

輔導、個案與班級經營——

以國立宜蘭技術學院五專生輔導個案為例

林栢東

國立宜蘭技術學院人文科學中心專任講師

摘要

本文僅就最直接的與學生接觸，所得到的一些實務狀況及處理的過程，以及個案發生時的個別考量和修正應變，尤其是與e世代的年輕學子們的對談，也有些因腦力激盪所引出的一些值得記述的內容。另外，在輔導五專低年級學生時，學生們在週記中所提出的各種千奇百怪的狀況，要求導師協助或解惑的事例，較有啟示和教育意義的『問』與『答』，也將在本文中專章節引，以一窺這些由國中生「突然變成」大專生，且多數係第一次離鄉背井遠離父母獨自生活的大孩子們，所面臨的疑惑及調適的問題，其情境亦可謂是五花八門不一而足。

關鍵詞：輔導、個案、e世代、問與答、疑惑與調適

Guidance, Individual Case and Class Operation——Example for guided the students in junior college of National I-lan Institute of Technology

Lin Po-tung

Humanities and Science Education Center
National I-lan Institute of Technology

ABSTRACT

This article sets its attention on the actual condition and processing from the author who contacted his students. The author obtained some content about individual cases and talked about e-generation's student worth to keep in mind. In addition, when the author guided the students in junior college, they raised many fantastic questions from their weekly note, and requested the author to help. Thus, this article excerpted some "question and ask" from the student's weekly note, to observe these students from middle school to junior college. Suddenly, moreover, most students stay far away from home for the first time, so they must face to many questions about doubt and adjustment. Their situations were so-called "rich in variety".

Key words : Guidance, individual case, e-generation, question and ask, doubt and adjustment

一、前言

從 1990 年到本校以來，已擔任班級導師的工作超過十年，其中曾遇到一些蠻特殊的個案，也從中學習到不少心得，為了輔導學生，除了過去在大學裡修過的六個心理學的學分以外，就是參加學校專為導師舉辦的訓練課程，另外也讀過張春興、楊國樞、鄭石岩等幾位教授的幾本有關心理及輔導方面的書籍，加上大學時代的思想史老師王邦雄教授的教誨基礎，使筆者認為有必要把這十年來，輔導學生的心得寫成報告，希作為一個記錄和交代，也供先進碩學能不吝提出專業的指教，裨筆者往後之參照與改進。另外，本文參考文獻所列，有些雖非直接引用，但在筆者輔導學生的過程中都經常翻閱參考，對於一位非「輔導」專業者建構「輔導」的教育概念，助益頗大。尤其筆者所輔導的對象大多為初次離鄉背井、遠離親人獨自生活的五專新生，¹基本上還有相當的可塑性，在輔導過程中發現這個階段如果導師能投注多一點心力於個別輔導與班級經營，這個班級的整體表現會朝較令人滿意的方向發展，而學生成熟度也較高，並且班上風氣比較「和諧安定」，學生氣質的轉變明顯比較好。

二、研究方法

本文以自然觀察法(method of naturalistic observation)²，在自然的情況下觀察個別學生及全班學生的成長及適應狀況，並將與學生互動與對談的經驗與心得彙整紀錄，發現問題則請教專家或從專書中尋求協助，最後再把資料整合驗證，在實務上調整因應。

三、研究目的

本文旨在突顯導師對於導生，尤其是對於像五專低年級這種學生，適度輔導對他們可能的深遠影響；另外提供一些與 e 世代青年學生第一類的接觸的經

驗，裨如何取得他們的廣泛接納與信任的心得分享。其次，彰顯從人性的觀點出發「預防重於治療」，對於學生以「愛的教育」為出發點，但適度的約束、管教與正確或適切觀念的啟迪，絕對是必要的；尤其在學生剛入校初期的「黃金時間」用心引導，循循善誘的「效用」特別值得肯定；班級風氣的養成在上述黃金時間，也是個關鍵期。對於行為及觀念偏差的「特殊學生」³，更必須在其於班上產生「發酵」作用前，施以適切的輔導，使其負面影響降至最低。最後，本文也是筆者在教育的「最前線」從教十餘年的部分教育理念的經驗呈現；雖然缺乏足夠的理論論述，但是對於關切台灣教育者，當能提供一些第一手參酌資料。

四、個人輔導的理念與風格

所謂「不以規矩不能成方圓」，在每次接到一年級新生，⁴第一次全班談話，下面是筆者一向的主要言談內容：

這裡是一個文明的殿堂，絕對不允許有動物性野蠻的行為，任何同學間的不愉快問題，都必須用文明的方式解決，不管你以前在國中時代怎麼樣，到了這裡就得遵守這裡的規定；在這裡的每一位師長都將以「你的行為表現」，作為用來衡量如何對待你的標準及態度！⁵如果你的行為舉止是個大專生，師長們就會以對待大學生的方式來對待你們；如果你的行為還是個國中生，那麼師長們也將以對待國中生的方法對待各位！而你們的導師我就是要帶領各位成為一位堂堂正正的大專生。同學是要一同學習、共同討論，有緣成為同窗也有可能成為將來事業上的夥伴，或是一輩子的好朋友；⁶學生是在學習獨立生活，大專院校是座寶山，每一位師長及圖書館都是寶庫，同學們入了寶山千萬不要空手而歸，要做一個最稱職的礦工；這是個全方位的自動學習環境，到課堂不是像去餐廳空著肚子一樣空著腦袋去，一定要有所準備；所謂「學問！學問！多學多問！多學問！」⁷另外，先學會照顧自己！把自己照顧好就是體恤親心，也是大專學生的第一課，學會保管好自己的財物，是獨立成熟的表現。⁸「後生可畏」是指各位潛藏著無窮的可能，同學們要把在這裡的每一天，當作人生中最珍貴的歲月，年輕的生命是所謂的黃金歲月，⁹一天是一個金幣，出了7-11便利商店都知道付了十元就拿「等值的商品」離開，每天付出一元「生命中的

金幣」，每晚躺上床時，也一定要檢視一下自己今天可有「買」到甚麼回來？人們不用算命，只要統計一下每天自己「買」了甚麼回來，就可以大抵知道自已的未來了。古希臘三大哲人之一的柏拉圖(Plato)曾經說過：「缺乏自我檢討的人生是不值得活的。」¹⁰ 曾子也說：「吾日三省吾身！」¹¹ 你們至少要在睡前「吾日一省吾身！」而且永遠不要對自己說：「If I were a freshman again」！

除了上述的正式談話以外，一般儘可能以朋友的立場與學生們互動，多傾聽他們的述說，¹² 並幫助他們儘早瞭解自己所可能將面對的學習環境，以減輕他們因陌生所產生的焦慮(anxious)¹³，並鼓勵他們擅用學校及周遭的學習資源，也可以適度參與社團活動。對於極少數的特殊學生，以個案輔導方式，但儘可能用常態性安排，使之不至於感覺自己的「特殊」¹⁴。下面先以一個特殊個案來做說明：

在 1993 年擔任本校五專某科新生導師，班上有一位頗特殊的學生 CH××，看起來不像班上其他同學一樣，剛從國中畢業嫩嫩的，他有些老油條，而且也一直表現出「想當老大」的樣子，是在台北地區某工專被退學再重考進入本校的學生，他在《自傳》裡洋洋灑灑的寫滿過去的種種「豐功偉業」，直到自己何以被退學，最後在空白處大拉拉地寫了『老師！你怕了嗎？』幾個放大了十幾倍的字。頗有挑釁和警告的意味，這個學生後來唸到七年級才畢業，後來還特別來選了筆者的歷史課，而且表現不錯。該生平時在很遠看到筆者就一定主動打招呼，這在今天的校園恐怕也是個異數。先回去談談筆者是如何取得這位學生的信任，使他願意告訴筆者，他的很多想法及心聲，進而能夠「收服」並輔導他，適時提供一些幫助及建議。首先，筆者「找到」一個自然又適當的機會，告訴他「CH××同學，你比班上其他同學成熟很多！以老師個人長期擔任導師，帶過無數學生的經驗，和最近對你的觀察，相信你將來一定可以很有成就，因為你的頭腦很靈活！像你這麼聰明的人，有一個觀念你一定得千萬記住：不作無益害有益！老師信任你！也相信你一定可以成為將來社會上正面的力量。」從他的眼光中透露，他原本以為導師找他是要「警告」他：別亂來！否則——這位同學基本上是蠻機伶的，只是表現出來的行為稍嫌乖張不馴！適時的信任及肯定可以「誘發」其「榮譽心」¹⁵。筆者的積極而看似自然的作為，或許剛巧「敲」對了那一塊打開密室的「磚」；也或許是「離鄉背井」新環境，對他產生了一定的影響，加上筆者的綜合輔導，讓他覺得這是一個可以重新開

始的好機會、好環境。

這位學生固然在行事上和行為上，在一些老師的眼中有些乖張，甚至筆者還親自聽到有位老師說：「雖然我們是五專，但是 CH××同學恐怕一年就會『畢業』了！」但是這位學生終究是從本校「平安」畢業了！平時筆者對這個學生的輔導，是讓他知道老師一直很注意他，但他又不特別，每次遇到他，筆者一定問他最近有甚麼進步？然後親切的拍拍他的肩膀說：「加油！你總有一天會被刮目相看！」儘可能的鼓勵他，告訴他真正的強者不是血氣方剛，隨便動怒的人鐵定是個缺乏自信的懦夫！絕對成不了氣候！當然在與這位學生的互動過程中，也難免有過挫折，但是筆者發現類似這種學生，他們的內心深處極為空虛和脆弱，極需被他們所信任的人肯定和信任。¹⁶

再提一個完全不同的個案，這個學生因為第一次離家獨自到宜蘭來，非常「想家」，幾乎沒辦法靜下心來上課，甚至於想辦休學回家去，而且他告訴筆者，他幾乎沒辦法再承受「想家」的痛苦，他一定撐不下去！看他的眼神確實是鬱苦難耐，充滿了無助感(helplessness)。筆者先以同理心(empathy)告訴他，筆者是小學畢業就隻身從南投鹿谷到台中唸書，也曾跟他一樣想家，還曾經偷偷掉過眼淚！筆者勸他不要忍著不掉淚怕被笑，會想念家人是「正常」且重感情有血性的青年，不過這種情緒，對一個正常人來講，絕對不會維持太久！你很難長時間維持同一種情緒，而且保持相同的強度！筆者半打趣地安慰他「如果這種『思鄉』的『強度』，能維持一個月以上，以後返鄉的車資老師出！你一定會克服並增強心智及適應能力！」過不了多久，這個學生相信了上述的觀點！他開朗又有笑容了！學業也有不錯的表現。從這個案例中，筆者認為適度的關心及同理心，對一個脆弱的心靈有很大的慰撫作用。¹⁷

另外，對於完美主義又求好心切的學生，他們的心理壓力比一般學生大很多，如何讓他們放輕鬆，也需要一點方法或技巧。這樣的學生，從小來自家庭有意無意的暗示(hint)，常造成心理上及精神上難以負荷的壓力，如果他們的能力可以應付學習及環境的要求，大體上比較不會發生狀況，但是萬一無法應付又不肯認輸時，情況往往會變得異常難以控制；最糟糕的可能會在精神官能方面產生不可逆的失控(out of control)狀況，這在輔導上一定得與學生家長聯繫，並從家庭訪談上著手；當與家長見面時，從家長與孩子的互動已能知其梗概，在輔導導生的過程中有過幾個案例，學生已接近精神崩潰的邊緣，家長還在數落自己多麼辛苦，給孩子這麼好的環境，孩子還不能體諒，書也沒讀好又老給

自己「找麻煩」！這時筆者會「輔導」這個家長並告訴他：「與現代的小孩溝通，說話的時候，『語氣』比所說的『內容』更重要；『身教』比你的『闡論』更有效！」如果個案已非輔導能力所及，筆者會轉介輔導中心或請教一些專家，也曾經把對一位學生所觀察到的情況請教精神科的專科醫生，醫生建議請該學生的家長應快速尋求醫生專業的協助，免得後悔就太慢了，因為大部分的精神異狀都是壓力已到了「臨界邊緣」，在行為上的「臨床症狀」，萬一發病又抗拒正確治療，情況會快速惡化；很多家長都以為「小孩子」哪會有「精神疾病」？直到不得不面對時，不是為時已晚！就是已進入「不可逆的病況」，非常可惜。¹⁸

還有一位學生因父母鬧離婚，家庭經濟狀況又幾乎陷入「絕境」，讓他幾乎無法面對生活，在他主動尋求協助時，筆者問他：「平時父母親相處的情形？」他回答：「自從懂事以來，就常見父母爭吵！」有很多次吵完後，父親「失蹤」了好一陣子；母親一直哭，並向他說：「如果不是為了你們兄妹，早就跟『那沒良心的』離婚了！」真是沉重啊！世間男女總是『相愛容易，相處難！』如果「緣盡了」，離婚雖不是件「好事」，也不算是甚麼罪大惡極的「壞事」，如能『好聚好散』，「一對怨偶」拆夥，可能創造「兩對佳偶」也說不定，只是肯定的「孩子是無辜的」，但也不必然是「絕對不利於孩子」，因為吵吵鬧鬧的婚姻更不利於孩子的健康成長，尤其如果吵到反目成仇、兩敗俱傷才考慮離婚，那傷害將更大！雖然傳統道德觀『婚姻非兒戲，勸合不勸離。』婚前的盲目常是「難以避免的」，事後也只有一個「緣」字可能貼近「事實部份解讀」，其餘「徒呼負負！」孩子總在似懂非懂中被迫早熟地「承擔」部分大人們的「感情債」，而這種小孩對「感情」的信賴度也相對較低；很可悲的是，很多資料也顯示：父母婚姻不幸福，子女將來在婚姻上也很容易「重蹈覆轍」¹⁹。以下是筆者對該學生的「輔導重點」及對談紀錄：

學生：請老師告訴我，我現在該怎麼辦？我真的覺得受不了了！如果沒人能幫我，我倒不如自我了斷算了

師：困厄的環境正所以使一個孩子快速成熟，西方也有這麼一個說法：「失去父母關愛的孩子，才能真正成熟！」孟子不也曾說：「動心忍性，增益其所不能。」以你的年齡及心智，老師相信你應該可以很快克服眼前的困擾、度過困境，並從中獲取人生珍貴的「養分」，不記得誰說過這麼一句話：「每個大人都是每個小孩子的父母！」如果你願意多跟學校師

長們親近請益，一定可以開拓你的另一番視野！老師對你的處境感同身受；成人們的感情世界複雜多變，相信你的父母雙方都無意把情況變成現下的狀況，尤其當初他們也一定相愛才結合的，但是會流於今天的情境，局外人恐難於明其究竟，只是各種錯綜複雜的原因，最終只能歸於雙方的個性及「緣分」吧！希望你能堅強，困厄中的人沒有悲觀的權利！經濟上的困頓有時也是家庭出現狀況或讓幸福「走味」的一個原因，所謂「貧賤夫妻百事哀！」如果景氣再壞下去，台灣將有更多家庭經濟會「亮紅燈」，但是夫妻間只有相互扶持才能共度難關；台灣進入先進社會，高失業率會是「常態」，那需要政府制定好的福利措施因應，而學生在學校時應時時警惕自己「積極把本職學能充實好！」以免將來成為「失業一族」！依你描述父母感情已形同水火，老師感觸良深，現今男女總是在不經意間「扼殺」了自己的幸福，不知道婚姻幸福是需要積極經營、經常灌溉的，不要吝於讚美對方，更別澆對方冷水！傳統社會夫妻間的美德「互愛、互敬、互諒」的相處之道已遠——你該注意的是別讓你父母的不快在自己未來的人生出現！老師先向學校幫你申請急難救助，多少貼補些許，另外再申辦助學貸款，先解燃眉之急！記住：這個世界比你可憐的人何只萬千？一個大男生別把自己「想得太可憐！」自己的未來由自己掌控，不是父母，不是老師，更不是所謂的「命運」！任何問題、任何時間，老師都歡迎你跟我聯絡，電話：0933 × × × × × ×。

五、需要積極輔導對象之發現

所謂「得英才而教之，一樂也！」但是對於學生而言，一位可信賴的師長更是他們所亟切需要的，從校園的功能而言，有些教育專家認為：「沒有問題學生，只有問題老師——也就是沒有教不會的學生，只有不會教的老師；亦即沒有不適任的學生，只有不適任的老師！」²⁰ 每個學生都有公平的受教權，只要能「因材施教」(To teach student in accordance with their aptitude)和「因勢利導」，一定可以達成「天生我才必有用」的理想。從教育的理論及熱忱，上述論調可以支持，只是落實為實踐面時，要有完備的「配套措施」。在現有體制，

以及牽涉高度政治性和技術性的「教育資源分配」的限制下，理想與現實還存在著不小落差。筆者所輔導過的學生中，有相當高的比例覺得自己在學習過程中並不愉快，²¹也有些認為老師總是對所謂的『好學生』在態度上比較好，也比較尊重，而多數中、後段的學生很少能真切的感受到老師們的所謂『愛之深責之切』！長期以來，在台灣地區因升學領導教學，所造成的教育偏差，也間接促成一群自國中開始，²²就被歸類為非可造之材的社會邊緣人，他往往提供了所謂江湖道上一些新鮮的素材，他們較容易從中得到肯定及短暫的成就感；一個孩子的價值觀的養成，也決定了他對某些事物的判斷，而形成他們的價值觀，首先來自家庭的影響，其次應該是在受教育的過程中師長的影響，以及同儕輩間交互影響而成，當然個性及個人的特殊經驗也不應被排除。²³

在一群學生中如何去發現需要積極加以輔導的對象，確實需要一些經驗、技巧和稍微敏銳的觀察能力，而且在「時機」(timing)的掌握上要特別注意，一般而言，在經驗上憑不太科學的直覺，有時候也會有些意想不到的效果，學期一開始時，最先找幾位「看起來」²⁴較「突出」的學生作個別談話，主要內容儘可能只是「寒問暖」，並暗示這是個也是展開人生最重要的一個新的起點，不論過去你有甚麼表現，如果是好的請繼續保持並加強，否則『以前種種譬如昨日死，以後種種譬如今日生』；而適時的勉勵與肯定某一些行為，對於班級氣氛的養成也十分有效用。當發現特殊需要輔導的對象時，要先觀察及判斷是面對甚麼特質的個案，分析正確才能擬定適當的對策，但是應儘可能讓這個對象不至感覺自己的特殊性。所以，「用心」與「創意」很重要。曾經有一位學生由祖母帶大，可能是祖母太寵愛，行為上也頗有需要「矯正或調整」，在個別談話中，筆者「正經地」的告訴他：「西方有這麼一種說法：每個大人都是每個小孩子的爸媽，如果你願意，老師隨時可以傾聽你的傾訴。也有一種說法：失去父母的孩子，才算真正長大！你的心智應該比同年齡同學成熟許多！」²⁵後來這位學生行為的改變及表現，令人激賞！

另外，由各任課老師及班級幹部的接觸中，也可以發覺一些特殊個案，有時利用學生下課時與他們間的輕鬆對談也會有所收穫，偶而去看看學生們上課的狀況也有所幫助，對於學生缺課情形要警訓，因為那將會像傳染病一樣，如果不及時糾正，可能會快速蔓延開來，教育上我們寧可相信人性本惡，任何學習都必須付出一定的心力，所謂「成人不自在，自在不成人。」筆者認為「縱

容」絕不是好的教育方式，哲學家莫姆(Moore)說過這麼一句話：「只有苦讀才能夠得到真才實學，真是天公地道！」現代的年輕人因為環境因素，促使他們有一個共同的特性，那就是既自我又脆弱，加上強勢媒體的推波助瀾，他們總幻想一步登天或是最好不勞而獲！這大抵也不能一味地怪罪他們的不切實際，人類本是時代與環境的「產物」不是嗎？²⁶ 大人們創造了一個「不美」的社會，長期的「經濟掛帥」，一切價值「量化」，功利主義盛行，笑貧不笑娼、道德式微，在一個凡事「操短線」的現代，加上升學主義主導教學取向，以升學率衡量老師的良窳與貢獻，以及老師在學校中的「地位」，品格教育已然「欲振乏力」，學校這道「防線」已頻「潰堤」。筆者曾對部分家長談到：「教育的成敗固然老師責無旁貸，但是每一位老師對個別學生能互動的時間相當有限，如果學生教不好，尤其是品格上如果有嚴重缺失，老師當然該當負責！不過學生離開學校後，家長恐怕要承受更大的『焦慮與擔心』²⁷；所以如果老師對貴子弟『關心與管教』，只要動機純善、方法適當，家長應該多加配合，並儘可能不吝給予鼓勵！因為你的孩子與每一位老師最多幾年『緣』，不管善緣或惡緣！但是與家長自己可是『一輩子』！尤應記取一句古訓：寵豬擎(或作「掀或扛」)，寵子不孝。不管『教改』怎麼改孩子絕不能『不用心』，每天一定要『撥』點時間與孩子互動，千萬不要到『有問題』了，才乾著急！有時為時已晚！有時『事倍功半』！你現在忙得懶的理你的小孩，將來你的小孩也會懶的理你！」

六、個別輔導與學生週記上的『問』與『答』

十年來輔導過的學生，比較特殊也較須費心的，大約有十多個印象較深刻的個案，當然對筆者來說有成功的喜悅，也有失敗的挫折；批改過的學生週記也大約在五百本以上，批改的次數應在五千次以上，筆者對於學生書寫的週記相當用心批改，²⁸ 所以學生們也大都用心書寫，因此「週記」成了筆者師生間非常重要的溝通橋樑，這值得大書特書！如果以寫在學生週記上的字數來算，至少當在幾萬字以上，²⁹ 以下茲節錄整理較具代表性及具教育意義的篇章與大家分享：³⁰

1. 學生黃：老師，我對大專生活既期待又好緊張

師：不用太緊張！辛勤而全方位的自動學習習慣的養成，會讓你的大專生活既充實又快樂，確是值得你期待！你各方面的能力也必將在你的努力下慢慢提升，那將是令人欣喜又興奮的！別忘了一句老掉牙的叮囑『今日事，今日畢。』老師相信你一定會應付自如的！

2. 學生林：老師，我覺得女生來讀工科是不是錯了？

師：記住『既來之，則安之！』沒有那一種被社會上認為有價值的能力，是與生俱來的！妳一定可以克服那種女生就必定比較弱的心理障礙，到時候就是妳的能力提升了！另外，妳對這次我們班新生盃球賽的見解很正確，不錯！勝利固然可喜，但是在人生的旅途上，挫敗對一個年輕人而言，對未來的助益往往比一時的勝利更大，而且來得早比來得晚還更有利，尤其在學習過程中千萬不要怕犯錯，因為『怕犯錯』的心理常使得人們在學習過程中裹足不前，且缺乏創意；面對挫折時，不是去在意發生了甚麼事，重要的是妳如何去看待和對應它！

3. 學生林：老師，專一的學生適合結交異姓朋友嗎？

師：結交異姓朋友對你們這樣正血氣方剛的年輕人而言，影響會很大，不可掌握的狀況也不可小看喔！而且也因人而異，有些人結交了異性朋友後，各種表現因為面子問題大有進展；有些則耽於逸樂，各種表現一落千丈，還有因此「提前畢業」(成績 2/3 不及格被當)，五專可不保證你一定可以唸五年或只唸五年喔！要先問問自己會是哪一類人？而且結交朋友皆應以誠相待，有緣相聚，無緣分手，「惜情」而不可「貪情」，每一次的經驗都將提升你情感上的韌性，但可千萬記住，你還年輕別花太多心思在那人生最不可掌握的事情上面；正如你所警覺到的，學生的主要本分和任務是要先把專業學能充實好，其他的不用急，來日方長，「眼前的石頭，絕不會是最大！」尤其要注意男女感情上的問題是複雜多變的，所謂『自古多情總被多情誤』、『因誤會而結合，因瞭解而分手』、『相愛容易、相處難』你也要考慮一下自己是否已有了足夠的準備？老師勸你

最好不要輕易嚐試！

4. 學生黃：老師，期中考徹底把我打敗了！我開始不相信自己了，我一定會被 2/3 當掉！老師，我怎麼辦？

師：首先，別對被 2/3「太有信心」！要被 2/3 也沒想像麼容易，除非你先自己放棄了，別被期中考的「震撼教育」給嚇壞了！經過期中考的洗禮才成為正式的大專生喔！相信老師，努力絕不會白費！應調整一下學習的方法，這裡的學習不可和中學時一樣埋頭苦讀，要學會和同學們討論，記住「學問，學問，多學多問多學問！」挫折對年輕人在可承受的限度內，來得早比來得晚應更有助益喔！而且它也是進步的必要成分，千萬不可輕言放棄或喪失鬥志與信心。徹底檢討並找出考不好的原因對症下藥，也可向學長們請益，然後全力以赴，相信各科任課老師都會看到你的努力，也會給你機會的。能力的提升必然是點滴積累而來的，等達到一定的程度自然也就開竅了，而自信也一定會在能力提升後大有進展。繼續努力！相信老師，你一定可以辦到！

5. 學生林：老師，我看到一則故事

師：你的故事很有啟示作用，相信你也很有收穫，可是人生圓滿是難得的！知福惜福更有福！老師也有看過一則小故事，有一個人常埋怨自己沒鞋穿，直到有一天他看到了一個沒有腳的人——開卷有益，閱讀是獲取快樂及豐盛我們生命最廉價的行動。圓滿雖可求，但人生未必都圓滿，如果你夠細心，品味人生多滋味，酸甜苦辣皆一味。生命的過程遠比結果更值得我們珍視與掌握，所謂豐盛的人生多是指過程而言，記住『一路看山到峨嵋，不是到了峨嵋才看山。』

6. 學生任：這週我過得蠻充實的，因為我沒亂花錢，還立志一個星期不去網咖，結果我真的辦到了

師：太棒了！任何成就都是來自點滴的累積，你能提升自我克制力，老師為你感到高興，這是身為大專生的必要修養，你跨越了

一個不小的門檻，恭喜你！

7.學生林：老師，如何開展大專生活？如何應付各種考試

師：辛苦的耕耘，自然有美好收穫，「自動學習」是大專生活的重心所在，「學習」不可存有只為應付考試之心，眼前應把老師教過的先弄懂了，才是當務之急；有關打字的速度恐怕沒有捷徑，只有儘可能自己找時間多練習，不用太擔心，總能克服的！所謂『一回生，二回熟』，熟能生巧，巧能生趣，『學問之道，耐煩而已』切記！切記！選擇性參加一些社團或校園活動，也可以幫助你快速進入「狀況」，並且常有些意想不到的多方面的收穫，那也是大專生「必修的課程」喔！辦活動是很辛苦的，參加任何活動應心存感激，用心學習。在大專院校的學習，應主動接近各科老師，「主動掘取」學習的竅門，一定可以有更多方面多收益。祝福你！

8.學生莊：老師，工讀好嗎？

師：體驗賺錢的辛苦是好事！但是要量力而為！也要算一算划不划算？如果不是因為經濟上有困難，賺的工讀金是否比起多讀些書來得重要？得多思量思量！是否先把將來就業賺錢的好本事學好更合算？賺錢不可太急，『因小失大』可就得不償失了！就老師所知，多數人在一生中能夠「專業讀書」的時間，其實很有限！當然賺錢的動機最好也要明確，工讀場所的安全選定尤其不可大意！

9.學生馮：老師，我生病了 我覺得生活上和課業上都有些應付不來！

師：老師一再強調，學會照顧自己是大專生的入門功，也是成長的必修科目，有這麼一個說法：成長的過程是苦澀的，離開親人的孩子成長得比較快。你以為然否？向前看！你並不孤單，很多人陪著你，你走的路也是很多人走過的！相信我！只要你願意，校園裡的師長和學長們都會很樂意幫助你！還有試著學會控管自己的時間，要日日精進！

10.學生馮：老師，我們班外掃區得了名次，我覺得應該感謝衛生股長的

領導，他像劉墉先生所說的 一個非常平凡，但卻不平凡的
領導人。

師：如你所觀察的，年輕時能培養出責任心，是將來成就事業的保證。
江同學的表現及其特質都值得嘉許及讚賞，也是個可以結交為終
生好友的對象。而你也具備有很多長處、潛力和優良的特質有待
開發；善良、踏實也是當今社會人們難得的特質。老師欣見你從
稚嫩慢慢成長茁壯，你可知道這是為人師表最大的喜悅喔！

11. 學生陳：老師，我覺得壓力很大！又沒辦法與同學們相處得很好

師：××，老師及同學們都很關心你，也相信你很想表現得更好，但
是有些事是極不來的，如果身體感覺不舒服，一定要好好對待
它，健康的身體是人生頂重要的大事，也是未來幸福的保障，千
萬不要自恃年輕而輕忽喔！至於功課上的問題一個一個來解
決，也千萬別讓它對你的壓力超越了自己可以承受的程度，求好
心切也要量力而為！每個人都有不如意、不順遂的不同事，我們
自己並沒有比較特別。看著你成長、成熟，老師替你感到高興，
也祝你早日康復！至於同學間的人際關係的培養是需要時間的，
也無法強求的；老師覺得在學生時代能多自我磨練，將來在
社會上反而較能有成就；衷心祝福你！加油啦！放輕鬆點！天下
無難事，只怕有心人，而且你已經做得很好，值得嘉許！有關你
的反應，老師會私下進行瞭解並加以妥善處理，也謝謝你的反應
讓老師對班上的狀況更能掌握。

12. 學生陳：老師，我對朋友 有困惑

師：你這麼年輕就能有這麼深刻的體會，著實不容易！人世間最難
的，恐怕是人與人之間的關係了，如何拿捏得當，不要過與不及，
確需要智慧！快樂，應該也是一種責任 乖乖！朋友是做什用的？
尤其好朋友！你能體恤朋友，並能真切用心，確屬難得，當
你的朋友太幸運了！事實上樂觀與快樂是一種人生態度，也算一
種能力，具這種特質的人是受上天特別眷顧的，但是那也得由不
斷學習及強化而來！我們沒有必要，也千萬別把別人的不快樂當

成自己的責任，即使我們親人也應如是，因為那不只得不償失，恐怕也無濟於事。人們常以為自己吃點虧好讓朋友佔點便宜來討好對方，其實也大可不必，朋友相處貴在真誠。

13. 學生陳：老師，這個禮拜我好煩！為什麼男女生相處不能只當普通朋友，一定要做誰的「女朋友」？我真的不懂

師：每一個人對於感情的處理方式都不一樣，所以如果妳警覺到有人對妳的情誼已造成妳的困擾，你應該「清楚表達」妳的感受，一來可以使對方不至陷得太深或知所節制，二來也可以有自己足夠的空間迴旋。自古以來，「情」之一字困煞多少才子佳人，而且情境外的「理性」很難適用於「情網」內，萬不可不慎！來日方長，眼前緩急先後，人生的重心可要先抓穩了！老師認為也感覺你是一位很有福報的人，散發善良的特質，不但保有傳統女性的婉約，又具備新女性敢於追求夢想的質素，用心品味人生，不用怕、不用悔！老師永遠祝福妳！

14. 學生李：老師，我總覺得的時間不夠用

師：能敏銳感知時間過往的快速，是成熟的表徵；老師替你感到高興！大專生要學會時間的適度分派和充分運用。所謂人生苦短，所以要學會善用時間，讓生命過得充實且有意義，老師建議你在求學過程裡『不做無益害有益』，明定生活目標，讓目標具體化呈現在眼前，例如你可以把要達成的「目標」寫成卡片，貼在你每天最容易看得到的地方，每天睡前做個反省檢視，反省能力可是大專青年應具備的條件。

15. 學生陳：請指點我生活的態度

師：『清淨心看世界，歡喜心過生活。』簡單生活，富足快樂！

16. 學生林：老師，我一向是個完美主義者，追求完美有錯嗎？追求完美不好嗎？

師：有這麼一個說法：「除了上帝，沒有完美的！」也有人說：「完美的本身，就是一種缺陷！」所以「追求完美」無所謂好不好或對

與錯的問題，但是如果它已變成了一種壓力，甚至攪亂了你的生活，依老師的觀點，似乎就有必要作些調整，你可以放輕鬆點，試著從小範圍或較無關緊要的地方做起，給自己一點時間，也給自己一點空間，你會發現這個世界還有許多不同的、可愛的面向，但是他們卻大都並不完美喔！

17.學生王：老師，為什麼有人喜歡捉弄別人？沒有人生來活該被欺負的吧？

師：所謂「人同此心，心同此理。」也有一說：「人心不同，各如其面。」我們這個世界真的是「一樣米養百樣人」，什麼樣的人都有，有些人太善良容易被認為好欺負，另有些人又太狡詐自以為聰明專門欺負人，這或許是這樣這個世界才顯得多采多姿吧！但是不知你有否聽過這句話『人善人欺天不欺，人惡人怕天不怕。』有些人確是不到黃河心不死的！有人這麼認為：能勸的，就不至於此了！我們這個社會是有些病了，是非不明的人很多，更少人有正義感，鄉愿的人到處是，還說什麼「明哲保身」，難怪向下沉淪。不過你也不用太灰心或太悲觀，有時候人世間「柔弱勝剛強」，外表蠻橫強辭的人，內心常是缺乏自信並極度缺乏安全感的！原諒他們吧！大人！

18.學生黃：出門在外人生經驗不足，得事事謹慎，以免家人擔心，日子要過得快樂，未來也要顧，不能妄想依賴別人

師：觀念正確！成長的過程是不斷地積累經驗及智慧；即使是富可敵國的人，也不應該揮霍無度，所以成功的人有一種特質叫「節制」。諸葛孔明先生當有人盛讚他的神機妙算時，他只說了這樣的一句話「諸葛一生，惟謹慎！」可見能培養謹慎的習慣並具有這種特質是多麼令人讚嘆的啊！再接再厲！根據研究，人類的一般行為中有 95 % 是受習慣所制約的！另外，能善用周遭的資源自我充實是大專生的重要能力；能過簡單生活可是人世間難得的福份喔！

19.學生廖：期中考我考得很差，期末考又快到了，我怎麼辦

師：有了計劃要輔之以確切的行動，須知「行動」的本身就是一種智慧！勤快的人是歷史的推動者。動手去做就能長智慧，不知你是否聽過這麼一種說法「這個人不知是因愚笨而懶惰？或因懶惰而變愚笨？」期末考到了！先擱下其它，注意健康，全力以赴！加油啦！祝好運！

20.學生陳：老師，我一點信心也沒有，我覺得我走錯路了！我到底該怎麼辦？該如何是好

師：自信是需要長時間的培養的，不要急，它會隨著你的努力、學習和能力的提升而慢慢建立起來，你的表現已經大有進步了！同學們及老師都看到了！我們每一個個體都是「無可取代」的，不要老是和別人比較，每一個人的條件和特質都不同，記住只是「不同」！『我們都是上帝的傑作！』可以挑剔但是無可取代！我們最好只以今日之我，與昨日之我做個比較就好了，希日進有功就好了！另外，你反應的事情，老師會盡力幫你處理，不過有些事情可是急不得的喔！至於功課方面，老師幫不上忙，希望你能努力、勇敢面對挑戰，如果努力了又盡力了就不用太煩惱，如果確實讀得太吃力，又沒興趣，可以和家人好好溝通，『條條大路通羅馬』，可以趁早轉換跑道，說不定會有『柳暗花明又一村』的景況；老師認為凡事都要量力而為，人生就像「下棋」一樣，一顆好棋要下對地方，讀書一定要有興趣和決心才可能有好的收穫。但是如果你經過審慎的思慮還是決定留下來唸××科，那你就一定要承擔這個決定帶來的壓力和可能的挫折，並且堅持到底，相信就會漸至佳境！

21.學生陳：老師，我發現我並不適合再待下去！教官說同學都很關心我，我看他們根本就討厭我；我只是耳朵痛有複響現象，我不是精神有問題

師：老師很清楚你的狀況，但是同學們並沒有你想像中的成熟，我相信他們的表現已經有值得肯定的部分。××，凡事不能只站在自己的立場思考，任何事情的發生一定有其誘發的原因，而「事實」只可能有一個，因為老師當時不在現場，無法給你作任何判斷；

雖然老師能體諒你的處境及感受，但是有些事情別人是幫不上忙的。老師相信你對任何人無惡意，可是有些事是無法強求的，每個人都有其條件和限制。以你目前的情況，老師站在客觀的立場，如果你要老師給你一個建議，不妨考慮老師上週給你的意見；當然決定權還是在你自己，至於你的父母，我相信也一定會以對你最有利的的情況為考量，因為你目前承擔的各種壓力，顯然已超出你的負荷太多了；如果你為將來打算或為父母著想(從你上述『不讓父母擔心』之言，老師知道你是個孝順又懂事的孩子)，你應該讓父母清楚你現在的狀況，在身心方面積極尋求「專業的協助」，先調養好健康的身心再追求其它。至於有關實習課同學間發生的衝突及不愉快事情，老師會進行瞭解，一定秉公

處

22.學生馮：老師，我最近經常忘東忘西 覺得好煩

師：最好的記憶比不上一支筆和一張紙，而能耐煩也是一種很重要的能力，趁早培養自己「耐煩」的能耐吧！

23.學生馮：老師，謝謝你請我們吃飯

師：至於「錢」的問題，「錢」不是要花的嗎？記得老師告訴過你們：「對金錢可稍慷慨，對時間可要吝嗇。」花錢在能力範圍內，而且花在有意義的事情上（所謂錢要花在刀口上）就是好事，這次聚餐全班的感覺不是都很好嗎？而且也增進了大家的情誼。而且錢是從「導師費」支出，回饋你們身上，順便在考前給大家補充點營養。

24.學生馮：老師，在追求一個理想時，是追求的過程重要呢？還是結果重要呢？

師：把工作當作生活，能『樂在工作』是最好不過了！追求人生的理想，堅持到底最為可貴；追求的過程所能獲致的收穫，往往超過結果，但是如果沒有「目標」的誘引與堅持「達陣」的決心，「過程」恐怕會流於空洞渙散，終至眼高手低，所以就人生而言，「過程」才是生命的主體！也是咱們生命最真實的一面，不是嗎？

敞開心胸，細數過往，你應已有長足的進步，不用怕學習過程中犯錯及挫敗，那是成長進步必要的養分，更別忘了『人生不如意事，十常八九。』也別讓相同的悔恨重覆發生！期末考將至，全力以赴，加油啦！

25.學生辛：老師，我爸媽吵著鬧離婚，家裡經濟也出現問題，我快崩潰了

師：困厄的環境讓一個孩子迅速長大成熟！父母離婚對孩子是不幸的，也是不公平的，更是難以承受的「重」，不過大人的感情世界是複雜的，相信冰凍三尺非一日，箇中原因可能非外人所得「理解」，但是你要堅強，困厄中的人沒有悲觀的權利！如果生活上有困難，老師會替你向校方申請「急難救助金」，至於註冊費可申辦「助學貸款」。

26.師：只要有決心，『不怕慢，就怕站！』；努力過就不用太擔心，反省後以確切的行動再出發！尤其切記「持之以恆」！如果家境有困難可以把實際情況告知，老師會幫你找機會申請些補助。

27.師：存在是需要自我肯定的，自信亦需要能力來支撐和培養，不用急！加油啦！你能為課業犧牲玩樂，克制力已大幅提升，值得嘉許！

28.師：能從學習中找到或培養樂趣是值得欣慰的，可以擴大到其他方面，加強各方面的學習效果。經過期中考的洗禮，才成為真正的大專生，徹底檢討後應有所收穫，盡力了就好，整裝再出發！

29.師：You must reap what you have sown. You are what you resolve to be.

30.師：你很有反省能力，又有企圖心，勇於面對困難是成功者的必備特質；果能照此態度努力學習，一定可以不斷超越自我，將來的成就無可限量，再接再厲。

31.師：果然『心似平原放馬，易放難收。』要學會收放自如，得下一番功夫！至於「轉科」應深入瞭解再全面評估，不可只聽他人的片面之言，適合別人的，未必適合自己。經過上學期的磨練，想必適應力在不知不覺中已經提升了，別輕言放棄！在奮鬥中的人，

天天都是春天！

- 32.師：珍惜並品味人生的每個片段，是智者所當為。孩子需要成長，父母也需要「成長」，學習「放手」與「放下」確是一門人生重要的必修課程。你很有反省能力，值得嘉許！
- 33.師：你可知道，做為一個導師，最快樂的是看到自己的學生從稚嫩而成長茁壯，能自動學習，又有反省能力，更知道調適自己的心情快樂學習；記住：細心、謹慎，恐怕也是學習過程中，需要成為「習慣」的重要部份！也有人說：學習的功力就在『耐煩』而已！再接再厲！「學習」千萬別嫌麻煩，有道是：「愈怕麻煩就愈生麻煩！」
- 34.師：回憶令人更懂得珍視當下，不過你還年輕，來日方長，應多往前看，年輕時用心玩耍，也要用心學習，多接近大自然是好事，但要特別注意安全，要不然，結果就不好玩了！
- 35.師：要學會看管好自己的財物，常丟東西可不是一項好習慣！
- 36.師：你對生命的看法頗正確，我們的生命並不專屬咱們自己而已，自殺是不負責任的懦弱行為，既可悲又可恨，正所謂『可憐之人必有可恨之處』，太自私了！自殺的人會不會下地獄？老師不知道！但是肯定是上不了天堂！
- 37.師：平安、平實可是人生難得的福份！你的心思細膩，但不可鑽牛角尖，珍視當下即是永恆！「人」是環境的一環，也是環境的產物；能具敏銳觀察力，生命將更豐碩！恭喜你能有快速進展及收穫，堅持努力不要停止腳步，人生的一切夢想的實現都是來自「行動」的！
- 38.師：你說的故事很有啟發性；人們確實常常因為事前太相信所謂「命運」，而宿命的任憑命運捉弄，最後一事無成、後悔莫及，徒怪『命運捉弄』無濟於事；所以如果凡事多從正向去思考，那麼成就是可以期待的！有人說：『既成而暫時已無法改變的事實，姑且稱它為命運。』你當深明其意！

- 39.師：培養識人之明是人生極為重要的功課，老師過去也有類似的經驗，損失一些財物，以正面來看待，前事不忘後事之師，交些人生的「補習費」是必須的。重要的不是發生什麼事，而是你如何看待那件事！法律的目的在嚇阻犯罪及事後做儘可能的補救，文明社會不鼓勵「報仇」，否則豈不冤冤相報？沒時了！當然今天台灣的法律確有許多地方是需要重新檢討的。
- 40.師：能忍難忍是很高的修養；而忠言確是刺耳異常的！為自己的怠惰付出代價，可也是該當的！下定決心測試一下自己的毅力！
- 41.師：佛家之語在於要為惡者「即時悔悟，不再為惡。」但先前之為惡還是無法超出『果報』的喔！不可誤解！
- 42.師：競賽中，勝利固然可喜，但是挫敗也絕非全無所獲，不是嗎？人生旅途中，失敗往往是積累下成功的養分，重要的是要從反省檢討中汲取教訓。
- 43.師：環境是大家的，而培養「負責任」的習慣更是重點所在，年輕時能培養負責的習慣，是一生重要的資產。
- 44.師：你母親說的很有道理！一般而言，書可以讀得好的人，「專心」應是要盡力去養成的習慣，不可人坐在書桌前心卻胡思亂想，否則不如盡力去玩個痛快！至於如何養成專心的習慣呢？開始時十分鐘全神貫注，天塌下來也別管全神貫注，再慢慢延長時間，你一定可以做到！
- 45.師：規律良好的運動習慣是健康的保證，而健康的身體是人生最大的本錢，同學們應儘早學會照顧自己，那是體恤親人最好的表現，也是培養各種能力的基礎；宜蘭地區早晚天氣變化大，多喝開水、多運動，可提升免疫力避免感冒。
- 46.師：恭喜你，這麼快就掌握了學習的要領，在大專院校要學好每一門課，別忘了「多學、多問、多學問」！加油啦！如能確實掌握各科的學習方法，就更好了！
- 47.師：培養科學精神，細心、耐心更不可少，「學習」沒有不遇到困難

和瓶頸的，挫折更是難免，但那正是進步和能力提升的契機，萬不可退縮，你一定可以克服的！

- 48.師：有一句玩笑話說：『考完了就知道怎樣準備了！』考前針對各科老師規定的範圍確實弄懂，所謂『兵來將擋，水來土掩』盡力了就好，不用太緊張！作息也盡量保持正常就好。記住：平時多努力，考前就輕鬆，雖未必能『大考大玩、小考小玩』（因那代價可是『不考不玩』），在大專院校讀書，如果經常考前才『臨時抱佛腳』，可是會「死」得很難看喔！
- 49.師：為什麼不主動和她說話？至少一路上不會那麼無聊！可能有機會多交個朋友也說不定？多一個朋友可是多一扇窗哩！談不來！下了車，屁股拍一拍、各走各的，又不會有什麼損失，擔心什麼？只是不要一開始就想太多太遠了，交男女朋友可不是看中意了就一定成喔！更不宜毛躁，要有大專生的「樣子」！古人說『十年修得同船渡』，能搭同一列火車又鄰座，應算有緣，不過也不用後悔沒把握機會，「有緣」可不保證一定是「善緣」喔！
- 50.師：對自己的行為負責，可是大專生的修養，縱容自己可難免要付出相對代價，要培養自我克制力！學習自治的能力也是很重要的，如果老是要別人管，好像永遠長不大的樣子，是真該檢討一下好好反省。而在一個團體裡面，最糟糕的是那種『既不能令、又不受命』的人！千萬自我警惕！
- 51.葉生：老師，讀書是為了什麼？或是用來做什麼？自己總覺得沒學到什麼！

師：學習新知要有企圖心，要具備企圖心必須訂定明確的目標，任何新領域的學習，都可以磨練思考的能力與增益思考的方式，『不怕慢，就怕站。』、『聚砂可以成塔』，砂子的個體顯不出太多意義，但是『成塔』後，才顯其「作用」！殊不知吃一塊「豬肉」是不會直接長出一塊「豬肉」

不是

七、結論

對一位導師而言，『輔導』學生是件經常性的工作，對不同的輔導對象必須採取不同的做法，所謂「因材施教」、「因勢利導」、「因地制宜」，落實為實踐面時，不要太「拘泥形式」要有創意，也儘可能不要讓學生有被「輔導」的感覺，否則有些會有「抗拒」的反效果；因為沒有學生高興自己成為公開的「重點輔導對象」，即使大家都已「心知肚明」；所以時機(timing)、場景的掌握、『同理心』的適切運用與對某些 e 世代語的拿捏³²但也別「太過分」，因為學生們很清楚我們跟他們是很不同的世代，他們比較在乎我們「瞭解」並「尊重」他們！另外有一點特別需要注意，輔導時的「語氣」有時候比所說的「內容」還要受用，從行為語言中，可以感受到真心的關懷不必「言多」，輔導須展現自信，自信可以取得對方的信賴，並具有莫大的「感染力」，關注的「眼神」使對方感受自己的重要性；態度要堅定，當感受到排斥時，要暫時停止或作適當調整，當輔導的對象有話要說時，不論你正闡述多麼重要的觀點，最好「先讓他說」；在對談過程中，善用『暗示』(hint)的輔導技巧以及『舉重若輕』或『舉輕若重』的誘導方式，也常可以收到意想不到的效果，而「時間」是必要的成本，切忌「呷快弄破碗！」正所謂『急不得也！』一般需要輔導的「孩子」，大都呈現「兩極化」的分布曲線，第一種，多數不認為自己有甚麼『問題』，讓師長們大驚小怪！展現極度『冷漠』或『抗拒』的心態。另一種，則顯現極度『依賴』的傾向，『挫折容忍力』(frustration tolerance)相對較低，明顯缺乏『關愛』，但不必然願意接受別人的『關愛』³³。前一種，取得信任需要一些技巧與堅持，他們內心深處渴望被信任的人所「肯定」；後一種，可以試著從培養自信開始，這類孩子的『抗壓能力』較弱，有時還兼具『完美主義』；不過『脆弱、敏感』是他們的共通特質。³⁴

每一個「個案」都是獨一無二的，對於個案的「主人」之背景一定要充份掌握，所以事先的『家庭作業』不可少，有必要的時候在與家長溝通時，給家長一些「進步的」觀念，順便對家長『輔導一下』，但是應多讓家長「說」，可以進一步瞭解並比較孩子在「家裡」與「學校」的行為上的根本差異。如何作正確的「診斷」？然後「對症下藥」？藥方的開立不可過猛，尤其千萬不要『扮演上帝』，當面臨困境要積極尋求協助。³⁵

至於『班級經營』最重要的目標是建立全班的各種良好「風氣」與學生的

「自我認知」和階段性的明確『生涯規劃』，讓全班學生清楚的認知到同學「一同學習」的珍貴人生經驗，建立起「討論功課」相互切磋的習慣，尤其是一同向老師「問問題」也是學習的必要調整。同學間互相關懷的機制，可以以「分組」方式來進行，每組八到十人為恰當，每學習可以作個調整，作為學習及生活的單位，最好也能配合恰當的獎懲規定，而這個規定最好完全由學生自己主導訂定，生效前每一位學生可以在展閱期(最好以一週為限)內提出異議，「班級公約」一制定就要徹底執行，每週作一次公布和檢討。基本上，學校是人格養成的最後一道防線，筆者贊成『愛的教育』，但卻是『人性本惡』的信徒，所以不主張放任式的『害的教育』，寧可務實的『先小人，後君子』，對規矩的學生要有「公平的待遇」，這符合人類建立文明社會的基本法則。公權力的受託掌理者不應怠忽職守，更不能以泛道德來處理法治問題，掠宗教之美，多數善良的民眾之所以猶寧願守法，是他們還相信法律是保護善良的人的，「法律」嚇阻力的不彰是政府及執法者的責任，學生的守法習慣之養成，學校的教育「責無旁貸」；這是最重要的未來公民養成所，也是成熟的民主社會可能實現之所託。所以堅定「信賞必罰」，對班級經營有絕對的必要性。³⁶

最後本文以「輔導需要耐心、愛心與鼓勵，教育更須前瞻願景！」及「適切的鼓勵給予學生們自信，適時的糾正給予學生們自律，適當的提問給予學生們成長與想像的空間。」作為本文的總結。³⁷（本論文「題目」及標註，承蒙審稿先生惠賜修正意見，特此致謝。）

註釋

¹ 本校從高職宜蘭農工改制為宜蘭農工專科學校以後，係參與北區五專招生，因是北區少數國立的專科學校之一，因此剛開始所招收到的學生中，有九成以上是來自基隆、大台北地區、桃園、新竹等地，幾乎都得住學校宿舍。

² 參閱張春興、楊國樞，《台北：三民書局股份有限公司，1978年7月》，頁21-3。

³ 參閱韋恩·戴爾(Dr. Wayne W. Dyer)著、黃塵譯，《你錯在那裡》(台北：國家書店有限公司，

1978年8月),頁1-33、85-103。

⁴ 筆者因是共同科老師,所以在本校各科系大抵都只當一年級新生的導師,只有從前年帶機械科學生才帶到現在升上三年級。所以常以「老士官長」自嘲。

⁵ 參閱戴爾醫師(Dr. Wayne W. Dyer)著、陳鳴譯,《克服人性的弱點——你的錯誤地帶(Your Erroneous Zones)》(台北:志文出版社,1988年8月),頁102-133。

⁶ 參閱高橋信次著、喚行譯,《心靈的對話》(台北:惠施出版社有限公司,1979年5月),頁111-121。

⁷ 參閱王淑俐,《人際關係與溝通》(台北:三民書局股份有限公司,2003年3月),頁71-95。

⁸ 參閱希爾(Napoleon Hill) 史通(W. Clement Stone)合著、劉焜輝譯,《邁向成功之路》(Success Through A Positive Mental Attitude)(台北:漢文書店,1974年1月),頁126-8。

⁹ 參閱吳經熊,《內心悅樂之源泉》(台北:東大圖書有限公司,1981年9月),頁1-26。

¹⁰ 參閱呂亞力,《公民》上(台北:1988年9月),頁12-2。

¹¹ 《論語·學而第一》

¹² 多數以小團體或個別方式,採取所謂開放性的晤談(open-end interview)。

¹³ 同註5。

¹⁴ 參閱傑克·坎菲爾、馬克·韓森、金伯麗·克伯格(Jack Canfield & Mark V. Hansen & Kimberly Kirberger)編著、郭菀玲譯,《心靈雞湯》(Chicken Soup for the Teenage Soul)(台北:晨星出版有限公司,2001年1月),頁111-157。

¹⁵ 參閱理查·費曼(Richard Feynman)著、尹萍、王碧譯,《你管別人怎麼想》(What Do You Care What Other People Think?)(台北:天下文化出版股份有限公司,1992年8月),頁16-54。

¹⁶ 參閱布魯姆菲德(Harold H. Bloomfield, M.D.)、羅伯特·柯里(Robert Kory)等著、陳鳴譯,《內在的喜樂——增進生活情趣的inner Joy》(台北:志文出版社,1988年12月),頁217-252、335-365。

¹⁷ 參閱亞伯納·柯恩(Abner Cohen)著、宋光宇譯,《人心深處》(台北:業強出版社,1986年3月),頁1-25。

¹⁸ 同註2書,頁476-517。

¹⁹ 參閱黃驥等,《把這份情傳下去》(台南:能仁出版社,2001年),頁194-208。

²⁰ 教育界有這麼一句話「沒有不能教的學生,只有不會教的老師。」教育最難也最高的境界應該是孔子所主張的『因材施教』,但是在今天來講,它牽涉的最重要因素應該是「教育資源分配」的高度政治性和技術性的問題。關於上述這一點,筆者曾親自向鄭石岩教授請教,他也贊同這個觀點。然而在現有的教育體制下,只要孩子願意留在校園裡,不管他受不受教,總比他處於失學狀態好很多。另外,鄭教授也指出,過度膨脹的大專教育,尤其是就現實的就業與成就而言,人文與法商學系應該控制在一定的範圍以內,他並指出要重視養成多動手家庭教育,「動手去做就是一種智慧!」使孩子自幼就具備學習的好習慣;他也提到根據2000年後可靠的調查研究,現在在大學中所培養的「學力半衰期」已縮短到:學科技的只剩下2年,學社會科學的也只剩下5年,學人文的最多也不過8年了。如果不繼續學習

up-to-date 的領域，要保住飯碗恐怕都有困難，也就是必然產生被淘汰的焦慮，這種壓力使得現代即使有工作的人，精神的負荷也常處於近乎崩解的臨界狀態。

- ²¹ 教育界有這麼一句話「沒有不能教的學生，只有不會教的老師。」教育最難也最高的境界應該是孔子所主張的『因材施教』，但是在今天來講，它牽涉的最重要因素應該是「教育資源分配」的高度政治性和技術性的問題。關於上述這一點，筆者曾親自向鄭石岩教授請教，他也贊同這個觀點。然而在現有的教育體制下，只要孩子願意留在校園裡，不管他受不受教，總比他處於失學狀態好很多。另外，鄭教授也指出，過度膨脹的大專教育，尤其是就現實的就業與成就而言，人文與法商學系應該控制在一定的範圍以內，他並指出要重視養成多動手的家庭教育，「動手去做就是一種智慧！」使孩子自幼就具備學習的好習慣；他也提到根據 2000 年後可靠的調查研究，現在在大學中所培養的「學力半衰期」已縮短到：學科技的只剩下 2 年，學社會科學的也只剩下 5 年，學人文的最多也不過 8 年了。如果不繼續學習
- up-to-date 的領域，要保住飯碗恐怕都有困難，也就是必然產生被淘汰的焦慮，這種壓力使得現代即使有工作的人，精神的負荷也常處於近乎崩解的臨界狀態。
- ²² 嚴格言之，應是自國中開始這群在制式學習路上，所謂低成就的學生，對自我認知及定位上有了較明顯的變化，上焉者只是缺乏自信，下焉者可能產生反社會的行為，如果這類青少年有了群聚機會，更可能產生對社會極具破壞性的行為(如飆車、械鬥、吸毒等等行為)。教育的理想總希望把所有學生「帶上來」，但事實上那是“mission impossible”，根據筆者向鄭石岩教授的請教，他指出並不是所有學生都可以「被帶上來的！」有些事情或學習跟「理解」沒多大關係，今天台灣的教育有很多盲點，有待克服。
- ²³ 參閱陳天聲編著，《給苦悶青年的十二封信》(台南：莒光圖書公司，1975 年 1 月)，頁 45-6。
- ²⁴ 開學時導師均已掌握學生們的「基本資料」。
- ²⁵ 參閱 Goh Maurice 著、劉蘋華譯、《心病心藥醫》(台北：德昌出版社，1978 年 3 月)，頁 61-84。
- ²⁶ 參閱皮爾著、胡子丹譯，《如何創造自己》(How to Creat Yourself) (台北：國際文化事業有限公司，1975 年 5 月)，頁 15-25、73-83。
- ²⁷ 參閱尤金·華克(Dr. C. Eugene Walker)、陳建仁譯，《如何消除緊張》(Learn to Relax)(台北：長橋出版社，1977 年 2 月)，頁 51-79。另參閱郭靜晃等，《心理學概論》(The Introduction of Psychology) (台北：揚智文化事業股份有限公司，2002 年 4 月)，頁 237-247、239-242。
- ²⁸ 週記是學生與導師相互溝通的很好工具。學生會在週記裡面反應各種問題，包括生活上、學業上、心理上，家庭及交友上的諸多問題，甚至有些學生在感受到老師的真心關懷與可以信賴的情形下，也會把各種內心的問題與你分享，並尋求諮詢與建議，所以我在此以自己過去的經驗特別認為，對於剛由國中升上大專的這些孩子，由於落差很大，他們常需要老師們的積極協助，而週記是個很好的溝通工具，導師應用心批改及充分運用，學生也一定會被引導而珍視這個管道與導師作心靈溝通。
- ²⁹ 有時候筆者在週記上與學生對談，可以密密麻麻的寫上數頁的內容，比學生們寫得多是經常的狀況，有些學生直接告訴我，每星期他很期待老師發下週記，也有些學生乾脆在週記上提

問，好似出「作文題目」給導師寫。

³⁰ 本文以下將以問與答的方式呈現，然後部分配以筆者的分析解說，形式上以「學生甲：」和「師：」為原則，但以老師在週記上的批文為主要內容，因為從老師的批文中就能夠知道學生的提問了，為了節省篇幅，所以盡量把學生問的部分刪除掉。粗略分為：觀念啟迪、學業、生活輔導、解惑及其它諸篇。

³¹ 上述師生對話大體都從閱讀下列「參考文獻」中，獲致的綜合靈感。

³² 例如：睡懶覺 - - 起床失敗、皮卡丘 - - 很會放電、史奴比 - - 死路邊、可愛 - - 可憐沒人愛、台北台中 - - 0204 等。

³³ 這種挫折後的退縮反應，有時會陷入一種想像境界的「幻想」(fantasy) 中，甚至「退化」(regression) 現象，對於一個非專業心理輔導的導師，此時應尋求積極的專業協助。

³⁴ 參閱訖摩武陵著、歐明昭譯，《嫉妒心理學》(台北：國際文化事業有限公司)，頁 2-42。

³⁵ 各校均設有專業的「學生輔導中心」。

³⁶ 參閱馬爾藤博士著、文仲譯，《自我改造的人生》(台北：清流出版社，1976 年 9 月)，頁 83-6。

³⁷ 參閱楊富林，《說服的藝術》(台北：名家出版社有限公司，1980 年 4 月)，頁 218-225。

參考文獻

1. 張春興、楊國樞，《台北：三民書局股份有限公司，1978 年 7 月》，頁 21-3。
2. 韋恩·戴爾(Dr. Wayne W. Dyer)著、黃塵譯，《你錯在那裡》(台北：國家書店有限公司，1978 年 8 月)，頁 1-33、85-103。
3. 戴爾醫師(Dr. Wayne W. Dyer)著、陳鳴譯，《克服人性的弱點 - 你的錯誤地帶>Your Erroneous Zones)》(台北：志文出版社，1988 年 8 月)，頁 102-133。
4. 高橋信次著、喚行譯，《心靈的對話》(台北：惠施出版社有限公司，1979 年 5 月)，頁 111-121。
5. 王淑俐，《人際關係與溝通》(台北：三民書局股份有限公司，2003 年 3 月)，頁 71-95。
6. 希爾(Napoleon Hill)、史通(W. Clement Stone)合著、劉焜輝譯，《邁向成功之路》(Success Through A Positive Mental Attitude)(台北：漢文書店，1974 年 1 月)，頁 126-8。
7. 吳經熊，《內心悅樂之源泉》(台北：東大圖書有限公司，1981 年 9 月)，頁 1-26。
8. 呂亞力，《公民》上 (台北 1988 年 9 月)，頁 12-2。
9. 《論語·學而第一》
10. 傑克·坎菲爾、馬克·韓森、金伯麗·克伯格(Jack Canfield & Mark V. Hansen & Kimberly Kirberger)編著、郭菀玲譯，《心靈雞湯》(Chicken Soup for the Teenage Soul)(台北：晨星出版有限公司，2001 年 1 月)，頁 111-157。
11. 理查·費曼(Richard Feynman)著、尹萍、王碧譯，《你管別人怎麼想》(What Do You Care

-
- What Other People Think ?)(台北：天下文化出版股份有限公司，1992年8月)，頁16-54。
12. 布魯姆菲德(Harold H. Bloomfield, M.D.)、羅伯特·柯里(Robert Kory)等著、陳鳴譯，《內在的喜樂 增進生活情趣的inner Joy)(台北：志文出版社，1988年12月)，頁217-252、335-365。
13. 亞伯納·柯恩(Abner Cohen)著、宋光宇譯，《人心深處》(台北：業強出版社，1986年3月)，頁1-25。
14. 黃驥等，《把這份情傳下去》(台南：能仁出版社，2001年)，頁194-208。
15. 陳天聲編著，《給苦悶青年的十二封信》(台南：莒光圖書公司，1975年1月)，頁45-6。
16. Goh Maurice 著、劉蘋華譯，《心病心藥醫》(台北：德昌出版社，1978年3月)，頁61-84。
17. 皮爾著、胡子丹譯，《如何創造自己》(How to Creat Yourself)(台北：國際文化事業有限公司，1975年5月)，頁15-25、73-83。
18. 尤金·華克(Dr. C. Eugene Walker)、陳建仁譯，《如何消除緊張》(Learn to Relax)(台北：長橋出版社，1977年2月)，頁51-79。
19. 訖摩武陵著、歐明昭譯，《嫉妒心理學》(台北：國際文化事業有限公司)，頁2-42。
20. 馬爾藤博士著、文仲譯，《自我改造的人生》(台北：清流出版社，1976年9月)，頁83-6。
21. 楊富林，《說服的藝術》(台北：名家出版社有限公司，1980年4月)，頁218-225。
22. 郭靜晃等，《心理學概論》(The Introduction of Psychology)(台北：揚智文化事業股份有限公司，2002年4月)，頁237-247。
23. 楊國樞主編，《中國人的心理》(台北：桂冠圖書股份有限公司)，頁155-198。
24. 奧圖博士(Herbert A. Otto, Ph.D.)著、劉君業譯，《如何激發潛能》(Human Potentialities)(台北：長橋出版社，1977年2月)，頁83-100、143-157。
25. 王建，《想通了就快樂》(Radieux d nouement la fin)(台北：高寶國際(集團)有限公司，2000年5月)，頁173-185。
26. 田多井吉之介著、林淑慧譯，《成見的超越與突破》(台北：哲志出版社，1977年10月)，頁122-5、175-9。
27. 江國雄，《與家長談子女的教育》(高雄：華光圖書出版社，1989年3月)，頁67-83、110-123。
28. 韋浦摩根著、明宏譯，《認識自己》(台北：大明王氏出版有限公司，1974年7月)，頁5-32、88-99。
29. 郭鼎編譯，《探索成功之路》(台南：大千文化出版社，1975年7月)，頁60-87。
30. 石瑛，《人生絮語》(台中：青山出版社，1976年8月)，頁1-192。
31. 戴恒雄編著，《當一個享受成功的人》(台北市：大展出版社有限公司，1988年9月)，70-98。
32. 王逢吉，《人生新境界》(台北：康橋出版事業公司，1985年5月)，頁1-32。
33. 王逢吉，《人生新境界》續篇(台北：康橋出版事業公司，1985年5月)，頁1-33。
34. 多湖輝著、胡子丹譯，《語言心理戰》(台北：國際文化事業有限公司，1985年)，頁27-38。
35. 于我譯，《人生的自我操縱》(台北：普天出版社，1977年元月)，頁1-22、137-144。
36. 《成功處世寶鑑》(台南：西北出版社，1973年3月)，頁9-22、40-7。

-
37. 陳明斜編著,《平凡的話》(台南:大府城出版有限公司,1979年6月),頁153-5、242-4。
 38. 石川弘義著、楊富林譯,《洞悉人性》(台北:名家出版社有限公司,1980年4月),頁24-38。
 39. 張曼琳、李文合著,《掌握成功的關鍵》(台北:九儀出版社,1995年4月),頁6-15。
 40. 格拉辛(B. Gracian)著、陳蒼多,《人間智慧》(The Art of Wordly Wisdom)(台北:國家出版社,1977年6月),頁35、78、140-7、154、170。
 41. 莊素玉,《訪問成功》(台北:天下遠見出版股份有限公司,1999年9月),頁13-6、151-187、238-245。
 42. 邑井操著、黃柏松譯,《說服的藝術》(台北:出版家文化事業有限公司,1977年9月),頁60-3、150-3。
 43. 高橋是清等著、成大學譯,《每日的生活訓》(台中:鴻文出版社,1970年6月),頁38-40、56-60。
 44. 卡洛斯(Marthe Gross)著、楊士琪譯,《奮鬥的故事》(台北:林白出版社,1975年7月),頁37-49。
 45. 杜蘿西 莎娜芙著、葉海煙譯,《談吐能改變你的生命》(台北:名家出版社有限公司,1980年3月),頁115-143。
 46. 《雲五社會科學大辭典》,第8冊,教育學(台北:台灣商務印書館股份有限公司,1989年1月),頁167-8、180-2、185-193、283-6。
 47. 《雲五社會科學大辭典》,第10冊,人類學(台北:台灣商務印書館股份有限公司,1989年1月),頁5、317-8。
 48. 慧律法師編撰,《佛心慧語》(高雄:派色文化出版社,1990年10月)。
 49. 釋證嚴,《釋證嚴 生活的智慧》(台北:健行文化出版事業有限公司,1992年9月)。
 50. 釋證嚴,《釋證嚴法師靜思語》第一集(台北:九歌出版社有限公司,1994年10月)。
 51. 黃翠吟總編輯、劉玲瑜主編,《家 可以是天堂》(台北:財團法人泰山文化基金會,1997年,4月),頁13-22、95-120。