



健康世界叢書②① 兒童發展與心理衛生叢書⑤

# 何處是兒家

—與學生生活有關的心理衛生問題—

徐澄清口述・徐梅屏撰文



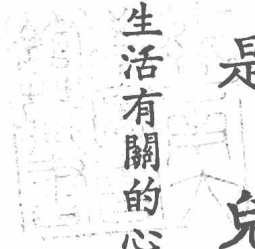
013674

G444  
882

健康世界叢書②  
徐澄清口述·徐梅屏撰文

# 何處是兒家？

——與學生生活有關的心理衛生問題



健康世界雜誌社印行



S9012641

# 序

我國自民國五十七年延長國民義務教育年限，實施以來，國中、國小學生入學率都已高達百分之九十五以上。照道理講，絕大多數青少年既然都在學校接受了至少九年的教育薰陶，與上一代青少年相比，不但知識增加，在人格方面也應該更成熟。

但是看看事實，青少年犯罪比率却節節上升，犯罪性質而且從打架、偷竊「晉級」為搶奪、殺人，甚至還有色情、吸毒的，直令人對這些小毛頭的人小鬼大「刮目相看」，也忍不住懷疑：爲什麼時間延長了的學校教育，並沒有涵養出青少年更嚴謹的道德規範呢？

許多教育學家認爲，今天的學校教育過分偏重升學的目的，德智體羣四育中，除了「智育」之外，其他三育都較被忽略了，尤其缺乏德育與羣育，這是青少年犯罪的重要原因。

他們又指出，也正由於分數第一的風氣太強烈，莘莘學子被課業壓得彎腰駝背，但又不能有體育爲宣洩，有羣育爲心理的平衡，因此即使行爲上沒有嚴重到犯罪的地步，精神上也多半感覺迷惘、苦悶。

「學校必須加強輔導工作。」教育家們大聲疾呼。他們主張，在學生稍稍有失衡跡象出現時，立即關切，給予輔導，可以免得「小洞不補，大洞吃苦」。如果任憑小小的苦悶日積月累為大的心理問題，甚至爆發為犯罪行為，就是輔導的錯失了。

然而目前各校的輔導人員只有一、二人，以一、二人之力照顧全校數千學生，當然無法周全，何況輔導工作是非常需要時間的。

我們建議：

大家一起來！

「輔導」不是輔導老師的專利，也不是只有輔導老師才能做，其他老師和學生家長，也都可以擔任比較「初級」的輔導，為輔導老師做「前哨」。

因此我們編寫本書，希望幫忙輔導老師更熟悉、活用輔導技術，別的老師和家長也從本書學習做一位成功的業餘輔導者。

本書願做大家的後勤補給站。經由源源不絕的知識補給，相信國民義務教育不只是「量」進步，「質」也進步，「青少年」終於有一天不再是一個頭痛問題。

徐澄清 謹識

民國七十年六月

# 目 錄

---

序	一
第一章 誰來幫助適應欠佳的孩子	一
第二章 少年犯罪並非不能預防	一五
第三章 先留意孩子的生理	二七
第四章 爲什麼他老是坐立不安？老是用左手？	三七
第五章 智力決定孩子的成績嗎？	六一
第六章 智力可能改變嗎？	六九
第七章 你的孩子是什麼氣質？	七九
第八章 學校生活孩子適應了嗎？	九九
第九章 頭痛學生的頭痛問題	一〇七
第十章 暈倒牽扯出來的問題	一一一
第十一章 孩子生病時	一一九

---

---

第十二章	請關心孩子的精神狀況	一二五
第十三章	萬一孩子有強迫性行爲	一三九
第十四章	精神生理反應	一四七
第十五章	同樣是新生却有很大的個別差異	一五五
第十六章	家庭背景也會產生適應問題	一六七
第十七章	成績不是孩子的一切	一七七
第十八章	孩子的基本需要滿足了嗎？	一八九
第十九章	輔導的第一步	二一九
第二十章	學校輔導工作要更好	二二九
第二十一章	輔導工作從何下手？	二三五
第二十二章	輔導技巧	二四九
第二十三章	找出癥結的下一步	二八五
結語		二九七

---

# 第一章 誰來幫助「適應欠佳」的孩子

根據統計資料，臺北市國小四年級到國中三年級，約有十分之一的學生適應欠佳。這些孩子有行為問題，通常智能正常，但學習却跟不上進度，結果弄得老師煩惱，他們不快樂、父母更操心。

## 小孩滿六歲要上學

### 我國

實施義務教育制度，所有小朋友滿六歲以後，都有義務接受國小六年和國中三年共為期九年的義務教育。為什麼不是五歲，也不是七歲，而恰好是六歲這年開始學校教育？這是個相當有趣的問題。

答案很簡單：一個小朋友要開始上學校，先決條件是他必須具備了上學校接受教育的能力。包括他的智力要發展得够學習學校準備的教材，他的生理要發展得够走路或乘車到學校，粗動作

能參加團體遊戲，精細動作能寫字、繫鞋帶；他在家庭中的社會化過程也要發展得告一段落，培養出他與家人以外的學校老師、同伴，交往、相處的能力。教育家和兒童發展學的專家們認為，一般小孩滿了六歲，才具備這種接受學校教育的能力，才有可能在國小國中的階段，完成長大以後適應社會、做個現代公民的準備工作。

### 並非所有滿六歲的孩子都能上學

臺灣光復三十多年來，由於政府極力推動，國家經濟改善，以及家長的關心，國小學童的就學率在臺北市高達百分之九十九點五以上，臺灣省各縣市也接近百分之九十九，換句話說，全臺灣地區所有滿六歲的小朋友幾乎個個都在國小唸書。這是不是表示，幾乎每一個六歲小朋友都在生理、智力和社會適應上，發展得符合了入學的條件呢？其實並不盡然。

我們曾經長期參與國中國小的許多實際工作，發現部分孩子原來在家庭中就有適應上的困擾，困擾沒有解決，又帶來學校；有的孩子則由於智力、生理情形或社會化的程度比較特殊，學業上不適應，又不能充份應付學校的各項活動；另些孩子不能和同學或老師和睦相處，他們都呈現了適應欠佳的現象。



## 「適應欠佳」是個大問題

基於幾個理由，我們必須幫忙這些適應欠佳的學生。因為，第一：一個適應欠佳的孩子是不快樂的，而我們相信任何一個孩子都有快樂活下去的權利，家長、老師和社會都應該設法幫忙他除去適應欠佳，讓他重獲快樂。

何況，第二：他的不快樂，使他的大部分精力和注意力都消耗在他的不快樂上，沒有剩下太多力量去發揮他的智力和生理能力，甚至導致了新的適應欠佳。譬如算術課時，他苦惱着爸爸媽媽吵架，課聽不進去，成績自然不好；成績不好使他擔心使爸媽失望，又得不到老師的歡喜，這新的適應欠佳使他煩惱更多，更不快樂。

而且，第三：開始階段的適應欠佳總是比較輕微的，越早發現，治療輔導越容易。否則問題累積，演變到後來，很可能造成青少年罪犯，或更嚴重的性格異常、行為偏差等等下場，挽救更費功夫，效果反而不理想。

### 適應欠佳的孩子遠比想像多

想像當中，適應欠佳的小孩很少，事實不然。我們曾在一大型的國民小學進行調查，方式

是在開學三個月後，老師對同學有了比較長時間的觀察，也有了月考成績等資料，請老師開列他發現的有適應困擾的學生，簡單寫出這學生的「問題行爲」。老師們的報告顯示，平均百分之三點八的學生適應欠佳，所指出的「問題行爲」大多是逃學、偷東西、頑皮之類令老師頭痛，也擾亂課堂秩序的所謂「外向性行爲問題」；再不就是粗心、不專心等等課業上的問題。

受過專業訓練的心理衛生人員隨後抽了兩個班級，另外再作詳細的個別檢查，竟認爲適應欠佳學生達百分之十到十二，比老師們的報告多的多。

### 該啓智的孩子却「流落」普通班

爲什麼老師天天和學生相處在一起，學生適應欠佳却不一定看得出來？原因可能在幾方面：

第一、老師們在學校唸書的時候，或當了老師以後的在職訓練，他們的老師疏忽了灌輸更充實的兒童心理衛生的理論與實際。

第二、現行的學校制度有問題。學校採大班制，一班動輒五、六十名學生，一位老師要照顧、注意、觀察五、六十個學生，當然相當不容易。加以特殊教育推展得不普遍，智能特殊的學生也混合在正常智能的學生中，程度如此參差不齊，老師教起來更加吃力。

讀者也許不了解智能不足兒童的問題。

臺北市自民國六十四年起，國小老師都對入學的新生做簡單可靠的智力測驗，測定每年四萬個左右新生的智力，結果顯示智商七十以下的智能不足，占了全部新生的百分之三以上。而國中、國小義務教育的教材，和各項音樂、體育教學活動，都是按智商八十五到一百十五之間的一般兒童的學習能力、學習速度和吸收程度而編定的。智商不及八十五的孩子，當然跟不上，但是他們仍被安排在普通班中。老師要教全班五十多個人已經吃不消，不論在課堂上或課後，都少有餘力爲這批「不聰明」的學生更仔細的重覆講解，直到他們也能懂得爲止。

既然如此，智能不足學童就應該集中在彼此智能差不多的班級，唸那些特別爲他們設計以及他們所能接受的教材，從事他們的特殊教學活動，由受過「特殊教育」訓練的老師來教他們，學生學得有樂趣又受益，老師也教得安慰，這就是國小的啓智班和國中的益智班。

若按今天智能不足學童的比例計算，全臺北市國民小學每一年級該有六十個啓智班，才够容納，六個年級就是三百六十班。然而目前全市總共不過三十班啓智班，其他三百三十班學生都「流落」在普通班裏。他們的痛苦和負責授課老師的痛苦，都不問可知。老師對他們既無可奈何，乾脆視而不見，既談不上因材施教，連他們必然的適應欠佳也無心理會了。

第三、我們分析老師們填寫的適應欠佳學生的行爲，很明顯的，偏重兩種類型。一是反映升學主義強烈籠罩下的社會期望：學業成績，因此成績不好的學生被歸爲適應欠佳。二是老師以本

身主觀上的方便不方便爲評斷，像搗蛋頑皮影響老師教學的學生，就被老師注意到了，納入適應欠佳的範圍；那些過分害羞、內向、表面上乖乖的、安靜的小朋友，忙碌的老師並不留意他們，也似乎相信他們既沒有爲老師帶來麻煩，一定毫無問題。至於那些頭痛、身體不舒服的孩子，老師們更忙得可能注意隱藏在生理病痛背面的，是不是焦慮、情緒困擾等原因了。

老師們的觀察既不得不打折扣，究竟國中、國小有多少適應欠佳？我們嘗試着做過研究。

### 新的鑑別工具要「篩別」適應欠佳的孩子並不難

美國爲推展學校心理衛生工作，準備有一套鑑別工具，老師們用起來很簡便，能客觀的早期篩別出適應欠佳的學生。我們和幾所國小、國中的老師們共同參考美國的經驗，也編訂了一套工具，能輕易的從一大羣學生中「篩別」出適應欠佳的來。

### 「認識你自己」的問卷

我們的基本理論：適應欠佳的人，他內心的焦慮較多，一個小孩的焦慮程度，應該可以從許多方向探測。

最可行的一個是，理想的自己與現實的自己差距越大的，焦慮越大。如果能測知這個差距，

(一)小明討厭學校。

	總是	有時是	很少是	從不
(1)你是不是和他一樣？	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(2)你希望和他一樣嗎？	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(二)小英自己覺得成績不能令爸爸滿意。

(1)你是不是和她一樣？	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(2)你希望和她一樣嗎？	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

也就能估計他的焦慮程度。

我們仔細觀察小朋友的日常生活，找出六十個可以描繪他「理想的自己」與「現實的自己」的具體項目，設計了一種叫做「認識你自己」的問卷。問卷是這樣的，譬如：（如上表）

問卷上像這樣列了六十題，發給學生，要學生在每題的兩個小問題後面的方格裏，勾上答案。問卷分男生用的和女生用的，不過內容差不多，只是「主角」的名字，在男生用的是小明，女生用的是小英。

假如一個小朋友，對第一題的「小明討厭學校」的第一小題「你是不是和他一樣？」回答「總是」，我們當可推想，他可能在學校和同學處不好，交不到好朋友，和老師相處不好，或者課業上有困難，或者不能適應學校的各項規律，所以他討厭學校。如果他對第二小題「你希望和他一樣嗎？」回答「從不」，我們可以看出來他雖然事實上「總是」討厭學校，但在他的理想中，他並不希望如此，他是「從不」願意討厭學校的。事實上的他和

理想中的他有差距，顯示在問卷上，相差三個小方格，我們就說：他的焦慮度是三度。最後把六十題的焦慮度加在一起。

像這樣，我們可以用「量化」的方式，測量小朋友的焦慮程度，並且用精確的數字代表。這六十個項目，不只關係小朋友一個人，也牽涉了他和老師、家人、同學間的彼此關係，看完問卷，等於讀完小朋友的自我表白，對他所遭遇的難題，也就摸到了一個輪廓。

### 讓老師「認識您的學生」

「認識你自己」，測量的是小朋友的主觀焦慮度。另有一份「認識您的學生」的問卷，一個學生一份，請老師作答。問卷上的三十六個問題，都是小朋友在學校裏適應欠佳時，老師可以看得出的他的某些習慣或行為等的偏差，用具體的字眼記下來。譬如：

請老師在每個學生的問卷上勾出他對這學生平日的觀察。「常常」項，得二分；「偶爾」得一分；「從不」的是零分。三十六題，最高的得分是七十二分，最低的零分。分數越高，表示從這位老師的眼光看起來，這學生所表現的適應欠佳的行為越多，越嚴重。分數越低，當然表示他適應欠佳的行為越少，越輕。

	常常	偶爾	從不
(一)逃學或無故缺席	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(二)用粗話或髒話罵人	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### 「演話劇」你來當導演選角色

還有第三個方法，是由同學的眼光，來評估誰有適應欠佳情形：「演話劇」問卷。

填答「演話劇」問卷的時候，每個學生都做導演，為劇本上的十六個角色，在同學中挑選最合適扮演的。十六個角色中，單號角色代表適應情形良好的，譬如：一個誠實的朋友，或者：一個大家都喜歡和他交朋友的人。雙號角色代表適應情形欠佳的，譬如：一個常常害怕、緊張的人。每個角色，都要求「導演」從自己班上選擇扮演起來最逼真的同學擔任，一個角色可以挑幾個同學，一個同學也可以出任幾個角色。

最後把所有學生導演所安排的演員表擺在一塊兒，就每個小朋友，統計其他四十九位小朋友——假定全班五十個人——一共請他扮演了幾個角色，其中屬於代表適應欠佳的雙號角色有幾個，再套進公式：

$$\frac{\text{雙號角色的數目}}{\text{擔任角色的全部數目}} \times 100 = \text{由全班同學所評估的適應欠佳指數}$$

做完三種問卷：認識你自己、認識您的學生、演話劇，把三種由自己、老師、同學所評估的結果綜合起來。如果某個小朋友，主觀焦慮度很高，老師對他適應欠佳行為的評分也高，同學們評估的適應欠佳指數也高，那麼他「是」一個適應欠佳的小朋友，幾乎是完全確定的了。如果三項中有兩項高，他是中等程度的適應欠佳。如果只有一項偏高，老師和父母就需要提高警覺防患未然，開始留心留心他了。

### 以班上的前六分之一為篩別的標準

讀者也許要問：幾算高分呢？對，「篩別」的標準在那裏？

我們發現：如果將每個班上前六分之一得分高的算高分，再由心理衛生人員觀察後評估他們的實際行為，百分之九十以上的確適應欠佳。換句話說，以「六分之一」為界，劃得分在前六分之一的小朋友為這項測驗所測得的適應欠佳者，效度達百分之九十以上。因此我們決定以「六分之一」為篩別的標準。三種測驗都適應這項標準。

國小四年級的學生，閱讀能力和理解能力已可作答「認識你自己」和「演話劇」。全班同學一起做，「認識你自己」和「演話劇」各需要三十分鐘，老師填「認識您的學生」比較費時，填一個班級，大約要一小時，誰適應欠佳，程度如何，很快一目了然。



年級	男生	女生
國小四年級	14.9%	13.6%
國小五年級	14.3%	10.6%
國小六年級	15.4%	9.9%
國中一年級	11.3%	10.7%
國中二年級	9.7%	10.3%
國中三年級	9.8%	12.5%

### 北市國小、國中學生適應欠佳的出現率

我們利用這套篩別工具，在臺北市幾所國中、國小得到適應欠佳學生所占比例的資料：

讀者當也看出，從國小四年級到國中三年級，不論男生、女生，適應欠佳學生幾乎都占了十分之一以上，情況不可謂不嚴重。

不過有一點很特別，依國外報告，適應欠佳的現象，男生比女生普遍。我們調查的結果，國中二、三年級，男生反倒比女生適應欠佳的少。其中似乎有很特殊的原因，因此我們必須加用「在學學生」這比較明確的字眼，才足以解釋這些數值，我們的調查應該是：以「在學學生」而言，男生適應欠佳的比例低於女生。

既然有十分之一學生，多多少少適應欠佳，全臺北市約二十四萬國小學生和約十萬國中學生中，就約有三萬四千名需要輔導。