

淺談使用正向型牌卡提升國小高年級學童品格優勢

楊棋岷

新北市板橋區埔墘國民小學教師

國立臺北教育大學生命教育碩士在職專班研究生

一、前言

擔任國小教師十多年，在這十多年的教職工作中，擔任過許多職務，無論在哪一個職位都有其成就感以及辛苦的地方，從一開始的偏遠小校到都會區大校、從科任行政到導師，經歷過所有的職務中，發覺對孩子對影響力最大的，莫過於每天與孩子一起相處時間最長的導師，尤其是高年級導師，現在的孩子因為少子化，每個都是心肝寶貝，處理孩子個別以及與同學的問題最為棘手，麻煩的不是只有孩子之間的衝突，有時還會延伸到家長的不同的教育觀，再加上網路資訊流通迅速，網紅素人的爆紅，孩子們行為受到外面社會的影響較以前為多，到了高年級，越來越有自己的想法及主見，正確的價值觀不是用教的就能接受，必須不斷溝通提醒，擔任高年級導師的經驗中，最容易的是傳授課業上的知識，最難的是學生價值觀的導正及讓學生認識自己的品格優勢，並協助其發展自己的優勢或是補足缺乏的部分，教學上往往需要輔助的工具來協助，才能事半功倍，筆者偶然在社群平台上搜尋到「正向小卡」，發現其設計理念跟品格優勢理論多有符合，雖然小卡沒有特別將品格分類，但是正向的話語能夠發人省思並給予提醒，於是有了融入品格優勢教育的發想。

二、品格優勢的內涵

品格優勢是以正向心理學為理論基礎，分為六大類 24 項，為正向心理學家賽利格曼與彼得森致力於「人類優勢」(human strengths) 的研究，統整世界三千多年各種不同文化傳統的主要核心價值，歸納下面六種美德：「智慧與知識」、「勇氣」、「人道與愛」、「正義」、「節制修養」和「心靈的超越」，每一個美德之下找出可以測量達到這些美德的方法，而這些方法即是 24 項品格優勢 (Peterson & Seligman, 2004)。本研究的品格優勢是研究對象在賽利格曼『真實的快樂』一書中，所提供的公開免費的品格優勢問卷兒童版本中得分的情形。

洪蘭 (2009) 提到賽利格曼指出「真正的幸福/快樂 (authentic happiness) 來自於辨識及培養最根本的長處 (strength)，每天在工作、愛、遊戲與養育孩子之中使用它們」。而品格優勢，賽利格曼視之為展現美德的具體途徑。而楊芸珍 (2019) 認為品格優勢的內涵包括，正向且有個別性的特質，每個人擁有不同程度的品格優勢，可以展現在思考、感情與行動上，能被某種程度測量，且是複數，會受到周遭環境與外在因素的影響。

三、正向型牌卡如何提升品格優勢

近年來牌卡應用於教學活動上日漸盛行，牌卡種類多元，粗略分類可分為四個類型：投射型、占卜型、澄清型及正向型（白雅方，2014），以正向型牌卡作為教學媒材，透過卡片中療癒的圖片和正向的話語能夠增加心理的能量，有利於班級經營的教學使用，藉由牌卡，鼓勵學生說出自己想法，以利價值的澄清，觀念的溝通。選擇由網路插畫家楊勝智先生及其團隊所繪製的「正向小卡」融入品格優勢課程設計內容，透過卡片中的主角-傻笑鱷魚，其可愛的模樣吸引學童目光，以及正向鼓勵的話語，讓孩子能瞭解自己的品格優勢並透過主題活動，學習如何了解正確的品格並知道如何增進自己的品格優勢。經過三個月的正向型牌卡融入品格優勢教學，學生在品格優勢問卷兒童版本中得分的情形有顯著的增加，整體分數較前測進步，「人道與愛」自評總分與平均分數最高，在「人道與愛」、「正義」和「節制與修養」自評分數進步最多。

四、結語

綜觀目前國內在國小階段最普遍常見的解決學生品格問題，大部分都是等到問題發生再來解決問題，除了綜合活動的課程及學校推行品格教育之外，在個別的班級中，很少有完整的品格課程，因此學生的品格問題發生後大多治標不能治本。透過正向型牌卡融入品格優勢教學，能發現正向型牌卡的多元使用，不只能在班級經營上，更能用在品格或是反思的課程中，在教學過程中，能感受到學生品格的進步以及思考及表達能力的加深，若學校班級導師能透過理論規畫相關品格課程，並實際應用在教學上，讓學生知道自己的品格優勢在哪，除了可以讓孩子更認識自己之外，並能透過學習練習，讓自己的品格提升，從國小開始有自我認同並鼓勵其自我發展良好的品格，希冀能減少學生的品格問題，培養高尚的人格特質。

參考文獻

- 洪蘭（譯）（2009）。**真實的快樂（二版）**（原著：Martin.E.P Seligman）。臺北市：遠流。（原著出版年：2003）
- 楊芸珍（2019）。**四年級學童覺察自我品格優勢的個案研究**（未出版之碩士論文）。國立臺北教育大學，臺北市。
- 白雅方（2014）。**中學輔導人員牌卡應用現況及其與創造力之相關**（未出版之碩士論文）。國立彰化師範大學，彰化市。

- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford, UK: Oxford University Press.

