

桂冠叢刊②

楊極東 著

大學・教育・人生——大學窄門的前與後

序

四十八年仲夏，我滿懷興奮隻身北上進政大當新鮮人，迄今整整廿八個年頭。其間除五十二年服預官役、六十一年在菲國馬尼拉任客座、七十二年休假赴美兼任公職並作研究外，餘皆在政大渡過，自五十六年忝為大學教職亦已廿年整，雖然我常自惕資深並不代表優良，但廿年的「敬事」至少應算是一種美德。

回憶進政大教育系的第一堂課，正是吳教授賴吾師（現退休旅居加拿大）的教育概論課，賴吾師在黑板上書寫着「敬事」二字期勉受業的新鮮人，我對「敬事」初為直接的接受，惟隨歲月的增長愈發的體認其真義，除自身堅奉勉行外，廿年來一直將它傳遞給所有與我共學的人，因為

我深信一個能「敬事」的人，即是一個能善扮其角色分際的人，他不一定是個成功者，但至少應是個善盡本分者。

當時的系主任是胡教授秉正師，秉公師當時上的是普通心理學，（秉公師後任教育研究所所長、教務長，現已退休），由於深受秉公師的啓蒙，遂對行爲科學，尤其是心理學的研究奠下深厚的興趣；研究所期間又蒙先師吳教授南軒師的受納爲指導研究生（南公師在大陸時代曾長清華大學，後任復旦大學校長多年，開創中國心理衛生運動，籌設中國心理衛生協會，爲中國心理衛生運動的創始人。大陸淪陷後移居任教於美國加州大學，五十五年爲當時政大劉校長季洪師禮聘回國任政大文學院院長並兼政大心理衛生中心主任委員，六十九年辭世。），於是研究興趣濃縮偏向於心理衛生，尤其是學校心理衛生和輔導工作。廿年來教學、研究取向未變，實務工作領域亦未變，所爲無他，惟其「敬事」而已。

人的行爲是心理學研究的主體，而人的適應問題則是心理衛生學和輔導學所面處的工作。邇來，由於轉型中的社會帶給社會和個人極大的衝擊和壓力，尤其是大學校園的生態條件和心理環境的大幅變化，早已引起識者的關注和論者的興趣。忝爲研究、教學和實務工作中的一員，恭逢此際，自當特感興趣與關注。廿年來或發爲評論，或參與研討，或撰就文稿，均能以前述旨趣爲範圍。惟其年歲漸長，閱歷日多，對各影響變項瞭解愈清楚時，愈發自覺個人能力條件之不足，

而倍感若非社會有共識、人力能整合，否則明天會更好，將只是唱唱而已。

本書實仍基於前述理念，勉力將近十年來的有關文稿彙編成冊，藉期引發共識，取名爲「大學、教育、人生」副題爲「大學窄門的前與後」。全書共分五篇，一是大學窄門的前與後；二是現代社會的心理適應；三是學校發展的動力基礎；四是大學生輔導效能的策進；五是研究與發展。文稿合計廿有三，其間長短或有不一，但在各篇中均可屬歸成類，最後第五篇研究與發展之選輯是乃基於個人多年來堅守的工作信念：研究始得發展，尤其是實務性工作更需以實證研究作爲架構並據以設計、施行，否則難以落實。

本書之印行，除感謝前述幾位恩師的啓蒙、教導、指導外，也感謝各向我索稿、邀我演講的友人，更感謝內人黃春枝教授的多方支援以及桂冠圖書公司賴發行人的支持和編務工作同仁的辛勞。本書的文稿代表個人近十年來對轉型的社會和大學校園及其相關環境因素的諸多看法，其中不是、不當、不足之處自所難免，至請先進方家正之。

楊極東

謹識於政大學生輔導中心

七十六年六月一日

大學・教育・人生

目錄

序

一、大學窄門的前與後

大學窄門的前與後……………	三
面對未來——談大學聯考後的心理適應……………	七
從大學生自殺事件談起……………	一五
大學生「翹課」的變項分析……………	
——有感於李遠哲博士對翹課的見解……………	二一

大學生理想形象的塑造·····	二九
-----------------	----

大學生的角色扮演·····	三七
---------------	----

二、現代社會的心理適應

正視當前社會生活文化問題·····	五九
-------------------	----

確定三安共識突破改革瓶頸·····	六三
-------------------	----

現代社會的心理適應·····	七三
----------------	----

社會現代化與心理衛生·····	九三
-----------------	----

三、學校發展的動力基礎

學校發展的動力基礎·····	一〇九
----------------	-----

師生溝通的技巧·····	一一三
--------------	-----

校園倫理的倡行·····	一一九
--------------	-----

如何建立學校倫理關係·····	一二五
-----------------	-----

社團活動與民主教育·····	一三九
----------------	-----

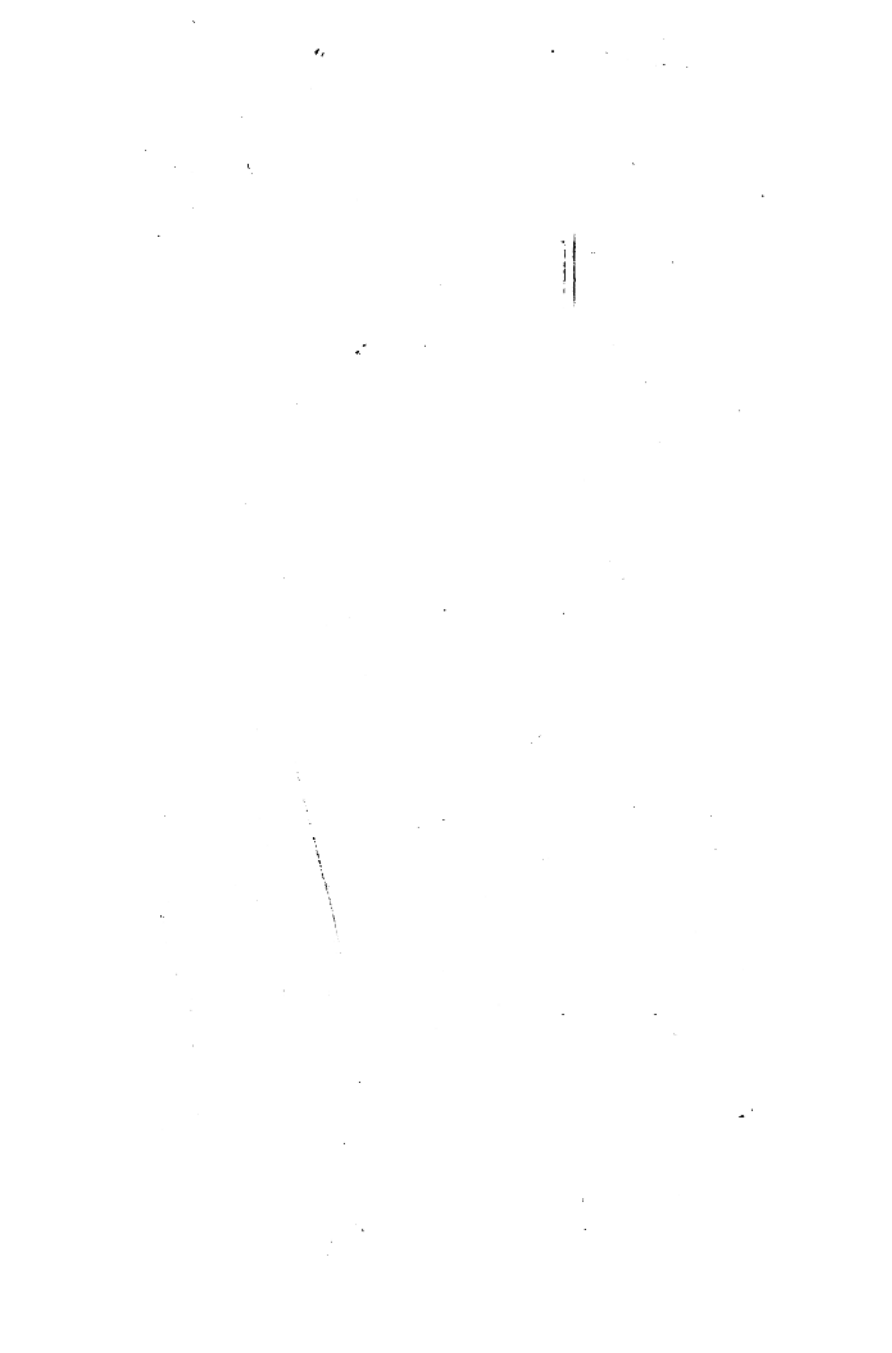
四、大學生輔導效能的策進

輔導工作的內涵與實施	一五一
大學社會文化環境與輔導	一六一
對當前大學教育中學生輔導工作的看法	一七七
大學生輔導效能的策進	一九一

五、研究與發展

政大學生學校生活適應之研究	二二三
救國團社會義務幹部工作滿足之研究	二四七
國立政治大學學生輔導中心舉辦「自助助人訓練」報告	二七一
國立政治大學接受教育部委託 ——附設學校青年輔導諮商中心「舉辦團體輔導體」知能 研習會工作報告	二八五

一、大學窄門的前與後



大學窄門的前與後

今年大學聯招甫於月初考完，目前正加緊核計分數準備放榜工作。根據聯招會統計，今年報名人數突破十一萬大關（一一〇、三八四人），雖然臨場有一千餘人（一、四七三人）缺考，使考生總數跌進十一萬（一〇八、九一人），但人數之多仍然打破歷年紀錄。其中最多的是第一類組，即文法商學院的考生，共計六萬四千三百餘人，較去年增加六千一百餘人。各類組預計錄取比率為三〇・七二%（因缺考而調升為三一・二一%），第一類組的錄取比率最低為二三・七八%（缺考後為二四・三一%），大學之門可真是愈來愈窄了。

事實上，影響大學窄門的因素很多，上述現象不過是生態因素中的人口膨脹和人口變遷的表

徵現象而已，就深一層來看，社會文化的影響更大。因為在現代化的今日社會裡，社會階層變動的可能性很大，而其變動的有效途徑之一即是教育功能的發揮。從社會流動的觀點看，教育的功能有二：一是功能性的（functional），二是象徵性的（symbolic）。不論功能性的或象徵性的，其價值皆在強調教育具有促進社會流動的力量，使受過良好教育者向上流動，因此，教育庶幾成為改變個人社會階層和提高個人社會地位的重要進程。再者，現代人日益重視未來的計畫和進步，亦即由傳統的過去取向轉變為現代的未來取向，而現實社會的用人仍擺脫不了文憑主義，使得大學之門成為千千萬萬莘莘學子全力以赴的目標。影響所及，不僅造成升學主義氣焰的高漲，也形成社會中一股潛在的、強勁的壓力和一些非理性的、反教育的怪異現象——教育的脫序。

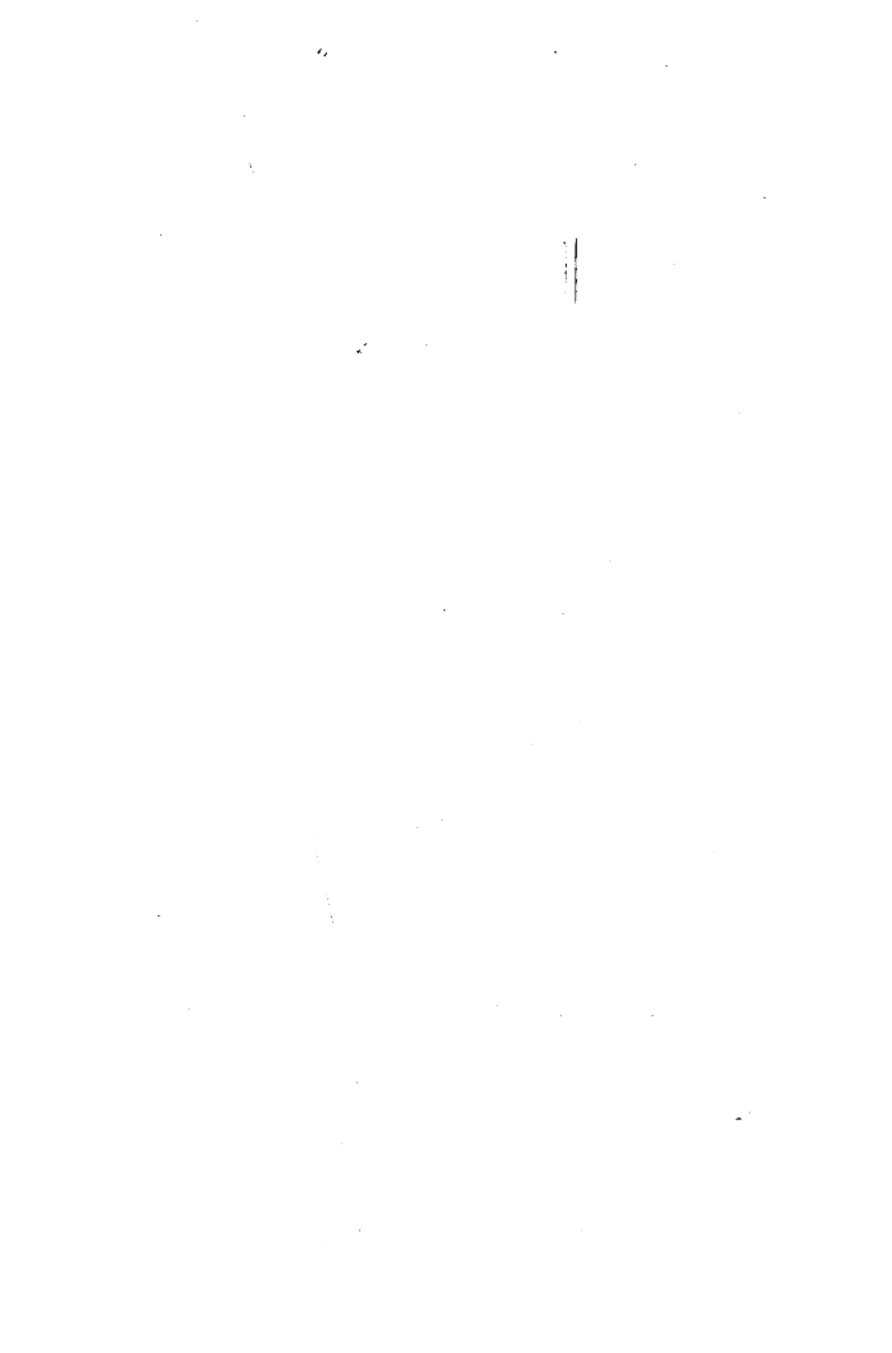
在論及大學窄門問題時，論者多偏重於大學聯招制度與高中教學的相關。在大學聯招放榜後，社會大眾雖也關心那些不幸被排擠於大學窄門之外的莘莘學子，寄予無限的同情與關懷，但對於能入於大學窄門的勝利者，則多投以羨慕的眼光和讚賞的口語。然則，這些新勝利者進了大學之後真的是勤學且快樂的一群嗎？

教育部李煥部長月前曾慨然指陳當前大學生意識形態偏差，不夠勤學，缺乏對學術研究的敬業精神。楊國樞教授也曾以某國立大學生為對象從事大學價值觀轉變的研究，結果發現：①社會約束與自我控制的價值降低，顯示大學生生活中重視自律的程度逐漸減弱；②行動為樂與進步是

尙的價值降低，顯示大學生藉積極行動以掌握環境與解決問題的興趣減弱；③自我縱容與感官享樂的價值增高，顯示大學生對安逸享受與放任自得的興趣逐漸加強。上述價值觀軟化的原因有二：一是長期富裕生活的結果，二是升學主義下的窄化教育結果。至於大學生的學校生活適應問題，根據筆者的實證研究結果，大學生的學校生活適應並不理想，其中華華大者有：覺得生活太散漫、不夠充實（六三%），鬱鬱不樂、心情不開朗（六〇%）；想做某些事，但總提不起勁（五一%）；不知如何利用休閒時間（五一%）；生活缺乏目標（五一%）；不知如何爲將來的前途從事準備工作（六七%）；上課常不能獲得明晰的概念（六三%）；不知如何增進學習效率（六〇%）。至於對大學生活的滿意度，有二三·二〇%的大學生表示對目前的大學生活相當不滿意。

大學的門何其窄，而門裡門外又是何等的差別，縱然擠進了大學的窄門，也不保證就是成功者，大學的路總是無限的寬廣和長遠，至盼門裡的幸運者多所內省與著力。

（《中國論壇》 七五、七、二五）



面對未來

——談大學聯考的心理適應

時序仲夏，正是各種升學考試告一段落的時候。在升學競爭劇烈，而社會又無法排除文憑條件的前提下，真是幾家歡樂幾家愁。

人生逆境十之八九

一般說來，個體的行爲大都由其內在的動機所引起，並且在動機的支配下，個體的活動朝向某一固定的目標進行，直到動機獲得滿足，這種有目的活動始告停止。例如由飢餓的動機所引起

面對未來

的活動，一定是朝向於有關的食物進行，而且只有在獲取食物後，求食的動機才能獲得滿足，求食的行動才會停止。不過，在個體的日常生活中，促使動機的引發直到動機的滿足所構成的完整週期（心理學上稱為動機週期）的單純事例為數甚少，也就是說，個體在生活中並非事事都那麼容易獲得完全的滿足，尤其是社會性的動機，如考學校、選科系、爭名位等更是複雜，而順利者不過十之一二而已。

在個體的日常生活中，挫折是無法完全避免的。有些挫折是暫時性的，這類挫折隨時間的變化而消失，它對個體的打擊或因之而生的壓力也較小，但在許多情形下，挫折如不能克服，則長期存在，因而所生的打擊或壓力也將長期的繼續下去。不過，在這種情形下，即使客觀的挫折情境相同，但對每個人所產生的打擊或壓力則未盡相同，有的堅忍不移，百折不撓，我們俗稱他「經得起打擊」，受得了挫折，但有的人則一經挫折的打擊即一蹶不振，頹廢沮喪終生，甚至於毀滅自己——自殺。心理學家稱這種承受挫折的可能能力為「挫折容忍力」。所謂挫折容忍力乃是指個人挫折時免於行為失常的能力，亦即指個人經得起打擊或經得起挫折的能力。挫折容忍力是個人心理健康的重要指標，一個心理健康的人，應能由生活經驗中體驗到挫折是現實生活中的正常現象，不必避免也無法避免，應該面對現實接受挫折，而在可能的範圍內予以克服。

從挫折中站起來

挫折失敗是個體與環境互助過程中的一種負向結果，它帶給個人的情緒狀態大多是失敗、憂鬱、焦慮、憤怒、沮喪、敵意等不快的感覺，對個人的生活和健康往往有不利的影響。因此，設若個體在現實生活中遇到了挫折，則應設法面對挫折，迎向挑戰，從挫折中站起來，始為正途，如何做？

一、認識現實環境

挫折來自環境，環境有自然環境中的生態、地理等客觀因素，有社會環境的社會文化、經濟、政治等人為因素。環境條件有的有利於個人的發展，有的阻礙個人的活動，有的可依個人意願而調整，有的則非個人力量所能左右。個人面對環境時可有三種應付方式：①調整環境條件適應自己，如說服父母親不要勉強自己非考大學不可；②改變自己遷就環境要求，如改變自己的主意，接受升學或就業的安排；③將環境和個人雙方都做必要的讓步與調整，以求適應，如修正自己的意見也接受父母親的一部分看法。因此，個人在現實生活中有時需要有點彈性，而不是硬碰硬，非得如何不可，俗話說得好，條條大路通羅馬，碰到問題，腦筋千萬不要打結，作法千

萬不要死板。

二、重新評估自己

了解自己是一件看似簡單，實則非常不容易的事。心理學家告訴我們，我們對自己的了解就像是櫥窗一樣，可大可小。它的圖形是：第一個櫥窗是自己知道，別人也知道的部分，稱為公開我，是個人呈現於外，無所隱藏的部分。第二個櫥窗是自己知道，別人不知道的部分，稱為隱私我，是個人內在的私有秘密世界。第三個櫥窗是自己不知道，別人知道的部分，稱為背脊我，像是一個人的背脊部分，別人可以看得很清楚，只有自己看不清楚。第四個櫥窗是自己不知道，別人也不知道的部分，稱為潛在我，是個人有待發掘的潛在條件、能力、特質部分。人各有其潛能，今天的失敗並不註定以後都要失敗，只是個人在與環境應付時或是策略不當，或是態度欠佳，或是努力不夠，或是機運不對而已。因此，當挫折時，應冷靜下來，重新評估自己、分析自己；盡量把自己的櫥窗開大，調整自己好使自己更看清楚以便站穩腳步重新起跑。

三、自我超越

個人面對問題時，除了上述心態的調整外，最重要的還是要能自我超越，在認知觀念上自我超越，在實際行動上自我超越。有部得過奧斯卡金像獎的影片「飛越杜鵑窩」，劇情以精神醫院的病人和醫療為主題。主角之一的「酋長」是一位在現實生活中失敗而逃避現實退居到醫院裏的