

編輯花絮～教材使用二三事

林美杏

原來，一份教材＝○次○小時研習課程＋○封電子郵件的往返＋○小時的小組討論＋○個熬夜的夜晚＋……。

原來，這份「我是小小消防員」的教材，是在一位教授和五位資源班教師的拋夫棄子、絞盡腦汁、切磋琢磨、攜手合作……之下才出爐的！

2011年3月至2012年6月，在走進研習教室的那一刻起，似乎就注定了這份難解的緣。這將近15個月的奮鬥歲月，我們不得不說，這真是個辛苦的過程！若非有大家的相知相守，恐怕很難「讓我們繼續看下去……」。因此，在呈現這份教材之前，希望能讓讀者看見我們走過的痕跡，與大家分享在創作教材時的點滴，或許能讓使用教材的夥伴可以更了解我們設計的想法。

從研習課程中，我們認知到在進行情緒教育時不可貪心，應選擇單一主題用心耕耘，因此，蔡老師將工作坊定位在「編製生氣管理教材」上。但，究竟「生氣管理」該怎麼教呢？蔡明富老師除了與我們分享國外現在的做法及相關教材之外，也給了我們很重要的引導，他從「辨識生氣情緒」、「了解生氣導火線」、「滅火方式」、「生氣管理計畫／問題解決能力」四個面向逐一切入，形塑出教材的骨架。有了骨架，該如何讓教材有血有肉？我們參考了數十本的專書、繪本，並依照上述的四個面向進行資料的分析，希望站在巨人的肩膀上，可以強壯我們的實力；同時，也運用了問卷，針對國小學生進行調查，了解他們對情緒的看法，從中找到可融入教材的元素。練了這番基礎功之後，我們開始腦力激盪。

其實，這份教材的發想是從「聽、想、選、做」這四個字開始的。我們發現許多不管是專書或相關教材設計，在進行情緒管理的教學時，都會告訴孩子先冷靜、再思考，最後採取行動，所以決定遵循著這樣的腳步前進。我們認為，情緒教育也有「預防針」；當孩子的負面情緒即將爆發時，若能先有冷靜的技巧，讓自己的心情淡定，或許就可以避免許多衝突、破壞或失控的場景。再者，也深刻體認到，情緒是來自於自己的想法，冷靜之後再加上正向想法，更能幫助孩子有效緩解自己的負面情緒。不過，我們也想到，控制情緒的方法其實是五花八門，每個孩子喜歡的、適合的方式不盡相同，除了教孩子方法之外，更重要的是要讓他們有能力去選擇，當面對問題情境時，能採取適當的策略解決問題及紓解自己的情緒。就這樣，這份教材逐漸成形了，從辨識生氣的情緒、找出生氣的原因開始，再教導滅火4招，分別是冷靜、改變想法、說出自己的想法及一級棒選擇，最後，運用小書來實施自我管理計畫，強化學生運用滅火招式的執行能力。

好不容易完成七節課的教案設計、學習單與簡報製作，我們又開始思考：如何讓這份教材更有整體性？如果能找到具代表性的象徵物貫穿整份教材，是不是就更加強化連結性？所以，我們想到了「消防員」這個角色。想法醞釀的過程很簡單，我們感覺「生氣就是發火」，生氣管理就是要及時滅掉心中的火，而最擅長滅火的就非消防員莫屬了，於是乎，「我是小小消防員」就成了這份教材的名稱，而消防員的形象也不斷出現在簡報與學習單中，希望藉此讓孩子更能聯想到生氣管理的圖像意義，也增添這份教材的趣味性。

因此，這本教材彙編在編撰時，也融入了消防員這個角色。我們將情緒教育實施的理念視為「消防員的使命與精神」，要擔任消防員必先瞭解基本概念，將此奉為唯一使命，才能順利完成滅火任務。而

有了這樣的精神體認後，便進入「消防員的能力養成」階段，開始接受各式各樣的訓練課程，也就是這份教材各節課的課程設計、學習單及簡報內容。再來，「消防員的實戰經驗」就是測試自己實力的最佳時機了；為了讓這份教材在進行教學時更加順暢、更符合需要，我們分別在小團體輔導、資源班及巡迴輔導班實施這個課程，運用所編擬的教材進行教學，並記錄教學過程與心得省思，作為之後修正教材的依據。最後，成為消防員之後，後勤支援仍是不可少，作為深化自我專業能力的強力資源，因此我們將之前調查的問卷分析結果，以及情緒教育參考書籍做一整理呈現，希望讓有興趣從事情緒教育的伙伴們可以有更多刺激想法的資源，進而發展、創作出自己的教材。

我們不敢說這份教材是最完美的，但是，可以肯定的是大家的用心及努力，希望使用這份教材的夥伴可以感受到這份難得的革命情感。同時，我們也相信，這是個開始，而且是美好的開始，希望有更多伙伴加入情緒教育的行列，大家一起來努力！