整體生涯輪廓，導致他在選擇時訊息不足、盲目。」她曾帶著國中生編寫一個女生十五歲就懷孕的劇本。她提醒，課程進行時老師的態度必須是開放的，讓學生知道，老師「不覺得」十五歲懷孕不好，只是人生很多事是牽一髮動全身的。編寫劇本的過程，孩子就會想到未婚懷孕的法律責任，如何影響他的家庭與同儕關係、生涯規劃等。

方法 3 善用各種資源

大家熟知的是校園內的「輔導三級制」，跨班級的、可能出現傷害行為、問題不斷、需要個別協助的學生，都可以向輔導室求助。老師在輔導學生有困擾時，可以請教縣市內學生諮商中心或校內專業輔導人員；縣市衛生所護士或校內健康與體育老師可以和學生談保護身體、懷孕及墮胎對身體的傷害；公民老師則可以讓學生知道未成年性行為的法律責任。

方法 4 讓事件成為學習機會

即使再用心，孩子仍可能出狀況。但老師的用心，會讓孩子在事件中不只受到教訓，更有所學習。友緣基金會臨床部 SST 主任林淑茶舉曾處理的事件為例：雯雯被班上公認最帥的男生小齊告白，引起小真不滿，集結班上其他女生孤立雯雯。

三個孩子都必須學習。小齊必須學會，用更委婉的方式拒絕不喜歡的人：「我很欣賞你美術方面的才華，覺得你是很好的朋友，但我們還是當朋友就好。」取代不客氣的：「你以為你是誰！」帶小真看看自己的成長經驗中總是不被重視，看見自己沒有自信。讓她知道，老師理解你不是故意傷害人，你需要學會欣賞自己的好。而雯雯，在同理她的傷心與無辜後，幫助她從受害者角色脫離，看見小真的脆弱。如果她願意，鼓勵她主動和小真當朋友；另一方面，把她從被愛的成就感中拉回，去思考「我是真的喜歡小齊，或者只是喜歡被喜歡的感覺」？這樣才有機會在發展關係時，學會真正的尊重與了解。

三方向，教學生愛與關係

除了消極預防與處理孩子的感情問題，老師可以更積極的教孩子愛，探索自己對愛及感情的需求，看見自己在每一種關係裡的角色，去認識自己。在愛與關係的教導上，老師可以從三方向下手：

方向 1 教孩子了解自己

帶他探索想要的人生圖像、期待渴望的愛與關係、原生家庭的關係如何影響自己等。幫助孩子從不斷換伴侶一事看見，為什麼他那麼寂寞？那麼需要愛？他真的從「談戀愛」滿足生命需求了嗎？有沒有其他解決方式？這不只是感情問題，更是生命的探尋。唯有認識自己、自尊自重的孩子，能用適合的方式去發展關係追求愛。

方向 2 教孩子表達愛、在愛中學習

當你喜歡一個人，如何讓他知道？除了做愛還有什麼表達方式？在愛裡受了傷如何平復？失戀了如何正向思考？

李佩珊分享，關於愛的學習，涵蓋了知識、價值與技巧。在知識面，讓學生認識愛情三元素；愛包含了激情、親密與承諾。價值面，討論對我來說哪個重要？人生不同階段重要的東西可能不一樣。技巧面，如何表達喜歡？如何拒絕不喜歡的人？如何好聚好散？

方向 3 培養孩子解讀環境的能力

除了家庭與學校，孩子受到媒體的影響也很大，他們可能因此認為：女生就是要有「事業線」（胸部很大）、感情關係應該男主動女被動、熱烈被追求是件幸福的事等。

新北市積穗國中健康與體育教師，也是教育部性別平等教育輔導團成員的龍芝寧分享，健康教育中有一課「異性相處」，她帶學生從媒體現象分析什麼是健康的異性相處。偶像劇裡，拿鑽戒的一定是男生、女主角傻里傻氣的和男主角上了床後就愛上他了。她也給學生看兩支反差很大的影片：有個國小老師在公開場合向女老師求婚，轟轟烈烈得很讓人羨慕，但是三年後他們離婚了；美國有支短片，有個女生在紐約中央車站眾目睽睽下被求婚，可是她轉頭就走，她知道對方不是自己要的那個人。

愛與關係的教導是價值的影響與傳遞，很難歸納出重點教給孩子。有經驗的老師都提醒，教育過程老師的態度要溫暖、接納與理解；方法必須透過討論或體驗，只有從孩子口中說出的話，才可能形成他的價值觀。相關教材很多，影片、廣告片、流行歌、偶像劇，都是老師可善加利用的。

時代的確不同了。老師要做的，不是扭轉大環境，而是掌握更多資源，當你和孩子聊時，才會有比較好的裝備和方法。重要的是，改變想法，知道現狀不是不好，只是不同。相較於過去，孩子更懂尊重多元、以健康的方式和異性相處，也更有彈性。老師承擔教育的責任，也不要忘記向學生學習，保持彈性，才會有所成長。

認識自我，是人生的起點！~一位心理師給高中生的三個建議

生涯輔導

文/ 鋅鋇師拔麻(鋅鋇師拔麻的小小額葉養成手札)

最近看到一則令人心碎的新聞，一位女大生因就讀的科系不符合自身興趣，但家人仍希望她能完成學業，疑似因多重壓力下最終選擇結束生命...似乎每隔一段時間，就會出現令人不忍的類似新聞。

「認識自我，是人生的起點！」

想起幾年前我曾經受邀到中南部的某間明星高中演講，對象是一群語文與數理資優班的新生，推薦我接下這場演講的老師，除了希望我能以臨床心理師的身份給予這群年輕孩子意見，同時，她知道我曾經是綠制服資優班的學生，也許較能以「過來人」的經驗、視角和孩子們暢談高中生活。演講前，校長進行了簡短的開場介紹，已記不得他完整說了哪些內容，唯獨幾句話讓我至今印象深刻，年約六十歲的校長拿起麥克風劈頭就說：「恭喜大家成為資優班的一份子，你們在坐的各位，未來有 XX 人會當上律師、有 XX 人會當醫師，所以你們要奮發向上、認真念書，為學校爭光！」

我在一旁努力壓抑自己驚訝、不置可否的表情，想著等會兒校長將麥克風遞給我後，該說些甚麼。正猶豫時，望見台下近百雙似懂非懂的眼神、眼底閃爍著屬於十來歲孩子專屬的熾熱光芒...我想有些話、有些重要價值必須讓孩子們知道！於是心一橫，抱著可能被列入黑名單、最後一次來到貴寶地的心情，緩緩地說：「抱歉，我這次要談的內容，可能會和校長的鼓勵有些落差！我想告訴你們的是，比起認真讀書、努力成為醫師律師，在高中階段有更值得追尋探索的事！這些經歷將成為你們一生中重要的養分。最後，你要負責的是自己的人生、不是學校的名聲！」說這話的同時，我彷彿感受到台下興奮的躁動耳語，還有後排老師們的傻眼詫異...當天的演講，我分享了三件高中生涯重要的事情：

1. 尋找自己熱愛的事

惟有找到內心深處最渴望、喜愛的事，這份熱忱才能讓你有持續不懈的動力精進前行，也才能讓你將壓力挫折視為挑戰，並從中獲得成就與滿足。尋找命定的熱忱並不容易，對某些人來說可能不是短短三五年內就可以尋求，但不論花多少時間，我認為都相當值得！「許多人終其一生都活在別人的期待中，從不知道自己要的是什麼？！」

2. 參加社團，發展人際關係

有些父母可能認為「高中生好好念書就好，玩什麼社團？參加社團，等上了大學再說！」事實上，高中時期的社團經驗對孩子能力與自信的養成，可能更甚於大學，且影響一生。在社團中，孩子試著自主學習、規劃活動、溝通協調、團隊合作、領導...等，這些能力都將成為他人生的重要基石。此外，社團經驗也能提供孩子更多自我探索與自我認識的機會！

3. 認識自己、自我探索

青少年是自我認同發展的關鍵時期，若孩子在此階段有足夠「自我探索、認識以及整合」的歷程，就會有較好的自我價值觀，更清楚自己人生方向；反之，一個不知道自己是誰的孩子，可能會常感人生無助徬徨。

「認識自我，是人生的起點！」

我建議，可以從內在的自我探問開始：「我的人格特質為何？我喜歡團體還是獨自一人？」、「我擅長什麼？我的興趣為何？」、「我與家人的關係？我的家庭氛圍如何？」、「我的價值觀為何？我在意何事？」

當天演講結束，聽著學生下課後嬉鬧輕鬆的笑聲，我也踩著輕省的步伐離開，雖然冒犯校長，可能是第一次也是最後一次踏入這間學校，但我知道自己無愧良心！出乎意料的是，約莫半年後，我再次收到這所明星高中的邀請，這次演講對象不再是資優班的學生，而是全校師生。雖然當時因為離開了台灣而婉拒邀請，但這訊息卻令人振奮不已！原來當天旁聽的老師們，也能認同我與學生們分享的訊息。

「身為父母與教育人員，我們都應該試著看見每個孩子獨特的天賦，不用爬樹的能力去評斷一條魚！」「教育的初衷，不是將孩子培養成符合大人期待的樣貌，而是幫助孩子認識自己、找到合適的場域，發光發熱！」

「你可以允許孩子做自己嗎？可以當工友，也可以當校長？我們真的允許孩子當自己嗎？」，這是李崇建在上千名國中老師面前，拋出的第一個問題。

孩子越來越難教，是這一代老師和家長共同的感慨。近年來不斷應邀為許多第一線教師演講，操作示範班級經營和師生互動模式的李崇建，在大型研習中，針對如何與青少年談心，做了深刻的分析。

教不好孩子 父母師長共同的焦慮

「如果有個學生跟你說，上課好無聊喔！我想要睡覺，此時老師如何就這個議題與他對話呢？請老師試著發展出 5 句以上的對話。」在教育現場，越來越多老師因為學生課堂上的反應或沒有反應，而覺得受傷，因為「教不好孩子」而產生自責、懷疑和憤怒。李崇建曾遇到過一位老師前來求助，就因為不管他再怎麼努力，班上的一個孩子始終無法被改變，老師竟困惑、失眠了一整年。

家長面對的親子溝通問題，也同樣困難。「請問你們還有在和孩子對話嗎？」李崇建在研習現場統計，父母在家最常與孩子說的話有：「功課做完了嗎？」「你怎麼又做錯了！」「你又忘記啦！」，但這些都不是真正的、豐富的對話，只能算是下指令與要求孩子聽命行事，因此往往只能在 5 句內結束，達不到親子溝通與情感交流的目的。

大人不妨自問，做為一個大人，你真的還有「興趣」與青少對話嗎？會不會大人想和孩子談的，只是在捍衛自己的價值觀與堅持，包含著既有的期待、命令和答案。而孩子從小聽到大，早已從過去如銅牆鐵壁的經驗中，學會了應對模式，了解到大人所謂的「關心」，往往夾帶著焦慮，而青少年不想要這樣的關心，因此兩代之間的談話，總是在 3、5 句之內匆匆結束。

三原則 有效打開溝通的門

如何開啟一道門，讓孩子願意和大人好好說話，而且這對話還能無限開展呢？

李崇建歸納出 3 大原則：

1. 肢體上保持平穩不搖晃，雙眼專注且平視孩子
2. 語態上維持穩定與一致，也就是不討好、不指責、不說教、不打岔
3. 速度放慢，談話中可善用停頓(至少 5 到 10 秒鐘)，為自己和孩子留有餘裕，去感受內在的真實情感，整個對話過程就會比較安然，令雙方都自在。

李崇建直指這一代父母老師的核心問題，「我們之所以不懂得如何和孩子談心，其實是因為我們連和自己談心都不會，所以先學著和自己談心吧！」，絕大多數大人欠缺對話的能力，是因為我們的父母也不曾和家中孩子有過「對話」，生活中不是說教就是忽略，因此這一代「失落的父母」，要重新學習的是，如何和小孩產生連結與互動。

受傷的大人 先照顧好自己

「我如果很愛孩子，我必得很愛自己」，李崇建提醒，當老師和父母覺得受傷了，「你如何照顧這個內在受傷的自己？」，不妨自問：「你是如何看待自己的？你允許自己挫敗嗎？你

能更看重自己努力的過程甚於結果嗎？」，如果大人因為孩子的表現無法滿足預期，而不停的在內心殺伐與自責，反而失去了與自己理性對話的空間，「你連自己的身心都照顧不好，如何談照顧孩子？」

在回答「你可以允許孩子做自己嗎？」這個問題前，也不妨先自問：「你可以允許自己做自己嗎？」如果你自己都不能和自己談心、不能允許自己做自己，此時該優先解決的是自身的問題。李崇建希望父母和老師，將自己過往不被允許的情緒釋放出來，包括恐懼、委屈、挫折種種，避免再將這樣的情緒投射在孩子身上，就讓孩子做自己。

忙碌的大人們，試著每天至少撥出 5 分鐘，和自己談心，也和孩子談心。擺脫日常性瑣碎的问候，也別只是被動等候孩子來找你說，每天試著從一句話切入，找出可以「穿針引線」的梗來引導，有意識的帶入感受性對話。別急著解決問題，不給期待、命令或答案。不論孩子幾歲，從現在起就試著，創造出一個和諧而平等的對話環境吧！

連繫(重大違規、特殊需求、一般)學生家長調查表

填表人身份：

導師 姓名：_____ 班級：_____

專任教師 姓名：_____

教官 姓名：_____

行政人員 姓名：_____

項 目		人 次				
		9 月份	10 月份	11 月份	12 月份	1 月份
1. 確認重大違規事件或特殊行為的學生，通知其家長或監護人(或實際照顧者)。						
2. 提供家長家庭教育諮商或輔導。	以電話進行。					
	運用通訊方式提供改善之建議。					
	提供相關之書面或視聽資料。					
	至重大違規事件或特殊行為學生家中進行家庭訪問。					
	至一般學生家中進行家庭訪問。					
	邀請家長到校晤談					

※依高級中等以下學校提供家庭教育諮商或輔導辦法第六條：

高級中等以下學校於發現有重大違規事件或特殊行為學生時，應即通知其家長或監護人及實際照顧學生之人，並依其違規情節輕重，以下列方式提供家庭教育諮商或輔導：1. 以電話進行家庭教育諮商或輔導。2. 運用通訊方式提供改善之建議。3. 提供相關之書面或視聽資料。4. 至學生家中進行家庭訪問。5. 由學生家長或監護人及實際照顧學生之人參加學校提供之家庭教育諮商或輔導課程。6. 其他適當方式

※依高級中等以下學校提供家庭教育諮商或輔導辦法第八條：

高級中等以下學校應將有重大違規事件或特殊行為學生資料建檔，記錄並追蹤其家長或監護人及實際照顧學生之人接受家庭教育諮商或輔導情形，檔案資料應妥善保管並保密。

※本表若有疑問請與輔導處聯繫，並於期末交回輔導處。