

打理「美」一天

臺北市立實踐國民中學 蘇月琴 黃倩茹

摘要

本教案的靈感起源於教育部於民國 94 年 8 月宣告廢除髮禁之主張,引起各界譁然,但多著重於討論廢除髮禁的利弊,擔憂學生作怪,至於如何培養學生的自律、實施美感教育等重大課題,卻鮮見討論。此外,本校推行「榮譽便服」制度已久,照理說來,學校對於便服未有規定,學生應能充分發揮自律的能力,但實際上常見學生穿著邋遢或盲目追求流行,缺乏服裝禮儀的修養,因此本創新教案藉由髮禁之時事議題,將「生活教育」與「美學教育」推展至整個服裝儀容,邀請學生一同思考如何管理自己的頭髮與服裝,兼具美感、禮節與尊重,打理自己的「美」一天。

關鍵字：髮禁、生活教育、美感教育

壹、背景說明

本教案的靈感源於教育部廢除髮禁之主張,及本校推動榮譽便服的制度。原綜合活動領域已包含儀態教學,卻獨漏髮式而未談。是故,本創意教案以當前熱門的髮禁議題為開場,期使學生思考髮禁的歷史意義,並加入「自我髮式管理」之課程,嘗試有別於傳統作法的創新教學。

教育部在民國 94 年 8 月 16 日明令宣告「解除髮禁」,引起各界譁然,但大多著重於討論廢除髮禁的利弊,甚至擔憂學生作怪、難以管理,至於如何培養學生的自律能力、如何實施美感教育等重大課題,卻鮮少討論。

回歸教育部宣示「解除髮禁的重點,在於透過「尊重個人選擇、包容不同的聲音、接受多元的審美觀」之基本態度,不再針對學生的髮式予以任何限制與懲處,並本於適性發展之教育目的,加強生活教育及美學教育,以強化學生自律、自主能力之提昇」(台北市政府教育局函,2005)。但光廢除外在的約束,不一定

能強化學生的自律能力，也不代表生活教育與美學教育能獲推展。是故，與其爭論髮禁解除的利弊，倒不如認真思考如何推展「生活教育」與「美學教育」，才不枉費教育部之良法美意。

除了髮式之外，個人的儀容尚包含服裝穿著。本校推行「榮譽便服」制度已久。照理說來，學校對於便服未有規定，學生應有充分空間發揮自律能力，但實際上常見學生穿著邋邋或盲目追求流行，缺乏服裝禮儀的修養。故本創新教案將「生活教育」與「美學教育」從髮式推展至整個服裝儀容，邀請學生一同打理自己的頭髮與服裝，在生活中兼具美感、禮節與尊重，打理自己的「美」一天。

關鍵字：髮禁、生活教育、美感教育

貳、 理論基礎

在過去講究統一標準的學校環境中，美感教育被忽略已久，在開放髮禁之際獲重視，令人可喜！本教案以康德美學作為教學之哲思基礎。康德強調審美者的自主性，提出審美三原則，值得參考，將其美學基本理念概述如下。

一、美感判斷的性質

康德主張美感判斷屬於主觀的判斷，不受客觀的概念或規則所限，以「愉快的感受」為基礎，但必須擺脫個人的利益考量。康德說：「假使有人讀他的詩給我聽，或是帶我去看一齣不符我的品味之戲劇，他能引證 Batteux、Lessing，或更老、更有名的美評家所建立的規則來證明他的詩是美的…我將封住耳朵，不願聽到理由與爭論，寧願相信那些評論家的規則是錯誤的…因為這應是品味判斷，而不是理解力的判斷」。(CJ,§33:165)雖然美感屬於主觀的判斷，卻具備「主觀的普遍性」。這如何實現？康德提出「共感力」的觀念，即人類具備共通的感覺（CJ, §40:173）。康德提出三項達成共感力的原則，也是美感判斷的方式，如下所述。

二、美感判斷的方式

1. 獨立思考—無偏見

康德重視審美者的自律(autonomy)，不該消極地聽從他人的判斷將他人的判斷作為個人自身判斷的基礎，就僅是他律(CJ,§32:163)。

2. 設身處地思考—心胸寬大的方式

品味強調自律，但可能陷入偏狹而不自知。因此康德主張判斷者必須「將自身超脫於主觀私有的判斷條件，彷彿將其他因素放入括弧，從普遍的觀點來反省自身的判斷」(CJ,§40:175)。

3. 自我和諧的思考(always to think in accord with oneself)—一致性(the consistent way)

康德認為第三法則是最難達到的。只能透過前兩者的結合且經常性的遵行，使它們自動化之後才可能達成，是美感判斷的最終理想(CJ,§40:175)。此三原則是連續的過程，審美者發揮自主性完成美感判斷後，再從他人的立場自我反省，泯除個人偏私的謬誤後，所形成的美感判斷仍能與自我和諧，保有自律（黃倩茹，2005：75）。

三、美育的實施方式

美感判斷不受客觀概念所約束，實際的範例 (example)即最佳的教材。如康德所言：「品味正是最需要範例的，因為其判斷不藉由概念或格律而決定」(CJ,§32:164)。教師必須向學生示範要作什麼與應該如何達成；教師在過程將普遍原則帶入心靈，而非規定給學生(CJ,§60:229)。

將康德的美學應用至美育上，教師首應尊重學生為前提，提供實際的美感範例為教材，非直接規範「什麼是美」。教師應掌握美感判斷的性質，以主觀的愉快為基礎，無客觀不變的公式，只能「期待」(hope)，不能「強求」(demand)。對於我們認為令人愉快的美的事物，我們只能說出它令人愉快的理由，不能以說理的方式強要人愉快起來（林逢祺，2001：340）。

參、 創意教學策略

- 一、 結合時事議題：運用「正在發生的事情」，引發學生的學習動機，激發生活上的應用能力。
- 二、 透過髮型與服裝儀容的教學，達成美感教育與生活教育的目標。
- 三、 圖片為主，文字為輔：一律選擇實際且生動的人物照片，取代原教材中的文字描述與圖畫，以求「感同身受」，達到更高的教學效果。
- 四、 實作練習：每單元皆安排實作練習，將外在認知內化成能「帶著走的能力」。
- 五、 資訊融入教學：每個單元皆有數位化的教材，方便重製流傳。

肆、 課程簡介與架構

一、 教學目標：培養並塑造個人合宜的髮式與服裝儀容。

二、 能力指標：

綜 1-3-1 欣賞並接納他人

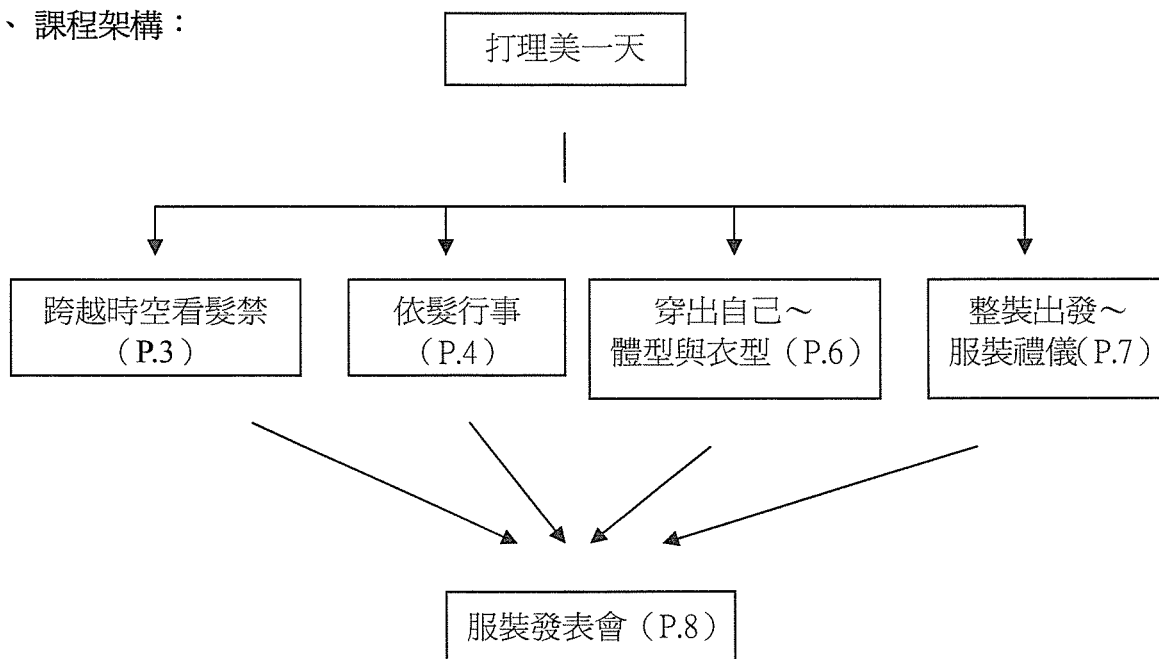
綜 1-3-4 舉例說明社會中的各種文化活動，並分享自己參與這類活動的體驗。

綜 1-4-3 描述自己的文化特色，並分享自己對文化所建立的意義與價值。

綜 1-4-2 透過不同的活動或方式，展現自己的興趣與專長。

綜 2-3-3 規劃改善自己的生活所需要的策略與行動。

三、 課程架構：



伍、 教學活動設計

第一單元：跨越時空看髮禁

單元名稱	跨越時空看髮禁	教學對象	八年級	教學時間	2 節課 (90 分鐘)
理念特色	透過舊照片，以本校為例，觀察學生髮式規定的演變。訪問資深師長，提供相關訊息。思考髮禁的意義與社會變遷的過程，珍惜現在的自由，學習管理自己的頭髮。				
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過髮禁的歷史，瞭解社會變遷的過程及髮禁的時代意義 2. 思考現今髮禁開放之時代意義。 3. 學習規劃並打理自己的儀容。 				
課前準備	<ol style="list-style-type: none"> 1. 蒐集關於髮禁的教育法令、文章與舊照片。 2. 至本校校史室尋找歷屆畢業紀念冊，挑選適當照片掃描為圖檔。 3. 訪問本校校長、主任與生教組長，了解過去髮禁實施之情況 4. 製作 PowerPoint 與學習單。 				
評量方式	學生的反應，並透過學習單瞭解學生的省思與想法是否符應單元目標。				
參考資料	<ol style="list-style-type: none"> 1. 遠流視覺書編輯室 (2001)。台灣世紀回味：生活長巷 1895-2000。台北，遠流。 2. 遠流視覺書編輯室 (2002)。台灣世紀回味：文化流轉 1895-2000。台北，遠流。 3. 實踐國中歷屆畢業紀念冊。 4. 校內資深師長提供之口述資料。 				
教學流程	教學內容			時間	教學資源
引起動機	<p>一、「髮禁的前世今生」：</p> <p>「照片會說話」：透過舊照片，觀察學生的髮式變化。</p>			15 分	PPT
正式課程	<p>(一)「放眼實踐」</p> <p>呈現本校歷屆畢業生的照片，觀察從 50 年代至 90 年代學生髮型的變化，探討其時代意義。其中更包含本校校友生教組長的畢業照，請學生猜是哪一個，製造趣味性。</p> <p>(二) 小隊問答競賽：根據上課內容，進行小隊問答競賽。</p>			45 分	PPT

課前準備	1. 多方收集各種類型且教學效果佳的髮型，依課程架構作有系統的安排。 2. 將上週學習單的第四、五題歸納為「適合學生的髮型五原則」。 3. 事先提醒學生攜帶自己目前的照片、適合或喜歡的髮型圖片與膠水。 4. 製作 PowerPoint 與學習單。		
評量方式	學生上課的反應與發言；「自我髮型設計」之學習單。		
參考資料	無名小站 www.wretch.com.tw （蒐集各種照片之來源）、non-no 等流行雜誌		
教學流程	教學內容	時間	教學資源
一、引起動機	<p>「髮型變變變」：</p> <p>呈現連戰、呂秀蓮、陳水扁等經電腦合成之髮型照片。引導思考：「若連爺爺再去大陸訪談，哪號髮型最適合？」、「阿扁參加 party 該留哪號髮型？就職典禮呢？」呈現各類髮型，思考髮型適合什麼人？優缺點？</p>	15分	PPT
二、正式課程	<p>（一）如何選擇合適的髮型？</p> <p>1. 髮型考量因素：包含年齡、學生身份、個性喜好、臉型等。</p> <p>2. 適合學生的髮型五原則： 依據上週學習單歸納出同學公認的五原則，包括整齊、乾淨、適合自己、方便整理與健康。</p> <p>3. 臉型與髮型：針對鵝蛋臉、圓臉、方臉、長臉、尖臉，提供互補髮型。但強調自信最重要，樂於彰顯臉型，不必修飾也無妨！</p>	45分	PPT
三、綜合活動	<p>（一）練習一下：提供今年的畢業照（臉部經馬賽克處理），請思考他們的髮型有何不妥？如何改善會更好？</p> <p>（二）「自我髮型設計」：發下學習單。貼上自己目前的照片及自己所蒐集的髮型圖片，探索自己適合或喜歡的髮型。</p>	30分	PPT 學習單
PPT 舉隅		學習單作品	



第三單元：穿出自己~體型與衣型

單元名稱	穿出自己~體型與衣型	教學對象	八年級	教學時間	2 節課 (90 分鐘)
理念特色	前 2 週屬於髮型，皆著進入穿著。首先提供各種模仿秀的照片，思考「別人的好看，我穿也好看嗎？」，體會盲目模仿，可能弄巧成拙。提供各種體型的穿著要訣、體型拯救小撇步等。讓學生思考自己的體型與合適的穿著選擇。				
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 體會穿出自己的重要，避免盲目模仿他人的穿著。 2. 認識自己的身材、臉型、膚色等外型。 3. 學會如何依據自己的外型，挑選適合的穿著。 				
課前準備	1. 收集相關圖片，依課程架構作有系統的安排。2. 製作 PowerPoint 與學習單。				
評量方式	學生上課的反應與發言； 學習單填寫狀況。				
參考資料	無名小站 www.wretch.com.tw (蒐集各種照片之來源) Beauty、CoCo 哈衣族、Sugar、Jasmine 等流行服裝雜誌				
教學流程	教學內容			時間	教學資源
引起動機	<p>一、「模仿秀」： 包括 F4、麻吉、費翔、周杰倫、裴勇俊、任賢齊、朱木炎等，由真人</p>			15 分	PPT

	模仿。從中思考「別人穿好看，我穿也好看嗎」?了解一味模仿他人，可能有反效果，重點是考量自己的條件，穿出適合自己的風格。		
二、 正式課程	<p>共分為下列五部分。為求「感同身受」，一律呈現實際的人物照片（包括適當與不當的對比），以圖為主，文字為輔。</p> <p>(一) 體型與衣型：根據高矮胖瘦之體型，提供適當的穿著。</p> <p>(二) 體型拯救小撇步：包含沒腰、小腹凸出、腿短等，提供修飾法。</p> <p>(三) 服裝搭配原則：深淺互搭、花素互補等。</p> <p>(四) 臉型與領型：基本原則--切忌穿著領型與下巴型相同的服裝。</p> <p>(五) 膚色與衣色：基本原則--膚色與衣色勿相同或對比。</p>	55 分	PPT
三、 綜合活動	「穿出自己」學習單： 包含看完「模仿秀」的省思，以及自我穿衣檢核表，依據課堂所學，檢視自己的體態外型，思考合適的穿著方式。	20 分	學習 單

PPT 舉隅		學習單

第四單元：整裝出發～服裝禮儀

單元名稱	整裝出發～服裝禮儀	教學對象	八年級	教學時間	2 節課 (90 分鐘)
理念特色	透過實際人物的照片，讓學生瞭解服裝在生活中所代表的意義。同一個人，可透過服裝，傳達不同的訊息、給人不同印象。說明服裝的種類，服裝與場合的搭配關係，代表個人修養與禮儀。				
單元目標	1. 瞭解服裝的重要性，透過服裝可傳達各種訊息、各種印象。 2. 瞭解各種場合的服裝禮儀。				
課前準備	1. 多方收集各種相關圖片，依課程架構作有系統的安排。 2. 製作 PowerPoint 與學習單。				
評量方式	學生上課的反應與發言； 學習單填寫狀況。				
參考資料	無名小站 www.wretch.com.tw (蒐集各種照片之來源)				
教學流程	教學內容	時間	教學資源		
一、引起動機	<p>「衣學數得」</p> <p>選取同一人，但不同風格的衣著照片。思考其穿著，給人的感覺、地點、職業等。引導學生瞭解服裝能決定別人對自己的感覺與印象，但重點是穿出禮貌與自信。</p> <p>◆ PPT 說明：</p> <p>1.男生篇：以周杰倫為例，穿著運動服、正式西裝、半正式西裝。</p> <p>2.女生篇：以王心凌為例，穿著運動服、俏麗短裙、中性牛仔褲。</p>	15 分	PPT		
二、正式課程	<p>(一) 穿衣要點：服裝必須符合性別、身份與年齡、季節、場合。</p> <p>(二) 場合與服裝：：服裝應遵守 T.P.O(Time,Place,Ocassion)三大原則，</p> <p>(三) 看看別人怎麼穿：</p> <p>以馬英九與侯佩岑的為例，實際瞭解場合與穿著的搭配禮儀。包括：</p> <p>1. 愛運動的小馬哥、出席重要會議的小馬哥、下鄉訪視的小馬哥。</p> <p>2.端莊的侯主播、外出休閒的侯主播、出席重要典禮的侯主播。</p>	45 分	PPT		

三、 綜合活動	「這樣穿對不對？」	30 分	PPT
	<p>教師提供服裝與場合的配對（故意安排誇張錯誤的配對），供學生思考其不當之處。請小隊討論後，派代表上台發表。內容：</p> <p>1. 場合：遊樂園、喜宴、登山、海邊、百貨公司，共五張照片。</p> <p>2. 搭配六種不同類型服裝人物的照片。</p>		

PPT 舉隅



第五單元：服裝發表會

單元名稱	服裝發表會	教學對象	八年級	教學時間	2 節課（90 分鐘）
理念特色	學生透過服裝發表會將之前所學實際運用，與大家分享。				
單元目標	<p>1. 將之前所學，以具體方式呈現，以達到「真實評量」、「實作評量」之目的。</p> <p>2. 透過服裝發表會，培養自我表現、自信。</p>				
課前準備	1. 為學生拍照。 2. 製作學習單				
評量方式	1. 學習單 2. 學生的課堂報告。				
教學流程	教學內容	時間	教學資源		
一、引起動機	老師發下為學生拍的服裝照片、「服裝搭配計畫」學習單。 老師呈現「服裝搭配計畫」之範例，說明填寫的方式。	15 分			
二、正式課程	（一）學生填寫「服裝搭配計畫」。 （二）發下「服裝發表會」之選票。 （三）學生上台報告自己的「服裝搭配計畫」。	60 分	投影機.布幕.單槍		
三、綜合	票選「最佳男主角」、「最佳女主角」、「最佳表演獎」等。	15 分	選票		

活動	票選完畢，立刻開票，公布結果。		
----	-----------------	--	--

學生成果

The collage displays student work from a fashion design project. It includes:

- A table with columns for 'Category', 'Material', and 'Color', listing items like 'Skirt', 'Sleeveless top', and 'Skirt' with corresponding materials and colors.
- A photograph of a student wearing a white sleeveless top and a dark skirt.
- A photograph of a student sitting at a table, possibly working on a design or presentation.
- A handwritten note titled '服裝發表會' (Fashion Show) with details about the event, including the date, time, and location.

六、學生回饋

(一) 服裝部分

1. 「才知道原來要看臉型，高矮胖瘦也有關?! 真沒想到啊! 以後要多注意!」
2. 「知道自己適合穿什麼衣服，也知道很多衣服的配法。幸好有學，不然走在路上會被路人笑捏。」
3. 「以前總是爲了配色而苦惱，就如可穿便服的那天，我考慮了超久，不知要穿哪件較好看，也煩惱要如何搭配，但自從上完這課，現在我穿衣服時，就可清楚搭配方法，不用考慮太久了! YA!」
4. 「考師很用心良苦的作投影片給我們看，教我們如何穿衣服，且依身材、臉型、胖瘦，讓我們瞭解每個人所適合的服裝款式，也讓我們寫很多學習單加深印象。所以在這單元中學會很多東西，當然也最有價值與收穫了。」

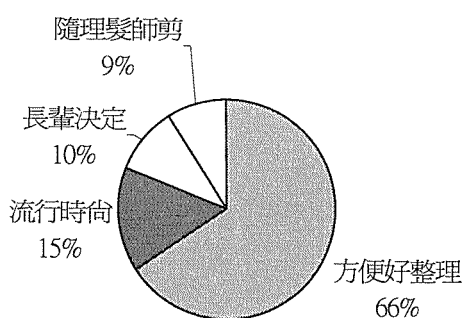
This collage shows several pages of handwritten student feedback. The notes are organized into columns and contain detailed comments about the course, such as:

- 「以前總是爲了配色而苦惱，就如可穿便服的那天，我考慮了超久，不知要穿哪件較好看，也煩惱要如何搭配，但自從上完這課，現在我穿衣服時，就可清楚搭配方法，不用考慮太久了! YA!」
- 「考師很用心良苦的作投影片給我們看，教我們如何穿衣服，且依身材、臉型、胖瘦，讓我們瞭解每個人所適合的服裝款式，也讓我們寫很多學習單加深印象。所以在這單元中學會很多東西，當然也最有價值與收穫了。」

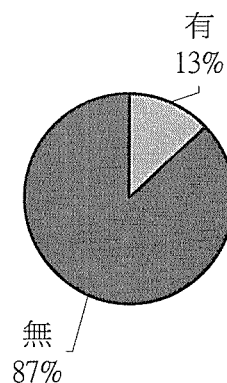
(二) 髮式部分

今年五月，我們針對任教過的班級（共 7 班，約 220 人），追蹤上學期的教學成效與學生的髮式情況，共五題選擇題，一題問答，調查結果如下所述：

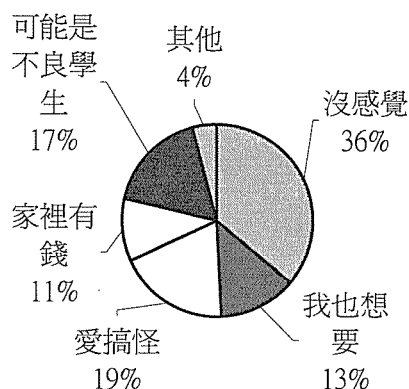
1. 上學期上過的髮型課程，對你在打理自己的髮式有幫助嗎？



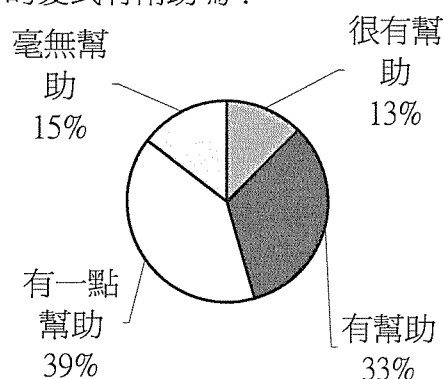
2. 你目前有染或燙頭髮嗎？



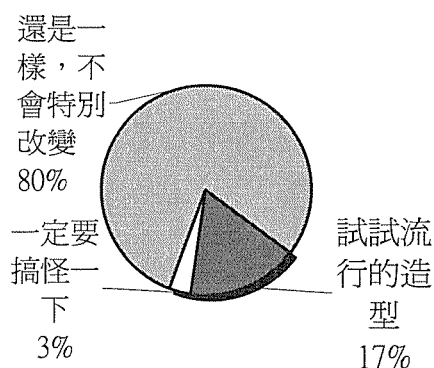
3. 你對於有染燙頭髮的同學,有什麼印象?(複選)



4. 上學期的髮型課程，對你在打理自己的髮式有幫助嗎？



5. 目前學校全面開放髮禁與鞋襪禁，會影響你的打扮嗎？



6. 承上題，你做了什麼改變？

綜合看來，包括頭髮留長、燙髮、染髮、髮雕造型、穿短襪、穿帆布

從調查結果發現，會追隨流行髮型的學生僅 15%，過半數學生皆以方便好整理為考量，染燙頭髮的學生僅 13%。對於然燙髮同學的印象，最多是沒感覺(36%)，其次「愛搞怪」(19%)。僅 15%認為髮型課程毫無幫助。高達八成同學認為學校解除髮禁與鞋襪禁，並不會特別改變其打扮。

七、教學成效分析

- (一) 培養學生的鑑賞力，對服裝髮式的搭配概念。
- (二) 增進尊重心與開放性，悅納他人的品味。
- (三) 培養對於流行模仿的批判性思考，分析自身條件，找到適合自己的裝扮。
- (四) 促進探索力與評估力，找到「穿出自己」的方式。
- (五) 增進創作表達力，依據課程所學，實際嘗試服裝搭配，在課堂中表現。

八、教學省思

(一) 黃倩茹老師

當初教育部解除髮禁時，很多人擔心學生搞怪或耽誤課業，我發現我們這群大人真的多慮了！原本我也抱持類似看法，但我發現只要用理性的方式與學生溝通，學生幾乎都能認同，並學習找出適合自己的裝扮。

在此創新教案中，我認為成效良好的主因是呈現各種活潑、對比的照片(當然這也是最困難)，學生能立即體會服裝對人的影響之深，進而選擇合適自己的裝扮。尤其呈現歷屆學長姐的髮式演變，更讓學生珍惜現今自由民主的可貴。本校開放髮禁與鞋襪禁之際，我給學生上了這系列課程，我更加肯定孩子能自主思考，也有使用理性的能力。教師要作的是尊重孩子的品味，適時引導其品味的發展。例如我會說：「垮褲很好看，但小心變短腿喔！」。以善意的言語取代過去的控管，孩子當然樂意接受！看到學生因自己的努力而有所成長，心裡感到十分欣慰，也樂見教育不斷進展，讓我有機會嘗試這分創新課程，有新的體會與成長！

（二）蘇月琴老師

「一個人的服裝儀容代表他的選擇與判斷，所展現出來的是他的智慧與品味」依循這樣的理念，我們設計了這套課程。讓服裝儀容不再只是學校的規定，而是一個人「美」的表現。

從學生時代被嚴格的服儀、髮禁管理，到當老師之後的全面開放，衝擊最大是我們這一代的老師們，過去我們所接受的教育，卻無法去適用於我們的學生。在找尋新的理念與價值的同時，我很高興也跟著成長。過去我會糾正學生的服儀，告訴他這是違反學校規定，現在我會跟學生說：「你的頭髮很好看，哪裡剪的？」或者告訴他：「你這樣穿屁股很大，不適合你」。很高興我們的時代價值能回歸教育的本質，把決定自己儀容的權力還給學生，讓他對自己的外貌負責。在實踐國中全面開放服儀標準後，並未出現所謂的「亂象」，反而少了管理服儀的師生衝突，證明了大部分學生仍然有他的判斷力。讓孩子能展現自己的想法，適時的引導與審美觀念的培養，是我們這代的老師該教學生的事。

參考文獻：

林逢祺 (2001)。美感經驗與教育。載於伍振鶯、林逢祺、黃坤錦、蘇永明 (合著)，*教育哲學* (頁 325-343)。台北：五南。

黃倩茹 (2005)。康德美學及其美育蘊義。國立中正大學教育學研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。

Kant, I. (2000). *Critique of the power of judgment* (P. Guyer, Ed., P. Guyer, & E. Matthews, Trans.). NY: Cambridge University Press. (Original work published 1790) (註釋簡號說明：CJ)

評審意見：

把「解除髮禁」這個課題，設計多元、活潑的教學活動，提供學生知識，情意的學習，獲得學生認同與行動，值得推廣。