

01

105.9.20

品德
公德

峽客快報

105 學年度（上）

發行人／校長 劉台光
 總編輯／輔導主任 王雯華
 副總編輯／資料組長 洪菁穗
 主編輯／輔導老師 陳俊宏

校園廣播站

學務處－生教組

公告第3週秩序評分優勝班級

年級 名次	七年級	八年級	九年級
第一名	704	803	908
第二名	705	816	903
第三名	711	819	907
第四名	712	814	914
第五名	719	804	916
第六名	703	809	911

峽中敬師月

帶學生看世界

陳祥麟

教的是自然領域，卻帶著學生學光影戲、拍紀錄片、參加作文比賽、開音樂會。臺中市清泉國中教師林世洲，歷經女兒猝逝的悲痛，決心「更溫柔地愛學生，珍惜與我有緣的每個孩子，才是思念女兒的最佳方式」。

畢業後就在清泉國中任教的林世洲，教書 25 年來，默默改變了這所偏鄉國中的孩子。他說，學校交通不便，孩子文化刺激少，不容易找到人生舞台及目標。「我想帶著他們看看外面世界有多大」，因著這樣簡單的信念，只要有活動、比賽及展覽，林世

洲總帶著學生「往外跑」，希望從嘗試、親身體驗過程中，陪學生找到夢想。

活動滿檔 學生學會善用零碎時間

「我常笑稱，我班上的孩子是『全臺灣最忙的國中生』」。林世洲所說，一點也不誇張，他帶的班級學生常常同時忙著準備好幾場比賽或演出。光影戲、智高積木的機關王競賽、作文比賽、科展、發明展、街頭藝人表演、數位影片創作、戲劇比賽等，就算是九年級，也一樣活動滿檔。而且，學生還會自己尋找比賽訊息，自己組隊參加。

「學生怎麼會有那麼多時間？」這是許多人的疑問。林世洲說，只要是真心喜歡的活動，學生會更懂得善用時間，把握零碎時間讀書、討論功課。其中，曾獲教育部教學卓越金質獎的光影戲課程，就改變許多學生。

光影戲已成清泉國中的特色課程，是林世洲和學校顏惠菁老師開始推動，全校七年級學生都要學習。他觀察，每次演出，學生要自己搭舞台、架燈光、配樂等，平日練習更要培養專注力和默契，仔細聆聽其他角色台詞，不能搶戲，否則整齣戲就毀了，學生練到後來，甚至幾乎每個人都會背所有角色台詞。

有次校外公演，一名曾對公立學校教育失望的地方人士，看到清泉學生合力搭舞台、表演精彩、下台後快速復原，從上台前到演出後，都專注、有秩序、有效率，直說，「公立學校學生表現真棒，讓他改觀」。

替學生找舞台 就是送給學生最溫柔的禮物

清泉國中每學年一次、為期一週的街頭藝術節，也是林世洲送給學生最溫暖的禮物。

他說，班上有幾個女生愛跳街舞，自己成立臉書粉絲團，他為了替學生找表演舞台，發起全校街頭藝人表演活動，招募有才藝的學生組隊演出，還可接受全校師生每次最多十元的「打賞」。有時，學生最多可賺到一千多元，會捐出表演所得給弱勢團體。

「我要多學一件事」是林世洲的學生每年寒暑假都有的作業，學生自訂想學主題，記錄學習歷程，開學後上台跟全班分享。出作業的主要用意，是林世洲「想知道孩子到底喜歡什麼？」，同時，也希望培養學生自主學習和表達能力。

單親家庭長大的小君，剛入學時常和同學有摩擦，讓老師頭疼。升九年級那年暑假，小君以「陪中風祖父到醫院做復健」為自主學習的作業主題，跟復健師學習居家照顧祖父的方式，讓全班師生都很感動，推薦她參選全國慈孝楷模入選，小君更立志未來要當復健師，幫助更多人。

一直以來，林世洲總是全心全意投入工作。太太生完小孩的第二天還躺在醫院，林世洲卻趕到學校挑燈夜戰，陪學生做實驗完成科展作品；2009 年二女兒突然病逝，更讓他體悟：要更溫柔地對待學生，不要留下遺憾，「女兒讓我有動力，要再多努力一點，多愛學生一點，就是對她最好的思念。」

生命中影響深遠的好老師

從小就立志想當老師的林世洲，生命裡曾遇到許多影響他深遠的好老師。小學時害羞內向的他，被推舉當班長必須上台

報告。他站在講台上手足無措，永遠記得施純美老師溫柔地對他說：「沒關係，回家好好準備，下週練習講一分鐘。」林世洲說，施老師這樣的包容與鼓勵，讓他慢慢敢面對群眾不害怕，「施老師是我的恩人，當時如果不是她，我現在的人生可能完全不一樣」。



小學老師改變林世洲的人生；高一導師李賜童則讓林世洲心裡立下「我以後也要當這樣的好老師」的決心。假日時，他常和同學到李老師家用餐聊天，聽老師述說人生哲理，對當時年少輕狂的林世洲來說，從此找到人生目標，也想當老師。

「能當老師是很幸福的事，可以陪著那麼多的孩子尋找夢想、一起築夢。」未來，林世洲不但要繼續陪著學生看世界、追逐夢想，他還希望分享自己的教學經驗，號召更多老師一起加入「提升孩子多元能力、感動孩子生命」的行列。

峽客的探索

找到知音，戰勝孤獨

和田秀樹

被他人接納的體驗，為你打造一顆堅強的心

能否不受制於他人的視線度過獨處的時間，擁有「別人是別人，我是我」的強韌心智，取決於你先前擁有多少「被接納的體驗」。

「這個人願意接納我。」

「像這樣的小事，那個人不會因此討厭我。」

只要擁有這樣的對象，能讓一個人的內心更加堅強。像這樣的知己，有時是好友，有時是雙親、手足、戀人或配偶。他們無疑是最令人安心的重要存在。

總是身處外緣的孩提時代

小時候的我經常遭到霸凌。小學二年級從大阪搬到東京時，因為說大阪腔被欺負；四年級回到大阪又因為東京腔被霸凌。從小就不擅長與人溝通，無法融入周遭。由於受到霸凌，再加上父親工作的關係得經常搬家，對我而言，從零開始建立人際關係真的是一件很困難的事。

我不曾住過廣島，卻是廣島鯉魚隊的球迷。理由很單純，因為我討厭東京人應該是巨人球迷，大阪人就該是阪神球迷的強迫標籤。對於缺乏地緣感覺，總是身處外緣的孩子而言，和大家一起為「地方之光」的棒球隊加油打氣，是一件難以忍受的事情。

大概是出於「我怎麼可能與那些霸凌我的人支持相同的棒球隊」的反骨精神吧！對我而言，支持巨人或阪神，無疑等於是為了不被人討厭而看人眼色，屈服於同儕的壓力，我絕對不想做那樣的事！

遭受霸凌的孩子面臨的是「人們無法接納自己」的疏離感。不僅缺乏自信，還會陷入「不被接納都是我的錯」的負面思考。我也是差一點點就迷失了自我，成為總是迎合他人意見，唯唯諾諾的人。

但現在的我卻可以依靠表達自己的意見來賺錢餬口，覺得「自己雖然也有不對，但是遭到霸凌絕對不是我的錯！」不再否定自我。就跟愛迪生一樣，這都多虧了我

的母親。

我的母親有點與眾不同，搬到東京遭到霸凌時，她公然放言：「東京人才是土包子。不用理他們。就歷史來說，大阪腔的歷史比較悠久。」一點也不因為兒子遭到霸凌而畏縮。不僅如此，她還說：「東京根本就是鄉下人打造的城市。沒必要配合東京的語言。」全盤否定霸凌那一方的文化。這麼說確實有道理。

根本沒有「因為是東京所以很了不起」這回事。

倘若當初她說的是：「既然來到東京，你也跟著大家一起講標準語吧！這樣就不會被欺負了。」如果是這樣的父母親，我一定會變成非常糟糕的男人。

不因自己的笨拙而恥

此外，我的母親非常清楚我的特質。「像你這樣不適應社會的人，絕對不能當上班族，看是要當醫生，還是律師，最好去考個執照。」她經常這樣對我說。

這些話造就了今日成為精神科醫師的我。雖說如此，我的母親並不是認為「不適應社會的兒子＝沒出息的兒子」，只是單純認為這是兒子的個性。母親的想法對我而言是多麼大的救贖。

每個人都有擅長和不擅長的地方。能敏銳捕捉現場的氣氛配合周遭，雖說也是一種能力；然而即使像我這樣不擅長配合周遭，能夠誠實表達自己的意見，也是一種能力。單純只是個人特質的差異罷了。端看你是視為單純的特質差異，或是覺得「被霸凌的人一定哪裡也有錯」。

接納他人的那一方，需要擁有被接納的體驗，而被接納的那一方，也必須坦率接受他人的好意。就算有人願意接納自己，如果你總是鬧彆扭、硬要挑對方語病，就

無法增加被接納的體驗。

對於缺乏自信的人而言，我這麼說也許有點厚臉皮，不要在意對方話中的言外之意，只要聽起來覺得開心，全都坦率接受即可。在重要的人面前，對於對方的好意，別說「我沒自信」、「你這是客套話吧」等這類多餘的話，以最坦率的心接受吧！

對方如果說了讓你覺得開心的話，不妨坦率開心說句「謝謝」。這就是增加被接納體驗的訣竅。

放下昨天，才會遇見更棒的明天

日寺陽明，
不見得可以活得更好……
但肯定可以活得更有勇氣。



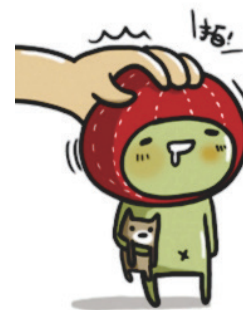
1



只要今天過得比昨天好，
就是進步。

2

有一種開心，是……
你讓人很溫暖。



3

有時，生活不用太計較……



4

《毛毛蟲心生活運動》

Q&A

- 1.星期二準時領取峽客快報，可以獲得多少峽客優點？
- 2.如果班上只有兩個同學沒寫閱後心得，可以獲得多少峽客優點？
- 3.教師節快到了，你會怎麼表達對老師的感謝？
- 4.增加被接納體驗的訣竅是什麼？
- 5.四幅插圖中你最喜歡哪一幅，為什麼？