

## 臺北市教師研習中心 籌備過程的回顧與前瞻

張明輝／國立臺灣師範大學教育學系教授



回顧民國69年，時任臺北市政府教育局長的黃昆輝先生，有感於臺北市教育人員缺乏固定的在職進修場所，經向臺北市市長建議並獲得同意成立臺北市教師研習中心。當時本人係擔任教育局第一科專員的職務，也因此奉派兼任教師研習中心籌備處教務組長一職。

籌備處主任係由時任臺北市政府教育局人事室主任的黃海桐先生兼任，總務組長一職則由時任教育局總務秘書的羅虞村先生兼任。籌備期間籌備處相關人員多次前往陽明山教師研習中心現址履勘，發現教師研習中心現址景色優美、空氣清新，交通尚稱便利，十分適合進修研習；惟當時房舍外觀略顯老舊，內部空間除原陽明山管理局辦公場所外，多係存放文件檔案及公園路燈管理處各項器材，急需整修及清理。經過積極的整修，終於在不到一年的時間即展現新風貌，迎接臺北市教育人員前往研習及進修。

另外，令我印象深刻的是，當臺北市教師研習中心辦理第一期中小學校長儲訓班，時任教育局的我和蔡祈賢督學，奉指派擔任該儲訓班輔導員。當年

係採中小學校長共同儲訓，當時參加儲訓的候用校長，後來都有相當傑出的表現，我也以曾經擔任該期輔導員為榮。離開教育局擔任校長職務，後到師大服務，我仍然有許多機會到教師研習中心開會及授課，每次前往都發現教師研習中心不斷在進步與成長。

臺北市教師研習中心，在歷任主任及全體同仁的用心經營之下，網羅國內教育界名師，提供優質的課程，對於提升臺北市教育人員的素質確實具有貢獻。然而，面對全球教育革新的趨勢，教育人員的專業成長需要更多的突破與創新。期待臺北市教師研習中心能持續為臺北市全體教育人員，提供更具國際視野的優質進修環境與課程，進一步提升臺北市的教育績效。





# 21世紀的教師研習

劉焜輝／中國文化大學心理輔導學系所教授

臺北市教師研習中心成立30週年，由衷表示慶賀之意。

記得中心剛成立時，大家的話題環繞在許多單位爭著要陽明山管理局舊址，最後決定做為臺北市教師研習中心，當時的臺北市執政者有此眼光，一則感到慶幸，一則佩服其有遠見。事實證明，教師研習中心30年來對於臺北市教育工作的貢獻是有目共睹的。

當時我在國立政治大學教育研究所服務，後來到臺灣師範大學教育心理與輔導系服務，適逢國內積極推行學校輔導工作的時機，我有機會參與學校輔導制度的建立、課程的擬定、評鑑等工作，因此也有機會到研習中心授課。卓英豪主任個性開朗，思慮周密，胸襟開闊，對於建構研習中心的基礎與方向，功不可滅。印象中，他非常重視講座人選與課程的安排，各類班次都延攬最佳師資，安排最理想的課程，參加研習的學員都感到充實，滿載而歸。鄭英敏主任行政經驗豐富，維持中心優良傳統，繼續充實，其虛心誠懇，規劃細膩，令人印象深刻。尤其對於中心出版物的積極籌劃、使得中心研習的效果延伸到學校。

當時最感到欣慰的是諮商中心的設置。由具備專業的教授輪流值班，不僅對於參加研習的學員提供諮商服務，臺北市遇到困難的老師或一般家長、社會人士都踴躍利用，成為臺北市水準最高的諮商機構之一。

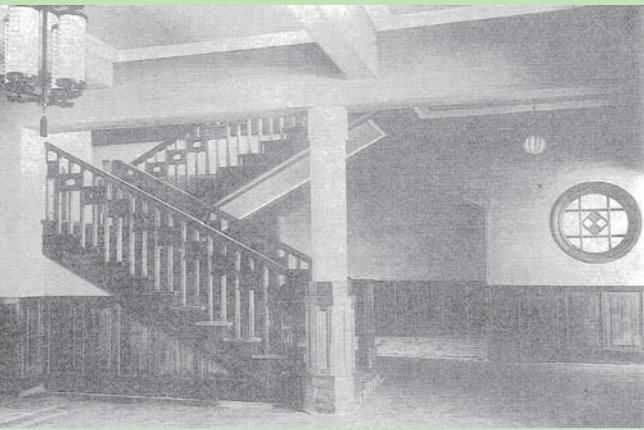


30年後的今天，對於臺北市教師研習中心有何期許呢？筆者以「21世紀的教師研習」為題，表示今日的教師研習中心要具備21世紀應該有的水準與方向。具體而言，約有下列幾點：

第一、要具有前瞻性：世界各國的教師研習並不止於政策的宣導或執行，而是要提供最前瞻性的新知。唯其如此，教育工作才能因為教師輪流參加研習之後，洞察世界教育趨勢，不致於故步自封，成為井底之蛙。

以美國為例，1983年的「面臨危機的國家－教育改革的至上命令」（A Nation at Risk : The Imperative for Educational Reform）、1986年的「有備的國家－21世紀的教師」（A Nation Prepared : Teachers for the 21st Century）等，對於21世紀的教育都有適當的輪廓，教師研習中心以校長儲訓或在職





▲同廣間(臺灣建築會誌)  
現為中心穿堂



▲草山公共浴場(正面全景-臺灣建築會誌)  
現為臺北市教師研習中心

■圖片資料來源：中央圖書館臺灣分館

訓練為主的課程對於這些世界的重要教育改革都要有所接觸，才能培養具有前瞻性的學校行政人才，餘類推。

第二、要具有嶄新性：隨著科學的進步、研究的進展，教育的嘗試不斷翻新，研習要有瞭解或接觸這些嶄新革新的機會。譬如法國在1969年起全國小學（中學也兼用）導入「三區分教學法」（tiers-temps pedagogique），廢除過去細分的教學科目（道德、書寫、閱讀、國語、數學、歷史、地理、觀察實習、圖畫勞作等），從新改編為(1)基礎科目（國語、算數）、(2)覺醒科目（讓兒童的興趣朝向自然、社會、文化環境的相對獨立的學習領域）、(3)體育、運動三群。這只是一個例子，研習中心應該讓學員有瞭解更多各國教育改革的機會，而不是只停留在現在國內實施的教育範疇，才能養成更具廣闊的視野和革新的方向。

第三、要具有探究性：我國教育雖然有改革之名，有些內容卻是不進反退，研習中心應該讓學員有針對現在的教育措施去探究真理的態度。以「學校輔導工作」而言，我國自57年推動學校輔導工作之後，曾經建立正確的方向與內容，自從教育部實施「輔導工作六年計畫」之後，耗費龐大經費，卻把學校輔導工作導入錯誤的方向，這是由於訓委會的政策錯誤。因此，目前的學校輔導工作只做些專案式

的工作，與輔導工作的本質相去甚遠，並且規定未具備輔導專業知能者也能擔任輔導主任，這是世界先進國家所沒有的情形，流弊所及，學校輔導工作未能徹底做到由全體老師對全體學生實施的本旨。參加研習的學員應該有機會瞭解真相，養成判斷輔導工作本質的能力，庶幾不致於一錯再錯。

第四、要有評鑑：對於研習中心目前的一切措施，包括行政、講座人選、課程、教學、生活管理、出版物等，要有徹底實施客觀評鑑的機制，包括他評與自評，從評鑑中可以發現需要改進的地方，唯有不斷改進才能更加完美，更加理想。

哈佛大學校長Derek Bok指出21世紀的大學教育應具備八大目標，包括表達能力、思辨能力、道德推理能力、履行公民責任的能力、迎接多元化生活的能力、迎接全球化社會的能力、廣泛的興趣、增進學生的就業能力，其實沒有健全的中小學教育，何來健全的大學教育，21世紀的人需要的這些能力，可以做為思考我國教育的參考，也是研習中心努力的方向。

臺北教師研習中心30週年慶，謹述數語，祝賀她的成長，但願研習中心能夠百尺竿頭更進一步，不斷創新，永無止境，成為21世紀教育活力的泉源。



# 教師到中心研習良好的工作習慣

柯永河／臺灣大學心理學系暨研究所名譽教授

## 一、前言

數月前，教師研習中心研究組打電話告訴我研習中心將舉行中心成立30週年的慶祝活動，並發行特刊，希望我能撰文留下我過去在中心來來去去六年的回憶，與對中心「三十而立」的期許。

年近八十的我，愈覺得一個人所能記得的，真不如當年的真實文字記錄那麼可靠，內容上總有一些扭曲，甚至於時空上有「牛頭不對馬嘴」的錯誤。所以為了「共寫歷史」我就謹慎地僅擇幾滴回憶，它們是我認為百分之百沒有扭曲與時間倒錯，確實是我與教研中心有關的往事回憶。

教師研習中心成立的宗旨，據我所知是要提供臺北市中小學教師研修機會以便養成良好教學工作習慣；理論上，當為教師者若具備該具備的所有良好教學工作習慣，而不具有不該有的不良教學工作習慣，就能教出能充分發揮潛能，擁有優質生活習慣的學生，而不會驚見由自己雙手苦心培教出來的學生踏出社會後，變為驚動社會的年輕著名殺人要犯，也不會從他口中聽到「都是臺灣教育害了我。」的怨言。

從上段觀點來說，培養教師的良好教學工作習慣應該是本研習中心的工作要點之一。所指良好教學工作習慣應該是每位教師在還沒有站在教室講臺上之前就已經培養好的；但是據我過去和幾位剛出道的教師接觸的經驗，事



實上有一些教師根本不知如何與學生相處，甚至害怕活潑俏皮學生對他／她的挑戰；這些教師工作不久，不但無法讓學生成功地培養良好的學習習慣，反而自己先病倒，呈現出「害怕上班，面對學生」的「恐懼教學的症狀」。那麼，甚麼是國小與國中教師必備的良好教學工作習慣，而教師有了那些習慣就能培養出具備良好讀書或學習習慣的好學生呢？

## 二、我在研習中心的兩則經驗

據於上述的想法，在教師研習中心從事諮詢工作的期間，我以團體方式與個別方式和前來中心研習如何和學生相處之道的教師進行討論。我採用的團體方法是以大約十名教師組成一個小團體，大家圍成一個圓圈，輕鬆地席地而坐，並請每位成員以互助方式提出自己在教室遇到的和學生相處的問題，或是對於其他成員所提出的此類問題拋出自己認為合宜的處理





▲▶90.6 九年一貫學校本位種子教師研習

方式。據於「三個臭皮匠勝過一個諸葛亮」的原理，此項「問題與討論」的過程能給提問者及大家意想不到的正向協助。

#### 經驗一：

有一次，在這項團體諮詢中，我遇到了一組團體，成員都是由行政人員組成的，不是國中校長，就是學務或訓導主任。因為成員的性質很相近，進行時，討論的議題很自然地聚焦在出席市議會面對教育經費預算審議委員小組討論時，如何應對市議員對自己學校各項經費預算編製或其他校務的諮詢，以便預算能順利通過，或避免因應對不得體，而觸怒議員、被辱罵，預算被刪等不良後果。因為團體成員中有數位資深校長，他們個個都身經不知幾戰，而已通曉其中幾項基本應答原理，所以在團體討論中，他們提出的珍貴經驗談對於初升為校長的其他成員而言是比什麼都更有效的止痛劑或定心丸。

因為這一團體的討論前後繼續大約一學期之久，團體活動是否有效在學期末就有機會驗收其正向效果。當然這一團體的討論內容不僅止於在市議會如何應詢，也討論到全校學生或某一特殊學生的心理諮商治療的問題。據於團體成員都是身心成熟、健康且人生經驗豐富的成年人，大家在短時間內都能開放自己，以誠

相待；一個學期後，活動正式結束時，大家意猶未盡，相約以後寒暑假或春假時繼續見面做「習慣改變的活動（註：這團體活動的最初名稱是習慣改變團體）」。在以後多次的見面活動中，我印象最深的是有一次成員浩浩蕩蕩地分乘三部車到拉拉山暢遊的活動；在我相簿中有幾張是那時候在山中拍下的珍貴鏡頭。

#### 經驗二：

在教師中心來回六年中，也是屬於難忘的另一經驗是指導熱心於學習輔導工作的兩位國中女老師。她們提出一名由她們共同輔導的男學生個案來接受督導；這位學生因為有下列多項問題（包括不用功、學業不佳，經常擾亂班上及其他班級的秩序），所以變成校內有名的問題學生。督導過程中繼續累積的個案資料顯示，他不是智力低而學業不佳，而是對於上課不感興趣，但對於電玩興趣非常濃厚，花費太多時間，而荒廢了學業。問那兩位老師後我得知在班上，甚至在全校沒有一位學生在電玩技術方面會贏他的；由此消息，可推論此生不但不笨，可能是相當聰明。兩位老師進一步提供的資料是他生於地方上有名的家庭，父親是著名的地方流氓，而這位個案之所以會擾亂其他班級的秩序是因為那班上有位"校花"；該個案對這位"校花"先因心儀，而後情不自禁地"暗戀



，所以常到那位女生班級的窗口偷看她，甚至設法傳給她紙條，表示萬分盼望能與她成為"好朋友"。那位女生的回應是：「不想和成績不好的男生成為朋友。」所以，暗地裡，他遭到拒絕。這項拒絕對這位男生原有的問題只有"火上加油"的破壞性功能，沒有「激發出努力提升自己學業成績以便取得"校花之歡心"的火花；所以那兩位教師就到教師研習中心商量如何幫助這位個案。

我和這兩位教師討論慢慢形成了如下三點共識：這位個案雖然表面上學業不佳，但不是因為智力低所致，他可能是相當聰明的學生；個案追求校花的強烈動機是輔導這位個案過程中可視為可加以善用的力點，若配以槓桿原理來輔導很可能有助於提高個案的學業成績；努力發現個案的潛在優點或特長，並在學校中尋找有善心，並對輔導工作有熱忱的老師，給個案做課外補習。

根據上述三點共識，兩位輔導老師回到學校後給個案做了智力測驗，結果發現個案的潛在優點之一是數學能力，雖然他有這項潛在優點，但他的實際數學成績卻落在班級的平均之下。發現這一點之後，那兩位老師就把輔導的重點放在提高個案的數學成績，並為此商請全校中兩位數學老師一起參與這位個案的輔導工作。很意外地看到，其中一位老師鐵定地表示：「我才不會參與"什麼輔導工作"，我也很看不慣輔導老師總習慣於寵壞這些壞學生，壞學生應該給予嚴厲的管教與處罰才對。」還好，另一位數學老師表示十分樂意拿出自己的額外時間給個案做數學補習。

補習開始之後，個案在班上的數學成績有了意料中的改善，而改善情形卻意外地快，那位好心的數學老師對這兩位輔導老師說，個案參與補習的動機很強，每次都按約好的時間等老師來給他補習，老師也發現個案的數學能力是優等的。





▲▶ 88.1 生活輔導員領航研習營(任光祖組長進行中心場地使用說明)

到了期末，個案的數學成績飆高到班上的前茅，其他科的成績也都普遍地提高了。

### 三、我的感想與期許

因篇幅有限，我僅記上述過去我在教師中心工作中印象最深的兩則經驗。根據這兩則經驗，我要特別指出的是本中心能給臺北市國中教師（包括校長與教師）提供進修輔導工作機會是非常好的行政措施；這種措施不但可以給來進修的人有機會多了解自己、改變自己，與了解自己的一舉一動對學生與其他同事會產生什麼影響。每一所學校等於是一個社區，每一個社區都有它的特色，其特色是由校內的硬體與軟體所組成；校內的硬體包括校園之大小、建築物的美觀、安全，各項教學設施、設備，

與物理環境。軟體包括校風、師生關係、學生關係、同事關係等不一而足；每一所學校的特色，有形、無形地或直接、間接地會影響校內學生各項習慣的養成；六年或三年中在校內養成的這些良好與不良習慣的總體另稱為性格。如何籌設與改進學校的硬體、軟體設施，使它們對於學生在離校走進社會之前能養成該具備的良好生活與做人習慣，而不染新的並能洗滌舊有的不該具備的不良習慣是身為校長以及教導學生的老師應該深思的課題；我認為這項課題的學習、研習以及討論的機會與場所是本研習中心努力提供的。回想過去幾年，據自己在中心之所見與所聞卓、鄭兩位主任都早已孜孜致力於全面性地提供這種機會。



▲教師諮詢文宣(藏書票)



# 中心與我

洪有義／國立臺灣師範大學教育與心理輔導學系教授

三十年前，臺北市就在風景優美的陽明山成立了專業及有效能的教師研習中心，造福了臺北市的所有教師，間接的也造福了臺北市所有的學子。接著各縣市也紛紛仿效臺北市教師研習中心而成立了教師研習機構，雖然大部分是借用學校或併入其他機構設置，設備、課程、師資及各種條件無法與臺北市教師研習中心相比。臺北市教研中心可說是開教師專業研習潮流之先，而且居領導地位。

臺灣教育普及，重視教師對學生的輔導知能，忝為諮商輔導人員有幸參與全國各地教師輔導知能研習擔任講座，尤其居住臺北市更就近協助，講次頗為頻繁。臺北市教研中心所舉辦的輔導知能研習地點，不只在陽明山上的研習中心，更在臺北市各級學校的所謂「巡迴」演講。記得當時的中心主任卓英豪先生屢次舉杯拜託諮商教授們多講幾個場次。

臺北市教研中心舉辦的研習活動方式是多樣性，種類也是繁多的，印象最深刻的是邀我帶領諮商小團體，所謂小團體是參加研習教師人數為十餘人，一兩週學員們與老師都住在中心，日夜都有研習活動，之後還要到各個學校分別去實習與研討，每一個專案研習活動的時間延續頗長而且連續數年，開辦很多小團體研習。以研習成本來說，因為小團體人數少，時間又長，所花費用是很高的，但為了深入進修



是有其必要的。當時師專還沒有輔導與諮商科系，研習中心卻能夠扮演培植種子輔導教師的角色，尤其對臺北市的國民小學輔導室發揮了極大的功能。

其實，我與臺北市教研中心關係最密切的是中心諮商室成立後，即擔任諮商輔導員的角色，每週（後來隔週）一次上山接受臺北市各級學校教師與學生家長的面談或電話諮商，一直到打算從師範大學提前退休才向中心請辭。在諮商過程中，讓我了解教師與家長在工作、家庭、情感及生活上諸多的問題，也盡可能協助解決。

在研習中心多年「客串」服務中，自覺得猶如中心大家庭的一份子，也感到備受禮遇。除了服務工作外，也常應邀參與中心的許多活





▲79.6.7 陽明山賞花教師聯誼活動



▲紙藝教材教法研習實作

動，覺得中心工作同仁極為親切。臺北市教研中心，在教育局的大力支持，歷任中心主任及同仁的通力合作下，研習科目、活動內容與成效可說居全國之冠，這種成就將會繼續保持下去，欣逢臺北市教師研習中心成立30週年，特此祝賀。



▲教師諮詢文宣(隨行卡)



# 臺北市教師研習中心 是一座療癒花園

黃素菲／國立陽明大學人文與社會教育中心副教授

來心理諮商  
也是來景觀治療  
來諮詢中心會談的個案  
每週一次上山  
就有如每週一次的休閒治療

臺北市教師研習中心位於陽明山國家公園裡，這十餘年來與我息息相關、常常牽連。我是從民國八十八年開始擔任臺北市教師研習中心諮詢委員至今，剛開始兩週去一次，上午或下午半天三小時，接三個個案，後來則增加為一週一次，每週三小時。除此之外，我也連續在寒暑假期間開設兩天的「心靈活水」工作坊，每次15至20人之間不等，也已歷經十幾梯次了。偶爾也會主講校園紀錄片導讀，講一兩場演講和帶校長儲訓班的成長團體。也就是說超過十年來，我幾乎維持每週上教研中心2至4次。

## 上山朝聖般似地來到洗滌身心的寶地

這些年來，我發展出各種不同的路線抵達教研中心。有時我是從陽明大學所在地的石碑，開車經行義路去教研中心；有時直接從天母家中出發，經中山北路七段走小山徑去教研中心；也有一兩年我早上在復興崗開「生涯研



究」課程，下課後從北投走泉源路去教研中心；當然也有幾次是從臺北市區，直接走仰德大道去研習中心；我也試過從天母東路左轉東山路，繞經文化大學後門去教研中心。每一條路風景不同、路況不同，每次費時15至40分鐘不等，但是一路蜿蜒、攀升的心境卻是一樣。我想那些跟我會談了6至20次不等的老師、學生與家長們，也都是從臺北市各個不同的角落，前往陽明山腳下，一路仰望、蜿蜒、攀升上山。像要上山朝聖般似地，我們從四面八方聚集，來到一個可以洗滌身心的寶地。

## 身心狀態受到自然身臨的滋養與充電

彷彿經歷一場境教，我們自然而然的都進入「情境治療」的氛圍裡，春、夏、秋、冬不同季節，教師研習中心都散發出不同的景緻。





▲▶ 96. 11. 13 96年度教師壓力調適－雅肯靜坐專修研習



中心的中庭，有魚池、草坪等造景與高四樓層之肯式南洋杉；前山公園緊鄰在側，長年花木扶疏；沿著步道只要十幾二十來分鐘便能到達遊客中心，一路上更是綠意盎然、花團錦簇。大自然的事物包括動物、植物、水、空氣、土壤、石頭…，以日升日落、四季變換等，都和我們的健康息息相關。人與自然環境中的景物接觸，能滌淨塵囂、修心養息，與植物接觸可以放鬆心情、舒緩壓力，人置身於充滿植物的環境中，血壓降低、肌肉放鬆，恐懼感也較為減低。所有上山的人，一路上被山林擁抱，被綠意洗滌，還沒有進入中心的教室前，身心狀態就已經開始受到滋養與充電。

如果我要在九點或下午一點半準時抵達，以便順利接案會談，我必須算好從研究室離開的時間，我總是像逃難似的，逃離煩亂的工作和繁忙的市區，在電腦桌前把自己像拔蘿蔔般那樣拔起來，鑽入小小地駕駛座中。一旦落座，我便開始走向一個向我敞開的世界，一個青山、綠水、鳥語、花香的世界，恆久、忠厚、老實的等著我進入它的懷抱。右轉惇敘商工之後，臺北市就被摔到右邊山崖下；轉過那座涼亭，會有三個老樹向我招手；六分鐘後，前山公園的硫磺味變重，我已經到啦！這十年多來，我的眼睛、耳朵、鼻子甚至整個身體都熟悉這些「到研習中心了」的味道。

## 一座渾然天成的療癒花園

來諮詢中心會談的個案，每週一次上山，就有如每週一次的休閒治療（recreation therapy），西方早就盛行景觀治療（Landscape therapy or therapeutic landscape），就是在樹木鬱鬱的環境親近大自然，達到心理休憩的效果。如果進一步利用栽種植物或相關的活動來得到不適應行為的改善、生理、及心理上的健康，可以稱為復育庭園（restoration garden），以復育庭園作為治療方法最早起源於十九世紀美國的精神病院，利用庭園活動來控制患者的情緒，因為情緒及壓力的調適攸關生死存活，是一件需要嚴肅面對的事情。

復育庭園可以分為兩種：庭園中有場地及活動進行的稱為園藝治療庭園（horticultural therapy garden）；沒有活動進行的但有刺激五官的元素融入者稱之為療癒花園（healing garden）。教研中心可以說是一座渾然天成的療癒花園。接觸越多大自然的景物可以讓人活得更健康。所有來研習的學員或是來心理諮詢的案主，都可以透過教研中心的外在自然與植物的環境，經由單純的感官經驗感受到放鬆、自在的感受，也就是讓人從觸覺（touch）、味覺（taste）、聽覺（hearing）、視覺（eyesight）、及嗅覺（smell）的感受得到療癒的效果，也就是與自然共存（being）的狀





▲99. 1. 29 薦任九職等以上研習提問情形



▲99. 1. 30 薦任九職等以上研習花鐘合影

態。

## 記憶是我們生存與現在的證明

當然，我的主要工作還是心理諮商，心理諮商就是去聽很多人的生命故事，並為困頓的生命找到出口。我常思索著，我們要用什麼樣的話語來描述很久以前的故事？是要如實的說出過去？還是要從現在來看過去？可是常常說著說著，越說卻越像是從未來去觀看這個時刻。過去的故事如此的古老，被當成過去的現在也顯得非常的斑剝，以至於現在的不安和焦慮顯得非常遙遠不足道也，我頓時陷入懷舊情緒之中。

我彷彿同時前進走向未來，以及往後進入過去，跨足在這前後之間的縫隙裡，有時候生命宛若不存在於當下。離開當下，就是去除了當時的時空參照標準，看著一個孩子想著他成人的樣子，看著一個老人想像著他年輕時的經歷，常常我都會迷路在去除時間軸線之後的生命景象中，被迫穿梭在超越過去、現在、未來的空曠中，追蹤住在每一個生命裡的孤獨與意義。

當我在聽各式各樣的生命故事時，都是個案去抽取生命中的記憶，有時候記憶確實以一種聲音，出現在這些人的腦海中，再說給我聽，我常常認為那是一種在心裡說話的聲音，故而我都十分戒慎恐懼，希望自己不要魯莽的

弄亂這些藏在心裡世界多年的細緻珍品。於是我甚重地跟這些記憶的聲音對話，大多時候是低低軟軟的呢喃，有時候也會發生嚴肅的面質。

## 心理師是按照舊有的生命紋理療癒傷口

我跟我的個案，總是重複徘徊遊蕩在記憶的空間裡，每一項事物既是他／她自己也是他者，既是現在也是過去。在記憶的空間裡，被抓出放在現在的意象，都只是「過去某個生命時刻」被放在「此刻」的暫時翻譯。我知道雖然我們處理的都是「現在」，可是我也明白除非被記憶，否則沒有一個「過去」能夠成功的存在。「過去」一定要先曾經存在過，否則記憶探入過去只有空無，是抓取不到什麼。必須先發生具有物質性的過去事實，否則沒有辦法進行記憶這種非物質性的行為，與其說記憶保存了我們心裡的過去，不如說記憶是我們生存與現在的證明。

所以，我總是一方面聽個案說生命故事，一方面穿梭在他的過去和未來之間，快速的透過個案現在給出來的心理（非物質性的）記憶，去織綴物質性的過去發生過什麼事情，並且描繪可能的未來。個案依著記憶說出的生命故事，是我進行心理諮商時唯一憑藉的線索，可是我也知道記憶有時並不可靠，大多數時候





▲► 96.11.29 96性別平等教育課程領導實務專修研習

我得像個熟悉各種布料織工的專家一樣，必須熟知各種生命紋理，以便能夠依據每個人的記憶，重新把零碎或破損的生命，按照他們原來的紋理編織回去。我常說裁縫師的針線縫補的是衣物的破損，心理師的專業療癒的是生命的傷口，都必須按照舊有的紋理，不著痕跡的修補還原。

## 大多數你想過的事情，前人可能都已經想到過

有時藉著回憶過去某一刻的感覺，我們得以重新進入自己的過去，站在一個在其他情況下便會失落的世界裡，回憶彷彿可以拖延今日的消失、延緩明日的到來。今天發生的事情，是昨天發生之事的變奏，昨天是今天的回響，今天是明天的預告，一切事物似乎都在自我重複，像俄羅斯娃娃，娃娃裡裝著娃娃，無窮無盡。

在十幾年的心理諮商工作過程中，我的個案們教會我第一個道理是：大多數你想過的事情，前人可能都已經想到過，你以為自己發現了不得了的奧秘，其實早就曾經有人預示過了。可是，我從來不能跟他們說：「你這事沒啥大不了的」，因為生命丟過來的每個球，都要好好接住，一旦漏接，這場球賽就會失分。不管是不是別的場子重複發生過的賽局，只要是這個人生命中的這個球，都是唯一的、都必

須慎重以待。

## 明白，就是讓眼前的事情顯現出來

可以說每個來談的個案都有特定想要弄「明白」的生命故事。明白，就是讓眼前的事情顯現出來，明白就是瞭解；瞭解，就是清楚看見眼前的事情。原來熟悉的世界是：「我要去……」、「我擔心……」，為了要弄「明白」迫使我們必須離開熟悉的處境，到另一個位置，回頭看自己曾經身處的世界，而且要事情如實地顯現出來。也就是要去弄明白「我何以要去，怎麼去，以及將會怎樣」或是「我何以擔心，可以怎麼辦，以及想要怎樣」。

我的個案們教會我第二個道理是：當一個人「明白」事情時，好像是被拋出事情之外，突然來到自身之外，在一個我們不熟悉的世界漂浮。有時我們會迷失其中，找不到出路，但是不換位置，是很難達到明白。也就是說，彷彿看著別人那樣看著自己，談論別人那樣談論自己，為了在那兒看清楚，必須先讓自己消失，這種「心理位移」是改變的必經之路。

## 觀察自己的存在

在東方文化中，一直都存在著「觀照」的概念，所謂「觀照」是指：我不只是入經驗外界世界的我，也有另一個意識我在「觀自在」，觀察自己的存在。這種回觀的現象，





▲▶ 96. 10. 27 96年度初任導師精進班級經營能力專修研習

佛教用語習稱為「觀照」（創古仁波切，民90）。布袋和尚師云：「手把青秧插滿田，低頭便見水中天，心地清靜方為到，退後原來是向前。」意思是要破除一般人的慣性思維，轉換固著的自我狀態，而能打開視野，產生心理位移的效果。俗話說：「山不轉路轉，路不轉人轉，人不轉心轉」或「退一步海闊天空、忍一時風平浪靜」、「山窮水盡柳暗花明」、「全局思維顧全大局」、「塞翁失馬焉知非福」、「當局者迷、旁觀者清」、「吃虧就是佔便宜」、「吃苦當作吃補」、「打斷手骨更強壯」等都是心理位移的現象。

語言並不是真理，語言是我們存在這個世界的方式，案主敘說他們的生命故事，我的責任則是去尋找出現在他們語言中的世界。世界也不是事物的總和，而是事物之間的關聯所構成的一個複雜的網狀組織，事物唯有在彼此之

間的關係中才具有意義。我們走入敘說的空間時，我們也進入世界。而我聽故事的場所，是在一個充滿生命力的療癒花園裡，使得我更容易找到一座互相連接橋樑：植物需要經過一定過程才能茁壯開花，植物有其生活史，就好像是人類生命的誕生，經過幼年期、青春期、中年期、老年期，最後結種子死亡。

因此，觀察植物生命變化，更可以使我從中體會到生命的韻律。這樣一座一切俱足的療御花園，過去安慰了許多人，希望以後能繼續安慰更多人。



▲▶ 92. 2. 14 綜合活動領域(於龍潭渴望園區辦理)



# 鎔金三十：教師研習的過去與未來

張巧函／臺北市教師研習中心組員

隨著進入廿一世紀，知識經濟之於國家未來發展的重要性日益提升，管理學大師彼得·杜拉克（Peter·Drucker）曾言：「時至今日，知識的力量決定了通往機會和進步的途徑。」教育為厚植國家知識資本之磐石，教師更是培育未來國家智慧型人才的關鍵角色。在資訊科技的影響下，今日教師們必須面對學生學習型態的變化，以及光速般的新舊知識汰換，惟有結合專業成長與終身學習於教師生涯發展中的每個階段，方能克服教學現場中的新挑戰與需求，回應各界的期待與關注，並在激烈的國際競爭中脫穎而出。

回顧本中心成立30週年以來，研習主軸可按十年為一期，細分為三個時期，茲分述各期研習主軸重點如下：

## 一、創設培訓制度，打造教研基地(民國70年至80年)

民國69年，黃前局長昆輝兼首任中心主任為提供臺北市各級學校教師及行政人員一個永久性的在職研習場所，假陽明山管理局舊址籌設臺北市教師研習中心，民國70年臺北市政府（府法三字第39044號令）核定「臺北市教師研習中心組織規程」，並於同年9月28日教師節正式掛牌成立，臺北市教師研習中心自此誕生。

民國71年「輔導工作人員研習班」課程研討會是本中心正式研習活動的發軔。民國73年6月，本中心首次辦理「臺北市72學年度國民

中學候用主任儲訓班」，同年9月辦理「臺北市73學年度國民中、小學候用校長儲訓班」，隨著陽明1期主任、校長儲訓班的開辦，臺北市國中小候用主任及校長之培訓制度自此展開。

為符合當時教育環境需求，研習主軸著重於諮詢輔導、親職教育及教師聯誼三大面向：

- (一) 諮詢輔導方面：自72年起開始陸續辦理上百次「教師諮詢巡迴服務」系列研討會、專題講座，並出版諮詢服務調查報告、國民小學輔導工作實務手冊等出版品，在73年亦辦理國民教育輔導團「輔導工作檢討會」，致力於諮詢輔導工作，協助教師增進輔導知能。
- (二) 親職教育方面：本中心在75年辦理「親職教育座談會」，邀請學者、專家、親職教育機構、民意代表、家長代表、本市公私立高國中小學校長教師代表參加，78年本中心教育專題研究「臺北市國民小學推展親職教育之研究」榮獲臺北市政府77年度各機關員工自行研究報告甲等獎，79年研製教育部委辦之親職教育錄影帶「親情似海」、「我不是壞小孩」。
- (三) 教師聯誼方面：中心自始非常重視教師間情感的聯繫，經常舉辦各類教師聯誼活動，如73年三週年慶拔河、球類、棋藝比賽，76年辦理「教師同心聯誼活動」、「教師歌唱聯誼賽」及「各級學校教職員



工羽球聯誼賽」等，各項活動參與人數統計逾數百人。

## 二、擁抱鄉土母語，培育幼教尖兵(民國81年至90年)

歷經第一個十年，本中心承續前人優良傳統，對於辦理諮詢輔導、親職教育及教師聯誼等活動推展不遺餘力，並自81年起開始拓展多元研習領域，如鄉土文化、幼兒教育行政、藝文活動等。其研習特色分述如下：

- (一) 鄉土文化教育方面：包括閩南、客家、原住民之語言、習俗及樂舞等文化規劃一系列的研習班，如82年開始辦理母語（閩南語）研習、客家文化研習、原住民藝文研習、原住民樂舞研習班、國小鄉土教學進階班等；同年並辦理鄉土歌謠發表會及出版鄉土教材教法研習叢書。
- (二) 幼兒教育行政方面：87年，本中心首度辦理「臺北市87年度市立幼稚園候用園長儲訓班」（陽明1期第1梯，87年7月6日至8月14日）。基於對幼教行政人員專業知能成長的需求，嗣於89年開辦三梯次臺北市立幼稚園候用園長儲訓班，並接受教育部委託召開「幼教行政人員研討會」課規

會，提供豐沛幼教行政人力資源。

- (三) 藝文活動方面：自81年起，針對書畫、攝影及音樂陸續辦理各研習班，如81年5月禮聘攝影大師郎靜山先生主講「中國攝影史」，同年辦理教師書畫展，82年辦理鄉土民俗歌謠發表會，83年辦理「陽明春曉－音樂的饗宴」，85年邀請美國名合唱指揮家艾倫·合勒教授來臺，指導臺北市音樂教師合唱教學研習會。

## 三、深耕精緻教育，引領優質學校(民國91年迄今)

在第三個十年中，本中心接續前期的卓越傳統，發展出「溫馨、創意、國際、專業」四大願景。本時期研習著重「精緻教育」與「優質教育」的教育理念，並強調資訊教育與國際交流之重要性，茲依其特色分述如下：

- (一) 精緻教育方面：順應臺北市教育局推廣「精緻教育」政策理念，規劃以「品質、卓越、績效、科技、創新」五大內涵為研習課程主軸，並結合前述之「優質學校指標」，於各年度國中小候用主任及校長儲訓班中，陸續規劃「標竿學習」、「品質經營理念」、「優質學校經營理念與策



▲ 90.11.07 河洛語教學進階成果發表





▲▶ 86年幼稚園教具研習

略」等課程內容，以求本市教育領導人能透過研習不斷精益求精。

(二) 資訊教育方面：本中心於92年開始使用「臺北市教師在職研習電子護照系統」管理研習，並陸續辦理資訊科技研習班，軟體應用部分，如「多媒體互動式網頁設計Flash」、「數位學習課程製作」等課程；科技知能部分如「中小學校長科技領導專修」研習班，於知識、情意及技能三方面，提升臺北市教育人員科技涵養。

(三) 優質學校方面：優質學校源自於92年，由當時臺北市政府教育局吳清基局長帶領，本中心負責規劃成制。優質學校評審標準採CIPP及PDCA精神，強調「有什麼、應該有什麼」及「做什麼、應該做什麼」，並經過嚴謹的初審、複審及決審的把關之下才能產生實至名歸的優質學校名單。綜觀這六年來，總共有276所學校報名參選（占本市288所高級中等以下學校的95.83%），累計參選件數高達1,586件，共有266件申請書133所學校獲獎。各校熱烈參與、積極投入的過程，以及優質卓越、精緻創新的結果，令人讚賞，值得喝采。

(四) 國際交流方面：本中心為拓展國際教育視野，及促進兩岸教育人員交流互訪，近三

年來積極推動國際與海峽兩岸教育交流活動，接待中、日等國際教育考察團體達卅餘團近700人次，透過「教育座談會」、「學術研討會」及「考察參訪活動」等多元方式，了解該國中小學基礎教育之教科研究與教學實踐之現況與發展趨勢，並分享臺北市中小學推動優質教育與教師專業發展之豐碩經驗與成果。

(五) 教育111方面：「臺北教育111」為98年教育局吳清山局長所提出之施政主軸，內涵包括：(1)一校一特色：每所學校都能經營成一所有效能學校，而且至少發展學校一項特色；(2)一生一專長：每一位學生至少發展一項藝術或運動專長；(3)一個都不少：把每一位孩子帶上來，而且帶好每一位孩子。本中心亦自是年起開始辦理臺北教育111標竿學校認證，迄今共有53所學校通過認證，學校從行政管理、課程教學、學生學習、家長參與和社區資源等各方面無不充分展現優異表現與教育活力，期許在「以愛為核心 讓愛活出來」的理念下，希望各級學校經營校務時，聚焦於提供學生五育並重和優質的學習情境，使其能透過學校教育，發展多元智慧，並厚植創意競爭力。



#### 四、未來展望

身肩推動本市教育人員在職進修之重責大任，本中心歷年來以嚴謹態度規劃與執行研習課程，然因應多元時代來臨下的文化變遷，教師在職進修也呈現與過去不同的嶄新思考與作為，茲依四大方向分述之：

- (一) 商借交通便利的場地辦理研習：中心位於陽明山上，因地理位置緣故，學員往返交通耗時，未來將短期研習班次商借市區學校場地辦理，並朝教師研習中心之分區設置方向努力。
- (二) 整合規劃全市性研習：臺北市教師研習課程多元，為避免資源重複及調訓頻繁，著手調查教育局各科室自辦研習的數量，期望透過整合性的思維來規劃全市性教師研習活動。
- (三) 針對教師職涯發展與行政職務規劃課程：以教學系統為主軸的教師專業成長進階機

制部分，配合教育部建立以教學專長分工為核心的進階機制，研訂各級培訓課程及專業發展機制。行政人員進階的專業發展軌道方面，未來著重於研發各項專業發展指標及關鍵能力課程，以擴充教師參與學校行政事務的廣度及視野。

- (四) 結合中小學各領域、議題教學輔導團，推展教師教學專業能力研習：透過教育局各領域輔導團業務的併入，讓教師研習與教學輔導合為一體，俾完善增進教師專業知能。

#### 五、結語

回顧鑠金三十，綜觀教研中心在歷期研習主軸的轉變中，展現出多面向的關懷。冀望透過前揭歷程，使本市各級學校之教師及行政人員將更多教育理想能廣被於教育界並付諸實踐，以開展臺北市優質教育的美好未來。