

# 當 X 世代遇到 Z 世代

周祝瑛

大學不但是社會的縮影，也是世代交替最常見的地方。當一群擅用文字抽象思考的 X 世代（戰後嬰兒潮之後出生者），遇到常年活躍在鍵盤上與社交媒體裡的 Z 世代（一九九〇年代後期出生的人），兩代間互動，形成大學校園中看似衝突卻又有趣的畫面。

根據美國皮尤研究中心的研究，當前的大學生多屬於 Z 世代。這個世代的年輕人由於多數出生於網絡盛行的年代，成長於 3C 產品的大環境，又被稱“網絡原住民”。Z 世代多期望自己所就讀的大學擁有新科技的概念與設備，提供較高的技術支援，讓他們悠遊於日新月異的科技裡。他們喜歡務實的生活體驗，要求學校提供科技與生涯有關的實習機會對 Z 世代來說，各種社教媒體如谷歌、推特、Line 與微信等，已經是生活必需品。由於隨時隨地可以透過網際網絡與外界，甚至全世界聯繫，他們期望校園提供隨時與各種資訊的連結。尤其，Z 世代在學習過程中，希望能參與、決定自己要學什麼東西，與如何呈現學習成果等類似客製化的個人要求，這些都逐漸在影響大學教學現場的轉變。

為此，今日的大學教學，首先必須盡量滿足學生慣於社交平台上的即時互動模式，教師必須對他們繳交的作業，盡快提供回饋意見與成績。X 世代的大學教師也必須學會如何利用科技，來提供快速資訊，引導大學生學習。在教學上，採取以下改變：

- 一、使用教育軟體，發展互動式發表與教育遊戲。
- 二、開啟一個對話平台，Z 世代不歡迎長篇大論的講述或長篇文章，他們喜歡用多角度與重點式的資訊，透過各種不同教學方法的輪流使用。
- 三、避免冗長的文字敘述或演說，善用具有視覺效果的輔具，透過各種圖形、表格、照片與影片等多元媒體工具，來展示教學內容。
- 四、將過去常見的辦公室時間，改為線上會談，讓學生可以即時聯繫到教師，獲得回饋。
- 五、提供合理解說課程的機會。教師保留調整的彈性，直接與學生溝通，爭取課程的認同與支持。

另一方面，Z 世代學生背景更加多元，教師更需要提高文化敏感度，留意用字遣詞，避免觸及宗教、信仰、性別、族群與政治等敏感議題及冒犯言詞。

此外，由於長期暴露在網絡世界的資訊爆炸時代，Z世代大學生更容易出現憂鬱、沮喪及焦慮等傾向，他們容易因為情緒化而發生退縮與缺課等情形。根據研究，從二〇〇七到二〇一七年，在美國青少年中，患有抑鬱症的比例增加了近六成。其原因包括：學業壓力、過度的完美主義與缺乏足夠的睡眠等，導致Z世代的精神健康問題。尤其，社交媒體已嚴重影響年輕世代的生活與學習品質，且引起心理健康等問題。

為此，大學教師必須面對學生心理健康方面的諮商問題。如：對學生採取一對一的輔導方式，避免上對下的權威關係。其次，盡量用正面積極的闡述方式，如：上課中可透過公開的口語讚賞形式，來肯定學生學習表現。同時，定期檢視個人的教學風格是否恰當？隨時追蹤學生的表現，並且視情況而調整教學的步調。過程中，千萬不要吝於給予學生正向的回饋與讚賞，甚至有時可以採取物質上的鼓勵，如：提供巧克力與其他食物，甚至餐廳禮券等作為獎賞。過程中，也可由全班同學投票決定，提高大家的參與感。

此外，最好能隨時注意上課情況，進行必要性的調整，如作業份量、繳交日期等。過程中，也可以鼓勵學生提出有創意的學習計劃，透過同儕間的相互合作，來達成課程目標。

最後，透過具體作業案例，發揮典範作用，提供學生具體、明確的參考與模仿對象。如遇到比較棘手的學生心理問題，則需要徵詢校內學生心理衛生專業輔導人員意見。甚至選修一些相關的諮商輔導課程，充實教師個人的輔導相關知識與能力，並擴大專業支援系統。

總之，作為一位面對Z世代的X世代大學教師，必須經常面對世代改變的挑戰。藉由不斷反思與進修，提升個人的專業素養，期望“為今日的學生，預備明日的成功”。

周祝瑛（大學教授）

原文網址：[http://www.macaodaily.com/html/2022-10/17/content\\_1628240.htm](http://www.macaodaily.com/html/2022-10/17/content_1628240.htm)