

# 耕耘生命的心田—生死關懷

460-491

臺北市立松山高級中學 郭靜靜、劉桂光、康家華

## 摘 要

生命教育即探究生命中最核心議題，引領學生邁向知行合一的教育，而生死關懷在引領學生進行終極課題與終極實踐的省思，以建構深刻的人生觀、宗教觀與生死觀。內化學生的人生觀與價值觀，以統整其知情意行，提升其生命境界。終極關懷與實踐，涉及的是人生最終極的課題，這包含了必死的人生究竟有何意義，又如何去開創其意義的人生哲學問題，也包含了有關死亡的省思與實踐的各種死亡教育課題，還包含了有關超越界與聖界信仰的宗教教育課題。

關鍵字：耕耘生命的心田-生死關懷

## 壹、前言

關於生死的相關問題，我們通常都樂於面對新生，歡喜的接受新生命的誕生；可是大部分人不敢、不願意、也不知道如何面對死亡。不過，這並不稍減死亡陰影對每個人的籠罩。「人人必死」的事實，不但不會隨著時間的消逝而消失，還會隨著年齡的增長而愈發顯得真實迫切。其實生與死是一體兩面的，就以我們的生活來說，我們如果能對過去的種種做檢討與反省，進而衍生出未來成長的動力，這反而是死亡所帶來的積極正面的重生，也可說是溫馨有力的力量。生死問題看似遙遠，卻是在任何時間、任何地點都可能發生在我們身上的。「黃泉路上無老少」，「棺材裝的是死人，不是老人」等諺語，在在說明了死亡的無常。

## 貳、積極推展生命教育：耕耘生命的心田-生死關懷之緣起

一、本校訓育組長劉桂光老師、輔導康家華老師、護理郭靜靜老師為教育部培訓之生命教育教師，接受生命教育學程一年半學習體驗生命訓練，將於七月份

取得生命教育科的專科登記，形成教訓輔三合一的組合，積極投入生命教育之推動，達成初步預期目標；另外本校推薦四位教師為第二期師資班進修教師，希望成為「生命教育的種子學校」，建議並規劃松山高中 95 年 9 月起加入生命教育學科選修，已在課程發展委員會會中一致通過，計畫每學期由高一開始「生命教育概論」與「生死關懷」，待師資培訓完成預計三年後本校全面實施生命教育。

二、自製創新教學教材活動設計（前二項已獲教育部生命教育教學策略佳作獎）：

- 1.生命旅程展關懷 2.生命的轉彎處 3.生死關懷教材及教案設計

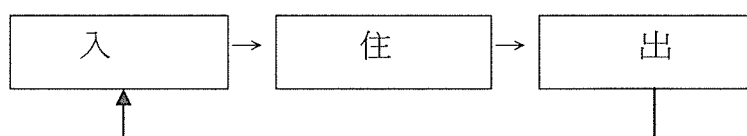
生命教育學會及臺大生命教育學分班將在今年暑假完成教材及教案

三、有效學習之探討

（一）生命教育乃是於教學中觸動學生之心靈深處，啟發本有之良知良能，此乃教育之真正目的。

（二）有效學習之過程及配合

一般有效的學習應包括入、住、出的過程，需要教師與學生的全心投入及配合：



- |            |               |          |
|------------|---------------|----------|
| 1. 教師的學養   | 1.知識及概念的內化及涵融 | 1.自然的習慣  |
| 2. 豐富的教學內容 | 2.潛移默化        | 2.行爲的實踐  |
| 3. 生動的教學方式 | 3.能啟發生命源動力    | 3.日常生活應對 |
| 4. 學生用心投入  |               | 4.服務人群   |

參、耕耘生命的心田前置作業

死亡一直都是禁忌，很多人、很多家庭一直不去碰觸的問題，其實他是生命過程的一部份，生死學的研究與運用是從醫學、宗教、社會、心理與倫理的整合

觀點、來探討死亡歷程對個人的影響，與死亡相關的儀式及其對社會組織的影響。《最後十四堂星期二的課》的主角墨瑞(Morrie)曾說：「只要你學會死亡，你就學會了活著。」這句話明確地指出，生死其實是一體兩面的，認真思考如何面對死亡，其實就是面對生命。孔子從另外一個角度說：「未知生？焉知死？」也就是說：連如何好好活著都不了解，又如何能知道死亡。其中強烈暗示著：用心生活，才能面對死亡、理解死亡。不論是從面對死亡去談人生，或是從面對人生而理解死亡，顯然生與死的關係是極為密切的。許多宗教的教義與研究死亡的學者也都主張，唯有用心生活於當下，生命的意義才能完全的彰顯；唯有認真地生活，才能了解死亡，從而能夠更深刻地掌握生命的意義。

松山高中已陸續在班級經營融入生命教育課程及週會中安排生命教育系列與服務學習系列列車，期望耕耘生命的心田開出生命的火花。

#### 1. 班級經營生命教育與實施

松山高中以班為單位推行班級生命教育運用教師自製生命教育教學策略教案

1.生命旅程展關懷 2.生命的轉彎處

#### 2. 生命教育系列-松山高中 94 學年度第一學期班週會討論題綱

- a.生命教育系列一：活著真好！－生命的存在價值與意義。
- b.生命教育系列二：做一件好事與做一件快樂的事的分別。
- c.生命教育系列三：臨終關懷與安寧病房故事分享討論。
- d.生命中的火花－「行善義行」的故事分享。
- e.為什麼要幫助別人？從校園安全事件討論起。(景文案)

#### 3. 服務學習系列-松山高中 94 學年度第二學期班週會討論題綱

- a.讓我們想一想：台灣社會的小故事 1「除夕夜的存款」
- b.讓我們想一想：台灣社會的小故事 2「父母的愛」拾荒老人王玉順
- c.讓我們想一想：台灣社會的小故事 3「圍棋神童」黃炤(虫么、)穎的故事
- d.讓我們想一想：台灣社會的小故事 4「放牛班的春天」詹大為的故事
- e.讓我們想一想：台灣社會的小故事 5「滴水之恩湧泉以報。」林慶文故事
- f.你對「公共服務課程」的看法？

- g.清明時節，談自己的「生死經驗」！
- h.認養貧童：以實際行動體現助人的快樂！
- i.如果週六到公益團體去服務(醫院、孤兒院、老人院) 你有什麼看法？
- j.母親真偉大！你如何不花錢，卻能給母親帶來快樂？有哪些事你可以做？

#### 肆、耕耘生命的心田-生死關懷

##### 創新教學活動設計耕耘生命的心田-生死關懷

##### 一、學生課前準備作業

- (一)網路蒐集資料—認識死亡意相關議題
- (二)對死亡定義的了解—在醫學上及社會、法律、宗教領域觀點
- (三)生死關懷—了解家中長輩或親友死亡及其處理經過情形

##### (一)網路蒐集資料

##### 例 116 18 陳常娟 認識死亡—課前網路蒐集預習

『太陽下山，明朝依舊爬上來；花兒謝了，明年還是一樣的開；美麗小鳥飛去無影蹤，我的青春小鳥一去不回來。』一首人盡皆知的青春舞曲，道盡生命的無常與短暫。

每一個存活在這世上的萬物，都有消逝離去的時候；誠如這一首歌所說，沒有下去，就沒有上來；沒有離開，就沒有再來。如果每一樣事物都是不朽的，宇宙中就不會有任何的改變或成長。

我們或多或少都經驗過對死亡的懼怕；因為死亡剝奪人們享受幸福的權利，死亡帶走人們輝煌的成就，奪去人們心愛的人，留下無法挽回的遺憾。我們千萬個不願意，我們曾經擁有的，稍縱即逝。

然而，要和這個死達成協議，幾乎是不可能的事；一如科學雖能減輕死的痛苦，卻絲毫不能緩和死所帶來的懼怕。因此，人在無法找著任何脫離死亡的途徑之下，為了使自己快樂，就不斷題醒自己，根本不要去思想死的問題，或者乾脆以時行樂，來掩蓋死臨及時所帶來的悲哀與荒涼。

其實，死亡一生都在跟隨我們，無論我們走到那裏，度過了多少年歲，死亡始終如影隨形。在我們生活的周遭，常有許多不經意的事發生，不斷的在題醒並暗示我們，死乃是一個嚴肅的課題，我們必須誠實面對。

## (二)對死亡定義的了解—死亡的定義（醫學角度及社會、法律領域觀點）

一般在對死亡下定義時，通常會從臨床醫學、社會性及法律等角度來界定。以下將從這幾方面來討論。

在臨床醫學方面，根據 Dorland's 的醫學辭典，解釋死亡是「由心跳和呼吸之停止所顯示的外表生命之消失」。Whaley、Capron 和 Kass 等人對醫學死亡 (Medical Death) 的解釋為「持續十二個小時無自發性的自主運動，瞳孔對光無反應，心臟及呼吸機能呈現不可逆轉的停止，及大腦功能的消失」（Humphry & Wickett, 1986, p. 280）。而臨床死亡 (Clinical death) 的解釋是「人的身體系統，如心臟、血管、呼吸系統等停止工作」，也就是自然的生物性死亡，呼吸、心跳停止後，大腦死亡（黃天中，1988）。

Kastenbaum (1969) 認為社會性的死亡是指「一種社會性過程，當個人沒有思想、沒有感覺時，就可謂之為社會性死亡」。而所謂法律之死，是指「生命停止；沒有存在；及被醫生界定為血液循環完全停止、動物和生命力的功能停止，如呼吸、脈搏等停止活動」（Humphry & Wickett, 1986, p. 283）。有些學者也認為法律的死亡是以「死亡診斷書」來宣告，其在社會及法律上能產生實際效果，且有醫院開設的死亡診斷證明書來確認。

## (三)生死關懷—了解家中長輩或親友死亡及其處理經過情形

我的外公在不久之前過世了，聽媽媽說，外公本來是要睡覺，一躺下來就突然臉色發黑，經急救一個星期後就離開了。剛開始因為消息來得突然，家裡每個人都錯愕，尤其是外婆幾乎天天以淚洗面，一星期後，參加喪禮，媽媽、外婆還有許多阿姨都哭了，想想真不可思議，平常可以見到的人，突然去世，連一點預備都沒有……

課前預習：學生對死亡的概念或態度以分組討論方式報告，教師再澄清

- ❖ 死亡像是從牢獄中釋放出來，不再受種種束縛，得到了自由一樣。
- ❖ 死亡只是換一個軀體而已，它是結束，也是開始。
- ❖ 死亡是生理機能的停止，無法正常運作。死亡是一個生命的結束，也是另一個生命的開始，更是一個必經的路程。死是愛的延續永不停歇。
- ❖ 死亡是生命的巔峰時刻，死亡為生命的必經過程，要勇於面對，享受生活就不怕死亡。
- ❖ 死亡是生命的終止，卻是思想的開始，也是輪迴的起點，也是肉體的結束。
- ❖ 接受死亡，才是承擔生命的責任。

## 二、教師教學目標、教學設計、教學實施

耕耘生命的心田-生死關懷單元目標	
教 學 目 標	<p>一、認知方面：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能夠了解死亡是生命的自然與必然現象.</li> <li>2. 能夠了解人類恐懼死亡的原因</li> <li>3. 能夠了解造成死亡的原因</li> <li>4. 能夠了解何謂瀕死經驗</li> </ol> <p>二、情意方面：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 願意主動面對與分享自己親人面對死亡的經驗</li> <li>2. 建立正向面對死亡的態度</li> <li>3. 建立超越死亡的態度</li> <li>4. 培養正向積極人生觀</li> </ol> <p>三、技能方面：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能分享自己曾有親人死亡的經驗</li> <li>2. 能思索自己對死亡的認知與態度</li> <li>3. 能說出人類畏懼死亡的原因</li> <li>4. 能建立健康面對死亡的行為</li> <li>5. 能收集與死亡議題相關的資訊</li> <li>6. 能說出超越死亡的行為</li> </ol>

壹、教學設計			
單元名稱	耕耘生命的心田-生死關懷	時 間	二節課 (100 分鐘)
教學對象	高中學生	設計者	郭靜靜、劉桂光、康家華
核心能力	思考死亡和生命的關係與涵義		
所屬主題 或主題群	生死關懷		
設計理念	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 以「生命河流」的故事，引導學生省思死亡與生命中的關係。</li> <li>2. 依循「他死→你死→我死」的層次，引導學生了解死亡在生命中的重要，透過課前網路蒐集認識死亡資料與探索活動使學生體認死亡是生命必然與自然現象。</li> <li>3. 藉由師生分享日常生活中的各種死亡事件及體會生死大事對生命的影響，以《再見，愛瑪奶奶》故事引導學生學習正向面對死亡的態度，了解超越死亡的態度與行為，以拓展視野，培養正向人生觀。</li> <li>4. 藉由生死的省思與關懷，進而重視生命的意義與價值。</li> </ol>		
教學目標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解死亡是生命中不可避免而且重要的大事</li> <li>2. 分享日常生活中各種親疏不同的死亡事件及其意義</li> <li>3. 知道死亡的定義與恐懼死亡的原因，建立自我面對生死的態度</li> <li>4. 體悟生命的意義與價值，進而珍惜生命</li> </ol>		
教學準備	教師	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. (以活動分別列出) <ul style="list-style-type: none"> <li>【活動一】準備「生命的河流故事」與「爺爺的牆、再見，愛瑪奶奶的故事」</li> <li>【活動二】準備一個面對至親生離死別的實際故事—八歲余豔的故事</li> <li>【活動三】準備「與時間競賽的人—俊翰的故事」DVD (新竹中學出版)，製作觀賞學習單作分組討論</li> <li>【活動四】製作「為自己的死亡做準備」-寫墓誌銘及預立遺囑學習單</li> </ul> </li> <li>2. 準備將童書《再見，愛瑪奶奶》製成有聲動畫故事、學習單、相關書籍、心靈音樂</li> <li>3. 教學方法：發表法、價值澄清法、小組討論法、故事教學法</li> <li>4. 準備輔助教具：筆記型電腦、單槍投影機、音源線</li> </ol>	





<p>了，「也許這就是我的命運了，我永遠也到不了傳說中那個浩瀚的大海。」它頹喪地自言自語。</p> <p>生死是人生的大事，面對死亡更是人生的大考驗，就像小河流來到了沙漠，我們可以穿越死亡這個沙漠嗎？</p>		
<p><b>二、發展活動</b></p> <p>1. 從自然的消長變化到人已親疏的死亡無常，引導學生了解死亡在生命中的意涵。</p> <p>1-1 認知成熟的死亡概念，讓學生了解死亡的本質</p> <p>舉凡生物皆有死之必然性及生命之有限性，人應更加珍惜生命。生死不斷的發生在我們生活之中，根據民國 93 年的統計數字顯示，台灣每四分鐘就有一个人走向「此生」的終點。在這同時，也不斷有人出生。民國 93 年的統計數字是：每兩分半鐘就有一個寶寶出生。就個體而言，我們身上的細胞每天也都有新生與死亡。</p>	5 分	投影片
<p>教師提問：</p> <p>既然如此，我們對於死亡這個人生必經之路了解多少呢？死亡離我們如此的近，我們是不是應該多了解一點呢？我們害怕死亡究竟是因為害怕死亡本身，還是因為死亡會帶走我們生活的一切而感到害怕呢？或是我們其實是因為不了解死亡而感到恐懼，因為不知道死後的世界會是如何而驚慌呢？我們對死的了解、看法、感受等和死亡有關的事？</p> <p>教師請 3-4 位同學回答問題並釐清對死亡概念的正確認知</p>	5 分	投影片

<p>由教師說明成熟的死亡概念</p> <p>(一)不可逆性(irreversibility) 了解凡生物體一旦死亡，則其「肉體無法再復活」(不包括精神或靈魂的層面)</p> <p>(二)普遍性(universality) 了解「所有生物體都會死亡」，包括小孩子。</p> <p>(三)無機能性(nonfunctionality) 了解「所有界定生命的機能均停止，所有身體的器官都喪失功能」。</p> <p>(四)原因性(causality) 了解「導致生物發生死亡的原因」(包括自發的內在因素或外力因素。</p> <p>(五)有關「非肉體的延續性」的思考，了解吾人肉體死亡之後的以其他形式繼續存在的觀點(張淑美，2001)</p>	2分	投影片
<p>1-2 從醫學與宗教的角度，引導學生建立健康的死亡認知與態度</p> <p>(一) 醫學對死亡的定義</p> <p>醫學-心跳停止、呼吸停止、瞳孔放大三大特徵為醫學判斷死亡的標準。使用呼吸器維持呼吸、心跳，器官移植挽救生命，發展出以腦死為死亡之依據。</p> <p>(二) 宗教對死亡的解釋</p> <p>1.佛教-認為此生是隨業流，轉重視因緣果報，對生死問題我們是做不了主的，但是如果我們能夠珍惜生命，用心提升生命的品質，那麼便能跳出輪迴而超越生死。</p> <p>2.基督教-基督宗教所講的「新生」、「永生」也是在強調我們此生的肉體並不可靠，唯有依靠著聖靈才能真正的活著，行善升天堂，為惡則入地獄。</p> <p>3.天主教-死亡的當兒，是人的自由意志，最終面對善惡面對天主召喚，死是永生的開始，要行善才能返天國。</p>	8分	投影片

<p>4. 道教-認為人死為鬼，行善者死後可升天，作惡者則下地獄受苦。</p> <p><b>生命的河流 2</b></p> <p>這時候四周響起了一陣低沈的聲音：「如果微風可以跨越沙漠，那麼河流也可以。只要你願意放棄你現在的樣子，讓自己蒸發到微風中。」</p> <p>「因為你堅持你原來的樣子，所以你永遠無法跨越這個沙漠。你必須讓微風帶著你飛過這個沙漠，才能到達你的目的地。」沙漠用它低沈的聲音這麼說。小河流從來不知道有這樣的事情：「放棄我現在的樣子，然後消失在微風中？不！不！」</p> <p>死亡就是一切的幻滅嗎？面對未知的死亡，我們也是如同小河流一般的恐懼吧？</p> <p>2. 依循「他死→你死→我死」的層次，引導學生了解死亡在生命中的重要</p> <p>2-1 體會他死→你死→我死的改變，探討死亡的原因並悟出生死大事對整體生命的影響</p> <p>由同學討論生活中他死、你死、我死的情況與案例分享，教師歸納綜合大家的意見說明死亡的原因可分三大類：</p> <p>(一) 他死-與我不相干者的死亡：戰爭、災難、人禍、媒體報導的死亡事件等</p> <p><b>【活動二】</b>準備爺爺的牆繪本作成 Power Point(附件一) 爺爺的牆繪本-戰爭帶來死亡及再見，愛瑪奶奶的故事 越戰紀念碑是為紀念參與越南戰爭的美國士兵們，紀念碑上刻印著在越戰中失去生命或是失蹤的士兵們的名字。這座紀念碑位於華盛頓特區內，以黑色花崗石建造的這片牆，上面刻印著超過五萬八千個名字。</p>	<p>3 分</p> <p>8 分</p>	<p>投影片</p> <p>投影片</p> <p>爺童書爺爺的牆繪本製作成 PowerPoint 《再見，愛瑪奶奶》製成有聲動畫故事</p>
--	-----------------------	--

<p>(二)你死-我的摯愛與至親之死亡</p> <p>一位母親罹患癌症-至親之死亡，一個為人子女的角度所紀錄下來，關於母親與家人共同面對死亡的心路歷程，母親罹患癌症末期且癌細胞蔓延，經化學治療病情仍持續惡化，後經醫生建議住進「安寧病房」，直到面對死亡，陪伴尊嚴走完人生最後旅程。</p> <p>我到底能為母親做些什麼？如何面對及幫助母親及家人？在病危情況是否接受插管急救？母親往生後會如何？後事該如何安排？家人如何面對這樣的問題？省思面對死亡與生命的意義，並藉此思考生命中最重要價值是什麼？</p>	3分	投影片 母親罹患癌症 過程說明 分享與討論
<p>(三)我死-面對我自己的死亡之省思及體悟</p> <p>生命的河流 3</p> <p>小河流無法接受這樣的概念，畢竟它從未有這樣叫它放棄自己現在的樣子，那麼不等於是自我毀滅了「我怎麼知道這是真的？」小河流這麼問。</p> <p>「微風可以把水氣包含在它之中，然後飄過沙漠，到了適當的地點，它就把這些水氣釋放出來，於是就變成了雨水。然後這些雨水又會形成河流，繼續向前進。」沙漠很有耐心地回答。</p> <p>「那我還是原來的河流嗎？」小河流問。</p> <p>穿越沙漠的小河流，即便化成水氣，依然保有內在的本質，只是換個形式繼續下一段旅途；我們的生命有肉體、精神、靈性的不同層次，肉體的死亡是否是另一段旅程的開始？</p>	4分	投影片
<p>3-1 建立積極面對生死的態度</p> <p>一. 面對死亡的恐懼原因</p> <p>(一)對未知與不確定的恐懼</p> <p>(二)對死亡過程及形貌的恐懼</p>	2分	投影片

<p>(三)對失落的恐懼  (四)對分離的恐懼  (五)學習而得的恐懼  (六)對未完成的心願或事物感到遺憾的恐懼  (七)對人生過程的悔恨，來不及補救的恐懼</p> <p>二.面對死亡的心理反應，面對死亡的歷程通常是：</p> <p>(一)震驚與否認期：剛開始拒絕接受、不敢相信然後開始懷疑，否定這個事實  (二)憤怒期：接著可能會出現憤怒、恐懼、不安；  (三)討價還價期：再來是開始尋求各種治療的方法、改變自己的行為  (四)憂鬱期：追求心理的慰藉甚至宗教的依靠；  (五)接受期：最後是坦然接受事實並開始準備自己最後的旅程。但是面對死亡的態度和一個人如何面對死亡很有關係。</p>	3分	投影片
<p>生命的河流 4</p> <p>「<input type="checkbox"/>管你是一條河流，或成爲看不見的水蒸氣，你內在的本質從來沒有改變？你會堅持你是一條河流，因爲你從來不知道自己內在的本質。」沙漠回答。此時小河流的心中，隱隱約約地想起了自己在變成河流之前，似乎也是由微風帶著自己，飛到內陸高山，成爲雨水落下，才變成今日的河流。於是小河流終於鼓起勇氣，投入張開雙臂的微風裡，消失在微風之中，讓微風帶著它，奔向它生命中的另一段旅程。」</p> <p>雨滴匯聚成河流再化爲水氣，藉著風的幫助，小河流有了豐富的生命循環；我們的生命意義是什麼？使我們能跨越障礙的力量是什麼？</p> <p>三.面對生死應有的態度</p>	2分	投影片

<p>(一)培養生命無常觀，重視生死的教育正是每個人都需要學習的終身教育</p> <p>(二)生命中沒有巧合要改變自己的生命，可以選擇把它當作生命成長的機會</p> <p>(三)把握現在活在當下，活出生命的意義</p> <p>(四)用無條件的愛來關懷與尊重面對生命與死亡的態度</p> <p>(五)尋求堅定深厚的宗教信仰或信念，自然面對生死</p> <p>教師做結論：面對生死，要認真活出生命意義，創造人生價值</p>		<p>投影片</p> <p>投影片</p>
<p>第一節 結束</p>		
<p>【活動三】活著真好 與時間競賽的人-俊翰的故事 (附件二)</p> <p>分組討論題目:請學生思考後由 2-3 名同學發表心得</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 俊翰覺得自己算是幸運的,那妳(你)呢?他面對生死爲什麼可以如此樂觀?</li> <li>2. 俊翰的媽媽說:俊翰的成就不在於他的成績表現,那麼你認爲俊翰故事對你的意義是什麼?</li> <li>3. 生活中有許多的不如意,有些人因此而懷憂喪志;有人卻能轉念憤發,立定偉大的志向。像陳俊翰一樣。你如何讓自己在遇到挫折時能夠轉念憤發?</li> <li>4. 許多人經常在問:「生命的意義是什麼?」你如何讓自己用心生活,並且活出生命的意義?</li> </ol>	<p>20 分</p>	<p>DVD 與時間競賽的人俊翰的故事(增修版)</p> <p>共同討論與分享</p> <p>投影片</p>
<p>生命的河流 5</p> <p>我們的生命歷程也像小河流一樣,想要跨越生命中的障礙,達成某種程度的突破,往真善美的目標邁進,也需要有「放下自我(執著)」的智慧與勇氣,邁向未知的領域。也許你可以試著問自己:你的本質是什麼?你緊抓不放的是什麼?你要的究竟是什麼?如果你跨越了生命中的障礙,你還堅持原來的樣子嗎?</p>	<p>2 分</p>	<p>投影片</p>

<p>4-1 從生死關懷活出生命意義讓生命美到最後教師說出一則面對死亡的生前告別式作家<u>曹又方</u>的故事</p> <p>1998 年耶誕前夕，作家<u>曹又方</u>發現自己罹患卵巢癌末期，一向頑強的她當時選擇停止化療，並為自己舉辦了生前的告別式，快樂地與親人朋友話別。她說：「人要好好的活著，也要好好的死。」現在<u>曹又方</u>以練氣功、飲食來照顧自己的身體，癌症狀況已然消失。他不斷的省思自我，快樂過生活以面對生命的無常。</p>	6 分	<u>曹又方</u> 的故事
<p>教師讓同學說出自己對生命與人生意義的看法。</p> <p>看完上面的小故事：面對死亡-為自己的死亡作準備你會想到什麼？給你的感受又是什麼？如果你，你會怎麼處理？你的遺囑會交代些什麼？(附件三)</p> <p>墓誌銘可說是人生價值的一種呈現方式，我們一生的德行成就、經歷，乃至人生態度，都可由此管窺全貌。讓我們先來欣賞一些墓誌銘吧！</p>	10 分	討論與分享
<p>(1)後人替他們寫的墓誌銘：</p> <p>提倡白話文運動的<u>胡適</u>，他的墓誌銘是：「這是<u>胡適</u>先生的墓，生於<u>中華民國</u>紀元前二十一年，卒於<u>中華民國</u>五十一年。這個為學術和文化的進步，為思想和言論的自由，為民族的尊榮，為人類的幸福而苦心焦思，敝精勞神以致身死的人，現在在這裏安息了！我們相信形骸終要化滅，陵谷也會變易，但現在墓中這位哲人所給予世界的光明，將永遠存在。」</p> <p>(2)為自己寫的墓誌銘</p> <p>德國偉大的哲學家<u>康德</u>，臨死之前要他的學生為他寫下的墓誌銘是：「在我頭上是眾星的天空，在我心中是道德的法則。」</p> <p>(3)有趣的墓誌銘</p> <p>啊！我終於知道了人類最大的秘密。可惜我不能告訴你！</p>	3 分	投影片

<p>4-2 從名人和哲學家的生死看法體悟生命的意義與價值</p> <p>對我們的人生而言，《最後十四堂星期二的課》的主角墨瑞(Morrie)曾說：「只要你學會死亡，你就學會了活著。」這句話明確地指出，面對死亡是好好活著的重要關鍵。</p> <p>孔子從另外一個角度說：「未知生？焉知死？」也就是說：連如何好好活著都不了解，又如何能知道死亡。其實是深刻地提醒：用心生活，就能面對死亡、理解死亡。</p> <p>生死學先驅大師伊莉莎白·庫柏勒·蘿絲博士(Elisabeth Kubler-Ross)告訴世人死亡並不可怕、並不存在，真正的問題在於我們看待生命的方式。我們的肉體生命終有其消失的一天，但靈性的生命則是不死的，生命的唯一目的就是成長、就是精神的進化。不論是從面對死亡去談人生，或是從面對人生而理解死亡，顯然生與死的關係是極為密切的。</p>	2分	投影片
<p><b>結論</b></p> <p>思考死亡其實是思考生命，體認死亡就是體認生命的意義。藉由對死亡的認識，讓我們思考存在的價值與關懷生死課題，並且認真去思考如何掌握生命的珍貴時光、學習生命中的苦難與挫折的功課，以及如何活出生命的意義與價值。</p>	2分	
<p><b>三、綜合活動</b></p> <p>1. 教師統整本單元探討的觀念，包括：生死關懷認識死亡的本質及正確面對生死的關懷態度</p> <p>2. 【活動四】教師說明為自己的死亡做準備學習單(家庭作業)。</p> <p>請學生回家完成學習單--為自己的死亡做準備並撰寫自己的墓誌銘。</p>	5分	自己的死亡做準備學習單



### 參、評量方式

1. 個人部分：課堂表現與參與、小組討論參與、學習單、回家作業預立遺囑。
2. 小組部分：討論情況、小海報製作，上台發表。

### 肆、參考書籍：按 APA 格式作修改

1. 白裕承(譯)。最後十四堂星期二的課。台北：大塊文化。
2. 生命花園-安寧心情故事(2002)。台北、安寧照護基金會。
3. 余德慧(1998)。生死無盡(初版二刷)。台北：張老師文化。
4. 林綺雲·張盈堃·徐明瀚(2004)。生死學。台北：洪葉。
5. 林綺雲主編，曾煥棠等著(2000)。生死學。台北：洪葉。
6. 林瑞堂(譯)(2005)。你可以更靠近我(初版十刷)。台北：張老師文化。
7. 孫周興(譯)(2005)。死、永生、上帝。台北：商周。
8. 張淑美(1996)。死亡學與死亡教育。高雄：復文。
9. 張淑美(2001)。中學生命教育手冊。台北：心理出版社。
10. 張淑美、吳慧敏(譯)(2004)。生死一線牽(初版二刷)。台北：心理。
11. 曾煥棠(2005)。認識生死學。台北：揚智。
12. 傅偉勳(2004)。死亡的尊嚴與生命的尊嚴(五版十一刷)。台北：正中。
13. 趙可式(2005)。生命紀念冊。台北：康泰醫療教育基金會。
14. 趙可式、沈錦惠(譯)(2004)。活出意義來—從集中營說到存在主義(七版七刷)  
台北：光啓文化。
15. 鄭曉江(1999)。超越死亡(二版)。台北：正中。
16. 鍾昌宏編著(2004)。安寧療護暨緩和醫療。台北：安寧照護基金會。
17. 蘇絢慧(2003)。請容許我悲傷。台北：張老師文化。
18. 釋慧開(2005)。儒佛生死學與哲學論文集。台北：洪葉。

### 附件一

爺爺的牆故事繪本---文：伊芙.邦婷 譯：張淑瓊

這就是那片牆，我爺爺的牆。牆上面刻著很多人的名字，那些人很久以前在一場戰爭裡被殺死了。

### 後記

越戰紀念碑是爲了紀念參與越南戰爭的美國士兵們，紀念碑上刻印著在越戰中失去生命或是失蹤的士兵們的名字。這座紀念碑位於華盛頓特區內，以黑色花崗石建造的這片牆，上面刻印著超過五萬八千個名字。

## 附件二

### 生命教育課程學習單

與時間賽跑的人--俊翰的故事

95.4.25.

小組討論 班級： 座號： 姓名：

※關於俊翰的報導網路上有很多，同學們可以自行上網去了解更多俊翰的故事。

另外，新竹中學也出版了「與時間競賽的人—俊翰的故事」DVD，希望他的故事能給同學們一些不同的角度去面對自己的人生。

你(妳)聽過這個人嗎？與時間賽跑的人--俊翰的故事

目前就讀台大會計系，因爲修法律系的雙學位，所以延畢一年，目前是台灣大學五年級的學生。他有什麼特別之處嗎？「俊翰因爲嚴重身障，出生後就不會走路或爬過，也不能自行坐著。小學時手還比較有力氣寫字，但隨著時光過去，病情越來越嚴重，一年中總有許多歲月是在醫院的加護病房中度過的。只要天氣較爲潮溼或變化大，他就會感到骨頭痠痛等身體不適。」

俊翰一出生時就被發現患有「肌肉萎縮症」，當時醫生告訴他的父母：「俊翰大概只能活到三、四歲左右。」因此，俊翰能存活到現在，醫生們都說可以去申請金氏世界紀錄。飽受生理苦痛打擊的俊翰，因爲脊椎嚴重側彎壓迫內臟，造成胃液逆流嚴重而經常無法入眠；左半邊的肺部也完全失去功能，致呼吸常常不順暢。具體的說，俊翰的身體完全不能自主的動作，連基本的翻書、寫字、吃飯、吐痰……許多我們視爲平常的動作，俊翰都需要別人的幫忙。

大二的冬天，陳媽媽怕俊翰冷，因此用電毯包住他的雙腳禦寒。沒想到卻引

發火災，讓俊翰的雙腳嚴重燒傷而被迫截肢。面對這樣的苦痛，俊翰仍未放棄自己的寶貴生命，勇敢面對挑戰。他曾經開玩笑說：「以他，如果要自殺，怕是只能不停吃撐自己。」但一頓飯要別人幫忙餵，而且要吃兩個鐘頭，所以他甚至連吃死的本錢都沒有。

然而俊翰卻以第一名從新竹中學畢業，大學學測除了數學考十一級分以外，其他各科都是滿級分。他的第一志願是台大法律系，不過法律系拒絕他的申請，最後他進入台大會計系，並且以優異的成績申請輔修法律雙學位，明年他即將從台灣大學畢業。俊翰的媽媽曾說：大家不要把焦點放在他的成績上，而應該注意的是他努力不懈的精神。是的，對俊翰曾說：「病魔束縛了我的身軀，卻束縛不了我翱翔天空的心靈。」

對俊翰而言，活著的本身就具有莫大的意義，你(妳)呢？同學們！四肢健全、活動自如的你呢？生命存在的價值在哪裡？生命的意義是什麼？

### 活著真好學習單一與時間競賽的人俊翰的故事分組討論題目與分享

1. 俊翰覺得自己算是幸運的，那妳(你)呢？他面對生死為什麼可以如此樂觀？
  - ❖ 自我覺非常幸運。因為俊翰覺得還有許多人比他更可憐。
  - ❖ 當然，世界上比自己遭遇更困頓的人多的是，我們遇到的，相較之下就顯得微不足道。有家人的支持、他陪伴他，加上他可以接受自己的病痛，珍惜現在。
2. 俊翰的媽媽說：俊翰的成就不在於他的成績表現，那麼你認為俊翰故事對你的意義是什麼？
  - ❖ 他對生命的不服輸，連生重病的人都有如此的成就，身體健全的我們更應該努力用功，充實每一個日子。要有目標，自我肯定，努力以赴。
  - ❖ 讓自己快樂地活著，活出人生有意義。珍惜自己、鍾愛家人。
3. 生活中有許多的不如意，有些人因此而懷憂喪志；有人卻能轉念憤發，立定

偉大的志向。像陳俊翰一樣。你如何讓自己在遇到挫折時能夠轉念憤發？

- ❖ 找出問題的徵結，坦然面對，勇敢突破。從哪裡跌倒，就從哪爬起。
- ❖ 挫折只是一時的不如意，不代表是都不順心，把挫折當作是人生的考驗。向著信念走。

4. 許多人經常在問：「生命的意義是什麼？」你如何讓自己用心生活，並且活出生命的意義？

- ❖ 認識自己，享受生命中的每一分一秒。做好自己該做的事，別浪費時間。
- ❖ 把握每一刻，每件事都以積極的態度面對，不要讓自己留下遺憾。

### 附件三

#### 生命教育課程學習單

超越死亡的態度—再見，愛瑪奶奶 95.4.25.

小組討論 班級： 座號： 學生姓名：

1、你曾有過親人面臨死亡的經驗？在故事中愛瑪奶奶如何面對即將死亡的事實？

- ❖ 以平常心勇敢的面對將死亡。
- ❖ 冷靜的去面對，將愉悅的心情保持到最後一刻，安祥的交代後事。
- ❖ 親人面臨死亡的經驗在認識死亡的課前護理作業上。

2、愛瑪奶奶如何超越死亡積極安排自己最後的路程？你覺得還有哪些超越死亡的正向行爲？

- ❖ 完成自己的心願。
- ❖ 每天快快樂樂，坦然接受與面對死亡

3、愛瑪奶奶認為「所謂的死亡，就是靈魂離開身體，到另一個世界去了。」你的看法是什麼？

❖所謂的死亡其實生命沒有結束

#### 附件四

##### 生命教育課程學習單

回家作業 為自己的死亡作準備—預立遺囑 95.4.25.

班級： 班 座號： 號 姓名：

#### 1.墓誌銘

請按課程中墓誌銘說明為自己寫一篇幽默具生命意義的墓誌銘，你會強調什麼呢？ 例如：

轉角是結束的地方，轉身是一大群愛我而我愛的人  
轉眼是這燦爛的人生和美麗的世界 108 孫鈺婷

你在看我嗎？你可以再靠近一點 ……………  
感受一下這曾經認真活過的氣息，聆聽一下在這短短幾年唱出的生命謳歌  
118 焦文揚

這世界我來過 這世界我看過 我會用力呼吸 也曾使盡力氣  
一路上所追求的 卻什麼也沒帶走 只能擁抱著回憶 永遠 沉沉睡去  
113 楊立茵

例：我來過，在生命中駐足 我度過，在生活中體驗 我走過，在生存中承擔  
郭靜靜

#### 2.預立遺囑

沒有人可以知道自己的大限之日，結束生命，看似是自己擁有的莫大權利，可是真是如此嗎？健康的你，可否想像世間其他角落或許生不如死卻仍急於躲避

死神的人們心理？這樣的世界又都是怎樣的顏色？現在，請你以目前的年齡為生命最後期限，假想自己因罹患末期癌症而必須為死亡做準備，替自己預立一份遺囑（可書寫於下面或背面撰寫）。

1. 預期自己的死亡：以現在的年齡作死亡準備（而非預想將來年老時），想像自己罹患末期癌症，身體狀況漸走下坡，自知來日無多，頭腦卻仍清醒。
  - (1) 你認為自己此時的感受、想法會是如何？
  - (2) 你將如何渡過餘日？你會改變目前的生活方式嗎？為什麼？若欲改變，將如何改變？
  - (3) 對過去歲月中的各種人生遭遇與意義進行反省，並咀嚼心中感受。
2. 預立遺囑：交代遺物與遺產等物質項目、親人的生活、自己想要的醫療照顧及遺願。
3. 表達喪葬意願：如遺體處理方式、喪禮儀式、埋葬方式（土葬、火葬，海葬，樹葬或天葬為什麼？）與後人紀念的方式，並說明理由。同時寫出親人對此是否表示同意，以及同意（不同意）的原因。

## 生命教育—生死關懷教學

### 學生回饋意見表

單元名稱：生死關懷-認識死亡 年級：108 118 班 學生：42 位 姓名：全班彙整

一、上完本課程後，你現在的感覺是什麼？

20 位 學習很多，有些概念或思惟方式是自己以前不知道的

20 位 有學習

2 位 普通，它只是一個課程

完全沒有學習

二、沉澱一下，想一想本課程內容讓你印象深刻的有哪些？

1. 俊翰的故事-與時間競賽的人
2. 再見，愛瑪奶奶
3. 余豔的故事-我來過 我很乖
4. 生命列車
5. 生命的意義
6. 一碗麵媽媽的故事
7. 老師的與有趣的墓誌銘
8. 對死亡概念的分享
9. 生命的無常
10. 預立遺囑為自己死亡作準備
11. 小星星
12. 莫瑞說的話:學會死亡 你就學會了活著.
13. 爺爺的牆有獎徵答
14. 有獎徵答
15. 師生互動內容

三、請將題二的答案以優先順序的方式排列，印象最深刻者排最前面

例如：有一位同學他是這樣排的 32514，你呢？

順序	印象深刻的課程內容	最 多 人 次	排列 第 1	排列 第 2	排列 第 3	排列 第 4	排列 第 5
1	俊翰的故事-與時間競賽的人	41	12	11	14	2	2
2	再見，愛瑪奶奶	39	12	15	5	7	
3	余豔的故事-我來過 我很乖	30	1	5	8	8	8
4	生命列車	28	7	5	5	5	6
5	生命的意義	13	5	1	2		5
6	一碗麵媽媽的故事	12		2	2	5	3
7	老師的與有趣的墓誌銘	11	3	3	2	1	2
8	對死亡概念的分享	10			2	4	4
9	生命的無常	6	2	1	1	1	1
10	預立遺囑為自己死亡作準備	5				4	1
11	小星星	3	1			1	1
12	莫瑞說的話:學會死亡 你就學會了活著.	2				1	1
13	爺爺的牆	1				1	
14	有獎徵答	1					1
15	師生互動內容	1					1

#### 四、本課程幫助你學習到什麼？

1. 不同的人，在面對人生的態度上，因環境、時間的不同，對於人生自然有很多的不同。不過，在面對死亡課題時，都是歡喜面對。他們不害怕，因為他們認為自己活過了，而對自己的人生不感到後悔。
2. 勇敢面對人生，面對死亡，好好珍惜每一刻，用心用力地活，認真把握過每一天，把每天都當作是自己的最後一天，因為生命的盡頭沒有人知道何時會來臨。
3. 死亡只是生命中的一個過程，我們要坦然面對。
4. 正確的態度面對生命的消逝，也看到別人展現不同的生命力，對生命的堅持。
5. 用不一樣的態度，永不放棄，作有意義的事，讓生命沒有遺憾。
6. 原來自己很幸運，有健康的身體和愛我的家人。
7. 雖然可面對自己死亡，但還是擔心最親的人死亡。
8. 死亡並不是結束，而是心靈聯結的開始，長短不重要努力拓寬自己的價值。
9. 生命其實很短暫，但生與死是分不開的，重要的不是老期待未來，要以正確態度面對生命，對生命的堅持，用笑容包容每一件事，讓生命充滿陽光。
10. 懂得知足，我們擁有的會更多，歡喜面對不留遺憾，人生苦短活著真好。

#### 五、你會將本課程學習到的內容，在你的生活中實踐嗎？

41 位 會 你會怎麼做：

1 位 不會 原因是：

你會怎麼做：

1. 積極的使自己活得更更有色彩。坐而言，。不如起而行。
2. 盡力的作好每一件事，把握生命要讓生命沒有遺憾。
3. 以積極的態度珍惜人生，去接受了解生命的意義，面對死亡。



4. 出生與死亡只是一個起點與終點，重要的是過程。
5. 我無法增加生命的長度，但我能增加生命的廣度與深度，實踐自我。
6. 遇挫折永不退縮，關懷自己與他人，不浪費生命。
7. 預立遺囑為自己的死亡做準備，是一件很好的事。

六、除了以上的意見，你還想表達什麼嗎？

1. 能活著真是一件幸福的事，樂觀以對。
2. 這是一堂極具有意義的生命課程，相信會幫助更多不了解生命而不珍惜的人。
3. 覺得時間不夠多，應該多辦這樣的生命教育課程與活動。
4. 老師上課生動、親和性佳，互動很好，所選取故事令人感動不已，收獲良多。
5. 在有限生命，實現自我，發光發熱，生命是一段永遠不息的聯結。
6. 培伴身旁的人及家人尤其是媽媽天下父母心都是一樣的。
7. 老師的生命河流數來寶很有創意耶
8. 生命教育的課程會對現代的新新人類有益

七、謝謝你的回應，你所填答的內容，對老師往後的教學會有很大的影響。

生命教育教學教師觀摩評量 耕耘生命的心田-生死關懷

教師姓名	教學課程 融 入	教 學 時 間	教學班級	班級人數	觀 摩 回 饋 教 師 姓 名
康家華	護理課	95.04.24.	103 113 1PM-3PM	4 2 人	郭靜靜 劉桂光 徐慧苓
劉桂光	護理課	95.04.25.	109 119 8AM-10AM	4 2 人	郭靜靜 康家華 陸鵬濱 曾秋芳
郭靜靜	護理課	95.04.25.	108 118 1PM-3PM	4 2 人	康家華 劉桂光 洪茂彧 林宥馨

康家華 校內觀摩教師 胡光月主任 徐慧苓 陳慧珊 羅瑞芬 陳昱蓉 陳姿均

劉桂光 校內觀摩教師 林石得校長 莊明煌秘書 陸鵬濱主任 胡光月主任 曾秋芳

郭靜靜 校內觀摩教師 洪茂彧主任 林宥馨 劉桂光 康家華

## 生命教育教案教學

### 觀摩教師回饋意見表

#### 一、基本資料

擔任課程教師姓名：郭靜靜 觀察教師姓名：劉桂光 康家華 洪懋彧 林宥馨師

教學單元名稱：耕耘生命的心田-生死關懷 教學日期與時間：95.4.25.

學生資料：高中高職 其他（專科） 年級：高一 人數：42 人

#### 二、教案與試教之間是否落實所設計的教學目標：（請用勾選方式表達）

（一）單元教學目標落實程度：

1 位100% 3 位90% 70% 60% 60% 以下

有無具體修正意見\_\_\_\_\_

（二）單元教學目標是否恰當：

4 位是 尚可 否

有無具體修正意見\_\_\_\_\_

（三）教師與學生是否落實教案要求之教學準備

4 位是 尚可 否

有無具體修正意見\_\_課堂上分組題目充分\_\_\_\_\_

（四）教案設計所要求教學準備與資源是否恰當：

4 位是 尚可 否

有無具體修正意見\_\_內容富有啓發生命之意涵發人深思\_\_

（五）試教流程是否落實教案之教學流程設計：

（1）引起動機的部分

4 位是 尚可 否

（2）發展活動的部分

4 位 是 尚可 否

(3) 綜合活動的部分

4 位 是 尚可 否

有無具體修正意見 (例如內容的呈現與時間的掌握)

內容很豐富可稍微刪減 課堂氣氛能配合課程內容，很棒!

(六) 評量方式是否恰當：

4 位 是 尚可 否

有無具體修正意見 \_\_\_\_\_

三、觀摩老師對教學過程本身的意見：

(一) 整個教學過程引起學生有興趣學習的反應情形：(請用勾選方式表達)

4 位 經常 偶而 沒有反應 冷淡 不願意學習

有無具體修正意見 愛瑪奶奶故事感人特別呈現方式引發同學興趣 \_\_\_\_\_

(二) 哪一個活動最有教學效果：

原因是：俊翰的故事觀橫後心得報告為真實案例較易引發共鳴，激勵人心

故事分享及影片欣賞分組討論

有獎徵答活動同學反應不錯

(三) 在教學過程中最特殊，值得注意的事情是：

為自己寫墓誌銘蠻獨特的教學活動以前從未想過

教師之用心投入自然地引起學生熱切學習興趣

(四) 哪一個活動有改進的必要：

原因是：分組報告中較無法掌握每一位組員皆參與討論

活動都很棒只是時間有限可多留時間讓學生思考

您認為要如何改：可將較活潑不易專注學生安排在前

四、若要對本教案給一個總評語，它會是：

2 位 幾近完美，可推廣使用

2 位☑修改後，可推廣使用

理念很好，但是教學活動不能達到目標，要重新設計

本單元設計問題很多，不能使用

謝謝您的用心，您的意見我們非常重視。

### 三、教學成果及省思等內容

上完本課程後教師自我教學成果評量

一、滿意自己的教學表現

二、如果要再教授本單元的課程，我會注意？

1. 教學目標設定：目標明確清晰，符合課程主題
2. 教師與學生課前準備：課前準備功夫很重要，此次作得很好
3. 教學流程（引起動機、發展活動、綜合活動）：活動能符合目標
4. 評量方式：個別作業及團體分組參與、有獎徵答均列入評量方式公平性多
5. 師生互動：合作學習分組討論問答法均達成促進師生互動
6. 其他：在時間安排上能多讓各組暢所欲言，在情意上融入更多心靈體驗

三、教授本課程，對您的影響是：

1. 生命的感動可在師生互動中融通，可感受學生的獲得與學習，生命教育可100%的推廣於課程中
2. 除本身的護理輔導國文科外對生命教育開啓另一扇窗對生死的投入與熱誠
3. 自我生命關懷的領會

四、有關本單元的教案設計，您具體的修改意見有：

內容太豐富，時間安排仍需調整，可把部分內容挪出在生死關懷的其他節應用

五、教學成果省思

1. 生命教育是隨時隨地隨機可進行的，只要教師能真誠用心，用生命力教學，隨時均可見其成效，從自身生活中融入，多儲存教學實例
2. 活潑生動、把握多元教學、資源運用，生命的感動引人深省

- 3.生命教育的課程在教學中應避免感進度
- 4.可能遇到討論時間不夠支用，應預留時間

## 伍、未來展望

### 現有專業發展規劃持續精進

本校在現有環境下，因應優質教育之推動，從一點一滴慢慢累積經驗及同仁間互相觀摩激勵與腦力激盪，按計畫持續進行各項專業發展，課程發展委員會亦積極推動由點、線、面的擴張，由近程、中程、遠程目標邁進。

訓育組更規劃高中生之生命教育研習營將於 95 年 7 月 4 日-7 月 6 日展開。

(A) 麗雲、翠玉、淑華、芯妮、淑芬、玉美、慈娟、靜靜、錦香、積美、玫慧

※先遣人員：陸鵬濱、張勝欽、張雅雯、邱泰瑋、高錫卿、育成教官、康家華、林玫慧

(B) 幸聰、翠玉、淑華、靜靜、家華、玉美、炯堯、維玲、積美、玫慧

※陸主任、蕭主任、張勝欽、張雅雯、謝偉倫、高錫卿、劉桂光、康家華、郭靜靜、林玫慧

(C)幸聰、淑芬、錦香、麗雲、芯妮、翠玉、慈娟、淑華、靜靜、家華、玉美、茂瑋、炯堯

### 輔導老師名單

高幸聰	淡江高中	陳炯堯	淡江高中	張淑芬	靜修女中	郭靜靜	松山高中
何芯妮	靜修女中	蕭維玲	育成高中	徐茂瑋	麗山高中	林麗雲	師大附中
李玉美	師大附中	康家華	松山高中	劉桂光	松山高中	林翠玉	華江高中
張慈娟	士林家商	林玫慧	松山高中	李積美	松山高中	徐錦香	靜修女中
郭淑華	醒吾高中						

### 輔導員名單

政治大學 張恩綾 台灣師範大學 劉彥伸  
台灣大學 陳天岳 林立婉 許正德 林智海 劉奕宏 (攝影、紀錄)  
台北醫學大學 莊明正 高雄大學 朱翰均  
海洋大學 陳韋均 台北科技大學 李齊  
謝承殷 蔡佳純  
陽明大學 劉奕辰 (康輔組長)  
協助教官 林宥馨 張雅雯

## 六、結語

生命起源於精子與卵子結合的瞬間，慢慢成形長大，禁不住歌詠造物主賜予的美麗禮物。讓人如此驚喜！生命的存在本身就有其神聖的意義。我們應該去珍惜用那有限的生命，創造出無窮的希望。關懷生命就是以心體心，關懷一個人，自然會幫助他成長、發展，實現自我。我國傳統強調五倫基本精神在關懷兩個主體都是充滿生機的個人，他們之間的關係是雙向的，必須在相互信賴中才能萌芽。關懷的概念亦即我與你，是互相平等對待的主體各自是一個價值中心，人在這個世界生活、生存、保有生命。而一切回到原點，將回溯傳統；如同生、老、病、死般一再上演。從傳統資源立足去觀看世界，才有自己的立場，但要尊重他人，關懷生命。你無法選擇將來要如何死和什麼時候死，你卻可以決定現在要如何活下去？真正懂得死的真義的人，不會輕易把死當成發洩情緒的遊戲是要在盡了自己的義務，負了自己該盡的責任，沒有虧欠天地，也沒有對不起自己的良心，然後，帶著微笑自在地走完人生。




## 生死關懷

教學目標


1. 了解死亡是生命中不可避免而且重要的大事
2. 分享日常生活中各種親疏不同的死亡事件及其意義
3. 知道死亡的定義與恐懼死亡的原因，建立自我正確面對生死的關懷態度
4. 從名人和哲學家的生死看法，體悟生命的意義與價值，進而珍惜生命

### 生命的河流生命小語數來寶

道具—四支竹板帶動表演  
唱詞—自創作



### 自我對死亡概念之了解 死亡對自我生命的影響



同學上贈臺街寫  
自我對死亡概念  
以二三句話表達

### 死亡的無常概念



### 分組討論：案例討論

全班每七個人分成一組共六組分組討論

六組討論，每組選出小組長、紀錄者上臺書寫及上台報告分享，教師班級經營需掌握時間、秩序並綜合生死關懷理念

由同學討論生活中他死、你死、我死的情況與案例分享



### 與時間競賽的人-俊翰的故事 活著真好分組討論題目



愛瑪奶奶故事心得

### 生死關懷 合作學習活動實施一



### 生死關懷小組發表與分享



### 人生的成績單-墓誌銘 八歲女童余艷的墓誌銘 死亡教育教學活動 - 預立遺囑

