

以生命教育構築友善校園： 做孩子的生命領航員

李雅琳

遇上生命中的悲歡離合 如何歌詠生命的旋律
用什麼心情 用什麼態度 來回應我們生命的難題

壹、做孩子的生命領航員

月有陰晴圓缺，人有旦夕禍福，當我們的孩子，在面對生命窘境的那一刻，身為孩子父母、孩子老師的我們，無非希望孩子的抉擇，能讓他的際遇順遂平安。只是，人生的處境描寫著親子間、師生間、朋友間、男女間等各式各樣的衝突，而形成了我們的人生樣態。在這樣態之下，其實存在的就是我們對事物認知的差異所產

生的衝突。若是，我們回到事件的起點，回到與我們生命交集的那一刻，是兩顆柔軟的心碰觸，此時觸動的應會是諒解、寬容與尊重，並且釋放出生命的正向能量，發揮生命有用的價值及創造生命無窮的意義。

所以衝突的發生，代表的是我們生命中重要的學習課題。若我們能對生活周遭世界，有深刻的體認及保有一顆柔軟的心，我們則能與自己、他人、環境、自然

李雅琳，高雄縣立忠義國民小學教師兼學務主任

收件日期：2006年8月31日；修訂日期：2006年10月27日；接受日期：2006年10月31日

及宇宙，能夠和諧、融洽的相處，進而使個人在身、心、靈及社會等各方面，都能夠全方面的發展，並籠罩在愛之中。所以，推動生命教育，能讓我們了解自己生命的角色及限制，並學習有效方法，懂得享受快樂並「珍惜生命」；也能讓我們學習適切「關心別人」態度及技巧，發揮生命教育中積極正向的功能。而孩子的想法及態度來自於父母及師長的觀念形塑，父母及師長就像是孩子生命的領航員，因此積極推動生命教育親師成長團體，有助於養成孩子正確的生命態度及兩性關係，建立校園內的和諧關係。

貳、生命教育的意涵

關於生命教育的意涵，曾有多位學者提出，如朱榮智（2001）認為生命教育，就是研究生命的起源、發展與終結，以及人與自然、人與他人、人與自己，相互對待關係的教育；再者，陳德光（2001）提出生命教育就是開發生命潛能，對不同人生面加以整合的生活智慧教育；此外，曾煥棠（2001）認為生命教育就是希望藉著教育的過程，引導認識人的主體性，滿足個人的各樣潛能發展，並完成生命價值的追尋，其目的在促進個人生理、心理、社會和靈性全面的均衡發展；除此之外，教育部更進一步於2004年修訂及發布的「普通高級中學課程暫行綱要」中，納入生命

教育，並預定2006年開始實施（教育部，2004）。希望藉此活化、深化生命教育，讓學生有身心靈的統整與超升，淨化心靈、淨化社會，並讓學生懷抱愛、希望與勇氣，這也是教育部認為需要從教育再找到建立社會的價值。

在新課程綱要中，生命教育即探究生命中最核心議題，並引領學生邁向知行合一的教育，其總目標如下述：能引領學生進行終極課題與終極實踐的省思，建構深刻的人生觀、宗教觀與生死觀；以及培養學生道德思考能力，反省生命中之重大倫理議題；進而內化學生的人生觀與倫理價值觀，以統整其知情意行，提升其生命境界。並由此訂定八項選修科目，其中包含「生命教育概論」、「哲學與人生」、「宗教與人生」、「生死關懷」、「道德思考與抉擇」、「性愛與婚姻倫理」、「生命與科技倫理」、「人格統整與靈性發展」等課程，便是希望能透過探索、澄清等活動，以內化學生的人生觀與倫理價值觀。孫效智（2005）認為這開創了我國教育史上的新里程，因為已脫離了先前教育偏重工具理性，而忽略目的理性的教育面向，並能定焦於生命議題，並達成生命教育中知行合一的實踐面向。

所以針對生命教育的實施，是希望學生能從教學中，獲得下述核心能力，包括能瞭解生命教育的意義、目的與內涵、認識哲學與人生的根本議題、探究宗教本質

並反省與個人生命的關聯、思考生死及學習臨終關懷與悲傷輔導的基本理念、掌握道德的本質並初步發展道德判斷的能力、瞭解與反省有關性與婚姻的基本倫理議題、探討生命倫理與科技倫理的基本議題、體認知行合一的重要與困難，進而摸索人格統整與靈性發展的途徑（教育部，2004）。由此可知，生命教育是多元性及多面向，因為從個人、家庭、社會到心靈的層面中，皆包含其中，期使全面性的均衡發展。

綜上所述，生命教育是希望藉著教育的過程，引導個體認識人的主體性，希冀滿足個人的各樣潛能發展，並完成生命價值的追尋，其目的在促進個人生理、心理、社會和靈性全面的均衡發展。所以對於親師生命教育成長團體的目標而言，是希望透過教育活動，能傳遞出從平日的生活中去實踐生命的意義及價值，並對自己生命的學習，從了解生命、尊重生命、愛護生命到發展生命意義與價值，及探討人生老病死以及自然與地理現象等哲學與智能的課題，開發生命深度、廣度與潛能，且協助個體了解自我、接納自我、發展自我，關懷自己與他人、兩性間、環境間的和諧關係。

參、揚起風帆——航向人生旅程

學校具有社區教化功能，若能結合推動親師生命教育，有助於親師增進生命教育專業知能，並實踐於日常生活中，促進學校教育、家庭教育功能，因此，本校積極推動生命教育親師成長團體，用生命教育構築友善校園。關於生命教育親師成長團體的活動設計，是參考 2006 年逐年實施「普通高級中學課程暫行綱要」的生命教育課程內涵，並依親師目前生命階段所歷經的生命任務，作為主題課程規劃目標，包括發展生命的意義與價值、建立性別平等的兩性觀、探索人與環境和諧的關係、協助個體發展與開發潛能，以及實踐生命的意義與價值。主題課程規劃目標及活動內容，如圖 1 所示。

在圖 1 中，關於主題課程規劃內涵，主要是增進學員對生命教育的認知，並重整、重建健康、成熟的人生觀；在「主題課程活動內容」中，採用的活動方式，則以「團體動力課程」、「繪本探討」、「影片賞析」、「烘培實作」、「參觀社會救助單位」等，進行主題認知的學習活動，期盼親師對於生命教育的內涵，能有深層的認識。透過主題活動針對生命教育的相關議題，引導學員敘說並分享生命故事，及回顧生命經驗。在此歷程中，藉由互動、檢視、探索等方式，學員能發現自

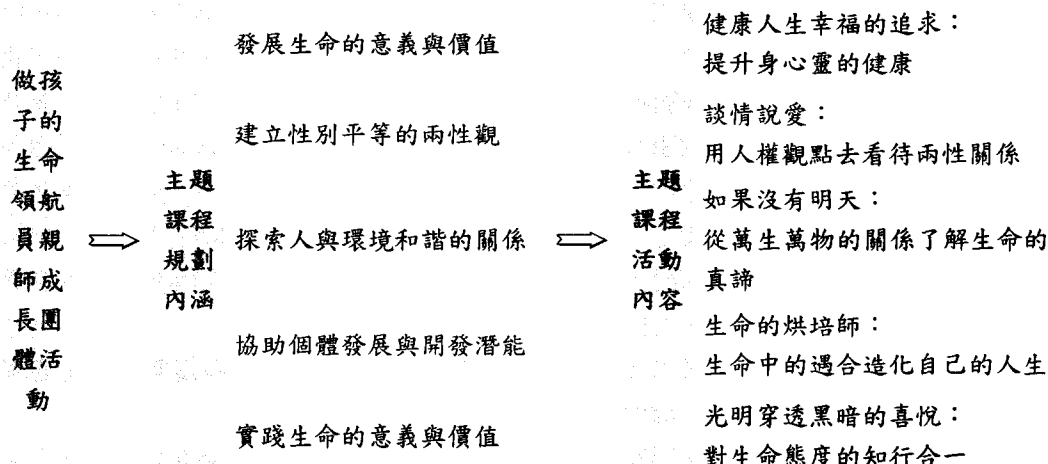


圖 1 主題課程規劃內涵及活動內容

我並激發生命力量，運用生命智慧，來面對生命中，攸關自身、夫妻、親子、家庭的難題。以下分別說明課程目標及活動內容。

(一) 目標一：發展生命的意義與價值

1. 規劃理念——團體動力課程豐富自己的生命視野

親師是推動生命教育最重要的關鍵人物，因此，透過團體動力課程的進行，親師之間藉由互動，除瞭解團員們對於生命、家庭、性別之間的想法之外，也看到與他人對生命難題處理的差異點；藉此豐富自己的生命視野，充實自身的知能，並以團體動力促進「人際智慧」開發；並藉由人際互動，探索自我、發現自我引發其

最內在之「反省智慧」，來面對生命中，攸關自身、夫妻、親子、家庭的難題。

2. 活動內容——健康人生幸福的追求

- (1) 活動內涵：提升身心靈的健康
- (2) 活動策略：團體動力課程
- (3) 活動效益：透過團體動力課程，

讓學員們彼此認識，並讓大家訴說對幸福人生的定義，除了解學員們對幸福人生的態度，也可知道學員們目前遇到的困難，討論可行的實施策略，以有效解決問題。除了提升大家對團體的信任感及依賴，也建立了團體的社會支持系統。此外，再藉由有機飲食的探討，養成正確健康的飲食觀，並讓學員們從平日的生活中去實踐生命的意義及價值，關懷自己也關懷家人，

推動生命教育的第一步，愛從關懷自身及家人做起。

（二）目標二：建立性別平等的兩性觀

1. 規劃理念——繪本導讀、探討引領生命期望

繪本賞析可以帶領大家，進入一個多元風貌的繪本世界，擴大生活視野，提昇美的欣賞力，培養敏銳的觀察力，讓自己擁有深刻的感受力及豐富的想像力；而繪本中的親子共讀，更可培養親子間的情感互動，並增加兒童的情感薰陶。能藉由家庭親情的互動，增進社會人際的關係，並擁有一把解開世界難題的鎖匙；藉由不同文化、性別、親子、勵志故事等的繪本賞析，可了解面對生命中扮演的各個角色，如何與其他他人互動及建立關係，並提供對生命的省思與共鳴。而說故事的人決定了繪本的最終價值，因為一個說故事的人若能藉由繪本，連結自身的生命經驗，對繪本產生共鳴，充分理解，並自得其樂，必定能將更豐富的內容傳達給孩子。

2. 活動內容——談情說愛

（1）活動內涵：能用人權觀點去看待兩性關係

（2）活動策略：瞭解及探討家中父母親相處模式

（3）活動效益：孩子在家庭中看到並學會了兩性間對待的初步概念及模式，為養成孩子正確的兩性相處關係，能尊

重、關懷他人。所以家庭中的夫妻相處模式相形之下也是重要的生命教育課題，希冀透過此活動，讓學員們了解兩性相處藝術及兩性相處衝突的解決之道，並創造和諧的兩性關係；除此之外，站在人權的角度，對於性別平等的認識、家庭暴力的防治也積極宣導，以養成學員們對兩性之間的正確觀念及態度。

（三）目標三：探索人與環境和諧的關係

1. 規劃理念——影片賞析重組、建構人生觀

以生命故事影片賞析的過程來建構對生命深度的認識，並運用團體動力，讓學員在安全、信任、保密及支持的團體氣氛下，透過敘說故事、傾聽、分享等方式，引導學員深入探索家庭關係與成長經驗；並探索在這些經驗中，自己根深蒂固的自我價值觀，是如何影響自己的生命抉擇。在探索自己及他人的生命歷程中，學會真實面對及重新整理自己的生命歷程，並重新重組、建構人生觀，以激發生命力量，負責、成熟的面對生命中遇到的議題。

2. 活動內容——如果沒有明天

（1）活動內涵：從萬生萬物的關係了解生命的真諦

（2）活動策略：觀看災難影片「明天過後」

（3）活動效益：觀賞影片「明天過

後」，讓大家了解大地與萬物之間緊密的關係，因為地球的瞬息萬變與人類的作為極為相關，若是大家再不積極重視地球的生態關係，保持平衡，可能會引起人類的浩劫。對應到我們的生命之中，若是我們能重視有機健康的飲食，除了對生命積極管理外，也能保護萬物依存依賴的地球，生生不息。

（四）目標四：協助個體發展與開發潛能

1. 規劃理念——烘焙實作找尋生命其它方式的可能性

一道道美味可口的烘焙作品，若不是對於成品製作的過程、流程，有一定的認知及瞭解，不然是無法完成的。藉由烘培課程，讓學員體會材料的選擇、材料的組合、烘焙的時間等因素對成品的影響。在活動過程中，善用輔導技巧，透過生命故事的敘說，讓學員體會、澄清生命中的難題，是因為哪些因素，因而呈現了如此的生命樣態，並找尋其它方式的可能性，來改寫自己的生命故事。

2. 活動內容——生命的烘焙師

（1）活動內涵：生命中的遇合造化自己的人生

（2）活動策略：烘焙及製作美味餅乾

（3）活動效益：美味的餅乾在適宜的麵粉、糖、蛋黃的比例，在我們的攪拌之下，送進烤箱，一塊塊令人垂涎的餅

乾，呼之欲出，隨著我們的準備、耐心、信心，烘焙出讓我們幸福、快樂的餅乾。一節烘焙課，運用輔導技巧，讓我們思索未來，道出我們對於生命的期待，在追尋生命期待的過程中，加入耐心、信心，讓我們的人生更有味，我們都是自己生命的烘焙師；而每一次生命的經驗，都是未來烘焙時修正的素材，可以讓人生更美好、喜悅。透過活動的導引，培養正向、積極、健康的人生觀。

（五）目標五：實踐生命的意義與價值

1. 規劃理念——參觀創世基金會，建立知行合一的生命態度

生命智慧不能只停留在「知」的層次，而必須融貫到人的身心靈與知情意行各層面。所以生命教育重視在生活中的實踐。因為「實踐」是將生命知識，內化為生命智慧，並將知情意行整合起來，體限於外在世界。透過創世基金會的參觀，及他們的生命故事分享，引導學員了解生命的意義與價值，是建立在每一個當下，讓學員們感恩、知足，不管過去如何，只要活著都有希望，改寫與締造自己的生命，並創造生命的意義與價值。

2. 活動內容——光明穿透黑暗的喜悅

（1）活動內涵：知行合一的生命態度

（2）活動策略：參觀社福機構如「創世基金會」，及慰問植物人

（3）活動效益：帶領學員們參觀「創

世基金會」，及慰問植物人，讓學員們體會生命的稍縱即逝與無常，並能反思自我對生命的態度，了解生命中的困境，是一條預期外的岔路，且充滿了轉變人生的能量。面對它，是希望的開始，更新生命的預備，就讓我們對生命態度的知行合一，穿透生命的黑暗，找到重新出發的力量。

上述活動設計方式，希望透過生命教育的主題認知描繪，學員去探索生命中重要的議題，並引領在生命實踐上達到知行合一；並讓學員對生命有正向的看法，在面對生命中扮演的各個角色中，能與他人建立良好關係，及互動和諧；在生命歷程中，能不斷檢視自身生命經驗省思生命，激發對生命的愛與關懷，並創造生命的意義與價值。

肆、親師成長團體活動的感動

活動中的場景，拉長了生命的景深，讓大家對於自己生命角色的劇本，開始有了改變，並透過活動的探索、澄清，對自己有著進一步的了解，也增加了對生命議題的敏銳度，並更能體會出生命的真諦。本次親師成長團體活動的成效，分別說明如下。

一、從生命教育探索活動中增進人際互動技巧

透過此活動，增加了讓親師認識自己的機會，讓親師瞭解自己的初步輪廓，並也增進了人際關係互動技巧。而且透過團體互動經驗、生命故事的分享，修正了自己與他人的互動模式，並也建立了自己的社會支持系統，有助於親師了解生命的意義與價值。

二、從建立性別平等的兩性觀，探索家庭功能

家庭影響著孩子對於兩性間對待的初步概念及模式，所以孩子若要養成正確的兩性相處尊重、關懷他人的關係，家庭中的夫妻相處模式，相形之下就顯現為重要的生命教育課題。透過此系列活動，讓學員們了解兩性相處藝術、衝突的解決之道，並創造和諧的兩性關係；除此之外，對於性別平等的認識、家暴的防治也積極宣導，學員們也養成對兩性之間的正確觀念及態度。

三、在生命遇合中調整與修正自己，實踐生命教育的知行合一

一趟旅程走過了、看過了，才知道其中的荆棘巔簸有多難走，也才看到其中的風景有多秀麗或悲悽。學校嘗試讓親師去

看到別人用生命寫下的故事，成員從活動中得到一些啓示、一些想法，並改變了與自己、與家庭、與社會等的互動關係，並體悟生命的真諦，感謝生命路上其他人的相伴，而成就現在的自己。

伍、構築友善校園與友善社區

生命承載悲喜、笑與淚，只能自己承受；其實生活中每件事情若是拿在生活的天平秤重，心理泛起的恐怕是一波波忿忿不平的盪漾，因為這樣的盪漾，造成了人與自己、人與家庭、人與社會、人與自然的關係失衡與衝突。其實凡事若是拿到生

命的天平秤重的話，有什麼事是可以跟生命計較的？也因此大家對生命的逝去、死亡的來臨，是感覺那樣無助與不安；然而透過生命教育的推動，可以讓人們反思生命，感知生命中的真、善、美，體悟生命真諦，並在日常生活中實踐生命教育；而學校具有社區教化功能，若能結合親師推動生命教育，除能達成社區終身學習的有效途徑，也穩固成人教育學習網絡，提供教育更多樣性、豐富性的服務，並啓發人生的生命光明面，除加強對生命的熱愛，邁向理想生命——真、善、美境界，並也構築了友善校園與友善社區。

參考文獻

- 朱榮智（2001）。孔子的生命教育思想。**教育資料集刊**，26，81-94。
- 孫效智（2005）。高中「生命教育」課程綱要重點與特色。**臺灣生命教育觀摩學習團團刊**，2005年12月18日版本，1-5頁。
- 教育部（2004）。**普通高級中學課程暫行綱要**。臺北市：作者。
- 陳德光（2001）。生命教育的宗教學基礎初探。**教育資料集刊**，26，59-80。
- 曾煥棠（2001）。社會關懷教育與生命教育。**教育資料集刊**，26，131-152。