



## 終生學習

我們從出生後，就不斷為「適應環境」而學習，就像是住在「人際關係」的屋子裡；表情、語言、行為，甚至飲食、穿著，都是我們傳達想法與發洩心情的管道，為了維持人際關係的和諧與團體的融洽，接收、傳達與解讀每個訊息，成了我們在溝通和修養方面相當重要的課題。

例如老師對學生說：「你為何經常遲到？」學生可能會有「老師在刁難我、故意讓我難堪」，或者「老師是善意提醒我、希望我守時」……等不同反應。

如果這位學生選擇的是前者負面

不要再遲到囉！

下次  
我會  
守時  
老師



的解讀，就可能出現爭辯、否認和不予理會……等反應，日後與老師的關係也會受影響，但若接收後者正面的訊息，就能與老師產生良好的互動。

另外，學習和自己對話，也是一

文／何華國





種自我管理的方法，這與個人的修養有關。例如學生考試成績不及格，心中可能會有一「老師上課講不清楚、題目出得不好、評分不公平」，或「自己準備不夠、太過粗心大意」等等。要是學生認為都是老師的問題，內心一定會不服氣，相反的，若學生懂得自我檢視，了解是自己準備不夠、題目沒有看仔細、作答太過大意，就比較能接受考試結果。

一個人用再多的知識、能力取得名利、地位，得到再好的評價，如果不能涵養品德，善用溝通，那麼，人生的路可能很快便走到盡頭。因此，我們要以學習為生命的本質，這也是一種生活的基本技能！