

促進學校和學生福祉之探討

陳桂蘭

新北市中湖國小校長

臺北市立大學教育系博士候選人

一、前言

代表個人對生活的滿意程度的人民幸福指數，是現代國家的競爭力，更指引國家政策和學校的發展方向。因此，促進學生身心健康是奠基國家未來競爭力的重要教育工程，面對新世代學生問題，根據 Roffey (2015) 研究表示為幫助學校及學生，學校變革採取生態和樂觀的觀點，建立良好實踐的團隊，對於學生福祉的增進有顯著影響。

學生是學校教育的主體，英國大約每 10 個 5 至 16 歲的學生，就有一個被診斷心理健康困難 (Green, McGinnity, Meltzer, Ford & Goodman, 2004)。我國近年來的父母高離婚率，造成兒童心理適應及學習等問題，2021 年親子天下兒少心理安全感調查結果顯示：近半數兒童缺少自信、害怕失敗、自我評價及耐挫力低、網路問題和情緒困擾增加等問題，另兒福聯盟分析 2021 年少年專線 1,673 通青少年來電，其中 25.9% 有緊張、易怒、憂鬱、焦慮等情緒困擾，以及 9.9% 有精神、心理疾病比率明顯增加，青少年因課業、被同學排擠、人際等問題未被理解，導致心理問題不斷惡化 (親子天下雜誌，2021；聯合新聞網，2022)。

在學校中，我們可以採取哪些教育作為來幫助學生，成為「孩子生命中的貴人」，仍是教育的重要目標與價值，透過與學生重要他人的攜手合作，包括學生的家人、鄰居、朋友以學校中的師長等，特別是學校領導人，更是影響老師、學生和學校的關鍵人物，希冀透過本文探討，提供學校領導人、師長及教育工作者促進學生福祉的途徑與建議。

二、學校學生的福祉

西方心理學家認為「福祉」(well-being) 指幸福感、美德、幸福指數、對政府的信任和個人生活滿意度等 (Roffey, 2015)，我國國語辭典簡編本釋意為「幸福、福利」(國家教育研究院，2021)。「幸福」則包含能力、參與度、意義、樂觀、積極、復原力、自尊和活力等特徵 (Huppert & So, 2011)。

研究提出增進學校學生福祉，可以提升學生精神健康和復原力、促進親社會行為、學生參與學習和提高學術成果，不僅利於個人，也利於其所在的社區 (Roffey, 2015)。

綜上，個人認為學校學生的福祉主要係以「確保教育環境能促進學生良好的身、心健康」為核心，包括學生的最佳發展、最佳和長期的利益、學得更好、提升學習動機、提高應變能力和復原力等。

三、促進學校學生福祉的可行途徑

學生幸福感是指過上幸福和充實的生活所需的心理、認知、物質、社會和身體功能和能力（OECD, 2017），鑑於前述學生家庭、課業、情緒、人際及心理等問題日趨嚴重，個人認為對於促進學校學生福祉，需從支持學生全人發展的基礎學習、環境與輔導層面，進而促進潛能開發，適性揚才的積極心理層面著手，成為增進學校和學生福祉的貴人，本文提出在校園中，營造促進學生良好心智健康的教育環境，益於學生身體、心智、能力學習與發展福祉的可行途徑如下。

（一）提供讓學生成功學習經驗的課程與教學

成功的學習經驗有助於學生形成正向的自我概念，學校教育人員健全課程規劃、適性有效教學和多元社團活動，可以提供學生全人發展成功的學習經驗，故學校工作的核心是讓所有學生都投入參與學習，提高學術成果、增加親社會行為和擁有更好的心理健康和彈性。

新十二年國教素養導向的學習，強調每個學生都能在生活中經驗知識、技能及情意（情感）三方面的學習與成長，透過公開授課、教師專業發展等政策，實踐學校的公共使命及責任在於「不放棄任何人，保障每個孩子的學習權利，提高其學習品質，並透過同時追求品質與平等，為形塑民主主義的社會做準備。」（黃郁倫譯，2013）將教育的重點重新聚焦在支持學生學得更好上，讓學生重拾對學習的興趣與自信。

（二）營造促進身心健康的友善美感校園

人類學上「文化」的意義是「一種共享的生活方式」。學校文化是成長事物的媒介，是學生的思想、學校的組織方式、教學內容、規範類型及在成人和學生間培養的關係和經歷，不斷形塑影響著學生（Eisner, 2002）。

人的整個生命過程中，環境影響個人生活，特別是在青春期中，大腦的結構因突觸不斷修剪，影響青少年可能思考不熟練，經常因情緒衝動作決定。許多研究證明，「環境影響個人」，整個學校的做法對學生的福祉不僅加強心理健康和韌性，也促進親社會行為、學生參與和學術學習。為培養學生健康的的身體與心智健全成長，友善校園則扮演關鍵的決定角色。

在校園中，規劃學生能參與學校制定有關學生行為的決定，藉由推動健康促進的課程與活動、形成友善的學校制度與文化、建置永續、美感、智慧、友善的校園環境、防止弱勢群體問題的擴展、拔尖扶弱的積極性適性教育方案等，以促進學生身心靈的健全發展。

1. 推動正向教育

正向心理學的研究發現人具有遺傳傾向，但環境決定「基因表現」的程度（Roffey, 2015）。因此，在校園中實施正向教育，藉由社會心理因素的正向「介入」，帶給全體教師和學生正面的真實聲音，透過耳濡目染以形塑學生的正向人格，培養積極向上的人生觀，涵育自信快樂、發揮活力、活出意義的幸福學子。

2. 重視藝術美感的安全環境營造

教育是學習建構自己的經驗、學習如何創造自己的歷程，通過師生參與學校美感藝術的視角、感受新事物、運用其想像力思維方式的經驗，進行自我重建，營造美感永續的安全校園，從教育角度看這個轉型重建的過程，需要提供學生參與校園生活環境營造中「機會、榜樣和鼓勵」的學習經驗，培養學生學會看到構成視野的特質（Eisner, 2002），進而厚植創新進步的藝術涵養與美感素養，成就每個學子經營美的人生。

(三) 整合教育資源，與時俱進，健全學生輔導體制與網絡

校園中，有許多學生都在努力學習如何看待自己和周圍的世界，為了促進其積極情感，感覺平靜、聽到支持的聲音，提高學生創造力和解決問題的能力（Roffey, 2015），尚須提升學校輔導工作效能，以支持並促進學生的身心發展。

1. 採取生態和樂觀的觀點，健全教育輔導團隊與協作

「教育即生活」，學生的學習成長主要在生活中進行，從生態觀點建構安全輔導網絡，整合各界資源，重視學校輔導工作與學生個人、家庭、學校及社區，支持各項教育輔導方案推動，連結教育、醫療、社政、警政及教育心理學家、專業輔導人力進行跨域合作，在校園中，透過校安、兒少保護、護生安全網、三級輔導、特教資源等網絡，提升校際策略結盟與輔導專業交流，作為學校引導和支持學生身心健康成長的堅強後盾。

2. 全面積極的介入，促進學生人際關係和復原力

復原力是指提升學生面對困境、挫折與挑戰時，成長恢復的能力，包括：對事情抱著希望的積極人生态度、幽默感、想要和外界接觸連結的親社會行為、遇

事不順利也不放棄的堅持、自信和自尊、意願和談論問題的能力、適當的性別定義、積極主動解決問題的智慧等，在校園中提高學生復原力的三大策略為「有人關心、高期望和歸屬感」。

(1) 有人關心

最強的復原力因素是「在生活中，至少有一個人認為你是特殊的並關心你」包括父母、祖父母、兄弟姐妹、叔叔阿姨等，其中以「老師」，經常發揮重要他人的角色，特別是能以尊重的關係模式，致力於尋求學生的優勢能力。

(2) 高期望

除了有好的師生關係品質，關鍵是老師要有不放棄學生的決心。同時，學校需要高度傳達年輕人可以實現期望，而且會幫助和支持學生實現自己潛力的訊息（Hattie, 2009；Sarra, 2014），傳達學校對學生的期望和關注，可以指引學生努力的方向和動力。

(3) 歸屬感

個人被所屬的社會群體接受，是一個基本的心理需要。2004年 Catalano 認為與學校連結，首先是情感的支持，其次是承諾讓學生認為自己做得很好。

當學校師長相信、關心學生及其學習時，學生感到和學校連結而產生歸屬感時，將更容易成功。

3. 支持教師專業成長，提升學校師生福祉

(1) 引進專業資源，建立教師支持系統

教師福祉與學生的福祉及學習成果至關重要，教師需要學校領導者關心、支持老師成為鼓舞人心、積極正向的教育者，才能具備反應學生、社會和情感需求的能力（Roffey, 2015）。

學校可以透過邀請教育心理學家、心理師、諮商師及社工提供正向教師增能課程，支持協助教師專業對話、分享與交流，減少工作壓力，進而提升教師幸福感及輔導專業知能。

(2) 跨域協作，促進學校學生福祉

在成就學生福祉上，經由輔導網絡、教育心理學家等和各層級對話、協力，並提供在職培訓支持教師精進輔導知能，透過跨域專業協作平台與網絡的建立、新進研究成果的有效策略運用，發揮事半功倍的輔導成效，以提升促進學生正面情緒的學習效益和建置協作機制與環境的貢獻。

四、結語與建議

在目前「知識經濟」的潮流中，許多教育政策遇到學生「成績」即讓家長與學校陷入搖擺與混亂，本文以促進學生福祉為學校教育工作之核心，具體從學校課程教學、校園環境、輔導工作及教育心理學的經驗與專業角度分析探討，提出三項具體增進學生福祉的途徑，希望作為教育行政機關及學校提升學生福祉，促進學生身心健康之參考，並提醒學校教育人員除了厚植學生學力，同時需多關注提升學生的幸福感，積極與家長、社政、社區、心理諮商師、醫師等跨領域合作，發揮提升學校與學生福祉的主動積極角色與功能，共同促進學生學習與成長，達成學校重要的教育目標。

「孩子的品格、態度、價值觀、情緒習慣、人際溝通、主動學習、好奇試探和思考求證等原形，都從身教典範中習得」包括師長、所接觸的保姆、家人、同學和夥伴等都是提供學生身教的教材（鄭石岩，2007）。有快樂的老師才能教出快樂的學生，好的教育，最重要的是需要一個體貼、關懷，而且願意為學生的生命全心奉獻的老師（引自劉小青譯，2001），可見教師積極投入教育工作，是提升學生福祉的不二法門。本文對於教育工作人員的期待提出二點建議及省思：

1. 鼓勵學校教育工作人員成為學生生命中的貴人

高期望與人性的關懷，支持學生向上向善。體貼學生真正的需求，從鼓勵肯定教師、教育人員成為孩子生命中的貴人開始，進而利己、利人、利社會的加成價值，彰顯教師的崇高教育價值。

2. 發揮學校領導者的影響力，以提升學生福祉

學校領導人能以學校和學生福祉為前提，整合學校資源，充實人力及社會資本，支持嘉惠學生的教學、政策和實踐方案，提升師生身心健康發展、心智成熟、學習成就和專業發展，提升學校教育品質與成效，促進學生福祉。

「在學生的需要上看見我們的責任、不放棄任何學生、帶起每個學生，共學共好」等經典教育名言，提醒我們身教、言教、境教、制教對促進學生福祉的重要性；學校領導者更需自我期許，攜手學校教育團隊，提供適性揚才的優質教育，營造安全友善美感智慧的校園環境、形塑溫馨正向的校園文化，成為創造學校學生福祉的貴人。

參考文獻

- 國家教育研究院（2021）。「福祉」。取自<https://dict.concised.moe.edu.tw/dict>

View.jsp?ID=6430

- 張益勤（2021）。兒少心理安全感萬人調查：孩子耐挫力、自我評價愈「滑」愈低落。《親子天下雜誌》，118。取自<https://www.parenting.com.tw/article/5089479>
- 黃郁倫譯（2013）。《學習共同體-構想與實踐》（佐藤學原著）。臺北市：天下雜誌。
- 鄭石岩（2007）。《身教：涓涓身教，善盡親職》。臺北市：遠流。
- 劉小青譯（2001）。《助人工作者自助手冊：活力充沛的祕訣》（Thomas Skovholt 原著）。臺北市：張老師。
- 聯合新聞網（2022）。洪欣慈：青少年求助來電 精神、心理疾病比率增。取自<https://udn.com/news/story/7266/6133188>
- Eisner, E. W. (2002). *The role of the arts in transforming consciousness*. The Arts and the Creation of Mind. New Haven & London: Yale University Press.
- Green, H., McGinnity, A., Meltzer, H., Ford, T. & Goodman, R. (2004). *Mental health of children and young people in Great Britain*. Office for National Statistics. Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Hattie, J. (2009). *Visible learning: A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement*. London: Routledge.
- Huppert, F. A., & So, T. (2011). Flourishing Across Europe: Application of a New Conceptual Framework for Defining Well-Being. *Soc Indic Res*. 2013; 110(3), 837-861. Published online 2011 Dec 15. Retrieved from <https://doi: 10.1007/s11205-011-9966-7>
- OECD (2017). *PISA 2015 Results (Volume III): Students' Well-Being*, PISA, OECD Publishing, Paris. Retrieved from <https://dx.doi.org/10.1787/9789264273856-en>。
- Roffey, S. (2015). Becoming an agent of change for school and student well-being. *Educational & Child Psychology*, 32(1), 21-30.
- Sarra, C. (2014). *Which is more important for our kids-making them stronger or smarter?* Retrieved from <https://chrissarra.wordpress.com>