

正向思惟

23

新的世代，新的挑戰

我覺得要教他們感恩，以小小行動表示，對老師說聲「謝謝」，是做人最起碼的禮貌，事後我收到了很多感謝！

擔任教職這麼多年，有時會有「學生們好像一屆不如一屆」的感嘆。公立大學的學生素質一定有差距，身為老師，我們會順應學生的程度，提供最適合他們的課程及教導方式。

但或許是這幾年整體經濟環境真的不好，就讀私立學校的學生很多都需要打工來支付學費、生活費，晚上打工太累，白天到學校來上課就會打瞌睡，導致學習成效不佳，甚至逐年退步，很多老師都很生氣又失望，覺得自己如此辛苦認真教學，全都付諸流水。尤其將來這些學生畢業後是要照顧大

眾身體健康的，若技術、學術、學藝不精，誤人誤己，豈不令人心驚？

因因此我在每學期的一開始，都會明確告訴學生這個學期的學習目標，例如要學到什麼、期末要完成什麼等等，讓他們有心理準備，然後再帶領著他們一同在課堂中討論完成目標。如此一來，可減少學生因為課業困難而延誤，或跟不上進度的問題，讓他們知道只要把握上課時光，就可事半功倍，不要上課打瞌睡，導致下次交報告需花更多時間準備，反而事倍功半，造成本末倒置之錯誤結果。

維護學生自尊 讓他們學到正確觀念 同時也教學生感恩

平心而論，現在的夫妻生得少，多半就是一個、兩個，個個都是父母的寶貝，父母都以誇讚的方式在對待他們，很少說他們的不是，導致他們常常自以為是，也不懂得為他人著想，更別說壓力忍受度低了，故常有EQ處理調適不當等問題，如最近發生年輕人分手、情殺、外遇、小三等殺人案件皆因感情處理不當，也是EQ沒有好好處理，以致調適不當的結果。

我無論是在教自己的小孩，或者是教導學生，都秉持著「有錯誤就要馬

上指正」的原則。有一次我的小外孫女因為發脾氣，就往我身上打了一下，當下我也立刻抓起她的小手打了一下，並告訴她：「不可以打人。」別人說：「妳怎麼跟小孩子一般計較？」但我說：「對於她犯的錯，就是要當面教，讓她知道打人是錯的。不然如果以後她去打了別人，或打比她小的小孩，造成更大的傷害，怎麼辦？」以前當學生犯錯時，我也會當面說他們，不假辭色，因為我們自己在當學生時，被罵或甚至被打了，都覺得很自然，可逆來順受，且會向老師道歉，但現在的學生自尊心強、抗壓性也低，當面被責罵，他們會覺得「老師不給面子，當著那麼多人的面說我！」他們甚至在學生評鑑老師的評值表上表白或訴苦。所以我後來了解，現在的學生你可以說他們，但要非常有技巧，才不會傷到他們的自尊心。因為重點是要讓他們學到正確的觀念，而不是讓他們臉上無光。

現在的學生也不像以前那麼懂得感恩。像我目前教的課程是研究，這課程到了學期末要完成一篇研究文章，如果文章品質優良，學期末的時候就可以參加競賽，條件好的話則有機會被選為海報或個人口頭報告發表。有一年，我爲了鼓勵學生發表，就跟學生們說：「你們把電子檔給我，我來幫你

們改，並出錢讓你們去印海報參選。」這篇海報可以證明學生曾發表文章、甚至可能得獎，對於未來申請研究所或醫院評鑑上，都有很大的幫助。很少會有老師替學生的未來想這麼多，對學生這麼好，但後來全班竟然只有一位擔任小老師的學生，對我說了「謝謝」。

我不免會想，是不是老師做太多了，反而讓大家認為是理所當然？其實老師和父母都一樣，要的並不多，只要小孩一聲感謝，一張卡片，或貼心的在上課時間送上一杯水，就已經心滿意足。存著感恩之心，互動起來才會更美好。當然，事後我也把我的感受、想法告訴學生，因為我覺得要教他們感恩，以小小行動表示，對老師說聲「謝謝」，是做人最起碼的禮貌，事後我收到了很多感謝！我覺得學生是應該要教的。套句研究假設術語，「有教」與「沒教」在行為反應上是有顯著差異的。

追求成功的同時 擁有謙遜的心

有一年，我所教的一班學生快要畢業了，大家都興高采烈，但令我很感慨的是，學生們拿到成績之後，都自以為很了不起。因為現在的老師要接受

學生的評鑑，老師怕學生講他不好，所以有人會常常請學生吃東西，考試不敢出太難，功課不敢出太多，平時成績也都給得很好看，變成老師在討好學生。所以學生拿到九十五分，自以為很了不起，事實上他可能只有六十分的程度。

我因為比較資深，可以免受評鑑，所以我比較能以客觀的角度來打分數。我也明白，當學生在評鑑老師時，很多老師表現好的部分，學生不見得會寫，卻會很片面地寫一些老師對他們不好的部分，且可能是斷章取義。

像這樣「自我感覺良好」、「自我認知較高」的情況，其實是現在年輕人很普遍的現象，但我也不能就依此下定論說現在的學生程度較差、外強中乾，畢竟每個世代都有其優勢。這個世代的年輕人一方面渴望被肯定，另一方面卻容易自我膨脹，認為自己無所不能。我所能做的，是在授課期間，適時地給他們建議，讓他們在追求未來、追求成功之餘，能保有一顆謙遜的心。

至於什麼才叫成功？我覺得這是價值觀的問題。有的人認為成功就是要很有錢，或有權力、勢力，但其實成功有很多的面相。TVBS有個節目叫

做〈看板人物〉，裡頭總是會採訪傑出、成功的人物，多半是有錢有勢的。後來我觀察到，節目裡的受訪者有時是有名的企業家、連鎖餐廳的老闆，有時是某個領域非常出色的人，也可能是無錢無勢的。像有一次，受訪的主角是一個髮型設計達人，我很讚歎一個看似簡單的工作，也可以做得那麼出色、那麼專業，成為專家，這就是我所認為的成功。

真正成功的人，看起來都很美、很帥。我是學護理的，所以我常問學生：「你們覺得誰最美？」我自己的答案很多，例如「德瑞莎修女」。你看她滿臉、滿手的皺紋，可是愈看愈美，因為她無私、無我，行事低調，為別人奉獻卻從不認為自己偉大，謙沖、虛懷若谷，就是美的最高境界！當然，證嚴法師也是我認為最美的人之一！看板人物曾經訪問一位因意外而下肢癱瘓的醫師，如何努力藉現代機械科技站起來的故事。我覺得那位醫師無論是靠輪椅出門看診或努力站起來改進健康情況，使自己更正常化的奮鬥精神，讓我很感動！我覺得他真的很帥！當然幕後英雄太太也很了不起，也很美。我很想認識他們夫婦，希望我們《健康與建築雜誌》有機會去訪問他，成為我們雜誌的專訪人物。

夢想、堅持 邊做邊修正

要邁向成功，我認為一定要有生涯規畫，要很清楚自己的目標，想清楚自己想成爲一個什麼樣的人，了解自己的能力及優缺點，並堅定地朝著目標走下去。

在做生涯規畫時，首先價值觀一定要正確。就像扣釦子一樣，一開始就要扣對，才不會扣歪一個，全部要拆掉重扣。有時我們無法確認我們的目標是百分之百正確，也無法一開始就全部做對，但要抱持著「邊排隊、邊整隊」的態度，在做的過程中慢慢修正，就會走向正確的路。邊做邊修是我在慈濟學到的做事精神，做就對了，做了才能發現問題，邊做邊修就會越來越完美，越來越棒。

生涯規畫如果以年齡來簡單區分，二十歲以前，是學習的黃金期，要盡可能地找出自己的興趣及專長，努力學習及培養專業知識及能力。二十至三十歲期間，是工作能力的奠基期，試想自己畢業後要以什麼維生，如果想要有自己的事業及王國，該培養什麼能力，發展自己專長的深度及廣度，穩紮

穩打。我認為此時最好的是花錢投資自己，去學習、考證照。三十歲至四十歲，是事業的衝鋒期，全心在事業上發展，四十歲至五十歲是維持期；直至六十歲後，就可以準備退休或含飴弄孫，享受人生了。

唯有前面的努力，人生的後半段才能苦盡甘來！我也希望透過教學，把我自己走過的路拿出來與年輕人分享，讓大家都有一個參考的依據。節省走錯路、迷惘或困擾的糾纏，就能更大步朝向人生的光明面邁進。

最後我也要提醒包括護理人員在內的所有年輕人，當處在基層的時候，要試著將自己往上拉兩個層級去看，試著從高層的角度往下看事情的發展，就能獲得較多面的觀點，而不會限於「瞎子摸象」的狹隘世界裡。任何事情以角色扮演、角色互換的方式來觀察，想像你是總統、行政院長、董事長、老闆、老師，或反過來想你是工人、小員工、小職員或學生，將心比心，先替別人著想，自己就可以突破瓶頸，迎刃而解，順利解決問題了！