

風
樓
心
語

第 46 期

※校內刊物，不對外發行※

《生命教育－繪畫欣賞》

主 題：

傳遞生命的熱情

獎 項：

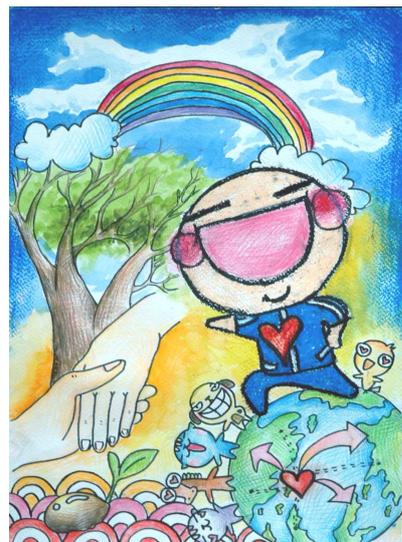
生命教育基金會 2008 年
藝文系列：「美好生命的
印記」徵文及繪畫創作比
賽－繪畫類佳作獎

作 者：

士林高商 夜 206 周萱蕙

創作理念：

用亮麗的色彩，表達對生命的熱情與積極態度。用牽手，表達生命中的溫暖。渺小的種子，風中屹立，在暴雨中不搖，學習努力面對一切，在困難中尋找希望。在生命中的美好，別吝惜於伸出手幫助他人；因為你的快樂，會感染更多的人，你將會更快樂！



《嘉言集 1.》

虛空有盡 我願無窮

每個人生命的過程，就如同花開葉落，是一種自然的變遷。因此，死亡並不是終點，當我們在人生最後的階段，選擇回歸自然大地，就是讓生命圓滿、無限的延伸。

~聖嚴法師~

《愛的小語》

2. 輔導老師的話－許自己一個未來

◎輔導教師周玉連

「人一生都在追尋自我，這是一個需要學習的方向與過程」（Rogers, 1961），每個人從出生到死亡，可以說是一連串追尋自我的過程與累積。每個累積經驗所留下的心靈痕跡，導引著未來。經驗如果就是一切，那麼沒有人能教導我們，只有在其洞見自己。

最近，高三同學正面臨人生中重要的升學考試與生涯抉擇，在這追求理想，力爭上游的過程，必須誠實地面對自己，才有機會解決問題。可惜的是，許多同學面臨讀書計畫趕不上變化，模擬考試成績每下愈況而喪失信心，甚至不敢面對真相，失去勇氣面對逐夢過程所遭遇的困難與挫敗，令人扼腕。

親愛的同學，請將眼光放到未來，建立正向積極態度，築夢踏實，努力不懈，學習追尋自我，即使要花上半年、一年，甚至是一輩子的時間，都不要放棄，大膽地「許自己一個光明的未來」！

◎ 本期要目 ◎

- ※輔導老師的話.....P.1
- ※生死典範.....P.2
- ※生命的腳蹤.....P.3
- ※“心”觀念：制服
的故事.....P.4
- ※佳文共賞：性別說
文解字.....P.5
- ※升學資訊.....P.6
- ※多元職涯任我行.....P.7
- ※情緒教養從心體會...P.8
- ※金玉良言.....P.9
- ※好書介紹－窮得只
剩下錢.....P.10
- ※回饋與分享.....P.11

生死典範》

㊦. 不立碑 不記名 身後事無禁忌

◎文/何定照

聖嚴昨天「植存」，是他以色身完成的最後說法。從一生弘法到色身消逝，聖嚴無不力行佛理，做出絕佳的生死典範。



從世俗眼光看來，聖嚴一生坎坷，自小病弱家貧，十歲才入學識字，又幾度因窮輟學。也非自幼聰穎，五歲才會說話，「家人認為我長大後必是個傻瓜」。他的弘法之路亦阻難重重。少時初次出家，因戰亂中斷；來臺二次出家，卻常被各宗派排斥。赴日取得博士學位，回臺無處發揮；赴美自願成為行腳僧期間，更常露宿街頭、路邊撿食，還曾遭槍所逼。創辦法鼓山也歷經艱辛，晚年更苦於腎疾。

然而，聖嚴從無怨尤。早在卅餘歲第一本自傳裡，他便深刻寫下：無論順境逆境，都是「增上緣」。他濟人無數的一〇八自在語及諸多智慧語，不但是深奧佛理的日常語言轉換，也是他的生活實踐。聖嚴更以自身為見證，顯現如何以佛法超脫病、死。從小罹病不斷，一直被認為會早死，他卻靠著「願力」一次次活過來，抱病為佛法奔走。弟子心疼，要他「明天再做」，他說：「你怎知道我明天還在？」

聖嚴圓寂後的一切佛事，也為全臺揭示難得的身後觀。他不講頭七，身後六天便火化，也不在意正逢黃曆「忌安葬」的月破日，在在超越傳統喪葬形式，建設「如此依然能往極樂世界」的新印象。他更以自身推廣「植葬」，將骨灰分散植存大地，不立碑記名、也不種樹，破除「據洞為親」的觀念，示範如何放下我執。在環保生命園區，聖嚴的骨灰將與其他往生者一樣，回歸自然、滋養大地，又再造新生命，這正是佛法「歸於空無」、「無分別心」的體現。世人將不辨聖嚴究在何處，因為他確實不在此處一如他所說，他將乘願再來，當虛空有盡，唯大願能超越此生，世代傳遞。

【轉載自：98.2.16.聯合報 A5 版】

《嘉言集 2.》

有心為善，雖善不賞；無心為惡，雖惡不罰。 ~蒲松齡《聊齋誌異》，卷一考城隍~

《焦點新聞》

㊦. 因為有愛 臺灣在亂、騙、慘中仍有希望

年度代表字揭曉 前十有九個負面字

臺灣生病了 必須用真愛撥亂反正 找回公平正義

◎文/陳源銘

那個字最能代表二〇〇八年的臺灣？聯合報與多家企業合辦的「2008 臺灣代表字大選」票選揭曉，「亂」、「騙」在 72 個備選字中，分別得到第一、二名，第三名是「慘」；更慘的是，前十名的字只有「愛」是正面的，其餘都是負面的字，第四名以後分別是「悶」、「貪」、「鬱」、「扁」、「變」、「冏」、「愛」。

「臺灣代表字大選」是首度舉辦，模仿日本十三年前開始舉辦的「年度代表漢字」。日本選出的字也是負面多於正面，但臺灣首度舉辦，前十名就有九個負面字，實在不能不令人省思：是臺灣人太過悲觀，還是大家的思考方向都屬於負面？這樣說可能太武斷，因此，可能都不是，而是臺灣生病了，臺灣生的病就是「亂」和「騙」。日本選出「變」字為今年的代表漢字，「變」何嘗不是一種亂？



前朝政府施政不佳、弊案不斷，導致政黨二次輪替，就是因「亂」而「變」的結局。各種詐騙集團橫行，使接電話的民眾恐懼；甚至法官發公函，不但沒人相信，連警察也認為是詐騙，這何嘗不是亂？氣候「變」遷、世界金融演「變」成風暴海嘯，當然更是亂七八糟，人人遭殃，人禍加天災，怎一個「慘」字了得？

雖然可悲、可嘆！但「亂」、「騙」、「慘」三個「二〇〇八臺灣代表字」真是選得好；但還好有「愛」字，代表字臺灣在「亂」、「騙」、「慘」中仍有希望。因為有愛，才有公平、正義可言。所以，政黨輪替是一種「愛」的表現，是真正愛臺灣的人以神聖一票表達的行動，而不是嘴巴喊喊，卻暗地貪贓枉法的「假」愛臺灣。因為有「愛」，我們能得以度過「亂」、「騙」、「慘」的二〇〇八年；因為有愛，我們可相信司法、檢審能超越藍綠，還給人民公道，把違法亂紀者繩之以法。日本的「變」字，是希望不好的一年趕快過去，臺灣雖「亂」、「騙」、「慘」，但因為有愛，也可以期待不好的一年趕快過去。

「亂」和「騙」是一體兩面，「慘」是必然結果。日本人希望「變」，但怎麼「變」？沒有答案。臺灣雖「亂」、「騙」、「慘」，還好有「愛」，但我希望這是「真愛」，而不是滿口仁義道德的假愛，否則明年選出年度代表字，極可能除了有「亂」、「騙」、「慘」，恐怕還有「哀」、「悲」、「淒」等真慘的字。

【轉載自：97.12.17.人間福報】

《生命腳蹤》

2. 是「了解」，是「豁達」

◎文/楊宜珍

進入了「宗教博物館」，買完票，一進電梯裡就有驚喜。電梯周圍的牆壁，由黑轉亮，還有聲音出現。門打開了，映入眼簾的是一道透明的水牆，水沿著牆壁輕輕的流下，手放上去，感受水緩緩滑過、涼涼的、帶點答答的水聲。走入朝聖步道，聽著音樂，看著柱子上的問句和朝聖的教徒，心也跟著沉靜下來。

來到了「世界宗教展示大廳」，裡頭介紹了許多宗教和該宗教的代表建築物模型，那些模型讓人驚豔，個個精緻而且真實。解說員還說：每一個模型都是按照比例和當下的情況做成，所以有些地方才會有神像斷頭或者是壁畫掉漆的狀況。

後來去了「生命之旅廳」，看著從出生到死亡所呈現該生命階段的禮儀、文物，讓我也好像把自己的人生給走了一遍。在這大廳中，我明白到生命的過程，也感嘆歲月的無常。

離開了「宗教博物館」，是「了解」，是「豁達」。了解的是：宗教的歷史，竟是如此的多元而且神秘。豁達的是：生命不就是如此？人活著，不就是要讓他的生命每一分每一秒都活的精彩而且有代表該年齡的意義。

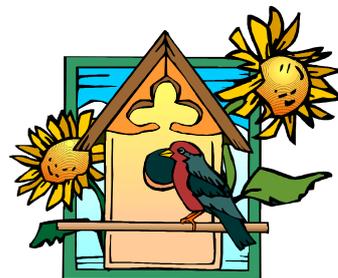
人類的思考，創造了多元的宗教，也豐富了生命，更使得人們有了心靈上的追尋和寄託。

【※編者按：本文作者為 104 班的同學，於寒假期間參觀宗教博物的心得寫作】

《嘉言集 3.》

自反而不縮，雖褐寬博，吾不慚焉；自反而縮，雖千萬人，吾往矣。（語譯：反省自己，若是道理不直，即使對方是個穿著布衣的平民百姓，難道我不畏懼嗎？反省自己，若是道理正直，既使面對千萬人，我也要勇往直前。）

~《孟子·公孫丑（上）》~





《“心”觀念》

2. 制服的故事

◎文/畢恆達

講起制服，許多人總有說不完的故事。小時候，我好希望快快長大，因為學校規定書包要斜背，上了五年級以後才可以改成側背，看起來好帥。中學時男生要理小平頭、戴大盤帽，學校景觀活像監獄或沙場，如今翻閱過往的相簿，仍然是不堪回首的灰暗記憶。朋友甲說：學生進入校園的時候，毛線帽、圍巾和手套都是違禁品，不能穿戴在身上。冬天騎腳踏車上學，因為怕遲到，來不及取下，就被教官記一個警告。朋友乙說：秋冬之際學校換季後，有天他忘了穿夾克上學，導師就要全班同學一起把夾克脫掉參加朝會，以示整齊，讓他成為全班公敵。

制服 用力量使人屈服

什麼叫做「制服」呢？教育部線上國語字典的定義如下：如果當作名詞，是「規定式樣的服裝，如學生制服」；如果當作動詞，則是「用力量使人屈服」。對啊！從這個角度來看，制服是否有可能成為學校行使權力用以制服學生的媒介呢？國內仍有不少學校有「女生穿著裙裝」的硬性規定，然而因為跑跳、騎車等行動不方便，安全褲遂變成防止走光的必要配備。「強制裙裝」預設了對於女性舉止表現的單一規範，忽視了多元性別認同的可能，也造成某些自認或被認為小腿粗、腿毛長等女學生的困擾。

學號 全民監控的社會

除了制服的樣式，男生的上衣還會繡姓名；然而因為認為女學生容易成為受害者，為了免於陌生人逕自叫出其姓名，而得以免除此項要求。這種男女分殊的規定，也強化了社會對於男女的不同刻板認知。可是即使如此，繡學號的規定大家仍視為理所當然，它背後預設的卻有可能是一個全民監控的社會。即使出了校門，大眾仍然可以向校方具名檢舉學生不合宜的行為舉止，例如：在車上沒有讓座、與異性過於親密。學生只要穿上制服，似乎就得受到陌生大眾的關注與監督。

換季 未顧到體弱的學生

「換季」也是一項很不人道的規定。每年的春夏或秋冬交會之時，總有家長投書：學生因為學校統一換季而感冒。然每個學生的體質不同，抗寒耐熱的程度不一，單單為了整齊劃一的視覺景觀，而規定全校一起換裝，勢必犧牲了身體落在常態曲線以下的學生。即使學校沒有嚴格的制服規定，也仍有導師舉辦每月的紳士淑女日，藉由獎懲讓學生的穿著審美向主流的性別價值靠攏。雖然不是制服，裙裝與長褲、粉紅與深藍仍然成為界定男女標準形象的代表。

其實教育部很早就廢除了學生服裝與髮式的統一規定，交由各校自主。並且明白宣示：尊重多元選擇，去除刻板印象的理念，校方不得因學生個別選擇不同而予以處罰與差別對待。其實如果可以接受全校學生不一定在同一天集體換季，或容許有體育課當天穿著體育服到校，也沒有帶來什麼不良後果，就已經表示：「整齊劃一」只是一個虛幻的想像。

學生 渴望創意空間

制服的樣式與存廢，可以藉由校內師生的民主參與來討論，當前校方至少可以讓學生在冬夏制服、體育服、長短褲與裙裝之間自由搭配，如此既沒有無法辨識學生的安全顧慮、沒有統一換季造成的困擾、也可以顧及不同性別認同學生的權益。學校畢竟應該是一個快樂、創意學習的場所，而不是表演集體大合唱的舞台，更不是軍事操演的教練場。在當前講究全球競爭力的年代，多給學生一些空間，少一些制式的規定，可以讓慘綠少年的生活多一些創意的色彩。

【轉載自：97.12.27.聯合報 A4 版】



《佳文共賞》

ㄉ. 性別說文解字—家後

◎文/王世哲



「…阮將青春嫁置恁兜，阮對少年跟你跟甲老，…阮的一生獻乎恁兜，…等待返去的時陣若到，我會讓你先走，…因為我會嘸甘，放你為我目屎流。」相信有在留意閩南語流行歌曲的人，對前面的歌詞和旋律應該不會陌生，這正是大家耳熟能詳的臺語歌：「家後」。由樂壇奇才鄭進一作詞、作曲，閩南語歌天后江蕙主唱，透過江蕙優美動人歌聲的詮釋，餘音繞樑，一度也令我忍不住學著唱，愛不釋「口」。唱著唱著，自己敏銳的性別意識使我隱約覺得「家後」的歌名及歌詞涵意，似乎透露著一些關乎性別問題的訊息。

我好奇地上網瀏覽，想更進一步瞭解這首歌的來龍去脈，查出其歌名的詞意及源由。「家後」是閩南語詞，它的意思是指「妻子」。早期禮教謹嚴，婦人被規定居於內室，不輕易拋頭露面。大戶人家，四合院宅第，內室多在最後，因此衍生出以「家後」一詞作為對外稱呼妻子的自謙詞。與時下常見的「牽手」一詞不同的是，牽手是臺灣原住民平埔族稱呼妻子之詞，後亦廣為漢人所使用。「家後」起始於臺灣本地鄉紳大戶，帶有中國人謙遜、隱而不張揚的文化特性，「牽手」則流露出原住民的自然率真。

我還在網上意外地搜尋到這首歌的背景故事，標題是：「她嫁進他家門時 16 歲，他 5 歲」，故事的發展坐實了標題預埋無奈女子宿命的伏筆；「家後」的犧牲真是令人感動，賺人熱淚！故事的結局總算是圓滿收場，一個賢妻典型，配上知情重義的丈夫，終究證成了一段貼合中國傳統婚姻價值觀的感人情節，適足以完全掩蓋了婦女的辛酸宿命結構。再看網路上的評論，清一色的「感動」、「讚揚」、「歌頌」婦德，竟聽不到一絲「異音」，似乎沒人反省如此令人感動的故事，原是用整個社會供奉給女人的「牌坊」換來的。婦女必須躲藏在家「後」，以彰顯男人的謙遜，同義詞如「拙」荊、「賤」內等，也都是傳統大男人慣於用來對外稱呼妻子的代名詞。男人有權如此「謙虛」的自貶妻子，象徵著女人只是男人可以隨意操弄對待的附屬品。

也許有人會辯稱，「家後」就是家庭的「後盾」，妻子善盡相夫教子之責，讓夫君在外無後顧之憂，有何不好？這使我想起一句熟稔佳話：「一個成功的男人，背後一定有一個偉大的女人。」是的，女人經常很偉大地成就男人，但是男人的偉大成就，經常是建立在女人無怨無悔的犧牲奉獻之上；鞏固父權結構的社會，怎能不極力稱頌這樣的賢妻？！並藉此立下典範，供人景從，好讓既得利益的男人，由於穩定的社會秩序，繼續享有特權。然而，隱藏在此社會系統背後的現象，卻是女性淪為歌頌傳統婚姻觀下的祭品，女人在這種牢不可破的宿命結構裡，永遠都該只是認命的「油麻菜籽」！？

我還是欣賞原住民以「牽手」稱呼妻子，因為牽手是「平行」的，相互尊重的，而且同甘共苦，真情流露。「…牽妳的手，行咱的路，牽妳的手，嘸驚艱苦…」這樣的歌，其中沒有宰制，卻也同樣感人。

【轉載自：<http://www.gender.edu.tw/>】

《古典深情》

ㄉ. 擊 鼓

擊鼓其鏜，踴躍用兵。土國城漕，我獨南行。
從孫子仲，平陳與宋。不我以歸，憂心有忡。
爰居爰處？爰喪其馬？于以求之？于林之下。
死生契闊，與子成說。執子之手，與子偕老。
于嗟闊兮，不我活兮，于嗟洵兮，不我信兮。~詩經·邶風~



生涯輔導篇



《升學資訊》

㊦. 98 學年度四技二專招生日程

◎整理/輔導室

日期	四 技 二 專 日 間 部				四 技 進 修 部 及 二 專 夜 間 部			
	技 優 入 學		推 薦 甄 試	聯 合 登 記 分 發	聯 合 登 記 分 發			
	技優保送	技優甄審			臺 北 區	臺 中 區	嘉 南 區	高 屏 區
98.05.16.			四技二專統一入學測驗考試 (5/16~17)		四技二專統一入學測驗考試 (5/16~17)			
98.05.18.	資格審查 (5/18~25)	資格審查 (5/18~25)						
98.06.01.	網路個別報名 (6/1~4)	網路個別報名 (6/1~4)						
98.06.04.			第一階段報名 (6/4~8)					
98.06.10.						學校團體報名 (6/10~12)		
98.06.12.		各校進行指定項目甄審 (6/12~23)	第二階段報名 (6/12~16)					
98.06.16.	網路選填志願 (6/16~18)							
98.06.17.								學校團體報名 (6/17~19)
98.06.22.					學校團體報名 (6/22~6/25)		學校團體報名 (6/22~24)	
98.06.29.			第二階段指定項目甄試 (6/29~7/3)					
98.07.03.	上網登記就讀志願序 (7/3~5)	上網登記就讀志願序 (7/3~5)						
98.07.08.	就讀志願序放榜	就讀志願序放榜						
98.07.09.			放 榜	報 名 (7/9~17)				
98.07.24.				網路選填志願 (7/24~29)				
98.08.05.				放 榜				
98.08.13.					現場登記分發、報到 (8/13~17)			
98.08.14.								現場登記分發、報到 (8/14~17)
98.08.15.					現場登記分發、報到 (8/15~17)	現場登記分發、報到 (8/15~17)		

※請上「技專校院招生策進總會網站 <http://www.techadmi.edu.tw/>」或教務處註冊組查閱相關訊息。

《專家語錄》

㊦. 多元職涯任我行

◎文/周麗玉



今天講題的重點是：「會影響到我們一生，但我們卻一直不去注意的事！」舉一個總統獎的例子：一個家暴案的學生，為了維持自己和母親的生計，選擇就讀進修學校；雖然是唸進修學校，但她靠著設計服裝的興趣，慢慢的努力學習，最後成功，拿到了總統獎。另一個資策會的例子：一位大學畢業生，因為跟著失業的學長一起參加資策會的職業訓練班，爾後找到工作。這個例子是說：有很多我們不知道的有用資訊，要靠自己去找。希望現在的老師、家長，能把

觀念改變。很多人唸完了博士，卻沒有實務的經驗，唸博士好像是為了滿足自己的虛榮；未來的趨勢會是：工作一陣子然後進修唸書。時下的父母都太心急，沒有機會讓孩子學習去做自己喜歡的事，只是不斷的唸書。

政府一直沒有清楚地跟家長說明教育真正的內涵，使得家長認為：開放一綱多本就要唸很多本書。教很多本的老師，都不是聰明的。很多人對考試都採取土法煉鋼的方法，但其實只要將一本讀通就好了。孩子的能力要從小培養，尤其是閱讀、邏輯的能力；就像國中英語的教學目標是學生要會寫一篇文章的 Outline，但很多人卻不會，因為大家都不重視。在我當國中校長時，就要求學生要讀空中英語雜誌，看不懂就看後面的翻譯，讓他們慢慢養成閱讀的習慣。參考書、測驗卷或是補習，不是說不好，但學生都被弄笨了；因為學生都已經知道老師要考什麼，就只練習那些，不會去思考別的問題。考試前是可以拿來複習，某個地方不懂可以重複聽一兩次，但平常就不要。

興趣、性向是讓孩子透過某一過程，自己去產生；需要家長耐心的帶領、試探、發覺，從小就要開始。孩子在國中三年，就要讓他改變讀書的方法及做事的習慣，尤其是做事的習慣很重要。在這些過程中，父母的榜樣是很重要的，在家裡就規定某個時段大家都做同樣的事，不要「孩子在唸書，父母卻在看連續劇」。

智能沒有好壞，只有不同；可能某一個人的空間概念很好，另一人的語言能力很好，這就是多元智慧的觀念。以前對於智能的想法是「量的不同」，現在對於大腦的研究越來越徹底，開始認為智能是「質的不同」。由於智能只有不同，那我們使用一個學生的優勢來帶領他，慢慢的也能帶領開發他的劣勢。學習是很自然的一件事，慢慢來，就像前面所提英文的例子，看多了就不一樣。所以孩子的需求是要靠老師及家長去帶領發掘。不只是數理能力，語文也能建立邏輯，語言邏輯使得我們能從雜亂中找出最重要的。孩子在學習的過程中，千萬不要對孩子說你怎麼讓我丟臉等等的话。

讀書是一步一步來的，就像練功，沒有一下子就能成功的，武俠小說裡那些拿到武功秘笈的人最後都走火入魔。Cheers 雜誌的專刊裡提到的，新世紀人才的三大能力：1.學習能力：讀寫算、邏輯推理、科技應用等等。2.個人能力：溝通、獨立思考等等。3.公民能力：負責、自律、誠信、自我管理、對他人尊重、多元文化的理解與賞析。以上三種能力之中，誠信、尊重他人的公民能力很重要。時間管理要靠小的時候養成，講者小時候的例子，因為受日本教育的父親的要求，漸漸養成每天晚上準備好隔天要用的東西的習慣，也會先想好自己隔天上班要做些什麼事，用筆記本記下來。

性別因素影響了對未來生涯的規劃，像怕女兒嫁不出去、兒子找不到工作的觀念。普遍社會觀念認為：女生就該找個好老公嫁了，而男生就要有個好工作養家活口；如果一個女生成就很高，她的父母反而會擔心她嫁不出去。這個社會使得女性自己認為自己是不好的，例如：像女人的（娘娘腔）都是不好的，但像男人（男人婆）卻還不差。男、女的特質是社會化的結果，從 2 萬年前的維納斯石雕到西方畫家的畫裡的男人、女人（男人都有事做，女人只是躺在床上或沒事做），就可看出對男人及女人不同的期待。教科書裡常常也會出現性別刻板印象，像是：假日爸爸帶兒子去釣魚、女兒們在家就主動整理客廳、大樹伯伯及美麗的蝴蝶姑娘等等，這些都影響了孩子對於性別的看法。我們要慢慢去引導、發掘孩子的興趣，將阻力轉變為助力。學校也可以多多讓學生知道國家有提供哪些職訓。最後，性別的刻板印象很重要，不要讓這阻礙孩子的發展。

【士林高商 97.5.9.性別平等教育專題演講紀錄】

《嘉言集 4.》

流淚撒種的，必歡呼收割。（Those who put in seed with weeping
will get in the grain with cries of joy.） ~ 《詩篇》，126 篇第 5 節》



2. 情緒教養 從心體會

◎文/呂政達

教養主張：從小就把孩子當成一個有自主感、應該學習表達和控制情緒的「微縮版人」而不再視為「未開發人類」。

親愛的爸媽，你自認很瞭解孩子的情緒嗎？以前，當EQ的說法當道，提到教養孩子的情緒，許多爸媽相信：只要讓孩子學習控制情緒，不要動不動就發怒，影響到別人，就算是大功告成。

是嗎？這就要談到我們對小孩的「情緒標籤」了。心理學家萊兒·亞蒙瓊斯曾提到：大人們總認為小孩不懂自我控制，情緒發展還不夠細膩、成熟，看事情常陷入自我中心；所以我們常會用「情緒化」、「不理性」、「無理取鬧」來形容孩子的情緒。

從自然主義的觀點來看，認為小孩擁有反應舒服和安全感等基本需求的情緒，就像「沮喪」和「害怕」；隨著智力和社會靈敏度的發展，透過父母的教養、老師的影響和同輩的來往，孩子才學會更多種、也更細膩的情緒，如「悔恨」、「憂傷」、「煩惱」、「焦急」等。

有位心理學家曾蒐集成人給孩子下的情緒標籤，我們會說小孩「和氣」卻不會用「慈悲」的字眼；會用「吵鬧」卻不會加上「憤慨」，因為我們覺得孩子的智能還沒有發展到那種階段。心理學家史洛特指出：「純真（Innocence）」是專屬童年的情緒形容詞，而諸如「慎重」則屬成人專利，如果有人說「那個孩子慎重地研究保險政策…，以便給未來的妻子提供更多保障。」聽起來很怪，甚至有點病態。

對待男孩、女孩的情緒也大有差別，大人們會用「情緒模範生」（通常是年紀大點，也被認為發展較成熟的大哥哥、大姊姊）來要求小孩。女孩的「情緒模範生」是溫和、體貼，所以我們會給女孩貼上「任性」、「不溫和」、「不體貼」的情緒標籤，就是希望她們能朝這個模範發展。爸媽們，回想一下，有沒有這樣告誡過女兒：「妳看！姊姊那麼溫柔、善解人意，妳要拿她當榜樣喔！」男孩的「情緒模範生」則是勇敢、堅定、有自信，所以父母會責罵頑皮的男孩「衝動」、「吵鬧」；罵愛哭的男孩「懦弱」，期待這些情緒將來成熟發展為我們設定的好男孩特質。

然而，當我們這樣地給孩子情緒貼上標籤時，在體會孩子的真實情緒經驗前，我們也把孩子的情緒可能性分類好了，我們會說孩子的情緒發展還不夠成熟，同時也會根據孩子的性別，給他們的情緒貼上標籤。事實上，許多爸媽常犯的毛病就是：我們並沒有真正地體會孩子的情緒。

在這種「情緒認證」的遊戲裡，爸媽已事先設定好「孩子是什麼樣子」的。在西方社會裡，孩子常被認定缺乏「力量」、「自我控制能力」、「深度」、「效率」；在臺灣社會，小孩的情緒也常得到相同的對待。有句俗語說：「小孩有耳無嘴！」其實正暗示著視孩子為「未開發人類」的態度。而長大成人，於是變成一種禮物，他們將可以得到「自主感」、「人生意義」，懂得做出妥適的選擇，也更能控制情緒。



然而，真的所有小孩一旦轉大人，後就會自動變成這樣嗎？我們已見識過許多不會適度表達情緒、常常衝動誤事的成人。因此，爸媽們應該重新想想「情緒教養」的重要性，從小就把孩子當成一個有自主感、應該學習表達和控制情緒的「微縮版人」，而不再視為「未開發人類」。因為，如果沒有經過學習和對待，一個穴居人進到科技社會，也會維持著穴居的習性。

※教養法則

設想這樣的一個例子：孩子晚上不睡覺，媽媽連哄帶勸：「別鬧了！你每次上床睡覺就要鬧，看看你哥哥，睡覺都不用人操心。」對於一個不肯上床的男孩，媽媽給的「情緒認證」就是「吵鬧」。壓下一個男孩的情緒，變成媽媽的任務。



請看太平洋密克羅尼西亞的 IFALUK 人的做法吧！在孩子一歲後，當他們也吵鬧不上床時，爸媽會說：「孩子！這個叫做害怕。」他們會好好地安慰孩子，完全體會孩子的情緒。IFALUK 人對情緒的看法與認知，很值得我們進一步理解；他們不將情緒當做個人內在心情的發洩，或像心理學家威廉·詹姆斯所說的那樣，只是身體的變化而已，而是他們與事件、與他人關係的陳述。

人類學家卡薩琳·魯茲早在 1982 年的著作中就提到，他們的語言裡，沒有能直接翻譯成「情緒」的字。卡薩琳·魯茲找到 IFALUK 人有 31 個表達情緒的字眼，再分成四個領域：

1. 表達好運氣 (good fortune)。
2. 表達危險 (danger)。
3. 表達與別人有關的失落與聯結 (loss and connection with others)。
4. 表達極度複雜和遭誤解的事件 (overly complex and misunderstood events)。

每個領域再依其強度的感受，而有不同的字眼。

爸媽的「情緒教養」，或許可從 IFALUK 人的語彙裡得到啟示吧！與其依照心智成熟程度或性別來給孩子的情緒下標籤，不妨在孩子小時，也用這四個領域來體驗孩子的情緒經驗。例如：當孩子情緒高漲時，告訴他：「你感覺有好運氣了！」

【轉載自：張老師月刊 373 期】

《金玉良言》

2. 建立孩子核心價值 引導孩子良善行為

◎文/吳清山

「現在的孩子，無論食、衣、住、行、育、樂各方面的享受，比起我們生長時代，實在好太多了，這種豐富的物質生活，卻沒有讓孩子有更高層次的精神生活。」很多家長都有類似的感觸。「唉啊！現在的孩子實在談不上精神生活的充實，很多事情都認為理所當然；對人不感恩、對己不反省、對事不盡責、對物不珍惜，是一種很普遍的現象，真不敢想像未來的社會景象。」一群家長有感而發。

「孩子讀書，只想每次考試都得高分，不知幫助同學，一切只為自己，這是孩子該追求的目標嗎？他將來會成為社會優秀人才嗎？」實在令人懷疑。多元和開放的社會，常常導致人類價值混淆、對錯難分、是非不明，司空見慣，屢見不鮮；孩子處在這種社會環境下成長，耳濡目染，漸漸內化到生活習性中而不覺。久而久之，孩子怪異或偏差行為就會接連不斷，最主要原因之一，在於缺乏核心價值 (corevalues)。

每所學校環境不一樣，需求亦不同，實在很難要求各校有同樣核心價值。然而不管時代如何發展、社會如何變遷，個人覺得：培養孩子「感恩、責任、榮譽、回饋、服務、禮節、守法、孝順、誠信、正義、合作」的核心價值，實在很重要。孩子擁有這些核心價值，就等於擁有一座人生的寶藏。

不管是「學校教育」或「家庭教育」，都應幫助孩子建立核心價值和正確價值觀，作為引導其行為準則，讓孩子一言一行，一舉一動，都符合社會規範或社會倫常，而不是「只要我喜歡，什麼都可以做」，這樣才能培養一位良善公民。 【轉載自：臺北市教育e週報 第387期】



《研習訊息》

近期《教師、家長輔導知能研習》相關訊息

◎整理/輔導室



編號	研習名稱	研習對象	研習時間	研習時數	研習地點	報名截止時間
1	性別平等教育專題講座－ 主題與講師：拒絕歧視，尊重多元(周麗玉委員)	本校教職員工及學生家長	98/04/15 (三) 14:00 ~16:30	3 小時	學生活動中心三樓演講廳	98/04/10 (五)
2	教師輔導知能研習－ 主題與講師：當學生挑釁時(廖清碧教授)	本校教師	98/04/24 (五) 14:10 ~16:10	2 小時	行政大樓五樓第三會議室	98/04/17 (五)
3	生命教育教師成長團體－ 主題與講師：完形心理治療工作坊【1】~【5】(王天興老師)	本校教師	98/05/05 (二) 至 98/06/02 (二) 每週二 13:10 ~16:00	15 小時	行政大樓三樓團輔室	98/04/28 (二)
4	家長成長研習－ 主題與講師：「你的溝通有沒有用？父母的說話效能」(王淑俐教授)	本校教職員工及學生家長	98/05/22 (五) 14:00 ~16:30	3 小時	學生活動中心三樓演講廳	98/05/15 (五)

※1.請於報名截止日前，前往輔導室報名或請上網《臺北市教師研習電子護照—<http://insc.tp.edu.tw/default.asp>》報名。

2.歡迎本校教職員工及學生家長踴躍報名參加相關的研習。查詢電話：2831-3114 # 511 ~ 514。

《好書介紹》



書名：《窮得只剩下錢》

出版社：橄欖出版社

作者：王陽明牧師

~人生兩條路：「生活的幸福」不等於
「生命的幸福」，兩樣幸福我們都需要。~

這是一本從「現實人生」切入，來帶到「生命信仰」的書，並以「生命的原則是追求幸福」為主軸，透過三個問題來貫穿整本書。這三個問題是：1.人為什麼沒有平安？2.人如何跳出無奈的困境？3.人如何追求幸福的進深？書中以一連串人類核心的需求與省思，諸如「人性是什麼？人活著到底是為什麼？我是誰？人存在的終極意義是什麼？」，來帶出一套明確、簡單、清晰、具體可操作的「生命經營系統」。

人生兩條路—「生活的路」與「生命的路」。生活的路追求食衣住行、功名富貴；生命的路追求平安喜樂、永恆的歸宿。我們這兩條路都要走。如果生活的路富有，而生命的路貧窮，則雖然豐衣足食卻不安空虛，這就掉入「窮得只剩下錢」的困境。這本書的價值在於為我們釐清這兩條路。

關於如何走好生活的路，我們的社會在這方面的好書，非常普遍，但關於如何走好生命的路，卻較不普遍。而這本書不僅為我們釐清生活與生命的分際，還為我們清楚解說如何走好生命的路。為了自己的幸福，非常值得一讀。希望人人都能把握到真正的幸福，不要一生奮鬥下來，落得「只剩下帶不走的錢」，唯獨遺漏永不分離的「幸福的源頭」。

作者簡介：王陽明牧師

臺灣大學法律系畢業，美國德州大學公共衛生學博士（主修醫療組織與管理），美國肯州路易維長老會神學院道學碩士與神學碩士。曾任彰化基督教醫院行政副院長，馬偕紀念醫院行政副院長，以及臺灣大學醫學院兼任副教授。目前從事雙愛心禱事工。

發行人：黃贊瑾 發行單位：臺北市立士林高商輔導室

精彩試閱：不要只剩下錢

相傳有一位旅居美國事業相當成功的女企業家，住在山邊風景優美的豪宅。有一天，女企業家接到一通很久沒有聯繫的高中好友的電話，說有事要到美國開會，想順道飛去看她。她非常高興，要求好友一定要多住幾天。



屆時這位女企業家開了一部非常高級的車子去接機。抵達家門時，果真是一棟氣派十足的豪華住宅，四周是一片翠綠寬廣的草坪，其間還有花園、網球場、以及游泳池。除了到機場接機的車子之外，車庫裡還有一部非常高級的汽車和一部跑車。豪宅裡面有十幾間空著的房間，任由這位好友選擇，每個房間裡面並且掛有高價的名畫。

安頓之後，這位好友問說家人呢？這時女企業家臉色一沉，說：「我先生有外遇，很少回家。」這位好友為了緩頰，馬上問：「那孩子呢？」女企業家嘆口氣說：「孩子大了，有自己的理想，住在別的城市。」接著嘆口氣說：「你不知道，我現在是『窮得只剩下錢』。」

人不是要拼經濟賺錢嗎？為什麼會窮得只剩下錢？人的需要是什麼？簡單地說，人的需要有兩大項，一是「階段性」的需要，一是「終極性」的需要。能夠滿足這兩項需要的事物，如果以玻璃珠與珍珠來做為比喻，則玻璃珠滿足階段性的需要，珍珠滿足終極性的需要；前者會煙消雲散，後者則永不分離。因此我們需要釐清什麼是「階段性」的需要，什麼是「終極性」的需要。進一步說，為了釐清這兩項需要，我們需要追根究底了解到底「人是什麼？」，「人生涵蓋什麼？」，「玻璃珠是什麼？」，「珍珠是什麼？」。

我們不要一生只把握到一大堆的玻璃珠，卻把珍珠給遺漏了，那才是真正的貧窮。本書就是針對這一點來寫。「人生兩條路：『生活的幸福』不等於『生命的幸福』，兩樣幸福我們都需要。」「窮得只剩下錢」表達生活富有而生命卻貧窮；雖然豐衣足食，卻是不安空虛。本書的貢獻在於指出生命要如何上路，如何把握到神，如何除去不安空虛，以及得到真正永恆的平安喜樂。

【轉載自：<http://olive.cclm.org.tw/>】

《分享園地》

風樓心語 45 期—回饋與分享

- ◎「起心動念」，對於一個人是非常重要的。如果一開始的方向正確，所做的事就會正確；如果方向錯誤，所做的就不會是好事。外在的環境，也會影響一個人的心，如果自己能把持住方向，就不必害怕會被影響而做錯事了！（102 吳碧鳳）
- ◎「踏入高職」，已經是將自己未來的道路，擺在起跑點上了；在選校時，就已經決定自己的命運。在這個競爭的年代，連大學畢業生都有可能無法找到適合的工作，在這樣的壓力之下，能在高職習得一技之長，還是比較好的。（117 王繼中）
- ◎吳亦唐同學是我的國中同學，看到靜淑老師所寫的「勇士之歌—憶亦唐」，令我感動非常。有幸能和亦唐同班三年，一起渡過許多歡笑的時光。我想：他也會很高興，有許多人仍將他的存在，放在心中。（119 林莉雯）
- ◎在現在多元化的社會中，人與人之間，已經演變出許多不同的「性別關係」，我們不該還是以有色的、歧視的眼光去看待他們，而是付出更多的關懷、並予以尊重。（205 陳少凡）
- ◎臺灣的創意無限大！誠品的 24 小時人文藝術領域、從小喝到大的珍珠奶茶、比飯店還舒適的 Motel、月考完必去的 KTV…，再再說明了臺灣人的潛能。只要肯努力去實踐，成功就在不遠處。（219 許哲鳴）
- ◎「興趣」能不能當飯吃？我覺得能！因為我認識好多舞蹈老師，他們都有極大的興趣在舞蹈上，付出很多的代價與努力。能讓「興趣」與「專長」結合、變成工作，是多麼美好的一件事！（311 林馨怡）

