

# 學校訓輔老師的 自我完善及支援

廖寶珊紀念書院  
羅靈芝校長

2019.1.7

# 青少年自殺

立法會數字：向教育局匯報的中小學生自殺個案	
2012/13	14
2013/14	10
2014/15	9
2015/16	19
2016/17	19
總數	71

來源：《香港01》27/12/2017

傳媒報導手法!!!

# 教師的身心狀態

教育工作人員協會及香港心理學會教師工作調查

訪問對象：電郵全港教師,1836回覆

頗大/極大工作壓力困擾：81.2%

有中度或以上抑鬱症徵狀：30%

工作時數(每周)

50小時以上：>70%

60小時以上：30%

70小時以上：10%

雪上加霜!!!  
做/不做?

# 訓輔老師的自我完善及支援

(一) 調整心態

(二) 掌握基本功

(三) 擴大團隊

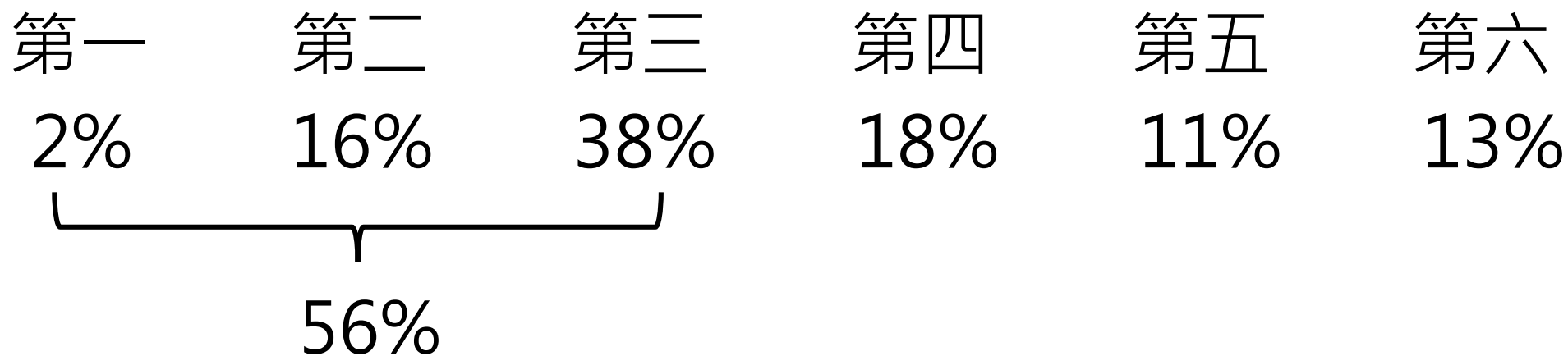
## (一) 調整心態：正向積極

1. 堅持信念：肯定工作的意義
2. 平衡管教原則：了解、體諒及協助學生成長
3. 尋求家校合作：協助家長掌握管教技巧

# 1. 堅持信念：肯定工作的意義

## 青年學生眼中的老師

你覺得老師比起父母、兄弟姊妹、親戚、同學、朋友對你的影響力排行第幾？



# 我們的教育信念

1. 我們肯定每一個學生的尊嚴和價值，相信他們都有豐富的潛能。教師的尊貴使命，是幫助學生確定自我價值發展潛質，培養他們的優良品德和積極的人生態度，並引導他嚮往公義、追求真理。
2. 我們致力建立師生共樂的校園文化：以仁愛為本，彼此接納、欣賞、尊重、信任和鼓勵。

# 訓導組的信念

- 訓育是正面、積極和有教育意義的
- 重視預防措施及事後跟進
- 強調處理的過程而不是懲罰
- 指引帶領學生去面對錯誤、承認錯誤並承擔責任與後果
- 致力提升學生「自我完善」的能力，讓學生有內在的改過
- 避免過份以行政手段令學生遵守紀律，著眼於與學生一同建立一個能讓成員覺得有所屬的社群



# 訓輔組的共同目的

- 協助同學辦清問題所在
- 提供輔導，讓學生找出解決問題的辦法
- 協助學生實踐解決問題的行為
- 幫助學生建立正確的價值觀及內化社會規範
- 幫助學生自我完善，學會自律自尊自重

## 2. 平衡管教原則：了解、體諒及協助學生成長

孩子的基本需要：

1. 生存：安全、溫飽
2. 有所歸屬：愛及被愛
3. 能力感：自我形象
4. 樂趣
5. 自由

# 少年特性

- 十分自我
- 生理變化
- 心理要求獨立 - 選擇
- 需要別人(成人、朋友)的肯定
- 尋索方向
- 需要引導、接納及認知
- 對性好奇並探究
- 十分情緒化
- 與朋友認同(服飾、衣著等)
- 十分理想化(對別人(成人)諸多挑剔)
- 有潛質創意
- 衝動但勇於嘗試

# 香港青少年生活狀況調查

香港青少年生活狀況調查

訪問對象：3279 (6-24歲)

抑鬱徵狀：58.1%

輕微抑鬱徵狀：11.6%

中等抑鬱徵狀：17.7%

嚴重抑鬱徵狀：6.2%

極度嚴重抑鬱徵狀：6.2%

# 中學生抑鬱焦慮狀況調查

浸信會愛群社會服務處

訪問對象：21間中學, 約7500名學生

抑鬱徵狀：51.5%

高焦慮徵狀的學童：25%

嚴重抑鬱徵狀學童(需治療)：4.1%

### 3. 尋求家校合作：協助家長掌握管教技巧

文化、成長、教育背景不同

→ 管教模式/對孩子要求不同

➤ 適當管教

➤ 專制/嚴厲

➤ 縱容/過度呵護

→ 與家教會合作(講座、工作坊)

→ 掌握引領家長改變的機會(危機→契機)

# 不同管教模式下的孩子

## 專制管教模式

- 怯懦
- 不敢嘗試
- 沒有主見
- 缺乏創意
- 萌生反抗念頭

## 縱容管教模式

- ◆ 任性
- ◆ 自我中心
- ◆ 自控能力弱
- ◆ 難以與人相處
- ◆ 稍遇挫折就會放棄

# 通知/面見家長

輕微：通知與否？手冊？

嚴重：當事老師(班主任/訓導老師直接知會家長)

方式：電話/面見/公佈？

時間：即日/另約日期？

態度：—— 就事論事(不論為人)

—— 客觀(第三者態度)

—— 有讚有彈

—— 感同身受

—— 積極面對

→ 帶著「盼望」離開

→ 要求家校合作

→ 化危為機



## (二) 掌握基本功

1. 了解職權：普通法：如一個審慎理性的家長監管其子女一樣，代家長監管校內的學生。

舉例：

搜書包、抽屜、身體及儲物櫃？

- 有合理懷疑
- 學生同意
- 有第三者在場

沒收/暫時保管？

# 有效使用權威

- 權威建基於認受性
- 職位權力(Position Power) ≠ 權威
- 社交權力(Social Power) => 權威
- 惡/恐嚇 ≠ 有權威
- 堅持合理要求



# 訓導老師的職責

1. 制定校規
2. 維持學校秩序(領袖生培訓、火警演習、禮儀、集會秩序.....)
3. 處理學生違規事宜
  - 恆常：功課、遲到、早退、缺席
  - 突發：打架、作弊
4. 調節操行等級/審閱評語(?)
5. 預防學生違規行為：防微杜漸(訓輔合作)

# 調查學生犯事過程技巧

1. 迅速 [ 個別涉事學生  
全班
2. 表明決心
3. 軟硬兼施(低年級/高年級)
4. 留意學生反應
5. 與班主任合作

「老師可以使學生奮發向上，改正錯失；  
也可以使學生生活在屈辱和挫折中」

# 面見犯事學生技巧

1. 表達關心(問感受)
2. 理解行為目的
3. 檢討後果
4. 澄清疑問
5. 肯定當時感受
6. 重新演繹
7. 給予選擇(檢討更佳的做法)
8. 表達期望,善用協議
9. 行使「原諒」權  
恰當處罰(學承擔責任)
10. 功過相抵(重新做人)

語氣嚴肅 ≠ 疾言厲色

# 關係修復

## ➤ 復和關係：

惻隱之心為始

羞恥之心為核心轉化點

而是非之心為終

## ➤ 復修要點：

表達明白對方感受

揭示自己的關注、責任及限制

檢討雙方更佳做法

真誠協議

表達期望

# 處罰方式

罰企/留堂/抄書/扣分制/記警告缺點、記過

停課：不多於三天(得校長同意)

不准回校：未達某種要求不能回校(得校長同意)

開除：經教育局局長批准

可否有其他更**積極**的方法？

- ✓ 獎得合宜、罰得其所
- ✓ 功過相抵
- ✗ 剝奪「活動權利」

## 權威監管 (美國賓夕凡尼亞大學)

- 師長高高在上，強調學生的服從性
- 學校的劃一性
- 嚴格校規與管理，嚴刑峻法
- 對學生傾向於不信任
- 不鼓勵師生溝通



# 人性取向 (美國賓夕凡尼亞大學)

- 接納學生個別差異
- 留意心理、情緒和社群對學生的學習與行為的影響
- 校規建基於尊重和信任學生，強調正確態度和行為的建立
- 管教情理兼備，促進學生的自控能力和民主心態的養成
- 重視師生關係和溝通

# 教育研究的啟示

(Roebuck, Flora, Buhler and Aspy, 1976)：在課室中，當教師對學生的態度是

## 教師態度

- 接納
- 尊重
- 關懷
- 表裡一致
- 真誠
- 同感的了解
- 統整協調



## 學生學習

1. 問題解決技巧方面表現較佳
2. 會更多主動發問
3. 有更高的思考水平
4. 更高的創造力
5. 學習效能較佳

# 我們可以怎樣做？

## A) 知己知彼

- 肯定自己的能力與技巧
- 明白自己的限制(管理個人情緒)
- 提醒自己：
  - 老師也會誤解學生
  - 老師也可坦承道歉
  - 在團體中指導學生時的自重與自戒
  - 愛犯錯的學生

# 我們可以怎樣做？

## B) 持續進修

- 訓導、輔導課程/精神健康課程/  
調解課程/正向教育/禪修靜觀課程

## C) 保持樂觀積極

- 十年樹木、百年樹人
- 注意壓力(Burnout→求助)

## D) 平衡生活

- 作息有時



# 管理個人情緒

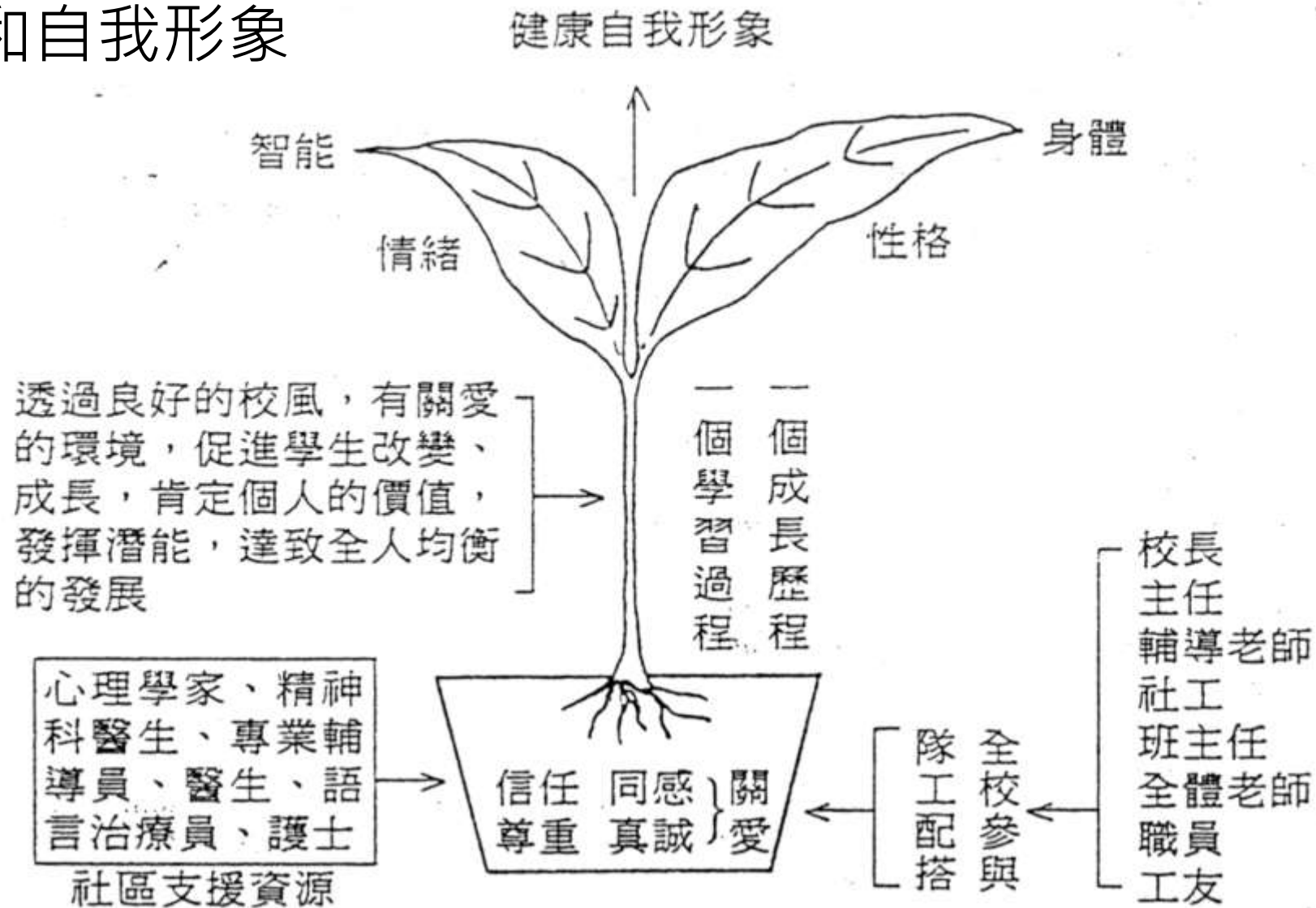
- 正面「自我對話」
- 鬆弛練習：呼吸、肌肉鬆弛法
- 抓住動人時刻
  - 記住學生對你的慰問、關心
  - 回憶與學生的歡樂時光
- 細意觀察進步
  - 盡量找出該學生的進步與優點

# 好教師的成長

	大學前 (%)	大學期間 (%)	職後 (%)
對教學內容的處理能力	18.95	12.63	68.42
運用教學方法和手段的能力	21.65	12.37	65.98
教學組織和管理能力	19.56	11.34	69.08
語言表達能力	34.69	20.41	44.90
教學科研能力	18.18	11.11	70.71
教育機智	19.19	11.11	69.70
與學生交往能力	21.43	10.21	68.37

# (三) 擴大團隊：建立正面積極的校園文化

## 學生的自尊和自我形象



# 校園的文化與氣氛：多鼓勵、多欣賞

## Kirt Lewin (1936)：強調環境對個人行為的影響

學校是一個對學生影響重大的環境 -  
影響他們的態度、行為、  
性格發展和個人成長。

- 設施/氣氛
- 學生生活：早會/上課/活動
- 校園文化的建立

獎勵制度：

- 標準適切
- 範圍要廣
- 方式多變
- 份量恰當



# 建立積極的訓輔制度

## 訓導

- 肯定社群的重要
- 維持社群的秩序、紀律
- 偏重外在行為
- 抑制性、約束性
- 重外控力的培育
- 具法治精神
- 管教加上懲罰，故較消極

## 輔導

- ◆ 肯定個人的價值和獨特性
- ◆ 促進個人全面之成長
- ◆ 全人的關注
- ◆ 啟發性，著重自動自覺
- ◆ 重內控力的培育
- ◆ 重情愛、體諒、寬宥
- ◆ 管教中重自律，故較積極

# 建立積極的訓輔制度

- 是有情的訓育與輔導的整合
- 是面對全體學生或個別學生時的態度、原則與方法
- 全校訓輔
- 強化班主任角色(班風建立)
- 重視預防工作(正向教育/提升學生自我形象)

Firm Fair Friendly

## 陪審團 12 項建議

範疇	建議內容
防止今次自殺事件發生	校方應輔導學生如何面對逆境及保持正向思考 加強家長與教師間的溝通
防止類似事件發生	學校懲罰機制應保持透明，讓學生和家長了解紀律後果 班主任應多加留意及關注表現與平日有落差的學生，有需要時轉介社工跟進
學校工作系統	教師、訓導及社工之間應明確分工，以便家長有需要時聯絡 設立明文指引記錄學生行為問題 向訓導老師提供專業培訓 制定清晰處分機制
處理學生問題	校方應先向家長通報學生問題 若事件沒有迫切性，則避免直接向學生說出未確定的處分 在家長陪同下才向學生說出處分原因

# 全校參與

訓導組：領袖生培訓、紀律訓練營、獎勵計劃.....

輔導組：新生輔導、家長講座、小組輔導活動、  
成長新動力課程.....

公民教育組：義工服務、生命教育、感恩教育.....

活動組：恆常活動、大型活動、午間舞台、領袖訓練.....

加強歸屬感，製造成功機會，提升學生自我形象...

+ 校長、班主任、社工、教育心理學家

# 結語：工廠 ≠ 學校

每一個孩子都獨特而珍貴

- 「教孩子明白事理，承擔責任，對自己有要求，能自我管理，盡力做到最好，自重自愛」。
- 「教養孩童，使他走當行的道，就是到老他也不偏離」(箴22:6)



教師的禱詞

主啊!賜給我寧靜,  
去接受我們所不能改變的;  
賜給我勇氣,  
去改變我所能改變的;  
賜給我智慧,  
去辨識期間的差異。

~Reinhold Niebuhr