

品德教育具體作法範例徵選—教案設計

壹、單元名稱：燦爛盛開的生命之花

貳、教學年級：國中二年○班學生

參、教學節數：三節課

肆、設計理念：

一、課程設計的開端念想：

- 1、了解人生是單程旅程，走到黑暗才能回頭看到亮處，將會更珍惜身旁的一切，活在當下。
- 2、讓學生了解「孝順」要即時，人生規劃好讓父母不擔憂，也是孝順的表現。
- 3、心懷感恩，不遺憾，努力做好人，努力做好事，為人生做好圓滿的剪貼簿。
- 4、生命有如一場精彩的演講，在最後需要設計一個令人拍案叫絕的結尾，劃下人生的句點。
- 5、如何利用催化劑，讓自己生命更光采，重新思考人生的意義，看見燦爛盛開的生命之花。

二、課程設計的基本理念：

- 1、「生命教育」重視人我的關係，希望可以培養學生對事情的積極度與待人接物的智慧，激發學生對於生命的重視與看待，認真計劃自己的未來。
- 2、希望藉由「生命教育」的引導，讓孩子可以認真看待生命的有限，並了解生命是單程的旅程，沒有辦法重來。
- 3、如何好好過每一天，好好去享受當下的熱情，並在有限的生命裡，創造不平凡的生命熱誠，並心存感恩的善心與敬意的謙卑，面對人生的各種挑戰。

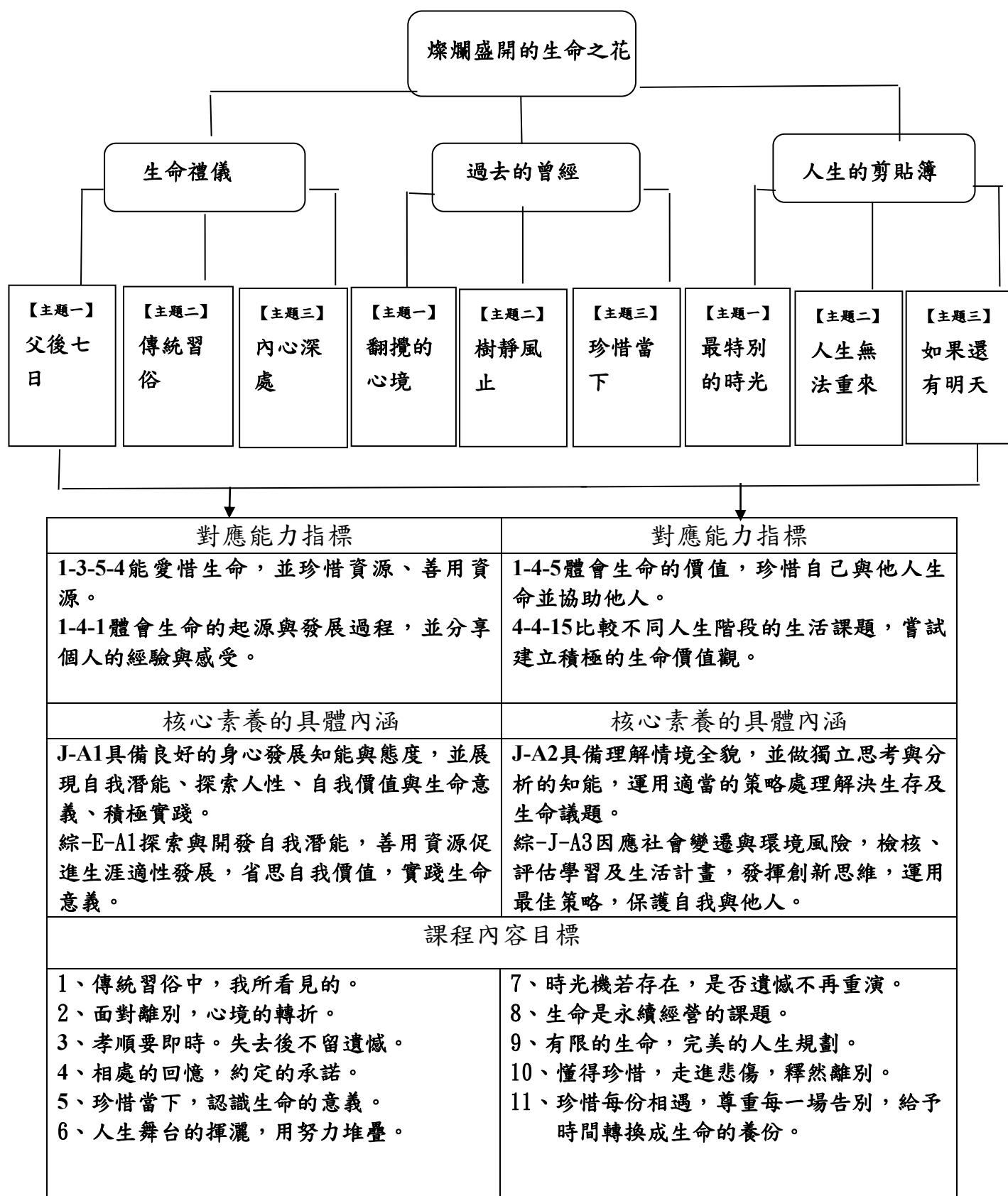
三、核心素養的具體內涵：

- 1、J-A1具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。
- 2、J-A2具備理解情境全貌，並做獨立思考與分析的知能，運用適當的策略處理解決生存及生命議題。
- 3、J-A1具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。
- 4、綜-E-A1探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。

四、教材內容與啟發的目的：

- 1、生命之可貴在於人生只能走一回，在這當下，你的舞台閃亮嗎？
- 2、孝順不是等到功成名就，而是現在開始，所有的表現都能是孝親的表現，活得精采，活得有意義，也算不愧所生。
- 3、如果人生像跑馬燈，你的人生剪輯又會是如何的剪貼，每個階段及過程，又是如何的負責與努力。

伍、教材架構：



陸、教學活動設計

單元（主題）名稱	燦爛盛開的生命之花				
能力指標	1-4-1 體會生命的起源與發展過程，並分享個人的經驗與感受。 1-4-2 透過不同的活動或方式，展現自己的興趣與專長。 1-4-5 體會生命的價值，珍惜自己與他人生命並協助他人。 4-4-15 比較不同人生階段的生活課題，嘗試建立積極的生命價值觀。 1-3-5-4 能愛惜生命，並珍惜資源、善用資源。 1-4-1 體會生命的起源與發展過程，並分享個人的經驗與感受。	教學目標	1、搭配某年會考題，「傳統習俗中我看見」讓學生了解生死習俗。 2、面對不同的離別，心境如何轉折，才能走出傷心的圍籬。 3、孝順要即時，才能不留遺憾，人生是一條無法返程的旅行。 4、要能清楚知道死亡的意義，才能覺察生命的價值。 5、人生舞台的揮灑，用努力堆疊。 6、若不改變自己，即便時光機存在，是否遺憾就不再重演。 7、生命是永續經營的課題，珍惜當下，做一個有意義生活的人。 8、有限的生命，完美的人生規劃。 9、珍惜每份相遇，尊重每一場告別，給予時間轉換成生命的養份。 10、走出感傷，重新詮釋人生。		
情境佈置	筆電裝置 單槍放影	教學準備	1、影片「父後七日」 2、學習單 3、自製教材		
教學目標	教學活動流程		時間分配	教學資源	評量方式
	第一節：傳統習俗—生命禮儀 【活動主題一】父後七日 壹、引起動機 ◆「父後七日」劇情大綱 1、第一日。我們到的時候，那些插到你身體的管子和儀器已經都拔掉了。僅留你左邊鼻孔拉出的一條管子，與一只虛妄的兩公升保特瓶連結，名義上說，留著一口氣，回到家裡了。 2、第二日。我的第一件工作，校稿。葬儀社部隊送來快速雷射複印的訃聞。我核對你的生卒年月日，校對你的護喪妻孝男孝女胞弟胞妹孝姪孝甥的名字你的族繁不及備載。		45分 25分		「父後七日」影片欣賞

傳統習俗中，我所看見的。 面對離別，心境的轉折。	3、第三日，入殮。子孫富貴大發財哦。有哦。子孫代代出狀元哦。有哦。子孫代代做大官哦。有哦。念過了這些，終於來到，最後一面。 4、第四日到第六日，誦經如上課，每五十分鐘，休息十分鐘，早上 7 點到晚上 6 點。這些拿香起起跪跪的動作，都沒有以下工作來得累。 5、第七日，送葬隊伍啟動。我只知道，你這一天會回來。不管三拜九叩、立委致詞、家祭公祭、扶棺護柩，（棺木抬出來，葬儀社部隊發給你爸一根棍子，要敲打棺木，斥你不孝。我看見你的老爸爸往天空比畫一下，丟掉棍子，大慟。） 道士說說：「爸，火來啊，你免驚惶，隨佛去。」 我們說：「爸，火來啊，你免驚惶，隨佛去。」 【活動主題二】傳統習俗 ◆內容探討 1、引導學生「傳統習俗中」對於喪葬禮俗的認識與了解。 2、引導學生從這些習俗中，看到了什麼？或想到了什麼關於人生的問題？ 【活動主題三】內心深處 1、影片內容的統整與提出問題，以利學生對於內容的思考及探討內心深處，對於人生的看法。 2、生活中，是否有與家人、親屬或朋友離別的經驗？面對離別時，你的心境是如何渡過那個坎的呢？	10分 5分 2分 3分	學習單「離別的愁緒」 口頭發表 討論與分享 學習單「離別的愁緒」
--	--	--	--

孝順要即時，失去後不留遺憾。	第二節 離去的曾經 【活動主題一】翻攪的心境 壹、引起動機 ◆經驗的分享 1、我的父親也在三月初離開了，「父後七日」鐵錚錚的親身面對，慌亂及悲傷的錯綜複雜心情，實在無法言喻。 2、孝順要即時，「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」。 3、失去父親的心境調整，有失有得，心情起伏，除了回憶過往相處的點滴，也同時悲負傷痛的心情，處理喪事的繁雜事宜，還要面對其它親屬意見不同的言論壓力。	45分 5分 5分 5分	分享實例
相處時的回憶，約定的承諾。	【活動主題二】樹靜風止 貳、發展活動 ◆樹已靜，風也止 1、「父後七日」影片中，女主角因長年在外工作，只能偶然回去看看父親，在父親離世時才回家奔喪，忙亂中才回想起與父親的種種相處。 2、在你的生活中，有哪些你常常忽略的事？或者跟家人想一起做的事？ 3、生活中，常常會忘記曾與家人約定好的事？是不是有曾經與家人約定好，卻沒有做到的事呢？	5分 2分 3分	學習單「樹已靜，風也止」 活動進行並完成學習單的問題
珍惜當下，認識生命的意義。	【活動主題三】珍惜當下 參、綜合活動 ◆情感的建立 1、家人之間的情感，有時因為時間與空間的影響，使得情感有了疏離感，如何建立與家人共同的時光？ 2、孩子常常認為家人為自己所做的事，似乎成了理所當然的必要，卻忽略家人漸漸老去，有朝一日，必須自己面對種種。	5分 5分	討論重要問題 學生發表想法

	3、討論學習單中的題目：如何珍惜當下？並認識生命的意義。 4、試著說出自己的想法與看法。與家人之間是否有爭吵或想要修補的情感缺口？	5分 5分	討論影片相關內容，並由學生完成學習單內的問題。
人生舞台的揮灑，用努力堆疊。	第三節人生的剪貼簿 【活動主題一】紀念的回憶 壹、引起動機 ◆最特別的時光 1、人生舞台可以讓你盡情的揮灑，你曾經有哪些屬於自己各個年齡階段的回憶，或者代表自己的成就的經驗統整？ 2、每個成就都是努力的堆疊及時間的苦練，想想自己曾為了哪些事情而努力並付出時間？	45分 5分 5分	學習單「人生的剪貼簿」 討論發表
時光機若存在，是否遺憾不再重演。	【活動主題二】人生無法重來 貳、發展活動 ◆時光機的存在 1、人生無法重來，若真有時光機的存在，你想回到哪個跟家人相處或想要改變的時間點？ 2、回到那個想重來的時間點，你想要做的事，或說的話是什麼？	5分 5分	發表想法及做法
生命是永續經營的課題。	◆失落的顛覆 1、「人生有許多的不完美，更有許多的無奈，有時還是得交時間去延宕一切，直到某句點來臨。」 2、失落的情緒常常伴隨著無法改變的事實，生命是一項永續經營的課題，生命充滿未知與無常，自以為掌舵在自我，卻常常被狂風巨浪，打得猝不及防。	5分 5分	學習單「人生的剪貼簿」內容討論及問題提問

有 限 的 生 命，完美 的人生規劃。 懂得珍惜， 走進悲傷， 釋然離別。 珍惜每份相 遇，尊重每 一場告別， 給予時間轉 換成生命的 養份。 走出感傷， 重新詮釋人 生。	【活動主題三】如果還有明天 參、綜合活動 ◆穿進另一個人的鞋子 1、如果還有明天，該做什麼？或想做什麼？人生有如一場演講，在最後需要設計一個令人拍案叫絕的結尾，為生命的最後劃下美麗的句點。 2、讓你的生命藉著他人的觸角，感知從未感知的人生，在有限的生命裡，可以好好規劃自己的人生，就像如果還有明天一樣的積極生活著，也像是如果沒有明天一樣的創造離別的釋然。 ◆懂得珍惜、懂得愛 1、人生要不遺憾，一定要懂得珍惜當下的所有，並認真去愛每個人每件事，時間不等人，在與時間拔河的人生裡，好好感恩，好好演完自己的戲。 2、生命同時含雜了悲傷與歡笑，每個人的生命故事都不同，用盡了悲傷與歡笑，共譜出人生的一齣戲。 3、倘若人生是一棵大樹，你的生命是逐漸凋零的花朵、或是逐漸飄落的枯葉、或是累積了滿滿成功的豐碩果實？ 4、告別是孤寂的，我們只能用一個人的心力去承擔兩個人的種種回憶，明明還撕心裂肺，卻要逼著自己去忘記，終於在某個脆弱的瞬間，潰堤瓦解。 5、以愛學網「拍照片，說故事」導入文章的寫作，並引導學生能去捕捉每個與家人相處的美好回憶，更珍惜現今與家人相處的寶貴時光。	5分 5分 2分 1分 1分 1分		劇情的引導與省思 學習單「人生許願樹」 討論發表 意見想法分享 勉勵與期許 Ppt 分享指導學生得獎作品，說明與討論
--	--	---	--	--

柒、學習評量：

- 一、口頭發表及分組討論
- 二、學習單製作及分享。
- 三、意見的陳述及表達流暢度。
- 四、參與感及學習態度。

捌、試教評估：

活動相片	活動相片
	
影片的分享最能吸引學生的注意及融入情節，並能從中思考人生深層的內心情感。	孩子對於電影情节能有深刻的印象，對於討論及省思，都能引起共鳴，並能靜靜感受。
	
學生對於人生探討的問題，很能說出自己心裡的想法，並引導學生說出自己的經驗。	討論影片劇情時，孩子能專注的思考劇中情節的意義及不同的角度，並能侃侃而談自己的感觸。
 希望孝親的觀念落實在每個孩子的心中。	 透題，也引起學生討論的興趣。



學生認真思考學習單中的題目，專注的神情，可以感受他們的用心及課程的效益性。



孩子踴躍發表「人生剪貼簿」的成長歷程，有喜怒哀樂，也有滿滿的開心與回憶。



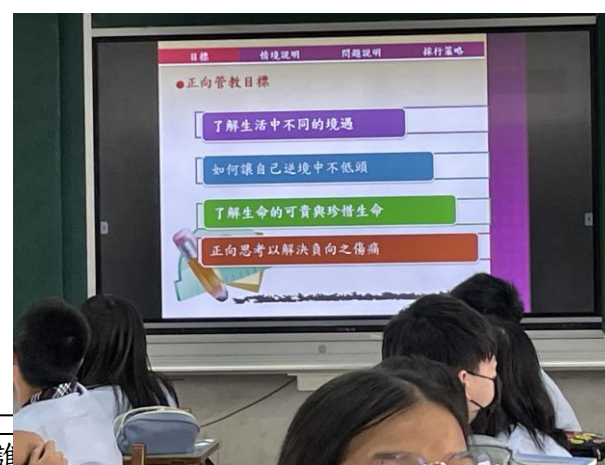
認真思考學習單，內容的分享及心理感受的點滴，讓學生認識生命的意義及價值。。



課程中討論不同的人生議題，提出自己的看法，並想像有時光機，是否一切都能改變。



分家最無法放下與割捨的情愫。



誰生命的可貴，是否才能擁有人生最好的存在。

活動相片

活動相片

傳統習俗中我看見……
從「父後七日」看喪葬習俗

招魂

- 當救護車抵達喪家時，家屬呼叫死者的名，告訴他到家了，就是在「招魂」。
- 死者的魂魄能回歸，後續的一切奠祭才有意義。也使生者產生身心安頓的效果。
- 凸顯人的精神價值所在，對死者的神魂表達懷念之情。
- 是一種心理調適的過程，借由寄望死者只是形體消逝而神魂猶在的懷想，期能舒緩頓失親人的悲痛。

傳統習俗中我看見……
從「父後七日」看喪葬習俗

腳尾飯

- 讓亡魂在冥途中免受饑餓，有力氣趕卦問報到，以入冥籍。
- 古有「飯嘢」之禮，就是希望死者能擁有多量的錢財，無經濟窘迫之憂慮。

腳尾錢

- 在祭「腳尾飯」的同時，在亡者的腳邊焚燒小銀紙、庫錢、往生錢做為死者赴陰間穿山越嶺和渡河的路費。
- 一般人只燒銀紙及庫錢，若枉死及吃齋者則燒往生錢。
- 腳尾錢，入殮前不能斷，折成L形，搭成橋狀，最能延燒。傳統習俗中由女兒燒腳尾錢，一張接一張排成一個圓圈，象徵亡者一步一步行走。

Ppt 分享傳統習俗中的各種喪葬禮俗，搭配影片「父後七日」中所呈現的劇情。

Ppt 分享傳統習俗中的各種喪葬禮俗，詳細說明，讓學生能有更深一層的了解。



從「拍照片說故事」中，分享天倫中最讓人難受的莫過於死亡的面對，及回憶傷感的承受。

討論活動帶出學生的想法，也讓孩子對於生死議題的融入，跳脫制式化的課程。



對於生死的議題，感念珍惜身邊的人。



要及時，即使無常來到，也能無憾。

學習單呈現

離別的愁緒

座號: 24
姓名: 林沛軒

一、根據父後七日劇情中，有不少所謂的「傳統習俗」，你所知道的，或經老師講解後，你可以歸納的有哪些？代表的意義又是如何？

劇中情節	代表的習俗意義
頭七	返家(亡者回家)
孝女白琴	替無家的人
燒香錢	給亡者盤纏

二、在生活中，是否曾有與家人或親屬、朋友的離別經驗？你的心情及面對離別時，你的心境及如何渡過低潮的那個坎？
(如果沒有，可以寫出若遇到時，你會是怎樣的心情及面對方式，會用什麼方式讓自己走出悲傷的低潮心情)

曾經歷的生離死別事件	心境及面對方式
姑姑上天堂了	已樂觀的心懷安慰自己
阿祖上天堂	拜拜
阿公上天堂	和其它的親朋好友談心

學習單呈現

離別的愁緒

座號: 11
姓名: 林沛軒

一、根據父後七日劇情中，有不少所謂的「傳統習俗」，你所知道的，或經老師講解後，你可以歸納的有哪些？代表的意義又是如何？

劇中情節	代表的習俗意義
哭喪	幫死者整座後事，讓死者安眠
只有出此哭，男生不哭	因為男人就男兒有淚不輕彈，女生才能哭
孝女白琴	替不能哭的人

二、在生活中，是否曾有與家人或親屬、朋友的離別經驗？你的心情及面對離別時，你的心境及如何渡過低潮的那個坎？
(如果沒有，可以寫出若遇到時，你會是怎樣的心情及面對方式，會用什麼方式讓自己走出悲傷的低潮心情)

曾經歷的生離死別事件	心境及面對方式
有一次哥哥過世	因為會想小，也還小，所以沒什麼感覺

What's your color?

PINK	ABCDEFGH I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z
------	---

The best of us

離別的愁緒

座號: 27
姓名: 蔡安晴

一、根據父後七日劇情中，有不少所謂的「傳統習俗」，你所知道的，或經老師講解後，你可以歸納的有哪些？代表的意義又是如何？

劇中情節	代表的習俗意義
誦經祈福	祈福和紀念亡者
燒紙紮屋	寓意亡者在另一世界能享有舒適生活
擲蓮花	令往生者心生歡樂而生上蓮台

二、在生活中，是否曾有與家人或親屬、朋友的離別經驗？你的心情及面對離別時，你的心境及如何渡過低潮的那個坎？
(如果沒有，可以寫出若遇到時，你會是怎樣的心情及面對方式，會用什麼方式讓自己走出悲傷的低潮心情)

曾經歷的生離死別事件	心境及面對方式
阿祖	調整心情，給自己加油打氣
無	接受現實
無	慢慢重建生活

樹已靜，風也止

座號: 13
姓名: 蔡安晴

一、父後七日劇中女主角因為長年在外工作，直到父親去世才回鄉辦理喪事，劇中用倒敘法呈現過去與父親相處的點點滴滴，讓人不禁想到「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」的缺憾與感慨。試想自己是否忽略與家人相處的點滴？抑或如女主角說的「她常常會忘記」，是忘記家鄉還有父親？或是忘記父親已不在的事實？你的看法如何？

忽略之事	家人還在世時常做的事
想與家人做的事	一個大大的擁抱、一起出國玩、看海
常常忘記與家人什麼約定	整理家務、一起煮飯
如何珍惜當下(具體作法)	多陪家人聊天、玩
你的其它看法(或想說什麼)	有些時候或許也很快樂，但卻忽略別人的感受，有時需要多陪伴家人，因為血不是孤獨的。

FAMILY

學習單呈現

2025 !!

樹已靜，風也止 班級：113 姓名：李品璇

一、父後七日劇中女主角因為長年在外工作，直到父親去世才回鄉辦理喪事，劇中用倒敘法呈現過去與父親相處的點點滴滴，讓人不禁想到「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」的缺憾與感慨。試想自己是否忽略與家人相處的點滴？抑或如女主角說的「她常常會忘記」，是忘記家鄉還有父親？或是忘記父親已不在的事實？你的看法如何？

忽略之事	他總是對我的課業，我應有的責任，已常常隨風吹散，想你的時候。
想與家人做的事	一起做一頓晚餐。
常常忘記與家人什麼約定	我常常忘記已經答應他們下次要考第幾。
如何珍惜當下（具體作法）	在一起時，放下手機，好好的陪著他們。
你的其它看法（或想說什麼）	現代的人們，因為工作忙碌而存在，而減少了很多家人相處的時間。

04-09

學習單呈現

2025 !!

樹已靜，風也止 班級：113 姓名：周朝恩

一、父後七日劇中女主角因為長年在外工作，直到父親去世才回鄉辦理喪事，劇中用倒敘法呈現過去與父親相處的點點滴滴，讓人不禁想到「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」的缺憾與感慨。試想自己是否忽略與家人相處的點滴？抑或如女主角說的「她常常會忘記」，是忘記家鄉還有父親？或是忘記父親已不在的事實？你的看法如何？

父後七日

忽略之事	家話要長，話多，我常忘記感謝。
想與家人做的事	爸爸在母親節送給我520元禮物。
常常忘記與家人什麼約定	在學校要年級第一。
如何珍惜當下（具體作法）	每次收到書信時，我會感動得哭下來，加倍努力。
你的其它看法（或想說什麼）	我學到生活要忘記父親已離開的事實，也要接受父母離開的事實。

7 DAY

Chinese !!

樹已靜，風也止 班級：113 姓名：陳曉璇

一、父後七日劇中女主角因為長年在外工作，直到父親去世才回鄉辦理喪事，劇中用倒敘法呈現過去與父親相處的點點滴滴，讓人不禁想到「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」的缺憾與感慨。試想自己是否忽略與家人相處的點滴？抑或如女主角說的「她常常會忘記」，是忘記家鄉還有父親？或是忘記父親已不在的事實？你的看法如何？

忽略之事	升上國中後，課業壓力變大，每天一回家就已8、9點，洗個澡就打算去休息了，假日常常都自己關在房間做自己的事，根本沒有時間跟家人好好的聊一下天！
想與家人做的事	一起出去玩，一起做好吃的甜點，一起聊聊天。
常常忘記與家人什麼約定	之前約定好每天若課業至少30分鐘聊聊天發生的事。
如何珍惜當下（具體作法）	應該更多的時間來陪家人，要珍惜。
你的其它看法（或想說什麼）	沒有。

FHCZ

2025 !!

樹已靜，風也止 班級：12 姓名：林品誼

一、父後七日劇中女主角因為長年在外工作，直到父親去世才回鄉辦理喪事，劇中用倒敘法呈現過去與父親相處的點點滴滴，讓人不禁想到「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」的缺憾與感慨。試想自己是否忽略與家人相處的點滴？抑或如女主角說的「她常常會忘記」，是忘記家鄉還有父親？或是忘記父親已不在的事實？你的看法如何？

忽略之事	和家人相處。
想與家人做的事	一起出去玩。
常常忘記與家人什麼約定	不會一離開家就回。
如何珍惜當下（具體作法）	多待在樓下跟家人聊天，陪小朋友玩。
你的其它看法（或想說什麼）	以後要多花時間陪家人。

父後七日

學習單呈現

樹已靜，風也止

班級：113
姓名：蘇韻傳

父後七日劇中女主角因為長年在外工作，直到父親去世才回鄉辦理喪事，劇中用倒敘法呈現過去與父親相處的點點滴滴，讓人不禁想到「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」的缺憾與感慨。試想自己是否忽略與家人相處的點滴？抑或如女主角說的「她常常會忘記」，是忘記家鄉還有父親？或是忘記父親已不在的事實？你的看法如何？

忽略之事	記憶力不佳，常忘記家長說過的什麼，或一段時間的說話。
想與家人做的事	每個假日都可以出去旅遊或到別的地方去玩。
常常忘記與家人什麼約定	常忘記與家人約定要翻面。
如何珍惜當下（具體作法）	時時刻刻把家人放在第一。
你的其它看法（或想說什麼）	珍惜當下，不要浪費時間。

113

學習單呈現

樹已靜，風也止

班級：113
姓名：彭祐開

父後七日劇中女主角因為長年在外工作，直到父親去世才回鄉辦理喪事，劇中用倒敘法呈現過去與父親相處的點點滴滴，讓人不禁想到「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」的缺憾與感慨。試想自己是否忽略與家人相處的點滴？抑或如女主角說的「她常常會忘記」，是忘記家鄉還有父親？或是忘記父親已不在的事實？你的看法如何？

忽略之事	家人都在努力賺錢
想與家人做的事	和家人一起環遊世界
常常忘記與家人什麼約定	多喝水，認真讀書
如何珍惜當下（具體作法）	幫助他人
你的其它看法（或想說什麼）	每個人皆經歷生老病死，所以要珍惜當下

樹已靜，風也止

班級：113
姓名：鄭曉晴

父後七日劇中女主角因為長年在外工作，直到父親去世才回鄉辦理喪事，劇中用倒敘法呈現過去與父親相處的點點滴滴，讓人不禁想到「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」的缺憾與感慨。試想自己是否忽略與家人相處的點滴？抑或如女主角說的「她常常會忘記」，是忘記家鄉還有父親？或是忘記父親已不在的事實？你的看法如何？

忽略之事	常忘記與家人去了哪裡，做了什麼事。
想與家人做的事	多相處、玩。
常常忘記與家人什麼約定	常和家人約定要一起好好相處，但常常沒做到。
如何珍惜當下（具體作法）	對當下的一切心懷感激。
你的其它看法（或想說什麼）	是有家人在的生活，真的非常幸福。

人生的剪貼簿

班級：113
姓名：凌淑雅

一、如果可以製作一本「人生剪貼簿」，裡面可以放入關於自己各個年齡階段的回憶，也可以把最具代表性的成就或經驗統整編排，你想如何製作這本剪貼簿？（如：成就、紀念性回憶、心情感受、最特別的時光……）

國小三年級，我第一次出國，我很喜歡和多人一起打麻將的時候，大家在一起分享30的開心遊玩，雖然很辛苦，但這是一個最特別的時光！

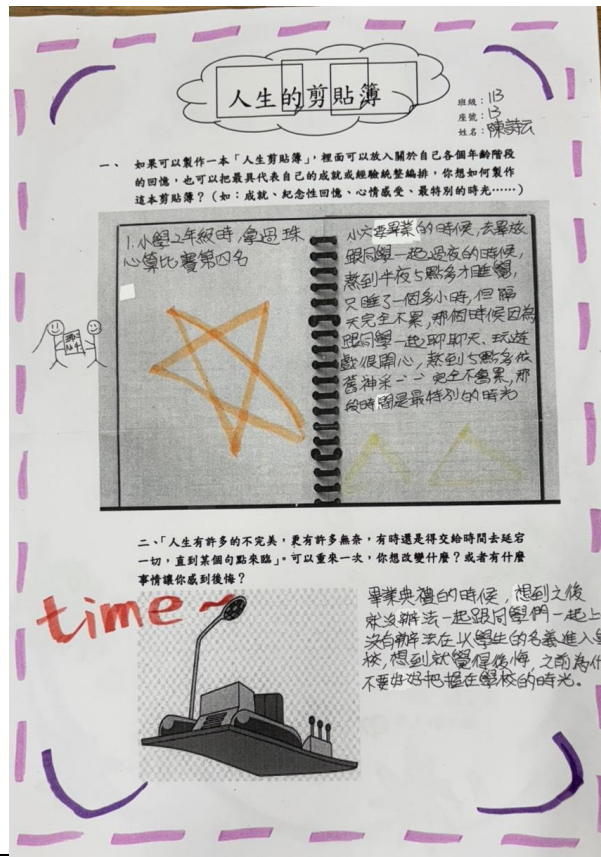
二、「人生有許多的不完美，更有許多無奈，有時還是得交給時間去延宕一切，直到某個句點來臨。」可以重來一次，你想改變什麼？或者有什麼事情讓你感到後悔？

國小畢業並沒有臨場畫，我想到那時候讓自己自由的學習，可以有一個技能。

學習單呈現



學習單呈現



玖、省思與建議：

省思	建議
十二年國民教育課綱中已將生命教育融入在課程之中，結合新課綱所提出生命教育的五大核心素養：終極關懷、價值思辨、靈性修養、思考素養、人學探索。	由於十二年國教涉及小學、國中到高中三個不同階段的學習，學生在人格、身心靈與關係各方面皆在成長的過程中，課程的規劃必須適齡適性。
有意義的「生命教育」概念，應該重視社會脈絡。從表面上來看，這個脈絡包含了社會的各種亂象，例如暴力、謊言、自殺、憂鬱等；深層脈絡則是在人生意義上的困頓沮喪，以致人生沒有明確方向，生活沒有積極目標，生命得不到安穩的前進。	讓學生在十二年國民義務教育的過程中，覺察與調適自我的情緒，探索生命的變化與發展歷程，了解生命的意義，體會生命存在的價值，具備適切的人性觀與自我觀，達到身心靈健全發展
雖然各學習領域與重大議題裡都有不少與生命教育相關的主題軸與能力指標，但在教學上卻缺乏各種落實的配套措施，其中最重要的就是缺乏生命教育的師資培育，復因升學主義的考試領導教學又大大擠壓了生命課題的學習空間，導致生命教育在國中小課程中要落實就遇到了很大的困難。	希望能重視生命教育的定義問題及生命教育在十二年國民基本教育正式課程中應扮演的角色，如此才能有共識一同推行相關的生命教育，提升學生對於生命的價值與規劃生命藍圖的重要性，用以提升對生命的看重與積極的人生觀。
從生命教育的角度來看，人生不是只有生涯發展的問題，還有生命意義的認識與人生目標如何確立的這些重要環節，希望透過不斷的探索，以建立每個人獨特的價值觀與堅定的人生信念。	如何將道德價值思辨的經驗與方法帶入教育中，逐步養成學生在面臨道德價值抉擇時該有的建設性思考能力，是當今教育極為關鍵的任務。

拾壹、參考資料：

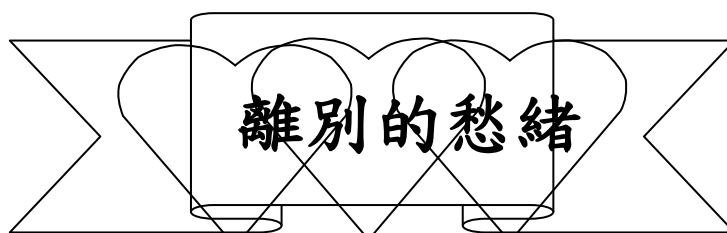
- 1、角子（2023）。你會坦然面對，每一場告別。台北：平裝本出版有限公司。
- 2、殷允芃等（2023）。台果還有明天。台北：天下生活出版股份有限公司。
- 3、紀潔芳等（2015）。打開生命教育百寶箱。財團法人佛教蓮花基金會。
- 4、紀潔芳等（2015）。生命教育你我他。財團法人佛教蓮花基金會。
- 5、馮以量（2015）。最好的告別—善終，讓彼此只有愛，沒有遺憾。新北：寶瓶文化事業。
- 6、劉軒（2021）。成為更好的自己 未來少年的18堂心理必修課。台北：遠見天下。
- 7、薩繆爾（2009）。品格的力量。新北：雅書堂文化事業。

拾、附件：

附件一

傳統習俗	習俗的意義
留一口氣回家	傳統習俗中，對於「留一口氣回家」，是希望可以落葉歸根，回到最熟悉的家裡，安詳離世。 「不知何時拿掉氧氣，醫生會建議不妨等到心跳血壓量不到的時候，再讓爸爸帶著管子回去，或拔掉管子、戴氧氣罩回去都可以。形式上，符合了留一口氣回家的習俗，回到家之後，也不會讓他最後一段路因為喘而辛苦。」大部分家屬都是可以接受這樣子的建議，但也有很多家屬或病人，從一開始就堅持不插管。
孝女白琴	家裡有人逝世後，親朋好友前往葬禮弔喪，死者的家屬除了點頭致意，大部份因為失去親人的痛而會流下淚來，甚至嚎啕大哭。由於「哭」在一些文化的葬禮不單是情感的體現，還是重要的禮儀，有的死者家屬因哀慟欲絕或其他原因而哭不出來，親朋好友左鄰右舍會認為往生者的家屬不夠孝順，因此往生者的家屬會請哭喪女來代哭，並營造葬禮的哀傷氣氛，帶動家屬以哭泣宣洩悲痛情感。 有些是因為礙於白髮人不送黑髮人，或是男性長輩害怕被人看見自己掉淚哭泣，孝女白琴的存在就是代替那些不敢哭的人而哭。
圍庫錢	根據傳統，由於每個生肖要燒到的庫錢面額都動輒好幾千萬以上，所以當家屬燒庫錢時，依照民俗中的說法，也會特別容易吸引到附近的「好兄弟」想要來趁機分一杯羹。故為了保護給往生親人的財富不被好兄弟奪去，通常師父會進行「壓庫」儀式，而同時家屬與子孫們要用「圍圈」的方式，將正在燃燒的庫錢圍起來，這個動作也是俗稱的「圍庫」。由於圍庫是需要家族成員一起完成的，這個習俗其實也帶有子孫們「團結在一起」的意思。
辭地、辭土	辭土也稱謝土、踩土，指的是有年紀的老人家彷彿知道自己的臨終之日，在人往生的前幾天會進行一些動作，彷彿在告別這個世界，代表以後不會再踩在這片土地上了。 如果是平日身體健康、沒有病痛的老人家，可能忽然點香拜天、拜地、拜祖先，而進行這些動作時都是打赤腳不穿鞋，這是老人家臨終前在辭天地、辭祖先。如果是重病躺在醫院的老人家，通常在臨終前幾日的夜裡忽然清醒並恢復體力，堅持坐起來，且急著下床讓雙腳著地，此時代表大約只剩兩三天的日子了。

附件二



座號：

姓名

- 一、 根據父後七日劇情中，有不少所謂的「傳統習俗」，1
經老師講解後，你可以歸納的有哪些？代表的意義又是如何？

劇中情節	代表的習俗意義

- 二、 在生活中，是否曾有與家人或親屬、朋友的離別經驗？你的心情及
面對離別時，你的心境及如何渡過低潮的那個坎？

（如果沒有，可以寫出若遇到時，你會是怎樣的心情及面對方式，
會用什麼方式讓自己走出悲傷的低潮心情）

曾經歷的生離死別事件	心境及面對方式

樹已靜，風也止

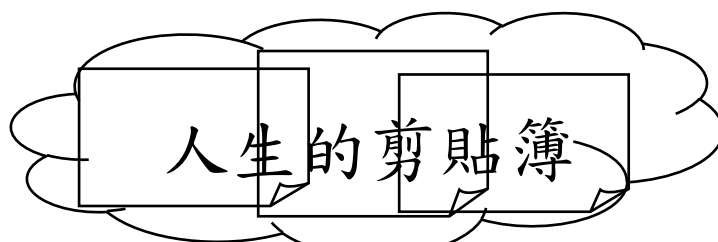
班級：

姓名：

- 一、 父後七日劇中女主角因為長年在外工作，直到父親去世才回鄉辦理喪事，劇中用倒敘法呈現過去與父親相處的點點滴滴，讓人不禁想到「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」的缺憾與感慨。試想自己是否忽略與家人相處的點滴？抑或如女主角說的「她常常會忘記」，是忘記家鄉還有父親？或是忘記父親已不在的事實？你的看法如何？

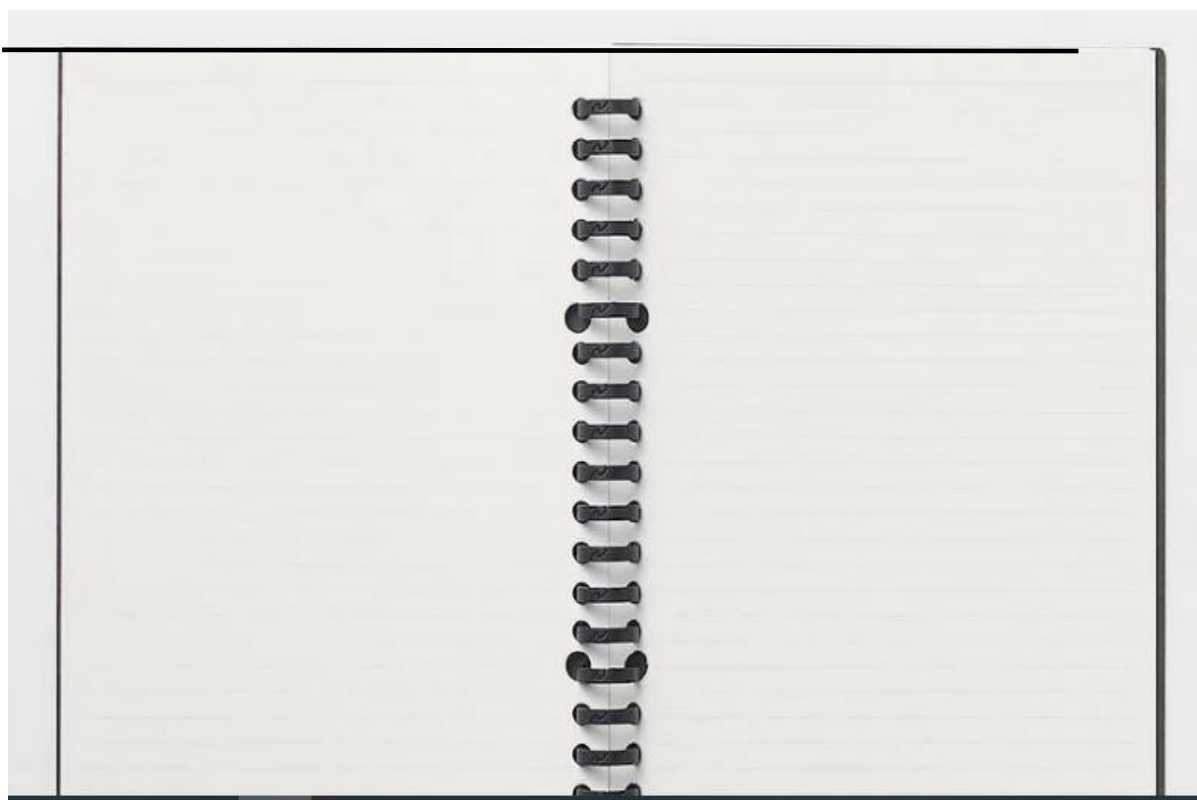
忽略之事	
想與家人做的事	
常常忘記與家人什麼約定	
如何珍惜當下 (具體作法)	
你的其它看法 (或想說什麼)	

附件四

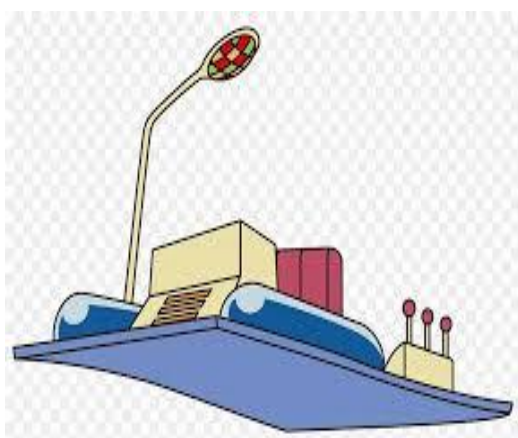


班級：
座號：
姓名：

- 一、 如果可以製作一本「人生剪貼簿」，裡面可以放入關於自己各個年齡階段的回憶，也可以把最具代表自己的成就或經驗統整編排，你想如何製作這本剪貼簿？（如：成就、紀念性回憶、心情感受、最特別的時光……）



- 二、「人生有許多的不完美，更有許多無奈，有時還是得交給時間去延宕一切，直到某個句點來臨」。可以重來一次，你想改變什麼？或者有什麼事情讓你感到後悔？



我的父後七日

前三日 辭地 辭土	據外勞說父親半夜突然要爬起來上廁所，她跟父親說不行，他沒體力下床，後來看監視器畫面，父親拉著醫療床的護欄，吃力的側身起來坐著，外勞將床放低好讓父親的腳可以踩在地板上，父親還看著掛在牆上的時鐘，後來我才知道，這就是所謂的「辭地、辭土」，似乎他自己也知道時日無多，知道以後再也無法踩在這片土地上了，原來這些從網路上看到的資訊，都是可考的應證，父親虔誠供佛多年，禮數總會做到合心意，這次他也懇辭了這片大地。
前二日	早上醫院醫護人員過來探視爸爸的病情，雖然前兩個星期，醫生就告知要有心理準備，因為父親的雙腳已經腫得非常的大，似乎輕輕一碰就會爆開來，我們小心翼翼的不讓父親受傷，一旦有了傷口，或是腫脹爆開就無法癒合。
前一日	早上照例回去探望父親，發現他的呼吸方式不太一樣了，趕緊拍影片詢問醫護人員，得到的回應是，那是「抬顎呼吸」，可能是這幾天了。心情很沉重，雖然知道會有這麼一天的到來，但還是沒法接受。 下午再回來探望父親，見他深沉的睡，雖然叫他仍會回應，但覺得他很累很睏，抬顎呼吸讓他看起來顯得很辛苦，內心好心疼好心疼。 晚上回到家，梳洗後，突然感到心頭酸酸，趕快吃過晚餐後整理完就回去探望父親，一樣深深的睡著，我跟父親說：「爸爸我又回來看你了，每天每天都會回來，你都不睜開眼睛看我，之前問你知不知道我是誰，你都說知道，但你都不曾叫出我的名字，爸，我叫什麼名字？」爸爸很吃力的回答：「你是 000」我開心的說：「爸你叫出我的名字了，你知道是我」後來接續的是哥哥、媽媽跟爸爸說話，我們不知道這竟成了「最後的四道」，「道謝」、「道愛」、「道歉」、「道別」，我跟摯愛的父親說了很多話，也詢問了他最後的事如何處理，選擇在哪裡安置，有沒有要去醫院。父親先前就交代醫療處置，所以我安排了他簽署「預立醫療緩和」DNR。
當日	在父親開始臥床的兩三週，我就整天開著監視器，工作空檔及睡覺時，時時刻刻都希望能掌控父親的呼吸狀態，深怕錯過任何一個環節。 早上06:00起床整理準備上班，再看看監視器，看爸爸好像在睡覺，梳洗完再仔仔細把畫面放大，平時晚上或半夜醒來都會把畫面放大，看看爸爸是不是有呼吸，這天一如往常放大畫面，好像沒有呼吸的起伏，再確認了好幾次，趕快呼叫外勞起來看看阿公，外勞被呼叫聲驚醒，起來叫了好幾聲「阿公、阿公」對著鏡頭跟我揮手「沒有、沒有」，趕快請她幫父親量血壓，第一次還有血壓，隔二分鐘再量就顯示 ERROR，完全測不到血壓及心跳了。 我趕忙回去，在車上眼淚不聽使喚的直流，我知道這次再也回不去了，我就要沒有爸爸了，雖然常常對自己說要有心理準備，但面對「死亡」卻是再有準備，也

	無法學習而來的一項功課。 陪著父親旁邊「爸，我知道您累了，這輩子您都辛勤的工作，也沒有休息，現在就好好的休息，別掛念我們，我們會好好的，您交代不洗腎、不氣切、不送醫院，我都有照做，您也讓我不用擔憂半夜需要叫救護車送您到醫院的匆忙，也沒有住院讓我來回奔波的辛勞。您體恤我照顧您十多年往返的疲累跟辛酸，我都知道您就是很疼我，這輩子我不後悔當您的女兒，雖然忙碌工作，還要帶您往返車程有點遠的診所，但在車上我們才有足夠的時間聊聊天，說說平時您不會說出口的事，也讓我更了解原來嚴格的外表下，您也有無助跟需要陪伴的時刻，您卻不會開口要求我去幫您做什麼，要不是平日的聊天中去了解，我根本不會知道您的內心深處的想法，我盡量都去配合您想要的，因此我希望可以減少遺憾，這樣當女兒的才能安心。」看著爸爸就像睡著了一樣，沒有痛苦沒有掙扎，其實我的心裡也踏實許多，這樣安詳離世，對生病的他來說，也未嘗不是件圓滿的事。
開立 「死亡證明」	等衛生所人員來看完父親的大體，並了解病情的始末，開立了「死亡證明」，多麼沉重的心情，拿到這張證明，雖然只是薄薄輕輕的一張紙，卻連結了這一生的所有糾結與互動，深深的父女情愫是死亡也無法割捨的堅定情感，我哭紅了雙眼，明知父親會捨不得，但我無法控制滑下的淚水，那是我對父親難以割捨的情愛，我從此不會再聽到父親的笑聲，也不能再找他討論事情，遇到困難的時候，也沒有人可以開導我，給了建議與意見了，這次真的不會再有了，以後真的不會再有了。如果天堂可以聽見，我想對父親說：「爸爸我好愛您！一生辛苦撐起這個家，從未聽到半句抱怨，連生病了都怕麻煩我們，爸！現在的您無病無痛，希望您在那裡過得好，毋須掛礙。」
設靈堂 選相片	殯葬業者來搭設靈堂，詢問細節後，要我們決定父親的相片，我拿了父親去蘇聯考的醫學博士相片，跟父親擲杯詢問，他馬上同意，但殯葬業者說最好不要戴學士帽的相片，於是跟父親說，這張最具代表他這生辛勤努力打造的成就，所有的照片跟證書都會放入棺木，一同給他帶去，他才同意選擇另外的相片當他的靈堂大照片。選了一張幫他慶祝父親節的照片，開心的笑著，衣服上貼著在我們幫他製作的領結，上面貼著「最棒的爸爸」，那也成了最有意義的回憶了。
封棺 拜腳尾飯	挑好時辰，移動大體至靈堂，進行封棺儀式前，女兒要拜「腳尾飯」，撫摸著腳踝，最後一次接觸父親的身體，那種冰涼透入心坎裡，我知道已是天人永隔，徹底的失去了他，只剩一副冰冷的遺體，我又再次悲從中來，好懷念好感傷，也好遺憾，為何不能再多陪他久一點，為何父親不能再多撐一下，但離開就不用再受病痛的苦，矛盾的心情讓我無法釋然，但一切的事實逼著自己不得不接受。
頭七	師父來帶領我們「誦經」，希望引渡父親前往極樂，不知道是不是因為「頭七」亡者會回來探視家人，感覺父親就坐在習慣的位置，看著外面，這是他每天都會坐在電視機前看新聞，時不時往外看的形影，不知是不是在等待我每天的不定時回去探望他，我的淚水又下來了，感到自己的不孝，每天這樣讓父親盼著我的回去陪他說話，有時時間不夠，回去就只能問問外勞父親的情況，這也成了我心中的遺憾，若能多跟父親說說話，多陪陪他，或許他心情可以好些，對病情也可以有所幫助，但很多同事朋友都說，照顧父親十多年，心力交瘁也要顧好自己的身體，但我還是百般牽掛，無法放下。

