



## 如何聰明地準備教學研究升等(國立宜蘭大學通識教育中心楊淳皓主任)

時間：2022-05-13

地點：覺生綜合大樓 I501、蘭陽校園 cl423 同步視訊

本研習邀請到國立宜蘭大學楊淳皓老師，和與會老師們分享教學研究升等的經驗，楊老師透過自身升等經驗以及擔任外審委員的角度，綜整職涯抉擇、為何選擇教學升等之反思，楊老師以馬拉松來比喻教學升等的過程，在繁忙的教學和行政事務中，不是容易的事情，提出教學升等如同報名馬拉松，要有一些衝動，鼓勵老師們預備 60%~70% 時就要勇敢提出，過程中會有許多難關，需要堅持到底的決心。

透過許多問題讓與會老師反思，我適合教學實務升等嗎？我如何看待自己？同儕將如何看待我？對教學有熱情嗎？累積的東西足夠有亮點嗎？我從教學中獲得樂趣嗎？升等後對經營教學的仍有熱情嗎？回到個人進入大學教書的初衷以及個人優勢看待以教學升等的這件事。楊老師以生涯輔導概念提出在個人的熱情興趣、能力優勢、意義感和舞台(機會)四個面向的交集，分享自己在這些年中進行教學實務升等中的心路歷程。

接著在如何預備著作以及如何呈現教學實務報告的分享中，除了代表著作一定要是教學實務相關的之外，活動過程中，楊老師以自己的著作為例邀請現場老師以外審委員的視角去檢視呈現參考著作的聚焦性，挑選的參考著作中要有重心、有亮點的、具有系統化的呈現，楊老師舉例 PBL 為自身的強項，對於生涯輔導的教學也持續投入，說明挑選著作的重要性，接著老師分享自己呈現教學實務的報告，從研究問題的設計、文獻探討、研究流程設計、課程設計、研究工具、資料分析，其中在量表設計的部分若找不到適合的，在長期研究的時間特性，可以開發適合自己的量表。

教學實務升等書面報告的撰寫經驗分享：

步驟一：清楚學校要求和看重的關鍵為何？請教前輩。

步驟二：盤點自己的優勢亮點，找到後累積並持續磨亮它。

步驟三：說一個有系統具有起承轉合的教學專業成長故事，論證

的結構性，可以看到 SoTL 的精神



## 如何聰明地準備教學研究升等(國立宜蘭大學通識教育中心楊淳皓主任)



國立宜蘭大學通識教育中心主任楊淳皓分享如何聰明地準備教學研究升等

如何兼顧升等過程中的效率及健康

- 專注力：創造Mihalyi Csikszentmihalyi所謂的心流（flow）經驗
- 300字是安慰，500字是感恩，800字是奇蹟？

|                  |                     |
|------------------|---------------------|
| 被動反應區            | 策略區                 |
| 專注<br>沒有效率<br>衝動 | 有邏輯<br>善於分析<br>工作導向 |
| 分心               | 全神貫注                |
| 散漫區              | 全觀區                 |
| 呆滯<br>恍神<br>混亂   | 有玩心<br>有想像力         |
| 憂                | 喜                   |

楊主任提出兼顧升等過程中的效率與健康心流經驗