

如何教國中家政

涂夢俠
許美瑞

一、前言

教學是整個教育歷程的重心，它是一項專門的技術，更是一門藝術，它必須因人、因時、因地而制宜；家政教學亦不例外，而「家政」一詞的涵義至分歧而廣泛。因此「如何教家政」這一問題的答案，就顯得格外複雜了。首先，就「家政」一詞的涵義而言，若僅指手工藝、烹調或縫紉等操作技巧，則「如何教家政」這一問題的範圍就比較確切有限；若「家政」一詞指的是人羣關係及禮儀、家庭工藝、家庭膳食、個人修飾與服裝、家庭住宅、個人與家庭保健^①，則「如何教家政」或許就須按其性質之不同，分別討論如何教人羣關係及禮儀，如何教家庭工藝，如何教家庭膳食，如何教個人修飾與服裝，如何教家庭住宅，如何教個人家庭保健等六大部分；若「家政」一詞的涵義，除上述外，尚包含消費教育與管理、及許多適應現代生活所需的知識、能力與價值觀念等^②，則「如何教家政」這一問題，就不是輕易能解答的問題。

其次，在不同的環境中教家政的方法亦截然不同，如果在重視升學、忽視家政教育的學校中，則

只須將家政課外借其他學科教師，或讓學生自習，就功德圓滿了；如果在二重視升學，而表面上又強調德智體羣美五育並重的學校中，則教家政只須讓學生在學校的各種慶祝活動時能繳出若干五顏六色的作品展示即可，而毋須考慮這些作品是否為學生的作品；若在一視家政為藝能學科，旨在為調劑學生沈重的課業負擔，則教家政只須提供簡單的手工藝教學或烹調教學或輕輕鬆鬆的聊天，達到消遣的境地即成；不過若欲實踐國民中學教育目標，以期腳踏實地要達成發展青年身心，陶融公民道德，灌輸民族文化，培育科學精神，實施職業陶冶，充實生活知能，以養成忠勇愛國、德智體羣均衡發展之健全國民，並奠定其就業或升學之基礎^③，則「如何教家政」這一問題的答案，就耐人審慎思考了。若其中再考慮其物質環境與自然環境，則問題愈顯龐大。又若家政教育旨在輔導人們適應現代社會生活，則現代社會這個大環境變遷急遽則如何教家政的答案更得隨時因應社會變遷了。

再者，針對不同的學習對象，其教學方法及教材內容均各有不同。如果教學對象僅限於女生，則為符應國中女生的能力、需求與興趣的家政教學，由於有傳統模式可依循，較易解決；如果教學對象包括男女學生，則男女分班與男女合班的家政教學亦有若干差異；如果教學對象還包括身心殘障如智能不足者，則家政教學的目標、方法、教材等均有所不同。是以由於學習對象的有別，「如何教家政」就有許多不同的說法。

此外，針對不同專業素養的教師而言，則「如何教家政」這一問題的答案也各有不同。大體言之，受過正規家政教育專業薰陶的家政教師，較能澈底瞭解國民中學家政課程的目標是什麼，學生的能力、需求與興趣，教學的自然環境、物質環境與社會環境，選取適當的教材，熟練並選擇適宜的教

法來施教，故可望達成其目標；然而針對目前國中的家政教師約有百分之八十以上係非正規家政師資，甚且國文、英語、歷史、地理、公民與道德、指導活動、美術、音樂、童軍、工藝、體育、生物及健康教育等科教師兼有充任家政教學者而言^④，欲使他們能瞭解如何教家政，並能身體力行，或許有待於安排其家政教育的在職進修，方能奏效。

要討論如何教家政，除須考慮上述之家政的涵義、家政教學的環境、家政教育的對象及教師外，還得進一步釐清家政所要達成的成果是什麼？是要完成三樣家政作品？要完成教學進度表所列的單元？抑或要積極有助於學生適應現代生活，提高生活素質，諸如此類的問題，均為討論如何教家政的先決條件，是以本文擬針對家政課程的目標，家政教學的內容、家政教學的對象，家政教育的教師及家政教學的方法，詳加探究如何教家政。

二、確認並熟悉國民中學家政課程目標

任何教育的目標，率皆以充實國民生活知能，涵泳國民道德情操為鵠的；家政教育為整體教育中之一環，其目標自不例外。爾來人們對家政教育目標的看法，大抵根據其對家政教育一辭的看法而設定的。有將家政教育視為女子教育，而預備教育女子成為社會所期許的女性角色；有將家政教育視為熟練烹調與縫紉等手工技巧的教育，透過來自感覺的、手工的經驗與具體熟悉的對象，導致認知，並從中發現基本原理和一般法則，而使理智的推理能力更得以發展；有將家政教育視為家務管理的教

育，旨在創造一供家人一起生活的良好環境；有將家政教育視為應用科學於日常生活中，以期人們能生活得更美好、更幸福的教育。綜合這幾種不同的看法，可見家政教育是輔導人們成為良好家庭成員的一種教育，是針對家與家人關係的一門綜合科學，它教導實際有用的技術，以作為個人瞭解抽象法則的基礎；是協助人們創設幸福生活環境的活動歷程。⑤基於此，國民中學階段的家政教育，本質上是一種生活教育，是為適應生活並提高人們生活素質的教育。

根據美國奧立岡州的資料，其中學家政課程的目標的訂定，完全針對學生所能達成的預期行為為其終點行為，計有十項目標，十分具體清晰，足供參考，爰列於后⑥：使學生

- (一) 能表現為一學習者，公民、消費者、生產者、家庭份子及獨特個人；
- (二) 能擴展人際溝通，並應用會計與決策技巧，解決家與家人的生活問題；
- (三) 能藉人類生長與發展的知識，瞭解自我、家庭、社區，以滿足其身體的、心智的、社會的與情緒的需要；

- (四) 瞭解衣著的選擇、縫製和保養原則，以符合個人和家庭的需要；
- (五) 能應用食物與營養的知識，以符合身體的、心智的和情緒的需要；
- (六) 具備住宅與家具之選擇、安排、裝飾、維護、管理的知能，以作有效的抉擇與決策；
- (七) 瞭解資源管理原則的應用，以滿足個人、家庭與社區的需要；
- (八) 善用消費資料，以期合理支配個人與家庭財源；
- (九) 體認家庭與社區的衛生問題，並能應用家庭護理的技巧；

(十) 具備基本的就業知能，以應進一步家政生涯教育的需要。

回顧我國現行的國民中學家政課程目標，計有三項：

- (一) 培養學生適應家庭生活之基本知識與技能，確立家爲國本之觀念；
- (二) 使學生了解個人行爲與家庭幸福及社會發展之關係；
- (三) 啓發學生改善家庭生活之興趣，培養其建設幸福家庭之理想。

從上述三項家政課程目標，充分顯示國民中學的家政教育是一種生活教育，是導向於學生改善家庭生活爲旨趣。則何以學生只對家政教材之家庭工藝及家庭膳食二大單元感興趣^⑦，何以教師的家政教學大多花在手工藝的製作與烹調實習，它們只是家政課程的一部分而非大部分；再者，教師若僅視家政教育爲一種熟練烹調與手工藝縫紉等技巧的教育，而忽略藉以導致認知推理能力的發展，更何況教師教烹調、手工藝與縫紉，只能使學生達於學它或學會它，達於熟練的程度尚有一段距離。

因此，家政教師要教好家政課，要達成國民中學家政課程的既定目標，唯有先確認並熟稔其目標，方能正確而有效地進行家政教學。

三、選擇並熟諳家政教材內容

家政教師在確認並熟稔家政課程目標後，爲期正確而有效地進行家政教學，尚須熟諳家政教材內容。我國國民中學家政課程標準，將教材大綱分爲「人羣關係及禮儀」、「家庭工藝」、「家庭膳

食」、「個人修飾與服裝」、「家庭住宅」及「個人與家庭保健」等六單元，再分別規定各年級教材綱要。（詳見表一）就其所包含的六個單元言，已涵蓋了基本的食、衣、住、行、保健、人際關係及屬於手工訓練的家庭工藝。基本上，家政教師能熟諳這些領域的知識與技能即可，但由於此一課程標準係於民國六十一年公佈，開始修訂當更早於民國六十一年，迄今已約歷十載。十年來，社會及經濟生活的變遷急遽，若預期家政教育要能充分發揮其輔導國人適應現代生活，改善國人生活品質的功能，則須進一步充實家政教材內容。

表一 國民中學家政課教材大綱

項目	第一學年	第二學年	第三學年	說明
家人關係及禮儀 家庭 工藝 藝	1. 家庭的重要 2. 了解人與人間的關係 3. 如何與家人相處 4. 如何交友	1. 個人與家庭 2. 家庭生活與社會的關係 3. 如何改進家庭生活	1. 生活與禮儀 2. 青少年應有的生活態度 1. 基本編織法 2. 簡易刺繡 3. 其他手工藝	1. 應用編織法 2. 其他手工藝 為配合教學時數與學生個別需要起見，工藝品習作可由教師規定件數，學生自由選作

個人與家庭保健	家庭住宅	個人修飾與服裝	家庭膳食
<ol style="list-style-type: none"> 1. 生理健康與心理健康 2. 個人保健 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 住宅內外環境整理 2. 住宅安全常識 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 個人的修飾 2. 色彩在個人修飾上的運用 3. 服裝常識 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 營養的基本觀念 2. 食物的分類 3. 飲食的禮儀
<ol style="list-style-type: none"> 1. 家人保健 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 住宅環境的選擇 2. 簡易的庭園佈置 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 縫紉機的認識及使用法 2. 簡易縫製法 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 食物的營養成份 2. 飲食與健康之關係 3. 食物的選購
<ol style="list-style-type: none"> 1. 疾病與預防知識 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 簡易的室內佈置 2. 家具、食具、工具的使用與管理 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 服裝與飾物的選購 2. 服裝的保養 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 食物的簡易烹調法 2. 早餐的重要 3. 家庭膳食的配製

民國六十一年十月教育部公布
國民中學課程標準

近年來由於行為科學的勃興，家政的領域已不限於食物與營養、健康衛生、熱能與照明等自然科學方面的研究。對於兒童發展、家人關係、及消費經濟等從心理學、教育學、社會學、經濟學及人類

學的觀點之探究，充實了家政教育的內容；又由於重視未來、強調工作倫理、強調創新、強調實用知識等進步的改革觀念，導引了家政教育發展的方向，也影響了家政教材內容的選取。所以重視未來，是因為對學生而言，未來的他，是家庭中的主人，是社會的中堅，其未來的生活猶具重要性，家政教材乃須導向未來，朝向使他有更美好的未來而設計，使能更順利地適應未來。所以強調工作倫理，是由於現代人的市場性格導向，往往易於見異思遷，工作未及兩、三天或兩、三個月就更換工作，推而至於家庭生活或夫妻關係，亦復如此，則其影響非常深遠。所以強調創新，除了創新是朝向進步的方法之一外，人類天生好奇，加上社會變動不羈，個別家庭或個人的需求不一，家政教育未必能夠提供放諸四海而皆準的原理原則，為使學者能勝任變遷社會生活的教育歷程，不僅應提供新知識、新技能，並且應提供學生創新的機會。所以強調實用知識一方面是由於前述之重視未來及強調創新，很可能因而忽略實用的知識技能之傳授，另一方面當我們仔細去考查家政的內容時，會發現絕大部分是有關自然與物質事物的特性、分類及解釋，處理這些事物的程序或技術，及社會關係與社會力量的解釋，而我們所迫切需要的是針對學生的發展階段、社經情況、生態環境，提供確實有用的知識。

再者，由於社會變遷的結果導致家政教學重心的轉移。我們的社會，人與人的相互依存性不斷地昇高，例如烘烤食物、吹頭髮、調節空氣，使用吸塵器與冰箱等所需的電力，仰賴大發電廠的供給；我們需要廠商生產提供新穎有效的清潔劑與防臭劑來整理生活環境；我們的娛樂也大半仰賴演藝人員、電視及電影工作者的努力，食、衣、住、行及育、樂，無一不仰賴他人。過去家政教育的目標在於協助個人並使家庭成為社會中獨立自足的基本單位，教以如何自製食物、縫製衣服，如何根據節

約、樸素和儲蓄的原則，謹慎地做家庭預算。今日由於社會的相互依存性增加，家政教育必須反映這類需要，教之以如何判別廣告及大眾傳播資訊的真偽，取其利而去其弊，如何有效選擇利用家庭以外的服務；如何促成政府的行動以保障消費大眾的權益，如何增進人際關係，特別是家人關係；如何促成個人的自我實現。此外社會變遷的結果，形成了過去所沒有的青少年文化，也影響了家政教育重心的轉移。過去由兒童至成人是驟然成長的，女孩子一旦結婚，離開了親生父母，男孩子一旦離校而自力更生，即被視為成人，而不論其年齡或生長發育。今日的年輕人太早花費心思於服裝儀容，熱衷於抽煙、約會、駕車等過去為成人專享的活動，這些由兒童過渡到成人的「邊際成人」，在其過渡歲月中，形成了青少年文化。這種轉變，使家政教師不得再完全專注於女性未來的家庭職責之指導，開始其對青少年當前情況的關切，因此諸如個人化裝、合宜的服飾、約會的忠告、個人金錢的管理，以及生理的成熟等是中學家政課程的一般內容。

綜合上述，由於行為科學的研究充實了家政教育的內涵，由於進步的改革觀念導引家政教育發展的方向，以及由於社會變遷導致家政教學重心的轉移，使得家政教材內容必須因應需求而適度地改革與充實。⑤就前述之我國國民中學家政教材之六個單元觀之，如果預期家政教育發揮其應有的功能，則除各年級的教材綱要須符應需求加以增刪外，似應加強消費教育與管理及人類發展與家庭兩方面，尤其要著重於養成學生具備作決策的能力、解決問題的能力及舉一反三的能力。因此理想的家政教材內容至少應包括(一)營養與食物管理；(二)衣飾與織物產品；(三)住宅與生活環境；(四)人類發展與家庭；(五)消費教育與管理及(六)家庭工藝。

四、瞭解並關切學生的需要

國中學生正處於青少年發展階段，無論其身心發展皆處於過渡時期，而其知識技能基礎的建立，其興趣、態度、理想、品德的培養，其價值觀與人生觀的形成，多在此時期，是為人生歷程中最重要之階段。基於其生理發展特徵的變化與速率的改變，家政教師應提供他此期合宜的衣著與營養之知識，養成其具備選購衣食消費的適當能力、及衛生習慣之養成等。由於性成熟過程所帶來的困擾，教師須予以正確的輔導；更由於此時自我觀念中價值標準受到同輩團體的影響大於父母，於是，與父母每有衝突便表現脫離家庭束縛的傾向，不但感情上卻與父母疏遠，而且對父母在求學、交友、生活各方面的干涉表示厭惡，他企求獨立，又怕失去經濟方面的支持，也苦於無法經濟獨立，此時迫切地需要家政教師提示他「人類發展與家庭」及「消費教育與管理」等有關的知識。因此家政教師首需瞭解其教學對象所處的發展階段及其所迫切需求的知識與能力。

又由於社會對男女兩性角色的期望並不一致，這種不一致的看法多半是受到傳統及大多數人的看法之影響。角色期望對青年人能力的發展，有直接的影響，當女孩子視「妻子」或「母親」為其未來的專任角色，男孩子視維持家計為其未來主要職責時，則欲期培養他們其他方面的應盡職責，或許就顯得不十分重要。所以傳統的家政教育，強調傳統的性別角色期望，今日的家政教育受到傳統的影響，仍然是給予女生的教育，是期望女生像「母親」，期待她們過一種柔順的、做家事的及教養子女

的家庭生活。過去男女兩性在家庭中經濟的合夥關係是「男主外，女主內」，在教養子女的合夥關係上是妻子整天照顧子女，而子女的重大事情由先生做決定。今日由於大量生產的物品，以及許多新設備的代勞，經濟上的合夥關係，意味著夫妻雙方皆出外就業。由於夫妻均出外工作，因此無論從平等原則或體力的限度上言，家事工作亦應由夫妻雙方共同負擔。因此男性在家庭中所扮演的角色發生改變，使他迫切地需要接受家政教育。家政教師不僅要瞭解男生需要接受家政教育，更要認清男生不必接受與女生完全相同的家政教育，也不能接受與女生完全不同的家政教育，前者是基於其生理與能力的考慮，後者是著眼於男女兩性角色期望的改變。

瞭解學生除重視其發展需求及男女兩性皆需接受家政教育外，目前我國特殊教育的發展迅速，在國中普遍設有益智班，招收輕度智能不足的學生施予國民中學的教育。這些學生最需要的是生活教育，而前已敘及，國中的家政教育本質上是一種生活教育，因此益智班學生接受家政教育係屬當然。家政教師要瞭解這類心智障礙者學習時的特徵，方能正確、有效而安全地進行教學，達成目的。輕度智能不足學生在學習時通常具有下列七項特徵：(一)缺乏基本知識，對周圍環境體察的敏銳度很低；(二)很難遵照指導；(三)閱讀和接受的詞彙有限；(四)抽象和概化的能力有限；(五)記憶力差；(六)短暫的注意廣度；(七)欠缺社交技巧。⑨家政教師瞭解輕度智能不足學生在學習時有此諸項特徵，將有助於其設定教學目標，選擇教材及教法，而完成有成效的教學。針對這些特徵，教學時猶須格外注意，此部分將於本文末，論及教學方法時一併敘述。

五、充實並具備家政教師應具的能方

家政教師應具的能力，至少包括兩方面，一是做為家政教師所應具的基本能力，諸如在家政教育哲學、家政專業角色、家政教學計畫、家政教學過程及家政教育的研究等能力；二是做為家政教師所應具的專業能力，包括營養與食物管理、衣服與織物、住宅與生活環境、人類發展與家庭、消費行為與管理等五方面的能力。由於國內對家政教師應具的能力之研究，尚在進行而未見研究報告，故此處將參考美國愛阿華州立大學有關家政教師能力之研究^⑩及筆者近年來從事家政教育之心得，條列出家政教師應具的基本能力和專業能力，供家政教師自修之參考。

(一) 家政教師應具的基本能力

(1) 家政教育哲學：

1. 能在家政哲學、職業教育哲學、生涯教育哲學及現代教育哲學的基礎上，形成並融會貫通其內在一致的專業信念。

2. 能將專業信念與有關法令結合，以決定家政教育課程方案。

(2) 家政專業角色：

1. 能表現執行家政教師的專業角色，是一學習的促進者、諮商者、協同者、傳播者、詮釋

者、社會的聯繫者與專業的一份子；

2. 能表現受任為一家政與教育之專業工作者；

3. 能擔當本身及專業成長的責任；

4. 能表現個人及專業的倫理行爲；

5. 能分析並評鑑社會立法，包括影響個人、家庭與社區的福祉之立法。

(三) 家政之教學計畫：

1. 能確認並分析被指定的家政教學之有關資料；

2. 能被指定的家政教學方案選定目標、教材與教法；

3. 能將家政教材系統化、統整化，以迎合學生需求；

4. 能執行被指定的家政教學方案；

5. 能評鑑被指定的家政教學方案；

6. 能將國民教育目標、課程目標等統整於整個家政教學方案中。

(四) 家政之教育過程：

1. 能利用溝通的技巧於教學中，以便利學生學習；

2. 能設計適合於特殊學習者的教學計畫；

3. 能達成教學計畫；

4. 能計畫、評鑑並運用評鑑，作為整個教學過程的一部分；

5. 能創設一學習環境、樂觀地處理教育過程內之各種交互活動。

(五) 家政教育之研究：

1. 能認定並欣賞研究在便利教學過程與擴充知識的角色；
2. 能運用研究的發現來改進教學過程，並作為知識的來源；
3. 能瞭解研究過程的要素。

(二) 家政教師應具的專業能力

(一) 營養與食物管理：

1. 能衡量影響個人飲食習慣之因素；
2. 能確知食物的管理與供應對人類發展、人際關係及就業機會的影響；
3. 能確知營養的基本觀念；
4. 能根據營養素的特性、功能及其相互關聯，將營養素加以分類；
5. 能說明食物之攝取與健康及儀表的關係；
6. 能描述體內利用食物的生理過程；
7. 能確認各類營養素之重要食物來源；
8. 能解釋食物之攝取，採多樣化及適度化的效力；
9. 能確認心理因素影響食物之選擇、管理與供應；

10. 能運用食物之物性、化學組成或特性於食物的選購及製備技巧；
11. 能分析引起貯存食物營養價值變異的因素；
12. 能解釋製備好的食物特徵變異的原因；
13. 能評量烹調後食物的品質；
14. 能確認技術的發展影響食物的生產與分配；
15. 能確認新食物的製造與分配與社會經濟的發展有關；
16. 能分析市場情況與消費者抉擇的關係；
17. 能確知工廠與政府機構在建立食物的生產與銷售之角色；
18. 能分析周遭及全球環境資源與食品工業技術、生產及消費的關係；
19. 能確知滿足各生命週期之每日基本營養需要量，而加以計畫之；
20. 能確知營養與食物管理有關的行業及就業趨勢。

(二) 衣服與織物：

1. 能於衣飾上確認藝術要素與設計原理；
2. 能解釋衣飾利用設計所表達的情感與創意；
3. 能運用設計來表達情感與創意於衣飾中；
4. 能認識利用衣飾的文化差異；
5. 能認識利用衣飾的社會差異；

6. 能認識利用衣飾的心理差異；
 7. 能分析衣飾的文化、社會及心理意義的關聯；
 8. 能評估衣飾的物理特性對保護個人身體的貢獻；
 9. 能描述織物的結構與性質之關係；
 10. 能解釋衣服與織物由設計製作以至成品的過程；
 11. 能解釋衣服與織物之耐久性、用途及保養；
 12. 能運用決策技巧以獲得利用及保護衣服與織物；
 13. 能示範縫紉、修改及保養衣飾的方法；
 14. 能示範選擇，保養及利用設備以製作及維護家人衣物；
 15. 能認識工商業界生產及維護衣飾的方法；
 16. 能分析有關衣服與織物的立法對消費者的影響；
 17. 能確認有關衣服與織物的研究對消費者的影響；
 18. 能分析消費者在衣服與織物的立法方面所應扮演的角色；
 19. 能確認有關衣飾行業的就業狀況；
 20. 能確認有利於維繫該職業所應具的工作態度、人際技巧及管理技巧。
- (三) 住宅與生活環境：
1. 能確認個人的基本身心需求與生活空間之選擇與利用的關係；

2. 能分析個人與家庭的需求及生活方式作有效的住宅選擇；
3. 能分析社會文化因素對個人及家庭生活空間的影響；
4. 能分析生活空間與個人、團體的整體需求相配合；
5. 能瞭解政府的政策對住宅選擇的影響；
6. 能描述住宅的選擇與社會環境之間的關係；
7. 能描述住宅的選擇與自然環境之間的關係；
8. 能分析與住宅有關的就業機會；
9. 能確認發展與住宅有關的行業所需之知識、態度與技能；
10. 能評估住宅結構、家具及設備的設計對個人及家庭的影響；
11. 能設計有效的生活空間以達成個人及家庭的需求；
12. 能確知家具設備的維護方法；
13. 能評估科技文明對生活空間之選擇與利用的衝擊；
14. 能評估利用社區服務以提供令人滿意的生活環境；
15. 能分析獲得及維護住宅的經濟問題；
16. 能分析良好住宅所應具備的條件；
17. 能確知住宅的設計結構型式以利於住宅安全；
18. 能明瞭自然環境與個人及家人的健康、安全及需求之關係；

19. 能分析個人與家庭在與住宅有關之公共政策公佈或執行時所扮演的角色；
20. 能衡量態度、知識與技巧對選擇利用住宅、家具及設備的衝擊。

(四) 人類發展與家庭：

1. 能陳述人類各階段的發展特徵；
2. 能發現影響個體整體發展的因素；
3. 能分析人類生理發展的先後順序；
4. 能分析遺傳與環境對個人人格的影響；
5. 能確知可預測的發展過程；
6. 能描述人類發展的原則；
7. 能確知各發展階段之個人需求；
8. 能描述各發展階段之個人潛能；
9. 能描述各發展階段自我觀念的發展與維護；
10. 能比較各階段的自我觀念對個體行為的影響；
11. 能描述並比較輔導兒童的各種方法；
12. 能確認文化、風俗、習慣對個人價值觀念發展的影響；
13. 能分析提供個體充分發展最適宜的環境條件；
14. 能尊重來自各個不同環境的學生；

15. 能分析家庭對社會的貢獻；
16. 能確認影響人類幸福的環境因素；
17. 能說明環境與人類交互影響的關係；
18. 能示範溝通技巧，例如傾聽、磋商及解決衝突的方法。
19. 能解釋各家庭成員在不同家庭的貢獻；
20. 能分析家庭與社會單位間衝突的情況。

(五) 消費行為與管理：

1. 能確認消費者的收入與消費型態的關係；
2. 能比較消費者的抉擇與文化差異、社會情況、生活週期及生活方式的關係；
3. 能分析消費者利用物品與商業性服務的消費行為對達成生活目標及生活水準的影響；
4. 能描述政府、生產者、銷售者及消費者在經濟中的相互關係；
5. 能描述政府稅收的目的、功能及來源；
6. 能分析影響價格的因素，包括生產、分配與銷售物品及商業性服務的成本；
7. 能分析影響消費行為的個人因素；
8. 能搜集並評估有關消費者抉擇的資料；
9. 能瞭解廣告對銷售成品與消費行為的影響；
10. 能積極有效的利用消費者的權利，例如要求賠償、自由選購、確保安全、接受消費者教

育；

11. 能檢舉不利於消費者之物品與商業性服務；
12. 能確認檢舉消費者對物品與商業性服務之有效反映途徑；
13. 能確認有效的管理個人與家人時間、金錢及精力的技巧；
14. 能確認符合家人身心發展與需求的管理方法；
15. 能分析管理之原則，以便利個人和團體生活目標之達成；
16. 能分析管理與個人、家庭、政治、教育及社會文化的相互關係；
17. 能解釋管理的意義與目的；
18. 能分析管理與決定生活習慣的因素及有效利用資源之相互關係；
19. 能分析社區服務之利用以充實家庭生活管理。
20. 能確認各種職業均需管理技巧。

這裏特別要加以說明的有兩點：一是一般人以爲國中教師並不需要研究方面的能力，事實上惟具有備此等能力方能擴增教材的廣度與深度，增加專業知識，尤其瞭解研究過程與方法之要素，較能選擇良好的研究成果加以利用，因此家政教育的研究能力，仍是國中家政教師應具的能力之一。其次，在前述的家政教材包括「家庭工藝」，而在家政教師應具的專業能力中，並未條列教師在該領域應具之能力，主要係由於美國中學家政課程中無此一單元，而我國有關家政教師在這方面的能力之研究，尚乏系統資料可資參考。

六、合宜而有變化的教學力法

欲求教學能發揮實效，則教師必須善用方法引起學生學習的興趣；如果學生缺乏學習動機就很難從事於有效的學習。因此家政教學方法必須饒有變化，使學生在身體、心智與情緒方面，均有參與活動的機會，諸如提供閱讀材料或呈現生動有趣而實用的資料；運用訪問、討論、戲劇化與示範等教學技術協助教學，以有趣的演講呈現事實，使之產生興趣，提供靈感；或運用學生扮演消費者、家庭成員或受雇者的角色，從事消費教學，使學生更熱衷於學習；或參觀旅行，無論實地的或透過影片與電視，使學生擴大眼界；具可辯論性的家政教材，則讓學生從不同的觀點發表意見，因辯論活動在資料與觀點呈現方面，同樣地有助於學生鎮靜沈著的思考與自信心的培養；競賽方式亦為很有有效的教學方法之一，它涉及積極主動的心智上及情緒上的參與，藉小組成員的合作以對抗其他小組，可導致滿意的結果，並增強動機，惟教師要確定學生在遊戲競賽中所傳遞訊息的正確性。

為使教師易於瞭解在實際教學情境中，如何進行教學，此處將家政教學可採行的教學方法先行分類列出，其次，將針對國民中學課程標準所列的六個單元舉人羣關係及禮儀、家庭工藝及個人修飾與服裝之如何教法，詳加討論，最後並針對國中益智班學生學習時可能的特徵，提出進行家政教學時應注意事項。

(一) 家政教學法的類別：

近年來在家政教學方面經常採用之可行的教學方法可分成下列五大類：①

- (一) 以教師一人為中心的教學法：(1) 示範法；(2) 講演法；(3) 故事講述法。
- (二) 以教師和少數學生為中心的教學法：(1) 訪問法；(2) 口頭報告法；(3) 陪席討論法；(4) 專題討論法。

(三) 以小組為中心的演戲法：(1) 啞劇法；(2) 面具法；(3) 木偶戲法；(4) 角色扮演法。

(四) 以教師和所有學生為中心的教學法：(1) 討論法；(2) 實驗法；(3) 競賽法。

(五) 以教師和個別學生為中心的教學法：(1) 個別指導法；(2) 獨立學習法；(3) 學習袋法。

這些教學方法，教師需熟練其使用的原則，並根據教材性質、教學情境、教學對象及教學目標等靈活運用，以期更能發揮家政教學的效果。

(二) 家政教學法舉例：

(一) 如何教人羣關係與禮儀：

我們的學校教育一向較強調非交互性問題的學習，例如一道數學題或一則謎題，欲解決此類問題，個人只需掌握其具體的材料，因而這類問題的答案通常是可預測的，具有一致性的。解決此類非交互性問題所涉及的只是學習者本身，至於交互性問題，則涉及兩個或兩個以上的個體，個人需要

考慮「如果我這樣做，對方會怎麼辦？」個人掌握對方或推測對方，也同樣地受對方掌握或推測，例如玩撲克牌、下棋等，顯然地，其答案較不確定，也不具驗證性。「人際關係與禮儀」正是屬於這類交互性問題，培養解決此類問題的能力是相當重要的，因為它是適應家庭生活、學校生活及社會生活所不可或缺的能力。因此家政教師不能忽視此單元的教學。

進行此單元的教學，有幾個主要的步驟，即發掘學生的需要，擬定教學目標，設計教材大綱，然後進行教學，最後再加以評鑑。發掘學生的需要，旨在考察學生在「人羣關係與禮儀」單元中，是缺乏有關那一方面的知識，如果我們發現學生的主要問題在於自我中心，人緣太差，則進一步擬訂教學目標。教學目標是教學的指引，要簡單明瞭，切合學生實際的需要，根據上例可以擬定這樣的教學目標：

1. 認識個人與團體的不同；
2. 認識個人與團體的關係；
3. 比較彼此分散的個人所組成的團體與彼此合作的個人所組成的團體；
4. 分析人與人彼此合作的要素。

教學目標擬訂之後，然後搜集、整理並分析教材，繼之以教學。此類課程可先採講演法，其次再採用討論法教學或觀察法，無論是採討論法或觀察法，均得著重結果的分析與綜合。對於教學效果的評量，通常簡單的方法是測驗題考查其學習後的能力，但這類考查易流於非交互性問題之型式，故最好的方法是考查學生行為的改變，當然這類考查必須是長期而延續不絕的，較為有效。

(二) 如何教「家庭工藝」：

所謂「家庭工藝」是一般在家庭中能夠做得出來的手工藝，而這些手工藝作品，也大半可以適合家庭的應用。國中的家庭工藝，第一學年包括：基本手縫法、基本刺繡法、基本鉤針法、應用鉤針法；第二學年包括：基本編織法、簡易刺繡、其他手工藝；第三學年包括：應用編織法及其他手工藝。這些教材，家政教師均應相當熟悉。

家庭工藝大多是以實習為主，教材的選擇與編排，課前的準備及上課中均有許多要注意的事項，與上其他單元的課程不太一樣。教材的選擇需考慮者有：1. 材料的費用，是否易於準備及是否能讓學生表現創意；2. 工具的數量、安全及維護；3. 工作場所的照明及活動空間；4. 大多數學生的興趣與需要；5. 配合地方色彩的特種手工藝；6. 注意季節、節日與教材的關係；7. 與其他學科取得連繫。課前的準備，即是先將工具及材料準備好，材料購買的方式，最好是由學生負責買，不易買的材料教師可提供商店地址供學生參考，如此可以提供學生購買物品的機會，又由於大批購置比零買便宜，可將學生分組，輪流負責採買，磨練學生的辦事能力。上課前務必將材料準備妥當，否則上課情形大受影響。此外，簡單的工具，例如剪刀、針線、鉤針等亦須由學生自備，像縫衣機之類的工具則由學校提供，課前教師亦須檢查有無故障。教師自己對這些材料應有相當的認識，了解它們的特性等，以備講解，製作教具，以利教學。教學過程的安排，時間方面在適當安排，兩個小時的實習課，應先簡介實習材料的特性、工具的用法與注意安全、及工作的方法與程序。接著是教師的示範，示範最好分組，取其人數少，易於看清楚教師的示範，但教師須安排其他未輪到看示範的學生之活動，否則容易導致

秩序大亂。下課前，要留一小段時間，讓學生整理教室、收拾材料及工具，使教室恢復原狀，並養成其良好的工作習慣。

由於家庭工藝的材料日新月異，所以技巧也時時在改變；由於人們生活水準的提高，對偏愛裝飾性工藝作品，又由於我國許多極富價值的民間藝術，急待保存、推廣及更新。因此，家政教師對家庭工藝的教材及技巧須時時研究，不斷學習方能勝任。

(三) 如何教「個人修飾與服裝」：

個人修飾與服裝的教材包括第一學年的個人的修飾、色彩在個人修飾上的運用及服裝常識，第二學年的縫紉機的認識及使用法及簡易縫製法，第三學年的服裝與飾物的選購及服裝的保養。此一單元由於範圍廣，教師一定要經精密的思考、妥善的計畫，方能設計合適的教材，不僅符合課程標準，並且可採用各種教學活動，既合乎學生的能力與經驗，又使學生感覺興趣。

談到教學方法，一般的家政教學，除了講演法外，就是實習，這兩種方法也是教此單元有效的方法，但若多採用其他各種教學活動，必將使教學更生動，效果更理想。下面提供一些宜於用於本單元的教學活動及其使用應注意事項，供大家參考。

1. 討論：討論是教學方法中，一種有效的辦法。一般討論的題材，可分兩種，一種是將與課程有關的材料，編成例案，交由學生研讀，使其搜集充分資料後，就不同的觀點，發表意見。例如，關於服裝設計，可以就時下流行的式樣，討論其款式的優劣、流行的因素。又在參觀過服裝表演後，討論有關色彩調和的問題。再有一種是討論生活經驗中共同興趣的問題，學生可依各人生活背景之不同，

發表其意願與好惡。例如關於顏色與服裝質料的選擇。所以諸如服裝的洗滌與保養、中學生的衣著與修飾等均可探討論法，惟班級人數太多時，須分組進行。

2. 鑑賞：上課時，教師可利用講解、分析及閱讀書報雜誌等辦法，養成學生優良的鑑賞力，使學生認識優良的設計或完美的作品，也懂得選擇與愛好。教師要幫助學生正確的鑑識，最便捷的方法是告知學生應愛好什麼，不應愛好什麼，但是這容易使學生誤認他們應迎合老師的觀點，才是正確的。所以教師應使學生多看、多參觀、多欣賞，然後師生共同分析討論。

3. 設計：設計時，必須明瞭為何設計，例如做一條裙子，必須先問，這裙子在何種場合穿著？如果郊遊用，就不能是窄裙，穿著的對象如果是小女孩，則顏色須鮮艷活潑。教師應該提供學生一些基本觀念，提供不同式樣，講解其中分別，由學生自己的觀點來設計，然後畫紙型，由教師修改後，再研究布料花色。如果教師讓學生像做制服一樣，就乏味可言，也失去設計的意義。

4. 示範：一件完美的衣服，除有優良的設計外，必須有精巧的手工。教師應隨時指導，示範各種裁剪與縫製的方法。例如各種衣料的鑑別及修補、熨燙衣服，都可用示範法教學。這種實際的表演，遠較口述要有效得多。

5. 參觀：參觀紡織廠、洗染公司、綢布店、成衣廠等，使學生對於布料、洗染、縫製等知識，得有實際觀摩印證的機會，而易於理解。應注意的是，對於所參觀的各項，一定要解釋清楚，否則走馬看花，將一無所得。

除以上列舉各項外，還可利用掛圖、佈告板、絨布板等幫助色彩的配合、服裝的選擇及服裝的設

計等講解之用，既供學生觀賞，又可提高學習興趣。

以上列舉「人羣關係及禮儀」、「家庭工藝」及「個人修飾與服裝」等三個單元的教學方法及注意事項，酌供參考。^⑫

(三)國中益智班學生的家政教學

針對國中益智班學生的能力及需求，則宜授予實際與生活有關或得以謀生之一技之長等實用的知識；然而，針對其學習時的特徵，家政教學時必須特別予以注意，茲根據其學習時的特徵，舉例說明教學時應注意事項如下：

(一) 缺乏基本知識：

對周圍環境體察的敏銳度很低；智能不足兒童從生活環境中所獲得的知識很有限，對環境的知覺，不論深度及廣度，均不如普通兒童，這可能是由於這類兒童被過度保護或成人不放心讓他去做，所以缺乏生活經驗，加上可能腦部受損，所以學習的速度和效能均很差。教導此類智能不足兒童時，應多予提供其基本的背景知識。例如烹調教學時，根據食譜，須將蛋白加入碗中，教師告訴學生，將蛋打開，白色部分倒入碗中，他立刻用手打蛋，由於用力過猛，蛋白與蛋黃已混在一起，他記住老師的話「白色部分倒入碗中」，因此他將唯一屬白色的蛋殼倒入碗中。爲了補救智能不足學生缺乏背景知識的缺點，教師的指導要完整而清晰，文字的步驟說明或口述的指導語需審慎編寫，上課時並鼓勵其問問題，教師方知其困難所在。此外，一很重要的，且足以鼓舞其學習的，就是讓他深切了解爲什

麼我們該這樣做。上例中，我們應告訴他，蛋殼是不能吃的，然後以一小片蛋殼，讓他放在嘴裏嚼嚼看，他很快就學會爲什麼蛋殼不會在食譜中出現。

(二) 很難遵照指導：

大多數的家政學習的操作活動，需要仔細按照教師的指導去做，有時一點點小錯誤，很可能引起很大的困擾，因此智能不足學生此一缺點，給家政教師帶來極大的困擾。例如教學生發麵糰，由於天氣很冷，教師就教學生放在乾燥機上幾秒鐘以待發，教師忘了告訴學生幾秒鐘後關掉電源，結果麵糰再也發不起來。教師不完全的指導，加上學生無能力以考慮其因果關係，造成這樣的後果。又如起油鍋時，油鍋熱了，突然冒起火來，教師一聲令下：「把鍋拿下。」學生遵照指示，拿下鍋子，放置地上，結果放在一桶沙拉油旁而燒火了。教師的指示不夠沈著、不夠正確，加上學生的能力有限，造成這樣的結果。再如倒退的指示，也足使智能不足兒童困惑，教師說：「加入蛋，當可可牛奶液冷卻時！」學生只看到或聽到「加入蛋」，就把蛋加進去了，再看到或聽到「可可牛奶液冷卻時」已來不及了。教師一方面應提供清楚的指示，另一方面要求學生仔細看完或聽完一步驟再操作。

(三) 閱讀和接受的辭彙有限：

智能不足兒童無論語言的或文字的教學，都要用很簡單的字眼，視聽教具及圖片有助於與智能不足兒童的溝通，因此具有美術繪畫等能力的教師是教益智班很好的人力資源。家政教師教學時，宜儘量利用簡單而符合其理解能力及概念層次的字眼。例如教他們縫製衣服，則縫線、縫邊、剪裁及半公分寬的縫線等都要教他認識清楚。

(四) 抽象與概化的能力有限：

智能不足由於經驗有限及能力不足，因此缺乏較高級的智力，例如抽象與概化的能力。教導智能不足兒童錢幣的價值概念時，用製作的教具還不如實物教具的錢幣，或帶到商店實際購買物品來得更有效。教智能不足兒童洗衣服時，用講演法告訴他將衣服如何分類、水的溫度如何、織物的性質等，說了半天，還不如安排一實際情境，讓他看看把一件鮮紅的襯衫與一件潔白的襯衫一起放入熱水中洗濯的結果，或讓他看看毛衣放入熱水中洗濯的彈性及樣式的變化。針對其抽象與概化的能力有效，在教學中涉入儘多的感官經驗、呈現具體的事物、提供可操作的材料及較少抽象的事物，均是有助於其表現較佳的作業成果及概化能力。

(五) 記憶力差：

智能不足兒童即使是短短幾分鐘的視聽教材，也難以記憶，只有少數較簡化的資料或能記憶，提供瞬間立即的回饋，對他將有所助益，故教師需隨時喚醒其記憶。重複是教智能不足兒童的重要方法，因重複得以獲得保留。所以過度學習是絕對必要且有效的策略。過度學習所得的事實或概念，若有機會增強學習或加以應用，則更形有效。

(六) 短暫的記憶廣度：

智能不足兒童注意力集中的時間很短暫，很快地就會分散到許多小事物上，所以教師安排教材的性質及學習的長度必須加以限制，或分爲若干段落分散學習，否則易於感受挫折而影響學習的興趣與成果。

(七) 欠缺社交技巧：

智能不足兒童由於被非智能不足兒童隔離及父母的過度保護，缺乏與他人交往的機會，有之，亦屬同病相憐者，因此缺乏社交技巧。爲了其將來就業，也爲了維持較正常的社會生活，應多提供他們社交生活的經驗。

本文前後討論了如何教家政的有關策略，均係著眼於教師，教師若能確認並熟悉國民中學家政課程目標、選擇並熟諳家政教材內容、瞭解並關切學生需要、充實並具備家政教師應具的能力及選擇合宜而有變化的教學方法，當有助於其教導家政課程。此乃由於教師是教學的靈魂，且「如何教家政」這句話的主詞當爲教師。質言之，教學的要素，雖可區分爲目標、學生、課程、方法、環境及教師六者，而六者之中，除學生外，以教師爲最重要，因此師資是優良教學的先決條件。本文的探討，期能有助於家政教師增進教學能力。

【附 註】

- ① 國民中學課程標準中華民國六十一年十月教育部公佈 正中書局印行 頁二一九至二二〇。
- ② 許美瑞 美國家政教育發展之研究 臺北市：文景書局 民國七十年四月 頁八四。
- ③ 同①，頁一。
- ④ 許美瑞 國民中學家政教育之檢討與改進研究 家政教育通訊 第七卷第七期 民國六十七年四月 夏一至一一。
- ⑤ 同②，頁六至十一。

- ⑥ Peters, L. (ed.) K-12 Course Goals in Home Economics, The Oregon local and intermediate education school districts of Clackamas, Multnomah and Washington, Counties, 1973.
- ⑦ 同④。
- ⑧ 同②。頁一四四至一五五。
- ⑨ Fletcher, D.N., "Adapting Home Economics Curriculum for Eductable Mentally Retarded Student," *Journal of Home Economics*, Spring 1980, 72 (1), 46-49.
- ⑩ (1)Home Economics Teacher Educators, *Instruments for Assessing Selected Professional Competencies for Home Economics Teachers*, The Iowa State University Press/AMES, 1978.
(2)Home Economics Teacher Educators, *Competencies for Home Economics Profession*, The Iowa State University Press/AMES, 1978.
- ⑪ Fleck, H., *Toward Better Teaching of Home Economics* (2nd. ed.) New York: Macmillan, 1974, pp. 158-189.
- ⑫ 三個單元的教學舉例係參考「中等教育」第十三卷第三期 「怎樣教家政」專號 民國五十一年六月出版。
- ⑬ Fletcher, D.N., *op. cit.*