

全校輔導傑出導師專訪—— 化學系 李彥君助理教授

撰文：法律所 陳俞方

訪談：心輔組 鄭淑惠、林淑娟、法律所 陳俞方

期末週的清晨，我們踏入化學系嶄新的新系館。年輕的李彥君老師正如同這座新建築，為系上注入了一股蓬勃的青春能量。

來到成大服務約五年的彥君老師，今年首度榮獲輔導傑出獎項。談起獲獎的契機，他謙遜地笑稱自己只是在「陰錯陽差」下受幸運眷顧；然而，學校卻給予了高度的肯定。儘管身為年輕一輩的教授，彥君老師卻用最真摯的心與實際行動，展現對學生無微不至的關懷與用心，這份殊榮可謂實至名歸。

當「化學」遇到「輔導」

當嚴謹的化學遇上充滿溫度的心理輔導，會激盪出怎樣的火花？

「化學的本質，其實就是『發現問題、提出想法、進行驗證，最終解決問題』的循環。」彥君老師眼神發亮地分享，他如何將這套思維巧妙地移植到輔導工作上：「當學生帶著人生的迷惘前來，正是『發現問題』的起點；身為旁觀者的我試著提供不同視角，即是『提出想法』；接著陪伴他們在生活中嘗試與『驗證』，最後攜手跨越困境，完成『解決問題』的旅程。」

彥君老師進一步解釋，化學的核心在於「分子組裝」——不同原子間的結合，往往需要相異的試劑，並且測試不同的環境條件。而他目前的研究課題，正是努力探尋「能否找出一個萬用模型，去解決不同分子的組裝問題？」這個科學藍圖，不僅體現在他的合成化學研究中，也深刻投射在學生輔導心法上。

面對學生五花八門的人生難題，老師在累積多元的經驗後，試著歸納出一套具有普適性的輔導指引。然而，若遇到既有方式不適用時該怎麼辦？老師語氣堅定地回應：「那就再次回到化學的本質：發現、設想、驗證、解決。」在來回的嘗試與修正中，為每位學生調配出最契合的輔導解方。

走進老師的研究室，門上貼著心輔及性別平等宣導海報，這正呼應了他長期

在系上推動的理念。其源自於老師在美國讀書時的經驗，來到成大任教後，老師便積極與心輔組及性平會合作推動系上的心輔暨性平工作坊。老師坦言，推動初期相關通報案件確實有所增加，但所幸多數屬於短期諮詢。這項理念的推動，不僅能有效預防重大事件的發生，也提供了一個專業的管道，讓學生清楚知道在需要時有哪些資源可以保護自己、守護他人。時至今日，工作坊已成為系上的常規講座，成功實踐了輔導中「預防勝於治療」的核心價值。不僅通報率顯著降低，學生具備良好的心理健康及性別意識，同時彼此尊重的風氣也大幅提升。

彥君老師將化學邏輯內化為輔導行動，在一次次的嘗試與驗證中，陪伴學生解開人生的方程式，並扎根系上的心輔性平教育。這兩個看似截然不同的領域，在老師用心的「催化」與「調配」下，共同孕育出了最美麗的實驗成果。

從 A 到 A+，從實驗室到人生

「為什麼會想當老師？」面對這個問題，彥君老師幽默地說：「長得帥的會去當偶像，長得帥又會說話的就會去當主持人，但如果沒那麼帥又想有觀眾聽自己講話的，那就是當老師。」幽默背後，折射出的是老師的謙遜與親和力。

談及真正的教育初衷，老師坦言自己在求學時期並非最頂尖的學霸，但一路上幸運地獲得許多恩師的提攜。這份感恩與珍惜，在心中悄悄種下一顆種子：他期許自己也能承襲這份溫暖，成為學生人生旅途中的引路人，甚至期盼學生未來能「青出於藍」，成就超越自己。

面對資質優秀的成大碩士學生，老師思索的是如何協助他們從 A 邁向 A+。他坦言，並非每個人都是天才，但若能透過實驗室兩年的鍛鍊，讓每位學生都站上「平均之上」(Above average)的位置，出社會後自然能擁有更多優勢與機會。

在老師眼中，課堂上的專業知識或實驗室的操作技能固然重要，但他更常與學生暢談人生與價值觀。他經常拋出一個問題讓學生思考：「畢業後，你們能從研究室中帶走什麼？」在化學專業之外，有什麼能力是可以受用終身的？

為了落實這個提問，彥君老師在實驗室裡建構一個「正向循環」。他極為重視簡報 (Presentation) 表現，因為在看似簡單的簡報背後，淬鍊的是嚴謹的邏輯思考。從簡報製作、口頭發表到訊息的精準傳遞，處處皆是學問。實驗室成立

初期，老師親力親為、以身作則地示範「這就是我想要的標準」；隨著團隊步入正軌，老師選擇適度放手，將這份傳承交由學長姐帶領學弟妹。在互助的氛圍中，大家並肩成長，成功運轉起實驗室的正向循環。

如今，這個循環已展現顯著成效。老師自豪地分享，現在學生只要在系上進行簡報，大家光憑投影片風格，就能認出這是「李彥君老師的學生」。這項軟實力的培養，無形中已成為實驗室最具代表性的「招牌」。

彥君老師用親力親為的教學模式為學生樹立典範，更鼓勵學生勇敢超越自己，期待學生步出實驗室後，能帶著更多的優勢去迎接未來的挑戰，真正實現從A到A+、從實驗室到人生的華麗蛻變。

A⁺的團隊：把對的人放在對的位置

在實驗室的管理上，彥君老師始終秉持「把對的人，放在對的位置」的信念，而這其實是源自他自身的深刻體悟。

大學時期的他因熱愛運動加入校隊，卻坦言自己「球技普通」，大多數時間只能在板凳上度過。然而，因為對球隊的熱愛，他並未選擇離開，而是開始思索自己的定位，「既然實力無法讓我上場比賽，那我能不能轉向負責球隊經營與後勤管理？」這段甘居後勤的經歷，讓他明白了一個深刻的道理：一個成功的團隊，需要有在前線攻城掠地的得分手，但更需要有人穩固後援，各司其職，才能成就偉大。

帶領實驗室亦如帶領球隊。剛成立研究室的前三年受限於資源，團隊被迫維持在高壓的「攻擊型狀態」，部分進度落後的同學只能抱憾離隊；但到了第四、五年，隨著實驗室規模與後勤機制日趨完善，團隊終於有了足夠的實力與資源，能夠包容引導學習步伐節奏，各不相同的學生。

面對優秀且競爭激烈的成大學生，要說服同學擔任後勤並不容易。老師以「開餐館」打比方，人人都想當大廚，成為端出最後精緻菜餚的焦點，但枯燥卻至關重要的「備菜」由誰來做？若團隊成員都只做自己喜歡的事，這間「餐廳」遲早會面臨危機。

為了解開這個心結，老師用開放的態度引導學生換位思考，從「領導者」的

宏觀角度去理解團隊運作。他讓學生看見，大廚與備菜者的責任同樣重大，沒有高低之分。唯有各司其職、互相成就，才能真正發揮成大人「大榕樹」的共好精神，讓團隊發揮最大效益。

「有意識地暫停」與中庸之道

在彥君老師的學生輔導哲學中，「有意識地暫停」與「中庸之道」是最具代表性的核心。他認為，盲目的衝刺不一定能抵達終點，適時踩下煞車，反而能看清前方的路，找到最適合自己的方向。

在訪談中，老師分享了三個深刻的實際輔導案例，曾輔導過一位雙主修化學與法律的學生，因看著同儕紛紛如期畢業，糾結著是否該放棄法律學位。彥君老師得知後果斷拉住他，「不要放棄！有多少人能同時拿到這兩個跨領域學位？」老師告訴他，拉長到人生的尺度來看，延畢半年微不足道；老師建議他按下「有意識地暫停鍵」，重新調整步伐去思索人生真正所需，而非盲目從眾，並陪伴他規劃延畢期間的進修安排。如今，他不僅成功取得雙學位，更前往美國大學交換。那一次大學尾聲的「暫停」，反而成了他人生成長路上最亮眼的加速器。

彥君老師也輔導過許多陷入感情焦慮的學生，面對陷入單戀、因過度追求而產生焦慮、甚至情緒失控的學生，老師從不流於形式地說教。他會請學生將所有想對對方說的話、甚至是對方的聯絡方式寫在紙上，交由他代為保管，並與學生約定，「這張紙先放在我這裡，我們按下暫停鍵。一兩個月後，等你冷靜下來、思考清楚了，若覺得還是需要，隨時來辦公室找我拿。」這就是老師所謂的「踩煞車」，當感知到情緒高亢失控時，學習讓步調慢下來，不被情感的巨浪所左右。

老師在成大這幾年，也曾陪伴過幾位受躁鬱症所苦的學生。這類同學在狀態極端時非常兩極，躁期時能在短時間內完成大量工作，鬱期時卻可能徹底「Shut down」，憑空消失數週。老師認為，除了給予同理心外，更必須採取實際行動，引導他們重回常軌。老師笑著分享，過去建立了一個「叫某某某同學起床」的群組。目標很明確，每天確認陷入低潮的同學有沒有離開床鋪。若約定時間到了未有回應，群組的成員便會啟動機制——由室友、同學去敲門，或家人、老師親自關心，促使同學有動力走出房間、來到學校與同儕互動。後來，這位同學聽從心

輔師建議積極諮商、參與治療，並加入社團維持人際聯繫。在大家陪伴下，他漸漸康復，現已成功至海外求學。更溫暖的是，這位同學也在身邊有人具有相同困擾時，願意主動分享自身經驗，提供支持與陪伴，使互助與關懷的正向循環得以逐漸形成。

這正是彥君老師的「中庸之道」——不強求學生隨時保持在最頂尖的狀態，而是允許每個人在低潮時，先嘗試回到最「普通」的樣子。老師不會因為學生在躁期的大量產出而過度讚譽，反而會提醒他先「停下來」；更不會在鬱期發作時一味責備，而是鼓勵他從小小的目標開始積累正念。

老師感性地比喻，輔導學生的過程就像是存撲滿、一個「延遲享受」的過程：「狀態不好時，我們不強求馬上存入 500 元，先從 5 元做起就好。」在輔導前期，進步都是由這些微小的目標累積而成的。直到有一天，撲滿滿了，學生蓄積了足夠的能量恢復日常、甚至有能量照亮他人時，那份屬於撲滿的厚實重量，便讓一切的陪伴都有了價值。

在這個步調極快、競爭激烈的世代，彥君老師給予學生的，是一套「慢下來」的哲學。唯有慢下來，才能看得更清；不必急著做到完美，先從中庸與平凡中一步一步累積，才是最能溫柔接住學生的教育力量。

成為一個懂學生、會給掌聲的老師

在與彥君老師訪談的過程中，可以發現老師是一位「懂學生」、會「給掌聲」的老師。比起給予學生焦慮，老師更願意「相信」學生。

老師謙虛地表示，這就像球隊比賽一樣，結果由教練全權負責。不論研究成果好壞，他都視為自己的責任；而他的任務，就是幫學生開闢資源，讓他們能無後顧之憂地專注在研究領域。

老師也強調：「成為一個能負責任的大人」至關重要，而非一味將自己的無能怪罪給環境。因此，他現在極少用點名來強迫學習，老師笑著說：「如果到了大學、研究所還要用點名來約束學生學習，那距離成長就太遙遠了。學生必須學著對自己的行為負責」。

建立責任感的同時，老師也坦言要給予學生犯錯的空間，讓他們在跌倒中，

記取教訓獲得成長。不過，若遇到的嚴重錯誤，老師也會短暫地扮起黑臉。「這種時候，我會拿一本厚厚的書，手一放，讓書落在地上發出『蹦』的一聲。待大家的情緒冷靜後，接著我自己會默默地把書撿起來，坐下來和他好好談。」老師邊說，還邊對著空氣生動地示範了一次。

這樣做並非宣洩情緒，而是老師設計的情緒「安全閥」。老師注意到，現在對學生用吼叫或怒罵等情緒性的方式溝通，往往適得其反。學生非但無法理解問題核心，反而只會記住當下的攻擊與敵意。利用設計的安全閥是提供一個清晰的「越界訊號」，為的是讓學生透過聲音立即意識到衝突正在發生，默默撿書的過程則讓氣氛降溫，接續才容易進入理性的溝通討論。在那個情境中，最重要的是提醒自己務必要控制情緒，同時防範討論過程中可能升高的衝突或霸凌。藉此將實驗室管理導向能穩固且有制度的正向循環。

爭取榮譽從不容易，對於學生的卓越成就，老師從不吝嗇給予舞台。他用心經營實驗室網頁，上面滿滿都是學生的獲獎紀錄。老師笑稱，甚至有家長特別叮嚀他一定要持續更新，因為那是他們追蹤孩子成長的管道。

老師常鼓勵得獎的學生，獲獎固然需要天時地利人和，但最關鍵的仍是「你的努力值得被看見」，藉此建立學生的自我認同。至於面對沒有得獎而懷疑自己的孩子，老師則會幽默地自嘲「我從小到大也沒得過什麼獎啊！」，用自己來時路的經驗溫柔地接住學生的失落。他深信，只要目標明確，當有天驀然回首，那些流過汗的努力，終將證明一切付出都是值得的。

與彥君老師的訪談落下帷幕，卻為我們開啟了對學生輔導的新視野。在老師身上，理性的化學思維與感性的學生輔導完美交融——透過「發現、設想、驗證到解決」的循環，為學生淬鍊出最適合的引導方式。從老師帶領實驗室的理念中，我們看見了無私的奉獻。他將「每位成員皆不可或缺」的信念，灌注為實驗室風氣的「正向循環」，親身實踐了如同「大榕樹」般繁茂共好的精神。

訪談最後，老師更給了我們一份溫柔的體悟：在步調緊湊的當代社會中，我們其實是被允許「慢下來」的，不必盲目追逐他人的腳步，看清自己的路更為珍貴；我們也被允許選擇「中庸」，不急著在每個當下追求極致，先讓自己回到最安穩、舒適的狀態，往往才是重新出發最重要的一步/關鍵。