

# 運用《西遊記》進行人際「衝突與挫折」 情緒智能教學個案研究

陳秋虹

正修科技大學通識教育中心講師

## 摘 要

《西遊記》是吳承恩據唐僧玄奘至天竺取經的軼事，加以整理、創造而成的一部神怪小說。取經團隊所遭遇的八十一難，象徵著人在追求理想時，必須面對各種困難與挑戰，方能抵達目標、修成正果。而青年期是身心調適、統整的重要階段，也是邁入社會的前哨站。此時期最需要發展的一項情意態度，是如何面對挫折與排除困難。本研究係運用《西遊記》為文本，針對人際「衝突與挫折」之情緒智能主題規劃行動教學<sup>1</sup>。

針對九十五學年度二技二班共 108 位學生為教學實施對象，採用之教學方式：一.運用讀書治療法進行故事主題教學；二.透過經驗省察法，進行知、情、意協調統整教學。研究結果顯示學生在察覺情緒、分析情緒與承擔情緒態度均有明顯進步。

**關鍵字：**《西遊記》、情意教育、情緒智能、衝突與挫折

---

<sup>1</sup>本課程緣於九十五學年度榮獲正修科技大學教學卓越計畫 A—提升教學品質計畫之經費補助規劃創新數位教材，試圖在古典小說課中引導學習新方向，研究過程除了以「布袋戲」錄製互動式情境數位教材外，教學規劃有：1.從心理學角度進行情意教學；2.融入「創意偶戲」體驗教學。在九十五學年下學期於大學部通識小說選修課融入「創意偶戲」體驗教學；二技二班歷代文選課進行情意實驗教學。本研究乃此項行動教學研究成果之一。

## 壹、緒論

### 一、研究動機與目的

面對全球化競爭時代的來臨，將「通識教育」與「專業教育」視為技職教育的雙璧，平衡發展；培養學生人文精神、職業道德與學習核心素養<sup>2</sup>，以適應高度競爭的社會，是技職教育普遍之共識（林美和、黃明月等，2007；劉若蘭，2007）。故融入情意教學於授課內容，應是重要課題。

情意的概念是由「感情」與「意志」兩詞所組成，張春興（1989）對情意教育的定義是，情意教育的目的在使學生學到適當的感情表達，學到與人相處時體恤的情操，從而培養其自愛、愛人、被愛的能力。魏美惠（1999）提出情感教育或謂情意教學是指以激發學生情性朝良善面發展的一種教學型態。其目的在於培養其正確的人生觀及良好的生活態度，激發個性朝向光明面發展。故情意教學即是以「人」為中心的生命教育，融入課程教學，同時也可為學生儲備將來面對社會生存及與人相處的能力。

筆者教授青年階段的學子，青年期在人格發展而言，是身心調適、統整的重要階段，也是邁入社會的前哨站。此時期存在很多心理的問題，如對異性追求、學業成就、物質誘惑等，因客觀條件限制，失敗的經驗很多。多數人對未來缺乏信心，在情緒上常充滿焦慮與恐懼（張春興，1991）。此時最需要發展的情意態度之一，是學習如何面對挫折與排除困難（江文慈，1999）。

挫折一詞含有兩個涵意，一指阻礙或干擾個體活動的挫折情境而言；另一指個體動機受阻後所引起的情緒狀態而言（張春興，1989）。本研究將以《西遊記》二十七回為授課文本，進行人際「衝突與挫折」之情緒智能教學。教學法有二：其一故事閱讀法，運用讀書治療（bibliotherapy）討論方式；其二經驗省察法，參考鍾聖校「溝通理性感性教學模式」進行行動教學研究，研究目的如下：

1. 在《西遊記》教材中融入「運用讀書治療法進行故事主題教學」、「經驗省察法」兩種教學模式，並考察教學方式之適切性。
2. 考察學習者對數位教材之學習觀點。
3. 經過引導學習後，從察覺情緒、分析情緒與承擔情緒態度三面向，考察學習者情緒智能之學習成效。

---

<sup>2</sup>近年各國為確保國家發展和競爭力，除進行一連串教育改革及制定終身學習政策外，紛紛提出國民核心素養(core literacy)或關鍵能力(key competency)作為教育目標或成效指標的基礎。強調透過教育過程，培養學生終身從事學習的習慣與行為，並具備學習的知識與技能，以不斷自我學習與成長，適應社會變遷與生活（林美和、黃明月等，2007）。

## 二、研究問題與對象

英語中的青年期(adolescence)一詞，源於拉丁語的 *adolescere*，原意為「成長到成熟」。生理上是從第二性徵出現直至性成熟；心理上則是從脫離兒童期到意識、情緒與社會適應等方面的成熟階段(魯逸)<sup>3</sup>。這個時期的任務是要完成進入成年期的各種準備(張春興，1989)。這階段發展最大課題是尋求自我認定，對性格、人際關係、異性交友、未來發展之類的煩惱會增加(李惠加，1997)。青年人身心的發展、學會獨立生活、解脫困境以及人格的完善，都是在人際交往過程中實現，此時期最需要發展的一項情意態度，是如何面對挫折與排除困難，而「人際挫折」與「學習挫折」是最常引起青年情緒困擾的事件(江文慈，1999)。基於上述之體認，本論文將針對提升人際挫折之情緒智能進行行動教學研究。

研究配合授課之班級而實施，在歷代文選之小說選讀時間進行教學實驗，授課對象是二技企管與幼保兩班學生，共 108 人。為客觀體察學生目前困擾之問題與處理方式，以助課程設計，授課前先以無記名方式進行「困擾問題與情緒處理考察」，問卷(詳見附錄問卷 1)結果如下表 1：

表 1 學生困擾問題與情緒處理考察表 有效人數 108 人

困擾情緒問題	人際衝突處理	處理情緒方法
課業困擾 54.6%	暫時冷靜再思考做法 45.4%	找朋友談 50.4%
感情困擾 13.9%	跟對方理論清楚 24%	轉移情緒 <sup>4</sup> 41.3%
交友困擾 13.9%	容忍對方 21.3%	找家人(父母兄長)或師長
健康困擾 12%	反擊對方 9.3%	談 8.3%
親子衝突 4.6%		
經濟困擾 1%		

由表 1 可獲得以下訊息：

1. 研究對象困擾之問題，目前以課業困擾排第一；感情困擾；交友的困擾並列第二，其中感情、交友與親子的困擾均涉及人際相處，顯示有 32.4% 學生有人際之困擾。
2. 與人衝突時會暫時冷靜再思考做法者佔 45.4%，人數比最多，但未過半；仍有 54.6 % 以跟對方理論清楚、容忍或反擊之方式面對，顯示處理人際衝突仍有學習空間。

<sup>3</sup>魯逸(未詳)青年期心理衛生。2007.12.3 取自中國大百科全書

<http://db2.library.ntpu.edu.tw/cpedia/Content.asp?ID=4868&Query=4>

<sup>4</sup>做其他事以轉移情緒方式，學生自填內容有：看書、寫日記、運動到累、看電視、外出散心、聽音樂、唱歌、看搞笑片、玩電玩、上網、睡覺、做家事、抽菸。

3. 情緒處理方式以找朋友談 50.4%居多數，找父母或師長談 8.3%，顯示尋求人際協助以處理情緒困擾者佔 58.7%，顯示人際（尤其是朋友）對這階段人格發展的重要性。因衝突處理是人際重要課題，也是情意教學之重點。綜觀社會新聞中因人際處理不當而衍生悲劇之事件頻傳，故知，提升人際間「衝突與挫折」之情緒智能有其必要性。

## 貳、文獻探討

### 一、情緒智能與情意教學

因情緒會對身體、人際、行為，甚至人格發展造成影響，值得重視。在青年後期已經能瞭解不適當的情緒表現所帶來的社會意義，也促使青年很想要學習並做好情緒管理（李惠加，1997）。情緒是人類行為中最複雜的一面，心理學者多避免對之下一定義，張春興（1991）的情緒界說，提出四個要點：（1）由環境刺激所引起（含內在與身外環境之刺激）；（2）是主觀的意識歷程（當事人才能體驗出，他人無法真正理解，故心理學家常以內省法蒐集資料）；（3）具有動機之作用（常被視為觸動個體行為的驅力）；（4）表現於個體生理上與行為上的變化（p160）。因言簡意賅，本課程將此四要點納入教學活動體察之要項。

何謂情緒智能(EQ)？情緒智能就是能夠體察自己與別人的情緒，處理並運用情緒訊息來指引自己的思考與行動，所以情緒智能包括情緒的評估、表達能力；情緒的調整能力與情緒的運用能力（蔡秀玲、揚智馨，1999）。能否「了解感覺」、「妥善處理情緒」，才能真正掌握自己，過著較為幸福美善的生活，這正是情緒教育的基本目標，所以情緒智能有賴涵養於協調統整的生命教育之中。筆者自製情緒智能簡化圖於下：

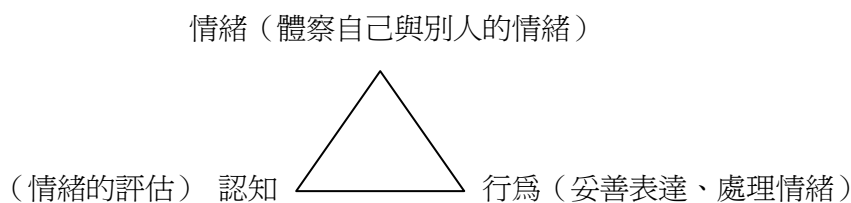


圖 1 情緒智能簡化圖

鍾聖校（2000）在「溝通理性、感性教學模式」中，對情意教學提出包括人文素養與情意素養之內涵：情意素養是對喜、怒、哀、樂等情緒的認識；對影響情緒因素之認識；反省情緒的能力；改善情緒的能力。人文素養是指涉及人性、情感、意義、價值判斷之內容，可從閱讀文、史、哲方面書籍或作品、與自己人生體驗著手。透過理性與感性能力的交互作用，

產生內在體驗。在教學上鍾聖校認為想要促進理性、感性之溝通，首先要使感性能流露出來，教學應提供一種或多種管道，讓感性能出「場」，與理性有打交道的機會。所以教學過程強調「體驗」的重要，深為筆者所認同<sup>5</sup>。課程中規劃「體驗教學」部分，採用方案有二，分述於下：

1. 故事閱讀法：鍾聖校引用 Bruner (1986) 故事性思考概念，認為人在參與文藝作品的表演、閱讀、觀賞時，特別具有引導深度感情的功能；唐淑華 (2004) 之研究則進一層探究讀書治療 (bibliotherapy)<sup>6</sup> 的各類討論方式，並運用《西遊記》，在小學進行十三堂課情意教學實驗。筆者參酌上述二位學者觀點，在小說教學中融入讀書治療四步驟<sup>7</sup>，進行問題引導教學，將詳述於肆「教材設計與實施」中。
2. 經驗省察法：本教學法將透過理性與感性的交互作用，產生內在體驗，以協調統整為終極目標。歷程如右：生活體驗→情意流露與察覺→理性溝通→理性、感性協調。茲將課程中所規劃體驗學習歷程與理論，統整於表 2：

表 2 體驗教學法與理論解析表

	體驗教學法	學習歷程	理論分析
1	故事閱讀法	(1) 確認故事主要問題	認知階段
		(2) 了解主角的感覺、想法與處理方式	省察階段
		(3) 將故事與自己類似的生活經驗作比較	比較階段
		(4) 將所學應用於生活中	應用階段
2	經驗省察法	(1) 衝突事件狀況描述	感性體驗
		(2) 造成怎樣的結果	情意流露與察覺
		(3) 如何處理	理性反省
		(4) 事情中學到什麼？	理性、感性協調

<sup>5</sup>鍾聖校提出二種方式「經歷事件」：1. 實際經驗（如實作、角色扮演、戶外教學、社區服務）2. 透過多元的感官管道（如影片欣賞、文史哲書及文章之參照）幫助學生找到替代性的經驗。（鍾聖校，2000：p102-107）。

<sup>6</sup>王萬清（1999）綜合各家看法提出：讀書治療是諮商員利用圖書為媒介，激發當事人產生新的認知態度和行為，以解決問題的心理治療方法（轉引自唐淑華，2004：P32）。

<sup>7</sup>本課程參酌 Hynes 與 Hynes-Berry 讀書治療步驟：步驟一確認階段，確認當事人能夠了解故事中所觸及的經驗；步驟二省察階段，幫助當事人將自己想法和感情投射於故事之中，察覺當事人的某些觀點；步驟三比較階段，將當事人將省察過的感覺和觀點，與作品中的角色進行比較，以產生新的體悟；步驟四自我應用階段，主要是使當事人評估、統整、自我覺醒與改變。（詳參唐淑華，2004：p32-37）

## 二、運用《西遊記》進行情意教學之相關研究

《西遊記》是吳承恩據唐僧玄奘至天竺取經的軼事，加以整理、創造而成的一部神怪小說。全書以西天取經為主軸，以悟空誕生、大鬧天庭為開頭，如來說法、觀音奉旨為取經的緣由，最後歷經重重難關，才取經成功。作者除了巧妙地以孫悟空降魔伏妖，反映了當時社會的混亂，唐三藏所遇的八十一難，也象徵著人在追求理想時，必須面對各種困難與挑戰，方能抵達目標、修成正果。這本老少咸宜的神怪故事至今仍能吸引學者與教師進行情意探討與教材。在此領域耕耘有成之學者唐淑華有多篇相關研究，如〈閱讀課裡的情意教育—以西遊記為例〉、《說故事、談情意—西遊記在情意教學上的應用》等。在《說故事、談情意》中，研究者嘗試以故事討論的方式，將《西遊記》轉化為十三堂情意課，在兩所國小進行實地教學，並詳載教學理論、實施歷程與回饋，兼具理論與實務性，可為實施情意教學之教師提供良方，是筆者本次教學重要參考資料。

唐教授指導之學生施亨達（2002）以電腦輔助教學軟體對國小五年級學生挫折容忍力之研究—以《西遊記》為例。此研究旨在應用多媒體科技發展電腦輔助教學（CAI）軟體教材，並據以分組實施教學實驗，以探討學生在學習過程中挫折容忍力的變化。實驗組成員接受每週二次，每次六十分鐘，共計十次的教學實驗，至於控制組學生方面，並不接受任何教學實驗，僅透過電腦欣賞《西遊記》的動畫。研究後發現實驗組受試在挫折容忍力量表的得分上，與控制組受試沒有顯著差異。可知情意教學應結合體驗學習之引導，方更具成效。

蔡弘德（2003）中國經典小說應用在九年一貫「藝術與人文」領域之教學設計研究—以《西遊記》為例。研究者依照「藝術與人文」的基本理念，運用《西遊記》故事情節編擬教案，於小學中高年級進行統整教學實驗。其教學設計除了視覺、音樂、表演藝術能力指標外，歷程涵蓋情意之學習與引導。研究結果顯示學生有高度學習興趣，又因故事內容提供豐富的情意題材，學生也自覺受益。

王錦（2000）《讀『西遊』善待挫折》是一本通俗且具啟發性的書籍，本書作者認為挫折能夠左右人的情緒，也能使人的心理承受力得到鍛鍊、激發潛力。書中詳細分析悟空遭遇的各種挫折與面對挫折方式，並引述古今許多名人經驗來佐證如何善待挫折。本書雖非研究專書，但是貼近生活經驗，可作為修課生之入門參考書。

本行動教學參酌前賢觀點與研究經驗，不同之處在本次教學場域設定在青年期學子，規畫「人際衝突與挫折之情緒智能」主題式學習；教材上除了輔佐以自製之「從心理學看《西遊記》」數位教材，文本閱讀直接採用《西遊記》原典；教學方法上結合多種學習模式，如課前數位教材自我學習、課堂進行議題討論、課後設計一週生活經驗省察與報告分享，並上網填寫學習單進行學習反思，以期達到更佳學習效果。

## 參、研究架構

為增進學生思索人際衝突問題解決方式之情緒智能。本研究採行動教學法之設計，「行動研究法」(action research)顧名思義就是將行動和研究結合起來。以問題意識為起點，設計「教室是課程發展的行動研究實驗室」之教室氛圍(蔡清田，2007)，由實務工作者在實際工作情境中，根據教學活動上所遭遇的實際問題進行研究(李堅萍、洪瑾琪，2003)。本研究乃透過《西遊記》故事，進行「衝突與挫折」之情緒智能教材規劃與引導。研究架構流程如下圖所示：

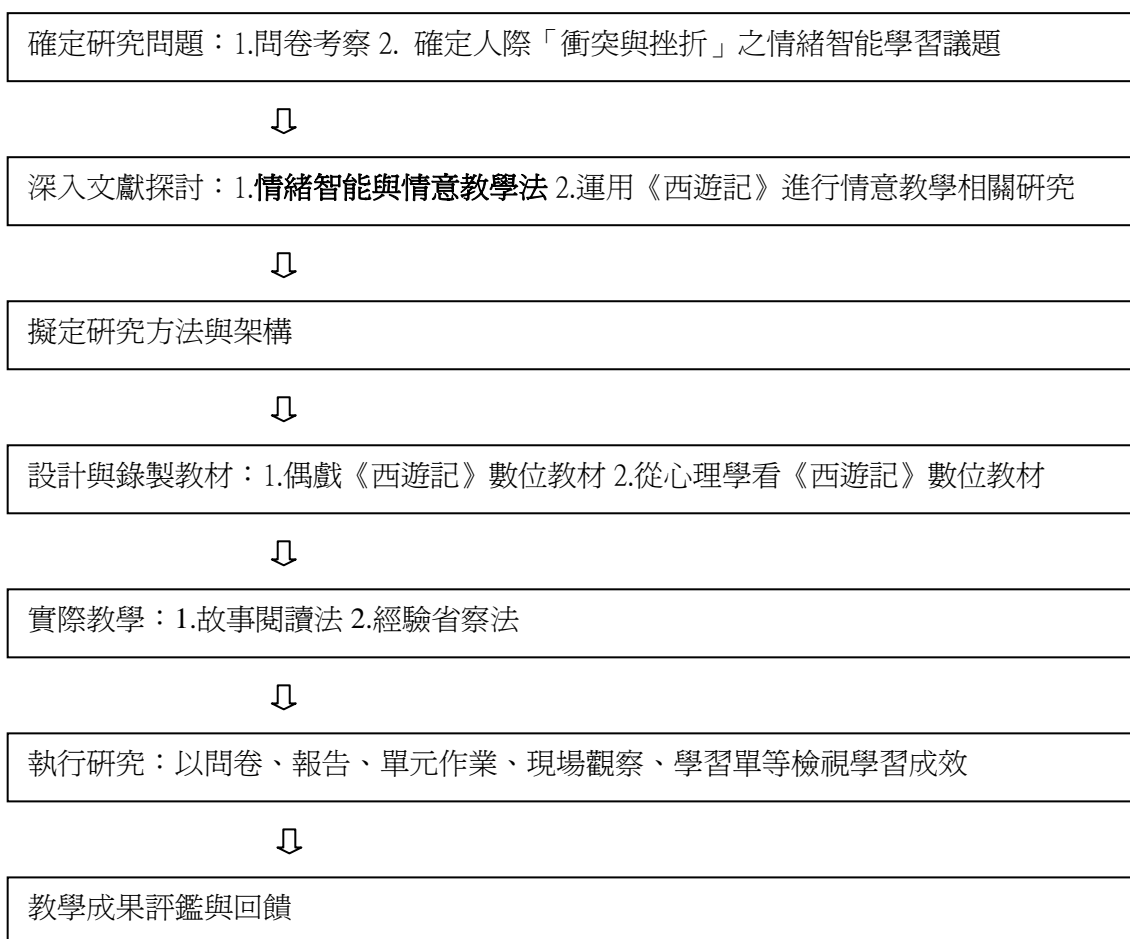


圖 2 研究架構流程圖

圖 2 架構說明：

- 1.確定研究問題：從問卷剖析後確定以人際衝突之情緒智能學習為研究重點。
- 2.深入文獻探討與腳本設計：行動前準備工作，歷時約半年。
- 3.錄製數位教材：錄製工作於 95 學年寒假期間完成。

4.實際教學：於 95 學年下學期完成授課。

5.研究資料：包括學生的學習單、報告、問卷調查表，以及研究者本身的教學省思、現場觀察等文件以檢視學習成果。

## 肆、設計與實施

故事除了做為娛樂與休閒的一種方式，近年來在教育上的價值，廣泛被心理學與教育學者所認同（唐淑華，2004）。在中國古典小說領域，《西遊記》是一部神怪類巨著，作品兼容人生哲理與奇思幻想於一書。李文佯說一部《西遊記》通篇只寫了兩件事：走路與挫折。挫折能左右人的情緒，也能使人心理承受力得到鍛鍊，激發創意的潛能（王錦，2000：序）。此書為我們提供了對待不同種類挫折的態度和方法，內容切合情意教學主題，故為本次教學首選之文本。

由於歷代文選課之「小說選讀單元」時間僅規劃三週，每週二堂課，為節省文本閱讀時間採取單元精讀方式，又結合網路教學法，讓學生利用課餘時間自行上網學習。課程進行方式如下：

第一週：課堂進行文本導讀，學生課後上網精讀線上教材。

第二週：結合讀書治療法之步驟，引導課堂互動討論；課後學生以一週時間進行生活經驗考察與紀錄，並在線上進行學習心得分享。

第三週：分組進行經驗考察分享報告；課後填寫線上學習單，以建立學習自覺。

九十五學年度，筆者與工作小組著手「讀故事，學情意」數位教材準備工作。針對《西遊記》二十七回「屍魔三戲唐三藏，聖僧恨逐美猴王」故事，錄製「偶戲《西遊記》」與「從心理學看《西遊記》」二則數位教材，設計目標在「人際挫折之情緒智能」學習。從蒐集相關資料、研讀、討論、教案設計、腳本撰寫到進行錄製，影音後製完工，歷時約半年。分述於下：

### 一、錄製數位化教材

#### （一）偶戲《西遊記》數位教材（參見圖3）

偶戲數位教材部份由協同教材研發專業技士方素真小姐以校外臨時工式，招集霹靂後援會之業餘成員進行錄製。期間經歷：租賃專業木偶改造、配樂、道具製作、片場佈置、拍攝、3D 動畫後製、音效合成處理等過程，並建置互動學習網站。本教材以情境式引導為設計手法，設計者在悟空與師父衝突橋段，錄製不同選項以引導學習者進行思辨「在人際衝突點拐個彎



(不同的思考)，可看見不同的未來(發展)」。片長 4 時 46 分，以國、台語雙聲口白錄音<sup>8</sup>。

## (二) 從心理學看《西遊記》數位教材(參見圖 4)

此教材錄製方式，採情境設計與讀書治療法之引導步驟，簡要說明於下：

1. 先擷取一段事先錄製之偶戲《西遊記》片段，作故事情境引導
2. 運用心理學理論進行故事分析，讓學生體會角色遭遇的問題(認知層面)
3. 以提問方式，引導學生設想故事中的角色如何面對問題(省察層面)
4. 引導學生將故事中角色之困惑與自己的生命經驗作對照(比較層面)
5. 省思在現實世界中如何處理相似的問題(應用層面)

本則數位教材之內容規劃與故事閱讀引導，將詳述於下節中。

圖 3：布袋戲數位教材



說明：(圖 3-1) 教材片頭

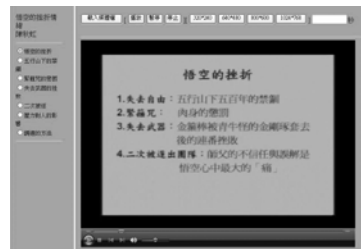


(圖 3-2) 教材內容畫面一景

圖 4：從心理學看《西遊記》數位化教材



說明：(圖 4-1) 影片引導畫面



(圖 4-2) 內容講解

## 二、故事閱讀引導

### (一) 認知角色遭遇的問題

依 Maslow (馬斯洛) 的需求層次理論，人最基本層次是生理需求(physiological needs)，第二層則是心理(安全、保護)需求，第三層則是社會需求(歸屬 belongingness needs)，第四層是自尊(self-esteem)需求，最頂層是自我實現需求(self-actualization needs)。現代諸多學者突破

<sup>8</sup>因時數所限，課程中偶戲數位教材並未實施，僅列為參考教材。

過去以為這些需求是下層滿足後，才追求發展上層的推疊層次論，而採取較多元的看法，認為所有的需求是同出現在所有人身上，如果突然的情緒或身體剝奪可能會導致「較低」的需求重新醒覺（鍾聖校，2000）。為使學生更了解這部故事所隱涉的人性心理層面與角色遭遇的困境，本教材套用「需求層次理論」探索《西遊記》二十七回故事，如圖 5：

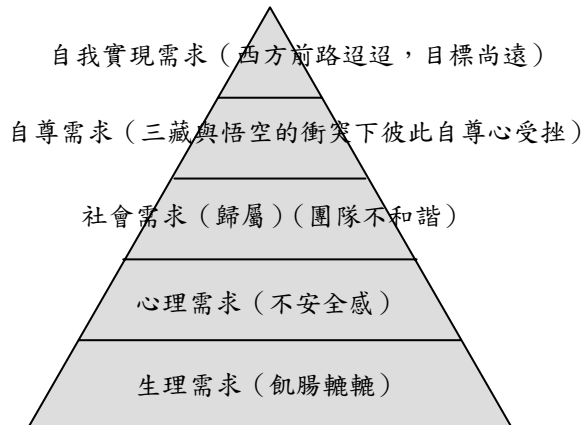


圖 5 以 Maslow（馬斯洛）的需求層次理論探索《西遊記》示意圖

從圖 5 可明顯看出這個取經團隊所遭遇的內、外困境，在五個層面均是嚴峻考驗：

1. 帶月披星，餐風露宿：西行之路經常是「前不巴村，後不著店，有錢也沒買處，教往哪裡尋齋」（二十七回），所以帶月披星之勞與飢寒交迫之苦，時常考驗這團隊成員。
2. 自然環境險峻：故事中師徒一路走到天竺，跋山涉水，經歷峰巖重疊，妖魔出沒的險峻之路，無非是一種生死考驗與心靈淬鍊。在環境壓力之下常使肉體凡胎的唐三藏恐懼不安。
3. 人為情境衝突：「孫大聖有不睦之心，八戒、沙僧亦有嫉妒之意，師徒都面是背非」（五十六回）為贖罪而結合的團隊，貌合神離，是個不和諧的組合。師徒四人性格有異、理念不同、尚未同心，所以一路上外有環境險峻的挑戰，內部有團隊人員不和諧的衝突，時起爭端，衝突事件會因外來的誘因（如白骨精）而引爆，顯示此團隊在社會需求層面充滿不安全感。
4. 自尊需求受挫：在衝突下，孫悟空會以語言激怒唐三藏，豬八戒會因嫉妒而挑撥，造成孫悟空與唐三藏自尊心都受挫。
5. 自我實現需求未成：西方前路迢迢，目標尚遠。

## (二) 探索角色的情緒智能

上節套用需求層次理論分析，引導學生察覺故事中角色所面對的困境，進而探索這三個角色面對困境時反映的情緒智能<sup>9</sup>：

### 1. 唐三藏的情緒智能

情緒、行爲、認知就如同等邊三角形三個角，如圖 1 所示，有著互相牽動的關係，此節從這角度分析二十七回故事中唐三藏的情緒智能，見圖 6：

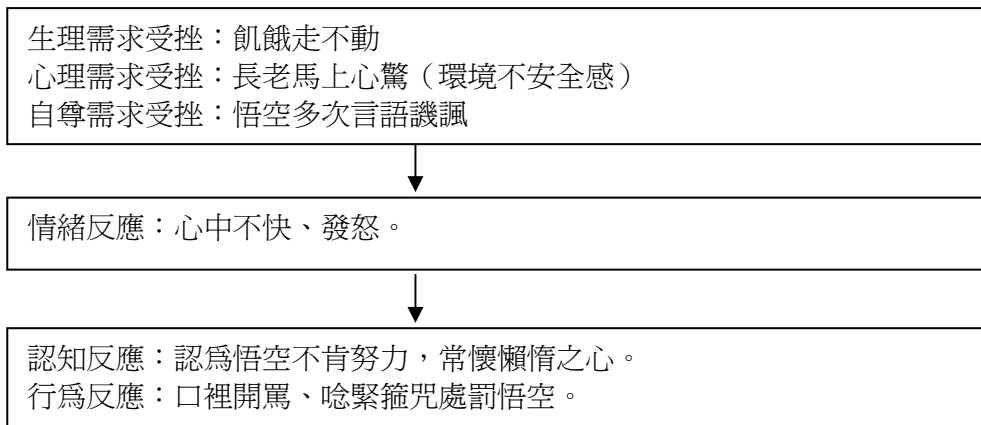


圖 6 唐三藏的情緒智能分析圖

個體如果不能了解自己與他人的情緒狀態、有效的引導情緒、合宜地表達情感，情緒、認知與行爲便會偏差或喪失功能而影響生活（蔡秀玲、揚智馨，1999）。

從上圖顯見三藏雖為團隊領導者、也是高僧，但在吳承恩筆下是肉眼凡胎、平凡眾生，情緒智能不高，受挫折情緒牽引也會出現負面的行爲反應。

故事閱讀引導：

- (1) 此則故事，三藏出現幾種負面行爲反應？悟空如何對應？他對應方式有達到溝通效果嗎？（省察層面）
- (2) 生活中面對類似的情境，對象是（長輩或長官），你認為應該怎樣做較好？（比較層面）

### 2. 豬八戒的情緒智能

豬八戒是全書最重要的陪襯人物，憨厚純樸，是孫悟空的好幫手。但是，也有不少缺點，他對事業缺乏堅定的信念，遇到困難，就退縮動搖；愛占小便宜，嫉妒心強，好搬弄是非。他的小聰明又具有一種憨厚蠢笨的特點，往往弄巧成拙，自食其果。在故事中是個喜劇人物，作者對他的描寫，也隱含對人性中小私小利意識的批評。

什麼是嫉妒心？貝西·柯罕（1995）指出嫉妒是一種不愉快的感覺想得到屬於別人的東

<sup>9</sup> 二十七回沙悟淨因戲份少而從略。

西，若是得不到就會很不舒服；並借用美國著名的心理學家喬依斯絲·布朗德的說法：「嫉妒是許多人對生活感到不滿意的主因，可是，因為我們覺得有嫉妒的想法是不光彩的，所以並沒有好好地正視這問題並探究緣由」。青年期是學習自我探索、自我肯定的階段，若自認不受欢迎，表現不夠好，不論事實是否如此，都會產生較為消極的概念（李惠加，1997），在此節將引導學生探索人際間不可避免的「嫉妒心」。

故事中的豬八戒在天界受挫下凡，投錯豬胎長相受挫；會被女人嫌、感情路不順；本事沒孫悟空強，能力受挫。因此西行路上，豬八戒的嫉妒心常被挑起，會挑撥師父報復孫悟空。也常萌生退路，現實感與憂患意識較強。

故事閱讀引導：

- (1) 八戒應如何找回自信心？不善處理嫉妒心對自己與團隊會造成多少影響？（省察層面）
- (2) 你也有過嫉妒的情緒嗎？如何面對？（比較層面）

### 3. 悟空的情緒智能

故事中本領高、個性傲的孫悟空遭遇挫折磨難也最多，依照王錦的整理有孤獨的挫折（五行山下五百年的禁錮）、多次失去武器的失敗、降職的挫折（從齊天大聖跌到五行山禁錮）、人格壓抑（唐僧緊箍咒之處罰）、遭遇小人的挫折（八戒搬弄是非）、被誤解的挫折（師父的不信任）等，所以陪伴師父取經的西行路，也是孫悟空情緒智能的修行路。以下從孫悟空三次離開團隊的情節，考察他面對挫折時情緒智能的增長：

- (1) 第一次離開是負氣，撇下師父（第十四回）

倨傲怠慢之心是自信果敢的孫悟空性格上的缺陷，一生受不得人氣，他見唐三藏緒緒叨叨，按不住心頭火發，使一個性子，將身一縱，說一聲：老孫去也！撇得那長老孤孤零零，點頭自歎，悲怨不已。悟空別了師父，徑轉東洋大海水晶宮。龍王借張良「圯橋進履」的故事點醒悟空成就大事者，必須在性格上多加磨練：「若不保唐僧，不盡勤勞，不受教誨，到底是個妖仙，休想得成正果」。龍王說服悟空返回師父身邊。

- (2) 第二次離開，是首次被師父驅逐（第二十七回）

白骨精衝突事件中孫悟空首次被師父驅逐，只能感傷落淚重返花果山。當唐三藏被黃袍怪擄去，再度罹難，束手無策的豬八戒只好到花果山，義激猴王解救被變成假虎的師父。當行者看到被妖術變成一隻虎…笑道：「師父啊，你是個好和尚，怎麼弄出這般個惡模樣來也？你怪我行兇作惡，趕我回去，你要一心向善，怎麼一旦弄出個這等嘴臉？」（第三十一回）可見行者雖不改言語譏諷毛病，但也賣力救師父。經這一番折騰，唐三藏表示對行者感激之情，也體認孫悟空在取經之路功勞第一，也是不可或缺的助手。

- (3) 第三次離開，是再次被師父驅逐（第五十七回）

這次孫悟空因為打死許多草寇，被唐三藏唸咒驅逐，見師父更不回心，沒奈何，只得駕筋斗雲，起在空中，忽然省悟到普陀崖尋求仲裁者（觀音菩薩）協助，為這次衝突事件論斷是非。經觀音菩薩點明「這人身打死，還是你的不仁」，讓孫悟空明白在此事件中自己也有錯。對照二次被逐，第一次，孫悟空感傷落淚重返花果山；第二次，已能較冷靜面對，尋求外來的資源，以有效處理二人的衝突。

故事閱讀引導：從孫悟空三次離開唐三藏，考察他處理師徒衝突方式有何改變？（省察層面）

### （三）認知師徒的衝突情境

楊慕慈（2002）在《人際關係與衝突》中提出傳統中國人強調「安定」與「團結」，一切講求「以和為貴」，認為「衝突」是有害的。因為它讓我們覺得很不舒服。然而，衝突本身並不一定會傷害人際關係，傷害往往是因為我們在處理衝突時，使用了不當的方法所致。我們每個人都有自己獨特的理念、經驗、特質、動機與行為模式，因此人與人互動之時，難免會有衝突發生，重要的是合宜的處理衝突，而非壓抑衝突。本節就二十七回唐僧與孫悟空間的衝突情境分析，以認知衝突的內、外在原因：

#### 1. 身分、立場、地位不同的衝突

孫悟空一棒打死白骨精化身的姑娘，認為「他實有心害你。我倒打死他，替你除了害」，唐僧道：「你在這荒郊野外，一連打死三人，還是無人檢舉，沒有對頭；倘到城市之中，人煙湊集之所，你拿了那哭喪棒，一時不知好歹，亂打起人來，撞出大禍，教我怎的脫身」，為何二人看此事件觀點如此不同？

故事閱讀引導：

- （1）從身分、立場、地位角度思考唐僧與的悟空對事件的處理方式。（省察層面）
- （2）現實生活中是否有因彼此身分、立場、地位不同而造成衝突經驗？如何站在對方立場思考問題？（比較層面）

#### 2. 價值觀與意識形態的衝突

行者睜火眼金睛觀看，認得那女子是個妖精，放下鉢盂，掣鐵棒，當頭就打。唐僧表達「出家人時時常要方便，念念不離善心」、「掃地恐傷螻蟻命，愛惜飛蛾紗罩燈」，秉持善念，決不輕傷性命是出家人的理念；因而認為「行者步步行凶，是個無心向善之輩，有意作惡之人」。而行者認為「他實有心害你」打死是除害，以暴制暴。

故事閱讀引導：

- （1）從價值觀的衝突上考察唐僧與行者信念的差異。（省察層面）
- （2）在現實生活中不同價值觀的兩人有辦法溝通嗎？如何處理較恰當？（比較層面）

#### 3. 溝通不良，言語的衝突

在此擷取悟空與三藏的溝通用語，以顯示「用語不慎」是人際衝突的引爆點：師父肚子

餓了，行者陪笑道：「師父好不聰明。這等半山之中，前不巴村，後不著店，有錢也沒買處，教往那裡尋齋」；孫悟空見三藏不辨善惡，道：「師父，我知道你了。你見她那等容貌，必然動了凡心」三藏被他這句言語，羞得個光頭徹耳通紅；悟空被趕走時，道：「我去，我去，去便去了，只是你手下無人。」唐僧發怒道：「這潑猴越發無禮！看起來，只你是人，那悟能、悟淨，就不是人？」唐僧道：「我不要你做徒弟。」行者道：「你不要我做徒弟，只怕你西天路去不成。」唐僧道：「我命在天，該那個妖精蒸了喫，就是煮了，也算不過。終不然，你救得我的大限？你快回去！」行者拜別時，唐僧不肯接受，道：「我是個好和尚，不受你歹人的禮」、「我是個好和尚，不提你這歹人的名字」等。

故事閱讀引導：

- (1) 考察行者與三藏的溝通用語，何處是造成二人衝突的引爆點。(省察層面)
- (2) 思考日常生活中「說話的語氣」對溝通造成的影響。(比較層面)

#### 4. 部門間（團隊裡）的利益衝突

以八戒多次唆嘴，激化唐僧與悟空的衝突事件，考察團隊裡的利益衝突。

故事閱讀引導：

- (1) 不同性格的悟空與八戒如何合作？若你是領導者（唐三藏），如何帶領這個團隊？  
(省察層面)
- (2) 生活中是否有類似經驗？如何讓團體中成員從競爭成為合作者？(比較層面)

### 三、經驗省察引導

本節教學方式是請修課生以一個星期時間，作生活中衝突事件考察，進行方式與運用理論簡要說明於下：

1. 衝突事件狀態描述（感性體驗）
2. 造成怎樣的結果（情意察覺）
3. 如何處理（理性反省）
4. 事情中學到什麼（理性、感性協調）
5. 選一則生活考察學習作線上分享
6. 課程中進行小組分享
7. 填寫學習單（詳見附錄之學習單）

## 伍、研究結果

本研究藉由學生的學習單、報告分享、問卷調查表（詳參附錄問卷 2），以及研究者本身的教學省思、現場觀察等文件，以檢視學習者對教材、教法之觀感回饋與學習成效。詳細分析於下：

### 一、教材、教法適切性之評估

本課程運用「從心理學看《西遊記》」數位教材與二種教學法，以下以問卷作學習觀感評估：

#### （一）學習者對數位教材之觀感評估

表 3 「從心理學看《西遊記》」數位教材之學習觀感評估表 有效人 108 人

學習項目	很有幫助	有幫助	普通	極少幫助	沒有幫助
對課程理解	39.5%	44.7%	15.8%	0	0
對課程延伸探討	28.9%	47.4%	23.7%	0	0
對增加自我情緒管理	21.1%	50%	28.9%	0	0

課程中運用「從心理學看《西遊記》」數位教材，無記名問卷考察學習者的體會，有 84.2% 認為對課程理解有助益（很有幫助或有幫助）；76.3% 認為對對課程延伸探討有助益；71.1% 認為對增加自我情緒管理有助益，是知本教材受到過半數學生肯定。

#### （二）學習者對教學法之觀感評估

表 4 教學法對增加情緒認識與管理評估表 有效人數 108 人

學習項目	很有幫助	有幫助	普通	極少幫助	沒有幫助
故事閱讀法	21.1%	50%	28.9%	0	0
經驗省察法	22.9%	48.6%	25.7%	2.9%	0

從上表得知：對課程運作之兩項學習法均有超過七成一（認為很有幫助與有幫助者：故事閱讀法佔 71.1%、經驗省察法佔 71.5%）的學習者表示對增加自我情緒認識與管理有助益。為了解學生實際收穫，將從學習單等作深入分析與評估。

## 二、情緒智能之學習成效

情緒智能表現在能夠體察自己與別人的情緒，處理並運用情緒訊息來指引自己的思考與行動，包括情緒的評估、表達能力、情緒的調整能力與運用能力，這也是情緒教育的基本目標。本行動學習設計故事省察層面、對應自己經驗的比較層面、應用於生活層面三階段，從學習單、報告分享與教學觀察等文件，考察學習者在學習歷程中情緒智能的學習成效。

(一) 故事省察層面：「借故事、讀人生」閱讀引導重點在從故事中認知問題與省察問題。學生在省察層面的進步，反映在三面向：

1. 探索故事衝突之原因，如：

(1) 個性問題

- . 悟空是自信過頭的人，如果他能學會謙虛、多接納別人的意見，會是一個好的模範。
- . 悟空只知道自己是對的，只可惜不善於辯解
- . 悟空的個性較直所以引起誤會。

(2) 講話的口氣

- . 我想衝突原因是在口氣，在口舌之戰之下，你來我往的舌槍唇戰，到最後冷戰，然後沉默不語，相信兩人在講話之中就已經互相傷彼此。
- . 從講話的口氣就可以看出悟空對師父的不尊重，師父對悟空的不信任跟不耐煩，脾氣上的不合。

(3) 八戒的加油添醋

- . 本可化解衝突，但又因為八戒的加油添醋使得衝突更大。
- . 豬八戒的煽風點火，是導致衝突發生的主要原因。

2. 對嫉妒心提出化解之道

- . 將嫉妒的心化為動力，使自己更往好的地方進步，才能跳脫嫉妒的框框。
- . 比起身體，人的心更為脆弱。…覺得不如人時，試著調適心態，磨練心智。讓外面那寬廣的世界慢慢地注入自己心中那狹小的世界！

3. 為團隊衝突思考解套的方法，如學生提出：

(1) 截長補短

- . 團隊中每個人的長處都不一樣，可以截長補短。

(2) 從不同的角度看事情

- . 我建議可以卸下成見，多站在對方角度觀看事情，很多時候爭執是來自於不同的角度，而不是事情本身的對或錯。
- . 其實不妨多試著體諒對方，為對方多設身處地想一些，聽一聽內心的聲音，減緩衝突



的發生。

### (3) 不要逞口舌之快

- . 有時候，衝突就是因為一句不該講的話脫口而出而引發的。
- . 人往往會因為口無遮攔而引發衝突，所以有些話、有些事須看情況才能說出來，更不能因為自己心中的不滿或不快，造成不可補救的事情。

### (4) 溝通很重要

- . 這篇故事提醒我們如何和夥伴溝通、和平相處、控管情緒很重要。

筆者的觀察：故事是人生的縮影，藉由故事衝突事件的探索，學生體察到個性、說話口氣與嫉妒心都有可能是人際衝突的導火線。誠如一名學生的分享：從《西遊記》我學習到對待每件事都應該試著從不同的角度多看看，此番省思有助於在面對衝突時冷靜地自我覺察。

(二) 對應自己經驗的比較層面：將故事與自己的生活經驗作比較，有利於自我概念之澄清與建立。學生發現不論是自己或是週遭的朋友都會有故事角色的某些特質。學生自我省察之表述，如下：

#### 1. 我的個性像悟空

- . 自己很像孫悟空，因為我的個性很容易衝動。

#### 2. 我像三藏易於心軟也不放棄夢想

- . 個性上比較偏向唐三藏，易於心軟，但對於自己堅持的夢想也決不放棄。

#### 3. 我有可怕的嫉妒心

- . 更深的體認到嫉妒心的可怕，日常生活中常會遇到因嫉妒心而產生的誤會，有時明明知道是嫉妒心作祟，但要讓自己改正真的很困難，我想我還有很大的空間必須去學習。

(三) 應用於生活層面：學生將學習所得應用在處理自我人際衝突時，有了更宏觀思考，如：

#### 1. 挫折及困難可以幫助我們長大

- . 取經途上遇到阻礙，就如人生過程中，不可能總是平順的，必須要有挫折及困難來幫助我們長大。他們路途上，免不了有些意見不合、爭吵不愉快，就像我們在融入團隊中，需要時間磨合，才能彼此了解、適應。
- . 發現衝突未必不好，適當的表達與溝通，才會更明白他人要的是什麼。
- . 我覺得不可能去改變別人，唯一要改變的就是自己的想法，有時候，一個想法，一個轉念，就可以帶來心情的轉換。

#### 2. 會更冷靜與圓融的處理衝突

- . 我重新思考遇到類似問題時該如何處理會較好！
- . 衝突往往是突發性的，所以我覺得當人要說話時、做出行為時，要先思考一下這會不會傷到人或令人不舒服。

- . 體諒別人的困難處與不方便的地方。
  - . 要將心比心，才能減少衝突。
  - . 不要一開始就否定他人的看法，只站在自身的觀點看事情，還有誰會想跟你溝通呢！
  - . 偶爾也要貶一下自己，因為交朋友畢竟身段也要放低，並不是所有人都可以接受較直接的批評。
3. 注意生活中的小摩擦
- . 每一天都有小小的摩擦，只是看我們怎麼去解決這個摩擦，才不會讓磨擦更大、衝突更多。
4. 給彼此多一點的時間與距離
- . 給彼此多一點的時間，且保持一定的距離…，人們往往易混淆彼此之間的界線，而造成人際上的衝突。
5. 管理好自己的情緒
- . 有時衝突並非看法上的不同，而是情緒的關係。
  - . 先將自己的情緒管理好，衝突時，才能夠用適當的訊息去表達。
6. 學會自我省察與包容
- . 學會觀看自己在日常生活中的人際關係，以及自己所扮演的角色。
  - . 開始注意自己的行為，也體會到我們不是完美的，只有彼此包容，人際才會有所進步。
7. 適時的溝通
- . 很可能妳很了解一個人，但並不見得真正知道那個人的想法，所以溝通非常重要。
8. 因為愛，願意去改變（該生是已婚者）
- . 親子間不斷發生衝突，尤其是家中老二就像是西遊記裡桀驁不馴的孫悟空，…漸漸地我學會尊重孩子，聆聽孩子的意見，適度調整自己，…在愛的力量下家人彼此願意去改變自己，願意付諸行動。

筆者的觀察：從比較層面中學生勇敢自我剖析，在應用於生活層面作種種反思，都顯示學生的心變得更柔軟、更體貼、更能相互包容。學習者處理人際衝突時在「察覺情緒」、「分析情緒」、「承擔情緒」三面向之成效，統整於下：

1. 察覺情緒：表現在能夠體察自己與別人的情緒。

多數學生在過程中學會「觀看日常生活中的人際關係」，「在人際中會開始注意自己的行為」、體察「情緒處理不當，很容易造成人際關係的惡化」、「自己在當中所扮演的角色」，並能從中學習「換不同的角度去看待人、事、物」，也「體會到我們不是完美的」，願意「我先向朋友道歉，對於自己因生氣而說的氣話道歉」等，顯示情緒覺察的成熟度。

2. 分析情緒：包括情緒的評估、表達能力。

當學生將故事與自己的生活經驗作比較，經歷自我剖析與概念澄清之歷程，如「我的個

性很容易衝動像悟空」、「我像三藏易於心軟、不放棄夢想」、「我有可怕的嫉妒心」、「自己處事態度像八戒還是悟空」、「家中老二就像是西遊記裡桀驁不馴的悟空」等，足見勇於自我面對的態度。

3. 承擔情緒：表現在情緒的調整與運用能力。

學生在作自我經驗省察後，寫下處理人際衝突反思之所得，如「注意生活中的小摩擦」、「做出行為前先思考一下」、「將心比心」、「站在他人的立場去看事情」、「要改變的是自己」、「給彼此多一點的時間與距離」、「管理好自己的情緒」、「學會自我省察」、「適時的溝通」、「因為愛，願意去改變」要「彼此包容」等，顯示在承擔情緒上已朝前跨出一大步。

綜合上述分析得知，在「借故事學情意」的課程引導下，學生在察覺情緒、分析情緒與承擔情緒三方面均有收穫。

## 陸、結論與建議

本論文針對人際「衝突與挫折」之情緒智能學習規劃行動教學研究，於期初問卷考察，受測學生有 32.4% 表示有人際（感情、交友與親子）方面困擾；與人衝突時會暫時冷靜再思考做法者佔 45.4%，但仍有 54.6% 的學生會採取跟對方理論、容忍、反擊之負面方式處理。經過學習引導後，於期末再以問卷與學習單考察，顯示學生在察覺情緒、分析情緒與承擔情緒態度上均有進步。本研究結果統整於下：

### 一、從情意學習角度而言，課程運用之教學法適切可行

本課程融入兩種教學模式：其一故事閱讀法，即運用讀書治療法作故事主題省察；其二經驗省察法，即省察實際經驗之行動學習。對上述兩項學習法均有超過七成的學習者表示對增加自我情緒認識與管理有助益。從學習單回饋得知學習者對以故事進行情意議題探討，表現高度參與熱忱；在生活經驗考察時，普遍能將運用課程所學，進行理性、感性統整思考。

### 二、課程運用之數位教材對學習者有相當助益

《西遊記》內容切合情意教學主題，在小說選讀單元常列為首選之文本，本課程運用自行錄製之「從心理學看《西遊記》」數位教材，係針對二十七回「屍魔三戲唐三藏，聖僧恨逐美猴王」故事設計「讀故事，學情意」之境引導教材，設計目標在「人際挫折情緒」議題學習。由問卷與學習單回饋得知有 84.2% 認為對課程理解有助益（很有幫助或有幫助）；76.3

%認為對課程延伸探討有助益；71.1%認為對增加自我情緒管理有助益，是知此數位教材之學習效果，能獲得超過七成學生的認可。

### 三、 面對人際衝突有更正向的思考

這堂「借故事學情意」的課程規劃，在教材、教法引導之下，從故事省察層面，到經驗的比較層面與應用於生活層面的省思，都能顯示學生在情意方面的收穫。再從情緒智能角度考察，也反映學習者在情緒覺察的成熟度、勇於自我面對與承擔情緒上均有增長。

### 四、 省思與建議

茲將站在情意教學理念上提出對本行動教學研究後之省思，以作為在科技大學運用小說文本進行情意教學者之參考：

#### （一）情意教學的課程規劃：

情意學習是一輩子的人生功課，並非短短數節引導教學就能畢功於一役，此次在歷代文選課中以三週、六堂課進行行動教學，對學習者而言是一次特殊的經驗，但略感倉促，僅似完成撒種的工作。若時間許可，應以一學期時間規畫更完整的教學歷程，或納入通識選修課程領域，作常態性教學規畫。

#### （二）情意教學的文本選擇：

文本選擇需考量授課時數，內容之適切性與篇幅長短等問題。因小說題材能吸引閱讀者之興趣，又內容反映世態人情，適合「讀故事，談情意」之主題發揮。然一般小說篇幅冗長，需花費時間、精力作適當裁剪、取捨或錄製數位教材，以擷節文本閱讀時數，方能於授課時間進行互動討論。

#### （三）情意教學的對象情境：

情意主題領域甚廣，但教學時數有限，宜事先就施教對象作情境考察，方能針對「問題導向」，集中火力設計教學焦點，以收「事半功倍」之效。

#### （四）情意教學的評量法：

情意教學不能抽離主體經驗，故研究必須跳脫知識性考試評量方式，重視個體發展歷程資料蒐集之歷程評量，筆者參考鍾聖校推介之卷宗（portfolio）評量法<sup>10</sup>，收錄學生問卷、學習單、報告分享等以呈現學習歷程中流露的經驗、思考、感動等面向，考核學習者在察覺

<sup>10</sup>鍾聖校（2000）認為卷宗評量優點是較能有計畫地蒐集，將學習的品質與進步過程加以有序組織和展現。評量項目有：學習單、日常工程報告、上課參與表現、團體合作表現、自我評量、同儕評量、期初、期末評量等。詳參 P406~409。

情緒、分析情緒與承擔情緒態度上的改變。

綜合以上研究，可知情意教學課程需花費許多時間、心力預作課程規劃與準備，但教學歷程是教學者與受教者共同經歷、創造與分享生命美好經驗的學習盛宴。

## 柒、參考書目

- 王錦（2000）。**讀『西遊』善待挫折**。台北：台灣先智。
- 貝西·柯罕（Betsy Cohen）戴國平譯（1995）。**嫉妒**。台北：三久出版社。
- 李惠加（1997）。**青少年發展**。台北：心理出版社。
- 唐淑華（2004）。**說故事、談情意**。台北：心理。
- 張春興（1989）。**心理學概要**。台灣：東華。
- 張春興（1991）。**心理學**。台北：三民。
- 楊慕慈（2002）。**人際關係與衝突**。台北：禾楓。
- 蔡秀玲、揚智馨（1999）。**情緒管理**。台北：揚智文化。
- 鍾聖校（2000）。**情意溝通教學理論—從建構到實踐**。台北：五南。
- 李堅萍、洪瑾琪（2003）。國小「藝術與人文」領域網頁式鑑賞課程與教學之行動研究。**屏東師院學報**，18期，頁665-701。
- 唐淑華（2002）。閱讀課裡的情意教育—以《西遊記》為例。**漢學研究集刊**，2期，頁73-140。
- 蔡永強、邱寶惠（2001）。談唐僧與孫悟空「教學相長」的師徒關係與感情。**語文教育通訊**，22期，頁22-42。
- 蔡清田（2007）。課程行動研究的實踐之道。**課程與教育季刊**，10期，3卷。
- 江文慈（1999）。**情緒調整的發展軌跡與模式建構之研究**。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所博士論文。
- 施亨達（2002）。**電腦輔助教學軟體對國小五年級學生挫折容忍力之研究—以《西遊記》為例**。東華大學碩士論文。
- 蔡弘德（2003）。**中國經典小說應用在九年一貫「藝術與人文」領域之教學設計研究—以《西遊記》為例**。國立新竹師範學院進修暨推廣部教師在職進修國民教育研究所碩士論文。
- 林榮淑（2005）。**《西遊記》與兒童文學**。台東大學兒童文學研究所碩士論文。2007.8.1 取自 [http://www0.nttu.edu.tw/ice/new/contents/chapter/chapter\\_open.asp?cid=164](http://www0.nttu.edu.tw/ice/new/contents/chapter/chapter_open.asp?cid=164)
- 林美和、黃明月等（2007）。**後中等教育學生終身學習核心素養與評量研究專案簡介**。教育評鑑與發展研究電子報，四。2007.7.28 取自 <http://epaper.creed.ntnu.edu.tw/index.php?id=18>
- 劉若蘭（2007）。技職教育實施良方、提升學生競爭力。**評鑑雙月刊第六期**。2007.8.9 取自

<http://epaper.heeact.edu.tw/archive/2007/03/09/177.aspx>

魏美惠（1999）論情意教學與社會智力。教育資料與研究，28期。2007.8.1 取自

<http://www.nioerar.edu.tw/basis3/28/gc9.htm>

投稿日期：2008年03月03日

修正日期：2009年04月06日

接受日期：2009年04月30日

## 捌、附錄

**問卷 1: 期初無記名問卷** 請據實填寫, 將有助於老師對授課內容與方式之安排, 謝謝你(妳)!

性別男  女

學生困擾問題與情緒處理問卷

1. 困擾情緒問題：課業 感情 交友 健康 親子 其他（請自述）
2. 人際衝突處理方式：暫時冷靜再思考做法 跟對方理論清楚 容忍對方 反擊對方 其他
3. 處理情緒方法 找朋友談 找家人 轉移情緒（請詳述處理方式） 其他（請自述）

**問卷 2: 期末無記名問卷** 請據實填寫, 將有助於老師對本課程授課內容與方式之修正, 謝謝你(妳)! 性別男  女

1. 教學法對增加情緒認識與管理評估

. 故事閱讀法

<input type="checkbox"/> 很有幫助	<input type="checkbox"/> 有幫助	<input type="checkbox"/> 普通	<input type="checkbox"/> 極少幫助	<input type="checkbox"/> 沒有幫助
-------------------------------	------------------------------	-----------------------------	-------------------------------	-------------------------------

. 經驗省察法

<input type="checkbox"/> 很有幫助	<input type="checkbox"/> 有幫助	<input type="checkbox"/> 普通	<input type="checkbox"/> 極少幫助	<input type="checkbox"/> 沒有幫助
-------------------------------	------------------------------	-----------------------------	-------------------------------	-------------------------------

2. 本學期結合心理學作西遊記故事引導之數位教材觀感評估

<input type="checkbox"/> 很有幫助	<input type="checkbox"/> 有幫助	<input type="checkbox"/> 普通	<input type="checkbox"/> 極少幫助	<input type="checkbox"/> 沒有幫助
-------------------------------	------------------------------	-----------------------------	-------------------------------	-------------------------------

**學習單**                      **科別**                      **座號**                      **姓名**

請以一個星期時間作生活衝突事件考察, 並作記錄, 進行方式如下:

1. 衝突事件狀態描述與心情紀錄（感性體驗）
2. 造成怎樣的結果（情意察覺）
3. 如何處理（理性反省）
4. 事情中學到什麼（理性、感性協調）

# Case study of Emotional Quotient Teaching on “Conflict and Frustration in Interpersonal Relationships” with the Use of Journey to the West

Cuiu-Hung Chen

Lecturer, Center for General Education, Cheng Shiu University

## Abstract

Journey to the West is a classical Chinese folk novel adopted, created from the legends around a Buddhist monk Xuánzàng's pilgrimage to India during the Táng dynasty in order to obtain Buddhist religious texts called sutras. The 81 difficulties Xuánzàng and his protectors encountered represented difficulties and challenges people will have to overcome when purchasing their dreams. Only through the challenges can we reach our goal.

Adolescence is an important time for teenagers to adjust, integrate and form their personality and character. It is also an important stage before they enter the society. At this time, one of the emotional quotient teenagers need to develop is learning how to deal with their failures and overcome difficulties in front of them. This research focuses on the conflicts and failures in interpersonal relationship. Journey to the West is used as the teaching material in the class and a course for college students is developed around this novel and emotional intelligence issues in it. The course is conducted by 1. bibliotherapy for theme discussion; 2. integrating knowledge, emotion and intention through re-examining our experiences. This research shows that students have some improvements in understanding, analyzing and enduring their emotions.

**Key words:** Journey to the West, affective education, Emotional Quotient(EQ), conflicts and failures