

「成人心理與教學」

臺北市社區大學講綱

中正大學成人教育學系

助理教授 張菀珍

成人發展的意義

- 成人發展的意義
 - 成人 (adult)
 - 就生物學觀點：生理的成熟
 - 就心理學觀點：心理、情緒的成熟
 - 就社會學觀點：能擔負起成人的責任與任務
 - 就法律的觀點：能行使法律上的義務與權利

成人發展的意義

- 發展

- 以波爾馬特和霍爾（Perlmutter Adult Hall, 1992）的界定：「發展是從懷孕到死亡的任何與年齡有關的身體和行為的改變。此種的改變不僅發生在生物的層面，而且也受到環境、心理和社會層面的影響。改變的方向，可能是正向的，可能是中性的，也可能是負向的，及既非進展亦非退化，而僅是差異。他是一種終生的歷程，而非只是一種朝向成熟的狀態」

成人發展的意義

- 成年期 (adulthood)
 - 成年期係指個體到達成熟年齡後，至生命的終了為止的生命歷程
 - 生理上的成熟指標：約18-20歲
 - 心理上的成熟指標：能判斷，作選擇，並為自己的行為負責，並有「自己是成人」的內在知覺

成人發展的意義

- 成年期 (adulthood)
 - 對於成年期的劃分：
 - 發展心理學家哈維赫斯特：成年早期 (18-30歲)；中年期 (30-60歲)；晚成熟期 (60歲以上)
 - 波爾馬特和霍爾：早成年期 (18-30歲)；中年 (30-50歲)；晚年 (50-65歲)；初老期 (65-80歲)；老老期 (80歲以上)

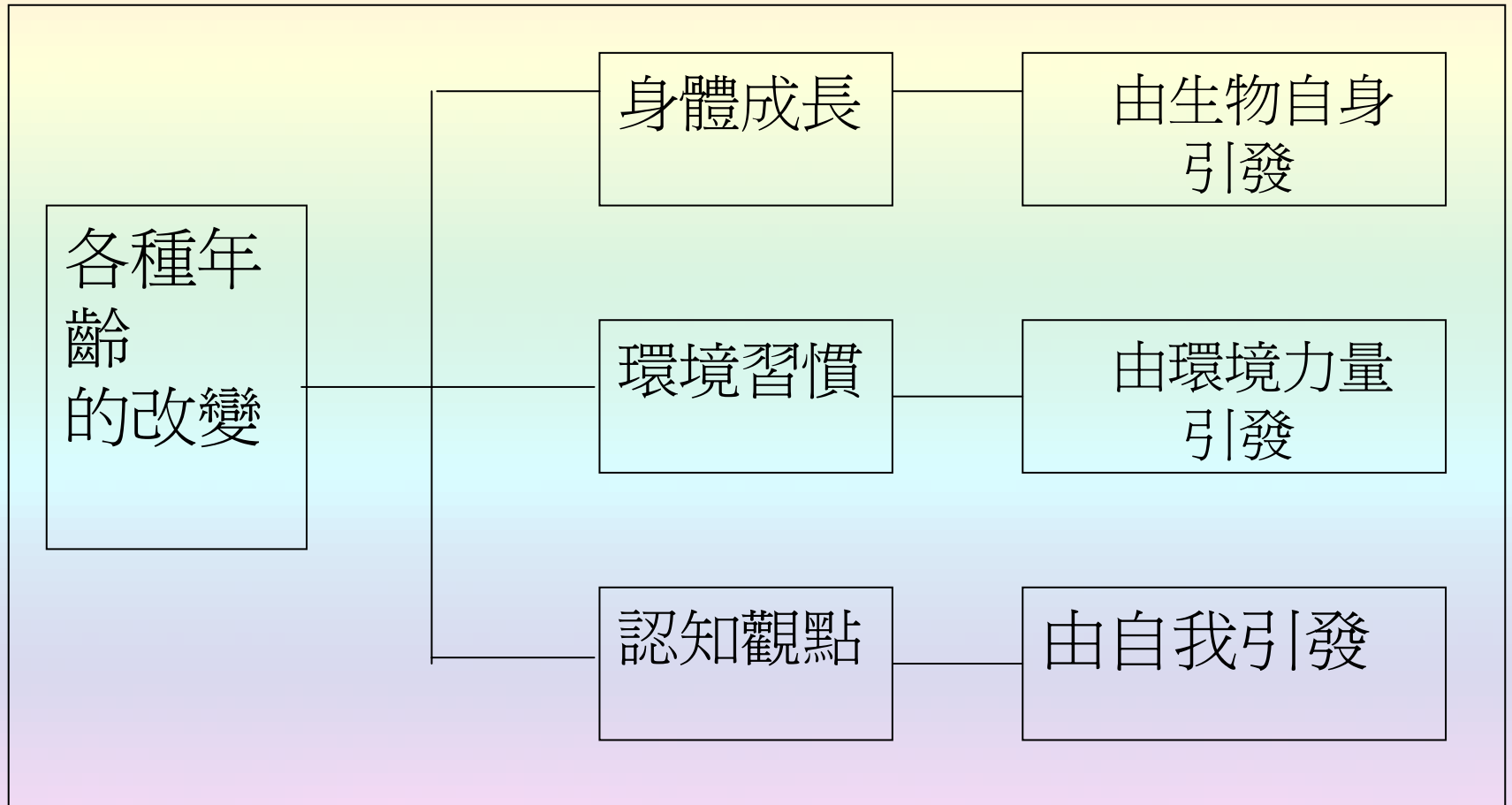
成人發展的基本概念

- 實足年齡不是成人發展的確切指標
 - 生物年齡 (biological age) : 健康狀況
 - 心理年齡 (psychological age) : 指個人在社會中綜合生物、心理和社會年齡的表現
 - 社會年齡 (social age) : 記憶、智力、情感、動機維持自尊及自我控制的技巧
 - 功能年齡 (functional age) : 個人的行為、習慣、服飾、語言、人際關係型態及是否表現社會對年齡所期望的行為

成人發展的基本概念

- 發展與老化可視為同義詞
- 成人發展的改變來自身體成長、環境習慣和認知觀念的作用，引發個體發展的三種機制如下：

成人發展的基本概念



成人發展的基本概念

- 成年期的發展，個體間有相當大的差異
 - 影響個體的因素相當多，包括遺傳、環境、性別、種族、社經地位、年齡等這些影響因素可以歸為：
 - 年齡的規範勢力：使個體間的相似性增加
 - 歷史規範勢力：社會、文化變遷的重要影響力量
 - 非規範勢力：指對個人影響較大的事件，如：離婚、失業、移民、坐監、獲獎等事件

成人發展的基本概念

- 成年期中，個體的發展仍具有可預測性
 - 成人發展的可變性（社會角色轉換）
與不變性（人格、認知能力）在一生
中交替發生

成人的心理發展與適應

- 利文遜 (Levinson) - 生命四季
 - 利文遜的分期：
 - 成年轉換期 (40-45歲)
 - a. 年輕對老化
 - b. 陽性對陰性
 - c. 建設性對破壞性
 - d. 依附對與她人分離

成人的心理發展與適應

- 利文遜 (Levinson) - 生命四季
 - 利文遜的分期：
 - 成年中期 (45-60歲)
 - 前成年中期 (45-50歲)：重新評估過去、開展新生命、體驗個別化
 - 五十歲轉換期
 - 成年中期顛峰期 (55-60歲)
 - 成年晚期轉換期 (60+65歲)
 - 成年晚 (60歲至臨終)

成人的心理發展與適應

- 古爾德的轉換論

- 把成人的發展視為一系列轉換過程，認為個體的自我觀念，是透過兒童期幻想的實現及衝突衝突的解決形成
- 發現成年期是一種變化的時期，在情緒及動機發展上並非是一穩定時期

成人的心理發展與適應

發現青少年之後的發展至少可以有七個明確的時期：見圖表

階段	年齡	發展
1	16-18	渴望脫離父母控制
2	18-22	離開家庭：投向同儕團體
3	22-28	發展獨立性：對事業與兒女承諾
4	29-34	質疑自己：角色混淆，易對婚姻與事業產生不滿
5	35-43	急切想達成生命目標：覺察時間之有限性，重整生命目標
6	43-53	安身立命：接受生命
7	53-60	更加容忍：接受過去，較少消極，大致圓滿

成年期所面臨的壓力

- 工作壓力
- 家庭壓力
- 其他：遷居、災變、度假等

成人教育參與的功能

- 增進知識與技能
- 跟進時代
- 累積教育資本
- 滿足心理需求
- 促進成長

成人教育參與的功能

- 成年期的教育參與
 - 青年期：職業晉升、家庭實務及親子照顧為主
 - 中年期：充實知識、自我實現
 - 老年期：自我充實、休閒、人際交往
- 成人教育參與的適應
 - 建立自信心
 - 瞭解自己的需要
 - 尋找最佳學習方式

成人學生特性在教學上的因應

身心方面的影響

一、生理方面

- (一) 感官能力的消退。
- (二) 反應速度的減慢。

二、心理方面

- (一) 流質智力逐漸減退，晶質智力逐漸增加。
- (二) 記憶力的減退。

三、社會方面

- (一) 扮演多重角色。
- (二) 成人對時間採取剩餘觀點。

成人學生特性在教學上的因應

學習特性上的影響（續）

五、成員具有自我導向的自我觀念

六、成人自尊心強，但缺乏自信：

教師的支持、鼓勵以及非正式學習氣氛的建立，將有助於紓解壓力及焦慮情緒。

七、成人學習團體的異質性很大：

在課程和教學活動的規劃上，應隨時注意教學方法和精神的彈性運用。

成人教學的十二項原則 (J. Vella, 1994)

一、利用對話瞭解學習者的需求

二、給予安全感

(一) 在內容方面，要符合學習者的程度。

(二) 在學習氣氛方面，要建立友誼、尊重、接受、安全的氣氛。

(三) 學習組織方面，要採用小團體的方式。

三、建立良好的師生關係：包括友誼、尊重、接受、安全、開放、互動、傾聽、謙虛等

四、組織與增強

成人教學的十二項原則 (J. Vella, 1994)

- 五、實做：是一種由「實做-反思-決定-產生新做法」的過程。
- 六、尊重學習者
- 七、考慮觀念、情感、動作三方面的學習
- 八、學習要有立即實用的價值
- 九、對師生雙方的角色有清楚的瞭解
- 十、講求團隊合作的學習經驗
- 十一、讓學習者有參與感
- 十二、使學習者具有責任感

成人教學方法

一、以學生參與教學活動的程度劃分

(一) 以教師為中心的教學方法。

(二) 以學生為中心的教學方法。

二、以參與人數多寡區分

(一) 個別化的教學模式

1. 獨立研究。

2. 實習。
學。

3. 示範練習。

4. 電腦輔助教學。

5. 函授。

7. 學習計畫。

8. 電視（廣播）教

9. 個別教師的輔導教
學。

成人教學方法

(二) 小團體的教學模式

1. 討論。
2. 研討會。
3. 個案分析。
4. 模擬。
5. 課堂教學。
6. 讀書會。

成人教學方法

(三) 大型團體的教學模式

1. 講述。
2. 小組講座。
3. 辯論。
4. 分組討論。
5. 大型討論會。

成人教學方法

(四) 社區教學模式

1. 社區調查。
2. 田野調查。
3. 社區問題解決計畫。

師生關係模式

- 主客模式：教師把自己當成主人，學習者當成客人。
- 案主與諮商者模式：把成人學生視為案主，教師為諮商者。
- 合夥者模式：將學習活動視為師生之間共同經營的一種事業，雙方是合夥的關係。
- 在傳統的教學中，師生是一種「上、下」、「高、低」、「尊、卑」、「施、受」的關係。但在成人教學活動中，師生是一種平等、合作、坦誠的關係。

建立師生關係的原則

- 一、師生間應屬平等的地位
- 二、建立成人師生間互動的學習過程
- 三、建立學習者比次接受的學習氣氛
- 四、培養友誼的氣氛，使團體產生融洽的氣氛
- 五、造成班級是一個合作的團體，而非競爭的團體

社區經營

- 理想課程：學術性、藝能性和社團性課程各佔三分之一
- 每學期將學術性主題融入藝能性課程中三次，並結合社區服務與學習成果展示活動。
- 設計生活問題解決為主的學術性課程。
- 與社區居民的相關議題為重心，由社大規劃共同主題融入各科課程中，並辦理相關社區服務與活動課程。

社區經營

- 將社區議題與文化特色加入課程規劃與設計中，以利於社區服務的推動，及社團性課程的發展與成立。
- 先找出社區關鍵議題，召集人員成立社團，再為之設計相關的課程，有計畫的培力。
- 多運用社區學員的反應及訊息，蒐集社區資訊，以利規劃課程、活動與評量方式。

社區經營的行動學習

- 社區大學在規劃各項社區學習活動時，必須要以規劃居民的「行動學習促進者」自居，透過各項行動學習原則及行動學習策略的運作，以達成推動社區終身學習的目標
- 行動學習是綜合教育學、管理學、人類學、心理學、社會學、政治科學、系統思考和倫理學的理論與實務所形成的一種「學習 <—> 行動」

社區經營的行動學習

- 行動學習法有兩個重要的基本原則
 - 必須以團隊的形式出現，團隊成員一起處理彼此的專題、共同學習
 - 團隊須舉行定期而嚴謹的會議，以便有足夠的時間和情境來提出問題，協助團員理解和反思自己所處理的專題

社區經營的行動學習

- 行動學習的構成要素包括以下六項
 - 問題中心
 - 團隊運作
 - 提問與反思探究
 - 採取實踐行動
 - 建立共同承諾
 - 學習團隊的促進者

社區經營的行動學習

- 參與式行動研究有助於培養社區居民的自給自足的發展能力
- 提供各項學習諮詢促進反思性行動
- 強調社區共同合作的學習與行動
- 可深入社經不利社區以促進社區發展

問題討論

- 如何有效的運用成人的心理特質以促進有效的學習？
- 在我所開設的課程中，可以進行哪些社區經營的活動？
- 我最常遇見的教學問題是哪些？
- 在社區中有哪些教學活動是最有成效的？

謝謝參與

敬請提問討論