

青少年發展與輔導—第一章閱讀心得

學生：G02720024 林洳好

指導教授：李信良 教授

人的一生當中有許多階段，而青少年時期是最重要的關鍵時期，就像文章裡提到的，這個時期是由兒童期過渡到成人期的一個橋樑，也意味著是受過去影響及受未來牽引的一個承先啟後的人生階段，所以在這之中所有不好的、好的因素，都會深刻的影響其未來與個人發展；就像 Erikson 相信，青少年是自我辨識與認定的重要時期，在此時期發展不利者，將阻礙以後人生各期心理社會危機的克服。

在所有影響青少年的種種原因之下，可能會使學生們有心理、情緒上的困擾，嚴重甚至可能影響生理，而孩子除了跟家庭的接觸外，最多的就是與教師的接觸，所以了解學生的生理與心理發展亦成為教師重要的課題；輔導孩子了解自己、接納自我、肯定自己與充分發展自我，進而解決他們的問題。

在輔導的過程之中教師們要記得幾點是，第一，尊重青少年的價值與尊嚴，要完全客觀的尊重他們，不能因為有項不良行為便完全否定了其個人價值；第二，接納與關愛他們，這些偏差行為可能受自於家庭，可能父母親有暴力傾向，或是過於忙碌無法關心他們，這都是教師必須考量的背景；以上舉出兩點為例，當然還有更多瑣碎也重要的注意事項也都有在文章裡提到。

要成為教師，了解學生後進而幫助學生，是我們重要的工作與課題，相信在閱讀之後的篇章後，會更了解青少年的發展與可能產生之問題。

青少年發展與輔導—第二章閱讀心得

學生：林淑好

教授：李信良 教授

閱讀完第二章後最要的想法是，輔導青少年的理論不應該是單一個理論就可以隻手撐天的，應該是要綜合多個理論，並依照輔導的青少年之個人特質再做調整；當然這些研究學者們是做單一的研究，只是就輔導工作來講，只從單方面著手輔導便有失專業了。

個人滿喜歡心理社會論，因為它不只有著重青少年期的兩性期與生理上的發展影響，更重視青少年期的自我辨識與認定，也就是心理層面上的成長，對我而言，青少年的生理發展固然很重要，但在這部分的看護與教導，是以父母的成分居多，而在心理部分，教師的輔導卻是更重要的，就像理論中所說的，這時期的孩子在追尋認同感，所以開始追尋家人以外的歸屬感，像是同儕、師長們，於是這些角色對於青少年的影像會更重大。

當然這些理論教師們都必須徹底了解，並實踐於教學輔導之上；雖然班級中學生人數眾多可能無法一一的了解學生，但還是要盡最大可能的讓每一個學生跟教師亦師亦友，導引他們往最適合自己的路走，幫助他們達到最好的自我認同；當然，學生的自我意願也是很重要的，不能忽視其意志，否則便失去意義。

問答題：

1. 在輔導青少年的過程中，若持續遇到同個學生對於自己的認同感非常低落，會如何解決？
2. 性，在這個時期對於青少年是非常的敏感，而在輔導青少年的過程中，若其相當沉迷於性，會如何輔導？

選擇題：

1. 「發展螺旋論」是由哪位學者創立的？
(A)Charles Darwin (B)J.M. Tanner (C)Arnold Gesell (D)James Marcia
2. 在眾多探討艾力克遜理論與概念的學者中，以馬西亞的研究最受重視，馬西亞依危機與承諾兩個變項將自我辨識分為四個類型，下列何者非其中之一？
(A)辨識混淆 (B)辨識有成 (C)辨識遲滯 (D)辨識怠惰

青少年發展與輔導—第三章閱讀心得

學生：林淑好

教授：李信良 教授

對第三章覺得較有爭議的部分是在 Robert Havighurst 所提出的發展任務論之中的第一點：「接納自己的身體與容貌，並表現適宜的男性或女性的性別角色特徵」，這一點在當今社會是爭議性滿大的任務，要怎麼區別男性或女性的性別角色特徵呢？一旦定義了什麼樣的性別適合什麼樣的特徵，那會不會又被誤會成是刻板印象甚至是性別歧視等等，再而是，當今青少年對於自己是異性戀還是同性戀，其實都是還在摸索的階段，這對於很多人尤其是長輩而言這是非常不正常甚至奇怪的傾向，但，或許以前其實就有這樣的趨勢只是沒有被公開，壓抑著？因為現今社會的開放言論與自由國風，很多人勇敢地承認了自己的性向，那麼這些承認了性向的人物沒有符合適宜的男性或女性的性別角色特徵，就代表青少年期發展不完全嗎？我也不這麼認為。

這些理論中最有共鳴的是米德的人類學理論跟班乃迪克特的社會文化論，的確，文化影響了人的發展，每個國家有不同的文化，相對地對於青少年的看法也會不盡相同，在某些國家可能我們認為的青少年年紀的人已經是必須開始工作養家活口，某些國家可能還是把青少年當作孩子般得看待，因此除了對應這些生物、心理、社會理論來輔導照護青少年之外，也要把文化因素考量進去進而斟酌參考。

問答題：

1. 若您的學生向您表示有性向困擾(喜歡同性)該如何輔導解決？
2. 承上題，若種種跡象已顯示出該學生有強烈的同性戀傾向，對其家長該如何表示亦或是如何輔導學生跟家長溝通？

選擇題：

1. 皮亞傑的認知發展論中，青少年屬於的時期名稱為何？
(A)運思前期 (B)形式運思期 (C)感覺動作期 (D)口腔期
2. 「自我效能」是「自我系統」中的主要成分，班都拉認為影響自我效能形成的來源共有四方面，以下何者為非？
(A)成就的達成 (B)口語說服 (C)情緒低迷 (D)替身經驗

青少年發展與輔導—第四、五章閱讀心得

學生：林淑好

教授：李信良 教授

這個世代的家長，因為希望孩子能夠青出於藍，在各個方面都能贏過其他孩子，不惜花費大筆資金在孩子的課後補習上，導致現代的青少年因為壓力出現許多精神上、生理上的困擾，而我們沒辦法要求家長不要讓孩子參加補習，也就只能從旁協助孩子可以有正確的方式紓壓；除了輔導孩子有正確管道可以紓壓之外，教師也必須善於觀察孩童的精神或生理上的轉變，可能從一個孩子從原本的開朗突然轉變成默默無語，又或許是一個性情平穩的孩子突然變得性情暴躁，這些問題都是教師必須從中觀察，進而了解原因並解決的功課。對我而言，我覺得這現象是個惡性循環，其實從根本而言必須改變家長的教育價值觀，甚至是整個台灣教育的教育價值觀；當然，每個國家都會有教育上的弊病，如何讓這些弊病能改善甚至消除，這也就是大家必須努力讓教育再繼續往前進步的原因動力。

也因為世代越來越開放，青少年對於性的觀念也不同於以往的保守，年輕媽媽越來越多，墮胎率越來越高，教師對性的教育及輔導觀念必須更加強宣導，若用禁止阻絕的方式，現代小孩的叛逆程度，應該會讓這些狀況更層出不窮，所以我認為與其喝止青少年們，更好的方法是加強宣導防護措施及其可能承擔之後果。

問答題：

1. 若某天有女學生告知您她懷孕了，試問會如何解決？
2. 試問教師會如何宣導關於性的防護措施等等？

選擇題：

1. 試問下列何者非青少年增進健康的方法？
(A)充足的睡眠 (B)壓力的調適 (C)暴飲暴食 (D)規律的運動
2. 都賽克把青少年約會的功能歸納為七項，下列何者非其中之一？
(A)求愛 (B)性幻想 (C)社會化 (D)娛樂

學生：林洳妤

教授：李信良 教授

是否執行所謂資優班的分配，似乎從過往到現今始終是一個教育上的迷思，分配了，那對於資賦優異的學生們甚至家長們固然是好事，但對於非資優班的孩子、家長們，真的是好事嗎？自己對於這塊分配其實也是滿矛盾的，心中最支持的是常態分班，因為這樣可以讓學生們之間能互相幫助學習，雖然學習程度及學習速度可能會有些許落差，但我認為這是可以克服的，而且比起這些成績，在學習過程中既能學到自己的，也能學到如何幫助他人跟社交技能；但另一方面又會想這樣對於成績較好的孩子會不會有那麼點不公平存在，對於成績相對之下比較弱的孩子們會不會又是種壓力？

而對於智力不足的孩子們，我知道現今國小會安插一些特殊生在班級中，讓他們跟正常的孩子有同樣的學習機會，而有些學校會安排特教老師利用早自習的時候讓這些特殊孩子也有個別教育的機會，或是特教老師到該班級視察該學生的學習情況，但，也是有很多學校是沒有特教老師跟特教教室的配置，又可能每班的特殊生人數不一，教師們的授課品質也跟著崎嶇，沒受過特殊教育的學校老師們對於如何教育特教孩子們都是一個很大的問題跟挑戰，那麼對於孩子適應老師是否也是很漫長艱辛的一條路呢？

許多教師對於教育其實都很熟悉那些慣用模式，所以我認為必須做的作業是，教師必須徹底了解特殊學生們可能會出現的問題及應對方式及如何讓那些特殊學生們也能自在地跟大家一起學習

問答題：

1. 若班上有一位智能較不足的學生，會如何讓他(她)融入班級？
2. 若班上有資優學生不願輔導其他成績較低落的同學，該如何解決？

選擇題：

1. 一份良好的智力測驗，應具有五個條件，試問下列何者不是？
(A)常模 (B)標準化 (C)效度 (D)主觀
2. 不論資賦優異或智能不足者的教育，最重要的乃是實施「個別化的教育」。創造力研究的大師托浪斯認為創造力具有四大特性，以下何者不是？
(A)連結性 (B)獨創性 (C)變通性 (D)精密性

青少年發展與輔導—第七章閱讀心得

學生：林淑好

教授：李信良 教授

書中提到，青少年社會化的首要任務是要學習獨立，從我自己認知到現在的社會現況，我認為其實有兩端的現象，一端是青少年非常獨立，任何事都靠自己，包括金錢、生活所需、生活打理等等，除了跟父母住在一起之外，可能所有起居都是靠著自己，而這背後的原因或許是因為父母工作太忙碌，或許是因為家中生計斯要靠他自己這樣辛苦才能繼續生活；而相對的另一端，便可能是家裡條件稍微好一些，父母擔心現在的社會情況不足以安心到放自己的孩子到外頭闖蕩，於是把孩子的所有都攬在自己身上，幫孩子計畫好未來，即使因為到外地就讀而離開家裡了，父母仍是照三餐問候，甚至也就一起搬到讀書的地方了。

兩端都有好處壞處，太早獨立的孩子，太早接觸到了社會現實面，比起同儕，在思想上過於成熟導致交友上可能會有些許困擾，因為跟同儕的頻率不對；而在個人的思想與壓力上更是會有所不同，可能會無從排解這些偌大的壓力。而被父母用盡一切心思保護的孩子，心思可能成熟可能不成熟，在於孩子自己想獨立的意願是否跟父母一致，若是一致，那麼孩子心智成熟及事情處理的態度與速度可能會比同儕來得慢；若不一致，那或許會引發出一場家庭革命也無從所知。

所以最好的方法我認為還是，父母要盡力的了解孩子所需，並適時地慢慢把綁住孩子的安全繩放掉，讓他們能慢慢接觸到這個社會，漸漸學會如何自己打理一切，養出自己生活的態度。

問答題：

1. 從小父母管教你的方式是如何呢？對你長大後的影響？
2. 未來，如果你有小孩，你會用什麼方式來管教小孩？

選擇題：

1. 青少年社會化的重要任務有四項，請問下列並非其中之一？

(A)能夠獨立 (B)適應「性」的成熟 (C)學習做一個大人 (D)混淆自我

2. 解釋性別角色發展的理論主要有三個，下列何者為非？

(A)認知發展論 (B)雙親認同理論 (C)社會學習理論 (D)以上皆是

學生：林泓好

教授：李信良 教授

不管人生走到哪一個階段，追求自我、找尋自我的功課是永遠都在的；而在青少年階段正是找尋自我的起步，初期的青少年追求在家裡的地位，試圖找尋自己在家裡的重要性為何，我認為如果在家裡正向的自我，在社會層面上尋求另一個層次的自我會更成功順利，因為有個好的基底；相對地，若在家裡屢屢碰到瓶頸，那麼在外的那些青少年也會更加沒自信自己能在外面尋求到好的自我。

書中提到了很多輔導青少年追求正向自我的方法，個人最喜歡也覺得是最好實施的便是，提供讓青少年成功的機會，例如，在教室班級中，教師當然必須要觀察每個學生的特性如何，在起初可以先分配適合他們的特性的工作(幹部)讓他們能從中獲得成就感，教師也可以從中再觀察是否還有其他特性，或者更深層的可以讓他們試試看他們不熟悉的面向，讓他們不要害怕嘗試，即使失敗了也是屬於自己的經驗。

而青少年在這個階段尋求自我的過程中，難免會不確定自己到底能做什麼，自己到底是誰，因而產生情緒上的困擾；教師除了觀察特性分配工作外，也要時時刻刻注意學生的變向，青少年時期表面上看起來穩定，但內心可能是波濤洶湧，甚至有對父母、師長隱藏的事情；不管如何，我一直認為教學，必須是學校與家庭雙管齊下的，教師也必須跟家長成為合作夥伴，教師在班級中若觀察到學生有什麼跟平常明顯不一樣的舉動發生，觀察之後或許可以直接詢問該生並給予適當的輔導，必要時我覺得是必須跟父母共同協商如何讓該生再回到軌道上。

問答題：

1. 情緒對青少年會帶來哪些影響？試舉三項
2. 影響青少年自我概念發展的因素主要有哪些？

選擇題：

1. 焦慮情緒的產生有三大根源，下列何者為非？
(A)與環境的緊張與衝突 (B)情緒剝奪 (C)生理剝奪 (D)心理剝奪
2. 根據馬西亞的研究，青少年的自我辨識共可區分為四種狀態，下列何者為非？
(A)辨識混淆 (B)辨識預約 (C)辨識有成 (D)辨識遲滯

青少年發展與輔導—第九章閱讀心得

學生：林淑好

教授：李信良 教授

在青少年階段最煩擾青少年及家長的問題或許就是此章所提的道德與價值觀，青少年因為想追求獨立自主，或為了抗拒師長及父母的關心，故意採取與父母或師長不同的道德價值觀念，這或許是另一個想要吸引長輩的方式，但更多的是青少年還不是很清楚怎麼樣是正確的道德價值觀，因此出現了更多道德衝突，也就是所謂的叛逆期。這也多少跟家庭有關連，在道德價值觀建立的時候必須給予正確直接的觀念，例如，抽菸對身體有害，但若家長自身是在抽菸的人，對於孩子是不是造成他們混淆的觀念呢？

另一個問題也就是，這個階段的孩子除了家庭之外，最重視的就是與同儕之間的互動，常常會因為同學說要做什麼，慫恿要一起做什麼，而忽略了自身的道德價值觀；而若是在家裡的道德觀建立得不夠紮實不夠正確，在這方面的錯誤會越陷越深。

其實在人生的任何階段我們都會不小心陷入道德衝突的階段，青少年是兒童走向成人的一座橋梁，在價值觀建立與輔導的過程，或許可以試著給予多個案例、事件讓青少年們模擬、思考怎麼樣是比較正確的；每個人的價值觀都不會完全一樣，各有獨特的地方，不需要要求一定要達到什麼樣的程度，盡量輔導青少年們能往正向，並對他們自己有所幫助。

問答題：

1. 影響青少年道德發展的因素有哪些？試舉 3 項
2. 試問，假若學生中有人因為無法拒絕同儕的要求而一起參與了做壞事的過程，該如何輔導？

選擇題：

1. 影響青少年道德發展的因素，以下何者為非？
(A)同儕的影響 (B)性別的影響 (C)大眾傳播媒體 (D)以上皆是
2. 社會學習理論認為道德發展有三個重點，以下何者為非？
(A)楷模學習與替身效應 (B)賞罰控制 (C)抗拒誘惑 (D)以上皆是

青少年發展與輔導—第十章閱讀心得

學生：林淑好

教授：李信良 教授

青少年的生涯發展，影響他們最重要的因素莫過於家庭了；父母從事什麼行業，通常也希望孩子們跟自己一樣，甚至是孩子們自己把父母當成楷模，以後也想要走上同一條路。但是，也有另一方面是家長一味地希望孩子們繼承自己的事業，但孩子興趣並不在此，因此產生了家庭革命；我認為，希望孩子也步上自己在走的路這點當然沒有錯，但是不能因此而忽視了孩子們心中真正想要的方向；在輔助孩子們做生涯規劃時，應該先探索孩子的興趣在哪裡，然後往那個方向發展，若孩子真的還不知道自己的興趣在哪，那就讓他們多方面的嘗試，從中找出自己真正想要的是什麼；包括教師在學校裡也是，盡可能地從學生的作業、日常行為中觀察他們未來可以走上哪條路是適合他們發展的，當然這一切都不是正確答案，也都不是一定的，所有都是輔助孩子們可以更容易選擇以後自己想做什麼。

而現代孩子們，也因為父母的求好心切，讓自己的時間充滿了學業，除了學校課後還要到補習班繼續上課，比較沒有自己的休閒時間，教師、父母，除了讓孩子們增進學業上的技藝外，也要記得讓孩子們有休息的時間，可以讓孩子們接觸他們喜歡的運動，或是不時的帶他們出去踏踏青，養成好習慣；畢竟在這個科技發達的時代，3C 產品很容易讓孩子上癮，不是不能讓他們接觸這些產品，畢竟孩子們之間我認為必須要有共同的話題，可以不用完全跟上腳步，但也不能什麼都不知道，或許會讓孩子的同儕關係出現問題，所以在使用上也必須要讓孩子有時間上的觀念，不能無止盡的玩樂。

身為父母、身為家長，我認為要隨時跟上時代的腳步，不能永遠身在自己的時代，才能更了解自己的孩子想要什麼，想走什麼路；這些問題不僅僅是青少年本身的困難，也是教師與家長們需要準備的功課。

問答題：

1. 依國內現況而言，推展青少年休閒輔導工作尚需有各方面的配合措施，請試舉三樣並詳述之。
2. 假若您的學生(孩子)對於玩樂沒有時間觀念，甚至是沉迷，該如何引導他們？

選擇題：

1. 生涯發展是終生與連續發展的歷程，故於青少年時期作適當的生涯探索與生涯規劃乃極為必要。青少年生涯規劃有幾項重點，試問下列何者為非？
(A)認識工作世界 (B)評估環境因素 (C)自我低估 (D)確認自我工作價值觀
2. 青少年休閒諮商的四個步驟可視為與青少年建立投契關係的過程，下列何者為非？
(A)結束 (B)聚會 (C)探視 (D)行動

青少年發展與輔導—第十一章閱讀心得

學生：G02720024 林淑好

教授：李信良 教授

在現今社會中常出現很多家庭革命的新聞，其中更是因為家長與孩子之間的溝通方式不良而造成的居多。不管是課本中提到的哪個方式，我覺得都必須是各取一點，且更是必須看情況而定，不能每一種狀況都使用同種方式；適時的約束孩子在他們無法克制自己的玩樂時間是好事，但不能過分要求孩子連娛樂的時間都沒有，只能學習；也不能太寵愛孩子讓他們為所欲為，更不能放任他們。

我一直認為教育，不該只是孩童在學校受教師給的教育，在家裡更是必須有更好的影響，若教師能與家長雙管齊下，教師適時的回報孩子在校的情況並從家長分享得知在家中的情況是否與學校的情形有所出入，從中尋找幫助孩子的方法，這樣不只能幫助孩子，或許更能幫助到孩子家中的情形也說不定；但這一切前提都必須是孩子家長配合，才会有功效。

若教師得知孩子的家庭是單親家庭、或是家長是外籍家長，必須要給予尊重，不能以有色眼光看待他們；曾經在某一個班級待過，那班的班導師就會認為孩子的家長是外籍家長而對小孩明顯地不耐煩，甚至家長來到班上都會有差別待遇，看在我眼中是覺得非常不尊重對方的，也讓我期許著自己將來絕不能成為這樣的教師。

關於孩童早婚的問題，我認為大部分跟家庭都有關係，若是父母管教太嚴厲，可能因此壓迫孩子的心理，讓孩子某天爆發出自己的反叛；亦有可能是父母本身也是早婚者，對於早婚的概念並沒有太正確的思考；不管如何，除了學校給予教育之外，我認為最根本也必須從家長的教育再著手，讓雙方都能有正確的觀念。

問答題：

1. 若是自己的學生(孩子)遇到早婚的問題，該如何解決或輔導？
2. 試問會如何加強與單親家庭或隔代家庭或外籍家長的溝通？

選擇題

1. 馬寇比與馬丁將父母的教養方式分為四個基本類型，下列何者為非？
(A)獨斷教養型 (B)寬容溺愛教養型 (C)放任教養型 (D)寬容冷漠教養型
2. 親子溝通常見的問題類型有三種，下列何者為是？
(A)不良品質的溝通 (B)低度反應的溝通 (C)不一致或矛盾的溝通 (D)以上皆是

青少年發展與輔導—第十二章閱讀心得

學生：G02720024 林淑好

教授：李信良 教授

青少年在校的行為是教師及家長非常關心的，尤其教師是最直接接觸這方面的人，更是必須細心的從中觀察青少年的差異。在求學過程中，難免會與他人比較，學生們會比較誰的成績比較好或差，比較誰可以做什麼那為什麼誰又不能做等等的瑣事，這些比較並非壞事，但如何讓這些比較不成為壞事，便是教師需要教授與學生的觀念；教導他們不要因為比較而壞了同學之間的情誼，教導他們「比較」是為了讓自己更好，而不是讓自己更沉淪的觀念。當然有些老師會以激將法，告訴 A 學生，B 學生做得有多好多好，為什麼 B 可以這樣，你卻做不到？我一直認為這個方法，不是不適用於學生，而必須因材施教；有些學生適合用這種激將法迫使他們更向上，但也有些學生會因此覺得自己真的很差勁，一而再再而三地被這樣打擊，是非常有可能一蹶不振的。

台灣的社會教育環境對於孩子們，我一直認為不是非常友善的，就拿學音樂的孩子來說，常常會有人覺得學音樂將來沒有什麼前途，工作很難找，或是覺得，會學音樂的孩子家裡經濟狀況都滿好的；就拿經濟方面來說好了，家裡經濟狀況好，並不是常態，也是有人以就學貸款的方式就讀，有些樂器更不是繳了學費就沒事了，例如保養樂器阿…等等，這些，只是因為父母願意花這些錢財培養孩子的興趣；走音樂這條路，是件非常花時間且不符合經濟效益的事情，所以必須要有極大的熱忱才能支持每個人走下去。

問答題：

1. 同儕之間的友誼具有某些功能，試舉三項。
2. 甘普基於生態心理學的研究，強調對於學校相關問題之研究，必須考慮哪三個層面？

選擇題

1. 影響青少年友誼形成與發展的因素有四大項，何者為非？
(A)性別與年齡 (B)社會活動 (C)個人特質 (D)生理發展
2. 青少年次級文化的形成主要可以有三個模式加以解釋，下列何者為非？
(A)行為模式 (B)心理源生模式 (C)文化轉換模式 (D)以上皆是

青少年發展與輔導—第十三章閱讀心得

學生：G02720024 林淑妤

教授：李信良 教授

我認為青少年的偏差行為很大原因是出自於家庭，倘若家長並沒有適當的關懷孩子，反而放任他們，那麼孩子出現偏差行為的機率，會比正常孩子來得高；反之，若是過度關懷孩子，孩子可能也會因為這樣的過度關心，備感壓力，而讓心理產生了分歧；身為教師，在校期間需要細心的觀察孩子們每天的行為，當有與平常不一樣的行為發生了，也不能第一時間就質問孩子，我認為必須要再拉長觀察時間，並且適當地旁敲側擊。

書中有提到社會技巧差的孩子們可能會發生的問題，其中有說到口語溝通能力的問題，我認為這不是絕對不好，有些人在口說上面本就不擅長，但或許他的文字方面，是非常優秀的，那麼這樣的孩子，我們該說他有偏差行為嗎？很多事情不是那麼的絕對，教師也不能依自己的主觀意識，就斷定孩子們有所謂的偏差行為，必須多方考察，才能慢慢輔導孩子。

在很多方面，我認為教育必須從家庭著手，尤其是對家長的教育，現在社會很多年輕一代的爸媽，自己還未成熟的狀態下，又要再帶一個小小孩，幸運的話會有長輩從旁輔導，不幸運的話，很多時候教育出來的小孩，偏差行為出現的可能性也會很大。

毒品防制現在在各中小學其實宣導得滿頻繁的，與其告誡孩子們毒品的傷害性，倒不如實際的讓孩子觀看吸食毒品的人戒不掉毒品的狀況，所以學校都以播方影片的方式來宣導，我覺得這是很棒的，但也有很多小朋友不當一回事，或許在觀看完宣導影片之後，可以有個誘因(例如：有獎徵答)讓他們能認真記下，才是真正有幫助的。

問答題：

1. 如何防止青少年抽菸？請試舉三樣方法。
2. 青少年藥物的種類可分為哪四大類？並簡述之。

選擇題

1. 香菸上癮被認為與其他藥物上癮一樣難以戒除，目前有四個理論可以解釋抽菸的成癮性，下列何者為非？
(A)尼古丁規則理論 (B)多重規則模式 (C)尼氏理論 (D)波氏理論
2. 綜合而言，青少年的自殺或意圖自殺有四大類原因，下列何者為非？
(A)家庭問題 (B)同儕問題 (C)人格問題 (D)以上皆是

青少年發展與輔導—憂鬱與自殺 handout 心得

學生：G02720024 林淑好

教授：李信良 教授

大部分的父母認為雨過天晴，孩子的憂傷會自然而然的煙消雲散。甚至孩子有時抱怨，大人卻無法傾聽孩子的心聲，也否認問題的存在。不只是父母，包括教師，因為班級人數太多，無法一一照顧，更是會因為一時的好轉而忽略了一朝被蛇咬，十年怕草繩的道理；綜合前幾個篇章所寫的心得，其實我自己的教育理念非常重視教師與家長的互動，教師與孩子相處的時間就是白天在學校的時間，離開學校之後，必須是父母與孩子相處的時間，教師與家長必須要互相配合，才能教育出更優秀的下一代，而若是兩方的教育理念一致，這些病症，出現的機率或許可以大大減少許多。

每個人或多或少都有憂鬱症，這是我一直認為的，我們偶爾會覺得自己哪邊好差勁，然後不小心就掉進黑色漩渦裡，可能需要別人拉拔，可能需要等到自己的想法轉彎了，才會明朗；而我們，因為成人了，知道怎麼尋找方法走出黑色漩渦，當然也是有人必須要靠他人的輔導、引導才能走出來，既然患有憂鬱症的成人需要這樣的帶領，那就更不用提社會經驗尚不足的青少年了；導師及科任老師，最終還是擅長於其專業，對於輔導的部分能做的實在有限，若是與家長溝通、進而再與孩子溝通，也都毫無進展，那麼也不能因此放棄這個孩子，要協助他尋求正確的輔導管道，幫助孩子可以有明朗的未來。

問答題：

1. 憂鬱症的徵狀有哪些，請試舉三樣並簡述之。
2. 自殺或自殺前的徵狀有哪些，請試舉三樣並比較於憂鬱症徵狀有哪些差異。

選擇題

1. 心理生物的研究發現，生理上的缺陷與憂鬱症有密切的關係，以下何者為非？
(A)內分泌不正常 (B)睡眠的因素 (C)早期胺素理論 (D)以上皆是
2. 憂鬱症的症狀有許多種，以下何者為非？
(A)胃口減低 (B)社交的蓬勃發展 (C)睡眠不正常 (D)注意力渙散

進擊的鼓手—摘要與觀片心得

學生：G02720024 林淑好

教授：李信良 教授

進擊的鼓手為新銳導演 Damien Chazelle 取材自個人經歷的半自傳電影，由 Miles Teller 及 J.K.Simmons 主演。劇本的靈感來自於 Damien Chazelle 年輕時的經歷，年輕時候他是個鼓手，而他的老師就像劇中般的瘋狂，於是就從記憶中挖掘出一些靈感，故事的核心是男主角，以及男主角與其老師之間「不太健康」的師徒關係。

紐約著名的沙佛音樂學院新生安德魯·尼曼，由於從小就學習打鼓、並且能力非凡，一直夢想成為像巴迪·瑞奇一樣的傳奇鼓手。某一日，學院的高級爵士樂教師泰倫斯·佛列契看到安德魯在打鼓，感覺到他身體裡隱藏的潛能，帶著他加入了自己的爵士樂團中。安德魯因此在自己的夢想中看見了一道曙光，但卻也很快地發現佛列契是一位會虐待學生的老師，並且採用一般人無法承受的方式去辱罵任何讓他不滿意的團員。

而後因為陰錯陽差的機會，安德魯雖然不慎弄丟了核心鼓手的樂譜而讓他無法上場，但是安德魯卻是把譜都記在腦子裡了，讓他為自己爭取到上台的機會，並也為學院爭取到優異成績，也因此佛列契將他升級為核心鼓手；後來不知道是為了打擊還是激發安德魯的信心，佛列契在下一場比賽前找來了安德魯在原本初級班上課的搭檔鼓手瑞恩·康納利讓他坐上了首席位置；安德魯也因此性格大變，從原本的彬彬有禮轉變成自以為是，甚至認為女朋友會拖她後腿而與其分手。

在隔天比賽，安德魯遲到後發現佛列契已經決定讓康納利上場，安德魯與佛列契爭執後發現自己遺忘了鼓棒在他處，因為爭分奪秒下發生了車禍，卻又再衝回表演場地，但在演奏過程中因其傷勢無法跟上節奏被佛列契勒令停止，在那刻安德魯也爆打了佛列契而遭到學院開除；而後安德魯得知佛列契以往的某個學生是因為上了佛列契的課而得了焦慮與憂鬱症，為了防止佛列契再繼續教學、殘害學

生心靈，安德魯答應匿名作證，佛列契也因此遭到學院解雇。

安德魯因此放棄了音樂夢，但幾個月後在某間爵士俱樂部發現佛列契在台上表演鋼琴，師徒重聚聊了許多，佛列契也說明自己是為了不想要浪費優秀音樂人才，所以用這些嚴苛的方法將學員的能力逼之臨界點，藉以激發出潛能乃至超越極限；侃侃而談後，佛列契也說明自己想要邀請安德魯為正在指揮的職業樂團打鼓。

在表演當天，安德魯上場時，佛列契卻跟安德魯說，自己早就知道是安德魯作證罷免了他，並在介紹樂曲曲目時給了一首安德魯從未排練過的曲子，安德魯因此而丟臉下場，下台過後本要跟著其父親離去，卻在一念之間突然決定放手一搏而衝回了舞台，並越俎代庖以自己的節奏來領導整個樂團，在所有樂曲結束後，安德魯卻走火入魔獨奏了奢華的鼓奏，佛列契終於對他露出了一絲笑容，並憶起完成了演奏。

這一部片很早以前就想要觀看，但一直沒有機會與時間，終於在這門課程上找到了機會觀賞。而且，我想世界上真的有巧合這回事的存在。

會這麼說的原因是因為，片中的情形，是我這學期遇到的情況，因此看這部片時我其實感受非常深刻；可惜的是，我沒有主角那樣的韌性與高超的技巧；這學期有門課，其授課教師的教學風格雖然不像片中的瘋狂，但，是會讓學生感到被放棄的教法。有趣的是，片中的老師與這位老師，出發點都是一樣的，他們希望優秀的人才再更好，因此對每個人用了同一套方法希望激勵他們往上爬；其實在這樣的老師底下，我看到的是他們極度熱愛音樂的心，他們想教出好學生，卻是用錯的方法逼迫學生，甚至是完全丟給學生摸不著頭緒地自己處理；雖然可能會有人買單，但卻也有可能因此而放棄了他的未來與夢想。

我其實滿羨慕男主角有那樣的韌性與高超的技巧可以讓他的老師心服口服，這樣的激勵教學，對於勝負心強大的學生我想應該是有些許用處在的，但如果面臨到的是像我本身會不斷地數落自己到一個極致甚至瀕臨放棄，這樣的教學，還是成功地嗎？

我不認為教學一定要口出惡言學生才會聽得懂，我不認為教學一定要脅迫學生學生才會願意花更多的時間更多的努力在這上面；但也很現實的是，學生背後到底做了多少的努力，教師只憑藉著成果，然後肯定、否定所有；這件事情在音樂系我想是更層出不窮的，當然還有舞蹈、戲劇科等等，可能為了十分鐘的考試，卻是要辛苦練了一學期，一直琢磨琢磨，而這些琢磨下的結果，卻是可能不被接受的。

教學，我想不只是教授所學；如何用對方法教授所學才是最重要的地方。