

阿德勒理論應用在班級經營上的策略

陳錦瑄

學生的行為通常是有目的性，也許是在反應其生活的情境，透過努力地爭取及追求，達成所想要的心理滿足或目標。在阿德勒的理論中相信關係涉及的是平等的相互尊重，阿德勒學派所提及之概念，像是目的論、追求卓越、鼓勵、正向肯定、社群感等等，是可以運用於與學生相處之道。

老師常接觸到不服管教、說謊、偷竊、違反校規等偏差行為的學生，若能試著從學生的眼界看待生活，參與他們的世界，建立良好的關係，用正向的眼光對學生行為目的的了解與接納，才有進一步輔導學生表現適當行為的可能性，因此，建立平等尊重的關係是首要第一步。當師生關係建立夠穩固後，老師可透過談話，將焦點放在學生的背景脈絡，利用開放式問句與學生一起探討其內在動機，因為師生平等的關係，讓學生較不會產生自我防衛，最終能協助學生了解自己的行為目的，產生新的覺察，鼓勵學生了解與領悟。

通常學生大多看不到、也無法肯定自己的正向特質，因為自己不適當的行為大多受到禁止、責罵、與懲罰，所以鼓勵是輔導歷程的核心，老師要幫助學生看見自己的資源。阿德勒理論認為沮喪、喪失勇氣，是導致個人功能失常的基本因素，因此鼓勵乃是最好的良方。除了協助學生看見自己的正向能力外，學生也被鼓勵去挑戰現在的生活型態，進行改變。讓學生看見自己擁有的能力、發現自己的內在資源，建立自信並產生勇氣，當他們覺得自己不孤單、有歸屬感，或對生活產生了希望感，就能夠在日常生活中的行為表現有新的選擇產生。

例如，在班級上有偏差行為的學生往往是讓老師或學務處最頭痛的，他們不按牌理出牌、像似不定時炸彈地擾亂課堂秩序及違反學校規範。然而給予處罰，僅能夠暫時壓抑住學生的不當行為，但問題沒被解決，學生內在也沒有機會被探索。老師在處理時，應具備尊重、真誠、接納、溫暖及支持，並展現同理心及觀察力，讓學生感受到老師是關心自己，才能讓他們卸下防衛，真實地面對自我，以有效改善偏差行為。給學生鼓勵和肯定，學生有些許的進步，都不要吝惜予以掌聲；同時，不要過度保護、剝奪孩子的學習權力，老師只要扮演引導者、從旁協助，信任其有能力為自我負責，以正向的眼光看待學生表現出的行為問題，從脈絡理解學生，引導學生真正的「探索自己、了解自己」，透過陪伴給予肯

定及鼓勵，使學生感受到自己被全然接納，發現自己更多潛在的能力資源。學生在獲取正向的人際經驗後，能夠理解自己是擁有選擇權、能夠掌控自己的行為表現、並嘗試建構合宜的生活型態，並對自己負責。

綜合上述，從阿德勒理論在輔導學生行為的策略可以歸納以下步驟：

- 一、建立良好的師生平等尊重關係，應撇除成人主觀性的價值判斷，勿在第一時間以責備的口氣指責，而是以同理及真誠的態度，接納學生呈現出的問題行為，詢問學生的生活近況，從他們的眼光看待世界。
- 二、理解學生行為的目的，透過讓學生訴說自己，從中探索並引導學生看見自己行為的錯誤，不以「問題學生」、「壞學生」等標籤來阻擾學生的改變。
- 三、在求學階段、家庭之中，學生可能因習慣了被指責，甚至將成人的發怒及傷心錯誤理解成是被關注，將自己塑造成面對成人總是防衛的刺蝟，是學生行為偏差很常見的狀況。老師應深知學生想保護自己的需求，用更多的耐心與更柔軟的心關懷並接納學生所呈現出的抗拒。
- 四、協助學生自我洞察，透過正向問題的提問，引導學生對於自己的行為產生覺察，像是課堂上不斷與教師唱反調、衝突的學生，可以試著與該生討論，是否是希望被老師注意或關心、或是否希望能夠成為同學的開心果，帶領學生對於自己行為自我洞察。
- 五、鼓勵學生重新定向，具體的讓學生看見自己的正向特質及資源，讓學生理解自己能夠做出不同的選擇而創造不同的生活，協助學生滋長出勇氣，並鼓勵學生對於自己過去錯誤的目標及生活型態進行修正。
- 六、運用許多需要學生進行的「家庭作業」，學生被要求須要去完成，希望學生能夠學習自我負責，在改變開始的時候，也成為一個願意為自己行為負起責任的人。

學生的偏差行為常常都是讓老師或學務處最頭痛的，老師應時時提醒自己成為給孩子鼓勵和肯定的人，相信透過平等合作的師生關係，以鼓勵的方式給予學生勇氣，透過晤談的探索過程，引導學生看見並了解自己的行為模式、行為背後的目的，鼓勵學生將勇氣及這些「了解」做結合，相信學生的改變正在開始。