

生命教育在我家

單親媽媽的經驗分享

吳仲恩

一般論述

一、前言

教育是國家之根本大計，然而，許多人質疑臺灣的教育環境只能培養出一個個只想競爭卻不會做人、只知生存卻不懂生命的孩子。如何讓孩子活得自信快樂，並得到一輩子的真實競爭力？生命教育應該是最關鍵的本質。基於此，教育部自民國86年起，積極推動生命教育融入學校課程。一轉眼，生命教育在臺灣已推行近20個年頭。

生命教育輔導學生認識自我、建立自我信念，珍惜、欣賞、愛護生命；尊重自己、他人及萬物的生命；發展潛能以實現自我、豐富生命的內涵（吳英璋、金樹人、許文耀，1995；吳瓊洳，1999；黃德祥，2000；張淑美，1999；鄭石岩，2006）。吳瓊洳（1999）闡釋生命教育為探討整個生命的過程，以促發個體去思考生命的本質，並實際運用於人類生活之中，以解決各種生命的課題，培養積極對生命的態度。陳曼玲（2001）認為各級學校應設法將生命教育融入課程中，各學科都應討論生命發展過程中所具有的意義與價值，推廣融入式生命教育教學。

然而，張春興（2007）提及這一代青少年或兒童的問題乃是「根源於家庭、顯現於學校、惡化在社會」，因此正本清源，

一切問題發端，均是源自於家庭。Shek（1997）在研究中也指出家庭功能會影響孩子的心理健康和問題行為，例如：自我認同、自殺、精神錯亂及犯罪傾向等。因此，健全家庭功能的發揮有相當的重要性。在孩子的成長過程中，家庭所扮演的角色是十分重要的。而父母乃家庭中最主要的舵手，父母的愛與尊重都是幫助孩子形成良好自我概念的根基。

古人說：「為母則強」。我身為一個單親媽媽，獨立照顧女兒，因著孩子，我的生命更堅強也更有韌性。因為擔心單親家庭的孩子會有殘缺，於是我報考嘉義大學輔導與諮商學系研究所家庭教育組，期許自己透過進修增加知能，幫助孩子減輕生命中的負面影響。生命教育也是家庭教育的重要一環，內心深深自我期許，能夠透過生命教育課程的實施來提升孩子的生命價值。

二、生命教育的內涵

生命教育是一種全人教育，包含以下內涵（吳寧遠，1999；曾文宗，1995；黃雅文，2006）：

（一）生命教育就是生活教育

生命教育實踐於我們四周的人、事、時、地、物裡，在平時的生活中去實踐並完成生命的意義與價值，因此，生命教育



就是一種生活教育（陳浙雲，2001）。

（二）生命教育就是人文教育

古希臘哲學家主張「人是萬物的尺度」，現代則標榜人的自主性與自由度，我國儒家尊重生命的觀念態度以及古今中外以「人」為本的教育精神，這些都是生命教育。這種具有人文思想的主張，包含了個人對自己的人格修養與自我尊重，以及對他人的人道關懷，對周遭生命成長的尊重態度（吳瓊洳，1999）。

（三）生命教育就是生涯輔導教育

生涯輔導的意義是在協助個體瞭解自我的興趣、專長與個性，進而接納自我、發展自我、實現自我，創造出適合自己的生活風格和生命目的，而這也就是生命教育的基本內涵（黃德祥，2000）。

（四）生命教育就是自殺預防的基礎教育

透過生命教育教導孩子，不要因為一時的挫折、憂鬱，就輕易結束自己的生命，更不要因為情緒、心理等因素，而去傷害別人的生命。（陳曼玲，1997）

（五）生命教育就是發展教育

生命開始到結束，這一段連續且動態

的過程，是循序漸進發展的，每個階段都有其特殊、獨特的一面，經由這種對生命的發展觀點，我們較容易掌握人類畢生的全貌，藉此完成生命中雋永的價值意義。

三、生命教育的目標

個人希望在自身家庭中的生命教育能讓孩子達成以下目標：

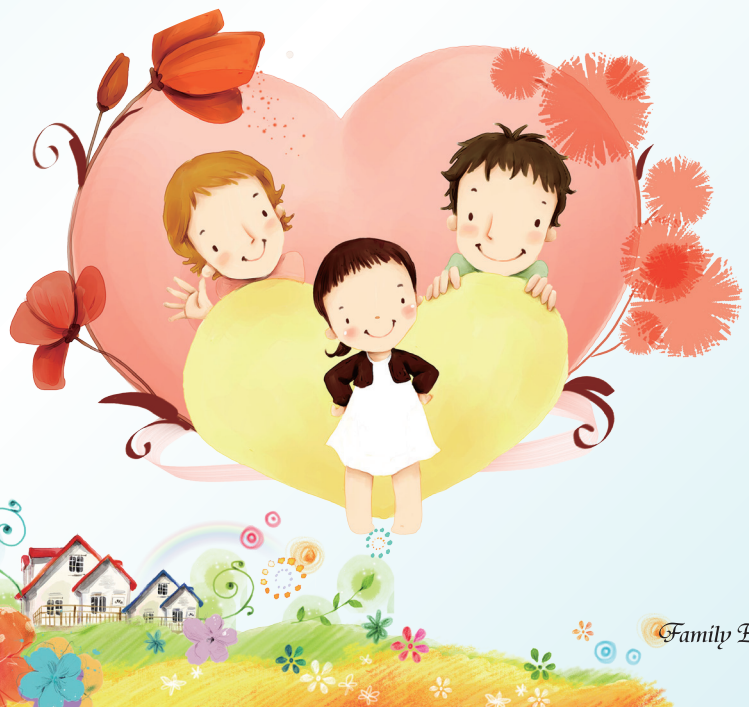
- （一）認真快樂過生活－早睡早起，認真學習。
- （二）珍惜自己、不做傷害生命的事。
- （三）與人和睦相處，尊重別人並關懷弱勢團體。
- （四）尊重大自然並養成惜福簡樸的生活態度。
- （五）能面對問題，解決問題，接受問題，放下問題。
- （六）會思考生死問題，並探討人生終極關懷的課題。
- （七）有積極的人生觀，終身學習，創造生命價值。

四、生命教育在家庭中的實施過程與成效

針對本身家庭情形，本人設計了下列課程於家庭中實施：

（一）繪本閱讀

自孩子小時候，與她共同閱讀床頭故事。Vitz(1990)指出，故事能提供幼兒同理的經驗。林筠菁(2006)的研究也贊同故事教學有助於發展學童之同理心。我與孩子共讀周大觀《我還有一隻腳》的繪本，學習他堅毅與永不放棄的精神；閱讀《我的妹妹聽不見》，讓孩子試著了解無聲世



界與有聲世界的不同，學習如何與聽障者溝通，培養孩子對身障者的關懷。《一片葉子落下》的繪本，讓孩子體察生命本無常，把握當下最重要。相信透過閱讀，孩子必能站在巨人的肩膀上看得更高、望得更遠、對生命有更多體會。

(二)讀經課程

讀經讓孩子以古聖先賢的話語及經典為師，對孩子一生的學習、工作、思考、行動、生活等各面向均能以正面積極態度去應對。故在孩子幼小階段起，我和她一起讀誦《三字經》、《弟子規》以及《朱子治家格言》等經書。透過讀經，相信孩子必能拓展心胸，具備優雅的品格、樂觀的活力，隨時關心體貼他人，將來成為社會國家的中流砥柱。

(三)影片欣賞

觀賞手足畫家－謝坤山、有你真好、我想當第五名、用腳飛翔的女孩等影片，與孩子討論片中各式各樣的劇情，學習殘而不廢、樂觀進取、愛己愛人愛物的人生觀與價值觀。

(四)實踐課程

葛琦霞(2000)認為對國小兒童而言，宜以分享理念與動之以情的體驗活動來進行生命教育課程，而非透過傳授知識的有形課程。所以從孩子讀幼稚園開始，我就訓練她做家事。之前我曾因為工作繁忙、疲憊不堪，興起研究所休學的念頭，對女兒透露這個想法，她說：「媽咪，做事要有始有終，妳儘管安心唸書，家事有我幫忙。」打從那天起，洗衣服、晾衣服、洗碗、倒垃圾等家事，國三的她全都包辦，甚至假日我在趕報告時，她還到超市採買，

煮出三菜一湯的餐點與媽媽共享！

我想，透過這些經驗，孩子從做中學，並學習隨時尋求資源以解決問題，體會出「問題不是問題，如何解決問題才是問題」，「任何問題一定有方法解決」。

(五)找出興趣，培養信心

蘇格拉底曾說：「興趣是最好的教師」。找出孩子的興趣，必能培養孩子的信心。女兒從小對自然生物有興趣，國小三年級時就告訴我她想當生物學家。我也常帶著她，隨著嘉義市天文協會與荒野協會的足跡探訪大自然。但現在高一年的她，在某次晚餐時分，說她想當漫畫家。雖然訝異，但我仍是尊重女兒的選擇，支持她、包容她、肯定她以及讚美她。相信陪伴溫暖心靈，信任創造奇蹟。支持、包容、肯定還有讚美必能滋養孩子，讓孩子產生信心與人生發展的支持力量！

五、結語

生命教育讓孩子從瞭解生命、尊重生命、愛護生命到發展生命的意義與價值，使個人成為世界上頂天立地、懷抱理想、能實踐愛心的人(黎建球, 2001)。每個家長都須了解孩子的個別差異，尊重、接納每個孩子的多元特質，滿足孩子被愛的基本需求。如此一來，孩子能認識真正的自己並形成正向的生命信念與價值。讓我們用生命來陪伴生命，讓每個孩子都能順利成長，發揮生命的價值。

< 因篇幅關係參考文獻省略 >

