

教育部顧問室 97 學年度第 2 學期
優質通識教育課程計畫
成果報告書

計畫名稱	生命探索與自我認同
計畫類別	■A 類 ■技專校院組 ■行動導向/問題解決導向通識課程
計畫主持人	陳紹韻
教學助理	蔡恩祈
單位名稱	中國科技大學·通識教育中心
計畫期程	2009/2/1~2009/7/31
計畫網址	http://ccnt4.cute.edu.tw/shaoyun/main.html
聯絡方式	seyyachen@gmail.com

繳交日期：中華民國 98 年 07 月 27 日

目錄

1. 基本資料摘要表.....	3
2. 計畫內容及執行情形.....	6
2.1 班級成員狀況.....	6
2.2 計畫內容與執行情形.....	6
3. 經費運用情形.....	31
4. 執行成果分析與檢討.....	32
4.1 教學施行改進事項及成效評估.....	32
4.2 課程配置教學助理之實施成效評估.....	42
4.3 課程網站建置於增進教學品質評估.....	44
4.4 小結.....	46
5. 結論與建議.....	50
6. 附錄.....	51
6.1 校外教學保險辦理.....	52
6.2 每週課程說明.....	53
6.3 經費收支結算表.....	68
6.4 教學評量.....	69
6.5 教學評量統計.....	71
6.6 期末個人資料夾封面.....	84
7. 附件：小組討論影音紀錄.....	封底

的章節依「生」、「老」、「病」、「死」鋪陳；「自我認同」的章節依「己」、「人」、「事」、「物」架構，課程綱要如下：

週次	日期	課程綱要
01	2/24	[緣起] 從直向與橫向的生命裡，探索生命、認同自我
02	3/3	[生命探索·總篇] 生命的起源與定義
03	3/10	[生命探索·生之篇] 生命存在的可貴性
04	3/17	[生命探索·老與病] 老化的必然性與疾病的普遍性
05	3/24	[生命探索·死之篇] 死亡的意義與歸屬
06	3/31	[生命探索·失落篇] 生命中的失落與悲傷
07	4/7	[影片欣賞] 「全力實現兒時夢想」
08	4/14	[自我認同·於己篇] 我是怎樣的人？
09	4/21	[期中評量] 自省與回饋
10	4/28	[自我認同·於己篇] 自我概念的形
11	5/5	[自我認同·於己篇] 自我形象的建立
12	5/12	[校外參訪] 世界宗教博物館
13	5/19	[自我認同·於己篇] 自我認同與實現
14	5/26	[自我認同·於人篇] 師生與親子倫理
15	6/2	[自我認同·於人篇] 友情與愛情關係
16	6/9	[自我認同·於事篇] 價值觀：財富、工作、知識
17	6/16	[自我認同·於物篇] 大自然與我的世界
18	6/23	[緣滅] 分享與祝福

【分組討論】

次別	日期	討論主題
第1次	2/24	生命的樣式：人生各階段的不同
第2次	3/10	對墮胎/人工流產的看法與省思
第3次	3/17	老人與我：相處與規劃
第4次	3/24	假想「死亡證」的討論與迴響
第5次	4/14	周哈里窗：我/你是怎樣的人？
第6次	5/19	我的星等圖：人格特質與能力
第7次	5/26	我的人際關係相對論
第8次	6/2	我的交友經
第9次	6/16	我的價值觀：分享與討論
第10次	6/23	我的學習與成長

■ 分組討論及教學助理之規劃與執行現況

【教學助理之規劃與執行現況】

1. 參與座談會與研習會，瞭解課程內容與教學目標。

	<ol style="list-style-type: none"> 2. 協助教師蒐集課程資料、歌曲、文章。 3. 協助規劃與帶領課堂活動與小組討論。 4. 協助課堂練習與作業管理，評估同學學習狀況。 5. 協助校外參訪相關事宜。 6. 協助課堂拍照與錄影。 7. 固定於網路討論區發帖，並給予同學回饋。 																																										
■「行動」、「欲解決的問題」之設計與規劃	<table border="1"> <thead> <tr> <th>次別</th> <th>日期</th> <th>行動、欲解決的問題</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>第1次</td> <td>2/24</td> <td>生命的樣式→瞭解與接納人生各階段的差異與美好</td> </tr> <tr> <td>第2次</td> <td>3/10</td> <td>對墮胎/人工流產的看法與省思→體會生命的難得可貴</td> </tr> <tr> <td>第3次</td> <td>3/17</td> <td>老人與我→自省與老人的相處狀況與自身老年的規劃</td> </tr> <tr> <td>第4次</td> <td>3/24</td> <td>假想「死亡證」→接近死亡，學習接受死亡的必然性</td> </tr> <tr> <td>第5次</td> <td>3/31</td> <td>失落與悲傷→回顧自身失落的歷程</td> </tr> <tr> <td>第6次</td> <td>4/14</td> <td>周哈里窗→發現公開我、隱藏我、盲目我</td> </tr> <tr> <td>第7次</td> <td>4/28</td> <td>心的曼陀羅→與真實我相處，展現自我的內心與真心</td> </tr> <tr> <td>第8次</td> <td>5/5</td> <td>找我自己→體認自己的獨一無二</td> </tr> <tr> <td>第9次</td> <td>5/12</td> <td>世界宗教博物館→體認不同宗教對生命的看法與感動</td> </tr> <tr> <td>第10次</td> <td>5/19</td> <td>我的星等圖→覺察自己已有和期待有的人格特質與能力</td> </tr> <tr> <td>第11次</td> <td>5/26</td> <td>我的人際關係網→覺察並呈現自我的人際關係現況</td> </tr> <tr> <td>第12次</td> <td>6/2</td> <td>我的交友經→檢視自己是怎樣的朋友以及擇友標準</td> </tr> <tr> <td>第13次</td> <td>6/16</td> <td>我的價值觀→探索自我的價值觀、瞭解他人的價值觀</td> </tr> </tbody> </table>	次別	日期	行動、欲解決的問題	第1次	2/24	生命的樣式→瞭解與接納人生各階段的差異與美好	第2次	3/10	對墮胎/人工流產的看法與省思→體會生命的難得可貴	第3次	3/17	老人與我→自省與老人的相處狀況與自身老年的規劃	第4次	3/24	假想「死亡證」→接近死亡，學習接受死亡的必然性	第5次	3/31	失落與悲傷→回顧自身失落的歷程	第6次	4/14	周哈里窗→發現公開我、隱藏我、盲目我	第7次	4/28	心的曼陀羅→與真實我相處，展現自我的內心與真心	第8次	5/5	找我自己→體認自己的獨一無二	第9次	5/12	世界宗教博物館→體認不同宗教對生命的看法與感動	第10次	5/19	我的星等圖→覺察自己已有和期待有的人格特質與能力	第11次	5/26	我的人際關係網→覺察並呈現自我的人際關係現況	第12次	6/2	我的交友經→檢視自己是怎樣的朋友以及擇友標準	第13次	6/16	我的價值觀→探索自我的價值觀、瞭解他人的價值觀
	次別	日期	行動、欲解決的問題																																								
	第1次	2/24	生命的樣式→瞭解與接納人生各階段的差異與美好																																								
	第2次	3/10	對墮胎/人工流產的看法與省思→體會生命的難得可貴																																								
	第3次	3/17	老人與我→自省與老人的相處狀況與自身老年的規劃																																								
	第4次	3/24	假想「死亡證」→接近死亡，學習接受死亡的必然性																																								
	第5次	3/31	失落與悲傷→回顧自身失落的歷程																																								
	第6次	4/14	周哈里窗→發現公開我、隱藏我、盲目我																																								
	第7次	4/28	心的曼陀羅→與真實我相處，展現自我的內心與真心																																								
	第8次	5/5	找我自己→體認自己的獨一無二																																								
	第9次	5/12	世界宗教博物館→體認不同宗教對生命的看法與感動																																								
	第10次	5/19	我的星等圖→覺察自己已有和期待有的人格特質與能力																																								
	第11次	5/26	我的人際關係網→覺察並呈現自我的人際關係現況																																								
	第12次	6/2	我的交友經→檢視自己是怎樣的朋友以及擇友標準																																								
第13次	6/16	我的價值觀→探索自我的價值觀、瞭解他人的價值觀																																									
■指定閱讀材料	見教學網站「課程教材」與討論區「課後閱讀」。																																										
■作業設計	<ol style="list-style-type: none"> 1. 我的家族身體密碼： <ul style="list-style-type: none"> ■ 我的家族身體密碼。 ■ 我想要了解的一個疾病？為什麼？ ■ 這個疾病的預防與治療。 ■ 報告後的心得感想。 2. 我的生命歷程： <ul style="list-style-type: none"> ■ 依年齡/時間排列。 ■ 以主觀判斷、並以顏色將生命中的經歷事件區別成至少三種類別。 3. 我的價值觀： <ul style="list-style-type: none"> ■ 選擇五個自身追求的價值和五個自身逃避的價值。 ■ 依照對自身的重要性或渴求度加以排列。 ■ 分別為這十個價值下四個定義：一個概念性的，三個具體化的。 																																										
■成績評定方式	<ol style="list-style-type: none"> 1. 出缺席與學習表現。(20%) 2. 期中評量。(30%) 3. 平時作業。(30%) 4. 討論與練習，包含課堂與網路。(20%) 																																										

2. 計畫內容及執行情形

計畫內容與執行情形分三部分說明：班級成員狀況、計畫內容、執行情形。計畫內容為 97/11/25 所提出並通過的計畫內容；執行情形則為 98/1～98/7 課程實際執行的情況。

2.1 班級成員狀況

本優質通識教育課程計畫的執行班級為夜間進修部班級，成員結構是性別約男女各半，年紀則分佈於 19 至 30 歲之間，¹估計了解後發現約有一半為甫自高中高職畢業同學，一半為退伍或工作多年後繼續進修同學，而甫自高中高職畢業同學之中，又約有一半課餘之外有工作或在打工，簡而言之，班上有七成以上的同學是處在工作、學業兼顧的情況。

同學必須在下班後趕來學校上課，²心情難免匆忙緊張，身體不時飢餓勞累，課後能夠專注於課業的時間也較日間部同學有限，這些狀況都會影響課程內容的設計與安排，特此說明。

2.2 計畫內容及執行情形

以下分成七個項目說明：課程目標規劃、教學進度規劃與執行、課程活動規劃與執行、參考資料、作業設計與執行、成績考核與執行、課程網頁之規劃與執行。

2.2.1 課程目標規劃

本課程以「生命有限，自我無限」出發，從醫學、宗教、社會、心理等領域切入，多元化的探索根本但卻不常為人碰觸的生命必然現象，進而思考人生

¹ 依據「6.1：校外教學保險辦理」及平時詢問同學的狀況所做的綜合評估。

² 也有少數是上大夜班，下課後才去上班。

的意義與價值，並全面性的檢視各種生活面向，藉以了解個人的成長歷程與目前狀況，並培養開放自我的態度與自我覺察的習慣，以確立理性與感性的生命追尋意義，奠定「認識自我，魅力無限」的自我認同目標。

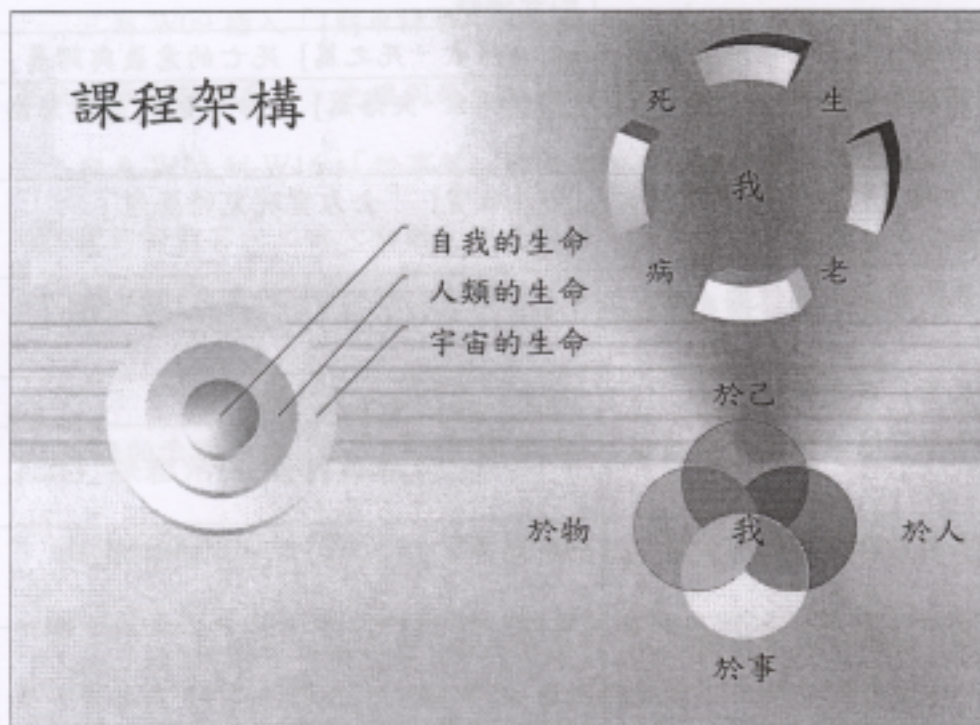
課程之設計意在引導同學：

1. 認知方面：了解「生命」與「死亡」的自然現象、「人生」與「自我」的意義與價值。
2. 情意方面：關懷生命、建立正確的生死觀及人生態度，找到自我的定位與價值，能夠熱愛自己的生命，也尊重其他生命，並進一步保護與愛惜周遭的一切。
3. 技能方面：認識人生的各種問題並熟悉其解決途徑與尋求支援的方法與管道，進而培養獨立思考、克服困難的資糧與能力。

2.2.2 教學進度規劃與執行

課程架構將從宇宙的生命、人類的生命，聚焦到自我的生命：「生命探索」的章節依「生」、「老」、「病」、「死」鋪陳；「自我認同」的章節依「己」、「人」、「事」、「物」展開。圖示如下：

課程架構



因此，章節安排分為兩部份：第一部份「生命探索」以「生」、「老」、「病」、「死」鋪陳，重心在於認識與了解生命的必然現象，這些現象或許難以抗拒，或許僅能做某些程度的改善，但從中必然會學習到面對、了解與處理；第二部份「自我認同」以自我為主軸，重心則在「自我了解」與「自我實現」，依次探討個人於我、於人、於事、於物的各種關係與因應之道，學習尊重自己以及週遭的一切的人生态度，並透過生命回顧與自我接納的方式，開展充實幸福、符合自他期待的生命。

在以上架構原則下，本課程得以順利進行，但在不斷與班級同學互動的過程中，逐漸發現同學的關注與需求，因此課程進度與主題進行部分調整，97/11/25 所提出的課程大綱與 98/2~98/6 的實際授課大綱比較如下表，調整部分以反白方式標示，調整原因則於表格之後說明：

週次	提出計畫進度	實際執行進度
W01	[緣起] 從直向與橫向的生命裡，探索生命、認同自我	[緣起] 從直向與橫向的生命裡，探索生命、認同自我
W02	[生之篇] 生命的起源與差異	[生命探索·總篇] 生命的起源與定義
W03	[老之篇] 生命老化的必然性	[生命探索·生之篇] 生命存在的可貴性
W04	[病之篇] 疾病發生的普遍性	[生命探索·老與病] 老化的必然性與疾病

		的普遍性
W05	[死之篇] 死亡的意義與歸屬	[生命探索·死之篇] 死亡的意義與歸屬
W06	[失落篇] 生命中的失落與悲傷	[生命探索·失落篇] 生命中的失落與悲傷
W07	[影片觀賞] 最後的演講：全力實現兒時夢想	[影片欣賞] 「全力實現兒時夢想」
W08	[轉化] 談人、人性與人格	[自我認同·於己篇] 我是怎樣的人？
W09	[於己篇] 我是哪種人？	[期中評量] 自省與回饋
W10	[於己篇] 談我的定義與價值	[自我認同·於己篇] 自我概念的形成
W11	[於己篇] 談自我認同公式	[自我認同·於己篇] 自我形象的建立
W12	[參觀] 世界宗教博物館	[校外參訪] 世界宗教博物館
W13	[於人篇] 談師生倫理與親子倫理	[自我認同·於己篇] 自我認同與實現
W14	[於人篇] 談友情與愛情	[自我認同·於人篇] 師生與親子倫理
W15	[於事篇] 談知識與價值觀	[自我認同·於人篇] 友情與愛情關係
W16	[於事篇] 談工作與財富觀	[自我認同·於事篇] 價值觀：財富、工作、知識
W17	[於物篇] 談大自然與我	[自我認同·於物篇] 大自然與我的世界
W18	[緣滅] 分享與祝福	[緣滅] 分享與祝福

調整主要原因為增進同學學習動機與協助增加學習成效，可分為四部分：

一為 W02 到 W04 共三週的課程中，「生」的主題從一週延展成兩週，「老」與「病」的主題兩週縮減成一週，其原因是從 W02 所發下讓同學填寫的簡要「安置性評量」³發現，同學大多對於「生」的部分接受較高，「老」和「病」，尤其是「死」的主題則較為抗拒，⁴因此在比重上做些調整。

二為 W08、W10、W11、W13 共四周都是「自我」的主題，分別為比原先規劃的三週課程多出一週，原因則為發現同學對自我了解與探索愈來愈有興趣，至於原先規劃「W08：談人、人性與人格」予以刪除是因為此週課程內容偏向理論，進修部同學較為實際，因此以「自我形象」、「自我實現」來代替。

³ 將於後說明。

⁴ 此點在 W17 所回收的「教學評量」中也得到應證。

三為 W09 插入「[期中評量] 自省與回饋」⁵，希望藉此在期中驗收同學學習狀況作為教學參考，也讓同學能有機會自我檢視學習態度與成效。

四為 W15 到 W16，「於事篇」的主題從二週縮減至一週，改以價值觀為核心，探討對財富、工作、知識的觀念想法。

在這樣的調整之下執行計畫，同學普遍反應良好，學習得也很愉快。

2.2.3 課程活動規劃與執行

課程活動共一次，規劃內容與執行內容一致，也達到預期的學習目標，唯一的不足是進修部同學對於從新竹湖口到台北永和參加課外參訪的意願並不高，因此在 44 為同學之中，僅有 26 位同學報名，只佔了六成左右，同學資料可見「6.1 校外教學保險辦理」。

■ 校內外合作機構名稱：世界宗教博物館 (<http://www.mwr.org.tw/>)。

世界宗教博物館「希望藉由博物館的典藏、研究、展覽、教育活動、出版，推動生命教育的核心價值『愛與和平』，增進觀眾對世界宗教文化的認識與欣賞，拓展他們個人及文化的經驗。」其使命有三：推廣全民生命教、欣賞宗教藝術文化、建立愛與和平的世界。

■ 地址：台北縣永和市中山路一段 236 號 7 樓。

■ 時間：第十二週 (2009/5/17) 09:00~14:00。⁶

參訪 2 小時，加上車程 3 小時，共 5 小時。

■ 課程活動內容：

課程日期	2009/5/17 (日)
	09:00 校門集合
	10:30 進入「世界宗教博物館」
	12:00 參訪結束，準備用餐
	12:30 集合上車

⁵ 將於後說明。

⁶ 原第十二週上課日期為 5/12 (星期二)，因進修部同學日間多有工作，調課至 5/17 (星期日) 上午前往。

	14:00 抵達校門
單元名稱	校外參訪：世界宗教博物館
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 藉由淨心水幕，讓心沈澱。 2. 藉由朝聖步道，啟發內心希求真善美的渴望。 3. 藉由掌痕手印牆，體會自己的生命痕跡，與他人的生命痕跡。 4. 藉由金色大廳，了解同學的生肖與星座，以及宗教象徵的意義。 5. 藉由宇宙創世廳的影片，感受生命的難能可貴。 6. 藉由生老病死的宗教儀式，了解人生各階段的歷程。 7. 藉由華嚴世界的影片，感受每個生命之間的關連。 8. 藉由世界宗教展示大廳，認識人類實現願望的方法與途徑。 9. 藉由祝福區的活動，將祝福傳向自己、傳向他人。
教學內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教學活動 1：淨心水幕。 2. 教學活動 2：朝聖步道。 3. 教學活動 3：掌痕手印牆。 4. 教學活動 4：金色大廳（生肖與星座的故事）。 5. 教學活動 5：宇宙創世廳（生命起源的故事）。 6. 教學活動 6：生命之旅廳（生老病死的故事）。 7. 教學活動 7：華嚴世界（我與眾生的關連）。 8. 教學活動 8：世界宗教展示大廳（人類的願望與實現）。 9. 教學活動 9：祝福區（感恩與祝福）。
課後迴響	參訪日誌

2.2.3 分組討論的規劃與執行

在 97/11/25 所提出的規劃案中，共有 6 次小組討論、4 次個人練習，於 98/2～98/6 實際執行時，一則配合教育部提出規定，二則因應進修部同學學習狀況，調整成為討論、分享、活動、練習、測驗等項目共計 22 次，依週次說明如下，並依學期進行先後編號，並在說明之前，交代小組分組情形與教學助理協助狀況。

為考量同學彼此熟悉度與尊重同學意願，學期小組分組採取自由分組方式，⁷但因難免有同學缺席，每次討論組員略有變化，人數不足或過多的組別，

⁷ 即自願分組組別。

再由教師團隊進行協調與分組，⁸討論時教師團隊會特別留意非自願分組的組別，並特別給予討論引導，在此情況下，各組討論進度皆算良好，有時甚至會發生非自願分組組別討論情況較自願分組組別深入的現象，推測是因為自願分組組別彼此之間過於熟悉，偶爾會流於過於輕鬆的聊天形式，非自願分組組別組員反而較能依據規定討論主題進行討論。

教學助理部分，本計畫教學助理除其中四週因病請假外，⁹皆全程參與課程，共計十四週，除每次小組時間皆進行帶領討論之外，部分活動如「找我自己」(落花生)等也主動上台帶領，更適時主動分享個人的生命經驗，引導同學進入敞開心胸、彼此分享的氛圍裡。

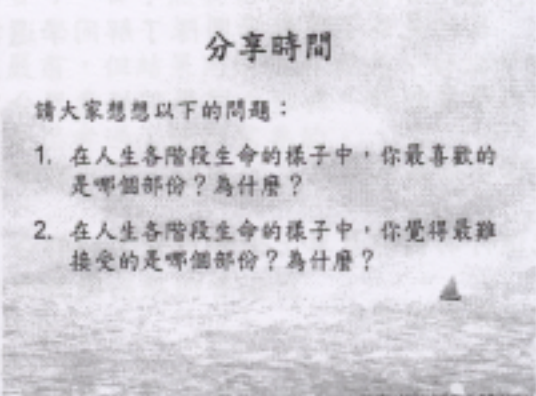
第一週：[緣起] 從直向與橫向的生命裡，探索生命、認同自我

■ 01 討論：生命的樣式——人生各階段的不同

生命的樣式	0-12歲	12-18歲	18-30歲	30-44歲	44歲~
外表長相					
美好快樂的事					
該負的責任					
面臨的挑戰					

請大家想想以下的問題：

1. 在人生各階段生命的樣子中，你最喜歡的是哪個部份？為什麼？
2. 在人生各階段生命的樣子中，你覺得最難接受的是哪個部份？為什麼？



本週除了相見歡，也讓同學進行第一次分組討論「生命的樣式」，讓同學思考生命每個階段的不同層面：外表長相、美好快樂的事、該負的責任、面臨的挑戰，並為了避免同學太過害羞、不習慣上台發言，因此先將問題討論單發下，以便小組同學一邊討論一邊記錄，討論過後上台分享的小組代表只要照著唸小組的紀錄即可。¹⁰

⁸ 即非自願分組組別。

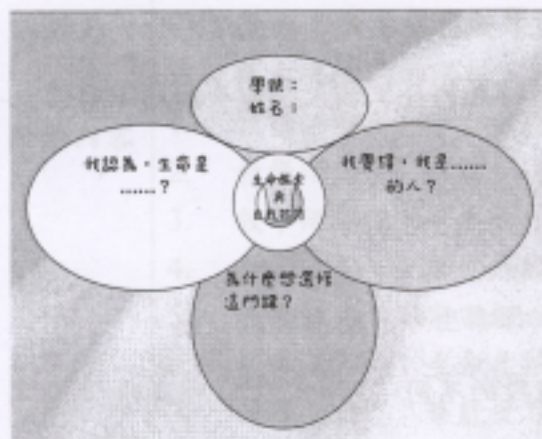
⁹ 為第七週至第十週，教學助理血管性水腫病發。

¹⁰ 因為是科技大學的進修部，也不算是頂尖的學校，同學普遍都較害羞，也不習慣上台分享或報告，因此在學期之初，選擇用「問題討論單」的方式引導小組進行討論。

這次的討論由教學助理引導，執行狀況和預期的差異不大，問題討論紙發揮了一定功效，而同學所分享的答案是喜歡兒時（0 至 12 歲）或者現在（18 至 30 歲），認為最難接受的都是老年（60 歲）以後。

第二週：[生命探索·總篇] 生命的起源與定義

■ 02 分享：安置性評量



● 生命是.....我是.....

- 對全班大聲唸出班上一位同學寫的「生命是.....我是.....」。
- 唸完這位同學的看法後，我認為/覺得他/她是個晴天人？陰天人？雨天人？多雲時晴/晴時多雲偶陣雨？
- 晴天人？個；陰天人？個；雨天人？個；多雲時晴/晴時多雲偶陣雨？個。
- 每種人都有存在的價值，每個人不是永遠都只屬於某一種人。

目的是為了讓教學團隊了解同學選課與學習動機，也讓同學了解彼此的選課與學習動機，為避免同學不好意思分享自己所寫的內容，在台上所唸出的是一位不知名同學所寫的內容，因此教學團隊必須在同學填寫完畢、收回之後，先進行切割評量單上學號與姓名的部分，再讓同學隨機抽出一張評量單、並在台上唸出內容。

在唸出評量單的內容之後，再自行主觀判斷這位同學的屬性：感覺上是晴天人？陰天人？雨天人？還是多雲時晴/晴時多雲偶陣雨的人？並在黑板上以正字方式統計，評量單全數分享完畢之後，再由教學團隊統計各種屬性的人數，其中發現選修這門課的同學，半數以上對生命有正向看法，但有部分同學對自身的描述較為負向，對自我的認同仍有加強空間。

最後，教師為這個活動與分享進行總結：每種天氣都有存在的價值，就像每個人一樣，沒有比較與高低，另外，也不一定每個人永遠都是哪一種人，天氣會變、人也會變，重要的是自我探索，了解並接受自己的樣子，並且願意為

了讓自己更好而努力。

第三週：[生命探索·生之篇] 生命存在的可貴性

■ 03 討論：對對墮胎/人工流產的看法與省思

● 對墮胎/人工流產的看法

1. 看了「殘食的理性」後，有什麼感覺或想法？
2. 人的生命始於何時？為什麼？
3. 你認為墮胎/人工流產合法？非法？為什麼？
4. 胎兒生命權比較重要？還是女性自主權比較重要？為什麼？
5. 週邊是否有朋友或親人有此經歷？試著分享她的經歷或他的處境。
6. 如果現在懷孕了（或女友懷孕了），你會怎麼做？為什麼？（經濟、課業、工作、照顧……）

此討論是上了生命的起源與定義，以及看完影片「殘食的理性」後展開的，一樣每組先發現問題討論單協助小組進行討論，最後每組選出一位代表將問題討論單內容寫在黑板上，於是全班同學皆可一目了然其他組別的看法。原先擔心在「生」的主題帶入這樣的討論會太嚴肅，但結果同學很有興趣、討論實際又具深度，認為這樣的內容是他們從前未思考過、但卻需要的。

第四週：[生命探索·老與病] 老化的必然性與疾病的普遍性

■ 04 討論：老人與我：相處與規劃

● 老人與我

1. 摸摸你生活週邊的老年人，誰是他們的主要照顧者？
2. 他們有什麼令你印象深刻之處？
3. 你如何與他們相處？
4. 從他們身上學到什麼？
5. 當你成為老年人時，希望擁有怎樣的退休生活？如何達到這樣的目標？希望社會、家庭、和他人如何對待你？

此討論亦使用問題討論單，部分同學對這主題的興致並不高，甚至說自己生活週邊的老人就只有校長，但對與長輩同住、或曾經被隔代教養的同學來說，

就能有深刻的體會。學助理引導，執行狀況和預期的差異表決出預變討論紙管
得了一定的功課，而同學所分享的喜樂是喜歡兒時（0 至 12 歲）或者現在（18

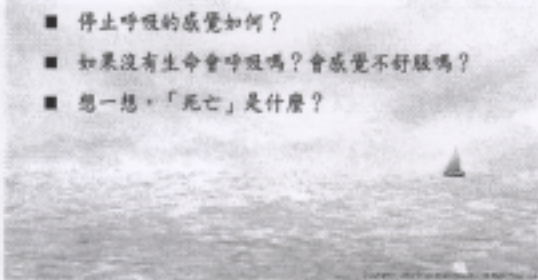
第五週：[生命探索·死之篇] 死亡的意義與歸屬

■ 05 活動：暫時停止呼吸

暫時停止呼吸 (引用中理苑編輯,《為生命加分》-p.118)

問題思考：

- 停止呼吸的感覺如何？
- 如果沒有生命會呼吸嗎？會感覺不舒服嗎？
- 想一想，「死亡」是什麼？



這是一個小小的、體驗死亡的活動，因為人命在呼吸之間。

■ 06 練習：假想「死亡證」

假想「死亡證」 (引用中理苑【假想死亡學】-p.120)

- 死者姓名：_____；■ 身分證字號：_____；
- 死者出生：__年__月__日；■ 死者年齡：__；
- 死亡地點：_____；
- 死亡日期：_____；
- 死亡時間：_____；
- 死亡原因：_____。

關於「死亡證」 (引用中理苑【假想死亡學】-p.120)

- 你對於假想死亡證的活動有任何迴響嗎？填寫姓名時，你寫的是誰？
- 若是別人或空白不想寫，為什麼？
- 你寫的年齡是多少？為什麼是這個數字？
- 你為什麼寫這個死亡原因？
- 你為什麼寫這個死亡地點？
- 你為什麼寫這個死亡時間？
- 你知道這叫作談論死亡以及提早思考死亡嗎？
- 說一說是不是比較沒有忌諱？

這是個人活動，不用上台分享、也不用小組討論，但同學的接受度並不算高，甚至有些同學反應從前上過生死學的課程曾寫過遺書，但「假想死亡證」比遺書更不吉利，因此有同學寫的死者姓名是卡通人物，也有同學是寫的是已經過世的長輩，甚至有同學是空白，但第二頁「關於死亡證」的問題同學大多認真填寫，將自己對這個活動的感覺和看法真實反應出來，其實，這已達到預期的效果——對死亡的了解更加深刻。

第六週：[生命探索·死之篇] 死亡的意義與歸屬

■ 07 練習：我的失落經驗

我的失落經驗

幼稚園 小學 國中 高中 大學 出社會

■ 如果用「顏色」來代表你當時的感受，你覺得會是什麼顏色？

■ 分享傷心、難過的顏色。

這也是很個人、很內在的活動，在講授失落與悲傷內容之後進行，也是第一次讓同學以圖畫紙、用各種畫具來表達自己的感受，雖然執行時同學進行的時間比預計的久，因此沒有足夠時間彼此分享，但同學都願意真誠地面對自己的失落與悲傷。

多數同學在學習過程裡並非來自於前段班，也還未成為社會上的頂尖分子，自小大到僅是考試這個項目就產生不少失落，工作也非盡如人意，這個失落歷程回顧的過程，不僅是個協助同學自我接納的機會，也是個教學團隊更了解同學的機會。另外，此次練習也將和 W09 的期中評量呼應，扮演前導的工作。

第七週：[影片欣賞]「全力實現兒時夢想」

■ 08 活動：觀賞「全力實現兒時夢想」

此片為《最後的演講》的預購光碟，內容是蘭迪·鮑許（Randy Pausch）在卡內基美隆大學的專題演講，片長 76 分鐘，觀賞後有同學主動去搜尋並且閱讀《最後的演講》，並且在網路討論區分享資訊與感想，認為影片和書籍都令人獲益良多。

此週上課地點移至圖書館的團體放映室，頗有看電影院的感覺，尤其同學們都是第一次到這個空間，心情是既興奮又期待的。另有兩項問題則是在播放之前沒預料到的，一為演講者為西方人士，同學對於西方的語言模式有些不解；

二是有同學反應字幕太快、來不及看，似乎對觀看外語演講影片顯得陌生。

第八週：[自我認同·於己篇] 我是怎樣的人？

■ 09 討論：我/你是怎樣的人？

✍ 我是怎樣的人？

■ 用小卡片寫下自己對自己的看法，分4個類別，至少列出10項。

1. 生理：外表特徵、身體狀況。
2. 心理：個性情緒、態度想法。
3. 社會：社會地位、人際關係。
4. 道德倫理：道德觀念、宗教思想。

✍ 你是怎樣的人？

■ 4位同學1組，最好彼此認識。

■ 用紙張寫下自己對其他同學的看法，分4個類別，每位同學至少列出10項。

1. 生理：外表特徵、身體狀況。
2. 心理：個性情緒、態度想法。
3. 社會：社會地位、人際關係。
4. 道德倫理：道德觀念、宗教思想。

✍ 我/你是怎樣的人？

我	小棠	小花	小綠
生理	生理	生理	生理
心理	心理	心理	心理
社會	社會	社會	社會
道德倫理	道德倫理	道德倫理	道德倫理

● [討論]我/你是怎樣的人？

- 自己的看法與別人的看法是否一致？
- 如果一致，是什麼部分？
- 如果不一致，是什麼部份？請加以說明。
- 不一致的原因可能是什麼？
- 我對於這些一致與不一致，又有什麼感覺和想法？

此討論必須先填寫「我是怎樣的人？」小卡，再寫「你是怎樣的人？」之後才進入小組討論。本次活動進行之前，教師、教學助理、網路助理曾進行多次討論：網路助理本身是在職專班學生，認為同學不會積極參與；教學助理擔心同學彼此不夠熟悉、寫不出來，認為四個項目總共加起來寫10項便足夠；最後教師還是認為以鼓勵的態度協助他們盡量寫多、寫仔細，畢竟，從這個活動裡能夠知道自己怎麼看自己，和他人怎麼看自己，平日生活中總會覺得自己知道，但寫下來、分享出來，會更真實、更明確。

另外，極少數同學是自己來修這門課、沒有同班同學的，教師將這些同學放在一組，並協助觀察與討論，例如：生理外觀的部分因為看得到，可以多些

一些；其他內在的部分則可透過交談來加強彼此了解。和陌生的同學分享可以知道自己給他人的第一印象，也很有意義。

第九週：[期中評量] 自省與回饋

■ 10 評量：自省與回饋

期中評量

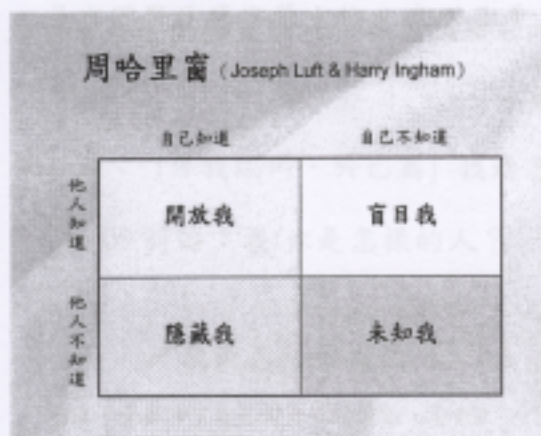
- 請說明馬斯洛的「人類需求層次」，並分析自己的需求狀況，你又是如何達成這些需求的？
- 請選擇一個「失落/喪親調適模式」加以說明，並應用此模式呈述一個自身失落/喪親調適的歷程。
- 請依序列出10件你生前想要完成的夢想，並說明原因。
- 請自我評量這半個學期來的學習狀況，包括出缺勤、上課態度、練習、討論、分享、作業、網路討論區等，假設滿分是10分，你會給自己幾分？為什麼？

此週的進行目的如下，同學前兩題答題狀況差異較大，有些似乎不知從何下筆，後兩題的答題狀況則是良好。

單元名稱	期中評量
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 關於現在：透過馬斯洛的「人類需求層次」的說明，探索自身的需求狀況與滿足方式。 2. 關於過去：透過「失落/喪親調適模式」的分析，回顧自身的失落與調適歷程。 3. 關於未來：透過「夢想版」的撰寫，思考生命價值、建構人生目標，並進而找出實踐夢想的動力與途徑。 4. 關於學習：透過「自我評量」，檢視自身學習狀態與學習期許，並間接協助教學團隊了解學生個別學習情況。
教學內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教學活動 1：期中評量。

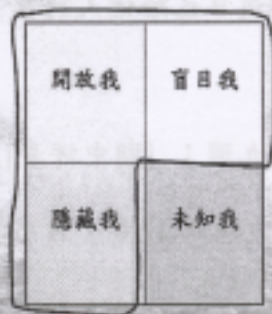
第十週：[自我認同·於己篇] 自我概念的形成

■ 11 練習：我的「周哈里窗」



圖一圖

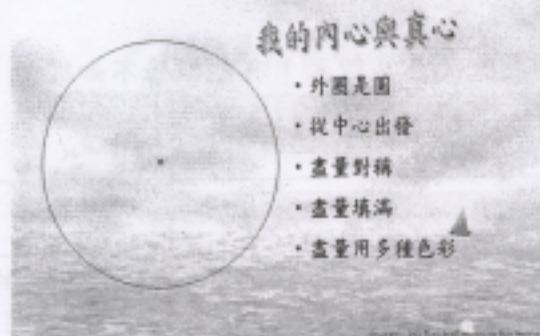
- 拿出第八週課堂練習「我是怎樣的人」
- 拿出第八週課堂練習「你是怎樣的人」
- 用不同顏色圈出「周哈里窗」中用紅線框出的三個部分：



此為個人練習，是 W08 所進行「我/你是怎樣的人？」活動與討論的理論說明，藉此將活動、討論、理論三者結合。

■ 12 練習：我的心——內心與真心

我的 heart Show My Heart



此次是學期中第二次讓同學藉由繪畫的方式接近自己、表達自己，學畫畫時內容總是外境景物，但這次是要畫自己的心——內心與真心的世界，表現原理是「曼荼羅 mandala」的概念，但不重技巧，只是單純表現自己。

執行時不斷播放曼荼羅的展示影片，有圖像、有音樂，帶領同學接近自己的心，多數同學都很享受這次的課程，並且主動給自己的心下註腳，比如：包容萬象的心、四（世）世界大同的心、想打籃球的心。

第十一週：[自我認同·於己篇] 自我形象的建立

■ 13 活動：找找我自己



此活動由教學助理帶領，進行得非常愉快，同學都印象深刻。因為沒有兩粒花生是完全相同的，沒有兩片葉子是一模一樣的，所以，每個人、包括我自己，也必定是獨一無二、與眾不同，是因為比較，沒有誰會比誰優秀、或者差勁，這是事實、不是道理。

■ 14 測驗：自我形象溫度計

自我形象溫度計 測驗你對自己瞭解多少

	單	雙
● 非常不同意	0	4
● 不同意	1	3
● 沒意見	2	2
● 同意	3	1
● 非常同意	4	0



此非原創性測驗，測驗結果將自我形象的認同程度分為四等（低度、中低、中高、高度），半數以上同學落在「中低」部分，「中高」約佔三分之一，「高度」的同學則非常少數，因此原因，教師決定「自我」主題課程再增加一週，從三週延展成四週，此在教學進度部分已有提及。

第十二週：[校外參訪] 世界宗教博物館

已於「2.2.3 課程活動規劃與執行」中說明。

第十三週：[自我認同·於己篇] 自我認同與實現

■ 15 活動：人格特質大蒐查

人格特質大蒐查

企圖心強 別人的 害羞的 愛冒險 天真的 溫柔的 謹慎的
快樂的 獨立的 關心人的 合作的 細心的 文靜的 聰明的
內省力強 樂觀的 真誠的 機智的 堅強的 冷靜的 友善的
有主見的 有才能的 有人緣的 沈著的 感性的 謙虛的
有責任感 積極的 有原則的 果斷的 善於溝通 大方的
誠實的 慷慨的 順從的 節儉的 有效率的 喜歡表現
外表好看 善解人意 有條理的 分析力強 善於獨處
口才伶俐 好交際的 講義氣的 愛動腦的 愛護自己
守信用的 有創意的 有自信的 有恆心的 深層的
受歡迎的 有說服力

特質撲克牌

- 每個人都可以任意決定抽到的撲克牌給誰，但是不能拒收別人給的。活動進行時要安靜，不講話，交談。
- 讓每個學生抽一張特質撲克牌，看上面的特質和小組內哪一位同學最像就送給誰，那一位同學一定要收下來。
- 如果抽到的撲克牌找不到適合的人選，就放在一邊。等所有人送完後，就全部一起再抽一張，同上原則考慮送人或放棄。
- 一直到每一位學生手上有五張特質撲克牌，遊戲就可以停止。
- 最後，彼此分享自己手上的特質撲克牌是什麼。

此活動少數組別不理解運作方式，需由教師團隊引導後發能進行，目的是藉以了解自己的人格特質，以及他人認為自己的人格特質，活動後有些同學得到了意外的迴響，發現了自己不曾注意到的人格特質。

■ 16 練習：我的星等圖

My Stars-past, now, future

Past	Now	Future
受歡迎的★	受歡迎的★★	受歡迎的★★★
合作的★	合作的★★	合作的★★★★
愛動腦的★★	愛動腦的★★	愛動腦的★★
善於獨處的★★★	善於獨處的★★★	善於獨處的★
保護自己的★★★	保護自己的★★★	保護自己的★★
善條理的	??	??
感性的	??	??
??	??	??
??	??	??

Hand-drawn stars and lines are drawn in the table cells, indicating the student's self-rating for each trait across the three time periods.

此活動為「人格特質大蒐查」的延續，延續的問題如下：

1. 你拿到了什麼特質撲克牌？
2. 是否發現在別人眼中你自己所不知道的特質？如果有，請舉例說明。
3. 想想看，在你身上有什麼特質？至少 10 項。
4. 你如何維持或發揮自己的特質？
5. 你還想要擁有什麼特質？如何培養與增長？

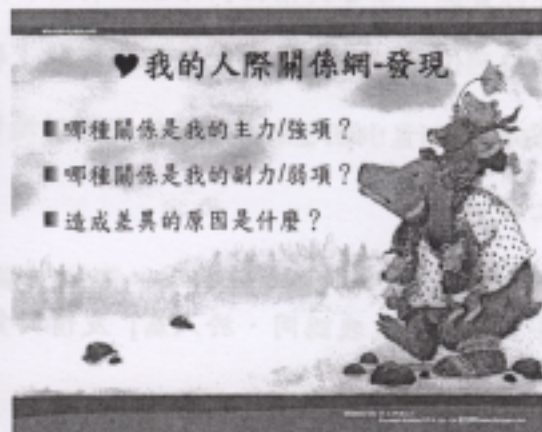
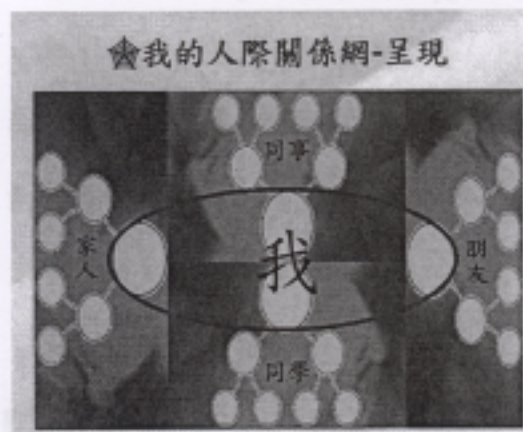
有些特質是一直延續的，有些特質是會變化的，重點是現在怎麼做才能夠達到自己想要的未來？另外發現同學對於「你如何維持或發揮自己的特質？」

似有疑惑，因此或者回答「不知道」，或者回答「順其自然」，當然也有同學很認真、具體的的方法敘述出來。¹¹

星等圖的概念其實是很同學對話時，發現他們會用「三星半」、「五星等」的方式為自己周遭的一切分等，另外附帶一提的是星等圖的星星，其實是讓同學以貼彩色圓點標籤的方式呈現，融入自我的情境，一邊思考一邊貼，只可惜購買不到平價的星星貼紙，否則更有感覺。

第十四週：[自我認同·於人篇] 師生與親子倫理

■ 17 練習：我的人際關係網



再一次讓同學以圖像的方式檢視現在的人際關係，並藉此發現自己人際關係上的強項與弱項，因為是很具體的練習，同學都認為較為容易，也因為是學期中最後一次「畫畫」，都很認真想要完美表達，也有同學發現原來自己過去從不重視人際關係的經營。

■ 18 討論：人際關係相對論

¹¹ 教師觀察填寫內容時，也有兩位同學詢問「past, now, future」的中文意思，將來要用全中文比較好。




人際關係相對論

- 例如：我認為的師生相對關係
老師應該……
學生應該……
為什麼？面對/發現的問題是？
如何能夠有效解決？
- 例如：我認為的親子相對關係
父母應該……
子女應該……
為什麼？面對/發現的問題是？
如何能夠有效解決呢？

本討論其實有些倫理和品格教育的成分，人與人之間的相處是相對的，如果希望他人怎麼對待自己、自己又應當如何對待他人？如果認為他人對自己應當有何責任、自己對他人又應當有何責任？這樣的對應思考是人際關係中必要的環節，但多數同學似乎對「師生」和「親子」兩個主題顯得興趣缺缺，因此並未完整進行，倒是有些同學於網路討論區回應與討論，比如定義怎樣算好學生之類的。

第十五週：[自我認同·於人篇] 友情與愛情關係

■ 19 討論：我的交友經

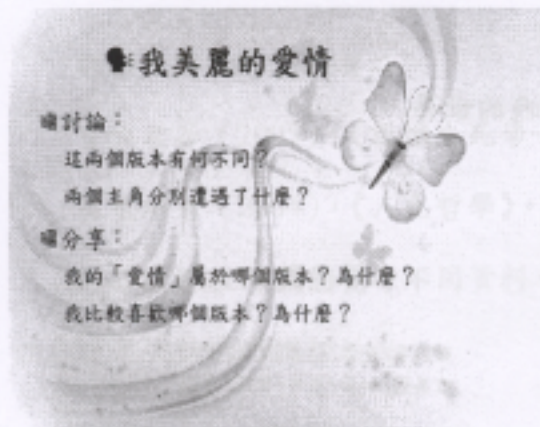


- 我是怎樣的朋友？
- 我的擇友標準是？可交？不可交？
- 我認為好朋友的定義是什麼？
- 分享一個和朋友之間印象最深刻或最重要的事。

● 討論「交友經」

這是個前置性的討論，很輕鬆，但可幫助思考，討論後每組選派代表上台分享，最後由教師講授益友和損友的定義和條件，讓同學清楚擇友的重要性以及擇友的要領，六度分離理論也在此處被介紹。有同學認為自己是損友，也有同學最討厭遲到的人，都是很真誠的分享。

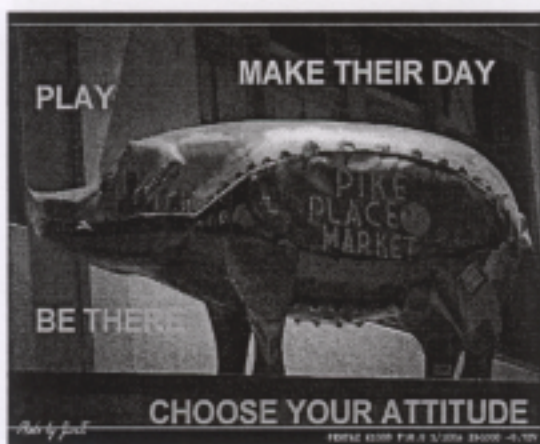
■ 20 討論：我美麗的爱情



討論之前先播放謝爾·希爾弗斯坦著「失落的一角：流行版」與「失落的一角：大圓滿版」的書本翻拍 pps，¹²教師自行配上不同的柔美音樂，觀看效果不錯，但因已進行「我的交友經」討論，無足夠時間再進行一次討論，因此以師生互動對答方式進行，彼此分享戀愛的經驗與感觸，¹³課堂因此呈現溫馨感動的氣氛。

第十六週：[自我認同·於事篇] 價值觀：財富、工作、知識

■ 21 活動：觀賞「西雅圖魚市」



為從電視節目翻拍的老片，片長 16 分鐘，由於班級同學多有工作經驗也正在工作，此片可提供一些正向、積極的工作態度，觀賞後反應良好，因此也藉此與同學交流，分享工作的現況與從影片裡得到的啟示：play(遊戲)、make their day(使顧客不虛此行)、be there(用心在工作上)、choose your attitude(選擇

¹² 二書雖有版權，但 pps 檔網路尚可隨處取得，因此未處理授權問題。

¹³ 其實教師並不主動分享此一部份，只有當同學舉手提問時，教師才答覆其觀點與看法。

你的態度) 哪一項最重要? 如何應用在工作之中?

第十七週: [自我認同·於物篇] 大自然與我的世界

■ 22 討論: 分享「我的價值觀」

討論：我的價值觀

- 花了多少時間完成? 很容易? 很困難? 為什麼?
- 分享彼此的價值觀。
- 為什麼這樣排序?
- 抽象的定義: 為什麼這樣定義?
- 具體的定義: 是否具體? 可能更具體嗎?
- 從自己和他人的價值觀裡發現什麼?
你的疑問、看法、感覺。

價值觀

- 抽象/整體/概念/籠統/方向
- 具體/細節/事件/實際/目標

更容易抉擇, 更能得到真正重要的。
隨著年齡、經驗, 會不斷修正改變。
♥ 追求的容易些, 逃避的困難些~

此次討論屬分享性質, 內容為第三次作業「我的價值觀」, 寫作規定將於後作業部分說明, 小組進行得頗為熱烈, 尤其有些同學是情侶檔, 男同學追求的價值觀裡並沒有愛情, 女同學卻將愛情列為第二個追求的项目, 差距頗大, 但也能因此互相了解、彼此溝通, 學習界定自己的價值觀, 也了解和尊重他人的價值觀。

在「計畫內容及執行情形」的最後要說明的是: 原先提出計畫中「我的 income & outgo」¹⁴的單元並沒有機會在課堂上讓同學練習, 進修部同學對於理財多少已有實際經驗, 因此對課程影響甚微, 其他計畫的討論與練習皆有執行, 甚至比原先規劃還多許多, 主要原因是發現同學對純理論課程接受度較低, 因此每週課程除了用一半的時間來講授之外, 還會安排一至二個活動(包括討論、影片、分享、練習、活動、測驗等)穿插其中, 或長或短, 協助學生投入課程內容、增加吸收狀況。

¹⁴ 1. 主要收入: a、b、c.....
2. 主要支出: a、b、c.....
3. 夠用嗎? 好用嗎? 為什麼?
4. 收入對我而言意謂著什麼?
5. 我從支出當中得到了什麼?

2.2.4 參考資料

課程主要參考資料有二，

曾煥棠著 (2005)，《認識生死學——生死有涯》。台北：揚智。

林麗珊著 (2004)，《人生哲學》。台北：三民。

然每週課程內容皆參考不同資料，請見「6.2 每週課程說明」中「參考資料」，以及教學網站的「課程教材」。

2.2.5 作業設計與執行

原先計畫共設計 4 次作業，因考慮進修部同學時間有限，調整為 3 次作業，被刪除的作業「我的夢想版」則部分置入期中評量之中，¹⁵ 以下為實際執行 3 次作業的設計與執行狀況。

作業 1：我的家族身體密碼

我的家族身體密碼

- 我的家族身體密碼。
- 我想要了解的一個疾病？為什麼？
- 這個疾病的預防與治療
- 報告後的心得感想。

爸爸：已過世，死於大腸癌
不抽菸、不喝酒、工作勞累、經常沒吃東西、營養不足

媽媽：
工作勞累、胃經常不舒服、不抽菸、不熬夜、不喝酒、肥胖

我：
經常熬夜、飲食不正常、長期騎機車、吸菸、工作勞累

大弟弟：
肥胖、腸胃不好

小弟弟：
長吸煙，長期吸油煙

By 莊同學

¹⁵ 原先規劃為 1.請依序列出你今生今世的十個夢想，並敘述你的理由。2.你認為自己如何能夠實現他們？實際執行時，僅 1.的部分置入期中評量，請參見「第九週：[期中評量] 自省與回饋」。

上圖上半部為作業說明，下半部為同學繳交的作業。認識自己，由具體的身體開始較容易；自我認同，由身體的認同開始最重要；關心家人，亦可從健康開始。同學大多願意寫作此次作業，但有些同學，不論男女，對於寫出家人的身體狀況感到困難，或者未與家人同住，或者對於詢問家人身體狀況一事感到突兀，教師因此必須個別提供一些技巧性的方法，以協助此次作業的完成，另外，教師在批改之後，也給予每位同學個別的回應。



此次討論屬分享性質，內容為第三次作業「我的身體健康」寫作說明與作業部分說明，小組進行得頗為熱烈，尤其有些同學是獨居，另訂計畫進行價值觀教育沒有覺得，女同學卻將愛情列為第二個追求的項目，差距頗大，但也能因此互相了解、彼此溝通，學習界定自己的價值觀。也了解許多其他同學價值觀。

作業 2：我的生命歷程

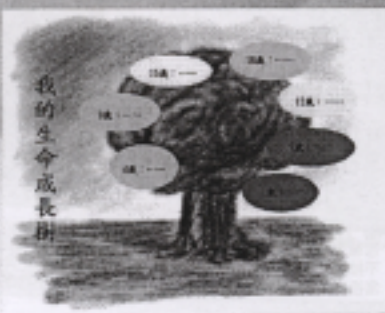
我的生命歷程

- 依年齡/時間排列：
- 自行選擇顏色區別：原子筆、螢光筆、……

正向的、滿足的、愉快的、開心的。

負向的、失敗的、難過的、悲傷的。

中性的、敘述性的、沒感覺的。



我的生命歷程

1. 我的生命歷程是什麼？

2. 我的生命歷程有什麼意義？

3. 我的生命歷程有什麼挑戰？

4. 我的生命歷程有什麼成就？

5. 我的生命歷程有什麼遺憾？

6. 我的生命歷程有什麼啟發？

7. 我的生命歷程有什麼感悟？

8. 我的生命歷程有什麼目標？

9. 我的生命歷程有什麼動力？

10. 我的生命歷程有什麼意義？

此次作業採用「生命回顧法」，唯有全然接受自己生命的點滴，才可能認同自己；唯有清楚自己的生命如何走過，才可能接受自己的獨一無二。許多同學藉此作業認真回顧自己的生命，也用各種不同的方式呈現：word、excel、ppt、jpg 等，甚有同學反應這真是一個殘酷的作業，得赤裸裸的面對自己過去所經歷的一切。

此次作業主要是寫給同學自己看的，作為生命紀錄的，而非給教師團隊打成績用，因此對於一些相關人名可給予代號，同學自己能夠理解便好。作業回應部分則由教師及教學助理負責，因此每位同學都能得到兩份回應，內容多是給予認同及鼓勵。另外，教師團隊也因此更了解班級同學的成長歷程與生命遭遇，對於往後課程內容的安排與調整頗有幫助。

網頁之規劃與執行情況大致相符，項目比較如下表：

編號	網頁網頁規劃	執行情況
01	×	
02	×	
03	課程簡介、老師與課程目標規劃。	課程目標、分組如、情意、技能。
04	課程大綱、課程進度與代課進度。	課程進度、代課進度。

作業3：我的價值觀

我的價值觀

1. 選出5個追求的價值觀：
選擇法。
2. 選出5個逃避的價值觀：
選擇法。
3. 依序排列這5個追求的價值觀：
比較法。
4. 依序排列這5個逃避的價值觀：
比較法。
5. 給每個價值觀4個定義：
1個抽象的、3個具體的。
(10個抽象+30個具體=40個定義)

追求的價值觀

1. 自由	A. 自由	B. 自由	C. 自由	D. 自由
2. 工作	A. 工作	B. 工作	C. 工作	D. 工作
3. 愛情	A. 愛情	B. 愛情	C. 愛情	D. 愛情
4. 財富	A. 財富	B. 財富	C. 財富	D. 財富
5. 健康	A. 健康	B. 健康	C. 健康	D. 健康

逃避的價值觀

1. 責任	A. 責任	B. 責任	C. 責任	D. 責任
2. 誠實	A. 誠實	B. 誠實	C. 誠實	D. 誠實
3. 尊重他人	A. 尊重他人	B. 尊重他人	C. 尊重他人	D. 尊重他人
4. 遵守	A. 遵守	B. 遵守	C. 遵守	D. 遵守
5. 遵守規則	A. 遵守規則	B. 遵守規則	C. 遵守規則	D. 遵守規則

這是學期當中最後、也是最難的一份作業，因為繳交當週規劃讓同學討論與分享，因此要求繳交紙本，雖然只需要 1 張 A4 就能表達完全，但仍有同學以圖檔創作、彩色列印，甚至加上封面、裝訂成冊，聽起來不難的作業實際上平均得花 4 個小時完成，甚有同學花了 14 個小時。願意靜下心來思考的同學，寫出來的定義頗有深度，想法單純的同學則是將定義寫得相當具體，有的同學覺得抽象定義很難寫，有的同學覺得具體定義很難寫，其實是反映了同學們不同的人格特質與平日習慣的生活態度，重點是透過撰寫的過程探索自己生命的追尋，而快樂的方式，是將追求的定義訂得容易達成些、逃避的定義訂得難以達成些。

2.2.6 成績考核與執行

97/11/25 所規劃的考核方式為：

- 20%：出席狀況與學習表現。
- 40%：課堂討論與練習，共 6 次討論、4 次練習。
- 40%：平時作業，共 4 次作業。

98/2~98/6 實際執行之考核方式為：¹⁶

- 20%：出缺席與學習表現。
- 30%：期中評量。
- 30%：平時作業，共 3 次作業。
- 20%：討論與練習，包含課堂與網路。

從規劃到執行，主要的變動有二(以上反白標示部分)：一為加入期中評量，以了解同學學習成效與提供反省和回饋的機會，題目已於「2.2.3 分組討論的規劃與執行」的「第九週：[期中評量] 自省與回饋」中說明。二為挪出 20% 成為討論與練習成績，並為鼓勵同學上網路討論區，考核包括課堂與網路討論。

同學對加入期中評量反應良好的原因，是只要來教室 2 節課，便能得到 30

¹⁶ 於 98/2/24 初次上課時，和同學協調的考核方式即為此實際執行的考核方式。

%的成績，對進修部同學而言效益頗高；網路討論的部分一則延續課程內容，二則讓缺席同學亦能參與課程、與同學互動，三則害羞的同學於網路上討論交流較能暢所欲言，因此加入成績計算也頗受認同。

出缺席與學習表現算是基本分數，較有微詞的部分是作業，不少進修部同學認為份量太重了些，教學助理也建議安排作業於課堂上撰寫，但因此3次作業皆具重要意涵，從個人的身體、過去，延展到現在與未來，於上課時撰寫必定會因沈澱時間不足而無法深入，經全面考量，¹⁷教師還是執意規劃成為作業，而非課堂之練習。

2.2.7 課程網頁之規劃與執行

網頁之規劃與執行情況大至相符，項目比較如下表：

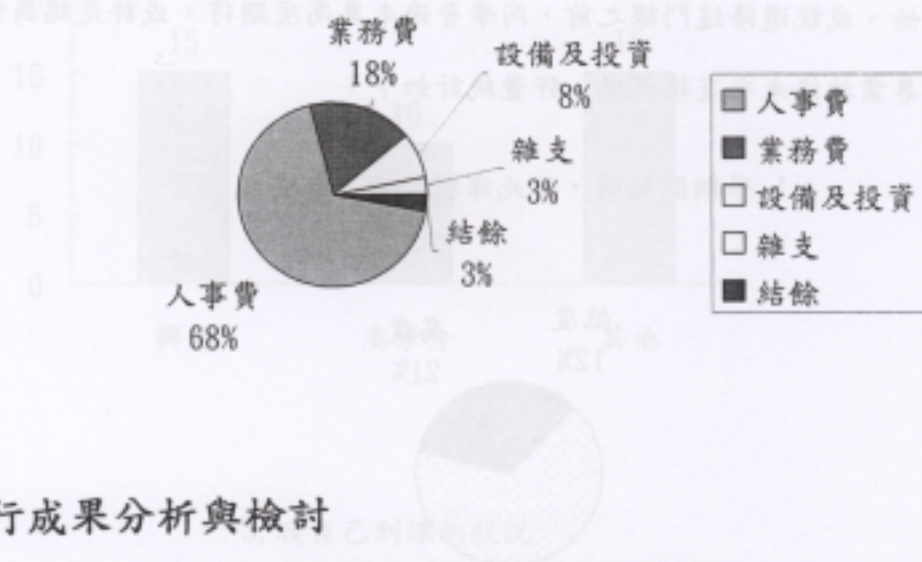
編號	提出網頁規劃	實際呈現項目
01	×	最新消息：每週訊息佈達。
02	×	教師團隊介紹：教師團隊資料。
03	課程簡介：包括課程目標與規劃。	課程目標：分認知、情意、技能。
04	授課大綱：每週預定授課進度。	課程進度：主題及每週課程說明。 ¹⁸
05	教材與講義：每週教材與講義網化。	課程教材：每週上課簡報檔與課後閱讀文章檔。
06	×	參考資料。
07	×	課堂剪影：每週照片、活動影片。
08	×	課堂活動：每週課堂活動說明，也包括作業說明及範例。 ¹⁹
09	分享討論區：同學創作與討論區域。	學生作品：課堂討論與練習圖檔。 討論區：分享、交流、回饋的園地。
10	留言版：同學修課回饋與建議區域。	×
11	相關資源連結。	相關連結：教育單位與學習機構。

¹⁷ 課堂上撰寫的好處是班級同學會同時進行，有問題可隨時提出，但缺點是對於思考較多、較為完善的同學來說，課堂時間太短，也不一定能營造出適當氣氛去面對自己、靜心思考，需要蒐集資料的作業當然也必須於課後由同學自行進行。

¹⁸ 每週課程說明包含：課程日期、單元名稱、教學內容、課後迴響、課後閱讀、參考資料。

¹⁹ 問題討論單、活動、練習、作業等的呈現，除了提供同學觀看，也利教界先進批評指教、給予意見。

生命探索與自我認同-經費支出比例



4. 執行成果分析與檢討

「6.4：教學評量」可見 W17 給予同學的教學評量表，評量填寫統計則參見「6.5：教學評量統計」，以下將依此評量填寫內容分析與檢討本計畫執行成果，並分為 3 個部分說明：教學施行改進事項及成效評估、課程配置教學助理之實施成效評估、課程網站建置於增進教學品質評估，最後於章節小結部分進行課程整體性的執行分析與檢討。

本教學評量填寫時間為 W17 (98/6/16)，修課人數為 44 人，但收回評量為 33 份，占班級人數 75%，因此僅供參考，未能代表班級全體。另外，為能讓同學真誠詳實填寫，採取無記名方式，避免教學團隊因填寫內容對同學有所印象而影響期末總成績考核。

4.1 教學施行改進事項及成效評估

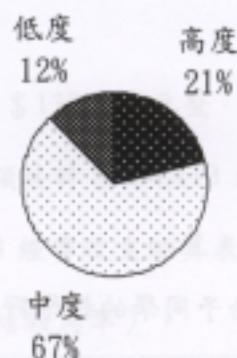
先就教學評量中（一）基本資料及修課狀況、（二）學生自評的部分進行部分說明及（三）教師教學評量予以統計說明。²⁰最後一部份（四）個人回應則於本章節小結部分說明。

²⁰ 此處僅節錄與說明事項有相關部分，並非完全依教學評量的順序完整呈現。

4.1.1 基本資料及修課狀況

因本計畫執行班級為進修部學生，實有必要了解其基本資料與修課狀況。²¹ 學期開始、或說選修這門課之前，同學普遍未具高度期待，或許是認為對其職場上的專業技能未有直接幫助，評量統計如下：

1. 學期開始時，對此課程的期待與興趣

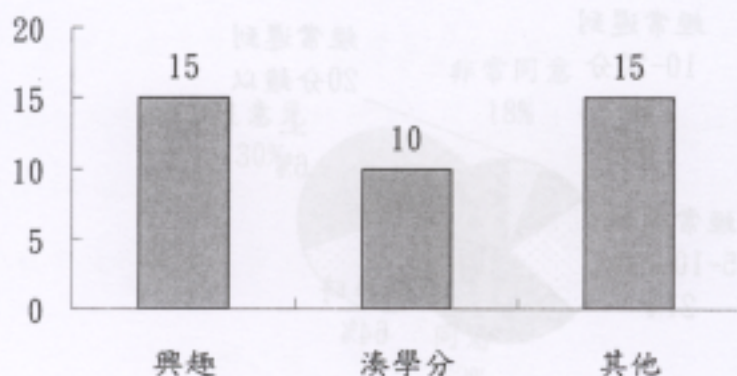


同學修讀此課程的原因則是興趣和其他的成分偏高，在此同學並未說明其他原因為何，但根據 W02 的「安置性評量」所示，可能是同學推薦，評量統計如下：

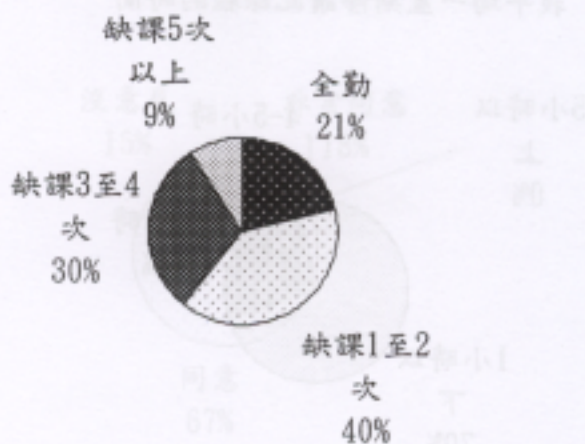
項目	金額	備註
學費	\$ 5,000	包括修課活動同學課外費、報名費、雜費、試卷費。
教材費	\$ 154,113	指定金額為 159,000 元；計畫執行前未開學課本費。
總計	\$ 159,113	指定金額為 159,000 元；計畫執行前未開學課本費。

²¹ 此處僅列教學評量中（一）基本資料及修課狀況中的第 1 至 5 項，第 6 項（參與生命探索與自我認同討論區的次數為）則於「3.2 課程網站建置於增進教學品質評估」中說明。

2. 我修讀此課程的理由是 (複選)



3. 我自己到課的狀況



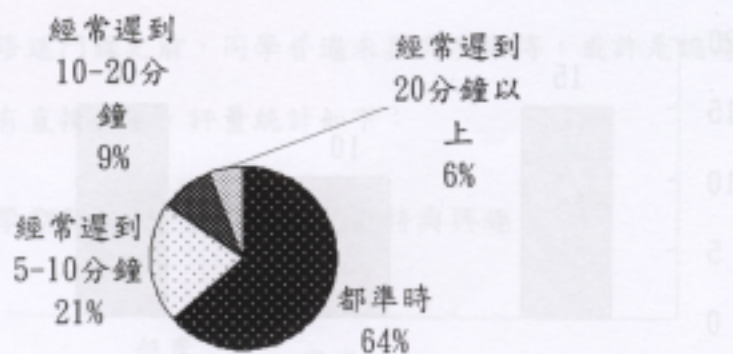
至於到課狀況，由同學自評估計的平均到課率應有 80%，但因有 25% 同學因缺席而未做此評量，因此估計平均到課率應為 70% 至 75%，和教學團隊的點名記錄相符，評量統計如上。

遲到的狀況則因選定執行班級及評量填寫班級為同一班級，上課時間為晚間 3-4 節課，因此遲到狀況並不嚴重；若為晚間 1-2 節課的班級，同學遲到 20 分鐘以上便超過半數，評量統計如下：

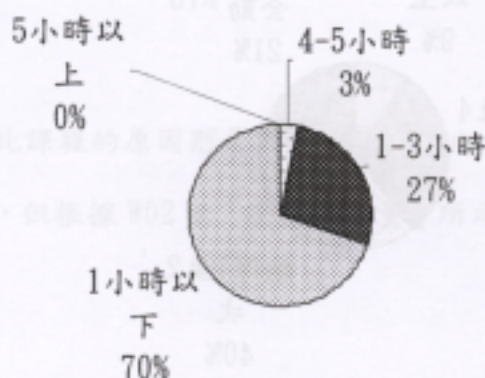
4.1.1 基本資料及修課狀況

4. 我自己遲到的狀況

因本計畫執行對象為進修部學生，實有必要了解其基本資料與修課狀況。學期開始，或說進修部同學普遍未上課，或許是認錯對其職場上的專業技能未有直接影響。



5. 除上課時間外，我平均一星期修讀此課程的時間

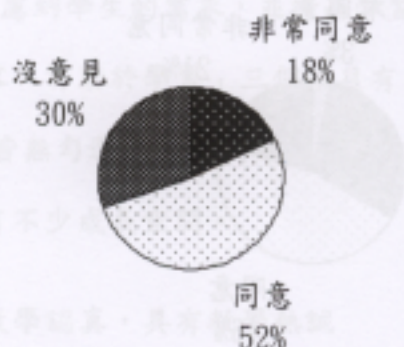


因為是進修部學生，又是通識選修、非通識必修課程，同學並沒有花太多時間在這門課程上的打算，事實上，同學甚至認為出席率高就應該可以拿高分。

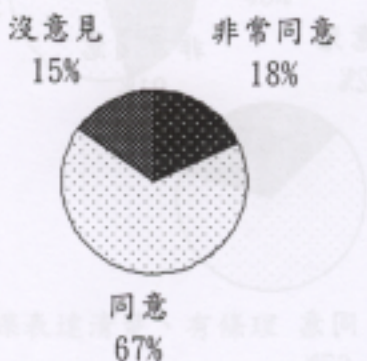
4.1.2 學生自評

先前已說明教學團隊花許多心思引發學習興趣與動機，因此並不意外有 70% 同學自評的學習狀況是認真投入的，事實上，學期開始同學只要是在教師講授課程、而非活動帶領時，都會比較聒噪，但設計講課與活動穿插安排的流程之後，同學專注程度便有提升，評量統計如下：

1. 我課堂上認真學習且專心投入



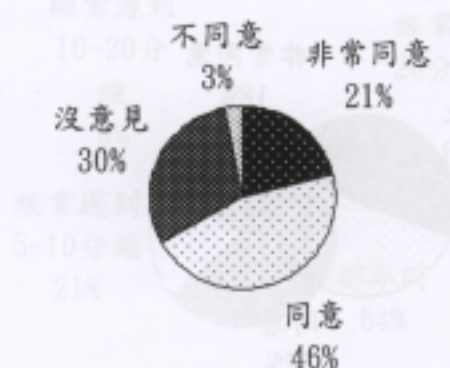
2. 我主動思考與課程相關的問題



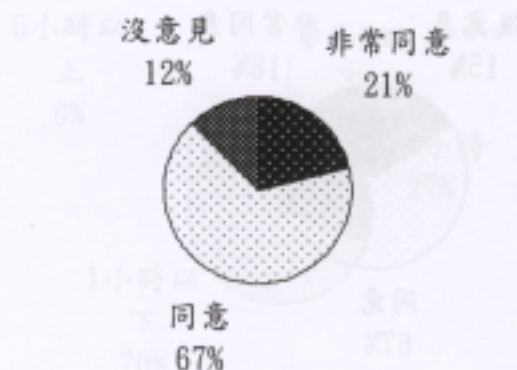
85%的同學自認為會主動思考與課程相關的問題，這是令人鼓舞的結果，教師團對所給予的種種就像是酵母菌、乳酸菌，協助同學讓自己的生命發酵，發酵的過程，絕對不只在課堂上，更重要的是在生活上、生命裡。

原先估計「我主動思考與課程相關的問題」與「整體而言，我滿意自己的學習表現」的統計比值會很接近，但下圖顯示僅有 67%滿意自己的學習表現，可能因素一為同學自信不足，二為同學上課難免分心。

3. 整體而言，我滿意自己的學習表現



4. 修習一學期的課程， 我能理解這門課的學習重點



88%的同學能夠理解這門課的學習重點，非常令人欣慰，雖然每週主題不同、內容不同，但都能鎖住「生命有限、自我無限」，了解自己才可能喜歡自己的教學主軸，可見課程安排極具效益。

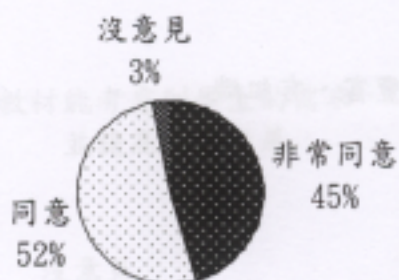
4.1.3 教師教學評量

以下將以圖表方式呈現教學評量裡教師教學評量中的 13 個項目結果，²²並發現「3.教學方式能啟發學生學習興趣」、「10.教師鼓勵同學互動討論與發問」、

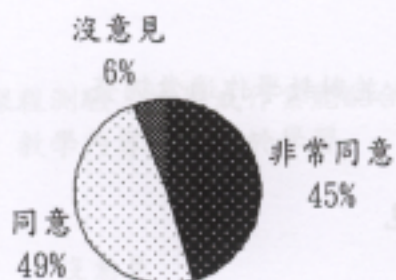
²² 教師教學評量共有 16 個項目，未列出的第 6 項（本課程有教學助理協助教學，對我的學習有幫助）統計資料移至「4.2 課程配置教學助理之實施成效評估」呈現，第 15 項（我認為哪些課程主題內容應該保留/增加？）、第 16 項（我認為哪些課程主題內容應該刪除/減少？）則於小結說明。

「13.教師批閱試卷、練習或作業認真、仔細」、「14.我對教師的整體教學表現給予讚許」四個項目同學全數同意，無沒意見或不同意者；「4.課程內容豐富、有組織」、「8.教材能考慮到學生的需求，並提高學習效果」、「9.課程測驗、練習或作業能配合教學內容，有助於學習」三個項目有9%至12%的同學勾選沒意見，雖然此14個項目皆無勾選不同意或非常不同意者，但整體而言，教師的課程設計與教學技巧仍有不少成長空間。

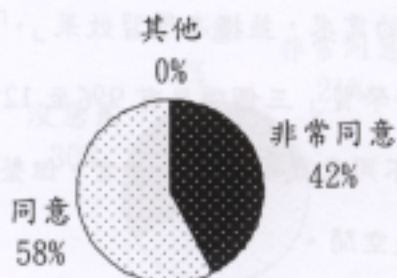
1. 教學認真，具有教學熱誠



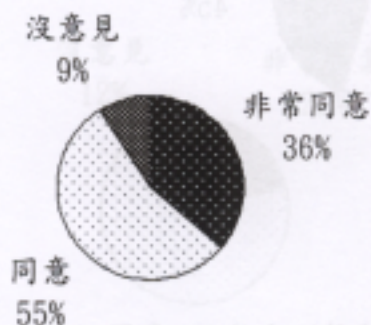
2. 授課表達清楚、有條理



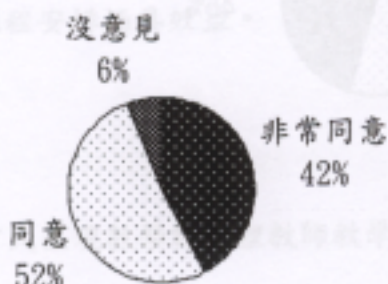
3. 教學方式能啟發學生學習興趣



4. 課程內容豐富、有組織

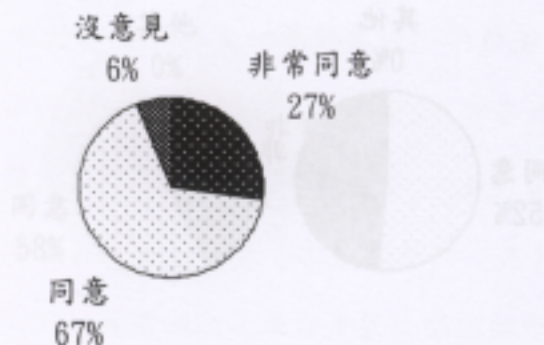


5. 重視學生的反應，並對教學作適當調整

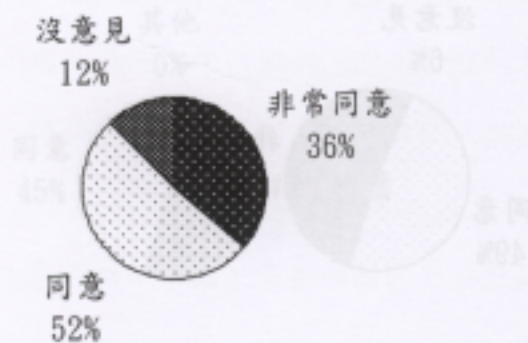


²² 教師教學評量共有 14 個項目，未列出的第 4 項（本課程有較傳統的協助教學，對我的學習有幫助）統計資料係第 4.2 課程發展教學的項之實施成效評估，呈現：第 15 項（我認爲這些課程主題內容應增加保留/增加？）、第 16 項（我認爲哪些課程主題內容應刪減/減少？）列於小結說明。

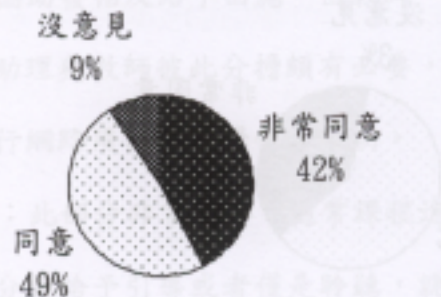
7. 在開學初，教師提供完整的教學大綱與評分方式



8. 教材能考慮到學生的需求，並提高學習效果



9. 課程測驗、練習或作業能配合教學內容，有助於學習



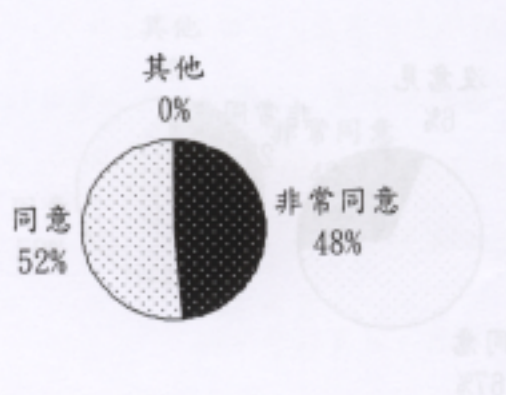
4.2

課程配置與教學助理的參與

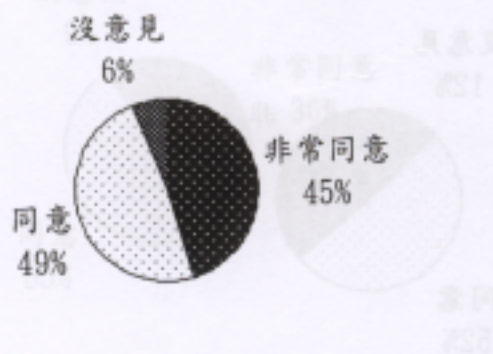
■ 網絡討論區：協助設計及給予回應，由教師一人給予所有回應其實並不容易，此工作由教學助理協助，減輕此分擔頗有裨益，更重要的是教學助理年紀與同學相仿，使用流行網絡語言與同學溝通，對同學的幫助頗多。

■ 帶領小組討論：在課程進行討論時，教師只是平均在每一小組間停留了 5 分鐘，給予引導或者僅是聆聽，若以每一節課的時間，但每組了分鐘的時間其實很不足夠，教學助理的加入可讓教師的停留時間加倍，對同學幫助頗多。

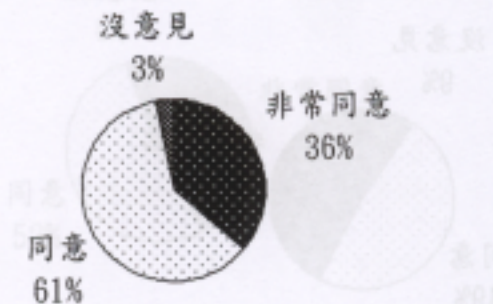
10. 教師鼓勵同學互動討論與發問



11. 學生有疑問時，能得到教師適切的指導

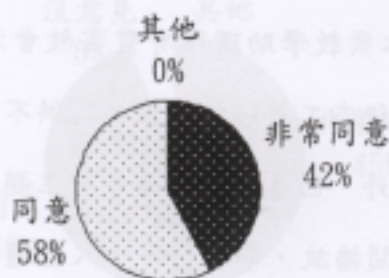


12. 教師能以各種方式評量學生的努力程度及學習成效

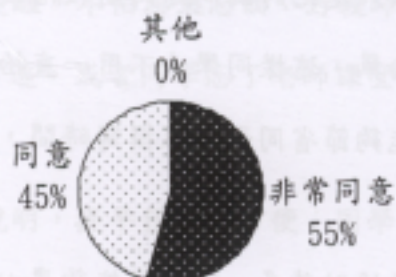


13. 教師批閱試卷、練習或作業

認真、仔細



14. 我對教師的整體教學表現給予讚許



4.2 課程配置教學助理之實施成效評估

教學助理共協助以下事務，實施與評估如下：

■ 網站討論區：協助發帖及給予回應，由教師一人給予所有回應其實並不容易，此工作由教學助理與教師彼此分擔頗有必要，更重要的是教學助理年紀與同學相仿，使用流行網路用語讓同學倍感親切。

■ 帶領分組討論：此部分非常重要，通常課程進行討論時，教師只是平均在每一小組間停留 7 分鐘給予引導或者僅是聆聽，就占去一節課的時間，但每組 7 分鐘的時間其實很不足夠，教學助理的加入可讓教師的停留時間加倍，對同學幫助頗多。

■ **隨班協助教學活動**：除了平時上課隨班協助之外，舉辦校外參訪活動時，教學助理的工作更是重要，可以隨車同行、給予支援，並可負責拍照留下記錄，教師因此得以專注於整個課程的安排與流程的進行。

■ **協助教案與簡報製作**：本案教學助理因有豐富教會活動經驗及表演背景，以及於國中生命教育課程擔任志工教師的經驗，提供不少小遊戲和活動來提高同學注意力與學習興趣，此外，因本課程依據每週主題與內容規劃每週主題曲，²³於每週上課前及下課時間播放，帶領同學進入當週主題的氛圍並緩解匆忙緊張的情緒，教學助理即在蒐集歌曲上協助甚多。

■ **行政支援**：此部分主要指校外參訪活動聯繫事宜，包括遊覽車、保險、午餐便當等，經費收支結算部分也曾提供教師協助。

■ **以學生身份給予教學建議**：此部分教師認為教學助理及研究助理都提供不少實際的建議，例如：不應該只是把討論問題從簡報檔投影到黑板布幕，而是應該讓每位同學都有問題討論單，這樣同學才不用一直抬頭觀看；建議讓同學在課堂上寫作業，這樣一則能夠節省同學回家撰寫時間，二則能夠隨時請問教師團隊等。²⁴

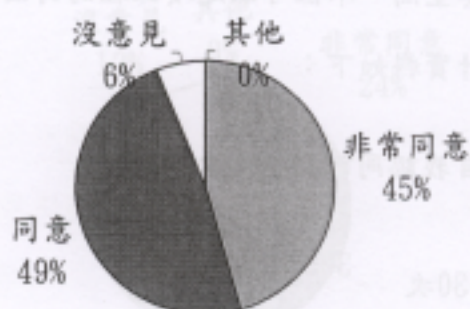
整體而言，教學助理給予的協助甚多，讓同學能夠專心學習、教師能夠專心授課，也因為有教學助理的設置，教師才得以規劃一些難以由教師一人獨力完成的活動與討論，唯一的難以避免的狀況是教學助理仍是學生身份，當然以自身的學校課業為主，因此工作狀況較不穩定，當學校有報告或考試要進行時，便因分身乏術而較為疏忽課程的協助工作。

最後，以學生立場來看，更有 94% 給予教學助理相當正面的肯定，以下為教學評量中的統計資料：

²³ 見「6.2：每週課程說明」歌曲欣賞部分。

²⁴ 雖然教師未必完全採用，但確實幫助教師更多元的思考、讓課程細節更加完善。

課程有教學助理協助教學，
對我的學習有幫助



4.3 課程網站建置於增進教學品質評估

課程網站建置對於增進教學品質有明顯正向的幫助，分項說明如下：

■ 最新消息好提醒，不怕忘東忘西：對教師團隊、班級同學都是，教師有訊息忘了在課堂上布達，或者同學忘了老師課堂交代事宜，都能在最新訊息的呈現裡解決。

■ 課程進度與說明，提早預習好方便：同學可藉此了解每週課程進度與流程，即使缺課也無需擔心。

■ 課程教材最體貼，講義筆記和閱讀：同學可在此查閱每週教材、講義，以及課後閱讀的文章，不再遺漏課程的任何部分。

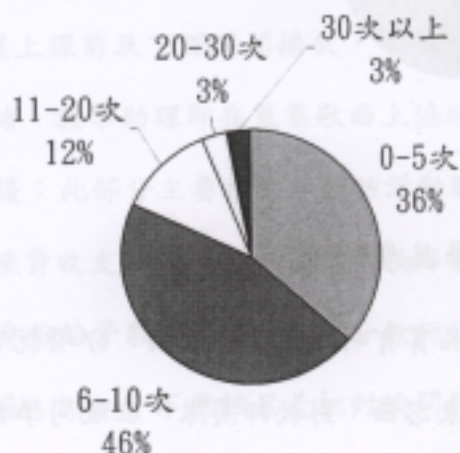
■ 課堂剪影感溫馨，裡面有我好開心：此部分可增加同學的參與感，更積極上課、更積極討論，也留下美好珍貴的學習回憶。

■ 課堂活動最有趣，回憶最是有感觸：在學期即將結束時，教學助理曾經私下訪問多位同學，發現同學印象深刻的部分常是活動帶有討論的部分，從活動去聯想當時的討論與體會。

■ 學生作品很榮幸，我的你的都好棒：這不只是一個分享的園地，更是一個分享的園地，一開始同學覺得害羞、覺得不妥，但當看到自己的作品被放上網站、他人的作品是如此的不同與美好，便開始喜歡也期待這塊園地，一種喜

悅、大家在一起的感覺。除了平時上課隨班協助之外，舉辦校外參訪活動時，**■ 網路討論超熱絡，聯繫交流再學習**；此部分也非常重要，是教師團隊和班級同學課後聯繫交流的主要空間，不但可以延續課程的討論，更可延展課程的深度。同學自評的上網統計資料如下：

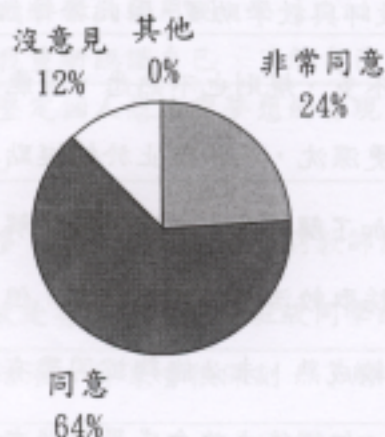
參與生命探索與自我認同討論區的次數為



本課程網路討論區一學期共累積 93 篇主題、555 篇文章、瀏覽次數則未統計，其中 80% 同學參與討論的次數在 10 次以下，也就是平均 2 週才上 1 次討論區，甚至還時有部分同學是不曾參與的，教師團隊剛開始非常疑惑，認為上網應是現代年輕人本來就具備的生活習慣，但經了解之後，才發現事出有因：一是有些同學家裡沒有電腦、或必須和家人共用電腦，這是在要求同學繳交作業電子檔時也發生的；二是學校網路系統不太穩定，遇假日時曾有數次當掉多天的狀況，同學因此不願再試；三是進修部同學本來就比較忙碌，即使沒有工作也需要幫忙家裡，因此時間較為有限。

最後，是教學評量中同學對網路討論區是否對學習有所助益的統計，雖然使用情況並不算高，但仍有 88% 的同學給予肯定，成為課業之餘、工作之餘的一個瀏覽空間：

課程使用討論區系統對
學習這門課程有助益



4.4 小結

此計畫執行雖已執行完畢，多位教師及班級成員皆給予不少迴響與鼓勵，但有仍多項改進事宜，以下教學施行改進事項及成效評估的最後小結將分兩方面說明，一從教師團隊的立場，二從班級同學的立場。

一從教師團隊的立場來看，可分為四項：

■ 課程架構雖完整，章節順序可調整：本課程的架構很完整，從宇宙到生命、人類的生命，聚焦到自己的生命，再從生老病死的直向生命接續到我人事物的橫向生命，但在談完生老病死之後，接續了一個悲傷與失落的主題，也就是先談死亡，再談失落，但多數人是先接觸失落，才接觸死亡的，或者說失落有小有大，從錢包弄丟、手機被偷，到落榜、失戀、喪親等，而最終極的失落才是死亡、失去自己的生命，因此失落與悲傷的主題若安排於死亡之前，應更為妥當。

■ 講授理論很豐富，但缺少連貫知識：本課程算是有廣度、沒深度，因為跨越的學科背景頗多，理當稱為一門標準的通識課程，但相對而言深度部分便顯不足，例如，各學科理論如社會學、心理學、宗教學等皆有涉及，但並無連貫統一的知識背景支撐，或說難以用「這是一門哲學課」或「這是一門生死學課」來概括，學習起來難免會有零散之感，若能在開學之初說明清楚，同學應

更能掌握學習重心。

■ 問題討論真多元，深入引導會更好：本課程雖設計多次小組討論主題，但是實際帶領人員只有兩位：教師與教學助理，因此於每組停留時間仍不足夠，容易顧此失彼，同學討論經驗不多、規則也不熟悉，若能有偕同教師或更多教學助理，便能引導每組的討論更深沈，而不僅止於蜻蜓點水的小組帶領模式。

■ 教學方式較活潑，要更加了解同學：本課程因了解進修部同學容易因飢餓或疲倦而降低注意力，因此採取較活潑的教學方式，但因部分同學其實已年近30，工作經驗豐富，思想也較成熟，未必能夠認同帶有畫畫或遊戲的學習方式，雖然進行過程中也很享受，但課後或許會感覺學習有限，另外，不少同學的成長背景並不愉快，有些議題必須要考慮他們的感受，²⁵因此，於開學期間運用各種途徑多了解學生背景與需求，以便調整課程進行風格便很重要。

二從班級同學的立場部分，將根據「教學評量——（三）教師教學評量」的第15項和第16項，以及「教學評量——（四）個人回應」的填寫內容來做說明：²⁶

■ 自我了解多更多：極多數的同學敘述到自我了解方面的成長，同學所寫內容節錄如下：

編號 1	「上這課之後我更認識了我自己，在生命中還有很多事我要去了解的。」
編號 2	「原本只想修學分，後來發現在這堂課程裡，可以發掘內心的自己，更了解心裡的自己。」
編號 3	「雖然這課程所提到的東西都是感覺比較實際的，一般比較不會去特別重視、面對的，但透過上了這堂課以後，才發現這些都是被我忽略或逃避的，所以感覺上了這堂課很值得、也很開心。」
編號 4	「當我在工作上失落或壓抑的時候，我都會思考老師上課所說的內容。」
編號 5	「明白更了解自己，學習上也能馬上理解。」
編號 6	「學到了很多道理,和以前沒學到的知識，學到了更了解自己,以及得

²⁵ 學期中之後，因為「作業 2：我的生命歷程」的繳交，教師團隊對班級同學便有更深沈的認識。

²⁶ 題目為：1.我對課程教學及學習上的心得或感想；2.我對課程的建議；3.我還有話要對老師說。

	到生活常識。」
編號 7	「教了許多有關於生命的事，自我的認同、友情與愛情的關係。」
編號 8	「……讓我去想些自己沒想過的問題，我本來就比較不會想、細想，現在我會將我所學的給用到……」
編號 9	「這門課讓我重新認識自己、了解自己。」
編號 10	「會讓我更堅定個人想法與夢想的實現，體會生命價值，更清楚自己要的東西。」

■ 課程內容滿意多：同學都能夠感受到教師團隊的用心與認真，並說出感謝，每週主題曲的播放是有效的，記住班級同學的名字也能增進學習動機。

編號 1	「上課內容活潑，印象會很深刻，了解自己與他人更多。」
編號 2	「可以用畫圖來表示，表達心裡面的另一面。」
編號 3	「非常滿意，教學對我有很大的幫助，而且老師都很親切，我覺得很不錯。」
編號 4	「老師辛苦了！你花了很多用心。」
編號 5	「你很棒，教學認真。」
編號 6	「老師您真的很厲害，把每個同學的名字記住了！」
編號 7	「真的非常謝謝兩位老師的指導，又可以聽音樂，真是不捨啊，千言萬語說不盡，感謝老師的教導。」
編號 8	「我覺得這門課是我上過最有趣加可以學到的課程。」
編號 9	「非常滿意，教學對我有很大的幫助，而且老師都很親切，我覺得很不錯。」
編號 10	「雖然修這門課只有半學期（年？）的時間，但是讓我在日常生活中獲益良多。」

■ 課程建議很實際：選擇無記名方式填寫以鼓勵同學說真話、實話顯然是有用的，以下針對三點說明：一、多位同學建議要多些影片，現在課程普遍有許多影片播放，同學都已習慣這樣的方式，比較之下本課程的影片便算是少量，但增加並不困難，思考重點在於其必要性。二、同學有抒解壓力及聽故事的需求，在符合課程目標與顧及知識承載度的原則下，可適量置入。三、同學建議教師推薦書籍書，此部分在教學網站的參考資料區即列出許多，每週課程也有不同的參考資料，但同學應該並未發現，將來會直接於課堂上介紹。

編號 1	「其實大致上都還不錯，不過我覺得老師可以嚴格一點，哈哈……，就是不要讓一些同學都偷懶了！」
編號 2	「老師人很好很親切，教課可以再活潑點。」
編號 3	「可以多一些抒解壓力的課程，上班好累喔。」
編號 4	「多看影片，或是小故事大啟發的課程內容。」
編號 5	「一切都很好，希望有更多影片。」
編號 6	「多放影片。」
編號 7	「上這門課其實可以跟同學互動更好，只是作業3好難喔～」
編號 8	「好像太晚下課了！……」
編號 9	「有校外教學還不錯。」
編號 10	「希望老師可以在課堂上或網站上，可以推薦一些好書跟大家分享。」

■ 部份主題可調整：「教學評量——（三）教師教學評量」的第 15 項和第 16 項為：「我認為哪些課程主題內容應該保留/增加？」及「我認為哪些課程主題內容應該刪除/減少？」以成為日後課程單元調整參考，七成以上同學認為應該保留/增加的單元有：²⁷

[生命探索·生之篇] 生命存在的可貴性

[自我認同·於己篇] 我是怎樣的人？

[自我認同·於己篇] 自我概念的形成

[自我認同·於己篇] 自我認同與實現

[自我認同·於人篇] 友情與愛情關係

[自我認同·於事篇] 價值觀：財富、工作、知識

可見同學對於自我探索、人際關係、價值觀部分關注頗高。約二成同學認為應該刪除/減少的單元有：²⁸

[生命探索·老與病] 老化的必然性與疾病的普遍性

[自我認同·於人篇] 師生與親子倫理

同學對年老與疾病的接受度較低，倫理主題如師生與親子也較無興趣，算是意料中事，但整體而言，課程單元內容的滿意度還算高。

²⁷ 詳見「6.5：教學評量統計」。

²⁸ 同上。

5. 結論與建議

衷心的感激教育部顧問室與中國科技大學通識教育中心所提供的機會，對本計畫這個新手兼任教師來說，不僅美好、而且珍貴，教育部顧問室提出的種種規範讓我得以學習把一門課開好上好、把一個班級經營好，豐富的資源則讓我能夠運用、無後顧之憂的專注於教學之事，雖然執行的過程裡常感覺事情好多、人好累，但看到同學從一開始的懶散與喧鬧，到後來的專注與期待，認真的時間愈來愈長，有所成長的同學愈來愈多，便明白教育部的用心與立意，能夠在其中承擔起一個小小種子的責任，滋味是無比充實與甘甜的。

如同在成果發表會上所說，本課程希望能夠扮演的角色就如同酵母菌會乳酸菌一樣，協助同學的生命因發酵而成長，因發酵而更了解自己、更認同自己。因為每個人能夠吸收的菌種不同，必須盡可能的置入不同種類的菌種，增加發酵與吸收的機會：圍繞在「生老病死」、「己人事物」的不同主題方向，讓同學思考與討論；各式各樣的教學活動，有講課、影片、歌曲、音樂、討論、分享、練習、畫畫、作業、遊戲、校外參訪，讓同學觀察與體會；更令人鼓舞的是，不單只是課程的內容與教學團隊的設計成為同學的菌種，班級中的每位成員也成為彼此的菌種，幫助彼此發酵，讓彼此的生命更深沈與美好。

生命探索與自我認同不是一門課的事，更不是一學期的事，而是誠如在學期最末週，將每位同學的所有練習與作業整理成一個資料夾的封面²⁹所寫的話語：「2009/2/24~2009/6/23，我在『生命探索與自我認同』中，但『它』也成為我生命中永遠的進行式～」每份資料夾都是個人專屬的學習紀錄，如果它很豐富美麗，是因為同學於學期過程中願意參與其中，如同生命之所以多采多姿、有所收穫，是因為我們樂於用心生活、認真面對自己。所以，這門課程的發酵只是開始，更重要的是保持正確健康的態度過生活，這樣，周遭的一切人事物都是菌種，自己更是自己不斷成長的根本力量，所謂的幸福快樂才可能存在。

²⁹ 「6.6：期末個人資料夾封面」，資料夾上並貼有同學於學期初時自行製作的名片小卡。

回歸到課程的教學目標：

- 認知方面：了解「生命」與「死亡」的自然現象、「人生」與「自我」的意義與價值。
- 情意方面：關懷生命、建立正確的生死觀及人生態度，找到自我的定位與價值，能夠熱愛自己的生命，也尊重其他生命，並進一步保護與愛惜周遭的一切。
- 技能方面：認識人生的各種問題並熟悉其解決途徑與尋求支援的方法與管道，進而培養獨立思考、克服困難的資糧與能力。

這三方面都不只是靠教師團隊來執行的，而是要班級裡的每位成員在課堂上學習、在生命裡練習的，培養一種習慣平均要 66 天，建立起一種態度呢？也不容易太快，但在課堂上改變想法是可能的，本課程仍在進化階段，還不成熟、也不完美，但因為有了計畫補助的實質支持，與受到審核與指導的課程規劃，還有教學團隊的用心與努力，絕對已經提供了修課同學足夠的、豐富的讓生命發酵的菌種，以及營造了讓自我得以真實展現與親近的絕佳環境。

最後，補充一個本計畫執行時的狀況。「生命探索與自我認同」這門課並非只是開設一學期，也非只是開設於一個班級，站在教師的立場，不希望只是受到教育部經費補助的學期課程能夠享有資源、照計畫進行，也不希望只是在某個班級執行，而是能夠讓這門課不論開設在哪一個學期、哪一個班級，都能夠維持相同的品質與成效，不因經費資源等因素而受到太大影響，這將成為本課程往後的調整與努力方向。

6. 附錄

第一講：緣起

【從直向與橫向的生命裡，探索生命、認同自我】

課程日期	2009/2/24
單元名稱	從直向與橫向的生命裡，探索生命、認同自我。
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能思考問題，了解直向與橫向的生命。 2. 能參與活動，討論人生各階段的不同。 3. 能探索自我，說出自己喜歡及難以接受的生命階段。 4. 能配合課後迴響，引發更多關於人生階段討論。
教學內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 歌曲欣賞：希望的種子³⁰ 2. 講授主題 1：「人生三問」&「生命三學」 3. 講授主題 2：課程簡介、評分標準 4. 教學活動 1：「生命的樣式」討論³¹ 5. 講授主題 3：直向與橫向的生命 6. 講授主題 4：「生命」與「自我」的基本問題 7. 講授主題 5：自我瞭解→自我認同→自我實現 8. 教學活動 2：「安置性評量」填寫
課後迴響	網路討論區：「生命的樣式」分享時間
課後閱讀	「人生三問」(孫效智)
參考資料	<p>吳庶深主編 (2004)，《生命的五個階段》。台北：世界宗教博物館。</p> <p>邱瓊苑總編輯 (2005)，《為生命加分》。台北：使徒出版社有限公司，pp.118-127。</p> <p>生命教育與大學通識課程： http://gigabyte.fxsh.tyc.edu.tw/life2000/indexhome1.asp</p> <p>生命教育的設計與評量： http://www.life-respect.tcu.edu.tw/fruition/91fru/fru_s2.htm</p> <p>教育部健康醫學學習網： http://health.edu.tw/health/upload/modules/hbody/life/index.swf</p>

第二講：生命探索•總篇

【生命的起源與定義】

課程日期	2009/3/3
單元名稱	生命探索•總篇：生命的起源與定義

³⁰ Jenny 作詞，陳熙作曲，環球音樂。

³¹ 邱瓊苑總編輯 (2005)，《為生命加分》。台北：使徒出版社有限公司，pp.125-126。

單元目標	1. 認識生命的起源、了解生命的定義。 2. 分享同學對生命和對自己的看法。 3. 認識每種人和情緒，都有獨特的價值與意義。 4. 能配合課後迴響，思考各種人格特質。
教學內容	1. 歌曲欣賞：愛在碧海藍天 ³² 2. 講授主題1：從生物科學看生命的定義與種類 3. 講授主題2：從宗教神話看生命的起源與特徵 4. 講授主題3：從東西哲學看生命的演化與存在 5. 教學活動1：「安置性評量」分享
課後迴響	網路討論區：什麼人格特質同時是優點、也是缺點？
課後閱讀	「優生保健法」、「生育保健法」。
參考資料	方蕙玲著（2006），《漫談生死學》。台北：新文京，pp.1-24。 劉作揖著（2003），《生死學概論》。台北：新文京，pp.24-25。

第三講：生命探索•生之篇

【生命存在的可貴性】

課程日期	2009/3/10
單元名稱	生命探索•生之篇：生命存在的可貴性
單元目標	1. 知道現今全球與台灣人口的出生率與死亡率。 2. 了解影響生命長短的因素。 3. 思考生命的所有權與享有權。 4. 願意學習珍惜生命，尊重生命存在的可貴性。
教學內容	1. 歌曲欣賞：讓愛傳出去 ³³ 2. 講授主題1：全球與台灣人口的出生率、死亡率 3. 講授主題2：影響生命長短的因素 4. 教學活動1：操作「壽命計算器」 5. 講授主題3：關於「生」的議題 6. 教學活動2：影片「殘食的理性」 7. 講授主題4：流產 v.s.人工流產 v.s.優生保健 8. 教學活動3：討論我對墮胎/人工流產的看法
課後迴響	課後討論區：計算你的壽命，說出你的想法？
課後閱讀	「壽命計算器」。
參考資料	吳秀碧主編（2006），《生命教育理論與教學方案》。台北：心理，pp.259-261。 劉作揖著（2003），《生死學概論》。台北：新文京，pp.29-35。 「中華民國刑法」

³² 洪予彤作詞，洪予彤作曲，高家惠演唱，靜思文化。

³³ 洪予彤作詞，洪予彤作曲，林美演唱，靜思文化。

<p>「優生保健法」 台灣女人健康網：http://www.twh.org.tw/04/05.asp 死亡時鐘：http://www.deathclock.com/ 壽命計算：http://calculator.livingto100.com/</p>

第四講：生命探索·老與病

【老化的必然性與疾病的普遍性】

課程日期	2009/3/17
單元名稱	生命探索·老與病：老化的必然性與疾病的普遍性
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識老化的必然性與疾病的普遍性。 2. 了解老化的生理變化與心理變化。 3. 透過討論「老」的議題，思考自身與老年人的關係，以及自身的老年規劃。 4. 完成「我的家族身體密碼」，了解家族疾病史，覺察自身的身心狀況，並進而關注週遭親人的身心狀況。
教學內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 歌曲欣賞：因為你因為我。³⁴ 2. 教學活動 1：文章〈年老的滋味〉、〈你我正在變老〉。 3. 講授主題 1：老化的定義與內容。 4. 教學活動 2：影片「搖滾吧！爺奶」預告片。 5. 講授主題 2：關於「老」的議題。 6. 教學活動 3：討論老年人與我。 7. 講授主題 3：疾病簡易分類、台灣十大死因，以及憂鬱症。 8. 教學活動 4：作業說明「我的家族身體密碼」。
課後討論	網路討論區：關心自己，測量憂鬱！（「憂鬱症量表」）
課後閱讀	〈年老的滋味〉、〈你我正在變老〉。
課後作業	作業 1：「我的家族身體密碼」。
參考資料	<p>劉作揖著（2003），《生死學概論》，台北：新文京，pp.44-50。</p> <p>曾煥棠著（2005），《認識生死學——生死有涯》，台北：揚智，pp.131-144。</p> <p>杰·唐納·華特士（J. Donald Walters）著，林鶯譯（2001），《生命教育——與孩子一同迎向人生挑戰》，台北：張老師，pp.125-134。</p> <p>《維基百科》，「老化」、「老年」、「憂鬱症」詞條。</p> <p>李世代著，〈國際疾病與有關健康問題分類系統第十修訂版（ICD-10）〉， www.doh.gov.tw/statistic/座談會/941022/子題2.ppt。</p> <p>方俊凱著，〈認識憂鬱症〉， http://tw.myblog.yahoo.com/caring_for_loss/article?mid=169。</p>

³⁴ 鄭昭仁作詞，三寶作曲，蘇芮演唱，靜思文化。

<p>台灣憂鬱症防治協會，http://www.depression.org.tw/health/health.asp。</p> <p>董氏基金會，http://www.jtf.org.tw/overblue/taiwan1/。</p> <p>吳念真「找到生命的出口」，http://www.depression.org.tw/mv/index.asp。</p> <p>楊培珊撰文(2009/01/10)，〈你我正在變老〉。《人籟論辨月刊》，56，pp.16-19，http://mag.udn.com/mag/newsstand/storypage.jsp?f_ART_ID=170880。</p> <p>莉許撰文，楊麗貞翻譯(2009/01/10)，〈年老的滋味〉。《人籟論辨月刊》，56，pp.26-33， http://mag.udn.com/mag/newsstand/storypage.jsp?f_ART_ID=170857。</p> <p>「搖滾吧！爺奶」，http://cimage.pixnet.net/blog/category/1523043。</p> <p>「班傑明的奇幻旅程」， http://www.atmovies.com.tw/movie/film.asp?action=next&film_id=fcen00421715。</p>

第五講：生命探索·死之篇

【死亡的意義與歸屬】

課程日期	2009/3/24
單元名稱	死亡的意義與歸屬
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解死亡的定義、原因與種類。 2. 認識自殺警訊 FACT，檢視自我保有對生命的正面思考。 3. 明白死亡的準備，建立正確的生死觀，並進一步珍惜生命。 4. 透過討論假想「死亡證」，學習面對與接受生命必然的現象。
教學內容	<ol style="list-style-type: none"> 5. 歌曲欣賞：知足是幸福。³⁵ 6. 教學活動 1：「暫時停止呼吸」。 7. 課程講授 1：死亡的定義、原因與種類。 8. 課程講授 2：自殺是非題、自殺警訊 FACT。 9. 教學活動 2：假想「死亡證」與迴響。 10. 課程講授 3：有意義的死亡準備—預立遺囑。 11. 課程講授 4：死後的世界—肉體、心靈。
課後討論	課後討論區：對預立遺囑的迴響。
課後閱讀	〈Sons on Life 生命的功課〉、〈認識安寧緩和醫療〉。
參考資料	<p>Kalafat (1990)，〈自殺警訊 FACT〉。 http://www.fgu.edu.tw/~psychology/know/data/box/16.htm</p> <p>Popenhagen & Qualley (1998)，〈自殺的迷思〉。 http://www.fgu.edu.tw/~psychology/know/data/box/16.htm</p>

³⁵ 許俊華作詞、作曲、編曲，李佳寧演唱，新加坡淨宗學會出版發行。

<p>大衛·韓汀 (1997),《透視死亡》,台北:三民,pp.1-37。</p> <p>林麗珊著 (2004),《人生哲學》。台北:三民,p.57。</p> <p>邱瓊苑總編輯(2005),《為生命加分》。台北:使徒出版社有限公司,p.119。</p> <p>曾煥棠著(2005),《認識生死學——生死有涯》。台北:揚智,pp.19-20, 20-22, 29, 240-244。</p> <p>瑞蒙·模第 (Raymond A. Moody) (1979),《死後的世界》。台北:水云齋,序言。</p> <p>劉作揖著 (2003),《生死學概論》。台北:新文京,pp.72-109, 12-213。</p> <p>《雜阿含經》。</p> <p>《羅馬書記》。</p>

第六講：生命探索·失落篇

【生命中的失落與悲傷】

課程日期	2009/3/31
單元名稱	生命中的失落與悲傷
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解失落/失去的定義。 2. 認識失落/失去的種類及影響失落反應的因素。 3. 明白失落/失去的反應。 4. 學習診斷不適當悲傷的線索。 5. 了解失落/喪親歷程的基本架構,透過了解四模式,學習找到適合自己的模式。 6. 透過活動了解自我的失落歷程,勇敢積極適當面對,接受生命中看起來不討喜的事物。
教學內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 歌曲欣賞:路一直都在³⁶、最親愛的³⁷。 2. 教學活動1:《再見了!我的好朋友!》。 3. 課程講授1:失落/失去的定義、種類及影響其反應因素。 4. 教學活動2:自我的失落經驗回顧。 5. 課程講授2:診斷不適當悲傷的線索。 6. 課程講授3:失落/喪親調適歷程的四個模式。
期中預告	選擇一個「失落/喪親調適模式」加以說明呈述一個自身的失落/喪親歷程。
課後閱讀	〈「痛」並不等於「苦」〉(摘錄自《人生雜誌—第282期》)。
參考資料	J. William Worden 著,李開敏等譯(1995),《悲傷輔導與悲傷治療》。台北:

³⁶ 吳向飛作詞、Adrian Fu 作曲,陳奕迅演唱,環球音樂發行。

³⁷ 馬嵩惟作詞、阿滾(動靜音樂)作曲,梁文音演唱,環球音樂發行。

	<p>心理。</p> <p>伊莉莎白·庫伯勒·羅斯(Elisabeth Kübler-Ross)等著,張美惠譯(2007),《用心去活——生命的十五堂必修課》。台北:張老師。</p> <p>克里希那穆提著,謬書宜譯(2005),《悲傷的終點是愛》,台北:華喆。</p> <p>邱瓊苑總編輯(2005),《為生命加分》。台北:使徒出版社有限公司。</p> <p>陳維樑、鍾莠筠合著(1999),《哀傷輔導手冊:概念與方法》。香港九龍:臚明會。</p> <p>李國銘著,林玉玲繪(2004),《再見了!我的好朋友!》。台北:宗博。</p>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

第七講：影片觀賞

【全力實現兒時夢想】

課程日期	2009/4/7
單元名稱	全力實現兒時夢想
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解他人的夢想,以及他人如何實現夢想。 2. 學習尋找自己的夢想,思考如何實現夢想,並漸進引發實現夢想的具體行動。
教學內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教學活動1:《如何實現兒時夢想》DVD。 2. 課程講授1:介紹書籍《最後的演講》、《1-100歲的夢》。
課後推薦	《最後的演講》、《1-100歲的夢》。
課後閱讀	〈夢想,是一個人生存的核心〉。
課後迴響	我的夢想版(來說說自己的夢想吧!為什麼有這些夢想?)。
參考資料	<p>三采文化編(2008),《1~100歲的夢》。台北:三采。</p> <p>蘭迪·鮑許(Randy Pausch)等著,陳信宏譯(2008),《最後的演講》。台北:方智。</p> <p>麥立心採訪撰文(2009/01/12),〈夢想,是一個人生存的核心〉。《ELLE雜誌》,2009年1月號,</p> <p>http://mag.udn.com/mag/newsstand/storypage.jsp?f_MAIN_ID=255&f_SUB_ID=2260&f_ART_ID=171493。</p> <p>《1~100歲的夢》http://www.suncolor.com.tw/event/100dreams/index.htm</p> <p>《最後的演講》http://www.booklife.com.tw/last-lecture/aboutbooks.asp</p>

第八講：自我認同·於我篇

【我是怎樣的人】

課程日期	2009/4/14
單元名稱	我是怎樣的人
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解「我」的四個面向。 2. 認識顧里「鏡中的我」、米德「自我概念理論」、佛洛伊德「潛意識理論」。 3. 透過活動認識自我、認識他人，以及了解他人眼中的自我。
教學內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 歌曲欣賞：Good Day³⁸。 2. 教學活動 1：關於「我」的面向。 3. 課程講授 1：「我」的四個面向——生理、心理、社會與倫理道德。 4. 課程講授 2：顧里「鏡中的我」、米德「自我概念理論」、佛洛伊德「潛意識理論」。 5. 教學活動 2：我/你是怎樣的人。
期中預告	請說明馬斯洛的「人類需求層次」，並分析自己的需求狀況，你又是如何達成這些需求的？
課後迴響	「認識自己」性格分析、找出你的 Me 原色。
參考資料	<p>林幸台等著（2000），《田納西自我概念量表指導手冊》。台北：測驗。</p> <p>http://members.tripod.com/~andy0202/testpages/psytest1.htm</p> <p>「認識自己」性格分析</p> <p>http://members.tripod.com/~andy0202/testpages/psytest1.htm</p> <p>找出你的 Me 原色 http://w3.mecolor.com.tw/find.html</p>

第九講：期中評量

課程日期	2009/4/21
單元名稱	期中評量
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 關於現在：透過馬斯洛的「人類需求層次」的說明，探索自身的需求狀況與滿足方式。 2. 關於過去：透過「失落/喪親調適模式」的分析，回顧自身的失落與調適歷程。 3. 關於未來：透過「夢想版」的撰寫，思考生命價值、建構人生目標，並進而找出實踐夢想的動力與途徑。 4. 關於學習：透過「自我評量」，檢視自身學習狀態與學習期許，並間接協助教學團隊了解學生個別學習情況。

³⁸ 羅文裕作詞、作曲、演唱、合聲，New Life 新生命小組教會發行。

教學內容	1. 教學活動 1：期中評量。
參考資料	Robert Delisle 著，周天賜譯（2003），《問題引導學習 PBL》。台北：心理。 梁繼權編（2008），《Problem Based Learning—教師手冊》。台北：三采。 鄒國英等主編（2008），《PBL 教學實務》。台北：輔大出版社。

第十講：自我認同•於我篇

【自我概念的形成】

課程日期	2009/4/28
單元名稱	自我概念的形成
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解自我概念的形成以及影響自我概念的三個因素。 2. 使用「周哈里窗」模式認識自我的四個部分：開放我、隱藏我、盲目我、未知我。 3. 從思考「絕對唯一、永恆不變的我」，發現認識自我是一輩子的功課，因為自我會一直改變、一直成長，自我也不可能離開他人而存在。 4. 探索內心深處「真實我」（本來面目）的面貌。
教學內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 音樂欣賞：重新開始³⁹。 2. 課程講授 1：自我概念的形成及影響自我概念的三個因素。 3. 課程講授 2：「周哈里窗」模式。 4. 教學活動 1：從第八週「我/你是怎樣的人」的練習內容中圈出「我的周哈里窗」。 5. 課程講授 3：思考「絕對我」的存在可能。 6. 課程講授 4：從《為自己出征》看「真實我」。 7. 教學活動 2：畫出「我的心 Show My Heart」。
課後分享	畫完「我的心 Show My Heart」之後……
課後作業	回顧「我的生命歷程」。
參考資料	<p>Robert Fisher 著（1998），王時珍譯，《為自己出征（中英對照）》。台北：方智。</p> <p>Susanne Fincher 著（2008），游琬娟譯，《曼陀羅小宇宙：彩繪曼陀羅豐富你的生命》。台北：生命潛能。</p> <p>林麗珊著（2004），《人生哲學》。台北：三民，pp.73-83。</p> <p>曾煥棠著（2005），《認識生死學——生死有涯》。台北：揚智，pp.115-129。</p> <p>http://www.youtube.com/watch?v=gpg7t_81NEQ 「神隱少女」重新開始</p>

³⁹ 久石讓作曲、編曲，「神隱少女」電影插曲。

第十一講：自我認同·於己篇

【自我形象的建立】

課程日期	2009/5/5		
單元名稱	自我形象的建立		
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解自我形象的意義。 2. 檢視並建立正確的自我形象。 3. 學習欣賞自己，發展自我特質。 4. 建構自我認同，肯定自我存在的價值。 		
教學內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 繪本：你很特別。 2. 找找我自己。 3. 自我形象的特性。 4. 自我形象溫度計。 5. 自我認同的意義。 		
教學準備	簡報檔：Week11 自我認同公式。 文件檔：自我形象溫度計。 活動器材：帶殼花生、裝花生的容器。		
教學流程	項目	時間	備註
	<ol style="list-style-type: none"> 1. 教學活動 1：繪本—你很特別。 2. 教學活動 2：找找我自己。 3. 課程講授 1：自我形象的特性。 4. 教學活動 3：自我形象溫度計。 5. 課程講授 2：自我認同的意義。 6. 總結與說明下週課程進度。 	10' 15' 15' 15' 15' 10'	
課後迴響	課後閱讀：「自我肯定的人生」。		
參考資料	Chris Barker 著，許夢芸譯（2007），《文化研究智典》，台北：韋伯，pp.219-220。 得榮生命教育課程研編小組（2004），《欣賞生命》，台北：天恩，p.53。 得榮生命教育課程研編小組（2004），《做我真好》，台北：天恩，pp.24-27。 得榮生命教育課程研編小組（2004），《做我真好》，台北：天恩，pp.18-19。 李順長著（2000），《做你形象的建築師》，台北：天恩，p.148。 陸可鐸（Max Lucado）著，丘慧文、郭恩惠譯，《你很特別》。台北：道聲，2000。		

第十二講：校外參訪：世界宗教博物館

課程日期	2009/5/17（原 2009/5/12）
------	------------------------

	09:00 校門集合 10:30 進入「世界宗教博物館」 12:00 參訪結束，準備用餐 12:30 集合上車 14:00 抵達校門
單元名稱	校外參訪：世界宗教博物館
單元目標	1. 藉由淨心水幕，讓心沈澱。 2. 藉由朝聖步道，啟發內心希求真善美的渴望。 3. 藉由掌痕手印牆，體會自己的生命痕跡，與他人的生命痕跡。 4. 藉由金色大廳，了解同學的生肖與星座，以及宗教象徵的意義。 5. 藉由宇宙創世廳的影片，感受生命的難能可貴。 6. 藉由生老病死的宗教儀式，了解人生各階段的歷程。 7. 藉由華嚴世界的影片，感受每個生命之間的關連。 8. 藉由世界宗教展示大廳，認識人類實現願望的方法與途徑。 9. 藉由祝福區的活動，將祝福傳向自己、傳向他人。
教學內容	1. 教學活動 1：淨心水幕。 2. 教學活動 2：朝聖步道。 3. 教學活動 3：掌痕手印牆。 4. 教學活動 4：金色大廳（生肖與星座的故事）。 5. 教學活動 5：宇宙創世廳（生命起源的故事）。 6. 教學活動 6：生命之旅廳（生老病死的故事）。 7. 教學活動 7：華嚴世界（我與眾生的關連）。 8. 教學活動 8：世界宗教展示大廳（人類的願望與實現）。 9. 教學活動 9：祝福區（感恩與祝福）。
課後迴響	參訪日誌
參考資料	世界宗教博物館 http://www.mwr.org.tw/

第十三講：自我認同•於我篇

【自我認同與實現】

課程日期	2009/5/19
單元名稱	自我認同與實現
單元目標	1. 了解高度自我認同與低度自我認同的表現。 2. 了解自我了解的面向與內容。 3. 認識各種「命定」的理論說法。 4. 認識自我實現者的人格特質。

	<p>5. 探索自身擁有或認為重要的人格特質。</p> <p>6. 思考保有與發展良好人格特質的態度與方法。</p>
教學內容	<p>1. 音樂欣賞：未來（客語）⁴⁰。</p> <p>2. 教學活動 1：影片觀賞「黑暗中追夢」（部分）。</p> <p>3. 課程講授 1：高度自我認同與低度自我認同的表現。</p> <p>4. 課程講授 2：自我了解的面向與內容。</p> <p>5. 課程講授 3：各種「命定」的理論說法。</p> <p>6. 課程講授 4：自我實現者的人格特質。</p> <p>7. 教學活動 2：「特質撲克牌」。</p> <p>8. 教學活動 3：「My stars-past, now, future 特質大搜查」。</p>
課後迴響	My stars：如何可能？從現在到未來～
課後閱讀	〈The Excellent 11 人格特質最重要〉。
參考資料	<p>中臺科技大學編著（2008），《生命關懷》。台北：新文京，pp.15-37。</p> <p>林麗珊著（2004），《人生哲學》。台北：三民，pp.75-83。</p> <p>杰·唐納·華特士（J. Donald Walters）著，林鶯譯（2001），《生命教育——與孩子一同迎向人生挑戰》。台北：張老師，pp.81-92。</p> <p>得榮生命教育課程研編小組（2004），《做我真好》，台北：天恩，p.35。</p> <p>隆·克拉克（Ron Clark）著，謙攸文、侯秀琴譯（2007），《人格特質最重要》。台北：雅言文化。</p> <p>惠明學校製作，《黑暗中追夢》DVD。</p>

第十四講：自我認同·於人篇

【師生與親子倫理】

課程日期	2009/5/26
單元名稱	師生與親子倫理
單元目標	<p>1. 了解合情合理的倫理學定義與目的。</p> <p>2. 呈現與發現自己的人際關係網。</p> <p>3. 討論在人際關係裡的相對期待，進而發現自己的迷思。</p> <p>4. 認識五倫、六方、心六倫。</p> <p>5. 體認「任何一種人際關係都是相對的」。</p> <p>6. 願意「己所不欲，勿施於人」。</p> <p>7. 了解「我好你也好」的目標。</p>

⁴⁰ 邱幸儀作詞、邱幸儀作曲、編曲，「生命之歌（台灣原創母語音樂大獎）」，角頭文化出版。

教學內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 音樂欣賞：我們的家⁴¹。 2. 課程講授 1：理與情-合情合理。 3. 課程講授 2：倫理學的定義與目的。 4. 教學活動 1：呈現與發現「我的人際關係網」。 5. 課程講授 3：五倫、六方、心六倫。 6. 課程講授 4：師生倫理與親子倫理。 7. 教學活動 2：觀賞「愛心樹 pps」。 8. 教學活動 3：討論「我的人際關係網」-相對關係討論。 9. 課程講授 5：人際關係法則 1-所有關係都是相對的。 10. 課程講授 6：人際關係法則 2-己所不欲，勿施於人。 11. 課程講授 7：人際關係法則 3-我好你也好。
課後迴響	自我檢視「校園倫理功課表（給親愛的學生）」。
課後閱讀	〈十個心靈成長新動力〉。
參考資料	<p>聖嚴法師著（2008），《情與理》。台北：法鼓山文化中心。</p> <p>鄔昆如著（2008），《倫理學》。台北：五南。</p> <p>謝爾·希爾弗斯坦（Shel Silverstein）文·圖（1995），《愛心樹》。台北：星月書房。</p> <p>李國鼎著，〈第六倫：群己關係〉。</p> <p>作者未知（網文），〈五倫正解：七倫淺釋〉。</p> <p>http://ethics.ddmthp.org.tw/Default.aspx 心六倫。</p> <p>佛典《善生經》（T01n26）。</p>

第十五講：自我認同•於人篇

【友情與愛情關係】

課程日期	2009/6/2
單元名稱	友情與愛情關係
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解人與人之間的距離：「六度分離理論」。 2. 檢視自己交友的條件與狀況。 3. 了解朋友的重要性：「物以類聚、人以群分」。 4. 認識善友與惡友的差別。 5. 認識愛情理論：「愛情車輪理論」、「愛情三因論」。 6. 檢視自己的愛情模式與狀況。 7. 了解何謂「親密」、如何「親密」。

⁴¹ Fio 作詞，Matt 作曲，「希望」專輯，環球音樂發行。

教學內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 音樂欣賞：分享⁴²、天使之城-迦南美地⁴³。 2. 課程講授 1：人與人之間的距離：「六度分離理論」。 3. 教學活動 1：討論「我的交友經」。 4. 課程講授 2：「物以類聚、人以群分」。 5. 課程講授 3：善友與惡友的差別。 6. 課程講授 4：「愛情車輪理論」、「愛情三因論」。 7. 教學活動 2：觀賞「失落的一角 pps-流行版、圓滿版」。 8. 教學活動 3：討論「我美麗的愛情」。 9. 課程講授 5：「親密」與「幸福」。
課後迴響	網路討論「如果你的未婚妻或未婚夫……」。
課後閱讀	<p>〈愛情十莫〉。</p> <p>〈「蘇格拉底與柏拉圖」的寓言故事〉。</p>
參考資料	<p>林麗珊著（2004），《人生哲學》。台北：三民，pp.151-180。</p> <p>奧修（Osho）著（2002），《親密——信任自己與信任他人》。台北：生命潛能。</p> <p>楊蓓著（2006），《親密、孤獨與自由》。台北：法鼓文化。</p> <p>謝爾·希爾弗斯坦（Shel Silverstein）文·圖（2000），《失落的一角》。台北：玉山社。</p> <p>謝爾·希爾弗斯坦（Shel Silverstein）文·圖（2000），《失落的一角會見大圓滿》。台北：玉山社。</p> <p>佛典《善生經》（T01n26）。</p>

第十六講：自我認同•於事篇

【價值觀：財富、工作與知識】

課程日期	2009/6/9
單元名稱	價值觀：財富、工作與知識
單元目標	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解自己與他人對金錢所持有的觀點與期待。 2. 建立正確的金錢使用觀。 3. 探索自己對工作的想法。 4. 體認每一天都操之在己的選擇。 5. 認識關於知識的基本知識，明白知識的重要與限制。 6. 思考金錢、工作、知識對自己的意義與價值。 7. 檢視自己的價值觀。

⁴² 姚謙作詞，伍思凱作曲、編曲，「最愛是你」專輯，點將發行。

⁴³ 劉畊宏作詞，陳熙作曲、編曲，SONY & BMG 發行。

教學內容	1. 音樂欣賞：完美英雄 ⁴⁴ 。 2. 課程講授 1：對於金錢的觀點與期待。 3. 課程講授 2：法蘭西的靈魂。 4. 教學活動 1：觀賞「西雅圖魚市」。 5. 課程講授 3：工作的目的與態度。 6. 課程講授 4：關於知識的基本認識：形成、取得、提問。 7. 教學活動 2：我的價值觀（作業引導）。
課後作業	我的價值觀。
課後閱讀	〈窮得只剩下錢〉。
參考資料	Gerald Corey 等著、黃慧真等譯（2006），《生命抉擇與個人成長》。台北：雙葉書廊，pp.453-480。 麥可·羅區（Michael Roach）著、項慧齡譯（2003），《當和尚遇到鑽石：一個佛學博士如何在商場上實踐佛法》。台北：橡樹林。 楊子葆（2008），〈法蘭西的靈魂〉，《TaiwanNews 財經文化周刊》，323 期。 佛典《善生經》（T01n26）。

第十七講：自我認同·於物篇

【大自然與我的世界】

課程日期	2009/6/16
單元名稱	大自然與我的世界
單元目標	1. 了解自己與他人的價值觀。 2. 思考動物、植物、物質之於我的意義。 3. 體會「用心生活」、「活在當下」。
教學內容	1. 音樂欣賞：快樂天堂 ⁴⁵ 。 2. 教學活動 1：討論「我的價值觀」。 3. 課程講授 1：動物的屬性：之於人類的價值。 4. 課程講授 2：植物的屬性：好壞的判斷標準。 5. 課程講授 3：物質的感知能力：如何對待物質。 6. 教學活動 2：影片觀賞「深夜加油站遇見蘇格拉底」（約 30 分鐘）。
課後閱讀	影片「深夜加油站遇見蘇格拉底」或書籍《深夜加油站遇見蘇格拉底》。
參考資料	Gerald Corey 等著、黃慧真等譯（2006），《生命抉擇與個人成長》。台北：雙葉書廊，pp.453-480。

⁴⁴ 王雅君作詞，林子欽作曲。

⁴⁵ 呂學海作詞，陳復明作曲，滾石眾歌手演唱。

丹·米爾曼 (Dan Millman) 著、韓良憶譯 (2007),《深夜加油站遇見蘇格拉底》。台北：心靈工坊。

江本勝著、長安靜美譯 (2002),《生命的答案,水知道》。台北：如何。

明基友達基金會呈獻,「深夜加油站遇見蘇格拉底」DVD。

中華民國動物保護協會：<http://www.apatw.org/>。

關懷生命協會：<http://www.lca.org.tw/index.asp>。

(一) 基本資料及修課狀況

1. 學期開始時，對此課程的期待與興趣

- ① 高 ② 中 ③ 低

2. 我修讀此課程的理由是 (可複選)

- ① 興趣 ② 湊學分 ③ 其他_____

3. 我自己到課的狀況

- ① 全勤 ② 缺課 1 至 2 次 ③ 缺課 3 至 4 次 ④ 缺課 5 次以上

4. 我自己遲到的狀況

- ① 都準時 ② 經常遲到 5-10 分鐘 ③ 經常遲到 10-20 分鐘 ④ 經常遲到 20 分鐘以上

5. 除上課時間外，我平均一星期修讀此課程的時間

- ① 5 小時以上 ② 4-5 小時 ③ 1-3 小時 ④ 1 小時以下

6. 參與「生命探索與自我認同」討論區的次數為

- ① 30 次以上 ② 20-30 次 ③ 11-20 次 ④ 6-10 次 ⑤ 0-5 次

(二) 學生自評

	非常 同意	同 意	沒 意 見	不 同 意	非 常 不 同 意
1. 我課堂上認真學習且專心投入。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 我主動思考與課程相關的問題。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 整體而言，我滿意自己的學習表現。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 修習一學期的課程，我能理解這門課的學習重點。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 課程使用討論區系統對學習這門課程有所助益。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(三) 教師教學評量

	非常 同意	同 意	沒 意 見	不 同 意	非 常 不 同 意
1. 教學認真，具有教學熱誠。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 授課表達清楚、有條理。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 教學方式能啟發學生學習興趣。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 課程內容豐富、有組織。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 重視學生的反應，並對教學作適當調整。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 本課程有教學助理協助教學，對我的學習有幫助。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- | | 非
常
同
意 | 同
意 | 沒
意
見 | 不
同
意 | 非
常
不
同
意 |
|-----------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|--------------------------|
| 7. 在開學初，教師提供完整的教學大綱與評分方式。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8. 教材能考慮到學生的需求，並提高學習效果。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9. 課程測驗、練習或作業能配合教學內容，有助於學習。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10. 教師鼓勵同學互動討論與發問。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11. 學生有疑問時，能得到教師適切的指導。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12. 教師能以各種方式評量學生的努力程度及學習成效。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13. 教師批閱試卷、練習或作業認真、仔細。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14. 我對教師的整體教學表現給予讚許。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15. 我認為哪些課程主題內容應該保留/增加？（請複選） | | | | | |
| <input type="checkbox"/> 生命的起源與定義 | <input type="checkbox"/> 生命存在的可貴性 | <input type="checkbox"/> 老化的必然性與疾病的普遍性 | | | |
| <input type="checkbox"/> 死亡的意義與歸屬 | <input type="checkbox"/> 生命中的失落與悲傷 | <input type="checkbox"/> 影片：全力實現兒時夢想 | | | |
| <input type="checkbox"/> 我是怎樣的人？ | <input type="checkbox"/> 自我概念的形成 | <input type="checkbox"/> 自我形象的建立 | <input type="checkbox"/> 自我認同與實現 | | |
| <input type="checkbox"/> 師生與親子倫理 | <input type="checkbox"/> 友情與愛情關係 | <input type="checkbox"/> 價值觀：財富、工作、知識 | | <input type="checkbox"/> 大自然與我的世界 | |
| 16. 我認為哪些課程主題內容應該刪除/減少？（請複選） | | | | | |
| <input type="checkbox"/> 生命的起源與定義 | <input type="checkbox"/> 生命存在的可貴性 | <input type="checkbox"/> 老化的必然性與疾病的普遍性 | | | |
| <input type="checkbox"/> 死亡的意義與歸屬 | <input type="checkbox"/> 生命中的失落與悲傷 | <input type="checkbox"/> 影片：全力實現兒時夢想 | | | |
| <input type="checkbox"/> 我是怎樣的人？ | <input type="checkbox"/> 自我概念的形成 | <input type="checkbox"/> 自我形象的建立 | <input type="checkbox"/> 自我認同與實現 | | |
| <input type="checkbox"/> 師生與親子倫理 | <input type="checkbox"/> 友情與愛情關係 | <input type="checkbox"/> 價值觀：財富、工作、知識 | | <input type="checkbox"/> 大自然與我的世界 | |

(四) 個人回應

我對課程教學及學習上的心得或感想：

我對課程的建議：

(如教學態度、教學方式、教材內容、教學評量、教學輔助器材的運用、課內或補充教材之選擇……)

我還有話要對老師說：

6.5 教學評量統計

統計量

3. 我還有話要對老師說	33	0
2. 我對課程的建議	33	0
1. 我對課程教學及學習上的心得或感想	33	0
16. 我認為哪些課程主題內容應該刪除 / 減少?	33	0
15. 我認為哪些課程主題內容應該保留 / 增加?	33	0
14. 我對教師的整體教學表現給予讚許。	33	0
13. 教師批閱試卷、練習或作業認真、仔細。	33	0
12. 教師能以各種方式評量學生的努力程度及學習成效。	33	0
11. 學生有疑問時，能得到教師適切的指導。	33	0
10. 教師鼓勵同學互動討論與發問。	33	0
9. 課程測驗、練習或作業能配合教學內容，有助於學習。	33	0
8. 教材能考慮到學生的需求，並提高學習效果。	33	0
7. 在開學初，教師提供完整的教學大綱與評分方式。	33	0
6. 本課程有教學助理協助教學，對我的學習有幫助。	33	0
5. 重視學生的反應，並對教學作適當調整。	33	0
4. 課程內容豐富、有組織。	33	0
3. 教學方式能啟發學生學習興趣。	33	0
2. 授課表達清楚、有條理。	33	0
1. 教學認真，具有教學熱誠。	33	0
5. 課程使用討論區系統對學習這門課程有助益。	33	0
4. 修習一學期的課程，我能理解這門課的學習重點。	33	0
3. 整體而言，我滿意自己的學習表現。	33	0
2. 我主動思考與課程相關的問題。	33	0
1. 我課堂上認真學習且專心投入。	33	0
6. 參與生命探索與自我認同討論區的次數為	33	0
5. 除上課時間外，我平均一星期修讀此課程的時間	33	0
4. 我自己遲到的狀況	33	0
3. 我自己到課的狀況	33	0
2. 我修讀此課程的理由是	33	0
1. 學期開始時，對此課程的期待與興趣	33	0
樣本編號	有效的遺漏值	
	個數	

次數分配表

樣本編號

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 1	1	3.0	3.0	3.0
2	1	3.0	3.0	6.1
3	1	3.0	3.0	9.1
4	1	3.0	3.0	12.1
5	1	3.0	3.0	15.2
6	1	3.0	3.0	18.2
7	1	3.0	3.0	21.2
8	1	3.0	3.0	24.2
9	1	3.0	3.0	27.3
10	1	3.0	3.0	30.3
11	1	3.0	3.0	33.3
12	1	3.0	3.0	36.4
13	1	3.0	3.0	39.4
14	1	3.0	3.0	42.4
15	1	3.0	3.0	45.5
16	1	3.0	3.0	48.5
17	1	3.0	3.0	51.5
18	1	3.0	3.0	54.5
19	1	3.0	3.0	57.6
20	1	3.0	3.0	60.6
21	1	3.0	3.0	63.6
22	1	3.0	3.0	66.7
23	1	3.0	3.0	69.7
24	1	3.0	3.0	72.7
25	1	3.0	3.0	75.8
26	1	3.0	3.0	78.8
27	1	3.0	3.0	81.8
28	1	3.0	3.0	84.8
29	1	3.0	3.0	87.9
30	1	3.0	3.0	90.9
31	1	3.0	3.0	93.9
32	1	3.0	3.0	97.0
33	1	3.0	3.0	100.0
總和	33	100.0	100.0	

(一) 基本資料及修課狀況

1. 學期開始時，對此課程的期待與興趣

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 高	7	21.2	21.2	21.2
中	22	66.7	66.7	87.9
低	4	12.1	12.1	100.0
總和	33	100.0	100.0	

2. 我修讀此課程的理由是

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 有選	33	100.0	100.0	100.0

興趣

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	18	54.5	54.5	54.5
有選	15	45.5	45.5	100.0
總和	33	100.0	100.0	

湊學分

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	23	69.7	69.7	69.7
有選	10	30.3	30.3	100.0
總和	33	100.0	100.0	

其它

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	18	54.5	54.5	54.5
有選	15	45.5	45.5	100.0
總和	33	100.0	100.0	

3. 我自己到課的狀況

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	全勤	7	21.2	21.2	21.2
	缺課一至二次	13	39.4	39.4	60.6
	缺課三至四次	10	30.3	30.3	90.9
	缺課五次以上次	3	9.1	9.1	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

4.我自己遲到的狀況

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	都準時	21	63.6	63.6	63.6
	經常遲到5-10分鐘	7	21.2	21.2	84.8
	經常遲到10-20分鐘	3	9.1	9.1	93.9
	經常遲到20分鐘以上	2	6.1	6.1	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

5.除上課時間外，我平均一星期修讀此課程的時間

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	4-5 小時	1	3.0	3.0	3.0
	1-3 小時	9	27.3	27.3	30.3
	1 小時以下	23	69.7	69.7	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

6.參與生命探索與自我認同討論區的次數為

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	30次以上	1	3.0	3.0	3.0
	20-30次	1	3.0	3.0	6.1
	11-20次	4	12.1	12.1	18.2
	6-10次	15	45.5	45.5	63.6
	0-5次	12	36.4	36.4	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

(二) 學生自評

1.我課堂上認真學習且專心投入。

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	非常同意	6	18.2	18.2	18.2
	沒意見	10	30.3	30.3	48.5
	同意	17	51.5	51.5	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

2.我主動思考與課程相關的問題。

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	非常同意	6	18.2	18.2	18.2
	沒意見	5	15.2	15.2	33.3
	同意	22	66.7	66.7	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

3.整體而言，我滿意自己的學習表現。

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	非常同意	7	21.2	21.2	21.2
	不同意	1	3.0	3.0	24.2
	沒意見	10	30.3	30.3	54.5
	同意	15	45.5	45.5	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

4.修習一學期的課程，我能理解這門課的學習重點。

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	非常同意	7	21.2	21.2	21.2
	沒意見	4	12.1	12.1	33.3
	同意	22	66.7	66.7	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

5.課程使用討論區系統對學習這門課程有助益。

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	非常同意	8	24.2	24.2	24.2
	沒意見	4	12.1	12.1	36.4
	同意	21	63.6	63.6	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

(三) 教師教學評量

1.教學認真，具有教學熱誠。

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 非常同意	15	45.5	45.5	45.5
沒意見	1	3.0	3.0	48.5
同意	17	51.5	51.5	100.0
總和	33	100.0	100.0	

2.授課表達清楚、有條理。

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 非常同意	15	45.5	45.5	45.5
沒意見	2	6.1	6.1	51.5
同意	16	48.5	48.5	100.0
總和	33	100.0	100.0	

3.教學方式能啟發學生學習興趣。

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 非常同意	14	42.4	42.4	42.4
同意	19	57.6	57.6	100.0
總和	33	100.0	100.0	

4.課程內容豐富、有組織。

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 非常同意	12	36.4	36.4	36.4
沒意見	3	9.1	9.1	45.5
同意	18	54.5	54.5	100.0
總和	33	100.0	100.0	

5.重視學生的反應，並對教學作適當調整。

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 非常同意	14	42.4	42.4	42.4

沒意見	2	6.1	6.1	48.5
同意	17	51.5	51.5	100.0
總和	33	100.0	100.0	

6.本課程有教學助理協助教學，對我的學習有幫助。

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	非常同意	15	45.5	45.5	45.5
	沒意見	2	6.1	6.1	51.5
	同意	16	48.5	48.5	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

7.在開學初，教師提供完整的教學大綱與評分方式。

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	非常同意	9	27.3	27.3	27.3
	沒意見	2	6.1	6.1	33.3
	同意	22	66.7	66.7	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

8.教材能考慮到學生的需求，並提高學習效果。

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	非常同意	12	36.4	36.4	36.4
	沒意見	4	12.1	12.1	48.5
	同意	17	51.5	51.5	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

9.課程測驗、練習或作業能配合教學內容，有助於學習。

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	非常同意	14	42.4	42.4	42.4
	沒意見	3	9.1	9.1	51.5
	同意	16	48.5	48.5	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

10.教師鼓勵同學互動討論與發問。

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 非常同意	16	48.5	48.5	48.5
同意	17	51.5	51.5	100.0
總和	33	100.0	100.0	

11.學生有疑問時，能得到教師適切的指導。

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 非常同意	15	45.5	45.5	45.5
沒意見	2	6.1	6.1	51.5
同意	16	48.5	48.5	100.0
總和	33	100.0	100.0	

12.教師能以各種方式評量學生的努力程度及學習成效。

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 非常同意	12	36.4	36.4	36.4
沒意見	1	3.0	3.0	39.4
同意	20	60.6	60.6	100.0
總和	33	100.0	100.0	

13.教師批閱試卷、練習或作業認真、仔細。

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 非常同意	14	42.4	42.4	42.4
同意	19	57.6	57.6	100.0
總和	33	100.0	100.0	

14.我對教師的整體教學表現給予讚許。

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 非常同意	18	54.5	54.5	54.5
同意	15	45.5	45.5	100.0
總和	33	100.0	100.0	

15.我認為哪些課程主題內容應該保留/增加？

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比

有效的	有選	30	90.9	90.9	90.9
	沒選	3	9.1	9.1	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

生命的起源與定義

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	沒選	15	45.5	45.5	45.5
	有選	18	54.5	54.5	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

生命存在的可貴性

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	沒選	6	18.2	18.2	18.2
	有選	27	81.8	81.8	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

老化的必然性與疾病的普遍性

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	沒選	21	63.6	63.6	63.6
	有選	12	36.4	36.4	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

死亡的意義與歸屬

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	沒選	15	45.5	45.5	45.5
	有選	18	54.5	54.5	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

生命中的失落與悲傷

		次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的	沒選	13	39.4	39.4	39.4
	有選	20	60.6	60.6	100.0
	總和	33	100.0	100.0	

影片全力實現兒時夢想

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	16	48.5	48.5	48.5
有選	17	51.5	51.5	100.0
總和	33	100.0	100.0	

我是怎樣的人

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	10	30.3	30.3	30.3
有選	23	69.7	69.7	100.0
總和	33	100.0	100.0	

自我概念的形成

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	11	33.3	33.3	33.3
有選	22	66.7	66.7	100.0
總和	33	100.0	100.0	

自我形象的建立

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	14	42.4	42.4	42.4
有選	19	57.6	57.6	100.0
總和	33	100.0	100.0	

自我認同與實現

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	9	27.3	27.3	27.3
有選	24	72.7	72.7	100.0
總和	33	100.0	100.0	

師生與親子倫理

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	18	54.5	54.5	54.5
有選	15	45.5	45.5	100.0
總和	33	100.0	100.0	

友情與愛情關係

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	10	30.3	30.3	30.3
有選	23	69.7	69.7	100.0
總和	33	100.0	100.0	

價值觀:財富工作知識

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	9	27.3	27.3	27.3
有選	24	72.7	72.7	100.0
總和	33	100.0	100.0	

大自然與我的世界

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	18	54.5	54.5	54.5
有選	15	45.5	45.5	100.0
總和	33	100.0	100.0	

16.我認為哪些課程主題內容應該刪除/減少?

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	16	48.5	48.5	48.5
有選	17	51.5	51.5	100.0
總和	33	100.0	100.0	

生命的起源與定義

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	31	93.9	93.9	93.9
有選	2	6.1	6.1	100.0

總和	33	100.0	100.0	
----	----	-------	-------	--

生命存在的可貴性

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	32	97.0	97.0	97.0
有選	1	3.0	3.0	100.0
總和	33	100.0	100.0	

老化的必然性與疾病的普遍性

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	23	69.7	69.7	69.7
有選	10	30.3	30.3	100.0
總和	33	100.0	100.0	

死亡的意義與歸屬

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	28	84.8	84.8	84.8
有選	5	15.2	15.2	100.0
總和	33	100.0	100.0	

生命中的失落與悲傷

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	33	100.0	100.0	100.0

影片全力實現兒時夢想

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	30	90.9	90.9	90.9
有選	3	9.1	9.1	100.0
總和	33	100.0	100.0	

我是怎樣的人

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	33	100.0	100.0	100.0

自我概念的形成

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	33	100.0	100.0	100.0

自我形象的建立

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	33	100.0	100.0	100.0

自我認同與實現

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	33	100.0	100.0	100.0

師生與親子倫理

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	26	78.8	78.8	78.8
有選	7	21.2	21.2	100.0
總和	33	100.0	100.0	

友情與愛情關係

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	31	93.9	96.9	96.9
有選	1	3.0	3.1	100.0
總和	32	97.0	100.0	
遺漏值 系統界定的	1	3.0		
遺漏				
總和	33	100.0		

價值觀:財富工作知識

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	31	93.9	93.9	93.9
有選	2	6.1	6.1	100.0

總和	33	100.0	100.0
----	----	-------	-------

大自然與我的世界

	次數	百分比	有效百分比	累積百分比
有效的 沒選	30	90.9	90.9	90.9
有選	3	9.1	9.1	100.0
總和	33	100.0	100.0	

(四) 個人回應

1.我對課程教學及學習上的心得或感想(略)

2.我對課程的建議(略)

3.我還有話要對老師說(略)

2009/2/24~2009/6/23

我在「生命探索與自我認同」中，
但「它」也成為我生命中永遠的進行式～