

110年全國大專校院職涯輔導學生心得競賽

Take action to find the answers.

「當我對未來感到迷惘，有很大原因是我不夠了解它。」這是在我參加講座等課外活動時的感觸，我發現這些經驗的積累對我在規劃職涯上幫助很大，可能是受演講內容啟發，甚至透過講座獲取一些關鍵詞、議題，進而自行搜集延伸資料。驚喜的是，在這過程，我開始對未來有了新的想法。此外，我也意識到不像一般科目有評分、當人機制，「自主學習」在各個求學階段裡是很重要、卻又經常被忽視的隱藏必修學分，尤其進到大學，很多資源和資訊都需要靠自己主動去尋求、接觸。

每次參加講座都會觸發我對於教育現場的思考，像是關於獎勵孩子，在一次講座中我有了一個疑問：老師應該如何拿捏獎勵制度，避免孩子產生「有獎勵才願意做」的觀念？其中園長分享的「亮點制度」及「愛之語」便讓我重新思考獎勵的形式和意義。所謂的亮點，就是希望老師能看到每個孩子的擅長與獨特之處，並聚焦於孩子過程中的努力、進展，而非結果。我很喜歡「亮點」這個名字，它也時刻提醒我：孩子的特質其實無好壞之分，大多時候取決於我們選擇



亞洲大學
幼兒教育學系
劉苜彤

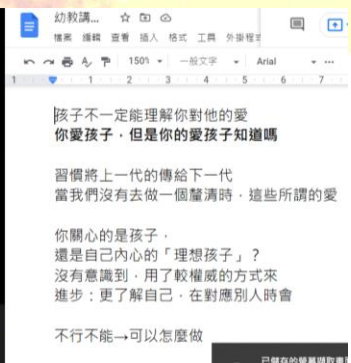
以什麼樣的面向來看待，藉由肯定孩子的能力、特質及貢獻並指出具體事件來讚美，獎勵其實也可以透過非物質的方式給予(如身體接觸、精心時刻等)，因為更重要的，它背後所要傳達的是——我愛你，孩子。



(6/2育光線上講座截圖1-精心時刻的重點在於專心地陪伴)



(6/2育光線上講座截圖2-老師透過陪伴、了解、鼓勵孩子，孩子因為被了解，心理狀態會逐漸穩定，有益於適應新環境。)



和以往的暑假相比，今年因疫情緣故少了很多活動，所以多半時間都待在家，和家人相處時間久了難免會有摩擦。有次，當我和弟弟又因為一些事而起爭執時，突然想起園長在講座中提到的一句話「教孩子前，自己要先有所體驗感受」這一次，我收起以往的浮躁，在開口訓話前按下暫停鍵，告訴自己：我知道你現在很生氣，沒關係，先做幾個深呼吸。幾分鐘後，我遞一杯牛奶給弟弟，有了這段對話：

「今天上課很累了吼，休息一下」

「姊，對不起啦，剛才不是故意的…」

這樣的對話在過去是不曾出現的，受到講座啟發，我試著從改變與家人相處的方式開始，將溝通問題記錄下來並思考其背後原因、怎麼做會更好，也學習理解自己的情緒及同理他人。因為有持續紀錄反思，所以後來遇到類似情境時，就會想起之前在筆記本寫下的改善方法，因而減少很多不必要的衝突。帶給孩子情緒教育之前，我想先從自己做起，將心態內化後，進而去給予孩子正面的影響。

110年大專院校職涯輔導工作計畫

遇見更好的自己

卓越幼教師養成計畫—職涯講座

成為卓越幼教師，發現自己的優勢力，找到自己的「適才適所」
創造出真正屬於自己的成功職涯！

第一場

打造讓幼兒盡情探索
與展現的學習環境

日期: 2021. 4. 28 星期三
時間: 15:00~17:00
地點: M001

范美莉
魚池國小附設幼兒園 老師

第二場

幼教師的職場介紹與職涯發展

日期: 2021. 5. 19 星期三
時間: 15:00~17:00
地點: M001

許婉菁
何厝國民小學附設幼兒園 主任

第三場

以愛出發-
如何安撫幼兒情緒

日期: 2021. 5. 26 星期三
時間: 15:00~17:00
地點: M009

江佳芳
育光親子教育 經典的兒園 園長

第四場

走在有意義的路上-
目標、行動力、自我對話

日期: 2021. 6. 09 星期三
時間: 15:00~17:00
地點: M001

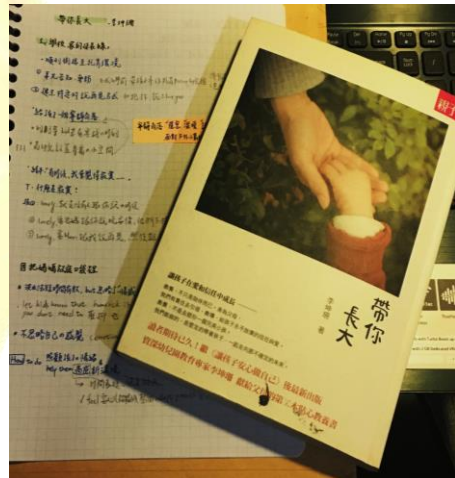
曾成香
育光親子教育機構 總園長

主辦單位: 教育部青年發展署
承辦單位: 亞洲大學幼兒教育學系
聯絡管道: Instagram

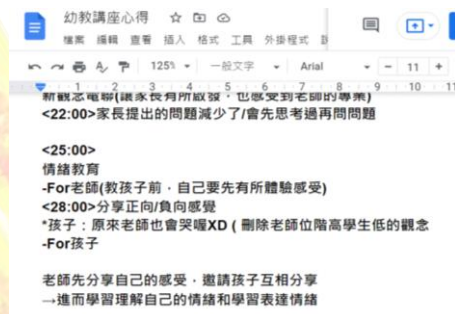


(此篇心得以6/2 講座【以愛出發，如何安撫幼兒情緒】為主撰寫)

註：原定5/26，因疫情延至6/2並採線上方式進行



(延伸講座中的關鍵字詞、議題，進而閱讀相關書籍)



(聽講座的同時，將關鍵、有感的字詞記錄下來，以便事後反思/運用)

一晃眼，大一生活已悄然畫下句點。在這一年，意識到知與能應同時並進，因此除了於課堂中學習專業知識，也透過課外活動充實自我，如同今年系上辦理的職涯輔導講座主題：遇見更好的自己。對我而言，每參與一場講座都是一個思考觸發點，有助於我了解幼教職場的現況及教育現場的實際案例；也讓我試著拆解自己固有的思維框架，重新以不同角度認識、思考一件事。書寫此篇心得，除了回顧這年參加過的職涯講座，同時也梳理思緒，著手規劃。我無法確定未來是什麼樣子，但我知道，我可以從現在開始把握時間學習、嘗試，成為更好的自己！

Take action , and you'll find the answers !