

如何改善生活技能課程及全方位輔導計劃：理念與策略*

密蘇里州立大學 哥倫比亞校區 (University of Missouri-Columbia)

諾爾曼·C·艾斯柏教授 (Professor Norman C. Gysbers)

*以下文章摘譯自艾斯柏教授於二零零二年五月二十日在由香港大學教育學院主辦，香港特別行政區政府教育署協辦的「生活技能發展與全方位輔導計劃」專題研討會所發表的演說。

謝謝主持。我很高興今天能夠出席這個大型研討會，藉此感謝籌辦這個研討會的各個單位。我今天所談論的題目不但對香港，甚至美國及全世界都很重要。我很榮幸能在此與你們分享這個我畢生探索的題目的一些經驗。

首先，我要問問你們：年輕人為什麼那麼需要擁有生活技能？回答之前，我們必須停下來想想今天年輕人身邊發生什麼。我不必來到香港才跟你們說，其實大家都知道年輕人在這個瞬息萬變的世界裡正不斷成長與發展。你們可以清楚看到我們工作的地方和整個世界變化的速度是這麼快 --- 全球化正影響著我們每一個人。現在就待我拿我和我家人這個例子引證一下我剛才所說的話。我爸爸在 1882 年出生，而我則在 1932 年呱呱落地。自我爸爸出生 120 年以來，世界不斷發生遽變；你可以想像在我人生裡面，我看到有關工業、工作、社會，甚至是人生價值觀方面的變化是可以更加大的了。試想想科技的影響：今天早上，我走到柏立基書院的圖書館翻閱寄送我家的電郵。其實我真的從來沒想到有這樣的科技的。另一個科技發展的代表作是流動電話。有人跟我說每一個香港人有兩個流動電話，是真的嗎？雖然我們身處世界每一個角落，但是我們都利用不同的科技連繫在一起。相較二三十年前，這是絕對不可能的。種種急遽的變化都在影響每一個年輕人。對他們來說，這些轉變皆是莫大挑戰。這些轉變不是抽象的，而是每天伴隨著我們的。

世界不斷變化，令年輕人更難認清他們在社會上的位置與身份。其中挑戰是益發嚴重的社會與學校暴力問題，包括欺凌、濫用有害物品、性問題、朋輩壓力等。年輕人愈長大，便愈會問“究竟我是誰？”、“我該往哪兒走？”、“我跟著要做什麼？”。我記

得我唸書的時候，嚼口香糖是要受處分的。現在我會想，跟我們今天面對的學生問題，這不過是皮毛而已。說真的，今天的年輕人面對的挑戰是艱巨而真實的。

因為這種種變化，世界每一個國家都忙著重新評估各自的教育制度。在美國，我們提出了“教育改革”，嘗試改變我們的教育制度。美國人所著眼的是“學術成就”，即協助學生在學術方面取得成功，因此，我們特地擬設一個測驗，測試學生是否有知識和技能在學術界取得名聲。不幸的是，鑑於這樣的著眼點，一些課程根本沒有預留空間向學生教授生活技能，因而逐漸減少學生接觸該技能的機會。可是，倘若你們細心留意我們現今一代年輕人所面對的挑戰，便可以清楚看到我們需要把教授生活技能的課程列入我們的教育制度內。而我亦藉此說明，除了學術成績，年輕人所需學習的是更多的知識和技能。

最近，在美國，國家學院出版社出版了一本刊物，名為《提倡青少年發展的社區計劃》(Eccles & Goatman, 2001)。書中記錄作者認為可以培育學生正面發展的個人和社交資產。第一項個人資產是保持健康體魄的習慣和保持健康的風險管理的技能。第二項是智能發展，而重點尤其在於我們今天正正討論的生活技能、重要的職業技能知識、在校取得成功的技巧、理性化的思想習慣（包括理性分析和考究等），以及有關另外一種文化的深入知識等。而該資產主要關於良好的判斷技能和探索不同文化所需的技能知識。另外一項資產是有關社交發展的，包括連繫性（與父母、朋輩和其他較年長的人維繫良好的、互相信任的關係），以及對建立社交層面的機構（包括學校、教堂和其他非學校青少年計劃）的融入感。最後一項資產是關於心理和情感發展的，所涵蓋的包括精神健康、自我管控情感技能、事情處理技能和良好的化解衝突技能。

因為發展上述所有資產有助學生在體能、個人和社交、學術以至事業方面的發展，所以理論上擁有上述資產的個體或學生是全面的。而集合各方面的發展之後，生活技能的整體概念就會成形，這可讓我們了解如何協助全體學生發展全方位技能，使他們開始認識在其居住和工作的社會中，找尋自我、方向、焦點和目標是何等重要。

究竟怎樣把全方位學生的發展徹頭徹尾融入我們的教育制度內？要達到這個目的，我認為需要透過推行全方位學校輔導計劃達到全校參與輔導。全校參與輔導的理想是香港學校制度的一個重點，相信你們對此都不會陌生。

在美國，我們常常提及生活技能和與年輕人一起工作。其實我們所談的就是全校參與輔導。然而，我們發覺根本沒有一個制度教授生活技能，沒有一種方法把全校輔導融入我們的教育制度內，使我們能夠真真正正直接把生活技能再授予學生。於此可清楚知道我們需要另一種方法組織學校的輔導工作。這需要全方位學校輔導計劃的整個概念發展，使學生得到他們用作達至目標和解決疑難的生活技能。

全方位學校輔導計劃的目標應該是甚麼？正當我開始著手研究，我有幸閱讀一份名為《中學學生輔導工作》(Guidance Work in Secondary Schools) (Education Department, 2001) 的文件。你們可能對這份文件也有相當的認識，但就讓我重提當中載列有關學校輔導工作的一些目標，待你們溫故知新。第一點是在學校創造一個愉快的學習環境。若你們用心想想，這正是學生其中一個取得學術成就的必要條件，因此固然是學校輔導工作的重點。第二點是協助學生更能認清自己的才能和優劣之處。這個目標的焦點放於讓學生學習認識自己和他們在現有工作上取得成功的方法。其他目標包括提高學生對感情的警覺性及發展他們處理情感問題的技巧；協助學生建立自信心和加強他們的自尊心；提倡理想的學習和交際態度；提議學生訂下人生大計和事業目標；及早發現問題並主動提供初步建議協助學生解決問題。當你們用心思量這些目標，並想到我剛才提及我們學生今天為面對挑戰而需要的知識和技能，你們便清楚知道這些目標和學生今天所需要的知識和技能的直接關係了。

那麼，一個全面推行而幫助學校達到上述目標的全方位學校輔導計劃會是甚麼樣子的呢？讓我向你們說說我在 30 年前推行的一個把輔導活動和服務有系統地連繫一起的全方位學校輔導計劃的概念吧。自六七十年代起，美國人愈來愈重視如何協助學生達到目標和解決疑難這些問題，因而成立了不同的計劃，聯同駐校輔導工作者、駐校心理學家、社工和護士等幫助學生。計劃實踐不久，便發現上述人等只各自做自己工作範疇的事而非共同合作幫助學生。這正反映有必要重組他們共事的關係，把他們工作

的焦點重新投放於學生及其家長身上。有鑑於此，全方位學校輔導計劃的概念 (Gysbers & Henderson, 2000) 就此誕生。

全方位學校輔導計劃包括三大要素：內容、組織架構和資源 (請參閱圖一)。內容部分指年輕人透過輔導而認知人生發展路上所需要的知識和技能。在現今的香港，你們正在發展環繞不同主題的生活技能，這就是計劃中所謂的內容。而組織架構則包含結構元素和計劃元素。結構元素指計劃的定義、原理和假設。例如，我們假設計劃是為全體學生提供活動和服務的。你們或許會問，為甚麼這個假設那麼重要？這是因為這個假設強調計劃是為全體學生而非為一小群有特別困難的人而設的。這點非常重要，因為有些人認為輔導是為有問題或困難的學生而設的。當然，輔導的作用對該等有困難的學生是顯著的，然而從培育的角度看，我們假設全體學生能夠及應該從學校提供的輔導活動和服務中獲益。計劃元素指我們需為全體中小學學生而提供不同輔導活動和服務的推行制度。輔導課程是其一，在今天的香港尤為重視，目的是有系統地讓學生接觸輔導課程。我特地用“有系統地”這個意義重大的副詞，是因為美國多年來為學生提供的輔導活動和服務都很零碎，有時我們向某小學提供某一項活動，向某中學則提供別的，總而言之是沒有系統的。我們急需的是在小學設立一個完善的知識技能庫，然後逐步在中學透過輔導活動和服務發揚光大。我們正正需要採用一個連綿不斷的方式為我們的學生提供他們所需的知識和技能。為了達到這個目標，各教學級別均需設有輔導課程，而且形式更不可只限於課堂，而應以全校之名推行。我們所辦的輔導課程應可讓各年齡、背景和教育程度的學生都可獲取他們所需的生活技能。

個人計劃乃第二個計劃元素。這點指協助學生細心思量和計劃他們往後在學業和事業兩方面的發展。個人計劃的活動建基於學生在輔導課程中發展的知識和技能，學生從而可以在家長的協助下計劃他們的未來路向，如上大學，投身社會工作等等。學生自己需結合對他們有用的資料及了解自己應走的方向；而輔導工作者和其他專業人士則協助學生和家長覆檢有關資料，以及與學生思考他們接著應走的方向。

輔導課程和個人計劃元素組成計劃的發展部份，有系統地向學生展示出來。於此，我們是假設所有在教育制度下成長的學生能夠從輔導課程和個人計劃活動中獲益。

第三個計劃元素是回應服務。有些學生是需要特別支援，有些學生心靈受創，活在痛苦邊緣，處於困難局面，他們需要駐校輔導工作者、駐校心理學家或社工等的援助，讓他們解決問題，渡過難關。回應服務的元素包括個別輔導、小組輔導、諮詢和轉介服務。美國大部份的學校都不重視長期輔導。如果需要長期的援助，我們會轉向社區團體尋求特別的專業支援。這讓我們與社區團體、精神健康組織和其他社區組織等建立緊密的關係。

上述三個元素就能直接為所有學生提供重要的發展性和回應性的服務。最後的一個元素為系統支援。這個元素指計劃的管理部份，以及專業發展性服務、社區關係和研發服務。委員會的工作同被納入這個元素當中。

在美國推行全方位學校輔導計劃的一個關鍵是時間，我指是駐校輔導工作者和其他專業人士需要推行此計劃的時間。在美國，我們有全職的駐校輔導工作者，因此我理解我們在向學生推行輔導工作方面會與你們不同。因為美國駐校輔導工作者全職工作，所以他們有必要思索分別花多少時間舉行活動和提供服務。他們可以憑計劃元素分配時間。我們的一貫方針是駐校輔導工作者利用百分之八十的時間直接為學生提供服務，包括輔導課程、個別學生計劃和回應服務等。

全方位學校輔導計劃的最後一個要素是使計劃運作的資源。這些資源包括使計劃運作的人物、支持他們的財政援助以及需要購置的合適工具。而最後不可不提的還有政策上的支持。

只要把內容、組織架構和資源三大要素組織一起，便得出一個完整的全方位學校輔導計劃。這是一個具備全方位組織架構，並能迅速回應學生需求的發展性計劃。對我而言，推行全方位學校輔導計劃正是把全校輔導付諸實踐的方法。在美國，我發覺 --- 至少在我曾經工作的學校內 --- 學校典型的架構組織未能騰出空間教授生活技能。因此，我們有必要利用全方位學校輔導計劃重整學校架構，使之能夠教授生活技能和提供有關整個全方位學校輔導計劃的活動和服務。

全方位學校輔導計劃體現校內專業人士的共同目標，就是讓他們透過全校輔導協助學生成長發展。所有工作均需要教師、家長、行政人員以及社區團體人員的通力合作。究竟有甚麼可以證明這個輔導方向有別於其他的呢？讓我以以下三項研究數據作解釋。第一項是來自美國猶他州的 (Nelson & Gardner, 1998)。研究人員於過去 12 年在公立學校內推行全方位學校輔導計劃，並於 90 年代末把較積極推行全方位學校輔導計劃的學校與不大積極推行該計劃的學校作詳細比較，結果發現較積極推行全方位學校輔導計劃的學校的學生認為他們在整體學術準備方面可以更充分，而在工作準備方面亦較優勝。那些學生在 ACT 學院入學試中考取更高的分數，他們亦選取了更多高級程度的數理和專業職訓課程，而較少學生形容該計劃“普通”。由此可見，推行全方位學校輔導計劃之後，學生的表現更佳。這一點絕不難明。當學生更認識自己，他們便有其目標和方向，那麼在校的表現自然更好。

第二項是來自一份有關密蘇里州 236 所中學約 23,000 名學生的研究 (Lapan, Gysbers, & Sun, 1997)。研究指出在全面推行輔導計劃的學校就讀的學生考取更佳的成績，而他們所學更多，並能為令他們有更好的裝備面對將來。更有趣的是，研究發現那些學校營造較正面的氣氛；而我們相信只有凝聚正面氣氛的學校，學生才會安於學校生活和更樂於學習。

第三項研究同樣來自密蘇里州的。那項研究(Lapan, Gysbers, & Petrosli, 2001)集中調查 184 所中學約 23,000 名中一級學生的學習成績。184 所中學約 4,800 名班主任教師認為其學校推行了較全面的輔導計劃，而最終那些就讀該等學校的中一級學生考取更佳的成績，並認為學校對他們有更高的價值，還表示他們與其老師建立了更良好的關係。他們聲稱更滿意所學的東西，並感到在校有一種更大的安全感。全方位學校輔導計劃的效能真是與別不同嗎？我相信答案是正面的 --- 計劃正正影響學生的生活。

刻下的問題是我們要怎樣做才可如上所述改變學生的生活？首先我們要相信全體學生需要接受全人發展。“全體”這個詞很重要：我們所指的是每一個學生，而不是一些學生。跟著，我們需要的是一個有辦事能力、有領導才能的行政部門。當然，一個全校為本的計劃講求各人的參與，並非一人可成事。“合作”正是我想沿用的詞語。

合作究竟是甚麼？第一，無人可找藉口逃避，則每個人均需參與。第二，合作可以是一團糟、令人喪氣的，卻是無比重要的。有時候，你會發現“人多手腳亂”，一個人做事會較容易；但如果我們要推行全校輔導，我們必須合作。第三，合作過程將會愈趨困難，即我們並不會那麼容易圓我們實踐全校輔導的美夢。可是，如果我們有志共同達成我們的理想目標，我們必須合作。最後一點，而我必須強調的是，合作是永不間斷的，即使合作可以是多糟、多令人喪氣，我們總離不開合作的時候。

讓我在此作一個總結：我們現在所做的旨在迎合年輕人的需求。很高興你們投入輔導工作，並撥出今天周日早上的時間出席這個研討會，我想我今天從你們身上體會到“專業”這個詞語的真諦。你們不但可從工作中學習更多，而年輕人和其家長也定能獲益良多。我謹此對你們為這教育重任所付出的努力深感銘謝。

多謝各位。

參考書目

Eccles, J. & Goatman, J.A. (Eds.) (2001). *Executive summary: Community programs to promote youth development*. Washington, DC: National Academy Press.

Education Department. (2001). *Guidance work in secondary schools*. Hong Kong: Author.

Gysbers, N.C., & Henderson, P. (2000). *Developing and managing your school guidance program*. Alexandria, VA: American Counseling Association.

Lapan, R.T., Gysbers, N.C., & Petroski, G.F. (2001). Helping seventh graders be save and successful: A statewide study of the impact of comprehensive guidance and counseling programs. *Journal of Counseling & Development, 79*, 320-330.

Lapan, R. T., Gysbers, N.C., & Sun, Y. (1997). The impact of more fully implemented guidance programs on the school experience of High school students: A statewide evaluation study. *Journal of Counseling & Development, 75*, 292-302.

Nelson, D.E., & Gardner, J.L. (1998). *An evaluation of the comprehensive guidance program in Utah public schools*. Salt lake City, UT: Utah State Office of Education.