

## 成為對的人～串起社會安全守護網 ——教師研習系列講座

◎學務處心輔組 陳紹瑜、景瓊茹

隨著生存大環境變動的壓力與日俱增，再加上每逢季節更替之際，社會或校園自殺危機事件頻傳，接連著觸動個人的生命脆弱本質，引發校園教職員工生以及家長內心惶惶不安。今年度本校心理輔導組以「串起生命守護網」的構念，舉辦連續四場的「成為對的人～串起社會安全守護網」教師研習系列講座活動，期望透過長期深耕校園輔導工作的專業心理師，分享及介紹校園輔導工作的概念，提升教師心理素質及協助學生心理健康的危機應變能力，以便能面對各種教學與學生輔導的挑戰，共同建構社會安全網絡。

首場講座於 110 年 3 月 23 日（二）假本校活動中心 405 演講廳舉行，由連玉如心理師帶領全校導師，一同窺探自殺議題的迷思與樣貌。首先介紹校園自殺防治的系統合作概念，導師是參與觀察學生的重要角色，導師若能提升危機辨識及問題解決的知能、留心學生狀況並適時介入，便有機會提升自殺防治的保護因子、辨識及降低危險因子。

### \* 決定成為對的人

導師之於學生的校園生活是重要的，因著學生們對導師的重視與在意，使得導師雖可能成為學生的壓力源之一，卻也同時可能成為學生的「對的人」。舉例當學生產生行為改變或低價值

感，萌生自殺意念時，這些徵兆只有在導師與學生有關係、有連結時才會願意透露訊息，一旦導師們能決定成為「對的人」，願意投入心力於注意並關心學生的狀態，便有機會發現自殺意念的線索。



▲ 講師連玉如心理師介紹校園自殺防治的系統概念。



▲ 連心理師邀請導師們決定成為「對的人」。



▲ 連心理師指出同理心是「想與你聯結的態度」。



▲ 陳慶和校長（左）代表本校頒發感謝狀給連玉如心理師。



連心理師接著分享，以導師的角色而言，可以觀察到學生課堂的狀況變化，包含出席率、課業表現、言行舉止或外型的變化，這些是身為導師才有機會留意到的資訊。另外，在培養及建立與學生連結的部分，導師可以透過與學生打招呼、吃飯或主動關心的方式，與學生築起關係的橋樑，也較有機會讓學生願意透露自身的情緒狀態。

### \* 關懷陪伴技巧～多傾聽、少建議

導師關心學生的方式不需過度給予建議，可試著「把學生當成老師」，多傾聽學生的想法、引導對方說出更多自己的情緒感受，盡量多聽少說，讓學生引領我們認識他的內心世界及感受。

在實務輔導工作的助人技巧上，連心理師表示成為「對的人」其實就是指要具備同理心，強調導師們成為「對的人」的決心與態度，認為當同理的態度對了，學生便能夠感受到導師們的關心與重視。同理心的展現並非代表同情或同意對方，而是願意傾聽與理解對方的觀點，抱持尊重的態度且不帶批評或評價。言語回應上可多採用開放式問句，邀請對方多說一點，或簡短的表

達自己正在傾聽及理解中，讓學生感受到導師的關心。除此之外，導師也可透過開放的姿勢、眼神接觸、點頭等非語言訊息的回應來表達同理的態度。

### \* 轉介，串起校園安全守護網

連心理師強調校園自殺防治是一個系統性的概念，由系統中的每個人串起守護及建立安全網，導師為防治系統中的一員，當導師留意到學生的狀態改變或有自殺意念的徵兆時，除了帶著同理心的態度關心學生之外，也別忘記還有系統中的其他資源可以一起介入及協助，導師可視情況轉介心理輔導組、校園安全組等其他資源單位給予學生更適當的協助。

「成為對的人～串起社會安全守護網」教師研習系列講座另有 3 場活動，分別於 4 月 13 日、5 月 11 日、6 月 1 日針對理學院、教育學院、人文藝術學院不同特色進行闡述，最後一場 6 月 1 日因疫情影響暫時取消，預計疫情趨緩後擇日辦理，期待師長們持續參與，一起交流與相互滋養，共許國北教師成為關懷學生身心安全之重要他人。

## 消除時空和距離——遠距教學系列講座

◎教務處註冊與課務組

因應全球 COVID-19 疫情，避免因疫情影響學生學習權，並確保師生上課安全，教務處註冊與課務組於 109 年 9 月首度邀請君邑資訊有限公司到校進行遠距教學工具使用的教育訓練。市面上許多平臺和軟體都有提供同步視訊的功能，但因本校計網中心有配給師長 Google 帳號，因此目前以 Google Meet 作為本校同步遠距教學的主要工具。本組於今年 3 月再次邀請君邑資訊有限公司的講師進行 2 場教育訓練，廣邀師長、助教和教學助理參與。並於此次教育訓練前，委託製作 Google Meet 遠距工具及本校數位學習平臺（教學魔法師和智慧大師）上傳教材的操作技巧影片及書面教材<sup>註 1</sup>。

講師於教育訓練中提到，進行遠距視訊時只要備有電腦和 Webcam 就能進行，如果與會者使用的是包含了攝影機及麥克風功能的筆電或平板，更能輕易開啟一場遠距會議。但工欲善其事，必先利其器，如果要進行一場品質優良的遠距視訊，需要準備的設備細數起來也有好幾樣！如希望收音狀況良好，可以使用指向型麥克風，市面上的指向型麥克風有許多規格，可以依照會議現場收音範圍作為選擇的依據；可使用打光燈，使主播者在畫面中影像不會太過暗淡導致觀眾看不見；另建議主播者除電腦外，可同時準備手機或平板，當電腦進行同步教學時，可用另外的設備瀏覽同學的文字提問或討論，並進行回



◀ 巴白山教務長3月2日於遠距教學系列講座首場「Google Meet 遠距教學應用策略」中致詞。



覆；如是需要繪圖的課程，可使用手寫板增加便利性，另可使用實物攝影機將紙張上的內容投影到電腦中。

準備好以上收播設備並確認功能可正常運作後，就可以進入重頭戲——登入線上會議室，開始遠距視訊了！

Google Meet 會議室可由兩種方式開啟——在 Google 日曆中預先設定開會時間和直接發起會議。進入會議室前，Google Meet 會先請使用者確認麥克風和攝影鏡頭是否可正常使用。

在講師的帶領下，參與教育訓練的學員們驚嘆於平臺的內建功能，例如可更改使用者的背景，Google Meet 提供各式各樣的風景和場景，讓與會的人產生偽出國、偽度假的感覺；講師展示語音同步轉換成字幕，因目前該功能僅支援部分外語，以及受限於發音腔調的關係，產生了文字和實際內容對不上的趣事；又譬如白板功能，大家很起勁地在畫面上塗鴉，種種新鮮的體驗讓人感到遠距工具的有趣之處。講師也分享了與會時的小技巧，例如不須發言時將麥克風暫時關閉，避免影響會議室其他人的發言、要提問時可善用「舉手」功能、將特定對象釘選在畫面等等。若使用教育版 Google 帳號，則除同步視訊，亦可同時錄製會議畫面，影片檔案會儲存在 Google 的雲端硬碟中。

講師也分享了 Google Meet 之外的輔助工具，例如具白板功能的 myViewBoard 和協助畫面局部放大、劃重點的 Zoomit。儘管喪失了實



▲ 3月16日第2場講座（主題同3月2日）師長、同仁出席依然十分踴躍。

體教室面對面的方便性和直接性，但目前已有許多輔助工具可以使用在遠距課堂上，以達到和實體授課不相上下的教學品質。

將 Google Meet 的使用方法交到師長手上後，本組邀請本校課程與教學傳播科技研究所所長趙貞怡教授舉辦遠距教學經驗分享座談會。趙所長除於相關領域有所研究並開設遠距課程外，亦擔任教育部數位學習課程認證的審查委員，對於一門遠距課程從準備課程大綱、教材，到送審通過方可開設的流程，個中艱辛深有體會。講座中除分享所長經常使用的遠距教學軟體 Nearpod，介紹遠距上課時的互動方式，另外播放了臺灣師範大學同步遠距教學紀錄影片，該影片以一般認為不易開設遠距課程的體育課為例，記錄授課教師課堂同步示範、課堂點名、每位同學的練習成果和考核，以及作業批改等過程，因為透過一層網路，教師花費的心力和時間較實體上課要耗費更多，實為辛苦，且需要面對上課時



- ▲ 3月30日邀請到本校課程與教學傳播科技研究所趙貞怡所長分享「遠距教學理論與實務」。
- ▶ 3月30日第3場講座結束後，講師與學員合影。（左5巴白山教務長、左6講師趙貞怡所長）



網路可能突然不穩定，影響教學的情形。光看紀錄影片便能感受到授課教師的辛苦。

另外，趙所長分享了目前數位學習課程的認證規範。儘管今年已修改了規範內容，減少須審核的項目，但為了保證教學品質、維護學生學習權益，認證內容仍有五大規範，內含 20 項指標。五大規範分別為：課程說明、課程內容與教學設計、學習者與課程內容之互動、師生互動與學習者間之互動、學習評量與課程評鑑，其下的指標內容規範具體、要求嚴格，因此要符合標準通過審核實非易事。

趙所長最後分享了學者 Bonk 及 Khoo 對遠距教學提出的 TEC-VARIETY<sup>註2</sup> 的框架，該框架下包含了一百種教育科技方面的理論，讓授課教師在設計遠距課程時能從多面向切入，思考在授課時會遇到的狀況和困難，藉此來調整課程設計，以給予學生最佳的學習體驗和效果。講座上，參與者分別針對十項框架中自己認為最容易和最困難達成的項目提出看法，源自於本身擔任的角色不同，看法也更多元，藉由不同的想法激發出不一樣的火花。

除前述的教育訓練和經驗分享講座，本組刻正修正本校遠距教學實施辦法的內容，使之更符於目前世界發展趨勢及教育部對遠距教學的定義，並期待新法上路後，能激勵更多教師開設遠距學習課程，提供更多元也更便利的課程予學生修習。

註 1：相關遠距教學的教材統整可參考教務處註冊與課務組網站 <https://academic.ntue.edu.tw/files/15-1007-5958,c533-1.php?Lang=zh-tw>

註 2：TEC-VARIETY 框架如下：

1. T (Tone 基調 /Climate 氛圍)：心理安全、舒適度和歸屬感。
2. E (Encouragement 鼓勵)：回饋、肯定和支持。
3. C (Curiosity 好奇心)：驚喜、伎倆和未知性。
4. V (Variety 多樣性)：新穎、樂趣和幻想。
5. A (Autonomy 自主性)：選擇、控制、彈性和機會。
6. R (Relevance 相關性)：有意義、真實和有趣。
7. I (Interactivity 交互性)：協作、團隊和共同體。
8. E (Engagement 投入性)：努力、參與和投入。
9. T (Tension 緊張感)：挑戰、不和諧性和爭議性。
10. Y (Yielding Products 成果產出)：目標驅動、目標願景和擁有權。

## 原來沒那麼難——原住民偏鄉實驗教育機構旅行系列講座

◎師資培育暨就業輔導中心實習組 劉育秀

本校原住民同學有將近一半為師資生，承擔未來投入偏鄉或原住民族實驗教育的重責大任，原住民族地區地屬偏遠，特別需要具高度熱誠、專業，並認同原住民族文化的師資。培育原住民族師資的重要性由此可見。為擴大原住民族師資人才之培育，本校師資培育暨就業輔導處（以下簡稱師培處）以本校師資培育的專業優勢為基礎，戮力培育原住民族學生為青年領袖。師培處近年陸續開設原住民族語課程、文化課程、部落國小參訪見習等活動，建立未來現場任教的文化課程開發及傳承，充份認同並了解自身文化的責任，也更堅定返鄉任教的職涯選擇。結合原資中心及原緣社團各項資源，讓原住民師資生及原住民學生，於生活、學習及職涯諮詢皆有系統性的陪伴，除了專心於專業科目的學習，對於文化素養的培植亦著力不少。

本年度共規劃辦理 6 場講座，開放全校師資生及原住民學生參加，首場於 5 月 7 日（五）邀請到臺中教育大學教師專業碩士學位學程助理教授葉川榮老師與學生勉勵如何成為一個符合現場期待的教師，葉老師長期投入原住民族教育，並曾在本校兼任原住民族文化課程，講座中與同學分享何為傑出的良師？我們要做好一位老師，還是要成為一位良師？中華民國的良師和原住民的良師有何不同？教育部、原民會、縣市政府不同立場對原住民族教師的不同期許，議題雖然看似嚴肅，但葉老師以輕鬆活潑的案例分享，當日講座同學們意猶未盡又留下來和葉老師交流許久呢！

因疫情影響，後面 5 場講座有 2 場取消，其它 3 場並以線上講座舉行，第 2 場次於 5 月 21 日（五）邀請到本校畢業校友的媽媽，也是長期投入泰雅族語傳承的素伊·多夕老師和未來的原住民教師們分享族語的教授沒有想像中的辛苦，只要先掌握屬於自己專有文化的生活型態，以生活化的語言融入教學，可以讓泰雅族語學習變得美麗又快樂，現場也播放幾段學生在課堂上以文化議題融入的語言學習，真是悅耳的泰

**原來沒那麼難**  
原住民偏鄉實驗教育機構旅行系列講座  
篤行樓Y603

<b>原民教師被期待的教學能量</b> 葉川榮 老師 5/7 12:00-14:00	<b>偏鄉文化教學經驗分享</b> 土坂國小-蕭德光 校長 6/4 12:00-14:00
<b>泰雅語言傳承經驗分享</b> 泰雅族語-素伊多系 老師 5/21 12:00-14:00	<b>文化本位課程與社區發展</b> 介壽國小-宋美麗 校長、黃敬學 主任 6/8 15:30-17:00
<b>原住民族師資培育之我見</b> 沈苡真老師 5/28 12:00-14:00	<b>課網下原民教育的轉化實務</b> 地磨兒國小-楊萍 老師 6/18 12:00-14:00

師資培育暨就業輔導處

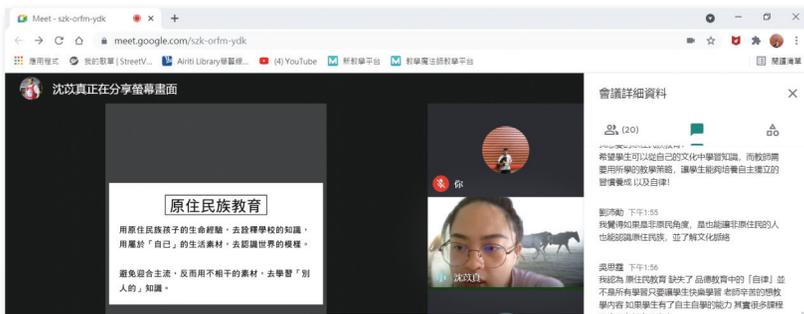
▲ 原來沒有那麼難系列講座，場場精彩。



▲ 首場於 110.5.7（五）邀請臺中教大葉川榮老師分享對原民教師的期待。

雅族語教學。

第 3 場次於 5 月 28 日（五）由本校今年結束大五實習的準原住民族教師，特教系沈苡真老師來分享「原住民族師資培育之我見」，沈老師



▶ 第3場 110.5.28 (五) 由本校即將實習畢業的準老師沈苡真同學分享原住民族師資培育之我見。



▶ 110.6.18 邀請楊萍老師分享原民教育的轉化經驗，為本系列講座劃下完美句點。



▲ 110.5.21 (五) 邀請素伊·多夕老師分享泰雅族語的教學經驗。

共有 70 名師生報名參加，雖因疫情影響不能親自到校和學弟妹們分享，楊萍老師仍準備了相當豐富的演講教材。楊老師任職地磨兒國小 26 年，投入開發排灣族本位課程，在國語、數學及自然的排灣本位課程開發有相當成功的經驗，同樣以文化元素導入學習三鷹架：心的學習、手的學習及腦的學習，結合家長、社區、部落，並相信學生

也是老師，落實自發、互動、共好的學習架構，讓地磨兒的孩子享受學習、對上學充滿熱情，建立主動尋找答案、認同文化並傳承文化的好品格，作為本系列講座完美的最終章。

最後，師培處期待疫情期間大家都能保重自己的健康，在新學期的到來，本處必定會再推出新的系列講座，透過實體的互動，更能讓本校的原住民同學們感受在國北另一個共學共好的學習部落，讓原住民族文化傳承及師資培育的熱情一直維持下去。

歷經了新一代的師資培育歷程，並在國北的系列性有計畫完整的培育下重新認同自己的賽德克文化，在大五實習時，便能時時警惕自己，如何判斷普通教材和原住民教材的不同，要如何以原住民本位轉化普通學科教材傳承原住民族文化，也期許學弟妹們可以當個更符合原住民族教育所期待的教師，因為和學弟妹們在國北有深厚的感情，即便是線上講座，互動仍是十分活潑有趣。

最後一場次由屏東地磨兒國小的楊萍老師演講「課綱下原民教育的轉化實務」，本場次