



新北市三重區永福國民小學

永福人輔導期刊

98

輔導刊物 第九十八期

發行人／謝正平

主編／王義成

顧問／鄭博元·丁秋燕·朱桂芳

執行編輯／賴秀君·林婉婷·黃美英

劉雅玲·劉錦蓉

發刊者／新北市三重區永福國小

網址／<http://www.yfes.ntpc.edu.tw>

發刊日期／民國106年11月

本·期·主·題

永福動健康



第19屆 愛在畫中得獎作品／406蔡沐辰 同學

永·福·願·景

寬了視野看性別
(第4~5版)

尊重

大家作伙來運動
(第10~11版)

活力

給老師的獎狀
(第6~7版)

創意

教育新觀點
(第12~13版)

有夢

愛的生存遊戲 (第2~3版)
面對分離焦慮，我們有對策 (第8~9版)

自信

愛的生存遊戲

引導孩子做對的選擇、遠離危險!

◎生教組長 涂正嵐

孩子每天上下學，爸爸媽媽總是有安全上的顧慮。尤其經常在新聞中出現的隨機擄人、性侵事件，或是時有耳聞的同儕霸凌事件，聽在爸爸媽媽耳裡，都是非常沉重的痛！

教孩子懂得保護自己是父母對孩子永遠的期待。孩子就像一張白紙，如果能夠藉由繪本、書籍，預先學習正確的安全知識，讓孩子擁有保護自己的能力和知識，相信對於孩子的成長與生活安全，會更有幫助喔！

你做過安全意識大考驗了嗎？快來看看你的安全觀念正不正確？(O/X)

- 01 因為學童受性侵害、性騷擾案件主要的加害者是陌生人，因此孩子要特別注意舉止怪異的人。()
- 02 學校防範不明人士入侵威脅，最有效的方法就是裝設電子圍籬和雇用專業的保全人員。()
- 03 地震發生時，要躲在活命三角（黃金三角）才有機會生還。()
- 04 考慮學童的受教權和身體健康風險，各類災害的避難疏散演練，遇到下雨或天氣太熱都應該暫停實施，改到天氣適合的時候再進行。()
- 05 學校要求填寫家庭防災卡，寫上家長的緊急聯絡電話還有孩子特殊的生理、心理與過敏狀況，但是過於細節的資訊違反個人資料保護法，家長應該拒絕透露。()
- 06 只要孩子在學校發生意外事故，學生投保的平安保險和教育部投保的校園公共意外責任險都能理賠。()
- 07 在家中最容易發生的意外傷害的地方是廚房。()
- 08 地震發生時，為了避免災害且順利逃生，應該先開門、關燈、關閉火源然後才就地避難。()
- 09 火災發生時，遇到濃煙要用濕毛巾或濕手帕掩住口鼻，蹲低姿勢通過濃煙往戶外逃生。()
- 10 若有陌生人入侵校園，學校的首要之務是將他驅離校園。()
- 11 騎機車或電動機車接送孩子時，因孩子還小，只要戴上安全帽，站在腳踏板或機車前座也很安全。()
- 12 若家長臨時無法在正常下課時間或約定時間接孩子回家，可請孩子留在校內等待，比讓孩子到附近的安心店家更安全。()
- 13 因為孩子還小，個人判斷力和行動力不足，我們應該告訴孩子：「在搭乘大眾運輸工具或在公共場所發生火災或其他意外狀況時，隨著人群行動就可以確保安全。」()
- 14 當孩子被同學邀請到社區的球場打球玩耍或練習直排輪等活動，因為怕孩子接觸到不良少年，又很難建立一致的判斷原則，所以還是一律禁止比較好，這樣最安全。()
- 15 手機在收訊良好或於沒有訊號時撥打112都可以接通。因此無論發生什麼意外，用手機撥打112報案，這樣最保險。()

【答案在文章的最後】

02
自信

愛的生存遊戲



BANG!!



答對5題以下：你是「驚世父母」！

小心！你對兒童安全的認知有不少錯誤，千萬不要傳遞錯誤訊息給孩子！

答對6-10題：你是「樂觀父母」！

不錯喔！你對安全教育已有一定程度了解，但對於一些重要觀念仍有進步空間！

答對11題以上：你是「安全父母」！

恭喜你！在兒童安全方面擁有正確觀念。

以下推薦幾本書，提供家長們在陪伴孩子成長上觀念的澄清及升級：



書中貼心的運用漫畫的方式，把情境畫出來給孩子看，讓孩子知道原來這些說法都是不可信任的，也教孩子運用正確的「絕招」來「擊退」壞人喔！



每個人的身體都是非常珍貴的，一定要好好保護。為了避免受到傷害，這本書教孩子鼓起勇氣，學會保護自己，讓自己避免受到性侵害和家暴。



這本書很特別，除了教孩子怎麼面對被欺負或朋友被欺負的狀況之外，若是孩子本身就是霸凌的加害人呢？這個問題也很值得我們想一想。



如果希望孩子到青少年時期都能建立自我保護意識，強力推薦家長這本升級版書籍。書中呈現常發生在你我身邊的安全危機情境，大人小孩可以一起思考，如何免於危險侵襲。

親子也可以透過新聞事件，深入探討和思辯，從日常對話建立孩子的安全意識。不管面對陌生人、熟人或網友……絕對不可掉以輕心！

【正確答案】1-15題全部是『X』，想了解為什麼？請上校網『永福快報』搜尋正確解答！（<http://www.yfes.ntpc.edu.tw>）



03
自信

愛的生存遊戲

寬了視野看性別

—尊重與包容每一個個體的差異性

◎專輔老師 劉佳綾

《灰王子》看性別

本學期五年級班級輔導課程中，透過繪本《灰王子》向學生介紹性別刻板印象的觀念。有別於一般常見的灰姑娘故事，這個故事顛覆的不只是王子外在的形象，還有傳統王子高高在上，什麼事都不需要自己動手的印象。灰王子，滿臉雀斑、瘦小且害羞，沒有英俊的臉蛋，沒有挺拔的體格，沒有高壯的白馬或拉風的敞篷車，還窩在廚房料理三餐、打掃和洗衣服。

作者派了一隻貓陪伴灰王子，更削弱了他傳統男性英勇的形象。可愛的班妮公主，不但束起馬尾，穿上豹紋褲裝和平底鞋，擺脫以往長髮飄逸、穿著長裙和高跟鞋的溫柔女性形象，並展現出女人果決幹練的一面。不似以往被建構出來童話故事裡的公主，被動等待王子的追求，班妮公主總是主動出擊，積極尋找生命中的幸福，將機會握在自己手中。

敘述故事的過程中，學生們直覺的聯想到這就是灰姑娘的翻版，只是男女的身份、經歷的事件對調了，並且感覺相當不可思議與難以置信，也許這就是我們被性別角色印象給框架住了，綁住的是我們的想法觀念。故事的結束除了笑聲外，霎那間的寂靜，好像是預告著性別的認識與認同，重新自記憶中被提取出來探索。

性別刻板印象是什麼？

性別刻板印象又稱為性別偏見，是人們對男性或是女性角色特徵的固有印象，表達了對性別角色的期待。人們在對性別的教導與理解當中，會習慣性地去找共同特徵，以縮短與簡化認知，除了生理特徵外，可以讓自己相信這是男性或這是女性。

生活中我們如果聽到了以下詞句，就是代表著用性別刻板印象來評價某個男性或女性，像是：「他這樣很不像男生」、「女生應該要文靜，這麼躁動太難看了！」、「女生玩洋娃娃、男生玩機器人」、「男生要剛強，女生是柔弱」其實，世界各地都普遍存在著性別刻板印象，像是東方文化的「男強女弱」，或是日本的俗語「男人是棵樹、女人是根藤。」都反映出類似性別的期待與刻板印象，而且很多都表現出男性優於女性的思想。美國心理學家羅森克朗茲與其相關研究人員曾對美國人的性別刻板印象做過調查，結果顯示人們一致認為屬於男性特徵的特質為：攻擊性、主動、獨立性、競爭心強等；屬於女性特徵的特質為：喜歡聊天、害羞、文靜、對安全感有強烈需要、善於表達等。



影響性別刻板印象的因素

兒童早期性別社會化最早也是最重要的因素是家庭，特別是父母的影響。父母會自覺或不自覺地將成人世界的性別規則傳遞給兒童，並塑造其子女的外顯行為使之符合社會規範的要求。

性別刻板印象並不是生理性別的結果，而是社會化的結果。學校的教育或是同儕之間的互相觀摩學習，也是促成了男生之所以成為男生；女生要怎樣扮演好女生的後天養成。

告別性別刻板印象

1. 身教重於言教，實際行為舉動影響著孩子看待性別
2. 尊重與包容每一個個體的差異性
3. 沒有哪一個性別應該具有什麼特質與職業選擇
4. 家長與老師適時給予孩子正確的性別平等觀念
5. 謹慎選擇傳播媒體，懂得中立角度看待性別

生活想一想時間

1. 注重外表是女生的專利嗎？

503 怡婷

男生也可以把自己打扮得很帥氣，不一定只有女生注重外表。

507 怡賢

注重外表不是女生的專利，我是男生，我也很注重外表。

509 宥淇

我覺得不管男生或女生都有自己的權利去注重外表。

510 文斌

不同的場合就要有不同的打扮，男生、女生都要注重外表，給人一個好的第一印象。

2. 男生對女生或女生對男生表達自己的感情，你覺得是很丟臉的一件事嗎？

510 欣庭

人們表達自己的感情是一件很自然的事，不是丟臉的事。

504 妍卉

向對方表達感情，才會讓對方知道你（妳）對他（她）的感覺，如果害怕被笑就裹足不前，那就太沒主見了。

508 凱崴

男生和女生互相分享內心的想法本來就可以，並不丟臉。

503 子晴

我覺得這不是丟臉，而是會有點不好意思，讓人手足無措。

給老師的獎狀

我們經常看到老師頒獎給學生，但是學生頒獎給老師卻是少有。永福國小的學生為了表達對老師們的感謝，用心完成了給老師的獎狀，除了親自頒獎給老師，也對老師獻上最真摯的謝意及祝福。



得獎人：林婉婷老師
 獎項名稱：春風化雨獎
 得獎原因：老師以無私的愛心、無私的付出，教導我們，讓我們學會做個有用的人。
 頒獎人：二年級 威諭



得獎人：黃美英老師
 獎項名稱：完美老師獎
 得獎原因：老師教我們知識、教我們怎麼交朋友，也教我們做人的道理，很謝謝老師，我愛您。
 頒獎人：二年級 玟秀



得獎人：蔡振源老師
 獎項名稱：威猛獎
 得獎原因：老師看起來像巨人，罵人時，全班都鴉雀無聲。他打拳擊時，很厲害，看起來真的好帥。
 頒獎人：三年級 士軒



得獎人：陳曉琪老師
 獎項名稱：笑容滿面獎
 得獎原因：曉琪老師每次幫我們上課都是笑嘻嘻的，而且老師的課都很有趣。
 頒獎人：三年級 彥勳



得獎人：周慧之老師
 獎項名稱：勤勞實作獎
 得獎原因：老師很勤勞的在改作業，改得又快又好。老師有一點點潔癖，只要看到地上有垃圾，就會主動把垃圾撿起來，老師以身作則，給我們良好的示範。
 頒獎人：三年級 郁祐



得獎人：林俊佑老師
 獎項名稱：幽默風趣獎
 得獎原因：每次上體育課，俊佑老師都以好玩又好笑的方式講課。教我們做健康操時，老師的動作也十分有趣、幽默，讓我們全班哈哈大笑。
 頒獎人：四年級 郁晴



得獎人：錢菊芳老師
 獎項名稱：最佳老師獎
 得獎原因：菊芳老師很用心教著我們，從不生氣，常常鼓勵我們，幫我們加油。菊芳老師得獎是實至名歸。
 頒獎人：六年級 巧曼



得獎人：林佳蓉老師
 獎項名稱：優異獎
 得獎原因：因傳授知識，有教無類，因材施教的優異表現，被評為教師組優異獎得主。
 頒獎人：四年級 宜臻



得獎人：魏如苑老師
 獎項名稱：圖文並茂獎
 得獎原因：如苑老師教學生動活潑，以圖文並進的方式激發學生的興趣，因此特頒此獎，以茲鼓勵。
 頒獎人：二年級 蘭皓



得獎人：陳姿方老師
 獎項名稱：樂觀獎
 得獎原因：老師只要遇到阻礙，就會往好的一面想，尋求解決之道，秉持「失敗為成功之母」的想法，樂觀面對。
 頒獎人：四年級 承浩



得獎人：李麗卿老師
 獎項名稱：青春無敵獎
 得獎原因：雖然老師已經是大人了，但對我而言，老師就像一位大姐姐，不辭辛勞，循循善誘的指導同學，以獎勵代替懲罰，拉近了我們師生的距離。
 頒獎人：五年級 妤安



得獎人：廖淑華老師
 獎項名稱：努力獎
 得獎原因：淑華老師都會犧牲她的休息時間，來幫我們練習直笛，讓我們的直笛吹得越來越完美，很感謝老師那麼用心為我們做那麼多事，謝謝老師。
 頒獎人：五年級 宥荃



得獎人：翁志強老師
 獎項名稱：歡樂獎
 得獎原因：老師雖然外表看起來兇兇的，其實他人很好，上課都會講笑話，也會跟我們開玩笑，捉弄我們，我們也會整回去，那段時光非常歡樂。
 頒獎人：五年級 宜庭



得獎人：林潔英老師
 獎項名稱：刻苦耐勞獎
 得獎原因：感謝老師每天總是不辭辛勞的教導我們，為了管好全班秩序，連下課和午休都沒有好好休息，總是在座位上默默的改作業。為了讓六年二班更好，老師非常辛苦。
 頒獎人：六年級 鴻翰



得獎人：謝正平校長
 獎項名稱：光芒四射獎
 得獎原因：謝謝校長那麼努力的為永福國小付出，您辛苦了。您的熱情及笑容像太陽一樣散發著光芒，我們很幸運能有您這位校長，謝謝您。
 頒獎人：六年級 柏維



減輕分離焦慮

—我們有對策《家長篇》



學校每年九月在校園裡最常出現的畫面，就是孩子哭哭啼啼的拉扯著父母的衣袖，喊著：「不要走，不要走，我要爸爸/媽媽……」換了一個新環境、新班級及新老師，有些比較敏感的孩子，需要更多的時間來適應這樣的變化，不知大家是否曾經歷過這樣的場面？永福國小的家長們提供了自身的經驗及建議給大家做參考。

102家長 潘奕辰

今年剛上幼兒園的二寶，有一段時間是處於分離焦慮的狀況裡。我讓他帶著我們全家福的照片，告訴他如果想媽媽，可以看看照片。我陪他讀些相關繪本，如：《魔法親親》、《小阿力的大學校》等，都很適合減輕分離焦慮。循序漸進的跟他約法三章，去學校前，先跟他說媽媽會陪你走到教室，說再見前，會給孩子一個擁抱+魔法親親。接下來的幾天，可以視情況縮短陪走的時間。讓孩子感受上學是有趣的，媽媽期待他分享上學的趣事，鼓勵他對環境、師長多熟悉，也鼓勵他交朋友。



在我孩子開學前兩週每天都幫孩子心理建設，不斷告訴他國小生活和幼稚園生活不同，我先從調整時間做起，讓孩子有足夠的睡眠、足夠的時間吃早餐。假日帶小孩去她喜歡去的地方玩，每天告訴孩子上學交朋友、一起讀書、一起玩，是很開心的事。她現在適應良好，所以我覺得適度的跟孩子溝通，灌輸一些讀書的樂趣，孩子是能接收到的。

103家長 林佩君

陪伴孩子閱讀與上學相關的故事繪本，並了解自己是父母獨一無二的珍寶。早上一起愉快用餐，一起散步走到學校，送孩子進學校時給予擁抱和親吻，告訴孩子何時會來接她，讓孩子放心上學。我的女兒就是敏感型的孩子，我會陪孩子在校園四處逛逛，讓孩子熟悉校園，父母以身作則，說到做到，讓孩子安心。

110家長 傅惠其

我對於新生入學的看法及建議：

- 1.生活作息的調整：**如果孩子平常生活作息就不規律，家長要好好利用開學前協助調整，以避免開學之後，天天上演親子床戰災難片。幫助孩子重新設定「生理時鐘」就能改善賴床行為。舉例來說：如果開學前天天睡到九點，但開學後必須七點起床，那就需要一星期的時間來逐漸調整，第一天8:40起床、第二天8:20起床……以此類推。(源自林口長庚醫院睡眠中心臨床心理師吳家碩給家長的建議)
- 2.學校環境的適應：**小學和幼兒園的生活大不相同，家長可以在還沒開學這段期間，提前告知孩子會有這些的改變，讓孩子有心理準備之外，比較正面積極的態度是可以帶孩子參觀小學園區。舉例來說：讓孩子去上上蹲式廁所，嘗試感受一下不同上廁所的模式，這就是適應環境，目前的小學對外都有一定的開放時間，是可以好好利用的。

身為家長的我們，平常跟孩子多溝通，再配合上學校老師的專業教學，才能讓孩子成長在無憂無慮的學習空間裏。

210家長 黃俊誠

201家長 曾惠寶

做父母的多用心關注孩子心底的恐懼，同理孩子的情緒，給他足夠的安全感，陪伴著他了解喜愛及熟悉這個新環境，讓他知道進入校園，父母雖無法陪伴，但永遠支持他。有首歌詞寫著：「我會牽著你的手，但是路要自己走。」當父母給孩子足夠的愛，他內心充滿著安全感時，這段獨立的過程，父母的放手對孩子而言也是一種學習與成長。

平時可透過遊戲演練分離情景，並且練習說BYE BYE，分離時間由短逐步拉長，慢慢延長至媽媽可能離開一個早上的時間，讓孩子提早習慣及適應分離。

207家長 李欣莞



家長多一份心，孩子就感受得到你的愛與關懷，更能有勇氣面對未知的事物。

08
自信

面對分離焦慮，我們有對策

減輕分離焦慮

—我們有對策《老師篇》



◎兼輔老師 廖淑華

家中的老三，今年9月進幼稚園了，當天只見他擺好物品後，說聲「媽媽再見」，就頭也不回的跟著老師進教室。看到如此淡定的老三，不禁想起兩年前，雙胞胎姐姐剛入園時的情景。開學前一周，在家的作息已盡量與幼稚園同步，並努力培養生活自理能力……。

一開學，好奇心強的老大適應狀況良好，很快就找到朋友一起玩，個性敏感的老二，當媽媽陪在身邊時情緒還算穩定，但媽媽要離開時，她就會哭鬧不休、拉著媽媽衣服，經過老師安撫或被好玩的事吸引，情緒才會逐漸平靜，但這樣的情形持續了二個多星期。

爸爸偶爾會隔著窗戶觀察孩子的狀況，老二注意到父母的存在，情緒又開始起伏不定。後來妹妹的不安甚至影響到適應良好的老大。一個月後的某一天，老師說雙胞胎抱在一起哭。後來在老師的溝通下，早上入園時，我們會抱抱孩子，親親她們，約好放學後一定會來接，在孩子的書包裡放依戀物，玩具日可以帶喜歡的玩具陪伴，並適時給予正向鼓勵與獎勵，慢慢的，妹妹也逐漸適應幼稚園生活。

分離焦慮是一種正常的情緒抒發，當孩子離開親近的人，進入一個陌生環境，多少會有些情緒反應，只是情緒反應的強度不同。對孩子來說，進幼稚園、入小學、甚至放完長假恢復上學，都有可能引發分離焦慮，在此分享一些做法，讓家長在孩子入學階段時幫助他適應新環境。

- 1.讓孩子提早熟悉環境：**在開學前利用時間帶孩子到校園走走，跟孩子說：這是你以後要上學的地方，讓孩子逐漸熟悉環境。也可以在放學時，帶孩子看看放學路隊，都沒有小朋友在哭，這個環境是安全愉快的。
- 2.約定的時間要遵守：**送孩子上學後，要和孩子說再見，不要偷偷的溜走，並與孩子約定好放學接送的時間，且確實遵守約定，孩子才會產生信任感，知道爸爸、媽媽下班後一定會來接他。
- 3.適時的鼓勵與獎勵：**剛開始，可以跟孩子約定，下課後帶他去公園玩，或是讓他吃喜歡的東西，讓孩子對課後結束有期待，減少分離焦慮，並給予口頭讚美：「今天的表現很棒！」、「今天比昨天進步！」
- 4.父母要有穩定的情緒：**有時孩子的焦慮是來自家長的焦慮或不放心，家長要對孩子有信心，不要在孩子上學時露出捨不得的情緒，才能安定孩子的心。

此外，可以請老師多安排活動，讓孩子盡快熟悉老師與同學，減輕孩子的焦慮感。坊間也有一些針對上學的繪本，可以找來閱讀，幫助孩子度過。



09
自信

面對分離焦慮，我們有對策

推動SH150方案

大家伙來運動

◎體育組長 林淑暖

運動的益處除了塑造肌肉和調節心肺機能之外，運動也能塑造和調節自己大腦的運作機制，但須持之以恆，若僅由體育課發展運動技能、提升體適能與培養運動習慣是不夠的。永福國小去年的學生體適能四項檢測通過率達83%，但孩子們的體位有30.19%體重過重及肥胖、8.78%體重過輕，為培育學生運動知能，激發學生運動動機與興趣，養成規律運動習慣，奠定終身參與身體活動的能力與態度，我們安排學生在校期間除體育課程時數外，每日參與體育活動之時間，每週能達150分鐘以上，希望由晨間、課間、空白課程及課後時間增加身體活動，透過大家伙來運動，期能帶給學生活力、健康與智慧。

永福的健康幸福SH150

SH150方案，S代表Sports，H代表Health，為了達成讓學生運動的目標，永福國小成立了推動SH150小組，擬定了一系列的推行計畫，期能達成學生運動，強身健腦的效用，下是活動說明：

活動規畫及實施內容：

活動名稱	活動內容						
01 操場跑走	1. 規劃週三晨間時間，每次二個學年(分兩梯次)輪流到操場跑走，鼓勵學生參與運動。 2. 鼓勵老師利用晨間時間帶學生至操場實施跑走運動。						
02 辦理下課玩運動(年級運動主題)	鼓勵學生利用下課時間「玩運動」，提供多元的體育器材給學生使用，下課按低、中、高年級安排不同運動主題器材借用，提供學生下課有更多樣性體育活動選擇。						
主題器材	<table border="1"> <thead> <tr> <th>一、二年級</th> <th>三、四年級</th> <th>五、六年級</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>小皮球 呼拉圈 跳繩</td> <td>跳繩 躲避球 飛盤</td> <td>籃球 躲避球 飛盤</td> </tr> </tbody> </table>	一、二年級	三、四年級	五、六年級	小皮球 呼拉圈 跳繩	跳繩 躲避球 飛盤	籃球 躲避球 飛盤
一、二年級	三、四年級	五、六年級					
小皮球 呼拉圈 跳繩	跳繩 躲避球 飛盤	籃球 躲避球 飛盤					



班級大隊接力



全校健身操活動 固定每週二、四實施全校健身操活動，培養學生良好運動習慣。 03

辦理普及化運動 辦理普及化運動校內預賽(如1-4年級新式健身操、3-6年級班際大隊接力、1-6年級跳繩、飛盤等體育學年競賽)。 04

多元化活動項目 1. 結合99國民體育日辦理體育活動。
2. 辦理學校體育日活動(運動賽會)。 05

開辦多元運動社團 增加多樣化課後運動社團(跆拳道、足球、籃球、直排輪、輪板、兒童舞蹈、手球、羽球、桌球等)。 06



大跑步-樂跑計畫 1. 鼓勵1-6年級學生上網登錄跑步運動里程數(體育健康護照)。
2. 定期公告5-6年級班級跑步里程累計統計表。
3. 學期末進行頒獎(各年級累積里程數最多的前五名班級)。 07



106年新北城市盃全國田徑公開賽

游泳高手 配合教育局補助款，安排應屆畢業班學生至少實施游泳教學3節課，增進體能，提升學生游泳與自救能力。 08



游泳課程教學

假日愛運動 班級導師自主規定假日運動項目。 09

適度運動可調節大腦進入最佳運作狀態，並強化專注力，讓學習效果更好。運動好處多，營造幸福快樂的人生，就請大家先來動一動吧！



水域安全宣導



學生練習跳健康操



球類運動練習



10 活力

大家伙來運動



11 活力

大家伙來運動

屬於未來的孩子， 我們可以怎麼教？

◎註冊組長 林純青

愛因斯坦曾說：「每個人都是天才，但如果你叫一條魚去爬樹，他將一輩子認為自己是個笨蛋。」現代教育制度，不僅僅要魚爬樹而且還要他參加長跑比賽，想想看現在的孩子有多少成了那條魚。

傳統的教育制度把孩子變成讀書機器，過去的學校是為了訓練人們進入工廠而設立的，所以為何需要讓學生一排排地整齊入座，讓他們安靜坐好舉手發言，灌輸他們包裝好統一制式的知識，為的是進入社會後可以分類哪些產品是A級？哪些是B級？

過去從工業1.0發展至現在的工業4.0，至少200年過去了，未來的時代已經不需要培養大量的工人，根據牛津大學研究報導，未來20年有47%現存的工作即將消失，且65%尚未被發明，隨著網路的普及與人工智慧不斷的發展，加速未來改革的速度，就如同50年代一天顧店8小時的雜貨店老闆，又怎麼能預知未來網路的虛擬商店是24小時開張、客戶能來自世界各地，網路購物的便利性已占國人每月的消費型態17.8%，傳統雜貨店逐日被取代，還有多少工作即將消失呢？我們能用舊有的思維去教屬於未來的孩子嗎？

父母要引導孩子學什麼、怎麼學，才能夠迎向充滿不確定的未來世界？排滿的才藝課？背熟數學公式？寫出標準答案、考試100分？這些似乎連現在社會都派不上用場，又如何讓孩子儲備能力面對未來。

科技不斷在顛覆未來學習的樣貌，知識也不斷的翻轉更新，從前知識的主要來源是教師及書本，現在彈指之間就能漫遊網路世界，輕易獲得，所以教育更重要的是培養孩子具備未來需要的核心能力，是指一個人在適應現代生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度，在思考上具有創意、新意、批判性、獨立性，能夠創造與世界需求連結的人才，這正是即將實行的十二年國教課綱中所強調的一學習不宜以學科知識及技能為限，而應關注學習與生活的結合，透過實踐力行而彰顯學習者的全人發展。最理想的狀況是我們教出來的孩子對自己有所期許、有熱情，認為「我是可以改變世界的人」。



教室中的未來教育

	傳統教育	未來教育
主體	老師：知識單向傳授 學生：被動接收者	老師：引導學習的教練 學生：自主學習者
學習內容	• 特定教科書 • 片段的死知識	• 知識無所不在 • 統整的系統知識、與生活經驗相關、能用於解決實際問題
學習方法	背誦抄寫	自學、共學、思考、表達、討論、小組合作
學習程度	無差異教學	視學生個別特性給予適當教育
同儕關係	各自學習	共同學習，強調討論、分享、合作，同時兼顧個別學習
資通訊設備	一間教室一台電腦	共用多種可上網3C工具，達成個別學習、即時追蹤回饋目的

表格內容節錄自《未來famil》第24期



老師，我覺得好不公平

◎輔導組長 顏嘉慧

學校的永福人信箱收到一封學生的來信，內容是這樣的：

「老師您好，有件事我感到很困擾，我的班級導師會在班上開玩笑，卻規定同學不能開玩笑；老師會用下課時間要求同學打掃，或是不讓同學下課。我不喜歡老師這樣，可是我不知道該怎麼辦？」



收到同學的來信，老師覺得很開心，你願意和老師分享心裡的疑惑，老師覺得這是解決問題很好的第一步。你愈願意說出自己心裡的煩惱，愈願意找人傾訴，就愈有機會與能力解決煩惱。其次，老師認為你是個很有勇氣的孩子，你能夠把心裡對老師的不滿表達出來；也很注重自己和同學下課的權益，你認為老師禁止同學下課、剝奪學生下課權益是不對的；你也很重視公平性，認為既然老師可以開玩笑，為什麼同學就不能開玩笑？

狀況分析

老師認為勇敢、重視自己權益和注重公平的你，未來一定是個有前途、相當有成就的人，只是在目前小學階段，就像你無法選擇自己的父母和家庭，你也無法選擇你想要的班級導師與科任老師；你現階段可以做的是：盡可能讓自己適應環境、適應班級的老師。一個人「適應環境」的能力是很重要的。我想學校老師的帶班方式、教學技巧，甚至處罰的手段的改變，如：老師在上課時開玩笑，或許是希望能夠吸引學生的注意、讓課堂進行不枯燥、更加有趣；老師利用下課時間要求學生打掃，是不是教室的環境不夠整潔，老師希望班上的全體同學能夠更加留意教室的環境？剝奪同學的下課時間，會不會是希望學生記得整潔的重要，避免教室環境更加髒亂？



14
有夢

校園狀況劇



你可以這麼做

針對你提出的困擾，老師提出以下三個祕訣，希望可以幫助你度過這個難關。

祕訣：1.互相理解 2.轉換想法 3.發掘生活中的快樂

1.互相理解

心裡不公平的感覺真的很難受，想要讓老師知道，又害怕造成老師對自己的成見。到底該怎麼做才好呢？建議你可以透過小日記、聯絡簿的心情留言板，或是寫張紙條，傳達你心裡的想法，找個機會和老師好好談談，讓老師知道你為什麼覺得老師不公平、生氣老師讓同學不能下課，讓老師也有機會表達他心中的想法。或許這樣的談話結束後，你會察覺老師並不是討厭同學，所以讓同學不能下課；老師並不是自己愛開玩笑，卻不讓同學開玩笑，是因為同學有時無心的玩笑，可能造成另一位同學心理受傷，甚至造成實際上身體的傷害，這些確實都有案例可循，就像五年級的健康與體育課本中曾提到某位同學的玩笑，造成另一位同學摔下樓梯，導致全身癱瘓……。老師猜想你一定也不希望發生這樣的悲劇。老師禁止同學開玩笑，會不會也是同樣的考量呢？透過這個方式，傳達給老師你內心的想法與感受，也讓老師表達他這樣做的理由是甚麼。

2.轉換想法

求學的路途還很長，你會遇到各式各樣的老師，有的老師幽默風趣、處事有彈性；有的老師一板一眼、不苟言笑；你無法選擇遇到的老師類型，因此老師會建議你凡事往光明面想，遇到事情或困難時，換個角度想，會讓你的學校生活更順利。如果能換個想法，心情可能就會大不相同。如認為老師的管教是：「老師在提醒我整潔的重要」、「老師希望我改掉某個不好的行為」、「老師上課一天也累了」，老師是在盡他身為老師的職責，要試著想想老師說的事情有沒有道理，並學習承擔自己犯下的錯並改過，努力讓自己變得愈來愈好。

人和人相處是會互相影響的，你的行為也會影響教師的態度。在班級中，除了把自己份內的事做好，如果能主動幫老師的忙、多關心老師，老師一定會對你改觀，對待你的態度也將有所不同，你願意嘗試看看嗎？

3.發掘生活中的快樂

愛爾蘭作家王爾德曾說：「優秀的人不見得快樂；快樂的人一定優秀。」能夠感受到快樂是一個很重要的特質，你有沒有注意到，快樂的人總是正向、積極，他們很少抱怨；他們將挫折、困難當作歷練；他們常懷抱夢想和希望。快樂的人不計較、不比較、常感恩、樂於溝通。由衷希望你能在學校生活中感受到快樂，不要只注意到讓自己感到生氣、不滿的事件，如果能愈常感受到快樂，你將離「優秀」不遠了！曾在網路上看到這句話：「微笑的眼睛，才能看見美麗的風景；簡單的心境，才能擁有快樂的心情。」老師祝福你的學校生活愈來愈快樂！

15
有夢

校園狀況劇

學習障礙 v.s. 智能障礙

◎特教老師 陳文蕙



學習障礙和智能障礙，都會在學業表現上出現落後的情形，但實際上差別很大。關於這兩者的不同，請看下表說明：



學習障礙		智能障礙
強弱項差別明顯：譬如語文能力和運算能力有落差、很會說但不太會書寫、自己看幾乎不會但稍微一聽人說就會……	課業表現	整體的理解及思考能力表現平均，不太會顯現太明顯的強弱項。對於步驟較多、較複雜的學習內容反應不過來。
針對孩子的弱項做調整與特殊教學，不要讓有障礙的部分，影響了孩子發展優勢能力的機會。	課業調整	依照智能障礙的程度，簡化、分解或重新統整課程，以基礎與實用為主。
大多數孩子表現與同學相同，若有行為問題，較可能是源自於課業上的受挫、生活中較少獲得成就感。	行為表現	遇到與平常不同的事情、突然改變的指令容易反應不過來而犯錯。連續聆聽數個指令之後，不容易一次就順利執行。

五星重點 ★★★★★

有障礙的孩子，比一般孩子更需要動力去維持學習，但現實中，他們卻更容易受到各種挫折。要求仍然是必須的，但記得符合孩子的實際能力；給予鼓勵、安撫他們發現自己落後而退縮或叛逆的心，除了可以讓他們快樂成長外，更可以增加學習上實際吸收的效果，比急著讓孩子趕上別人重要許多！

家長、導師或各科目的科任老師，都可以無後顧之憂的聯絡永福任何一位特教老師(多元學習1、2班)，共同討論、合作，對大人和孩子都是好事喔！

永福國小
第98期輔導期刊

有獎
徵答

SH150方案中的150是什麼意思？

閱讀完98期輔導期刊，哪一些版面讓你學到東西或者覺得最有收穫呢？快掃描QRcode，上網回答問題，即可參加有獎徵答活動唷！

活動至12/12(二)截止，要把握機會喔！

