

師友

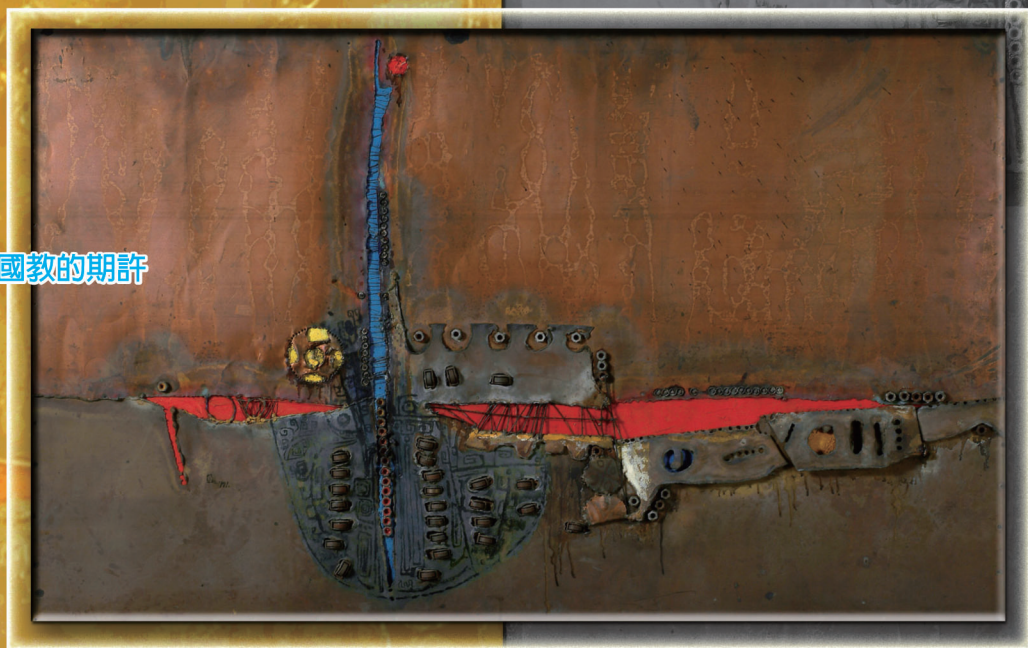
月刊

2011.10

532期

THE EDUCATOR MONTHLY

學會愛自己



五個百分百——對十二年國教的期許

解開明星學校的魔咒

中文教學在美國

擦亮好老師的招牌

置身在全都錄的楚門世界

校園曬書樂

跟著班傑明走趟奇幻旅程

100學年度國立高中校長

遴選試題解析(上)

<http://www.hyread.com.tw/edu>

ISSN 1562-5818



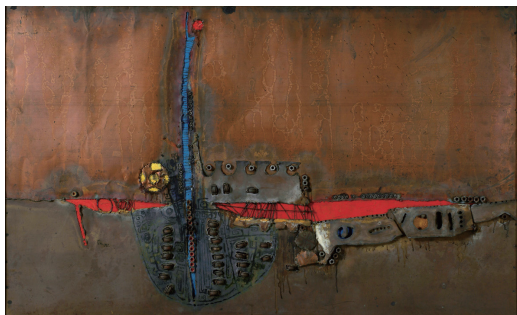
NT\$ 150

師友

封面題字 | 張炳煌

1967.06.30創刊 2011.10.01出刊
創刊人：潘振球 發行人：陳益興

THE EDUCATOR MONTHLY



封面作品

作者認為，藝術創作根植於文化土地，藝術品走過歲月之後終將成為「歷史文物」——一個日後追蹤的線索；即使藝術極力掙脫社會束縛，意圖另闢蹊徑、不受時代推移的影響，却也不可能完全割離彼此間的牽引。就這樣，藝術與社會維持著若即若離、時近時遠的距離不斷演進，藝術家也在或多或少的矛盾中，竭盡所能地發揮個人的創造力。

李朝進 繪畫7102(銅焊畫)
銅片 / 銅絲 / 油彩及其他零件
(高雄市立美術館提供)

一步一腳印～記錄臺灣教育
忠實的陪伴～所有的教育人

ISSN 1562-5818

版權所有，本刊圖文非經同意不得轉載。

行政院新聞局出版事業登記證局版臺誌字第1369號
中華郵政中臺字第0237號執照登記為雜誌交寄

社 長：藍順德
出 版 者：臺灣省公立中小學校教職員福利金籌
集管理委員會
指導委員：簡茂發、郭生玉、楊深坑、黃炳煌
黃國彥、姜得勝、葉凱莉、吳清山
楊思偉、黃秀霜、劉慶中、鍾忠嘉
林明地、張鈿富、陳伯璋、蕭 文
李彥儀、楊昌裕、王俊權、羅清水
社務顧問：謝國清、吳福濱、劉琴滿、李秀貞
張榮輝、劉欽旭、丁亞雯、林騰蛟
吳林輝、賴清標、鄭邦鎮、蔡清華
蕭錦利、姜秀珠、蔣偉民、彭富源
劉仲成、林田富、邱孝文、王建龍
余坤龍、顏慶祥、汪履維、賴錦昌
陳登欽、胡中鎧、吳光勳、許義次

行銷業務：林學茂、林妙姿

社 址：臺中市霧峰區中正路738-4號5樓

電 話：(04) 37061853 · 37061854

傳 真：(04) 23326721

總 編 輯：徐藝華

主 編：陳柏州

文字編輯：黃雅鳳

美術編輯：陳慧香

編 輯 部：臺北市中正區南海路15號6樓502室

電 話：(02) 23946463 · 23411430

傳 真：(02) 23416331

E-mail: educator502@gmail.com

網 址: <http://www.t-welfare.com.tw>

數位服務: <http://www.hyread.com.tw/edu>

廣告專線：02-23946463

訂 閱：全年1500元，零售每本150元

訂閱專線：(04) 2330-1358

郵撥帳號：臺中郵政第00267218號

帳 戶：師友月刊雜誌社

承 印：興臺彩色印刷股份有限公司

電 話：(04) 2287-1181

CONTENS



封面話題

青少年在自我追求認同中，或因未找到摯友、無歸屬認同感團體，或在人際互動中受傷失望，很容易選擇用「自我傷害」的另類溝通方式，表達生命中最深層的無奈；在成長過程中，自我傷害不是唯一解決的辦法，更不是溝通方式，青少年應學習如何愛自己。愛，其實是需要學習、更需要被教導，學習真愛，就從珍惜自己生命做起。

P.067



P.077



P.089



教育探索

封面裡 五個百分比

對十二年國教的期許

文：黃政傑

封面話題

08 好好愛自己

文：陳柏州 圖：ROCK

09 青春·樂活

從青少年生命教育談起

文：葉肅科 圖：ROCK

14 營造親子距離美

文：林淑玲 圖：陳柏州

19 生命中挫折之必須

文：吳建豪 圖：ROCK·得利影視提供

25 愛要教育

～從珍愛生命開始

文：林世莉 圖：ROCK

30 學會愛自己

文：陳麗幸 圖：林亦欽

教育觀察站

33 解開明星學校的魔咒

文：吳清山 圖：國立員林崇實高工提供

39 擦亮「好老師」的招牌

文：黃木蘭 圖：潘立傑·翁全志

44 何以校長急流勇退？

文：吳寶珍 圖：林亦欽

46 失焦的超額教師處理

文：林俊傑 圖：潘立傑

51 Waiting for superman——

中文教學在美國

文：江雪齡

56 當「楚門的世界」悄然降臨

文：鄧煌發 圖：ROCK

61 起心動念談憤怒

文：金烈容 圖：林亦欽

64 打開教學之門

～教學專業發展評鑑的成長歷程

文：陳玟瑛 圖：潘立傑

67 界限的重要性

文：張燕滿 圖：ROCK

考用天地

70 100學年度

國立高中校長遴選試題解析（上）

文：王延煌

高手出招

77 好書分享——

《那些高中生教我的事》

文：林彥佑

82 不說話的女孩

文：顏鳴琳 圖：林亦欽

85 歌聲傳情意

文圖：陳翊璋

89 不能飛翔的蝴蝶

文：蔡瓊儀 圖：潘立傑·蔡瓊儀·翁全志

92 校園曬書樂

文：邱榆婕 圖：林亦欽

95 親師溝通 從友善開始

文：廖麗雲 圖：翁全志

98 教學挑戰可化成美事

文圖：劉勝鈺

書與電影的對話

101 時空與人際的錯位

跟著班傑明走趟奇幻旅程

文：許建崑 圖：得利影視·新雨出版社提供

編輯隨筆

III 穿過楊柳樹

文圖：徐藝華

廣告

107 師友新書《預防犯罪親子書》特惠

108 臺北教師會館

封底 師友新書《站在教育高峰上》特惠

好好愛自己

文 | 陳柏州 本刊主編

世間上沒有人是不愛自己的！因為一個人從生下來就開始學習照顧自己、保護自己，盡力不讓自己受到虧損；所謂「要愛人，先要自愛」，自愛才能昇華去愛別人，或者被人愛。

一個懂得愛自己的人，才有可能去愛別人；一個懂得愛自己的人，別人也會愛你；一個懂得愛自己的人，全身都充滿著正面能量，每個人都渴望跟你在一起；所謂自愛、愛人，自助、天助就是這個道理，一個懂得愛自己的人，當然更是一個受歡迎的人。但真愛的表達，需要學習，需要被教導；學習真愛，要從珍惜自己生命開始。

008

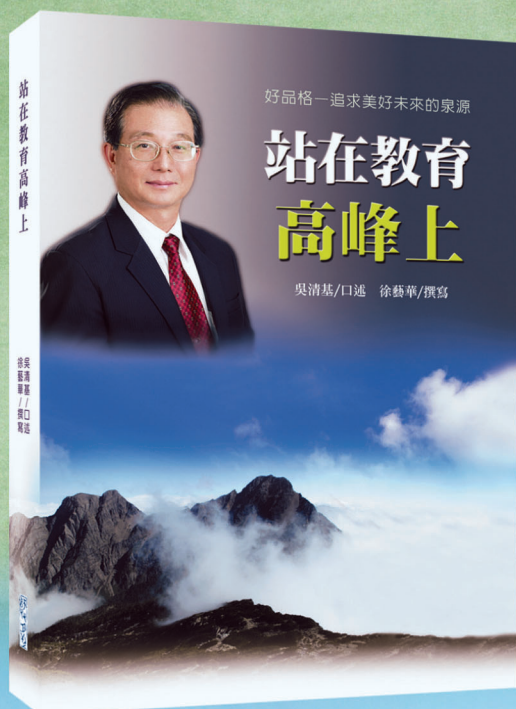
愛自己是尊重自己，為自己人生和選擇負責。一如吳建豪老師分析，「我們常想要一個『最好』的選擇，卻忽略了每個選擇，有我們要的部分，可能也有我們不要的部分，不見得都能找到兩全其美的方式。」「若想要增加孩子的挫折容忍力，除了必須讓他們有機學習自己做『選擇』外，更重要的是，能不能學習『承擔』選擇的結果。」

但為了避免孩子出錯，許多父母直接替他們選擇什麼是「好的」、「對的」、「有用的」，過度保護孩子的結果，使得他們沒有機會學習「選擇」，學習為選擇後的結果「負責」，久而久之，一遇挫折，卻沒有培養相對的容忍力。

因此，愛自己也要學習對自己、對別人都要坦誠，承認自己的需要和想法，並接受和尊重自己的需要，適當表現自己的情緒、情感。青少年的生命教育如何教起？葉肅科老師建議：「先從肯定自我、關懷他人、懂得轉彎、把握當下做起。」才能進而成為青春樂活族的成員。



站在教育高峰上



作者：吳清基/口述 徐藝華/撰寫

登高望遠——更明白教育不簡單。
慎思——小小的決定影響了大未來。
期許——不只要把事情作對，更要做對的事情。
扎根——教育沒有快速的特效藥，只能一步一腳印。

站上高峰，可以看得更高、更遠、更清楚，
犀利看著社會價值不斷演變的過程，
越是明白「欲將現代教育撥亂反正，不是一件簡單、容易的事」
越是清楚認知——

讓學生變好比變聰明更重要

特惠 **200** 元

(此優惠從即日起至100.10.31截止)

訂閱專線：04-37061854 04-23301358 洽林小姐

劃撥帳號：00267218 戶名：師友月刊雜誌社

註：單筆訂閱滿1000元免運費；未滿1000元

請另付郵資處理費80元（一律以掛號寄出）。