

生命教育的本質與實施

張振成

屏東縣立東港國中校長

壹、前言

二十世紀台灣教育的普及成就了我國在政治、經濟與科技各方面的長足進步，然而，過分重視理工實用、輕忽人文思想的教育體制，也讓社會付出沉痛代價。

目前重視實用的教育體系只教學生如何活下去的方法，卻不與學生一起探索生命意義與目的。很自然地，在這樣的環境中成長的孩子在生存手段上非常精明，但對於生活的意義或生命目的卻懵懂無知。

近年來教育決策單位以及關心教育人士開始提倡「生命教育」，期望將啓發生命智慧的理想落實、貫徹於學校教育體系之中。近日教育部設置「生命教育委員會」，並訂定今年為「生命教育年」，教育部曾志朗部長亦曾為文指出，教育改革不能只著眼於制度與技術面的改造，而更該重視價值理念的提升。生命教育在提升生命意義，統整情意與知行，並強調對人及生命的尊重，應作為教育改革最核心的一環。

貳、生命教育的內涵

有關生命教育的內涵可從下列三個向度來思維：

一、從生物自然界的生命現象開啓希望之光：宇宙孕育萬物，自然生物生生不息，蘊含無窮的真善美，有待挖掘：

(一)從兩性教育中，體認生命的可貴：生命的本質是真、善、美，生命的發展一定要經萌芽、發枝、茁壯、綻放花朵然後結果。使生命延續連綿不絕，從卵子受精孕育、降生人世、歷經成長，再由兩性的相互吸引，結成夫妻、生子，讓學生瞭解生命的孕育成長不易，也讓他們知曉生命降臨大地是一種圓滿自然的善根。藉由兩性教育，讓學生認知生命的起源，進而珍愛自己所擁有的生命。

(二)以美的教育培養尊重生命：自然界處處充滿生機，處處都有美的感動，要讓學生以美麗的眼睛去欣賞那多采多姿的世界，才能深一層認清生命的美好，進而發揚生命的光輝。尊重生命，先從感受生命的價值做起，我們可安排參觀自然、認識自然的活動，讓學生感受物我合一的心動，也讓學生

有種植花木、飼養動物的機會，從中體會生命的奧妙和建立對生命的責任意識。

二、從社會文化的生活體認，激勵服務人生，實現自我：人生的生活情趣，寄託在現實的人生，一切理想和目標都可在現實的環境裡實現。生命的尊嚴，絕非是為了一己之私，應發揮普遍的同情心與愛心，建立服務的人生觀，努力邁向「天人合一」自我實現的生命大圓滿。如依社會文化生活的發展，可從下列三面向闡述生命教育的理念：

(一)用愛滋長生命的泉源：生命教育是發揚人性的教育，絕不是獸性的教導，因為獸性根本不用教導。發揚人性的教育是教導我們以愛為出發點，學習彼此間如何用尊重的態度來處理自己的情緒生活，使其得以紓解發展。有了愛，才能滋生足夠的力量和勇氣去面對生命中無數的風險，而在挫折中煥發希望。若缺少了愛，就無法認清人生的真諦，瞭解生命的意義，實踐生命的價值。

(二)以情意陶冶培育正確的生命價值觀：學生時期，對建立自我意識與自己的價值觀普遍信心不足，必須透過成功和失敗的經驗，去調整自己的興趣和態度，以便接納自己、欣賞他人。否則，如與他人的價值觀差距太大時，便會引起心理或情緒上的困擾。教師可利用道德討論法，引導學生思考價值問題。經由人際接觸，在暗示、模仿、思考中及早脫離「自我中心」的價值觀，進而能認知學習社會普遍公認的價值。如此將可導正學生心理與情緒的衝突，建立適應生活的正確人生價值觀。

(三)規劃生涯發展，建立無窮的生命希望：人之所以沮喪、頹廢，最主要就是缺少人生的希望。沒有希望，有如沉淪暗夜裡，一片漆黑，寸步難行；有如迷航汪洋大海中，任意漂浮，無所依怙。生命教育就是要給它燭光、扮演舵手，教導學生妥善規劃人生，讓他們從志業、休閒、人際，建構生命願景，彩繪亮麗人生。使他們對未來不但充滿憧憬，也激發奮鬥的潛能，讓他們的生命永遠生活在希望中。

三、從精神心靈的探索啓迪珍愛生命，發揚善性：以學校為本位的課程，將不再忌諱宗教引入善的教義，也不再避諱死亡教育，只要對心靈有所純化、反思效果，這樣的靈性教育課程，當思考融入課程中。首先有關宗教的因果報、輪迴轉世、不當的離世論等，對那些不愛惜生命者，更具警惕作用，加上「種什麼因，得什麼果」、「善有善終，惡有惡終」，用宗教的正教育，將可啓迪那些意志薄弱、消沉的人奮起醒悟，不敢斷傷自己的生命而招致心靈的詛咒，掉入永世不得超生的深淵。因此，適當的引介宗教，將可洗滌人的心靈，發揚人的善性。其次，有關死亡教育，過去一直沒人輕易去開啓，以致對死亡無知而產生恐懼，在恐懼中虛擲生命。如果能透過死亡教育的涵泳，從「認知上的資訊分享」、「心理上的行為調適」、「社會上的價值澄清」來教導，讓學生體悟死亡的真諦，從而珍愛生命。

古時靈修者對人的存在也曾作過深刻的剖析，指出人的生命是包含由粗糙的肉體到較精細的心理層，最後到達天人合一的靈性層次，人生體悟到此層次，智慧將完全開展，心中一切的困惑、慾望，便能一一的消解。因此，從靈性教育的領域中，

或許可以獲得令人意外驚喜的援助效果。

參、生命教育的重要性

「生命教育」係指教導個體去了解、體會和實踐「愛惜自己、尊重他人」的一種價值性活動。所以實施生命教育，在積極方面，可以尊重生命、肯定生命的價值與意義，並達成自我實現及關懷人類之目標。在消極方面可以避免自我傷害或自殺行為的發生。生命教育的重要性，可以從我們當今社會所浮現的問題中窺知。

- 一、青少年問題嚴重：包括自殺、藥物濫用、中途輟學、暴力與野蠻行為、及幫派、性氾濫、兒童虐待等問題。
 - 二、功利主義瀰漫：隨著經濟繁榮、社會結構之改變，導致傳統社會價值瓦解，加上西方個人主義、經濟掛帥及科技理性的影響，使得我國社會充滿著功利思想，人際關係表面化、精神生活世俗化業已成為現代人的心理特徵。
 - 三、脫序現象惡化：社會風氣低迷，不良場所到處充斥，大眾傳播內容缺乏淨化，違法犯罪猖獗，儼然成爲一種脫序的社會。
 - 四、親職功能不彰：現代家庭漸由核心家庭取代昔日的大家庭地位，然而，也導致家庭功能的離析，家庭的教養、社會化等功能大爲縮減，甚至於家庭最主要的功能—親情滋潤，已漸趨解體，嚴重影響學生健全人格的成長。
- 從上述社會問題的分析中，應可覺知生命教育對青少年在人生建構上的重要性。

肆、生命教育的實施

生命教育的目的就是要協助學生瞭解人生的意義、目的、價值，進而珍惜生命與人生，喜愛生命與人生，能尊重自己、他人、環境及自然，過有意義的人生，並使自我功能充分發展，貢獻人群。在實務上注重下列各項：

- 一、教材與教法宜生動、活潑與有趣的，所以在教材與教法上就必須儘可能的生動與活潑，不能使學生覺得生命是沉重的負擔與乏味的。
- 二、注重生活體驗：盧梭與杜威等教育大師甚早就重視教育與經驗結合的重要性，因此參觀、訪問，由做中學極爲必要。拜訪孤兒院，參觀法院、監獄、親自到市場賣菜就是可行的生命教育方式。
- 三、營造溫馨、有人性的教育環境：人本主義教育者認爲，唯有建立良好師生關係，創造接納、尊重、溫暖與關懷的環境，使學生能感受到溫馨與有人性，學生才有生長與成長的可能。也因此，生命教育切忌運用權威、獨裁、壓制、控制與支配等手段。
- 四、重視全體參與：生命教育是生活化與終身化的歷程，而非孤立與只有學生才要學習的課題，生命教育有必要成爲學校教育的核心，全體師生應共同參與，相互分享與共同體驗。

至於生命課程的實施，按九年一貫課程綱要，可將生命教育的內涵融入各課程學習領域中教學。實施的方式可分爲(一)認知的、訊息的教導：以提供文章、資料、書籍或視聽媒體的呈現，向學生介紹。(二)個人的、情感的經驗分享：以學生爲主，用各種經驗、情緒分享的方式，來探索生命的價值。至於實施的方法，則可用下列

方法，交互運用，期獲致教育效果。

- 一、閱讀指導法：選定閱讀有關的圖書教材、故事或短詩等，然後公開討論及分享心得。
- 二、親身體驗法：參加旅遊休閒活動，參觀自然生態，認識自然；安排種植花木、照顧養護動物，從中體會生命的奧妙與可愛，涵育尊重生命的尊嚴。並讓學生體驗眼盲的不便及失去雙手的不便(口繪人生)，以感恩之心善用自己之肢體。
- 三、欣賞討論法：透過各種相關主題的影片、幻燈片、音樂、文學作品、報章雜誌的欣賞與討論，促使學生的思考與了解。
- 四、隨機教學法：掌握機會，進行有關生命事件的問題討論，引導學生省思、探討。

伍、結語

總之，生命教育的目的，乃是讓個體受教過程中，不僅要學到生命所需的知識技能，更重要的也要讓個體有豐富的生命涵養，成為社會有用之人和幸福之人。所以，生命教育消極的目的在避免個體做出危害自己、他人和社會的行為，至於其積極的目的則在於培養個體正面積極、樂觀進取的生命價值觀，並且能夠與他人、社會和自然建立良好的互動關係。

因此，生命教育的內涵應該包括三個層次：第一是屬於認知的層次，認識和了解身體及生命的意義和價值，熟悉與他人相處的法則以及知道愛惜自己和他人生命的方法；第二是屬於實踐層次，個體除了具備維護自身和他人生命的知識能力之外，也要能夠真正去加以履行，不輕視自己和別人、不踐踏自己和別人、不做出傷天害理的事、都能為自己行為負責。第三是屬於情意層次，具有人文關懷、社會關懷和正義關懷，而且能夠不斷的自我省思，欣賞和熱愛自己和他人的生命。因此，生命教育的實施，若能透過「知、行、思」的方式，則將會發其效果。

參考文獻

- 劉仲芳(民89)。生命教育的課程內涵與實施。南投文教，10期。
 黃德祥(民87)。生命教育的本質與實施。輔導通訊，55期。

