

『疫』起面對，我們不孤單！

文◎正義國小教師會理事長 郭姍姍

這波停課不停學，新北市教師會同步關照大家的身心靈，安排了多場薩提爾V. S. 學思達研習，讓我們在庸庸碌碌之餘，記得先安頓好自己，才能有足夠的能量應付外界快速變化。

羅志仲老師要我們從心遇見自己，才能照亮孩子。我們總是要自己不要害怕、不要緊張、不要難過……，其實都在壓抑著自己，方法明明無效，卻一直繼續，最後產生無力感。當無力感出現，請不要自責，試著把它當作一份友善的禮物，正提醒著自己正在做超過自己能力之外的事，誠實的面對自己的情緒，不是為了逃避、推開、控制它，而是接納自己有情緒。在該受傷的時候好好受傷，該悲傷的時候好好的悲傷，因為想要從裡頭走出來，得要先走進去。

工作坊線上研習中，講師李明融老師說：可以讓學生知道老師也有情緒，請不要把自己當神，有情緒是日常，因為我們都在面臨生命中沒有面對過的事。而孩子生命經驗不夠豐富，我們可以透過回溯加核對(事件、感受、期待)，協助孩子去面對情緒，但如果當下真的不知道怎麼辦，那就停下來吧！

因此，Andy大叔(鄭博仁老師)則告訴我們，停頓是重要的，接納自己的好，更要接納自己的不好。學思達，就是學習、思考及表達，學習不應該只是一場熱熱鬧鬧的遊戲，而是沉靜地自學與思考的過程，提升學生的高度，因為當學生學習再也不需要老師時，那就成功了；同理，當老師走下講台，也是學生踏上自己人生舞台的開始。當我們希望自己的孩子遇到什麼樣的老師，我們自己要先成為那樣的老師。

讓大象動起來的作者劉繼文老師，更是利用炸鹽酥雞比喻開場，讓我們知道差異化的重要！該著重的到底是教完？還是學完？唯有讓學生探索過程才有辦法自學，留白，是為了把時間和空間交給學生思考探索，老師空下手來，差異化就出現了。同步或非同步教學各有利弊，兩個搭配起來最好，而怎麼讓孩子在觀看非同步教學影片也能有學習，這就得考驗老師的專業——利用講義埋下錨點、停頓點，讓孩子鉅細靡遺重視學習，而不只是看場電影，船過水無痕。

最後，孫菊君老師指出為什麼隨著長大，知識越學越多，但創造力和好奇心卻越來越少了呢？教育上我們到底做了什麼？而未來又能做些什麼？我們太常用成敗論英雄，但從孫老師的課室裡我們看見，很認真地替孩子搭鷹架，連異質性分組都很細膩的考慮與操作，給予舞台，肯定每個孩子的價值，讓團隊一起走，點亮藝術力。你，期許自己成為一個怎麼樣的老師呢？

「疫」起面對，一場接著一場精彩的研習課程，感謝新北市教師會的陪伴，知道我們不孤單，有您真好！

p. s. 錯過以上課程覺得可惜嗎？沒關係，新北市教育人員產業工會的YT頻道訂閱起來，還是可以觀看研習影片喔！

