

## 第四章 討論與建議

### 一、增進學生壓力調適能力融入教學計劃於執行上的困難及其對執行結果的影響

本計劃於步驟一連絡兩所學校時，雖然得到校長與輔導主任的全力支持與協助推展，但僅有少數老師有機會瞭解本計劃的全貌。於大理高中，此項困擾的發生是因為能參與此計畫說明會的老師僅為全校教師人數的五分之一，且其中約有半數老師於開學後由於既定的教學安排而無法繼續參與本項計劃；有空來參加有關「壓力抒解工作坊」的老師卻又未能有機會完整地瞭解本計劃的理念架構。於大安國小則是因為鑑於前述大理高中的執行情況，一開始即選擇能夠配合的八位導師參與本計劃。另一方面研究主持人因病而延誤了與老師們作深入的研究理念與執行策略（技巧）互動之討論，以致於造成兩校之大多數教師並不完全瞭解本計劃的理念與目標，而少數參與的老師則因討論的時間有限，無法與主持人之過去三年在 921 震災重建區的學校執行經驗形成充分互動。再加上可以執行本項計劃的時間實際上是開學後的一個月之後，執行的時間僅一、兩個月，僅能進行「摸索與調整」可能的融入教學作法而已。與過去幾年在重建區的執行情況比較起來，那些學校經歷了震災，全校教師均體認必須隨時瞭解學生們的身心狀況，用來改善與調整學生的學習狀況，因此每校均為大多數教師先有兩年的使用量表篩選身心健康不佳的學生，並協助或輔導學生改善其身心狀況的經驗，再進行「壓力（災難）調適能力融入教學」之討論。於此情況下，同一學校教師們的相互支持與解決教學上的問題，顯然比提供「理念」與策略的教授們一學期一次或兩次的個案討論更具備實際協助教學之效能。兩者比較，此次於大理高中與大安國小的執行情況即缺少了：（1）藉由與全校（多數）教師的溝通，令多數教師「體認」學生們的身心需求；（2）藉由每位老師實際運用各項量尺，瞭解學生的身心狀況並因而有效協助學生解決其問題，藉由此類實際經驗具體瞭解此項作法有助於改善與調整學生的學習狀況，同時可以提昇教師本身的教學效能；（3）藉多數老師們相互的支持與互動，有效地解決教學上執行此融入計劃所可能面對的困難；（4）藉由一學期至少一次，兩學年至少四次的「個案討論」，多角度地探索最合適協助學生的方式。

如同心理諮商歷程必須經過「磨合」的過程，提供研究理念與執行策略的主持人也必須有足夠的時間與機會和兩所學校的所有（多數）老師藉由「磨合」達成相互共識與互信，本計劃的執行亦無法跳過此「磨合」過程來進行「融入教學」的改變。本計劃未能有效地進行「磨合」即試著勉強地進行「融入教學」計劃，可能是無法獲得更有效的「研究發現」的主因之一。

### 二、建立常模與篩選身心健康不佳學生的不足之處

本計劃用來作為學校常模的資料為一學期中，期初與期末兩次測量的資料，而進行篩選身心健康不佳學生的常模則僅只是期初測量的資料而已。如此之作法有兩項缺失：（1）無法瞭解該項「常模」是否穩定。一年級甫進入學校時的身心狀況，到上學期結束、或下學期初、或下學期結束，乃至於到二年級、三年級時，是否有變化，且此項變化是否具備跨組群（cross-cohort）的穩定度等，必須至少有三年的測量資料，方能有初步的瞭解。（2）本計劃所使用之量尺，於兩所目標學校的檢視，發現各量尺的再測信度均達可接受範圍，且以同儕提名法分組進行各量尺的構念效度檢驗，亦達理念結構所預期的效果，但是在以該方法檢驗健康不佳學生之篩選的同時性效度時，卻未獲支持，因此目前只能

暫時保持以偏離平均數 (deviate from mean) 的作法，就「高於 95%，或低於 5%」的條件篩選身心健康不佳的學生，未來需要藉個案研究之效度的探索，提出「切分點 (cutting point)」或「臨界點 (critical range)」來篩選學生，用來讓老師們於運用這些量表時，可以方便地僅只對平時教學有所懷疑的少數學生施測，而不必大費周章地全年級學生均施測。

### 三、「融入式教學」規劃上的不足之處

由於時間上的限制，本次融入式教學的規劃僅只運用於「國文」科的教學，且亦只進行到初步的探索與調整而已。雖然短短一、兩個月的嘗試在國小五、六年級的檢驗，有一些正向的結果，在高(國)中則仍然無法得到較清楚的效果。所以致此，主要的缺憾仍是負責研究者 (包括計劃主持人、共同主持人、協同主持人、以及研究員)，未能於事先即充分溝通此項規劃的原則與策略，而只有計劃主持人一個人熟悉所有之規劃原則與策略，因此當其因病必須休息時，即影響到整個計劃的推展。理想上，此項融入式教學計劃應可以融入各個科目，亦可以融入學校層級的課程、年級層級的課程、以及班級層級的課程，可惜缺乏事先的溝通並熟悉所有的原則與策略，並試將之分別融入全校層級的課程設計、年級層級的課程設計、以及每位老師的班級層級 (與個別學生的層級) 教學設計中，再據以推展於日常的教學中，以致於此次的計劃執行有多處無法落實。

### 四、建議

- (一) 本項計劃的推展應先進行「計劃負責人 (主持人、共同主持人、協同主持人、研究員)」的理念溝通，最好能達到整個團隊中的每一個成員均有能力帶領所有的設計規劃原則與策略。建議就一個學校而言，最好有校長、輔導主任或教務主任、輔導組長或教學組長、年級或科目的負責老師，以及有興趣的老師組成負責團隊，所有成員均熟悉「壓力調適能力融入教學」的所有理念與策略，再進行本項計劃。
- (二) 其次，應協助全校多數老師瞭解本計劃的理念原則與策略。建議最好能協助多數老師：(1) 體認學生的身心需求，實際運用各項量表較客觀地瞭解學生之身心健康狀況，並進而協助學生改善與調整學習狀況；(2) 體認經由此項努力可以提昇之教學效能；(3) 藉由個案討論達成教師們的相互支持與協助解決實際的教學 (學生) 問題。
- (三) 建立穩定的學校常模。本研究所使用的量表均為經過重複的檢驗與有效的心理測驗量表，但是仍無法取代各校的學校常模，因此建議最好能有計劃、有規則地累積資料，建立穩定的學校常模，包括各量尺用來篩選健康不佳學生的切分點或臨界區，以利教師們於教學上，方便地使用這些量表。
- (四) 融入式教學規劃的發展，建議最好能就不同的科目、不同的年級、以及不同層級的課程設計，有系統地規劃此項融入式教學。理想上，於國語文的規劃應與其它任何一科相互補足，且年級之間的學習成效應可以相互累進。
- (五) 建議整個計劃的評估，應以「學校環境是否提供足夠的社會資源與社會要求，與學生的自我認同 (self-identity) 之建立歷程形成互動，令學生喜歡學校，也可以在學校環境中獲得身心需求

的滿足」為評估原則，而以學生的「親子關係」、「師生關係」、「同儕關係」、「學習效能」、「一般身心功能」、以及「身心健康狀況」為具體的評估指標。