



出版 / 臺中市光華高工
 地址 / 臺中市太平區東平路 18 號
 發行人 / 黃秀忠
 編輯 / 光華高工青刊社

電話 / 04-2394-9009
 傳真 / 04-2277-3000
 創刊日期 / 中華民國 85 年 12 月 5 日
 印刷 / 尊裕企業有限公司
 電話 / 04-2213-5589

致歉
 本期《學園訊息》原訂 105 年 12 月 2 日出刊，因彙編文稿疏失以致延遲，謹此深感歉意。
 學務處

校長的話

團體生活在光華

★校長 黃秀忠

我們光華辦學理念裡，有一個很重要的元素，那就是「團隊」，要學習成為團體中的一分子！我們希望學習過程中，團隊成員可以經歷從接納、融入、型塑到歸屬。

在當前講究自由與個人化的氛圍下，遵守團體生活規範與選擇順服，看起來有些奇怪，因為人不自私天誅地滅，沒有自我這怎麼可能，人人為我是對的，但為什麼要我為人人呢？在光華，透過共同生活與團隊學習，培養光華人願意看他人的利益超過自己的，因此學習自我節制而成為更好的人！這其實是一種思維與態度，透過經常性來培養，成為好習慣，我們必須要用好習慣替代壞習慣！這就是在光華學習的價值！因為無論在家庭或職場，能這樣生活，就能被信任，因為善待別人，就帶出正向循環。

在光華，同學們需要以團體或團隊展現各項學習，因此學會要記得自己只是其中之一，讓「尊重他人的存在」成為習慣！其實每一個人都是刺蝟，關鍵在於是不是要收斂，從分組學習到下課十分鐘，彰顯出自己的甚麼本性？不要灰心認為自己不好，其實沒有一個人是絕對善良的，重點是要做一個決定，那就是我的自由意志選擇「利他」讓自己做一個更好的人，北歐國家芬蘭在 PISA 考試上是全球領先的，國家教育委員會主席哈梅琳 (Irmeli Halinen) 說「我看到加拿大或蘇格蘭，花很多力氣，讓孩子具備同理心、有禮貌和尊重他人。我們應該多花心力，教年輕一代不能太自私，要把別人的需求一起思考。」她領導 2016 年芬蘭新核心課綱的聚焦和誕生，希望教出能信任自己和承擔責任的下一代。

在光華，經過了教育與學習，同學們提升了自我節制的程度與層次，在生活中同學們會輕聲細語，搬動物品會輕手輕腳，動靜有序隨著年級正成長，更透過行動學習，促進了合作與負責任的態度品德養成！每當外賓來到學校，總是會發現光華人的素質與氣質的不同！在校外遇到企業主或主管，提到公司裏有光華人時，也總是給予肯定的評價，肯做、能負責外，還有忠誠！

光華是個小學校，期待以「團體生活」「團隊學習」的模式，陪伴願意受教的孩子成長改變，將來是與人為善、有擔當的人才，更期許未來有機會，邀請校友們回來分享他們的成長故事，光華深深以他們是社會的正向支持為榮！

◎ 2016 WBR 世界夯機器人大賽勇奪世界賽銅牌

★教務處

電機三孝張家愷、林宜政、張維辰三位同學，參加 2016 WBR 世界夯機器人大賽，在歐陽慎老師指導下，於今年 3 月份奪得臺中市比賽 R4M 組特優獎第二名，並獲得晉級全國賽資格。他們發揮團隊的精神，利用課餘時間，一次又一次不斷的模擬練習，改良機構設計，修正程式。在今 (105) 年 7 月 30 日「2016 WBR 世界夯機器人大賽」，一路過關斬將，一舉勇奪 R4M 高中組「世界賽銅牌」，他們優異的表現值得全校師生鼓勵與喝采。



◎ 英語日世界文化介紹海報比賽表現精彩

本學期提升英語能力計畫，於 10 月 14 日舉行「英語日世界文化簡報及海報比賽」，透過英語日活動，營造體驗英語世界，引發同學學習英語的興趣，增進英語溝通能力，並對世界文化習俗之認識，學習尊重不同文化，培養同學之國際觀。本次世界文化活動介紹海報比賽，二年級每班製作一張海報，以英文簡介世界著名古蹟、地標、人文、風情、...等內容，參賽同學以流利英文侃侃而談，述說不同國家文化。



◎ 行動學習推動計畫教育微電影競賽成果豐碩

本校推動行動學習績效卓著，再度獲得教育部肯定，獲選「教育部 104-105 年高中職行動學習輔導計畫」『優良學校獎』殊榮，並獲得教育部遴選為推廣學校。

本校參加教育部 104-105 行動學習推動計畫教育微電影競賽，成果豐碩，在「學校總體成果組」榮獲優勝，這個獎項全國僅錄取二所學校，本校是獲獎之一，在頒獎典禮中，教育部資訊及科技教育司許雅芳科長頒發獎狀表揚。各科獲得高中職行動學習「教育微電影」獎影片有四部：

- 一、國文科邱燕虹老師、郭蕙嵐老師、周羿足老師、徐孟嫻老師、王萍樺老師獲獎。
- 二、電子科黃芳瑩老師、張琬琳老師、李福生老師、賴宜沂老師、成志樵老師獲獎。
- 三、機械科謝文良老師、林金直老師獲獎。
- 四、模具科陳孟群老師獲獎。



◎ 高中職 / 國中小行動學習工作坊暨圓桌會議 在本校盛大舉行

教育部推動行動學習計畫，由國立成功大學與台灣科技大學合辦「105 年國中小行動學習教師專業發展工作坊暨高中職中區圓桌會議」，10 月 28 日在本校盛大舉行，教育部資訊及科技教育司林燕珍高級管理專員、成功大學楊雅婷教授、臺灣科技大學黃國禎教授、本校黃秀忠校長聯合主持，來自全國國中小學代表及中區高中職學校 92 人與會。本校黃校長致歡迎詞後，由國立成功大學楊雅婷教授，說明高中職/國中小行動學習計畫；國立臺灣科技大學黃國禎講座教授專題演講：數位遊戲式學習運算思維；嘉義市興安國小李坤融組長、曹祐誠講師，帶領與會老師進行數位遊戲式學習運算思維課程實作應用與分享；最後在高中職學校經驗分享畫下圓滿的句點。



◎ 創作創意研習營激盪出新點子火花

本學期新點子創作創意研習營於 10 月 29 日 (星期六) 舉行，高一、二各班新點子創作成員及指導老師一齊參加研習，藉以提升學生創造力，整合專業知能，激發其「肯動頭腦」、「想動手做」的動機，透過師生共同研發之歷程，培養問題解決及作品發表之能力。本次研習邀請遠東科技大學數位媒體設計與管理系謝景晨教授、建國科技大學商業設計系林睿琳教授，指導創意思考與設計的基本概念、創意方法應用、專利檢索，並藉由範例解說，引導同學們創意思考與實作設計，激發同學創意潛能，在研習過程中各班創意設計討論相當熱絡，同學們不斷有新的想法產生，同學們的投入且勇於發表想法，受到兩位教授的稱讚。



◎2016 抗震盃國際邀請賽榮獲第 11 名耐震獎 ★實習處

消防三忠盧炳良、張冠賢；消防三孝紀政昕、劉竣岳四位同學，在何厚緯老師指導下，於9月10、11（星期六、日）二天，參賽國家實驗研究院國家地震工程研究中心，舉辦「2016 抗震盃國際邀請賽」，榮獲高中組第11名耐震獎。這次參賽的國家有來自英國、日本、印度、香港、越南、韓國、美國、新加坡、印尼、澳洲、貝里斯、紐西蘭、菲律賓、馬來西亞、瓜地馬拉等國家。

製作模型比賽時間為5小時30分，好比一場馬拉松比賽，從構思、畫線、裁切、鑽孔、組裝、修補一氣呵成，時間相當緊湊，沒有絲毫喘息的空檔，他們在學校已經有充分的練習，現場發揮團隊合作的精神，完成模型作品。第二天模型要上振動台接受考驗，是最緊張也是最殘酷的時刻，從250gal震幅開始，一關一關淘汰，我們的模型挺住到最後一關700gal仍然屹立不倒，經過效率比分析得到第11名耐震獎。在這次的國際比賽裡，讓同學得到很多在抗震方面的技術與技巧，還有很多其他國家不同的文化，以及他們對地震的認知和模型結構設計的差異。



◎職場安全衛生防災科技展示體驗巡迴特展

臺中市政府正在積極建構職場安全健康防護網，結合學術界，提升安全衛生文化，規劃學校職場安全衛生防災科技展示暨體驗活動巡迴特展。藉由巡迴車的方式，深入校園辦理工安危害預防宣導，落實職場安全衛生意識普及，並達到「體認危害」的教育效果。巡迴特展於105年10月17日在本校舉行活動，由中台科技大學環安系與台中市勞動檢查處指導員，到校展示並指導體驗活動，當日實習課班級依序參加各項體驗活動，透過指導員引導操作墜落危害、感電危害、局限空間危害、機械捲夾、危害預防及作業環境監測工具介紹，互動體驗設施及新興職場安全衛生議題預防宣導，讓參與者務實的以手到、眼到、口到、心到，親身去感受職業災害的內涵，提升對於預防職業災害預防的認知。



◎高職優質化新竹縣內思高工蒞臨校際交流

推動教育部國教署105學年度「高職優質化輔助方案」，新竹縣內思高工於105年11月4日（星期五）到本校進行校際交流；內思高工是一所天主教創辦的學校，和本校以及台東的公東高工，是目前全國仍然維持專辦工業類科的三所私立高工學校，內思高工設有電子科、資訊科、電機科、機械科、多媒體設計科，是一所優質的工業職業學校。是日該校湯誌龍校長率領各處室主任、組長、科主任，蒞臨參訪，本校黃秀忠校長親自接待，彼此分享辦學經驗，與優質化計畫成果觀摩交流。



◎校外教學職場體驗增進實務學習機會

產業進步日新月異，產品研發不斷推陳出新，為了讓同學具有產業實務知能，不斷的接收科技新知，隨時掌握產業脈動，做及早入行準備，本學期除了二年級有教育部「105學年度職場體驗計畫」以外，各實習科目搭配課程之需要辦理校外教學。



室內空間設計科三年級參訪IKEA，學習各式建材的種類及施工法與配置，認識安全、健康、環保建築材料，學習如何將各種建材運用於空間設計上，為專題製作方向而準備，達到實作與創意結合的目標。

電機科三年級參觀台中發電廠，對於火力發電、太陽光電發電有深入的認識，尤其在超高壓變電所設施，與供電系統受電系統連結，34萬5千伏特級之變電所供電運作，包含超高壓變壓器、功率因數改善設備、絕緣器設備、電壓改善及超載保護設施，現場工程人員詳細的介紹，讓同學們獲益良多。

電子科、資訊科三年級參觀公共電視南投轉播站，同學們對於有這項難得的機會，能進入機房實地了解無線電視轉播系統運作，都感到相當新鮮與珍惜，轉播站工程人員向同學們詳細解說數位發射機、類比發射機、微波頭端設備、發射天線各項設施運作，著實一堂寶貴的課。

消防工程科二年級以消防工程實習課程，到臺北市消防局「防災科學教育館」校外教學，首先，參觀館內珍藏日據時代的消防車，以及不同年代保存下來，各式各樣的消防器具，讓同學了解我國消防設備的演進，館內有多項體驗設施是同學們最喜歡的，地震體驗、滅火器滅火體驗、無動力自走逃生梯體驗、火場濃煙體驗、颱風體驗，都讓同學們印象深刻，短短兩個半小時，有著意猶未盡的感覺。



《優質化籃球樂活學習營～敦親睦鄰、社區高職》

★學務組

105年11月19日辦理105學年度高職優質化輔助方案辦理籃球樂活學習營，邀請臺中市育英國中籃球隊以及本校籃球隊學生參與。並特聘新竹縣富光國中徐偉迪教練及本校籃球隊林銘暉外聘教練親授籃球運動相關技巧。透過本活動，除了強化學生籃球進攻與防守技巧外，亦提升對籃球規則的認知。活動中，本校籃球隊員也藉此教導中學員籃球技術，達到教學相長。在交流餐會中，各學員除彼此分享學習籃球運動心得外，亦培養校際情誼，在活動結束後，參與學員均給予活動過程高滿意度的回饋，顯示光華新太平已達敦親睦鄰、善盡社區高職責任。



活動結束大合影



育英國中同學排隊報到



教練介紹「傳球練習」要點



徐教練教授半場三人小組配合

《光華盃國中籃球友誼賽～深耕社區、以球會友》

105年12月17日辦理105學年度高職優質化輔助方案辦理光華盃國中籃球友誼賽，本次邀請臺中市四育、光正、太平、光明、成功、清水、外埔、神岡、育英、雙十、五權、崇倫及日南國中等13校籃球隊選手蒞校參賽，計189位選手報名參加，並由本校籃球隊隊員擔當賽務人員。在學務主任主持開幕儀式後，揭開比賽序幕，過程雙方你來我往，發揮平時練習所學，積極爭取比賽勝利，也展現運動家精神。比賽結果由崇倫國中拿下本賽事冠軍，亞軍為外埔國中，季軍則為日南國中。在中午的交流餐會中，各校教練除了藉此交換帶隊心得，球員間亦培養校際情誼，並相約明年見。



開幕後參賽隊伍大合照



分組循環賽，育英國中 VS. 崇倫國中



冠軍賽，崇倫國中 VS. 外埔國中



頒獎，亞軍日南國中

校園生活樂繽紛～訓育活動面面觀★學務處

國中學程的結束，不僅是一個階段的結束，也是另一個新的開始，在充滿祝福的這一刻，「光華新鮮人始業輔導」於105年8月23、24及25日熱烈展開，主要希望每一位加入光華大家庭的新生們可以更加瞭解學校的環境、作息與調整自己的步伐。藉以各處室業務說明、各科簡介、校園巡禮、防震防災演練、健康檢查、校歌教唱、班旗、班歌、班呼設計等活動，期能幫助每一位新生能更快投入校園生活、堅定向學意念，成為堂堂正正的光華新鮮人。



開訓集合，同學們準備就緒



時代巨輪，轉動新生們的世界

期許各班的幹部能夠有所成長，在105年8月26日辦理「班級自治幹部研習」，目的在於培養各班的中堅份子並在「領導中學習、學習中領導」的認知，擴展視野和提升同學間的溝通能力，進而成為值得師長與同學信賴的領導人才，對於社會有所貢獻。



主任指導自治幹部研習



自治幹部研習開訓典禮

時間來到105年8月29日的「開學典禮」，隨著校車緩緩駛入校園，展開了新學期新的旅程，開學典禮上校長期勉所有同學能夠與我們的師長一起進步，師長們在暑假期間參加了很多的研習及會議，希望在新的學期中能夠給予同學們不同的學習方式。在新的學期中，我們接受三位國際的交換生，期望在與他們的互動之下，皆能有所成長及收穫。



新學期，新希望



榮耀加冕

高一新生活動 點滴上心頭

105年9月27~29日於日月潭青年活動中心辦理高一新生營活動，因「梅姬」颱風攪局，故更動於學校分二階段舉行，但是同學們的熱情依然不變，10月13日高一各班高喊著班歌及班呼，精神抖擻展開序幕。校長主持開訓典禮後，首先登場的是「綻放光華」，由學務處三位組長串場演出和家人溝通時常遇到的困境，並藉由輔導老師的說明讓同學們瞭解和家人的溝通技巧；緊接的是「軍歌比賽」，整齊的步伐、慷慨激揚的軍歌聲，迴盪在整個操場；下午的「拔河比賽」，上場同學賣力爭取榮耀、場邊同學盡力加油，現場畫面皆展現班級的團結一致。時間到了11月25日，同學滿心期待的「光華百分百(原光華之夜)」終於上場，每個班級均展現了精彩的團舞，這樣的氛圍也感染台下的班級，同學們的身體也隨著音樂的節奏律動，大家皆享受著這場比賽帶來的感動。結訓典禮上，主秘期許同學們「要學會說話的藝術，因為說話層次與內容就代表你這個人，所以應該要互相尊重，說合理的話、有禮貌的話，應該說合於對方身分的話，然後別人就會尊重你的為人。在你的未來生涯上，不會有正確答案，你們必須有不同的成長與付出。如果你們能按部就班的處理事情這樣是很好的，但如果你們要在按部就班之外獲得更好的事要靠自己的努力成長，因為老師不會陪伴你一輩子，父母也不會，你們終究要自己面對未來，放下幼稚的心態，才能成熟面對事情。」



雄壯威武的軍歌比賽



高一拔河比賽，全力以赴



闖關進站，精神喊話



光華百分百，舞動青春

珍藏回憶～105年高三公訓紀實

105年10月25、26、27日於溪頭辦理高三公訓，開場的「軍威軍容大闖關」使得同學為這次的公訓上緊發條，緊接著「體能競賽」讓同學體會團結共同完成的快樂與分享在一起的時光。晚餐後，同學平時練習許久的「光華之夜」如火如荼地展開，現場的氣氛隨著同學們的鼓舞渲染開來，除了同學們的勁舞之外，本次多位老師也帶來充滿歡樂的SOLO，精彩連連，好不熱絡！！收尾的「光華夜話」伴隨涼涼的晚風，老師和同學一同分享彼此的原諒與祝福之下進入了夢鄉。「貴重器皿」，以愛情起頭，使得同學了解愛情與親情都需要灌溉與培養，並且為這兩天精彩的公訓活動畫下一圓滿的句點。



晚會表演，各班熱情演出！！



結訓典禮，充滿感動與感恩



各班使出渾身之力展現班級特色



早晨的原住民舞蹈，熱力四射～

歡度61～慶耀光華

光華61週年的校慶、耶誕點燈活動在一連串的布置之下展開了它的奇幻之旅，旅程的開始，由童軍社為我們製作精神堡壘、室設與動畫連袂佈置教學大樓，讓學校過節及校慶的氣氛提升許多；12月2日點燈活動邀請高一新生活動的團舞表演，為本次的活動暖身；接著由高三各班共計23名「舞林高手」同台演出，同學們的掌聲及歡呼聲響徹雲霄，隨後「儀隊特技槍」的精心特技，讓現場同學的驚呼聲不斷；表演活動結束，恭請校長主持點燈儀式—「五、四、三、二、一，點燈」校園角落燈亮的那一刻，串起光華人的感動與記憶，並封存在真心的祝福裡，合唱團也為我們帶來「奇異恩典」及「這一生最美的祝福」為此時此刻的心情帶來溫暖。



高三舞林高手，熱鬧整個校慶

12月3日校慶活動在「樂儀隊」及「太鼓隊」的開場下熱烈展開，高三的公訓優勝的班級帶來精彩的團舞表演使得現場熱鬧不斷。比賽的鐘聲一敲，同學們等待已久的體能趣味競賽開始了，高一的「20人21腳」、高二的「趣味大隊接力」以及高三的「拔河競賽」，在校園各處如火如荼的展開，現場歡笑聲、加油聲不絕於耳。最後的頒獎典禮，同學們也給予得獎的班級熱烈的掌聲中，結束精彩的校慶活動。



合唱團帶來感性的耶誕歌曲



校慶20人21腳比賽，趣味橫生



師生拔河，充滿歡樂

活力社團～青春飛揚

105學年度，本校管樂隊、儀隊受邀擔任各項慶典及開幕活動表演，如「台中市遙祭黃陵春、秋祭國殤」；「友善國際勞工嘉年華活動」踩街活動；梧棲國中、太平國小以及東新國中的校慶開場表演；「我愛水資源宣導暨山城區全民運動大會」與「台中市105年度全民瘋鐵馬健行活動」的開幕表演等活動，凸顯本校樂儀隊的整齊劃一、精神煥發的活力。



壯闊的太鼓，震撼全場

「太鼓隊」、「合唱團」以及第一次報名的「弦樂團」參加臺中市學生音樂比賽暨師生鄉土歌謠比賽，各團隊在本次比賽皆獲得不錯的成績，並且代表臺中市參加106年全國學生音樂比賽決賽，太鼓隊獲得「優勝」、弦樂四重奏獲得「甲等」佳績。



弦樂團大合奏，弦音飄揚



悠揚的合音展現合唱團的實力



樂儀隊參加校慶表演，增添風采

壹、多元化親手動動看－勞作教育課程

★總務處

本校推行勞作教育活動多年，相關內容多元化，自本學年度暑假開始，已進行「教室粉刷」讓每天生活在教室內同學有一個清新的學習環境。提高學習效率，並從做中學習到油漆粉刷之技能，對於居住之環境整理有著正向之助益。「物品整理」活動教導同學對於物流之管理概念在眾多科目書的書籍、簿本中思考如何進行分類放置，精確的數量確認，有系統的正確地物品發放，學習到迅速、正確地將書書籍、簿本發放到同學。「園藝養護」，第一次活動，校園內之樹木認識及種植對環境的助益，校園植栽施肥作業，第二次活動，盆栽內金露花、六月雪樹苗種植至RB道路旁施作，第三次活動，將錫蘭葉、平戶杜鵑、野牡丹及蔓性馬纓丹等花苗種植盆栽內，並帶回教室養護等，可使同學學會樹木種植及養護等技能。



親身體驗種植的樂趣



同學們分工合作美化教室



動手做做看綠籬種植



新種植之校訓暨校徽

貳、105 學年度「光華 61-校慶、聖誕點燈佈置」

為慶祝61週年校慶、耶誕節及新年的到來，特擬訂「光華61一校慶、聖誕佈置計劃」，佈置、美化、裝飾校園，同時各班利用可回收資源設計製作聖誕樹置放在教室，讓校園充滿感恩、溫馨與喜樂。各班參與布置的同學非常用心從設計計畫、題材及材料使用、整理造型之規劃，到同學分工合作完成佈置。

經師長們評分結果如下：



三年級第一名 - 動畫三孝



三年級第二名 - 動畫三忠



三年級第三名 - 室設三忠



二年級第一名 - 動畫二忠



二年級第二名 - 室設二忠



二年級第三名 - 消防二忠



一年級第一名 - 室設一孝



一年級第二名 - 動畫一忠



一年級第三名 - 室設一忠

校友會專欄

下定決心當一回事

★學務處

謝坤達校友 畢業於85年電子科

現任於臺中市小英之友會執行秘書 光華高工校友會常務監事

很榮幸有機會回母校與學弟、學妹會面，感激學校用心栽培每位學生！在學期間因為接受嚴謹有序的教導，讓我在服兵役、踏入社會，較易融入人群、適應環境；學校培養我們的不只專業能力，在人際關係的奠定也讓我比別人順利。回想懵懵懂懂、年少輕狂的階段，學業成績並不亮眼，幸有老師及同學的協助、鼓勵，讓我逐漸進步，完成高職學業。「下定決心當一回事」是在母校課堂所記的一句話，凡事要做，就要用心完成。

回想踏入社會的時候，時機非常好，讓我少年得志，成為三家店的老闆，但在二十多歲時，生意失敗，花了好多年才東山再起；所謂「隨遇而安」，遇到困境一定要勇於面對、泰然處之。此外，待人處事應圓融，這也是母校賦予的重要觀念，提醒我做人要像圓潤的石頭，若我們像尖銳的石頭跟人碰撞，一定會有損害；有稜有角的石頭須靠時間與經驗磨出圓潤，我一直謹記在心。

適應社會最重要的就是保持團隊精神，有句電影台詞：「不想來這一組，但都已經來了，就視同一條船上的人，保持團隊精神。」坐以待斃不如奮起一搏；與其憂慮，不如立定目標，積極探索光明就像在黑暗中找尋燭火一般；無論今天要面對什麼，既然進行了，就堅持下去，將會感受自己比想像中還要堅強。

可以選擇浮躁，也可以想辦法改變現狀；可以選擇一起抱怨，也可以選擇互相鼓勵，要嘗試走出困境。生活本應豐富多彩，該不斷學習，以充實不足之處；用心體驗生命裏的每一天，選擇不同的路，就有了不同的風景、不同的成長經驗。

人生最具挑戰的就是「改變」，各位正準備前往下一個階段改變，希望能因改變而走向更幸福的日子。期待「光華人」對每件事都能下定決心當一回事，讓人生璀璨發光！

親子之間

父母和青少年的教養衝突是好事

★學務處

教養青少年，總會有衝突，但愈來愈多的研究顯示，衝突也許是好事。衝突處理得當，不但能讓青少年的心理更健康、親子關係更和睦，更影響青少年在家庭外的人際技能。青少年心理學家、《紐約時報》專欄作家麗莎·達穆爾（Lisa Damour），提出給父母的「作戰計劃」。

根據青少年面對衝突的反應，青少年心理學家、《紐約時報》專欄作家麗莎·達穆爾（Lisa Damour）將他們分為4種類型：攻擊型、退縮型、應承型、解決型。

傾向前兩種反應的青少年（升高衝突的攻擊型或逃避衝突的退縮型），最容易出現偏差行為。採取第三種方式而屈服於父母的應承型青少年，最容易出現抑鬱、焦慮等情緒問題。無法處理好與父母間衝突的青少年，在朋友之間甚至感情生活上也容易有相同問題。

養育有正面衝突能力的青少年

能夠正面解決與父母衝突的青少年，不但心理健康狀況良好，且不論他們身在何處，都能享有愉快的人際關係。所以，父母該如何養育能夠正面解決衝突的青少年？

研究指出，青少年解決衝突的能力，與他們的成熟度密切相關。成熟的人能夠從別人的角度來思考問題，不成熟的人則不能。當青少年成熟到可以從父母的角來思考問題時，父母、子女之間的衝突就可以是良性的。當青少年還不成熟時，父母、子女之間只能有惡性衝突。

人類大腦到了10歲的年紀，就應該發展出理解他人觀點的能力。在這個階段，父母應該做個好榜樣，示範如何從他人的觀點來考慮問題。理論上，父母也應該從青少年的觀點來考慮問題，這樣才能教出懂得替別人考慮的孩子。

父母和青少年都要把握衝突學習

可惜研究結果要應用在現實生活中，總不是那麼容易。衝突伴隨著激動，而我們只有在冷靜時能從別人的觀點考慮問題。想像一下：你的青春孩子回家，宣布他這個週末要去一個以前的同學家過夜，那個同學之前因為行為惡劣而被退學了。一般父母都會立刻喊：「絕對不行！」然後一般青少年都會立刻爆發，反抗父母。

如此，你們就失去了一次好好溝通解決衝突的機會。面對任何衝突，為人父母一開始都應該容許孩子提出的可能性，然後引導孩子考慮其他的可能性。例如，你可以先說：「我不確定那樣好不好。我需要先了解你為什麼要去麥克家過夜。」然後問孩子：「你知道為什麼我不太放心你跟麥克在一起嗎？」

當然，沒有一個爸爸或媽媽或孩子，必須無時無刻的替別人考慮。但我們要時時提醒自己，不要讓小衝突惡化，變成家庭中的毒瘤。在自己的意見和對方的觀點之間求取平衡的同時，你有機會更了解自己，你的孩子有機會更了解自己，你們有機會更了解彼此，也為你的青春孩子打下終身的人際技能基礎。

本文摘錄自親子天下/曾多聞