己立而立人－國小教師生命意義感的轉變與關懷實踐之個案研究

Wishing to be Established Herself, Seeks Also to Establish Others:

A Case Study of an Elementary School teacher's Transformation of Life Meaning and Caring Practice

吳勢方*高雄市四維國小教師

Shih-fang Wu, Teacher, Kaohsiung Si-Wei Primary School

丘愛鈴**國立高雄師範大學教育學系教授

Ai-ling Chiu, Professor of Department of Education, National Kaohsiung Normal University

何青蓉***國立高雄師範大學成人教育研究所教授

Ching-jung Ho, Professor of Graduate Institute of Adult Education,

National Kaohsiung Normal University

摘要

本研究以個案研究為方法，探討國小個案教師參與福智團體後生命意義感的轉變與其關懷實踐的關係。在研究中，參照V. E. Frankl意義治療學與N. Noddings關懷倫理學的概念作為分析架構，以高雄市某國小教師為個案對象，進行深度訪談、參與觀察與文件的蒐集與分析。結果發現：1、個案教師因學習與實踐福智理念確立個人生命存在意義與價值。2、個案教師以觀功念恩和善行實踐引導學生心靈成長並給予肯定和讚美。3、遇到困境時，從福智團體及其理念尋求難題處遇方式與支持。整

體而言，福智生命教育理念、生命意義與關懷實踐成為相互驗證的關係，成為個案教師穩固生命之基石。

關鍵詞：生命意義感、關懷實踐、國小教師、福智生命教育理念

Abstract

This study is to investigate the case teacher's transformative process of life meaning and its relationship with her caring practices since she joined Bliss and Wisdom Group (B &W). This research adopted case study method, by selecting Teacher Nien (an alias) from a primary school in Kaohsiung City as the subject. By referring to the viewpoints of V. E. Frankl's logotherapy and N. Nodding's the ethics of care, this study analyzed data from interviewing, participative observation and class documents. The major findings are as follows: 1. Based on her learning and practice B & W's ideals, Nien established her life meaning and value. 2. By adopting "observe merit, appreciated kindness" as the core practice, Nien led students to practice benevolent activities for students' spiritual growth and also gave students timely recognition and praise. 3. When Nien met distress, she always found supports from B & W and its ideals to solve problems. Overall, B & W's life education ideals, life meaning and caring practices became mutual authentication, which also became a solid foundation for Nien's life.

Keywords: Life meaning, caring practice, Primary school teacher, Bliss and Wisdom's life education ideals

壹、前言

V. E. Frankl（1905-1997）的意義治療學主張每個人皆有其獨特的生存目的與意義，藉著創造、工作，藉著體驗或遭遇有價值的人、事、物，以及藉著正視其不容逃避的痛苦，仍能活出意義，亦可稱「苦難的意義」（趙可式、沈錦惠合譯，2001；Frankl, 1984）。研究發現，教師生命意義感愈積極，教師正向信念愈高（劉純如，2009）。因此，唯有透過具有正向生命意義感的教師，才能教育出具有整全性人生觀的下一代，而宗教信仰更是影響教師生命意義轉變因素之一（童驛媗，2009；楊麗蓉，2009）。美國史丹佛大學教授N. Noddings（1929-）於80年代提出以「關懷」為主軸的關懷倫理學，主張：關懷即是一切成功教育的基石，教育應該圍繞關懷主題來重新組織（于天龍譯，2003），教師若能給予學生充分關懷，且正確引導學生，學生就能夠認識正確生命，而內心對於別人的關懷，就能夠有一種合理、正確的態度（釋如證，2007）。由此可知透過關懷實踐，教師在成就學生生命意義上扮演重要的角色。

在臺灣追尋生命意義感和具體實踐生命關懷的非營利組織「財團法人福智文教基金會」，長期推動生命教育、品德教育和辦理心靈成長活動，散播愛與種子的希望，曾榮獲教育部2000和2008年度社教公益團體獎、2007年度品德教育績優學校－民間團體獎、2009年參與執行夜光天使點燈計畫感謝狀，以及捐贈莫拉克風災重建復學金質獎，2013年更榮獲教育部教育事務財團法人評鑑特優團體（教育部，2013）。本研究因而想深入探究國小教師在參與福智團體學習後，生命意義感

的轉變情形與其關懷實踐之間的關係。

本研究採取個案研究，透由深度訪談、參與觀察與文件分析等，深入了解個案教師—高雄市某國小三年級導師念恩老師（化名），參與福智團體學習《廣論》及福智生命教育理念後，自我生命意義感的轉變及其於教學場域落實關懷實踐的情形。本研究資料蒐集的時間在2009年至2010年間，資料編碼方式為念恩教師代號為「T」、學生為「S」、同事為「C」、家長為「P」，例如：「訪談-T-01」，表示第一次訪談念恩教師記錄，「日記-S3」，表示第三號學生觀功念恩的日記，「觀察-01」表示第一次教室觀察資料。全部資料編碼後，依據生命意義感、關懷實踐方式及難題的處遇加以分析。具體而言，本研究之目的如次：

一、探究個案教師參與福智團體後，生命意義感的轉變情形。

二、分析個案教師關懷實踐的方式與遭遇之困境。

三、歸納個案教師生命意義感的轉變與其關懷實踐的關係。

貳、生命意義感、關懷倫理學與相關研究的啟示

一、生命意義感的理論與相關研究的啟示

談到生命意義感，最具代表性的理論為Frankl的意義治療學（Logotherapy）。意義治療學的理論基礎可以概括為以下三個層面（傅偉勳，2010；趙可式、沈錦惠合譯，2001；Frankl, 1967, 1984, 1988）：

（一）精神性／意義探索層面的主要內涵

Frankl肯定人有著心理層面之實存意義的精神自由，能突破內外種種條件的限制。隨著自由意志（freedom of the will）的顯現，同時就有人的責任，自由與責任乃是一體兩面，無法分開。探索意義（the will to meaning）是人在生命中最原始的動機，主要在探索人生積極正面之高度精神性或宗教性層次的終極意義或價值，藉以找出人之所以能有又應有快樂幸福的根本道理，及世俗權益的實際快樂幸福。

（二）人生意義的具體意涵

每個人皆有其獨特的生存目的與意義，可從三個途徑獲得意義。第一為創造意義的價值（creative value），是指個體生命所能給予他人與世界的真善美價值，如：經由個人工作、興趣、運動、服務、自我的付出或貢獻、與他人所建立的關係等，

來發現生命的意義。第二為體驗意義的價值（experiential value），是在對世界的接納與感受上來實現的，如：投入大自然的懷抱、欣賞藝術作品等具有真善美之事物；或與人交談、體驗他人獨特的本質，以體驗愛的感覺。第三為態度意義的價值（attitudinal value），則是指當個體處於最困厄的環境中，則既無法以創造性活動來實現價值，也無法以充實的經驗來賦予生活意義時，便取決於個體面對其命運與正視其不容逃避之痛苦的態度。

（三）態度價值的具體挖深

Frankl曾提出「悲劇性的樂天觀」，指雖然面對人生的悲劇因子，如：受苦（suffering）、責疚感（guilt）、死亡或無常（death or transitoriness of life）時，仍具有樂天的態度，據此發揮生命的潛能。其方法為面對受苦，並將之轉化為生命的成就或完成任務之表現；借助於責疚感的機會，改變自己，承擔過錯，以創造更有意義的人生；體認生死無常的有限性、短暫性條件，藉此採取具有自我責任的行動。

國小教師「生命意義感」相關研究結果皆呈現生命意義感會因宗教信仰有所差異，及生命意義感、教師信念與生命教育態度之間的相關（石宜家，2009；童驛媗，2009；楊麗蓉，2009；劉純如，2009；鄭麗慧，2008）。本研究參酌前述Frankl理論中生命意義感的內涵，歸納出以下四層面作為後續個案教師訪談與資料分析的架構，以探究福智理念對個案教師生命意義感轉變和關懷實踐的影響。

（一）生命自主與負責：指個人能突破生命限制，以正向態度為生命做抉擇與決定，並願意為自己的選擇負責，進而影響周圍的人。

（二）苦難與死亡的接納：指個人能了解苦難與死亡對人生的意義，並以正向態度面對、接納苦難與死亡。

（三）生命意義與價值：指個人企圖尋找自我存在的意義與目標的動機，探索靈性與宗教性層次的終極意義及價值。

（四）生命目的與實踐：指個人具有明確、正向，乃至是靈性與宗教性層次之生命理念與目的，以開啟其關懷、利益他人之情操，並恆常不間斷的實踐。

二、關懷倫理學的道德教育方法與相關研究的啟示

當我們談論「關懷」一詞時，N. Noddings 認為就是指「關係」，而理想的人際關係即是關懷的關係。Noddings所重視的關懷情感與關懷關係，主要是存在於關懷

者與受關懷者的關係中（游惠瑜，2009）。Noddings認為所有的教育行為、過程與方法都應具有道德性及關懷性，否則不可能成為教育。她提出關懷者與受關懷者的人際關係，是一種以情感促進道德的關係；而在關係中最有意義之處，便是關懷者幫助受關懷者成長和自我實現（方志華，2004）。教師所做的每一件事都含有道德寓意，且透過身教、對話、練習和肯定的提供，教師不只真誠地讓學生感受到關懷，進而培養了學生的道德理想，使他們成為有關懷能力的人（于天龍譯，2003；方志華，2004；Noddings, 1984, 1992, 1995, 2002）。

（一）身教（modeling）

身教目的在讓學生體驗關懷，積累情感。一方面是小心呵護學生未成熟的身心；二是讓學生在持續的關懷關係中體驗和模仿，以使學生潛移默化地學習關懷的態度，培養關懷的能力。其展現方式在於對學生個體完全的接納；並非放棄自己的身分地位去委就、放任學生，必須覺知地從學生當下的狀態開始下手，其重點在於建立良好的師生關係，喚起學生溫柔敦厚的心，作為點燃關懷感受的開始。

（二）對話（dialogue）

在對話中，學生可以自然地學得人際推理。教師要接納的不只是學生的回應，更要接納學生的個體，應溫和的澄清、詮釋、歸納學生的貢獻，在所有教學中潛移默化地呈現對學生的人性關懷與包容。其次，在師生互動和分享過程中，老師若能專注的傾聽回應，掌握學生的思考、判斷，並藉機引導他的想法，師生間的分享和回應才能在學生身上產生作用。再者，Noddings主張學校應該去討論和生命、宗教相關的議題，然而應避免用灌輸的方式。

（三）練習（practice）

若想要發展出關懷的能力，就必須讓學生學習關懷的態度與技巧，並由師生共同參與關懷工作與付出。教育者應對教育環境做最佳的安排，如讓學生訂定服務計畫，以提供長期支援的學習與實踐環境。除尊重學生才能的多元性，也讓學生在新奇而有困難度的情境下，不造成傷害地在自然情境安全冒險，與人分享真實的情感，同時感受工作對人、己的意義。

（四）肯定（confirmation）

肯定即為對他人認可及鼓勵的表現，找出可能的最好動機，做歸因、詮釋與尊重。即使學生發生問題，教師會用他敏銳的心接納學生的問題，並忠誠地詮釋之，

以使學生有如獲「知音」的感受，且讓這些問題呈現出意義和尊嚴。如此，學生才能獲致自己整體的形象。而教師亦不會溺愛或放任。最後，教師也應累積平日對於學生的了解和基本信任，使得學生對教師也產生真切的敬意與信任。

國小教師「關懷倫理學」的相關研究發現，師生互動為關懷實踐之必然面向，家長的態度影響關懷實踐的動力及成效；學校中的關懷常是親職的延伸或擴展，進一步能影響學生的道德情感與道德實踐（夏碧凰，2009；郭馨雅，2009；楊敏芳，2009），故本研究除了訪談個案教師，亦從學生的訪談中，以發現個案教師關懷實踐之影響。並且從家長的回饋意見，探討家長對教師關懷實踐的影響。

三、福智團體之生命教育理念

福智團體創辦人日常法師曾於1996年提出：「教育是人類升沉的樞紐，教師是樞紐升沉的掌舵者。」（釋日常，2008），其大要包括：生命是無限的，影響人類升、沉的樞紐在教育；生命追求的重心是以心靈為主、物質為輔；追求快樂的生命的本能，給予正確的教育方向與內涵才能得到真正的快樂。以下僅說明個案教師經常提及之福智生命教育理念：無限生命、因果法則、念死無常與觀功念恩。

（一）無限生命

「無限生命」係指生命不是只有眼前這一世，而是有下一世、下下一世等，在時間上不斷延續的特質；且這一世是因著上一世而來，也會因著這一世所造之業，決定下一世的去處。另一方面，亦可由空間的角度想到生命涵蓋自己、他人、其他生命和自然環境，包括：社會、國家，乃至於全世界（竺摩法師、陳義孝，2001）。因此無限生命的內涵是持續永無止境的心靈提升，追尋真實永恆的快樂；從時間和空間，完整、全面的經營無限生命，培養學生由時間的角度想到自己與他人未來的生命；由空間的角度想到他人、其他生命和自然環境，以擴展學生的視野與格局。

（二）因果法則

因果法則係指如是因感如是果的道理。一旦學生知道善果從樂因而得、苦果從惡因而得，學生會學習為自己負責，那就是自利的表現。進一步，學生也應了解生命的苦樂是由自己、他人和環境交織而成。當然，老師與學生的關係也不例外。故教師應藉著身教為自己的行為負責，引導學生改變自己的習性，並培養出維護他人福祉的想法，才能讓師生甚至於眾生皆能得到利益，因此自利與利他是互利共生

的。

（三）念死無常

「念死無常」是指思惟死亡的必然性；死亡時間的不確定性；死亡時，身體和所有能力都消失，連財產、權力、名聲和親友都無法帶走，而唯有修行的成就和一生業力因果會跟著我們。因此，我們應該盡最大的努力，從事修行、思考死亡與無常觀，以具備信心，有效又無懼的面對死亡（竺摩法師、陳義孝，2001）。

（四）觀功念恩

由於每個人都依著自己的習性和觀念去看待事物、去衡準他人，因而產生了恩恩怨怨，慢慢地積累，粗猛的煩惱都由此生起，因而繼續造惡業而致流轉生死苦海之中。因此，在遇到任何境界時，要善於轉化內心的想法，以建立正確的觀念和習性，以智慧來看待所有的人事物。歸納現今一般人的人生觀約略可以分為三種：第一是「觀過念怨」，指處處不滿，責怪他人；第二為「觀光念閒」，指冷眼旁觀、漠不關心；第三則是「觀功念恩」，指體諒他人、心存感恩（福智文教基金會網站，2012）。

參、念恩老師生命意義感的轉變

一、省思「無限生命理念」到承擔自我和教師責任

（一）學佛前：在生活與工作中只對自己負責

念恩老師認為自己與別人之間並沒有太大的關係；如同她提及：「進（福智）團體前的想法比較狹隘啦！就會覺得只要我好就好」。而且只要為自己的生命負責。這樣的信念，也影響著她對於工作的態度，選擇擔任科任兼組長一職。下了課，她認為學生與家長的問題就應該由級任導師來處理。

> 在我的教書生涯中級任與科任約各占一半，因為我擔任很多年的行政，覺得做事比較輕鬆，耳根比較清靜，下課書收了就走人，學生的問題不是我的問題。（訪談-T-02）

（二）在福智團體的學習：認識無限生命、念死無常、因果法則

在福智學習後，念恩老師了解與思惟到生命是無限的，而真正的快樂不是物質的，而是心靈的；唯有在無限生命中不斷提升心靈層次，生命才會漸次的圓滿。她

堅定地說：

> 師父講的是對的、是正確的（堅定的語氣），世間的快樂都是很短暫的、都是會消失的，你開始想要去追求真正永恆的、究竟的、圓滿的那種生命，所以你就會想要讓生命去做改變。（訪談-T-07）

念恩老師提及「無常觀」的學習也由於看到身邊的親友遭遇到無常：「前兩天、今天還跟他通過電話，然後一個晚上就不再起來」，自己有一天也一定會碰到，而且下一世要到哪裡還不知道，因而思考到「生命中好像有一些東西，比眼前我們世間看到的這些利益，還要來的更重要」，且正更等著我們去探求、去追尋的。

其次，要對「因果法則」產生堅定的信念。由於「欲知來世果，今生做者是」，就要在每一個當下造下清淨的善業，也就是在每一個當下為自己的生命負責。

念恩老師提到：「學佛以後，開始去了解因果，且真實的去相信它，然後從自己開始，慢慢踏出去一點點的時候，就會發現別人的回饋是那樣的多，所以，你就會更加的堅定你的信念」。自己也會看一些因果故事及聖賢經典。

> 我會看因果故事，……因為我很認真在對我的學生付出，同樣的我的老師也會很認真的教導我，我覺得這也是一種「因果」。（訪談-T-07）

（三）學佛後：轉向為自己與他人負責

念恩老師提及：「在師父的教導下，慢慢的覺得自己學佛前的方向是錯的，想法有問題。」從無限生命來看，而從因果法則、發菩提心的角度來看，必須與他人互動、利益他人，才能成就自己，因為「周圍的每一個人都與自己是息息相關的」。

除了為自己的生命負責，而「真實的感受到自己生命的改變」，念恩老師更希望能將自己生命轉變的因素去影響周圍的人，「讓更多的學生生命也因為自己而改變」，故念恩老師婉拒了組長的工作，自願投入級任老師的行列，並將福智生命教育理念融入班級經營及教學。

二、從認知苦樂的真相進而接納苦難與死亡

（一）學佛前：挫折多來自於工作，死亡則是神秘與畏懼

念恩老師生命中的挫折是來自於教學工作上；有一年她擔任一年級閩南語科任教師，由於一週只有一節課，因此，在班級經營上很難貫徹實行。

> 大概在91、92年，擔任一年級閩南語科任，……每天都在想要用什麼方法對付他們，覺得很累，很想不要教。（訪談-T-03）

其次，由於從小就被父母教導「儘量不要經過喪家」，這樣會觸霉頭、「不吉利」，而當遇到出葬隊伍，看到著喪服的人時，念恩老師「便會將其與電視中的女鬼聯想在一起」，故對於死亡、喪事有著排斥與恐懼感。

（二）在福智團體的學習：勤修善業接納苦難與死亡

當念恩老師重新檢視自己的生命情狀，她發現原本覺得很舒適的生活，其實也隱含著苦受。既然如此，苦受到底因何而來？又該如何面對？念恩老師因修習到因果法則，了解「欲知前世因，今生受者是」，今生所受的苦難皆來自於前一世所造的業，故要積極造善業，以求得樂果。其次，念恩老師由於學習「念死無常」，認識到死亡時，身體和所有能力都消失，甚至連財產、權力、名聲和親友等都無法帶走，因此學著放下我執，也重新調整過去偏向物質的生活方式，要把握時間懺悔與彌補，為下一世建立人際間更好的業緣。

> 師父告訴我們，死亡並不可怕，怕的是自己的善業造得不夠。……也經常想如果我明天就死了，我還有沒有欠誰一個道歉，趁現在趕快彌補。（訪談-T-03）

（三）學佛後：引導家人及學生面對苦難與死亡

如同正向心理學重視挫折、痛苦與失敗的經驗，念恩老師透由「觀功念恩」的學習，引導學生面對苦難並思考苦難對自己的意義。訪談中，她微笑地描述到：

> 對孩子遭遇到的挫折，我常問他們：「你學到什麼？」當他發現失敗、苦難可以讓他學習時，自然會生起一種感恩的心，一旦轉念就不會有怨恨。剛開始不容易，但慢慢的他們也會這樣練習。（訪談-T-07）

由於一般學生很少接觸到死亡議題，他們會覺得「老師烏鴉嘴」，但他們同時也對此充滿好奇，常常有很多問題要問，因此，念恩老師在和學生討論「死亡」議題時，便採取比較謹慎的態度。通常藉著「新聞事件、繪本、故事，或學生遇到寵物往生」，及健康課程討論到「生命發展」時，與學生進行討論，並適時給予學生

正確的概念；如：生命是無限的、珍惜生命與時間、勤做善行等，讓學生去好好的學習，學習對自己負責、學習與他人互動、關懷他人。念恩老師及學生分享到：

> 我會藉著新聞事件，……，希望他們對死亡建立起正確的認識；……，告訴孩子生命是無常的，要珍惜眼前的每一刻。（訪談-T-03）

> 孩子會說：「我希望以後分班不要跟誰在一起。」我會用「無限生命」的概念去引導孩子：這是你要學的功課，總是要學會。（訪談-T-07）

三、由關懷實踐發現存在的意義與價值

（一）學佛前：教學上無法引導學生正確的方向

由於自己的生命方向與目標不夠明確，對於學生的要求也僅止於大家認為應該讓學生學到的事項；如成績、秩序、整潔等。但是要求這些表相的事務，學生「到底能學到什麼？」、「對他的往後有什麼幫助？」，這些疑問總是縈繞於心。

> 學佛前，覺得自己是一個認真的老師，但不知道要把學生帶往哪裡。對他們的要求很嚴格，要求成績、秩序、整潔……總總世間的東西，老師不快樂，學生也不快樂。（訪談-T-04）

（二）在福智團體的學習：建立關愛的關係，找到存在的意義

念恩老師由於學佛，生命有著為了成佛而存在的目標，又了解實踐的次第與方法，內心變得踏實許多。她微笑地分享到：

> 師父告訴我們「無限生命」，開啟了自己的眼目，剎那間生命重新充滿了意義與希望，因為我知道努力的點點滴滴都不會消失，都是我步步增上的階梯，心裡踏實許多。（訪談-T-04）

領會到「身邊的每一個人都與自己息息相關」，所以只有自己好還不夠，唯有身邊的每一個人都過得好，才能發現自己存在的價值，及真正的得到快樂。故訪談過程中，念恩老師開心地重複著：「我能愛、而且我願意去愛」，彷彿得到能讓自己發光、發熱的能量。

> 身邊的每一個人都是我應該要去關照的，只是自己的能力有限。……盡可能在每一個緣起點上，跟每一個人結下善緣。（訪談-T-07）

（三）學佛後：找到引導學生的正確方向，並得到學生與家長的回饋

在工作上她也重新思考應該帶給學生哪些觀念，以讓他們不管遇到任何境界都可以用正向的態度去面對與解決。念恩老師透由「觀功念恩為主軸的生命教育」，用身教引導學生對周圍的人、事、物有感覺，進而孝順父母、恭敬師長、友愛同學及愛護大地等，讓學生也能為自己的生命負責且找到自己存在的價值。

> 我知道現在的努力對自己和學生的生命是非常有價值的；那怕眼前看不到進步或改善，所以我重新思考「哪些東西是對孩子的心靈有幫助的？」，可以幫助他們在未來不管遇到任何境界都可以轉心，……關心地球，從自己做起。（訪談-T-04）

念恩老師亦欣喜地提及因著學生與家長的回饋，也讓自己存在價值得到支持與肯定。

> 畢業典禮之後，大部分的孩子仍然每天到校半天，我們一起看孔子傳與討論、一起上國文與數學……，科任老師對他們很稱讚，家長也肯定老師的教學方向，畢業餐會時，甚至全班的家長都一起前來，我知道，這是對老師的肯定！（訪談-T-04）

四、從利益他人實踐生命之目的

（一）學佛前：只想到自己的苦樂

她提到：「學佛前只想到自己的苦樂」，對於學生，過去念恩老師總是在意著學生的成績、秩序、整潔等在校表現。

（二）在福智團體的學習：利益學生須從關懷和觀功念恩啟始實踐行動

念恩老師一再澄清「生命的目的與實踐」中的「生命」，是指「過去－現在－未來」的「無限生命」；要實踐的是，在成就佛果位以前必須「不斷地學習、不斷地利他、不斷地愛」。她描述到：

> 無限生命對我比較重要的意義，是因為我們不斷地學習；我這一世不足的可以透由我的學習，一直累積到下一世，就是讓我的未來可以越來越好、越來越好，最後達到一個究竟圓滿的境界。（訪談-T-07）

要行「利他」就必須跳出自己的框架，從最基本的關懷和自己息息相關的每一位眾生著手，透由了解對方的需求及苦樂問題，我們才能去關懷與利益他人。

> 你要「利他」，你當然要先關懷他；你要先關懷他的苦樂，要先了解他的需求，你才能去行「利他」。「利他」在關懷之上，關懷只是「利他」的一部分。（訪談-T-07）

（三）學佛後：對學生觀功念恩，從心底接納學生

她開心的分享到：「學佛前，只要求學生在校的表現，現在看到的是一個立體的人，他背後的種種，我都關心。」不僅對學生觀功念恩、看學生的優點，當學生有行為上的問題時，更不去貼學生標籤，而是去看到學生的需要，因為能打從心底接納學生。她微笑地說：

> 我想到我的學生就會很開心，……雖然他很調皮、讓你很頭痛，可是你就會覺得他調皮得很可愛（笑），所以你就是想到他們的時候，你就會不由自主的就是會笑了起來！（訪談-T-07）

> 我會給他們「觀功念恩」的觀念，因為這個是從小到大、到老都需要做的……。或者，像我們的慈心，健康的觀念、關愛地球、關愛這個大地，因為它是跟我們息息相關的；這麼樣可以讓家人，都得到身心的健康（訪談-T-07）

肆、念恩老師關懷教育的實踐及難題處遇

一、關懷教育的實踐作法

（一）以身教示範與引導學生實踐關懷

念恩老師會把握在教學或非教學的任何時機，用身教以引導學生實踐關懷。例如，當學生在讀經的時候，她會走到講桌的位置和學生一同讀經，一方面示範讀經的態度與方法。

> 其實我是覺得真的老師要做啦！像我們班讀經的時候，我絕對不會坐在這裡改作業。我會起來跟他們一起念，其實這樣子你不用花很多力氣，孩子他所讀的東西就會入心，要不然他有口無心，其實念過就沒有。（訪談-T-07）

其次，念恩老師自己也會以身作則書寫要學生做感恩活動，並讓學生批改，讓學生更樂意去執行。每天放學前「觀功念恩分享時間」，她也會帶頭感恩當天班上有做善行的學生，接著再由學生輪流發表。

像我要他們寫「優點轟炸卡」讚美同學，老師也要跟著寫；像觀功念恩日記，我現在已經在練習自己先寫，希望下學期的時候他們也可以批改老師的。「感恩護照」我也寫一本給他們改。每天在開始感恩的時候，通常老師會先感恩，我會感恩班上的哪一個同學今天為我做了什麼事情？就是我會先帶頭感恩，然後接著再換他們。（訪談-T-07）

她常給學生珍惜資源的觀念，學生就提到：「老師教我們的，她自己都有先做到」。

老師便當吃完就會把便當盒洗乾淨、壓扁，放到回收那邊；老師會用一張衛生紙擦完嘴巴，然後她就折起來，吃飽飯後再擦一次嘴巴，衛生紙髒了，但是有一些地方還沒有用到，就順便把筷子跟湯匙擦一擦。（訪談-S2）

在放學前，念恩老師會讓學生分享「今天誰對他有恩，或者誰做了善行可以讓我們隨喜、學習」，並且感恩老師與同學一天的陪伴與指導，以讓學生不斷去練習與培養感恩的心。

（二）善於運用各種對話方式與時機，引導和澄清學生的觀念與行為

除了正式課堂中對話外，念恩亦會運用下課、中午、放學等非正式課程時間，進行私下的對談。例如：運用「觀功念恩日記」和班網上的留言等與學生做書寫的對談，引導學生思考，潛移默化改變學生的觀念與行為。

小文：經過「護蛋」的活動，發現媽媽懷孕真的很不容易！雖然我的「小BABY」最後終究「臍帶纏繞」而命危，但最重要的是，我知道媽媽懷孕不但要日夜照顧我們，更要給我們營養，真是辛苦！

老師：跟媽咪分享一下你的心得，感恩她對你的生育之恩。（日記-S3）

小競：今天大家都收到感恩卡，似乎很高興的樣子；有些人拿到老師寫的，有些人拿到我寫的，有些人拿到小淳寫的。拿到的都很開心，沒拿到沒關係，至少有拿到小天使的啊！

老師：真棒！你有一雙發現美的眼睛，和一顆柔軟善解的心。要把這樣快樂

的感覺讓更多同學也體會到，所以我們要繼續張開「發現美的眼睛」，找到更多值得我們感恩、學習的人、事、物。（班網留言-40）

研究者曾懷疑：「學生曾經對於念恩老師傳達的理念有疑惑嗎？又要如何處理？」念恩老師回應：那正是她了解學生、幫助學生建立正確觀念、澄清模糊概念的最佳時機。例如，曾有學生對因果法則提出自己的看法，她除了從學生種綠豆的體驗，從「種豆得豆」的角度引導學生，也不斷由因果故事來策發學生對因果法則的堅定信念。再者，透由「看不到的事情，不代表不存在」的觀念，引導學生「我們看不到好人的好報，不代表好人沒有好報」，一步步地去引導。

對於「因果法則」，有學生說：「好人不一定有好報」。……我會透由「因果故事」來引導他們，釐清他們的觀念，且告訴他們：「看不到的事情，不一定不存在」。到最後當有人又提出質疑，就會有學生說：「你看不到自己的祖先，難道你的祖先不存在」來回應。（訪談-T-7）

（三）適時給予學生肯定與讚美，肯定中仍如實地導正學生的錯誤

Buber曾指出，肯定即為對他人認可及鼓勵的表現，能引導出他人內在最好的一面（引自方志華，2004；Noddings, 1984, 1995, 2002）。念恩老師總是能在和學生互動過程中，給予正面的肯定與回應，以讓學生能肯定自我的成長。在訪談與教室觀察中發現，她常給予學生一個觀念：「正確的、對的事情，我們本來就應該這樣子做」，而非受到外在的獎勵才去做，所以，在念恩老師的班級中，看不到許許多多物質方面的獎勵品。

我希望他是自發的，不是因為外在的制約。……，會公開口頭的表揚、讚賞，要不然就是貼五個燈(班上獎勵制度)，如果全班都做的很好，就是一人發一顆糖。（訪談-T-07）

儘管念恩老師會以「觀功念恩」去看待學生的優點與特質，但仍會堅持對學生該有的要求，不同的是，她會用溫和的口氣，讓學生知道自己需要修正的地方。因而讓學生覺得念恩老師說話很有說服力。她的學生說：

她會很用溫和的聲音，就讓我們覺得很有說服力。（訪談-S1）

在教室觀察過程中，研究者亦發現當學生不小心犯錯時，儘管當時已是接近放學的時刻，念恩老師還是沉著、平穩地與學生互動，重要地是讓學生知道犯錯後要如彌補與修正。

小任：老師！小蔡把湯翻倒在地上了。

老師（溫和但堅定的語氣）：小蔡！老師有教過你們要怎麼做，對不對？請你拿抹布及水桶來把地板清乾淨。（觀察-02）

二、難題的處遇：以觀功念恩化解師生、親師衝突

（一）以觀功念恩、自我成長面對學生不信任教師的難題

念恩老師一開始接任A班導師時，不管在班級中實施任何事情，大約有五至六位學生因想念三、四年級原來導師，故會向她反應過去導師的作法；或者上msn跟原來的導師抱怨；甚至在日記中直接表示：念恩老師比起他們原來的導師差太多了等。念恩老師深切感受到原班導師與學生間的感情，故遭到「學生的不信任」的回應時，她一面向師長祈求，並想這正是自己練習「觀功念恩」的機會。因此，她完全接納學生想念老師或覺得念恩老師搶了原來導師位置的負面情緒，並且告訴學生：「我真替你們高興，在你們的學習生涯中，有這麼一位令你們難忘的好老師，是你們的福氣。」

進一步，則與學生原來已經調到外縣市的導師作密切的聯繫、與學生進行「下午茶時間」等，以了解學生的特質與情況。並在下學期開學時的教師節，引導學生討論「原來導師對他們的好」、「要如何感謝老師、如何報恩？」等，且在教師節前夕將卡片送到他們原來導師的手中。就因為念恩老師完全接納學生的情緒，並運用觀功念恩同理學生的想法，藉機引導學生往善的方面發展，學生也漸漸打開心門接納念恩老師。

遇到瓶頸時，念恩老師除了對學生「觀功念恩」，並且以「成就我學習」的角度正向思惟外，她也會積極地尋求協助。然而她認為，最重要的是要常保持著一顆「永不放棄的心」，當每個狀況出現時，就是「去想方法、去尋求協助」，如此，儘管遇到許多的難題，但是每當順利的處理完之後，最大的收穫與成長其實是自己。

（二）以觀功念恩、尊重同理化解家長的質疑

念恩老師體會到部分家長擔心「不知道老師到底要做什麼？」所以，她會試著解釋讓家長知道班級正在實施的課程、活動，以及其對學生的好處，並且修改實施的方式，以讓家長放心，進而領受老師的關懷與用心。

其實通常一開始家長不了解，他們會有一些擔心，如果有反應的，我們當然就可以解釋，或者改變、修正一下方式，慢慢地通常就是兩年下來，家長都會很寬心。（訪談-T-07）

除了運用觀功念恩轉變自己的心境，念恩老師更積極與家長互動，寫信給家長，並且在作法上有一些調整，以取得家長的認同。

我就寫了一封信給孩子、一封信給家長，在作法上我也有修正，就是（讀經）時間的應用上再更簡短。……。後來這位家長在下學期的某一天，捧著一束花到教室來，為她之前所做的事表達歉意，而且現在還在妹妹的班上擔任讀經媽媽。（訪談-T-06）

伍、結語與建議

一、結語

（一）個案教師因學習與實踐福智理念確立個人生命存在意義與價值

個案教師參加福智團體前，是個追求物質只為自己負責的人；挫折多來自於工作，生活當中只想到自己的苦樂問題，沒有利益他人的想法。透由在福智團體學習到無限生命、因果法則、念死無常等生命教育理念，故能從「時間」與「空間」兩個層面經營「無限生命」，藉由善行實踐確立生命存在的意義與價值，為自己、學生與他人的生命負責，並能以正向態度面對逆境與死亡。

（二）個案教師以觀功念恩和善行實踐引導學生心靈成長並給予肯定和讚美

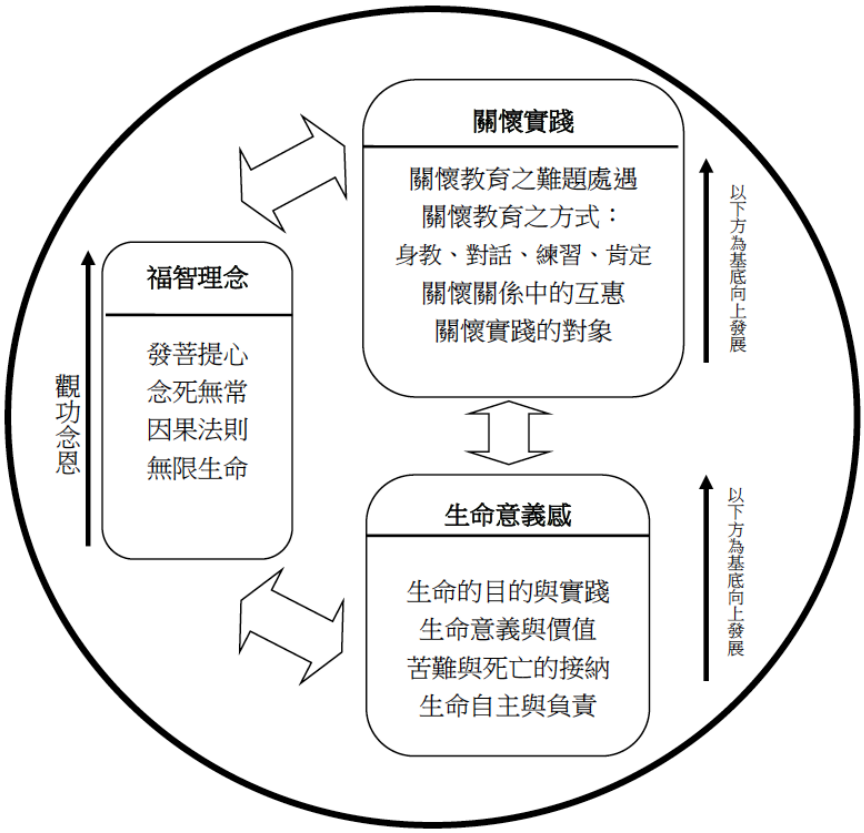
個案老師以觀功念恩作為班級生命教育的主軸，輔以轉化後之無限生命、因果法則等概念及善行實踐等活動，做為引導學生心靈成長之基礎。在作法上，以身教示範與引導學生關懷實踐；善於運用各種對話方式與時機，引導學生，擴大他們的關懷理想；適時地給予學生肯定與讚美，也會分析與引導學生反省、修正自己的行為。

（三）遇到困境時，從福智團體及其理念尋求難題處遇方式與支持

遇到困境時，念恩教師以觀功念恩、自我成長面對難題；尊重與同理化解家長的質疑。更透由在廣論班持續的學習，以佛法角度抉擇處事方式，達到親師生共同成長的三贏局面。

整體而言，念恩教師以其在福智的學習為基礎，因為生命意義感的轉變驅動其實踐關懷教育。實踐過程中，得到來自學生與家長的回饋，進一步堅定她的福智理念和生命意義感，更呼應論語中「己立立人」的思想。總之，「福智理念」、「生命意義」與「關懷實踐」成為相互驗證的關係，成為個案教師穩固生命之基石（如圖1）。

圖1 念恩老師生命意義感與關懷實踐關係圖



二、建議

（一）深層思考跨越時空之生命的目的與價值

個案教師之生命意義轉變主要起因於了解「無限生命」和「因果法則」等生命教育理念，確定生命在時間與空間的無限相續，及目前的所作所為都會影響自己未來的深層思考，不僅得到人生種種現象的解答，也更確立唯有透過學習，才能逐步改善自己與得到真正的快樂。更透由不斷地實踐與關懷他人，堅信學習的理念與肯定生命的價值。因而，建議國小教師以更寬廣的角度思考生命的目的與價值，來提升自己與同事、學生等人，讓彼此的生命都能在以心靈為主、物質為輔的狀態下，不斷地提升與成長。

（二）學習營造完全接納與關懷實踐的班級氛圍

個案教師從建立善的關係開始，以「觀功念恩」欣賞學生特質與看到學生優點，形塑一個溫馨、接納的班級氣氛。以身教引導學生進行善行與關懷實踐，並透由和學生不斷地對話，了解及引導他們良善的想法與行為準則，給予學生心靈為主的肯定，並等待學生的成長。故建議國小老師試著接納學生的特質，並傾聽學生內心的聲音，當學生接受到老師的關懷且對老師有信心時，再去引導他，也要耐心的等待學生的成長。

（三）型塑教師參與專業學習社群文化，提升關懷的能量與技巧

個案教師在參與福智團體後，依著福智的生命教育理念，體驗、省思與實踐，得以在平時提升自己的關懷與教學態度與技巧，並且在面對教學難題時，補充自己的關懷能量。呼應學界一向重視的運用教師專業學習社群協助教師專業發展的觀點。然而，本研究進一步建議國小教師參與教師專業學習社群的內涵應重視教師心靈的成長，協助教師找尋個人生命之意義，化為對教學工作的熱忱；或以關懷倫理學的理論內涵，精進對學生的關懷方式與技巧。若能如此，不僅在教學能以正確的目標與方向引導學生，即使遇到教學上的難題，也能以彼此分享正向的處遇方式，相互支持，以共同提升關懷的能量。

參考文獻

于天龍（譯）（2003）。N. Noddings著。**學會關心－教育的另一種模式**。北京市：教育科學。

方志華（2004）。**關懷倫理學與教育**。臺北市：洪葉文化。

石宜家（2009）。**高雄縣市國小教師的工作壓力、工作滿意度與生命意義感之關係研究**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學教育學系，高雄市。

竺摩法師、陳義孝（2001）。**佛學常見詞彙**。臺北市：福智之聲。

夏碧凰（2009）。**關懷與正義的交融—國小女性教師關懷實踐之個案研究**（未出版之碩士論文）。 國立臺北教育大學課程與教學研究所，臺北市。

教育部（2013）。102年教育事務財團法人評鑑得獎專輯。

取自

http://www.edu.tw/FileUpload/1088-22009%5CDocuments/131203-%E7%B8%BE%E5%84%AA%E6%89%8B%E5%86%8A%E5%AE%9A%E7%A8%BF1-48.pdf

郭馨雅（2009）。**按表操課之外：國小教師關懷實踐之研究**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學教育學系，高雄市。

傅偉勳（2010）。**死亡的尊嚴與生命的尊嚴**（第六版）。新北市：正中書局。

游惠瑜（2009）。關懷取向的專業倫理教育。**哲學與文化，36**（6），103-115。

童驛媗（2009）。**屏東縣國民小學教師生命意義感、死亡態度與幸福感之相關研究**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學教育學系，高雄市。

楊敏芳（2009）。**尋找我的理想國度——一位國小教師品德教育課程實踐之敘說探究**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學教育學系，高雄市。

楊麗蓉（2009）。**高雄市國小教師宗教心理知覺與生命意義感、死亡態度之相關研究**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學教育學系，高雄市。

趙可式、沈錦惠（合譯）（2001）。Frankl, V. E.著。**活出意義來－從集中營說到存在主義**。臺北市：光啟。

劉純如（2009）。**高雄縣國小教師生命意義感、教師信念與班級經營效能關係之研究**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學教育學系，高雄市。

鄭麗慧（2008）。**高雄市國民小學教師生命意義感與生活滿意度關係之研究**（未出版之碩士論文）。國立高雄師範大學教育學系，高雄市。

釋日常（2008）。教育內涵與下手處。載於福智之聲編輯室（主編），**教育．人類深沉的樞紐**（頁76-89）。臺北市：福智之聲。

釋如證（2007）。**教師的責任**。生命教育種子老師培訓手冊，未出版，雲林縣。

福智文教基金會網站（2012）。觀功念恩的理念與方法。取自

http://edu.blisswisdom.org/index.php/2012-08-31-02-50-56/352-2013-11-28-09-11-59

Frankl, V. E. (1967). *Psychotherapy and existentialism.* England: Penguin Books.

Frankl, V. E. (1984). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy* (3th ed.).

New York : Simon& Schuster, Inc.

Frankl, V. E. (1988). *The will to meaning: Foundations and application of Logotherapy* (2th ed.).

New York: New American Library.

Noddings, N. (1984). *Caring: a feminine approach to ethics and moral education*.

Berkeley: University of California Press.

Noddings, N. (1992). *The challenge to care in schools- an alternative approach to education*.

New York & London: Teachers College Press.

Noddings, N. (1995). *Philosophy of education*. Boulder, Colorado: Westview Press.

Noddings, N. (2002). *Educating moral people: A caring alternative to character education*.

New York & London: Teacher College Press.

---

* 吳勢方，高雄市四維國小教師

Shih-Fang Wu, Teacher, Kaohsiung Si-Wei Primary School

** 丘愛鈴，國立高雄師範大學教育學系教授

Ai-ling Chiu, Professor of Department of Education, National Kaohsiung Normal University

*** 何青蓉，國立高雄師範大學成人教育研究所教授

Ching-jung Ho, Professor of Graduate Institute of Adult Education, National Kaohsiung Normal University

電子郵件：t2551@nknu.edu.tw（通訊作者）

Email: t2551@nknu.edu.tw (Corresponding Author)