

(自習課的演講)

實習生：施文健

日期：103/10/22



時間過得真的很快，突然覺得寫省思已經是上輩子的事情了。這種感覺很奇妙，開始覺得省思沒甚麼好寫的？！但仔細想想，其實並非沒甚麼好寫的，而是我已經完全將在天母國中的生活，納入了自己的生活裡，於是開始覺得似乎好像每件事情的發生，都是那麼得理所當然，也因此少了剛開始對於每件事情都會出現的新奇感，還記得剛來天中的前幾個禮拜甚是一個月，對於每件事情都躍躍欲試，對於每件事情都覺得如此的新鮮！

在第一次段考後，我跟指導老師討論了班上的成績，以及班上同學的讀書方式優缺點。我個人是覺得我們班的各科成績並非頂尖，但也不至於墊底，我抱持著比較樂觀的心態，甚至感恩我們班還有些進步的空間，但老師似乎比較覺得班上的成績過於差，尤其在背科方面的努力明顯不足。老師和我的共同觀點大概是班上同學們的高分群不夠強，後段啦啦隊又偏多，於是使得班平均落在全年級的中間而已。

對於班上這樣子的整體表現，我整理了一些關於國中階段的「訊息」要和班上同學們分享。在今天自習課的時候終於有時間可以和班上同學們分享這些和英文課無關的「訊息」。

對於這些訊息，我做了一張像自我檢視的學習單，內容重點大致如下：

1	針對時間管理的「生活圓餅圖」：	上了國中之後，學生們開始在時間管理的部分亂了手腳，常覺得時間總是不夠用，常覺得每天的生活都被塞滿滿的，絲毫不能喘氣。我認為透過「生活圓餅圖」方式，讓他們面對自己目前的生活作息，將這些生活作息具體化，進而去思考這樣的生活作息是否合適，發現自己是否花了較多時間在休閒或是摸魚上。
2	針對第一次段考的檢討：	在第一次段考結束，各科老師們也都公布成績，檢討考卷之後，我設計了幾個敘述性的問題引導同學是否了解考試的意義，並且讓他們透過這些問題了解並且檢視自己的不足的科目為何、在考試中以及下次準備段考的時候，能記取這次的教訓，而有所改變。
3	針對第一次段考的檢討：	在這個部分，我希望同學能夠做到去觀察比較外在環境的改變，因為透過了解外在環境的改變，才能調整自己來適應外在的改變。於是在這個部份我設計了一個開放性問題，讓他們去比較從國小到國中的改變。再來關於內在的部分，我只簡單問了他們從開學到現在，自己是否有了任何改變。
4	做人處世的的基本「感恩」、「感到抱歉」：	這題的設計來自於今天班上發生的小插曲（附在文末）透過這兩個問題，讓同學們去思考自己是否常忽略了感恩自己所受到的好處及幫助。亦或許有時候犯錯了，是不是覺得無所謂，而絲毫沒有感到抱歉。雖然這簡單兩個問題不一定能讓同學們就此將這兩個原則放在心上，但希望能在以後提醒他們，施老師曾提醒要記得「感恩」以及「感到抱歉」。

5	禮貌的重要：	這也是比較關於品德教育的方面，在這個部分，我提供了他們一篇文章關於禮貌的重要，在文章下方有個簡略的 mind map，因為觀察下來，發現班上同學們在閱讀段落式文章時，沒有策略，於是常常一目三行，過目即忘。透過 mind map 的引導，我帶著同學讀這篇文章，教他們學習抓關鍵字，並且告訴他們可以將此方法用在社會科，生物等等。除了閱讀策略外，我讓他們檢視自己是否是個有禮貌的人，以及請他們寫下關於禮貌的心得感想。
---	--------	---

在引導這張學習單時，我選擇從禮貌的重要先講，介紹完 mind map 以及請同學們寫心得之後我先和同學們進行了兩個小活動：

1. 我在黑板上寫下了 149162536496481100121 這串數字，並且給他們三十秒來記這串數字，之後有些同學陸陸續續舉手想要嘗試，於是回答的同學們便背對著黑板背出來，但沒有任何一個同學確實的背出來，之後我告訴他們其實這串數字便是 1 的平方、2 的平方、3 的平方……以此類推到 11 的平方。而這小活動的用意是在告訴他們：當面臨一串資訊的時候，找方法理解勝過於死背。
2. 我請同學們閉上眼睛，在我說「開始」之後，在心裡默數三十秒，當自己心裡的三十秒已經到的時候，將手舉起來。當我手錶計時的三十秒到的時候，我請他們張開眼睛，看到每個人不一樣的結果，我和他們說：同樣都是三十秒，有些人個性好急，才過了十五秒就舉手了，但也有些人好像覺得三十秒很久。我叮嚀那些在三十秒之前沒舉手的同學，因為他們的心理時鐘慢了，也因此他們在時間管理上面，可能比較會沉浸在自己的世界裡面，而忽略了真正的時間並不等人。那我的結論是希望每個人都可以把自己的心理時鐘條快一些些，用意在於偶爾可能會有「意外」的發生，而我們若是把時間都抓的精準，那豈不是不能容許半點意外發生了嗎？

這兩個活動也成功了引起同學們的注意，也知道接下來我要分享的重點了，所以想當然爾，這堂自習課的演講非常成功呢！因為剛好自習課在今天的最後一節，馬上看到了些效果：同學們會主動來跟老師說再見！也有同學跟我道謝，他覺得他更認識自己一些了。對我而言，這些觀察都是平常在他們的生活中，與他們相處才會觀察到的細節，這樣子的觀察以及分享下來，我覺得不只同學們更認識了自己，連老師我也都更了解大家了！

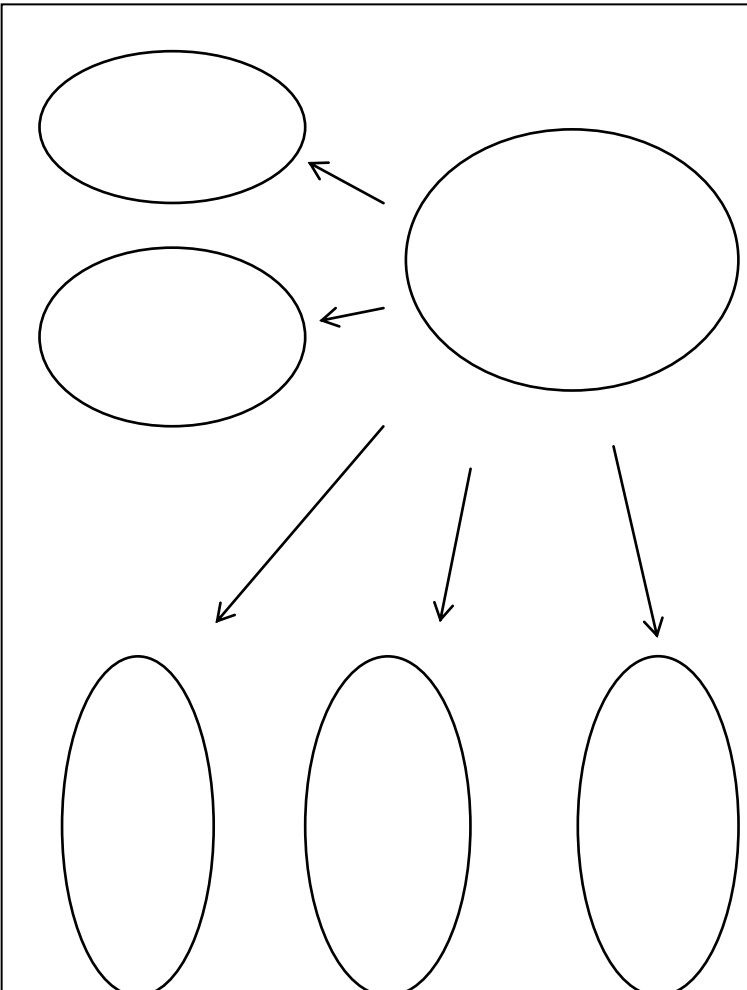
禮貌的重要

游博筑

禮貌是人跟人之間的調和劑，它可以幫我們把大事變小事，小事化成無事。例如有人急急忙忙的跑過來，你騎著腳踏車不小心撞到那個人，你很有禮貌的說：「我不是故意衝過來的，真的很對不起。」你說了這句有禮貌的話，說不定那個人會原諒你，由此可見禮貌是多麼重要呀！

我們現在來談『請』、『謝謝』、『對不起』；先說『請』是用在不會的或是這個東西怎麼玩的，例如小明不會這個題目怎麼算？這個時候就可以說：「老師您可以現在教我這個題目怎麼算嗎？」老師聽了這句有禮貌的話當然願意教這個有禮貌的學生；接下來談『謝謝』，例如有人送你一枝可愛的鉛筆，這個時候你應該說：「謝謝你送我這枝可愛的鉛筆。」別人聽了一定會很高興，再來是『對不起』，例如他不小心用球打到別人，他就急忙的說：「對不起，我真的不是故意的，請你大人有大量原諒我好嗎？」別人聽了這很有禮貌的話一定會原諒你的。

禮貌就像一面鏡子。例如你是一個善良天真有禮貌的小孩子，就可以照出美麗漂亮可愛的小孩子；假如你是一個只知道霸占、不懂得尊重別人和不禮貌的人，只知道欺負人，照出來的樣子一定邪惡兇猛，那跟禽獸有什麼不一樣呢？假如不懂得禮貌，那你這輩子就會交不到朋友，也會很孤單。相信我，一定要做個禮貌的人，不要做個惹人討厭的人，禮貌真的很重要，禮貌是不可缺少的生活藝術。

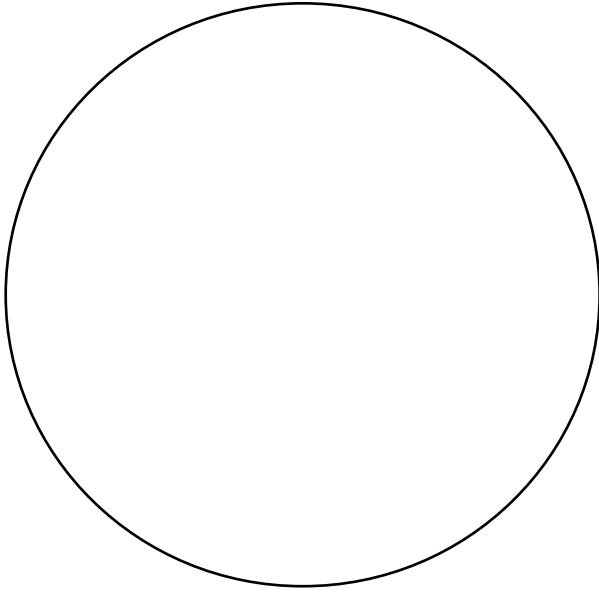


看過以上的文章之後：
我認為.....
 我總是疏忽了禮貌。
 我一直都是個有禮貌的人。

心得：

自我檢視

1. 生活圓餅圖



請根據現在你每天的作息時間，將左方的圓形假設成你一天二十四小時，稍微思考一下，扣除一天上課約九個小時，之後的十五個小時，你是如何做分配的：

說明：

2. 對第一次段考的檢討

- (1) 在第一次段考後，我覺得我自己考得_____（好或不好）
- (2) 我覺得我考_____的原因是：_____
- (3) 在第一次段考中，我因為粗心而被扣了分數？（ ）是（ ）否
- (4) 在第一次段考中，我考最差的科目為：_____（可不只填一項）
- (5) 考完試約一個禮拜過去了，我已經知道該如何準備我最不拿手的科目。（ ）是（ ）否
如何準備：

3. 改變：

我認為國小到國中是一個很大的改變（ ）是（ ）否
舉例：

我認為從開學到現在我已經有了些改變（ ）是（ ）否
舉例：

4. 感恩 以及 感到抱歉：

思考每天的生活中，或者是此時此刻，你最想感恩的人是誰？為了什麼事？

思考每天的生活中，或者是此時此刻，你是否曾經或現在對誰感到抱歉？為了甚麼事？

(10/22 中午發生的小插曲)

中午吃飯的時候小佑(化名)來跟我投訴說第二節下課從外堂課回到班上時，他發現有水灑在他的書包裡面，而且水量不少，因為他的課本都爛爛的。

我問他知不知道是誰做，他說他知道是小玄(化名)做的，因為他問班上是否知道誰把水打翻在他書包裡時，小玄在竊笑，加上有其他同學跟他說有看到小玄做了這件事情。

當時導師也不在場，剛好在小佑的投訴之後，小玄路過我身邊，於是我跟小玄談了一會兒，一開始我不拐彎抹角的直接問她知不知道這件事情，小玄點點頭。於是我接著問她知不知道是誰做了這件事情，並且我很直接的告訴她「老師我不喜歡同學說謊，而且我今天會直接找你談，一定是知道了一些事情，所以我希望你很誠實，因為誠實才是解決事情的辦法。」小玄不知道該如何回答的時候，我只接給她了一個選擇的問句：是不是你做的？於是小玄承認了。

接著我只問她為什麼要這麼做，並且告訴她我心裡認為她不是故意要這樣子做的，在聽到我這樣子說之後，小玄開始卸下心房，告訴我是因為她跟別人借水喝的時候，不小心打翻的。在她敘述完之後我很清楚的告訴她我相信她所說的話，接著我說：「但我不理解為什麼在小佑問大家的時候，你要竊笑呢？」小玄不知道怎麼回答，接著我大概了告訴她我的想法是什麼，我說：「老師之道為什麼你會笑，因為這是個意外，加上水打翻在書包裡這個現象，本來就不合常理，所以你會覺得這是個笑話，再加上小佑發現的時候已經有一段時間了，經過這段時間之後，你對於這件事情可能也不是那麼在乎了，於是好像覺得不關緊要。但小玄你知道嗎？小佑覺得可能是有人故意在惡作劇，而且這個惡作劇有些過份。如果當下你有直接跟小佑解釋清楚並且道歉，今天老師也不用介入這件事情，相信你不希望把這件事情鬧得很大，所以你該想想待會兒老師把小佑找來一啟談話的時候，你該對他說些甚麼。」

最後我找了小佑和小玄一起來談話，雖然小佑看起來不太想談，但我跟小佑說：「小玄有些話想對你說。」小玄：「對不起，我不是故意要把水打翻在你書包的。」小佑只說了一句：「沒關係，不是故意的就好了啦！」看起來小佑是個較大而化之且較有度量的同學，在最後的談話我注意到了小玄在跟小佑道歉的時候，默默的流了眼淚，在我看來，那是正常的現象，每個人在面對自己的過錯，承認錯誤的時候，是本身情緒最激昂也是最需要極大勇氣的時候。

在確認雙方情緒都OK，對整件事情是否有滿意的結果之後，我有將這件事情稟報給導師知道，而老師只在小玄的聯絡本上，留言告訴小玄「竊笑」這個行為是不應該的。老師很滿意我的做法。