

壓力與成長

蘇景進校長

人類不管是生存、生活、生命中都有許多的壓力存在。壓力量屬於中等以下的程度時，壓力的增加會帶來一定程度的緊張感，反倒會使得工作效率增加，也會增強工作者的反應力。當壓力量過高的時候，工作績效會隨著壓力的增加而明顯下降。因此身為教師須了解學生的負荷量，過多壓力超過學習負荷，徒增學生挫折感而喪失學習的興趣。適度的壓力，正如孵黃豆芽時，需覆蓋適量重量，如此黃豆芽才能成長為粗壯有嚼勁，否則細長無物，失去美味與口感。

看錦鯉在清澈的池中悠游自在，一大享受。錦鯉擁有漂亮的體型及完美的色澤，因此有人說是錦鯉水中鑽石。錦鯉從幼苗成長，成鯉有幾十公分長，有的體型還不小，甚至達一公尺以上。養錦鯉的朋友分享飼養心得，魚如果要長得大，水缸不能太淺。須有夠深的水，方能產生較大水壓，游運時，魚身體肌肉若有足夠壓力才能體態成長茁壯，亦如同上述。在學校經營時，不管在教學或是行政能力上，如果要成長，必須自我激勵或是面對挑戰並克服壓力，方能有脫胎換骨的機會。

接任六和高中校長後，中辦曾經來文詢問調查學校評鑑日期意願。當時填答希望在 102 年下半年，這也是完整擔任校長三年後再評鑑，但中辦自有其他考量，預訂在今年十月到本校實施校務評鑑。這次評鑑採用 IPP 模式，主要不是只看總結性成績，教育的歷程也會是重點。藉由專家的針貶，幫學校找出弱點進行改進。雖然評鑑準備工作帶給同仁不少壓力。但在準備的過程中，藉由評鑑各項效標，進而能理解教育重點及政策方向，並對學校優質提升有所助益，各項能力將因而提升成長。

為了爭取榮譽，學校同仁自五月份開始，已經忙碌很長的時間，不管是暑假、周末、假日或是夜晚，常常看到很多人在發憤精進，甚或因假日未開冷氣，而汗流浹背。這些林林總總看在眼裡，內心深得欣慰。幸不論評鑑果如何，在準備的歷程中，同仁受益良多，甚至因業務的交換心得，有更多的溝通，甚至是一起努力的革命情感，將更能凝聚團隊向心力。有了這群努力打拼的六和人，相信學校在董事會強力支持下，學校將會成長並永續生存，並成為莘莘學子所嚮往的優質的學府。