

# 期望

王珮柔

最近越來越能適應助教工作，雖然互動上多少會有些生疏，比起一開始完全不敢與詢問學生是否需要討論、有些事情都需要老師提醒才會去做及舉辦活動時準備的用具，後來慢慢可以學生交談也會積極提前詢問老師所需要準備的教材，在校內演講活動也是先詢問還有要準備那些用具。

這次在中教大的研習主題「習慣領域的體驗與運用」講師黃鴻順老師，剛開始對於習慣領域不太了解，課程中的核心「千萬不要用期待用相同的自己，得到不同的未來」、「我們的認為造就我的成為」這兩句話來勉勵我們，而上午場的習慣領域說明 HD 指我們腦海裡所有電網(念頭、思路)的綜合及它的組織與運作，經過一段時間後，除了重要大事件發生，我們的 HD 會穩定在一固定範圍，使我們有習慣的想發、作法；使用生活化的比喻來說明觀念的植入舉例像是五隻猴子和籠子、香蕉的實驗和孩子因跌倒受傷反映受挫能力。

下午由於報名人數過多，所以將學生們分成三組由講師帶來的三位輔導員分配到各個教室，我們這間教室是由陸美齡老師為我們上課，由於是二次分班有一部份的同學都不熟，老師就帶團康活動讓同學之間能增彼此感情、更增加溝通與合作，下午的主題是如何讚美屬於要實作，雖然這是一件很簡單的事但是要怎麼樣才不會讓人覺得你在阿諛奉承，教導我們使用讚美原則來稱讚別人，實際練習時我旁邊剛好坐的是計劃的學姊，所以比起要讚美不認識會簡單一些。

自己能從擔任助教中的其間提升自己 and 學生的閱讀與書寫能力，這次的研習比較像是反思自己所想要的事物及破除舊思維改變自己的習慣，讓自己可以把助教的工作做得更好。