

班級教訓輔三合一的故事

陳彥樺

台北縣立秀山國小教師

蘇川琪

台北縣立秀山國小實習教師

台北市文山區辛亥國小代課教師兼衛生組長

投稿日期：92.07.07

接受日期：93.06.10

摘要

文本在描述班級教學如何先用個人中心的無條件接納打地基，然後再用現實治療的選擇理論教導學生，選擇負責正確的行為，讓班級教學可以順暢的進行，學生快樂的學習。老師以溫暖支持對待每一個學生，尊重孩子的需求，沒有指責和處罰，和學生一起溝通、對話，並共同建立契約來讓學生自己管理自己，把教訓輔結三合一體在老師身上帶班級，教育學生，班級的每一位學生隨時得到支持，每一位孩子來學校可以安心的上學，愉快的學習。

關鍵詞：無條件的接納、選擇、需求

楔子

我今年帶的實習老師蘇老師，我教他如何用溫柔又有力量的話和學生說話他覺得非常受用，現在想和大家分享這可貴的經驗。他讀的是社教，完全不懂輔導，第一天他用手敲黑板控制秩序，課後我告訴他你要觀察我如何和學生說話，尤其學生

在吵的時候不能用敲黑板或處罰的方式，小學生會吵是正常現象。然後告訴他，我觀察他說話的弱點給他建議，兩天後他就講的非常好，學生在他的手上也變成很好帶，所以這部分不是那樣難學。他把我教他的經驗和別的實習老師分享的好快樂、好感動。

資深老師的視框

川琪是師院畢業要實習一年的實習老師，我以教書 26 年的經驗，發現他教學很賣力但有些粗糙，讓我感到很心疼，他上課聽到學生講話不休，就敲桌子來警示學生，看他做的理所當然的樣子，我卻很著急，因為我很尊重學生，把輔導的支持、鼓勵、尊重、接納運用在班級的每一位學生身上，教室沒有體罰，當然也不會敲桌子要他們安靜。

若只有一兩個同學說話不停，我通常非常的包容，但為了不影響別的同學的受教權，我常常使用的方法先稱讚乖的同學，稱讚幾個後，讓那些打擾別人的同學，也有個需求，希望得到老師的稱讚，他們可能會暫時停下來不說話等待老師稱讚，我就順勢稱讚他，這招很好用比直接制止要他們安靜，好用多了。且看蘇老師如何觀察我的教學連結到他的教學中。

實習老師的心路歷程

我是一個上學期已在三年級實習半年的實習老師，有幸可以可跟陳彥樺老師學習。我得承認，在學期剛開始時我非常不知所措，我以為我雖然才累積「一點點」（真的是一點點）的教學經驗，但要搞定這一群一年級的小朋友應該不是難事吧。可就當我「看輕」他們的時候，這群小朋友就讓我嘗受到前所未有的挫折感——完全不能掌握班上秩序及引起他們的興趣。奇怪，我明明就照著指引教，還簡化問題，可是他們答題的興趣缺缺，一直在跟別人講話，不然就瞪著一雙大眼睛，一點反應也沒有。我跟他們約定的「一二三—看老師」、「一年〇班—請注意」只用了兩次，我就不想，也不敢再用下去了，因為根本沒有用，而且我確定我的標準不是很高。

改變的契機——無條件接納

是什麼改變了我的觀念和做法？陳老師說的一句話讓我一直記到現在——Rogers（1902～1987）的「無條件接納」。老師又告訴我，人類有各種需求，就像人如果沒有吃飽，他就會一直想著他要吃飽，不管達成的目的是不是合法。老師向我解釋這是現實治療法的選擇理論，是由 Glasser（1925）提出的：人性具有五種基本需求，即生存、自由、樂趣、歸屬感及權力的需求。其中生存為生理需求，其餘為心理需求（Glasser，1981）。學生的行為，甚至是情緒也一樣，如果只是一味責怪學生為什麼要打人、為什麼做錯事、為什麼要哭泣，有什麼好哭的，這些瑣事認真處理起來，實在是非常浪費時間而又達不到效果。因為學生沒有被了解，老師的話語有時反而還會傷了學生，更是糟。

我發現陳老師在處理這類問題，她第一問一定先說「我知道你現在……」，如

「我知道你現在很難過」、「我知道你現在很想玩」等等，之後再跟學生講道理。我發現這招十分有用，所以當我在課堂上學著陳老師的「語言」，如「有智慧的小朋友姿勢坐得很標準」時，發現這招非常好用，而且不只在這班，在我其他代課的班上也一樣好用。雖然花了不少時間在稱讚表現好的學生，或鼓勵表現不甚理想的學生（如小城），我講的話變多了，但卻不用像以前那樣猛吃喉糖，因為我不再用大聲吼叫了。我把聲音放小，多多稱讚及鼓勵，學生爲了聽我的鼓勵，自然就不會太大聲了。

「無條件接納」的配套措施——不只是「無條件接納」

不過也不是每次上課學生都很自律，也常有學生分心、愛講話的情形，陳老師則是寧可退下來，先讓學生講講話，指導語通常是「我知道你們現在很想講話，那老師讓你們講話一分鐘（或更久）」，其中老師也不會限制學生不可以離開座位，甚至有時候聲音太過大聲也不會很干涉，只要老師回到講台上，學生立刻就可以很安靜，眼神專注在老師身上，讓我非常羨慕。經過老師的指點，才了解原來是先滿足學生「想講話」的欲望，講夠了，當老師回到台上（這也是事先和學生約定的），學生就會「滿足需求後的」閉上嘴了。

而且在無條件接納之後，如果放著不管，那充其量也只是「無條件接納」而已，如果教師的態度有一點閃失，難保其學生或旁觀者會認為我們是在「縱容」某些學生。所以除了無條件接納孩子的「情緒」，我發現陳老師會適當的提供「建議」，如：「你可以選擇在上課的時候專心上課，也可以做下課的事，但是你把上課當下課用，所以下課的時間你要還回來，看你怎麼選擇？」、「老師覺得你會很有智慧的解決沒帶鉛筆的問題，跟輔導同伴借也是一個好方法。」等等，甚至在八次的團輔後，推動的「我要遵守班規」運動，透過大家討論出一些必需要遵守的事項，並在表決通過訂出班規，違反者必須要做「愛班服務」，是學生表決通過的，而不叫做「懲罰」。可見在接納了孩子之後，仍然需要透過一些策略，來整理孩子本來就愛動愛玩的心，只是先透過了教師對學生的無條件接納，可以更容易讓孩子接納這些大家一起定的班規。

觀察紀實

以上這些觀察所得跟八次的團體輔導又有什麼關聯呢？我寧可解釋爲上述是我的「熱身運動」，不然我不知道該怎麼觀察。雖然如果我一開始不知道老師的教學方式、指導語的使用，感覺好像會比較客觀一點，但如果真是這樣的話，就只能觀察到一些表面的現象而已。像大約在第四次的團體輔導課時，有一個實習老師客串加入觀察，她的觀察就會比較注意學生的動作，如「某位學生離開座位」等等。而她在紀錄「師生互動」的部分就會比較薄弱一點，如「陳老師說了哪些話使學生有什麼反應」的紀錄就比較少。我想這樣的好處在陳老師可以不用再費神跟我解釋半天，爲什麼她要這麼做？因爲我已經習慣了她的教學，我們之間比較像是討論、交換想法，我想，如果我一開始就一直排拒的話，恐怕陳老師會做得很辛苦，不然就是想換人觀察吧。

這八次團體輔導下來，再加上對學生的訪談，總體來說，我發現學生都是快樂的，他們非常樂在其中，而且經過陳老師用學習單的引導，學生的數學程度都變好了，也讓他們更有興趣。

觀察所得

陳老師告訴我他的班級團輔，是教訓輔三合為一體的教學，以下是我的觀察和省思。

但八次的團體輔導，絕對不是上述幾個字可以帶過的。我回頭去翻閱我的紀錄，而我實際上也有帶過一次。就先從我的觀察所得談起好了：

- (一) 我發現陳老師的「無條件接納」在團輔中常常使用，像是「你們不寫字時要用什麼姿勢都可以」等輔導語，還有小城在鬧脾氣不做活動時，老師總是能說幾句話就安撫他的情緒了：「我知道你現在很不舒服…」等。讓我印象最深刻的是第五次團輔時，小行沒有抱到人（沒有被人抱到），老師問他「一個人的感覺如何啊？」而他開玩笑說他想自殺。陳老師不但沒有大驚小怪或斥責他，反而透過一些問答和邀請其他學生跟他擁抱來化解，並說：「老師知道他在開玩笑，但我們要讓這個玩笑有好的結局。」也讓當時的情況從有點尷尬變到歡樂的氣氛，下課也沒有人再提，頓時讓我了解了「無條件接納」的神奇——學生知道，老師是站在他這一邊的，便願意和老師一起解決問題。
- (二) 雖然說是「團體輔導」，但每個孩子的個性也是獨立的，所以常有一些「特定的人物」，如小城、小力，他們的一舉一動很容易在有意無意間影響整個活動進行，小城是常以他的「心情不好」做為藉口，要老師的好言好語及安慰，小力則是個頗自動且獨立的孩子，和小城迥然不同，他會表現出不合群的樣子，在玩遊戲的時候，尤其到了第六次團輔後，他常會說「不會玩」、「不好玩」、「不想玩」，然後和他同一組的小朋友多少受他一點影響，活動力就沒有其他組活潑了，採取「團體動力」的方式來鼓舞大家的學習態度或是削弱負面的情緒。
- (三) 一開始我有點懷疑為什麼要做「遊戲」？還有遊戲的主題並沒有配合到作文的主題，好像是隨便什麼都可以玩的，這樣行得通嗎？我有就這個問題和陳老師討論過，再加上觀察，我發現玩遊戲後，再經過老師「整理」一下（通常是放音樂），學生可以很快的進入情境裡。很奇妙的是，陳老師並沒有特別花很多時間去解釋題目，通常是唸過題目後，問學生有沒有問題，並沒有給學生太多指導，完全照學生想的「畫字」在紙上，這樣照理說學生寫的東西會比較沒有內容，也容易離題，不過在看過他們寫的東西後，發現他們幾乎沒有離題，內容也頗豐富，只是注音常會注錯，寫的也不太像是文章，比較像造句，每一句間比較沒有連貫。但據老師的說法，她認為應該是屬於「副學習」或是「附學習」，是達到團輔目標的一個方法，又可以附帶學習到寫字，所以她不會去挑學生的錯，而不少學生就在這「安全」的情境下，抱負水準愈來愈高，字寫得愈來愈多。算字的情況也是一樣，以前老師都沒有挑錯，但在第六次以後老師

有特別提醒他們「要算對」，也有出些我認為是考卷，陳老師則對學生解釋是「要看看你們會了多少，不是考試」的題目紙，現在他們不僅二位數加二位數有進位的加法算得非常好外，連三位數加三位數不進位的算式也非常熟練，讓我十分吃驚，一年級的數學還只是「18 以內的加減」呢！我相信這絕對是學生自己建構來的，因為陳老師真的沒有像我這樣囉哩囉嗦的告訴學生怎麼算，哪裡錯，她直接說「答案不對喔（或「快對了」），再算算看，老師相信你可以找到方法的。」就是這樣下來，學生對數字愈來愈敏感，也愈來愈愛算數了。我相信這才是「建構」的真意—讓學生練習自己找到讓答案「正確」的方法及通則，而不是等著老師、其他小朋友告訴他「最快速」或「最好」的方法，更不是限制學生一定要用具象思考—畫圈圈來解題。

開竅的喜悅

在這一個學期多以來，看著陳老師用了許多策略，其中有一項我之前沒有提到，但卻讓我印象深刻的一招：簽契約。陳老師設計了許多表格，如「我願意主動學習」、「我願意遵守班規」等，我一直以為這是因為陳老師教學經驗豐富而想出來的點子，之前也沒有問老師是怎麼想到這個方法的，不過在一次偶然的機會陳老師告訴我關於「現實治療」的選擇理論。

在沒來到陳老師班上前，我是會和學生訂契約，不過是口頭的，而且是一時的，如：「你們乖乖聽話，老師就講故事給你們聽。」如今想來，好像是自己拿東西在引誘學生，跟父母在管教小孩沒什麼兩樣。陳老師卻是一直跟學生分析「做這件事的好處」，並鼓勵大家一起來做，更做出了契約單讓學生承諾及遵守，不會流於「空口說白話」，孩子都非常願意遵守和反省。

結語一：資深老師的證言，追尋教育的桃花源

教室中讓教訓輔三合為一體在老師身上教育學生，重要嗎？

看實習蘇老師目前的教學，讓我更相信一個老師是有能力在很短的時間，在教室中把教訓輔三合為一體，自由自在的應用在教學的場域，先用無條件的接納學生滿足他們的需求，這種方式學生對班級的向心力會轉強，就有機會把每位學生帶上來，其實不必擔心學生會寵壞，我的長期實務經驗告訴我，孩子會珍惜我們對他的尊重、接納。建立良好關係後，我們再用有規範、有引導，他們比較容易聽得進去，對自己的行為負起責任。

在實習蘇老師的觀摩教學中，來了約三十位老師觀摩，他們給我這位帶他實習的老師回饋是：豎起大拇指說蘇老師教得很好，學生秩序整堂課都很守規矩，而且沒有用畫蘋果哪一組比較乖的競賽方式，用分組的座位方式，還能有這樣好的學習表現真是難得，連資深的老師都不見得做到這樣水準，因為他現在從事課堂教學都能隨時的鼓勵、支持學生，如溫和而堅定的向學生說：「你要說話可以，但要有本事不要讓老師聽到。」學生經過他的尊重、同理，上課變得很專心，因此不必責罵

學生，每個學生都能感受教室的溫暖、老師的支持，就可以把每一個學生帶上來。

教訓輔三合為一體在蘇老師的身上散發著教育的希望，我有無限的欣喜，他大學讀的是社教系，實習蘇老師在教學中把教訓輔三合為一體來帶學生，經過我的教室觀察省思短短的時間就做得這樣優秀，我現在看他上課輕鬆自在，班級容易困擾的學生經過他支持的幾句話，如小城他在搖桌子想引起注意，發出怪音打擾別人上課，他現在不會直接糾正小城，而先稱讚班級別的同学上課很認真，稱讚幾個同學後，等待小城引出他想讓老師稱讚的需求，可以自動停下搖桌子，他就順勢稱讚小城，無形化解教室的危機和衝突，恢復安靜的上課，不必指責學生，讓每一個都學生都受惠，教學在輕鬆和樂的氣氛下達成很好的效果。

實習老師都可以做得這樣好，何況一般有經驗的老師？只要觀念轉一個彎，不要和學生錯誤的行為起舞，因為直接指責學生，不但破壞師生關係，學生內心也會不甘願，不甘心就會有意無意的找機會破壞。因此無論學生做什麼，能先從鼓勵學生做起，就是他不寫功課也先關心的問：「你是不是有困難，需要老師幫忙嗎？」而不必急著教訓他，越教訓學生學生的心就離老師越遠，導致教學沒有成效，學生行為乖張，這就是教訓輔沒有在老師身上合為一體來教育學生的惡果，因此教訓輔在老師身上合為一體來教育學生是教師成為專業的要件，這樣也不必擔心會因為體罰學生而被告，做個有尊嚴的老師，學生也能擁有較優質的學習生活。

結語二：實習老師的實踐，曖曖中找到一盞明燈

運用無條件接納的輔導語言營造班級的和諧氣氛，新手老師也能輕鬆做到！

跟著陳老師也學習一段時間了，剛開始會想：「這一套在別班會不會不管用？畢竟學生比較聽導師的話，如果我是以科任老師或代課老師的身份介入一個我完全不熟的班，那會是怎麼樣的情形呢？」這個想法我一直還沒有跟陳老師溝通，直到最近教學組長臨時派我去代音樂課，三節三個班，10分鐘後就要上場。要是從前的我，一定會因為教材準備不夠而焦慮，再加上無法整理班上秩序而開始跟學生生氣，說出一堆情緒化的語言，把原本只有幾個學生犯的小錯（如愛講話），擴大成全班得一起來承擔的大錯。但現在我可以運用一些語言，給學生願意改進的力量。

那天因為實在太趕，只有放音樂讓學生複習之前教過的歌，並且真心的稱讚他們：「唱的真是好聽」。大抵這三班的秩序還不錯，但也是有某些學生會唱怪聲、捶桌子等破壞團體的行為，我想他們應該是想要引起大家的注意，所以我只對兩個班上各一位較調皮的學生說了一句：「老師知道你很興奮，但現在是上課，老師讓你選擇，你要表現的不好讓老師責備，還是要乖乖的讓老師稱讚，只能選一個，老師相信你一定有智慧可以選擇對你最好的。」只是這麼一句話，換來了全班和諧的好秩序。透過了這次「意外的試鍊」，證明了教訓輔三合一的精神其實沒有想像中的複雜，只是用委婉的輔導語言來代替直接的訓斥，不但一樣能使班上秩序安靜下來，更可貴的是營造了班上溫暖和諧的氣氛，這不就是我們所追求的嗎？

參考文獻

- 李坤崇（1998）。**班級團體輔導**。台北：五南。
- 呂勝瑛（2000）。**諮商理論與技術**。台北：五南。
- 梁培勇（1996）。**遊戲治療**。台北：心理。
- 曾端眞（1998）。**現實治療理論與實施**。台北：天馬。
- 楊文貴（2000）。別讓輔導太「專業」三合一輔導新制中，誰是那個「一」。載於國立臺北師範學院實習輔導處（主編），**地方教育輔導叢書：增能與尊重——邁向教訓輔三合一的境界**（頁15-35）。台北市：國立臺北師範學院。

政策千百種，重要的是背後的價值觀，政府團隊追求的是「經濟成長、生態永續、社會安全、文化生根，全面且均衡的發展」。本部的任務在培育二十一世紀現代化國家的國民，讓國民有更好的機會成長，同時成就台灣全面的轉型，成為經濟的，也是生態的、社會的、文化的現代國家；當每位國民學習完成個人時，就是國家總體的成長發展，每個人具備能力時，就是國家的實力。

期許同仁能在繁忙業務中，冷靜思考核心價值，將眼光放在人類文明發展史、教育發展史上，以偉大教育思想家對人類文明追求的準則，為追求真理的方向，來思考核心價值。民主時代，應廣納不同的意見和聲音，透過理性的討論，激盪出敏銳的智慧和規劃出更良好的政策。

摘錄自民國93年5月26日
教育部第521次部務會報紀錄部長致詞