

強化教師韌性：後疫情時代國民中小學教師 因應策略之分析

張文權

國立東華大學師資培育中心助理教授

一、前言

回顧近十年國內教育發展的影響因素，因為疫情所造成的衝擊，不只是在社會運作層面，就學校發展的各個環節，也帶來前所未有的影響，其中攸關親師生的共同議題，就在於線上教學、居家學習以及自主學習等面向，此無疑已經翻轉了傳統對於學校教育的思維。無獨有偶，近年在國際之間，也提出了 VUCA 概念，意即 volatility（易變性）、uncertainty（不確定性）、complexity（複雜性）、ambiguity（模糊性）的縮寫，這一些皆是代表未來多變的社會發展趨向（McNulty, 2020）。

依上可知，在學校本身就具備促進社會發展之重要使命的背景，身處後疫情的時代，學校更需要思考因應之道，方能妥善面對未知的下一波衝擊。同時，教師屬於學校教育優質發展的核心角色，包括課程教學、行政管理、輔導管教、親師互動等方面，都是仰賴教師發揮專業之處，Fullan 與 Hargreaves（2013）就強調，教育的革新與實踐，都應該關注教師發展的觀點。

因此，本文探究於後疫情時代，中小學教師所應該採取的因應策略為焦點，進而綜合研究者參與中小學教師社群的觀察，以及訪談大學教師、中小學教師的經驗，提出後疫情時代可能對教師產生的影響與採取的因應策略，期望可以列為將來教師面對類似疫情等災害影響之參考，同時也進一步提出教師融合韌性思維的探究價值。

二、後疫情時代對國民中小學教師產生的影響

（一）學生的身心壓力與學習落差

學生受到疫情影響，短時間需要轉換為線上的學習方式，在缺少師生以及同儕互動的狀況，學生在線上學習的專注程度容易受到影響，如同李駱遜（2021）指出，陽春的遠距教學拉不住學生的專注力，而線上教學也會讓學生產生身心壓力，並忽略特殊學生的需求。另一方面，每一位學生的家庭資源不盡相同，也間接極易形成線上學習之後，學生基本學力的落差。可見，教師需要考量學生專注力下降以及相關的身心影響，並思考可行的因應之道。

（二）班級經營的互動性有所差異

教師的班級經營是學生在學校除了上課學習之外，重要的學習情境之一，舉凡教室環境的正向影響、師生互動的輔導管教與學生作息的自主規律等，都是重要的學習價值，但單就依賴線上所能提供的學習資源，顯然無法有效補足班級經營所能提供的教育價值。

（三）教師教學的複雜度顯然增加

在教師自己缺乏線上學習經驗，以及較少師資培育養成背景的影響下，面對線上教學所帶來的學生專注、合作學習等諸多問題，教師自然需要額外花費心思準備課程，例如學生面對文字的理解、反芻、聯想力與表達力，都可能在疫情之後更為弱化。

三、後疫情時代國民中小學教師的因應策略

（一）教師堅持與轉化的正向信念

教育的信念是關係到教師對自我工作的看法，更是影響教學效能的重要因素，所以探究信念應屬理解教師面對後疫情時代的基礎概念，在教學模式劇變的狀況下，教師的壓力勢不可免。相對來說，堅持教育的初衷以及轉化自我與師生互動的態度，是教師應該秉持的正向思維。

循此，不管是否面對疫情的影響，教師如何依照專業的知能，促進學生全方面的學習，應該是持續堅持的教育理念，而在遭遇疫情所產生師生之間劇烈的衝擊，教師也應體認將「不斷」提升自我內涵的期許，具體轉化為「主動」提升專業內涵，例如熟悉新世代的詞彙以及思考邏輯，以貼近學生的語言進行溝通等。換句話說，教學之道，唯愛與榜樣，教師應有此信念並始終不變，但手法也要與時俱進。

（二）教師彈性化的課程準備方向

疫情下所帶來的數位化影響，不只是存在於學生的學習，也為教師的課程準備帶來不同的概念，就課程的內容上，教師需要理解如何運用適切的數位工具輔助學習，或者是善加運用多元的媒體資源融入課程，另以課程準備的方式，教師可以善用多元的人力及物力資源，人力資源包括校內外的同儕專業共備，彼此請益對話，物力資源則包含各種教學資源網站等。

事實上，經過疫情的時代，許多老師更願意分享手上的資源，目前教師多已形成線上分享資源的氛圍，例如學思達教學網、MAPS 教學推廣網站等等，其他許多網站內的講義資源也相當豐富，而教育部也推出「CIRN 國民中小學課程與教學資源整合平臺」，鼓勵老師整合與運用教學資源，只要懂得以關鍵字並善用管道，都可以找到值得參考的資料。另外，再以本土語課程備課的內容來說，即可多使用影片教導查詢辭典，並以生活化的詞彙，協助學生認識課程主要概念。

(三) 教師數位化的教學實施內涵

就疫情下的教學因應之道，應該同步思考教師教學的工具運用，以及學生自主學習能力的培養。然而，在運用教學工具時，應理解其融合的本質在於促進學生學習，而不是呈現教師實施教學工具的多元性，另就教師以數位化融合教學的過程，也需要重視學生自主學習的能力，原則上，教師面對個體差異及各種困境，培養學生的自主學習，屬於協助學生獲得成長的途徑（Darling-Hammond et al., 2019）。

舉例來說，教師在進行性平教育議題融入教學時，為了立即理解學生的性平意識差異，可以善用平板讓學生回應，以顏色呈現理解學生的概況，教師予以回應並引導學生思考，另外為了維持學生的學習動機，也可以善用 Kahoot 快問快答、Slido 即時回應等工具特性，融入教學評量。再者，亦可運用自主學習的四學（自學、共學、互學、導學），或者 GROR 模式（教師示範、師生共學、學生自學）等途徑，培養學生自主學習的能力，相信亦有助於提升學生的專注力。

(四) 教師敏捷式的班級經營思維

班級經營是學生學習的重要媒介，教師身處疫情時代，學生往往習慣網路的用詞，而家長也習慣運用不同的數位溝通管道，以正面角度觀察固然有其即時溝通的優點，相對也容易產生教師在親師溝通的負擔，以及學生負面文化的影響。此時，教師如果參考適應環境變化、勇於創新改變、良好人際互動、持續自主學習等敏捷領導的概念（吳清山，2022），積極建立溝通的工具、機制及優先順序，以及培養彼此包容的關係、學生自主管理的習慣等敏捷式的思維，值得思考運用。

就學校現場，班級的活動可以善用 Google 表單及填報，簡化紙本使用與時間，並確立親師在 Line 群組的互動公約。同時，面對網路的多化性，教師對於學生不佳的口語禮貌，除了更多包容，也應該立即回饋，以建立學生正確的價值觀。再以班會課程為例，過去由老師主導的班會，也可以藉由 Padlet 提前規劃班會流程，將幹部布達的事項，提前寫進 Padlet 當中，並引導學生先透過 Padlet 了解內容，有效提問，進而提升班會效率與學生自主管理的能力。

（五）教師系統性的學生輔導模式

學生在疫情之後，一方面大量增加網路使用的時間與場域，另一方面也拉大了實際師長互動的距離，然而就中小學的未成年學生，師長們的關懷與陪伴，其重要性不言可喻。因此，關心學生使用網路而產生的性別平等教育、個人資訊保護、各種霸凌，以及身心調適等問題，教師都需要整合系統性的資源，給予學生即時的協助。洪雅鳳（2024）也指出，線上晤談的經驗，會讓當事人在轉換歷程普遍經歷弱化的情感連結。

依此可見，教師應該在平日的互動，留意學生的情緒問題，除了個別晤談輔導，也要視學生狀況，與家長聯繫共商對策。此外，教師要保持時事的敏銳度，適度將新聞融合為課堂的討論素材，舉凡以新北的割喉案，思考正義與保護自己的分寸；由深偽的變臉案，反思私密照及個人照的自我保護議題。尚值得一提的是，教師也需理解如何善用系統性的校園三級輔導制度，建立學生的自我保護意識，以因應多變的網路世代。

四、結語

綜觀上述，在後疫情的國民中小學場域，教師就自我信念、課程準備、教學實施、班級經營，以及學生輔導各面向，皆有其負面的影響，然而教師不僅需保持即有的教育專業作為，也需要視學校內外環境，予以適切的轉化，這一種在面對困境，教師還需要展現出新的正向行為，此無疑與韌性（resilience）的概念不謀而合。

所謂韌性就是一種在壓力與變化中恢復的思維（Luthans & Youssef, 2007），就 VUCA 時代或者在疫情影響的環境，韌性已經被視為應對逆境的有效方式（Sanchez, 2020）。由此可知，經由強化教師韌性在學校各個環節的實踐，不只是有助於緩解疫情對學校的影響，更是做為因應未來新一波衝擊的重要解方。此外，透過教師韌性思維的深化，亦可列為推動學校永續性發展及教師永續專業學習的根基。

參考文獻

- 吳清山（2022）。敏捷領導。《教育研究月刊》，334，158-159。
- 李駱遜（2021）。線上教學面臨的挑戰與展望。《國家教育研究院電子報》，213。
取自 https://epaper.naer.edu.tw/upfiles/edm_213_3696_pdf_0.pdf

- 洪雅鳳（2024）。因應 COVID-19 從實體諮商轉換為視訊晤談的經驗探究：當事人的視角。《中華輔導與諮商學報》，70，75-112。
- Darling-Hammond, L., Flook, L., Cook-Harvey, C., Barron, B., & Osher, D. (2019). Implications for educational practice of the science of learning and development. *Applied Developmental Science*, 24(2), 97-140.
- Fullan, M., & Hargreaves, A. (2013). Teacher development and educational change. In M. Fullan & A. Hargreaves (Eds.), *Teacher development and educational change* (pp. 1-9). Routledge.
- Luthans, F., & Youssef, C. M. (2007). Emerging positive organizational behavior. *Journal of Management*, 33(3), 321-349.
- McNulty, R. J. (2020). Operating in a VUCA World. *School Administrator*, 77(7), 18-23.
- Sanchez, A. V. (2020). Resilient leadership relevant to a changing society. *Foro Educacional*, 34, 77-103.

