

南 華 大 學

生死學研究所碩士論文

生死教育對某技職校院學生生命意義感教學成效之探討

----以商業設計系為例

A Study on the Effects of Life- and -Death Education for the Meaning  
of Life of the Students at A Technology College

--As Department of Commercial Design

研究生：紀玉足

指導教授：紀潔芳

中華民國九十二年 六月一日

# 南 華 大 學

## 碩 士 學 位 論 文

生死學研究所

生死教育對技職校院學生生命意義感教學成效之探討  
----以商業設計系為例

研究生： 紀玉足

經考試合格特此證明

口試委員： 釋永有

蔡明昌

紀潔芳

指導教授： 紀潔芳

所 長： 釋慧開 (陳開宇)

口試日期：中華民國 92年 5月 9日

## 謝 辭

花朵的綻放需要園丁細心的呵護與灌溉，論文的完成猶如花朵般需要老師細心的指導與督促，幾經不眠不休持之以恆的共同討論與修正，論文終於完稿通過口試，能這麼的順利，在這個過程中要感謝的人實在非常的多。

感謝生命的導師周瑞宏老師的啟蒙，讓我燃起生命之光，有勇氣面對自己的人生，能身心安頓，進而不斷的學習成長，更感謝您的諄諄教誨時時砥礪著我身心靈的成長。

感謝指導教授紀潔芳老師在我徬徨無助的時候，給我猶如明燈般的指引，讓我有瞭明確的方向，研究的路途過得如此的平順與充實；老師不僅是經師亦是人師，從老師的行、住、坐、臥，在在都讓學生不斷的學習，所以不僅精進了學術修養亦涵養了待人處世之道。

感謝口考教授釋永有老師及蔡明昌老師在學生撰寫論文過程中的關懷與匡正，循循善誘的講解令我銘感於心。亦感謝在我求學過程中給予關照與指導的老師有：釋慧開老師、尉遲淦老師、蔡昌雄老師、吳惠敏老師、魏書娥老師及李燕惠老師。

感謝同窗好友及曾經幫我資料整理的朋友有：林素霞、黃秀美、張玉燕、鄧旗明、許秀霞、鍾文徽、李旭梅、葉貞江、蔡玲真、施明芳、郭建輝、謝典瑩、王秀文等的真摯友誼與協助。

感謝共同科葉論啟主任、高巖峰總教官、胡明誼教官及王玉玫老師的行政協助，讓我能順利進行實驗研究；亦感謝陪我渡過研究過程給我很多啟發的同學們，你們的用心學習即是我最大的快樂。

最後，感謝的是讓我認識生命之美已過往的父母親，因為您們的照顧與栽培讓我成長茁壯，僅以此論文獻給我摯愛的雙親以慰在天之靈。

生命的歷程畫下了美麗的風采不是一蹴可成，更不是獨自一人的成就，那是必須經過時間的粹煉與眾人的成全；因此，在此致上最高的謝意，我愛您們。

誌於台中 民國九十二年六月

## 摘要

本研究主要目的是在規劃並實施適合技職校院學生之生死教育課程，並探討該課程對技職校院學生之生命意義感之立即性和持續性影響，綜合以上研究結果提出具體建議，作為國內技職校院發展生死教育課程之參考。

研究的對象為 91 學年度就讀於中部某技術學院四技三年級進修部學生兩班共 70 人，分為實驗組(35 人)，與控制組(35 人)，進行試驗性教學，除實驗因子外，儘量減少其他因素干擾，在同一時間點進行實驗研究分析，以統整實驗組與控制組學生對生命意義感之差異。

本研究採準實驗研究法進行前測、後測與追蹤測研究，實驗組學生由研究者親自擔任生死教育課程之教學，每週二節課，共十六週(32 小時)，實驗研究期間控制組學生不受任何處理。使用的評量工具則參考何英奇(1990)編製之「生命態度剖面圖」進行研究，所得之資料以獨立樣本單因子共變數分析進行統計分析，並輔以半結構式問卷分析、深入訪談分析，以考驗研究假設；除此之外，研究者透過「單元回饋單」、「課程總回饋表」、「訪談記錄表」及「學生學習成效」做為評量此生死教育課程實施成效之輔佐工具。

本研究結果歸納如下：

- 一、生死教育課程對技職校院學生的生命意義感具有正向的立即影響效果。
- 二、生死教育課程對技職校院學生的生命意義感在追蹤測具有持續性的影響效果。
- 三、從實驗組學生的「單元回饋單」、「課程總回饋表」、「訪談記錄表」及「學生學習成效」顯示，此生死教育課程適合技職校院學生採用。
- 四、技職校院學生最喜歡的生死教育課程教學方式為錄影帶教學，其次是說故事，排行第三的是投影片教學。
- 五、生死教育課程影響最大的單元為是「認識墮胎」，其次為「死亡及瀕死的面對」，「安寧療護」排行第三。

- 六、生死教育課程會引發部分學生感到恐懼的單元有「認識墮胎」、「死亡及瀕死的面對」及「預立遺囑」。
- 七、生死教育課程能達到預定之教學目標。
- 八、教學媒體多元運用教學成效良好。
- 九、生命教育教學活動設計融入專業知識中效果特別殊勝。

根據上述的研究結果，研究者提出具體建議，包括對生死教育教學者、教育行政機關、傳播媒體、學習者、家長、學校輔導中心、社會及民間社團等方面，以作為推動生死教育工作者及後續研究者之參考

關鍵字：

生死教育、技職校院、生命意義感

A Study on the Effects of Life-and-Death Education for the Meaning of Life of  
the Students at a Technology College  
- - As Department of Commercial Design

Abstract

The main purpose of this study is to plan and implement the life-and-death education program suitable for students at technology colleges as well as to explore the immediate and sustaining effects of such program on the meanings of life of the students at technology colleges. Based on the results of the research, concrete suggestions are presented as a reference of developing life-and-death programs in technology colleges in Taiwan.

The object of study was targeted to 70 junior students of two classes in a four-year institute of technology in central Taiwan. They were divided into one experimental group (35 people) and one control group (35 people) for test teaching. Except for the experimental factors, interference of other elements was reduced to the maximum extent so as to conduct analysis of this experiment at the same time and to integrate the differences of these two groups towards the meanings of life.

Pretest, posttest and follow-up test of the quasi-experimental research designs were adopted. The researcher in person taught the life-and-death program two sessions every week to the students of the experimental group for 16 weeks (32 hours); however, the students of the control group did not receive any of such instructions. Using a quasi-experimental methodology in combination with reverencing Dr. Y. C. Ho's (1990) "Sectional drawing of attitude of life", all individual specimen data's factors and variables were analyzed by one-way Analysis of Covariance (ANCOVA). Hypotheses were also tested through analysis of semi-structural questionnaire as well as in-depth interviews. Besides, the researcher used Unit Feedback Sheet, Program Feedback Form, Interview Records and Learning Achievements of Students as assistant tools to evaluate the performance of implementing the life-and-death program.

Results of the study are concluded as follows:

1. The life-and-death program imposes positive and immediate impact upon students at a technology college towards the meanings of life.
2. The life-and-death program imposes sustaining impact upon students at a technology college towards the meanings of life.
3. According to Unit Feedback Sheet, Program Feedback Form, Interview Records and Learning Achievements of Students collected from the experimental group, this life-and-death program is suitable for students at a technology college.
4. The most popular way of teaching life-and-death program with students at a technology college is video tape teaching. The second favorable way is story telling and slide

teaching through an overhead projector ranks the third place.

5. The most influential unit in the life-and-death program is A Knowledge of Abortion and Face Death and Dying is next. POSPICE ranks the third.
6. Units that make part of the students frightened in the life-and-death program include A Knowledge of Abortion, Face Death and Dying and Make a Will in Advance.
7. The established teaching objectives of the life-and-death program can be accomplished.
8. Teaching can achieve excellent results via diversified applications of teaching software.
9. Outstanding effects can be developed by integrating teaching activities of life education and professional knowledge.

Based on the study results above, the researcher proposed specific suggestions, including to life-and-death educators, administrative organizations in charge of education, mass media, learners, parents of students, assistance centers at schools, the society and private groups for serving as a reference for life-and-death education promoters and follow-up researchers.

Keyword :

Life-and-Death Education , Technology College , the Meaning of Life

# 目次

## 第一章 緒論

第一節 研究動機-----	01
第二節 研究目的-----	03
第三節 研究方法與範圍-----	03
第四節 待答問題與研究假設-----	05
第五節 名詞界定-----	06

## 第二章 文獻探討

第一節 生命意義感之內涵-----	08
第二節 生死教育及相關理論之探討-----	25
第三節 技職校院學生身心狀況之探討-----	45
第四節 技職校院之教育目標與發展趨勢-----	52

## 第三章 研究設計與實施

第一節 研究架構-----	59
第二節 研究工具-----	63
第三節 研究對象與樣本分配-----	69
第四節 資料處理-----	71
第五節 生死教育課程方案設計-----	73

## 第四章 結果分析與討論

第一節 生死教育課程對技職校院學生生命意義感影響之分析-----	84
第二節 學生學習總回饋表之結果與分析-----	92
第三節 實驗組學生學習成效之分析-----	103
第四節 個案分析-----	138
第五節 綜合分析與討論-----	149

## 第五章 發現、建議與檢討

第一節 研究發現-----	152
第二節 建議與檢討-----	157

## 參考文獻

一、中文部分-----	167
二、英文部分-----	172

## 附錄

附錄一 量表授權同意書-----	174
附錄二 「生命意義感」預試問卷-----	175
附錄三 「生命意義感」正式問卷-----	179
附錄四 「生命意義感」訪談大綱-----	183
附錄五 「生死教育課程」總回饋表-----	184
附錄六 「生死教育課程」教學活動設計-----	186
附錄七 「生死教育課程」導讀文章-----	207
附錄八 生死教育「課程後」心得寫作-----	214
附錄九 「影片欣賞」心得寫作-----	226
附錄十 「讀書」心得寫作-----	233
附錄十一 「生死教育課程」學生學習回饋單-----	239

# 圖目次

圖 2-1	意義探索的意志與快樂意志圖-----	11
圖 3-1	研究架構圖-----	59
圖 3-2	研究流程圖-----	61
圖 4-1	口繪圖一-----	104
圖 4-2	口繪圖二-----	104
圖 4-3	口繪圖三-----	105
圖 4-4	口繪圖四-----	105
圖 4-5	口繪圖五-----	106
圖 4-6	口繪圖六-----	106
圖 4-7	口繪圖七-----	107
圖 4-8	口繪圖八-----	107
圖 4-9	口繪圖九-----	108
圖 4-10	口繪圖十-----	108
圖 4-11	安寧療護廣告設計圖一-----	116
圖 4-12	安寧療護廣告設計圖二-----	117
圖 4-13	安寧療護廣告設計圖三-----	117
圖 4-14	安寧療護廣告設計圖四-----	118
圖 4-15	安寧療護廣告設計圖五-----	118
圖 4-16	安寧療護廣告設計圖六-----	119
圖 4-17	安寧療護廣告設計圖七-----	119
圖 4-18	安寧療護廣告設計圖八-----	120

# 表目次

表 2-1	死亡教育目標-----	31
表 3-1	實驗設計表-----	60
表 3-2	技職校院學生生命意義感量表項目分析摘要表-----	64
表 3-3	技職校院學生生命意義感量表因素分析摘要表-----	66
表 3-4	技職校院學生生命意義感量表信度分析摘要表-----	67
表 3-5	實驗組學生樣本分配表-----	70
表 3-6	「生死教育」課程大綱與內容-----	79
表 4-1	前測、後測迴歸係數同質性考驗摘要表-----	84
表 4-2	「生命意義感量表」前測、後測統計表-----	85
表 4-3	兩組受試者「生命意義感分量表」前測、後測統計表-----	86
表 4-4	前測、追蹤測迴歸係數同質性考驗摘要表-----	87
表 4-5	「生命意義感量表」前測、追蹤測統計表-----	87
表 4-6	「生命意義感分量表」前測、追蹤測統計表-----	88
表 4-7	對課程滿意程度次數分配-----	92
表 4-8	對於課程的內容了解程度次數分配-----	93
表 4-9	對於課程上課方式滿意程度次數分配-----	93
表 4-10	影響最大的教學單元次數分配-----	94
表 4-11	生死教育引發學生恐懼之統計-----	95
表 4-12	對技職校院學生實施生死教育的態度次數分配表-----	96
表 4-13	是否願意再上生死教育課程-----	97
表 4-14	想獲得更多有關生死的資訊次數分配-----	98
表 4-15	最喜歡的教學方式次數分配-----	99
表 4-16	教學目標的展現-----	102

# 第一章 緒論

## 第一節 研究動機

在世界變動的洪流中，多少人們「不知生從何處來死往何處去」，生命的意義與價值在哪裡？有人渾渾噩噩迷失在俗世中，顯現生命的空白；有人在美國 911 恐怖事件及國內 921 地震的震撼中不知所措，驚嘆生命的無常；此外，台灣當前社會的亂象如：國會殿堂的暴力、失業率的暴增、強暴撕票案、自殺事件、酗酒、吸毒-----等等，不禁讓人思索是社會生病了，還是人們迷失了。

海德格( M.Heidegger 1889-1976 )在他的名著《存在與時間》( Being and Time , Seinund Zeit ) 中，進行「向死存在的透視」，分辨了人存在的實存本然性與非本然性，本然性表現是向死存在的積極肯認，勇敢的面對死的挑戰，關心生死問題，尋獲生死的終極意義，非本然性的表現，是向死存在的忘卻，逃避生死問題，沒有終極關心、終極意義、終極存在的體認，於這樣的實存分析( existential analysis ) 中而下定義：「人是向死的存在」( 陳福濱，2001 )。

傅朗克( Viktor Frankl ) 在其意義治療學理論中提到：「人生是一種課題任務或使命」的實存意義觀，當我們認肯人生是一種任務或使命時，即會了解人生之樂不是人生意義的原由，而是人生意義發現後自然帶來的歸結( 傅偉勳，1993 ) 而這裡所提的「使命」，研究者認為每個人來到這個世界都是有使命的，一般人可能對「使命」這兩字，覺得是很神聖、很莊嚴、很慎重、很大的一個目標。其實，「使命」就是每個人生命需成長的地方，也是個人生命要展現、能發揮的所在。「使命」無分大小、輕重、好壞，就是個人生命需圓滿的部分，「使命」就是心願。心願的由來，可能就是一份心意，或是一個

想法的設定而來。人都因此而來到這個世界，如果不能明白，沒找到，就是迷糊過日子，過得不踏實，無論物質條件再好，精神再自由，總會覺得少了一些什麼，無法真正的滿足。

所以，如何「安身立命、身心安頓」，焦點應該可以放在「人存在的意義」以及「人存在意義的追尋」上，了解生命的意義與價值，我們將能更有能量與勇氣面對生命中的挑戰與挫折，不因周遭人事物的改變而情緒起伏，不知存在為何？當我們真能做到尼采所說：「參透為何，迎向任何」的境界時，生命是美好而圓滿的。猶如李遠哲（1999）所著的《享受生命—生命教育》一書中揭示：「每一個人都必須了解自己生命的意義以及存在的價值，肯定自己接受痛苦與困難，在工作中完成生命，並明白生死的內涵，避免陷入謬思走出疑惑，如此我們才能真正享受生命」。

近年來面臨社會變遷，產業結構及人民生活型態的極遽變化等等衝擊，以及國際間日漸升高的經濟競爭與科技的發展等，工業轉型、技術升級已是時空推移下必然的一個方向（劉嘉茹，2002）。在這樣的趨勢下，高等技職專業教育旨在培養各類高級技術、經營和服務的專業人才，這些專業工作者都是對人和社會的服務工作，其內涵包括專業技術和人文素養，兩者都是決定專業服務品質的重要因素，不可偏廢。因此，技職校院教育不僅宜有專業技術的教學，仍須重視人文教育，賦予人文教育應有之地位，將人文精神融入整個教育歷程中，成為一種富涵人文陶冶的專技教育，則高等技職教育的意義和價值，才得以彰顯（黃文樹，2000），所以人文教育有其實施的必要性。

而技職校院學生，在這經濟趨勢及國家發展的需求中學習高級技術及知能，受當前實用主義與功利導向的影響，是否能認清自己的任重道遠，及生命的意義與價值在哪裡？實不得而知。而這些學生是 Erikson(1963)心理社會發展論中的「青年期」，此階段正值「自我統合」與「角色混亂」的心理危機中，身心的發展非常重要，若發展順利其自我觀念明確，追尋方向肯定，若發展障礙則生活缺乏目標，時感徬徨迷失（張春興，

1991)。所以，為了了解個人的覺醒及生命意義與價值的建立，人文教育中的生死教育對技職校院學生的影響值得深入探討。

## 第二節 研究目的

希借此研究擬訂適合技職校院學生的生死教育課程，讓學生了解「實存」的意義與價值，珍愛生命。研究目的如下：

- 一、規劃並實施適合技職校院學生生死教育之課程。
- 二、探討生死教育課程對技職校院學生生命意義感的立即性影響。
- 三、探討生死教育課程對技職校院學生生命意義感的持續性影響。
- 四、根據研究發現提出具體建議，作為國內技職校院學生發展生死教育課程之參考。

## 第三節 研究方法與範圍

### 一、研究方法

本研究以量化研究為主，輔以質性研究補量化研究之不足，彙整所有資料予以分析，茲說明如下：

#### (一) 文獻探討法

本研究之生死教育實驗課程，由研究者廣泛蒐集國內外相關文獻及邀請具生死教育教學經驗的學者共同研討教學實際問題後，予以修正訂稿，並在實際進行教學實驗時依教學需要稍作調整，供作技職校院學生生死教育課程之參考。

## (二) 準實驗研究法

本研究採準實驗前測、後測不等組設計，立意取樣 (purposive sampling)，分實驗組與控制組，先實施前測後，實驗組學生實施一學期 (十六週) 的生死教育課程，控制組學生未接受實驗處理，學期結束實施後測與追蹤測。以明瞭實驗組與控制組間生命意義感的立即性及持續性之影響。

## (三) 深入訪談法

於實驗組的學生中立意取樣，選取願意參與深度訪談之個案能提供描述的學生三名做深度訪談，於課程中及課程結束後實施，予以分析研究。

## (四) 文件分析法

實驗組之半結構式問卷、學習回饋單、心得寫作、口繪圖、安寧療護廣告、及專題報告予以分析研究。

## 二、本研究之研究範圍如下：

### (一) 研究地區

文獻分析係參考國內外有關生死教育、生命意義感、青少年心理及技職校院發展的資料加以彙整形成本研究的基礎架構；在實驗研究部分，則以中部某技術學院學生為研究範圍。

### (二) 研究對象

本研究範圍之受試者為九十一學年度就讀中部某技術學院進修部四技三年級學生，分為實驗組及控制組，實驗組為商業設計系 (35 人)，控制組為會計系 (35 人)，除實驗因子外，儘量減少其他因素的干擾，採用「橫斷」研究法，在同一時間點進行實驗研究分析，以統整實驗組與控制組對生命意義感之差異。

### (三) 研究內容

旨在探討生死教育對技職校院學生生命意義感的改變，內容包括技職校院學生身心發展狀況、生死教育相關研究之探討及生命意義感之研究。

## 第四節 待答問題與研究假設

一、根據研究目的，研究者提出本研究之待答問題如下：

- (一) 規劃的生死教育課程是否適合技職校院學生？
- (二) 生死教育課程對技職校院學生生命意義感是否有立即性影響？
- (三) 生死教育課程對技職校院學生生命意義感是否有持續性影響？

二、研究假設

根據上述待解決的問題及生命意義感因素分析結果提出研究假設如下：

(一) 立即性影響

- 1-1 接受生死教育課程的實驗組學生，其「生命意義感」與控制組學生有立即性顯著差異。
- 1-2 接受生死教育課程的實驗組學生，其「對生命控制」與控制組學生有立即性顯著差異。
- 1-3 接受生死教育課程的實驗組學生，其「對存在盈實一無挫折」與控制組學生有立即性顯著差異。
- 1-4 接受生死教育課程的實驗組學生，其「苦難接納」與控制組學生有立即性顯著差異。
- 1-5 接受生死教育課程的實驗組學生，其「對生命目的」與控制組學生有立即性顯著差異。
- 1-6 接受生死教育課程的實驗組學生，其「求意義的意志」與控制組學生有立即性顯著差異。

(二) 持續性影響

- 2-1 接受生死教育課程的實驗組學生，其「生命意義感」與控制組學生有持續性

顯著差異。

2-2 接受生死教育課程的實驗組學生，其「對生命控制」與控制組學生有持續性顯著差異。

2-3 接受生死教育課程的實驗組學生，其「對存在盈實--無挫折」與控制組學生有持續性顯著差異。

2-4 接受生死教育課程的實驗組學生，其「苦難接納」與控制組學生有持續性顯著差異。

2-5 接受生死教育課程的實驗組學生，其「對生命目的」與控制組學生有持續性顯著差異。

2-6 接受生死教育課程的實驗組學生，其「求意義的意志」與控制組學生有持續性顯著差異。

## 第五節 名詞界定

### 一、技職校院 ( Technical College )

技術職業教育 ( Vocation-technical education ) 是指高職階段及高中後但不包括大學程度之準備教育 ( 楊朝祥 , 1984 )。我國技職教育體系自八十六學年度部分技術學院改制為科技大學後其學制共有職校、專校、技術學院、科技大學等三階段四種類型 ( 技職司 , 1999 ):

- (一) 職校階段—主要為三年含日校、夜校、補校、實用技能班、特殊教育實驗班、建教合作班、高中附設職業類科及綜合高中職業學程。
- (二) 專校階段—有五專制及二年制兩種，設有日間部和夜間部。
- (三) 技職校院及科技大學階段—有四年制及二年制兩種，並設有進修部在職班。

本研究之「技職校院」不包括職校階段，主要以專科學校、技術學院及科技大學之二專、二技與四技之學生為對象，即是吳清基表示之高等技職教育的範疇。

## 二、生死教育 (Life-and-Death Education)

「生死學」是探討吾人自出生到死亡，所面臨的各種和死亡與瀕死有關的問題、態度與情緒的處理等等，是一門科際整合的學問，具有高度的辯證的開放性，所以生死教育之定義因不同年代、專業領域，而有不同的解釋。Gibson, A. B., Robert, P. C. & Buttery, T. J. (1982) 認為「生死教育」係指探究有關於死亡和瀕死的因素及其與生存的關係之不斷持續的歷程。

因此，本研究之生死教育，係指探討生存與死亡關係之教育歷程。此歷程透過知識的傳達及自我察覺的活動，協助學習者對生命實存意義的探索及對死亡有所認識和理解，進而接納死亡，有能力處理及調適因死亡所引發的種種問題，珍惜生命，關愛生命，提昇生命意義感，規劃有意義的人生。

## 三、生命意義感 (the meaning of life)

生命意義感係指個人對自己生命意義與目的的知覺與感受程度(何英奇, 1987)。Frankl (1967) 認為"生命的意義具有主觀性與獨特性"，它曾因時、因人、因情境而隨時改變，包括人際關係、個人成長、創造、宗教、社會活動等，凡是可令人感受到自己的存在價值，認同這些活動並"認為有意義的"均稱之。

本研究之生命意義感係指受試者在研究者修訂何英奇(1990)之「生命態度剖面圖」上所求得的分數而言。在「生命意義量表」測驗之得分為指標，得分高者表示受試者感到其生命較有意義，生命意義感較正向，得分低者，表示其生命意義感較負向。

## 第二章 文獻探討

本章的目的在探討本研究相關之議題，從生命意義感之內涵、生死教育相關理論、技職校院學生身心狀況至技職校院之教育目標加以探討，以利研究的實施；全章共分為四節，第一節為生命意義感之內涵，第二節生死教育及相關理論之探討，第三節技職校院學生身心狀況之探討，第四節技職校院之教育目標及發展趨勢。

### 第一節 生命意義感之內涵

本研究在探討生死教育對技職校院學生生命意義感的教學成效，所以生命意義感的內涵有探討之必要，本節就傅朗克意義治療法理論、生命意義的基本概念及意義治療法予以探討。

#### 一、傅朗克意義治療法理論：

意義治療：一原文為 Logotherapy，"logo"是希臘字，它表示「意義」(meaning)，

是由存在主義的精神醫學家傅朗克(Viktor Frankl)所創始。其焦點放在「人存在的意義」以及「人對此存在意義的追尋」上。也是存在心理學應用在治療心理疾病上所發展出一套最重要的諮商理論，它是繼佛洛伊德精神分析和阿德勒個體心理學之後的第三種治療學派，被稱為第三維也納心理治療學派(趙可式、沈錦惠合譯，2001)。

傅朗克 (Viktor Frankl) 之所以提出意義治療學 (Logotherapy), 是因為無論是佛洛伊德的快樂原則或阿德勒的權利意志 (後改為成就意志), 都無法真正解決人存在的本質問題, 不足以充分完成治療學所賦予的任務。而意義治療學是徹底化解人存在意義問題的治療學 (尉遲淦, 1998), 因人類有更高的需求就是靈性層面的「求意義的意志」, 人類最高的需求在於一有意義的人生 (傅偉勳, 1993)。

意義治療法的理論基礎是一種生命的哲學, 它是互相連鎖的基本信念 (Frankl, 1967), 分成三個層面, 每層面又分三個側面, 第一層的三側面是意志的自由、意義探索的意志及人生的意義。第二層的三側面是實現人生意義的具體意涵, 即創造意義的價值、體驗意義的價值及態度意義的價值等三種價值。第三層的三側面是態度價值的具體挖深, 即受苦、責疚、死亡或無常 (傅偉勳, 1993)。分述如下:

#### (一) 意志的自由 (the freedom of will)

傅朗克 (Viktor Frankl) 認為意志自由是在面對本能 (instincts) 遺傳 (inherited disposition) 及環境 (environment) 時做決定的自由, 敘述如下 (Frankl, 1965):

- 1、本能方面: 人擁有本能, 但本能並不擁有個人。換言之, 個體擁有「決定的自由」 (freedom of decision), 人們有自由選擇的能力, 能夠決定要接受或拒絕他的本能。
- 2、遺傳方面: 從同卵雙胞胎的相關研究可發現, 雖然擁有相同的遺傳特質, 亦可能會有不同的表現。
- 3、環境方面: 傅朗克認為環境無法完全塑造一個人, 人可以決定要採取怎樣的態度來面對環境。他以在集中營所看到的事實為例, 「在集中營裡看到了相反的情況, 當人們面臨相同艱困的環境時, 有人絕望墮落, 但也有人表現出令人讚賞的情操」。

總之，人絕不是遺傳和環境的產物，應該還有第三個因素，那就是「決定」（Frankl, 1965），雖然人的自由是有限制的自由，受許多先天的條件---例如生理、心理和社會方面的限制---無法完全自由。但是，人們有選擇面對這些事情態度的自由（Frankl, 1967）。所以，人的自由不是因著種種限制而只能被動採取選擇的自由（freedom from conditions），而是不論面臨什麼處境，個體都能採取積極態度的自由（freedom to conditions）。

人有意志的自由，當人們自由選擇以後，應該為其所做的決定負責。責任與自由是一體的，是相互連結的，否則自由就會變成只是專權與恣意了（Frankl, 1988）。傅朗克強調「如果一個人決定他想成為怎麼樣的人，他就能成為那樣的人，那麼他必須對自己的決定負責」。

簡單而言，傅朗克認為人擁有意志的自由，雖然這些自由受制於本能、遺傳與環境，但是並不代表人無法自由選擇。相反的，人可以自由選擇面對事情時的態度，遇到逆境時，就看你是採取什麼樣的態度去面對，不同的態度就會有不同的結果，若能開啟自我覺察能力去抉擇，轉苦為樂、轉悲為喜，命運將掌握在自己的手中，不為命運所苦。所以，一個意志健全的人，將能勇敢而負責的以其自由意志追求人生的意義與價值，並不斷的做決定，採取行動來實現他的目標。

## （二）意義探索的意志（the will to meaning）

傅朗克強調「人探索意義是他生命中最原始的動機，並不是因為『本能驅策力』（instinctual drives）而造成的「續發性的合理化作用」。這個意義是唯一的、獨特的，只有當個人親自實踐這份意義後，才能滿足個人對意義探索的意志（Frankl, 1992）。事實上，傅朗克所謂的「意義」包含了「接受挑戰」的意味，他強調人們需要去挑戰自己內在的潛能，並且面對生命中的任何處境時都不應當退讓，而不被環境所征服，他相信人有超越各種環境的能力（Gill, 1970）。

傅朗克表示，提出意義探索的意志是為了相較於佛洛伊德精神分析學派所強調的「享樂原則」(pleasure principle)，或稱為「快樂意志」(will to pleasure)；以及相較於阿德勒個體心理學派所強調的「權力意志」(will to power) (Frankl, 1992)。他強調「快樂意志」和「權力意志」都是最原始想要追求意義意志的衍生物：權力是達到目標的手段，因為特定的權力，例如：經濟和財物上的權力是追求意義不可或缺的手段 (Frankl, 1967; 1988)；而快樂不是最終目的，因為快樂不能是追求來的，快樂必須是隨著產生的。每個人會有一定原因才會產生快樂的情緒，只要這個原因有了，快樂自然隨之而來 (Frankl, 1992)。「享樂原則」是一種自我欺騙 (self-defeating)，因為人們越將目標放在想獲得快樂，則越不可能得到快樂 (Frankl, 1988)，如圖2-1所示。

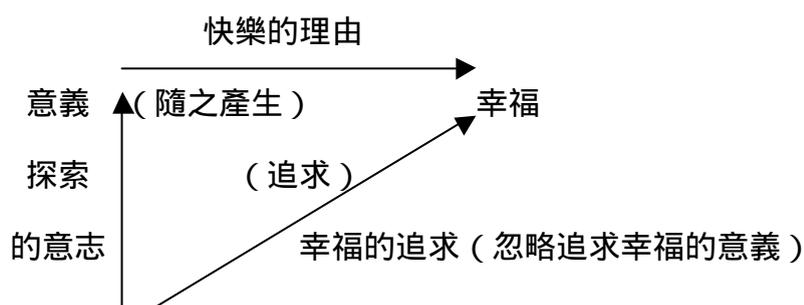


圖 2-1 意義探索的意志 VS 快樂意志 (資料來源：Frankl, 1988)

所以在意義探索意志、權力意志與快樂意志的關係中，意義探索是最終的目的，權力是達成探索意義的手段，而快樂則是探索意義後所附帶產生的愉悅感。若沒有這種體認一味的追求權利與享樂，會迷失在權力與享樂的遊戲當中，而不知道自己有了權力之後，真正所要追求的是什麼？享樂中卻得不到真正的快樂。

總而言之，傅朗克認為人類的生存基本動力是求意義的意志，不是享樂或權力，若能了解自己為什麼做這些事情，做這些事情的意義與價值在哪裡？就算環

境再艱困都能渡得過，所以意義治療的任務在於協助個案發現自己的生活意義，尋出實踐生活意義的途徑，而不只是一味希望個案改變自己以迎合、適應社會環境而已。

### (三) 生命的意義 (the meaning of life)

人們常常會問，「我的生命有什麼意義？」而傅朗克強調人不應該問自己能從生命獲得什麼或有什麼期待，而是應該瞭解生命對自己有什麼期待。因為自己才是被生命詢問的人，生命把「我的生命有什麼意義？」的問題拋給人自己去思考，如此人們才會為自己的選擇負責，而且也只有自己可以給自己生命的答案，旁人是無法為我們做決定的 (Frankl, 1965)。研究者僅就下列說明之：

#### 1、生命意義的種類

傅朗克將意義分成兩種：終極的意義 (ultimate meaning) 與時刻的意義 (meaning of the moment)。所謂終極的意義不能只經由人類的思考而得，而是經由信仰而得，意即我們無法從智識的層面去獲得生命的終極意義，而是從全人信仰的投入才能追尋到 (Frankl, 1988)。終極的意義可能包括了瞭解「人從哪裡來？」「人往何處去？」等問題。至於時刻的意義，就是指人活著的每一刻。不同的人從不同的時刻與情境中去體驗其非凡、獨特的意義。人能從日常生活中，不論是工作、休閒或是與人之間的互動，去實現當下每一刻的生活意義。

#### 2、人生意義的特性 (獨特性)

意義是相對於特定的人處在特定的處境中所產生的。我們可以說意義是因人而異的、因日而異，更因時而異 (Frankl, 1988) 然而不只是情境有其獨特性，甚至整个人生也是具有獨特性的，因為人生是由一連串的境遇所構成的。因此每個人在本質上與存在的過程中都是獨一無二，是無可取代的。如此分析

起來，由於人的存在具有獨特性，所以沒有人能被其他人所取代。總之，人的生命與他能成就意義的機會遲早都會永遠過去，而無法複製與再臨（Frankl，1988）。因此，人也需要珍惜與把握機會，努力成就不同時刻中所賦予的意義。

### 3、自我超越（self-transcendence）

傅朗克（Frankl，1992）強調「真正生命的意義是要從世界去發現的，而不是視為一封閉的系統，從自己的內在來尋求生命的意義。」他提出人有自我超越的能力與特質，「生為一個人，表示自己被指引朝向自己以外的事物或人，他們為一個有待成就的意義或是有待遭遇的人。當個人越無私無我（給自己服務他人與愛他人的理由）時，他就能越有人性，越能實現自我」（Frankl，1992）。自我超越（Self-transcendence）是存在的本質（Frankl，1988）。

### 4、實現意義的具體意涵

傅朗克認為，二十世紀的人們正被「存在的空虛」所襲擊，常常覺得生命是無意義的、空洞的，甚至令人覺得厭煩而難以忍受，然而，我們如何擺脫「存在的空虛」，而賦予生命意義呢？傅朗克（Frankl，1967）提出了三種途徑：。

#### （1）創造的價值（creative values）

藉由「我們能給生命什麼？」來獲得意義，即是在創造的活動中所實現的價值，稱之為「創造的價值」，這種價值可彰顯「工作的意義」。創造活動的層面很廣，可以是一項工作，也可以是一種嗜好，不同的人們在不同的領域中尋找屬於自己的創造價值，只要自己認為值得、願意花心思、時間、與精力去完成的活動或作品，都屬於創作的範圍。例如，家庭主婦對家庭的付出，創造屬於自己的家庭；職業婦女在工作上實現創造價值；畫家、作家創造自己的作品等等。實際上，很少有人無法實現「創造價值」。就算是身體有殘缺的人也能盡力展現屬於自己的創造價值，例如口足畫家、輪椅運動員等等。人們可藉由實現創造價值來賦予生命意義。

## (2) 體驗的價值 (experiential values)

我們從世界所能獲得的意義，若是經由經驗生活中美好的事物所實現的價值，稱之為「體驗的價值」。這種價值可彰顯「愛的意義」。例如有些人藉由喜愛，進而體驗大自然的美、傾聽音樂、欣賞藝術等等來體驗生命的意義。這有點類似自我實現中所強調的「高峰經驗」，這種經驗只可意會不可言傳，是一種內心深受感動的情愫。甚至有時會有「不虛此行」的感受。

當有些特殊情況，因為身體的障礙無法實現創造價值時，也可以藉由經驗他人的創作來獲得經驗價值。此外體驗的價值也可以包括愛人與被愛或體驗造物主的神奇等等來賦予生命意義。

## (3) 態度的價值 (attitudinal values)

藉由對我們不可改變的命運所採取的態度來獲得意義，即使個體處於最絕望困扼的環境中，既無法以創造性活動來實現生命的價值，也無法以經驗的價值來賦予生命意義時，個體仍然可以經由面對其命運與正視其痛苦的方式來賦予生命意義。這種藉由個體承擔不能逃避的受苦 (suffering)，所實現的價值，稱之為「態度的價值」(Frankl, 1965)。因此，直到嚥下最後一口氣前，生命始終都具有意義，因為我們始終都能以正視自己命運的積極態度，來實現價值。這種以坦然不畏縮地面對命運的受苦方式來實現價值的態度，可說是人所被賦予及肯定的最高成就 (Frankl, 1965)。這種價值可以彰顯「苦難的意義」。就這個論題，傅朗克喜歡引用 Nietzsche 的話「只要人們擁有一份活下去的理由，則他能忍受各種型態的生活。」(Frankl, 1965)。換言之，只要人們知道為什麼受苦 (知道自己受苦的意義)，就能夠繼續生活下去，不論處境是多麼的艱難與不堪。

傅朗克亦針對如何實現態度價值，提出一種「悲劇性的樂天觀」(a tragic optimism)，即是雖然面對人生的「悲劇三因子」(tragic triad)：受苦(pain)、內疚(guilt)及死亡(death)時仍具有樂天的態度，藉由人們對生命中的負面與消極的事物採取樂天態度，讓生命中的負面與消極的事物轉變成正面積極(Frankl, 1988)。也就是說，人具有面對人生悲劇時的樂天觀，據此能發揮人的生命潛能(Frankl, 1992)，有下列方式：將受苦轉化為生命的成就或任務的完成、藉助內疚的機會轉變自己使生命更為美好、藉由體認生命的短暫性或生死無常來激勵自己採取負責任的行動(Frankl, 1992)分述如下：

### 1) 受苦

傅朗克提出有三種形式的受苦：無法改變的命運(例如罹患癌症)、情感上受苦的經驗(例如失去愛子)和因為企圖尋找生命意義受挫而為存在空虛所侵襲的痛苦(Bulka, 1979)。當一個人受苦時能真正對自己的「命運」採取立場，這個受苦就顯出它的意義了(Frankl, 1988)，所以苦難是測試的最佳命題，如果遇到挫折和險阻時，能不灰心喪志，反而能化阻力為助力，勇敢向命運挑戰的話，那麼人們就不會辜負「天將降大任於斯人也」的美意了！意義治療法的基本信條之一就是：人主要關心的不在於獲得快樂或避免痛苦，而是要瞭解生命中的意義。只要人們確定辛苦或受苦是有意義的，寧願受苦。

### 2) 內疚

就內疚感而言，去克服自己的內疚是人的權利(Frankl, 1988)。有些人因為犯了罪覺得內疚，希望對受害者有所補償，或開始為社會及需要幫助的人服務，因此而改變了自己，使自己的生命更有意義，這是承擔過錯的表現。

### 3) 死亡

傅朗克認為「過去」(in the past)有無法取消(irrevocably)的特性，所有過去做的事、說的話都會儲存起來，記憶是別人拿不走的，這些都是老年人的資產，而生命雖是「有限、不可逆轉」的，人們可以藉機會一次將事情做好，發揮潛能來賦予生命意義(Frankl, 1992)，所以死亡是最後的成長的機會。

一般人對生命意義的詮釋，常取決於對個體而言是否有「價值」，但問題是人們常將「價值」與「有用」(usefulness)的概念混為一談。這是採取「成就取向」，導致的結果就是社會普遍崇拜或羨慕那些成功又快樂的人，尤其是羨慕年輕的人(Frankl, 1992)。「價值」並不能只取決於外顯成就，並不是年輕、漂亮、有錢等才有價值。否則如同傅朗克所認為的，如果人們只從個人現在是否對社會有立即效用來判斷個人是否有價值，這樣的話，個人可能因此陷入矛盾的情境。

總括來說，就生活意義部份，傅朗克認為人在嚥下最後一口氣之前，生命始終具有意義。而且人們在生活的每一刻都能有其獨特的生活意義，每個人的生命都有其獨特性，是無可取代的。最後，傅朗克提出了三種價值以作為實踐、發現意義的途徑，以幫助人們檢視自己的生活是否有意義來擺脫無意義感與空虛感的侵襲。這三種價值包括，創造價值，透過工作來實現意義，是每個人都能獲取的生活意義；體驗價值，透過愛與他人、他物與他事建立關係，以體驗生活的意義；此外，是態度價值，透過對無可避免的苦難時堅忍不拔、奮鬥不懈的生活態度來實現生活的意義。因此，生活的意義並不一定是從正面的、好的、有意義的生活事件、活動或與他人良好關係中所獲得的，生活的意義也是可以從負面的、不好的、受挫的、看似無意義的磨難中來深刻體驗的。

#### (四) 意義治療法哲學基礎之綜合探討

從傅朗克發展意義治療法理論以來，有許多意義治療學者將他的理論發揚光大，也賦予不同的思考向度，讓意義治療理論更具體化，應用於更多領域上。其中 Fabry( 1988 )根據傅朗克的思考脈絡提出五個探索意義的標竿( guidepost )，包括自我發現、選擇、獨特性、責任與自我超越。分別敘述如下：

- 1、自我發現：人們越發現躲在自我保護面具下的真實自我，則人們越能發現意義。儘量瞭解自己的個性、自己的興趣、自己的處事風格、自己的一切一切，進而運用各種有效的方式發掘自己的潛能。
- 2、選擇：在各種境況下，越能瞭解自己有哪些選擇，則越能實現意義。因為看清自己不再是無助的受害者，自己可選擇不受傷害，或是選擇將傷害減至最低。或者自己可以選擇面對困境時的態度，進而戰勝環境。或者自己可以選擇自己所喜愛的、自己所願意承擔的。
- 3、獨特性：當人們處於他人無可取代的情境中時，人們最能發現自己與眾不同的意義。就是因為無可替代，所以顯得自己的存在更為重要，更有價值。
- 4、責任：當人們學習對自己所自由選擇的結果負責任，則人們可能獲取意義。或者當人們學習對於無從選擇的命運，不擔負責任，不太過於自責、鑽牛角尖，則也可能獲取意義。
- 5、自我超越：當人們不再只關心自己，不以自我為中心，而幫助他人、協助他人，或是將生活觸角伸展到客觀的生活環境中，則實現了意義。這一部份可能是最不容易達到的，有些人可能認為當命運之神對我們不仁慈的時候，我們為什麼還要考慮到他人的感受呢？諸如此類的詢問。但是，自我超越是人類最特殊的一項能力，能超越自我，為了自己所關愛的人而奮鬥，也為了某一項自認為有價值、有意義的理由而努力。

這五個意義標竿，在人生不同階段中，雖然每個階段都可能透過這五項標竿來獲取意義，但是可能有其不同的重要性與影響力。例如青少年的時候可能需透

過努力發現自我而獲取生活意義或自我肯定的價值；成年的時候可能會擔負許多責任，包括負擔家計，養兒育女，照顧年老父母等，從這些所擔負的責任中，來肯定自己生活的意義；而到了老年，可能回顧一生發現自己有獨特的生活歷練，或是最後在自我實現之餘，也超越自我的侷限，關懷他人、幫助他人。

## 二、生命意義的基本概念：

### （一）生命意義的定義：

Rabbi (1977) 認為太多人把生命價值做錯誤的詮釋，他們重視生命的長度而不是深度，重視它的問題而不是對它的承諾。如果想要心靈成長，永遠不會因為年長而太遲，也不會因為病得過重而來不及。生命是一連串的尖峰時刻。當我們擁有一份尊榮，獲得一個地位，經驗愛情，敞開心胸面對他人、面對世界時，就是對自己的生命賦予意義。

Yalom (1980) 認為生命的意義有兩種，一種是宇宙的意義，即指存在於個人之外或超越個人的一些創造，通常指在宇宙中無法被解釋源由的神奇或心靈層次的事物，意指上帝創造世界的意義。另一種為世俗的意義，也就是個人的意義，不單是一種目標或角色的意義，也是指引個人如何生活的指標。

傅朗克 (Frankl, 1967) 表示，人生在世所遭遇的每一件事都是一種挫折的挑戰，都是擺在面前需要面對及解決的問題，因此，與其詢問生命的意義為何？還不如盡其努力地對生命負責，對自己的人生有交代，以「盡責」來回答生命的意義。趙可式 (趙可式、沈錦惠合譯, 2001) 根據 Frankl 意義治療理論亦提出「妳不要去問生命，妳應該要回答生命對妳的質詢。」「生命有責任、有使命，是妳要去完成實現它。」

本研究把生命意義界定為個人對生命的意義，而非宇宙對生命的意義，生命

意義感乃為個體的獨特使命，藉此導引其對生活的方向、生命的態度與責任，並進而願意為生命負起責任，面對與達成自己的使命。

## （二）意義形成的特質：

### 1、意義需要追尋

因為它是一種發展型式的動態心理過程，此不是每個人都有能力去作這樣的自我發展，甚至這種自我發展的工作也須要經過教育或醫療的手段來完成。對精神官能症患者而言，因為他們在感知自己的生命課題上，有一種缺乏本能確定性（instinctive sureness）的特徵，所以他們在發現個人生命的具體課題上特別有一些困難（Frankl, 1965）。這段話顯示：在生命課題或意義的發展上、人與人之間是有極大的個體差異，這種意義的內容與發展內容的能力並不是每個人一生下來就具備，也並非一生下來就相同的，是在每個人各別的生命情境中不斷去建構自我存在的意義，建構健全的人將會有較為健康的生命態度，而建構較不健全的人則有可能會產生精神方面的困擾。

Frankl (1988) 強調：生命唯一真正短暫無常的部份是它的潛在力，一旦成為事實，立刻變為過去。凡存在過的，會永遠的存在，它們會從短暫中被保存起來。而那一份短暫存在性，不是沒有意義的，它十足地構成人類的責任感；正因為世間每樣事物都是短暫的，所以人必須不斷抉擇，於是要甚麼樣的事物，便成為自己"存在"的里程碑。曾存在過的，才是一種存在，而且可能是一種最真實的存在，必定曾留下痕跡。

### 2、意義發展的工作在意識中進行

以 Frankl 的「意義治療法」的治療機制即是認為：對於我們自己的存在意義的「認知」，是有助於我們的心理治療的，只要有一項課業顯示在個人的眼前，就具有莫大心理治療上及心理衛生上價值。又說：「病人的認知焦點要放在他生

活的課題上，而不是放在自身的障礙或干擾上。這也就是說，必須去面對自己存在的意義」。當「課業顯示在個人的眼前」這就是我們「存在的意義」，而我們要「面對自己存在的意義」，方法上就是「認知」。(Frankl, 1965)

認知到意義是「人對這存在意義的追尋」正是 Frankl 所提及的『求意義的意志』。這種意志即是「使『人』能生存下去的推動力」，為什麼呢？認知到「存在的過程即為存在的意義」的信息，此信息是具有心理治療的效果。

### (三) 意義缺乏的心理狀態：

當人們追求意義的意志受挫時，人們就會發展出下列的心理狀態（游恆山，民 1991）。

#### 1、存在的空虛 (Existential vacuum)：

「存在的空虛」主要的現象是無聊與厭煩，這是個體在存在中缺乏意義與目的的一種經驗型態，並因而產生一種空無的感覺。當我們缺乏身為有價值人物的認同，或對自身的目標缺乏知覺性時，我們隨即會陷於這種情緒的泥淖裡。雖然在本質上這並不是一種心智上或情緒上的疾病，但 Frankl 認為這是我們這個時代的人類通病。事實上，今日的時代中，這種無聊與厭煩，比災難疾病，還要帶來更多的問題，因為自動化機器不斷的進步，使一般人增加許多閒暇的時間，如果不會善用時間，很快的就會發生許多此類的憂鬱症了，所以 Frankl 指出：「工作本身雖不能具有意義，但透過工作，人們的獨特性和唯一性得以表現出來，因而可以使我們的生命充滿意義」。

#### 2、存在的挫折 (Existential frustration)：

「存在」一詞有三種用法 (1) 表達「存有」本身，例如獨特的人類存有形式；(2) 表達存在的意義；(3) 在個人的存有中努力去尋找具體的意義，這就是前面提到的「意義探索的意志」(趙可式、沈錦惠合譯，2001)。

假使「存在的空虛」的狀態持續著一段時期而沒有解除的話，就會產生這種存在的挫折。挫折是當一個人的動機或是去實現某種需求的活動遇到阻礙時所出現的一種情緒反應。當我們非常迫切地想要擁有某種事物，但卻無法重覆地去得到它時，則不可避免地我們會覺得受到挫敗。所以假使我們在自己的存在中無法尋找到意義時，則我們就會感到存在的挫折。

Frankl 指出，今天已經不再像佛洛伊德時代那樣，生活在一個性挫折的時代了，但對於那些意義受挫折的年輕人而言，內心空虛、生活無聊，找不到人生的希望更使其困惑。意義治療並不想用一個目標和意義來統一病人的心理和影響病人的決定，寧願人們生活在一個有選擇的，即便是錯誤的世界而不願生活在一個沒有選擇的空虛世界。

### 3、心靈性精神官能症（noogenic neuroses）：

存在的挫折嚴重的人會導致「心靈性精神官能症（noogenic neuroses），這跟「心理性精神官能症（psychogenic neuroses）」不同。「心靈性精神官能症」並非起源於心理因素，而是源自人類存在的心靈層次（希臘字noos意指心靈mind）。心靈性精神官能症不是「驅策力」與「本能」之間的衝突所引起，是不同的價值衝突所引起的（趙可式、沈錦惠合譯，2001）。遭遇存在挫折的人，往往藉酗酒、賭博、吸毒、犯罪、性氾濫，來彌補其心靈的空虛，今日社會的危機即導源於心靈的空虛（何英奇，1990）。

所以在精神治療界，意義治療的任務，在於協助病人找出他生命中的意義，而意義治療與精神分析最主要的差異是在於前者認為：作為一個人，最重要的是關懷實現意義與價值，而不僅僅為了滿足驅策力及本能，或只是為平衡協調本

我、自我、超我間的衝突（id，ego，superego）；或只是為了適應社會與環境而已（趙可式、沈錦惠合譯，2001）。

Frankl 多次強調，每一種精神官能症狀都有四種根源，產生於人類存在的四種不同的基本層次，即生理、心理、社會和存在。所以精神官能症有四種形式，（1）身體或生理病狀的結果（2）心理東西的某種表達（3）在社會力量範圍內達成某種目的的手段（4）作為一種存在的方式。在生命課題或是意義的發展上、人與人之間是有極大的個體差異，這種意義的發展能力並不是每個人一生下來就具備，也並非一生下來就相同的，是依靠每個人在個別的生命情境中不斷去建構自我的存在的意義，建構健全的人將是會有較為健康的生命態度，而建構較不健全的人則足有可能會產生精神方面的困擾。

生命唯一真正短暫無常的部份是它的潛神力，一旦成事實，立刻變為過去。凡存在過的，會永遠的存在，它們從短暫性中被保存起來。正是由於生命具短暫存在性，反而更構成我們的責任感；因為生命中每樣事物都是短暫的，所以必須不斷抉擇，要如何選擇和選擇甚麼樣的事物，成為自己「存在」的里程碑，構成自己對生命意義的感度。

### 三、意義治療法：

意義治療法是少回顧，與較少內省的方法，焦點是放在將來，也就是說，焦點放在將要完成的工作與意義上，不強調惡性循環的形成及回饋機轉（趙可式、沈錦惠合譯，2001）。以下就意義治療法常用之治療方式加以介紹。

#### （一）工作的意義：

工作代表著個體與社會聯接的疆域，因而必需建立意義與價值的支持，個人工

作的意義與價值總是與對社會貢獻有關，而不是一種純粹的職業。例如：醫生的工作意義不在於他的治病責任，而是在於他的人格帶給工作的東西及他工作中所體現出來人性的光輝，只有不以謀生與治病為目標，超越別人對他的評價，工作的本身才具有意義，如果僅是為了賺錢維生，這樣的工作是沒有任何意義的。

失業者由於失業，常使他感到自己的生命毫無意義，當熱情漸漸消失後，生活變得愈來愈無所謂，失去了生活的動力和創造性。這種冷漠是很危險的，它使人無法觸及來自外界的援助之手。通常失業者給他們一個對自己現狀的合理解釋，他們認為別人不用再要求他們什麼了，他們也不再要求他們自己什麼了，似乎意味著自己的生活責任和對他人的責任消失了，所以需要工作來恢復生活動力，進而體現生命意義與價值。

事實上，影響失業性精神官能症的一種錯誤觀點，即工作是生命的唯一意義。當人們面臨失業時，可以自行決定是否在心理上屈於社會命運，有許多人將自己投身於另一種有意義的工作，如自願參加各種社會服務組織、參加成長團體、養成聽講座和聽音樂會的習慣、閱讀書籍並與朋友交流心得，甚至於體力性的活動，如登山，郊遊等，充實自己的時間，將閒暇變得很有意義。意義治療者認為，一個人有工作的能力，但並不一定具有一個有意義的生活，而另一個人也許沒有工作能力，但只要能夠選擇生活的方式，就能夠給生命賦予意義。

## (二)愛的意義：

愛是進入另一個人最深入人格核心之內的唯一方法。沒有一個人能完全了解另一個人的本質精髓，除非愛他。藉著心靈的愛情，我們才能看到所愛者的真髓特性。更甚者，我們還能看出所愛者潛藏著什麼？那些潛力是應該實現卻還未實現的？而且由於愛情還可以使所愛者真的去實現那些潛能。藉著使他體會到自己能夠成為什麼，應該成為什麼，而使他原有的潛能發掘出來(趙可式、沈錦惠合譯，2001)。

意義治療學並沒有將愛情解釋為性衝動及性本能的昇華的「次級現象」，只是將性慾與情愛之間做了劃分，進入了更深的層次，人們所珍視的及看到的是對象精神上的唯一性和單一性，所以，愛情是永恆的，不可取代的。這就是為什麼愛可以持續到所愛的人死去之後，並不因為所愛的人離開了或者故去了而終止，這種對價值的認識能夠豐富人性，構成了生命的意義。

當一些體驗過失敗愛情的人變得顧影自憐時而放棄了尋找，封閉在內心的主觀世界時，必須找到支撐我們生命勇氣的源頭，接受生命的不完美與生命的意義。Frankl 指出，人可以裝作不能選擇，被動地聽任環境的安排，也可以選擇任何想要的生活方式，生命的潛能就在於人的選擇，過去雖不能更改，但未來卻不必然由過去所決定。即便愛是無回報的，也會豐富我們，在相互的愛中，都可以使對方有所提昇，有所成長。

### (三)人的領域-超越自我

人類存在的特徵之一是自我超越，而不是自我實現；人的特徵是「追求意義」，而不是「追求自己」。換言之，生命的真諦，必須在世界中找尋，而非在人身上或內在精神中找尋。自我超越也意指人能超越生理、心理層次的限制而進入精神層次，人是一種能夠負責的受造物。

一個人愈是擔心某一事情，他就會愈是覺得這件事情可怕，因而這件事情就真的令人害怕了；同樣的，一個人愈是想要這個東西，他的慾望愈強，就會阻礙他實現這個願望。意義治療就是利用這一個原理，試圖引導病人不再與強迫觀念作抗爭，或者不再擺脫恐懼，相反地誇大這些恐懼或強迫觀念，讓病人不再為這些病症所困擾了。這種以矛盾意向方法的治療次數根據病人病情的長短有所不同，但總體分析比精神分析要短得多，正由於此治療法造成了病人自我超越，所以它對於許多慢性病人具有良好的效果。

所以不管是快樂還是淒涼，生命都是有意義的，意義治療所講的意義是病人自發的產生，是內心真正的信念，既不是因果性的也不是特殊性的，它是一種合適的治療，生命的意義甚至可以在苦難中抽取，那麼即使到了生命的最後一刻，到了最後二次呼吸，生命仍然是有可能有意義的，但這並不是說從苦難中尋找生命的意義是必須的，假設我們真的得面對無法避免的困難，那麼我們現在所需做的事就是要消除它產生的原因，不管它是心理的、生理的、社會的、還是政治的，如果我們確定我們沒有能力改變它，那麼改變我們面對的態度吧！

## 第二節 生死教育與相關理論之探討

有關生死問題是生命過程中的重大問題，知「生」知「死」進而掌握生命的意義是非常重要的，許多專家學者對「生死教育」及相關理論「生命教育」、「死亡教育」有不同的詮釋與研究，為更深入了解三者之間的區別與關聯性，以利設計適當的課程，探討如下：

### 一、生命教育 (Life education)

#### (一) 生命教育的緣起

有關台灣地區生命教育之發展在民國86年，台中某高中發生該校學生墜樓身亡的意外事件，民國87年清大某研究生，以王水殺人毀屍案，後又有多起國、高中生跳水、自殺等事件，台灣省政府教育廳感於當時的社會快速變動，多元價值盛行，極易迷失自我，導致人心疏離、道德淪喪……要匡正社會風氣，根本之道，必須由教育改革做起。提升人文素養，注意心靈改革，推動倫理教育……(台灣省政府教育廳，1998)。所以起初用意是要革新社會風氣，加強倫理和道德教育，因此在民國87年，推動「臺灣省國民中學生命教育實施計劃」，委託由實施倫理教育成效不錯的曉明女中來規畫。

以台灣現況言，目前的暴力問題相當嚴重，所謂暴力包含兩方面，一是不尊重與傷害他人生命的暴力；二是青少年的自我傷害或自殺。這兩類殘害生命的暴力事件在近幾年來層出不窮，而且年齡層也逐漸下降，這是國內倡議生命教育的主要社會背景。

至於國外生命教育之發展，西方國家明確標舉「生命教育」的概念(life education)，是1979年在澳洲雪梨成立的「生命教育中心」(life educational center：LEC)。該中心目前已發展為一國際性機構(Life Education International Institution)，屬於聯合國「非政府組織」(NGO)的一員。他們所謂的「生命教育」可以由其設立宗旨看出，那就是致力於「藥物濫用、暴力與愛滋病」的防制(孫效智，2000)。

國內、外生命教育在具體議題上固然有不同的側重，但面對這些問題的根本解決之道則是互通的。LEC 相信，要讓孩子遠離毒品，就要給他們一個正向而積極的生命起點；台灣社會從「暴力或自殺防制的觀點」出發也一樣，著重正面人生觀的建立以及家庭社會的互愛互助。因此，真正的生命教育應從家庭、學校、社會各方面著手，幫助兒童、青少年從小開始探索與認識生命的意義、尊重與珍惜生命的價值，熱愛並發展每個人獨特的生命，並將自己的生命與天、地、人之間建立美好的共融共在關係。

## (二) 生命教育的定義

以保存延續生命，並啟發生命智慧，深化價值及反省，整合知情意行為目標，經由幫助學生探索與認識生命之意義，尊重與珍惜生命，熱愛並發展個人獨特的生命，實踐並活出天地人我共融共在之和諧關係之教育活動及本質(台北市教育局，2000。轉引自陳英豪，2001)。

(三) 生命教育的內涵 ( 陳英豪, 2001 ; 孫效智 2000 年 ; 張淑美, 2002 )

- 1、深化人生觀 ( 屬於人生哲學與宗教思想的領域 )。
- 2、內化價值觀 ( 屬於倫理與道德教育的範疇 )。
- 3、知情意行整合 ( 屬於發展心理學人格統整和品德教育領域 )。
- 4、發展多元智慧與潛能 ( 屬於情緒適性教育 )。
- 5、生死智慧與尊嚴。

(四) 生命教育的目標

台灣省教育廳於八十七年於中等學校生命教育實施計劃中明訂生命教育的目標如下 : ( 台灣省教育廳, 1998 )

- 1、輔導學生認識生命的意義, 進而尊重生命、熱愛生命、豐富生命的內涵。
- 2、輔導學生認識自我, 建立自我信念, 進而發展潛能實現自我。
- 3、增進人際關係技巧, 提昇對人的關懷。
- 4、協助學生建立正確人生觀。

教育部於 ( 九十 ) 年所公佈的「教育部推動生命教育中程計劃」中所提及教育目標」如下 : ( 蔡明昌, 2002 )

- 1、有一顆柔軟的心, 不作傷害生命的事。
- 2、有積極的人生觀, 終身學習讓自己活得更有價值。
- 3、有一顆愛人的心, 珍惜自己尊重別人並關懷弱勢團體。
- 4、珍惜家人重視友誼並熱愛所屬的團體。
- 5、尊重大自然並養成惜福簡樸的生活態度。
- 6、會思考生死問題, 並探討人生終極關懷的課題。
- 7、能立志做個文化人、道德人, 擇善固執, 追求生命的理想。
- 8、具備成為世界公民的修養。

由民國九十年所推動的生命教育相較民國八十七年所推動的生命教育，發現現階段的生命教育目標有加深加廣的轉變，從個人擴展到群己、大自然的關係上，具備了成為世界公民的修養，此外納入有關生死問題與人生終極關懷的課題，可見對談死亡問題已漸能接受，因此成為一種廣義的生命教育。

## 二、死亡教育 (Death education)

### (一) 死亡教育的緣起

「死亡教育」的源起必須溯及當代「死亡學」(Thanatology)的興起。「死亡學」是二次戰後美國的一門新興學科。以往，美國社會也極力地迴避死亡的諸般面向，直至第二次世界大戰之後，戰爭鮮明的印象與創痛烙印在人們心裡，人們再也無法抹滅喪失親人的哀痛與逃避面對慘烈的死亡方式。越來越多的人意識到，除非人們積極地面對死亡，否則悲傷將無法解決。這促使各領域的學者開始投入死亡的研究行列，形成一跨領域的學科 - 死亡學 (吳肅淳、侯南隆，1999)。傅偉勳所著的『死亡的尊嚴與生命的尊嚴』中提及「死亡學」發展至今約有三十多年左右的歷史。在歐美，這些年來「死亡學」已發展為一項熱門學科，而且將繼續發展成為一門有益的學問 (傅偉勳 1993)。

有關死亡主題的教育，簡稱為「死亡教育」(Death education)，在美國約自 1928 年至 1957 年間開始有學者探索，而正式興起於 1950 年代末、1960 年代初 (張淑美, 1998)。1959 年南加州大學醫院 Herman Feifel 出版了『死亡的意義』一書，認為個體的死亡觀是影響一個人如何看待生命、決定自己生活方式的重要原則。他的書引起各界的關注與迴響，死亡教育的推行與落實於焉開展 (吳肅淳、侯南隆，1999)。1963 年，Minnesota 大學首先開設了正式的死亡教育課程，之後全美各大學相繼跟進。時至 1974 年 7 月，根據紐約時報(New York Times)報導：全美國已經有 165 所大學校院，開設了以“Death and Dying(死亡與臨終)”為主題的通識教育課程，有些學校更將其納入通識教育的核心課程，開課

的歷史已達二十年以上。當前美國的死亡教育已臻成熟階段，除了數以千計的中小學開設死亡教育課程之外，並已成立「全國死亡教育中心」(The National Center for Death Education)，另外，死亡教育與諮商協會 (Association for Death Education and Counseling，簡稱 ADEC) 也建立了「死亡教育師」(Professional Death Educator, PDE) 與悲傷諮商師 (Certified Grief Counselor, CGC) 等專業證照 (轉引自蔡明昌，2002)。

我國死亡學與死亡教育的引進與倡議，其實也約有一、二十年歷史了，直至安寧照顧基金會成立，推動「安寧照顧」(Hospice) 的觀念與故傅偉勳教授倡導「生死學」(Life-and-death studies)，引起較廣大的迴響，也促成佛光大學南華管理學院於八十六學年度成立國內第一個「生死學研究所」，目前國內似已能接受生死學與生死教育的名稱 (張淑美，1996)。

## (二) 死亡教育的定義

對於死亡教育的定義許多學者由不同的觀點來界定如下：

- 1、Levi ton(1977)認為死亡教育是將有關死亡的知識傳授給人們和社會的一個發展歷程。
- 2、Wass 等人(1980)認為死亡教育是以教導死亡這個課題為主題的正式教學或教學團體，包含了教學目標、課程內容、教學方法以及教學評鑑。除了正式教學之外，也廣義地包含非正式的、偶發的、自然的、定期與不定期的、非直接的，與死亡相關的教學。
- 3、Deeken(2001)認為死亡教育是為死亡所作準備的教育。
- 4、Gibson et al., (1982)認為「死亡教育」係指探究有關於死亡和瀕死的因素及其與生活的關係之不斷持續的歷程。
- 5、黃天中 (1992)認為死亡教育不僅要藉著教學歷程來增進學習者對死亡的認知與了解，並減低對死亡的恐懼，更重要的是還要將這些知識運用於生活中，除了

解決因著死亡而產生的種種問題，更幫助學習者建立積極的人生觀，擁有更有意義的生活與生命。

- 6、張淑美(1996)綜合國內外學者的定義，認為「死亡教育」係指探究死亡、瀕死與生命關係的歷程，能增進吾人醒覺生命意義，並提供吾人檢視死亡的真實性，及其在人生當中所扮演的角色與重要性。其目的在於幫助吾人以虔誠、理解及莊嚴的態度面對瀕死及死亡的準備。其實施目標應具備正式或非正式的死亡相關主題的教育活動。其宗旨在於使人掌握健康而積極的生命觀，以創造積極而有意義的人生。
- 7、陳芳玲(2000)認為死亡教育應可以被界定為是一門以死亡相關的現象、思想、情感及行為為主題，探究如何學習與教學的學科，其重點在學習者如何學習及教學者如何教。有關名稱方面在國外稱為死亡學，而國內學者雖各有不同意見，但大部分均認為以死亡為主題之研究與教育，稱為生死學或生死教育。

綜合以上的定義，死亡教育是透過有計劃的正式或非正式的教學歷程，包含了教學目標、教學內容、教學方法及教學評鑑，來增進學習者對死亡、瀕死的認知與了解，減低對死亡的恐懼，進而將這些知識運用於生活中來處理死亡帶來的種種問題、悲慟輔導及情緒之舒解，幫助學習者了解生命的意義，建立積極的人生觀。

### (三) 死亡教育的目標

曾煥棠(2000)認為生死學教學目標至少包括：

1. 讓學生了解自己對死亡及瀕死問題的觀點，願意對死亡進行思考。
2. 讓學生討論死亡的語彙、委婉說法、死亡的象徵物、文化傳統的迷信，引導學生打破禁忌，可以談論死亡。
3. 讓學生了解自己死亡態度並建立面對死亡時的適當接受態度。
4. 進行臨死覺知教育，讓學生了解死亡的歷程、階段、方式，並認知瀕死病人的情

緒及需要。

5. 了解死亡造成的失落感及了解哀傷造成的身心社會反應，獲得處理失落勝任感。
6. 讓學生了解預立遺囑的時代意義與要件，對生命進行反省，建立其死亡準備的行為。
7. 了解台灣社會處理死亡相關的機構，不同信仰中處理死亡相關的儀式與意義，學習自我規劃葬禮，進而具備協助處理喪葬的能力。

蔡明昌（1995）根據各學者所提出的死亡教育目標及其意見以行為目標的方式詳述如下表：

表 2-1 死亡教育目標

整體目標	能對於死亡有正確的認知與深入的思考，並能解決或預防因死亡而產生的種種問題，進而能建立積極的人生觀，提昇生命的品質。
具 體 行 為	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能了解死亡及瀕死有關的事實。</li> <li>2. 能獲得和死亡有關的醫學及葬儀方面的常識。</li> <li>3. 能知道人類生命的週期變化。</li> <li>4. 能認知死亡有關的社會、文化、法律、心理、經濟等問題。</li> </ol>
目 標	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能對有關死亡的問題（包括自己或重要他人的死亡問題）有所深思。</li> <li>2. 能坦承表達自己有關死亡、瀕死及死別的真實態度。</li> <li>3. 能降低死亡焦慮和恐懼，坦然面對死亡。</li> <li>4. 能思考、判斷與死亡有關的倫理、社會文化上的爭議。</li> <li>5. 能體驗在文學、哲學、與藝術的領域中，有關人類對死亡及瀕死的感受與想法。</li> <li>6. 能仔細思考個人生命價值，以提昇生活品質。</li> </ol>
技能—調適 行為	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能具備處理死亡所引起負面情緒的技能。</li> <li>2. 能具備急救、自救的技巧。</li> <li>3. 能學到臨終關懷的技巧。</li> <li>4. 能具備向兒童解釋死亡的技巧。</li> <li>5. 能具備幫助喪亡者親友調適哀傷的輔導技巧。</li> </ol>

資料來源：引自蔡明昌老人對死亡及死亡教育態度之研究。碩士論文，64 頁。

張淑美(1989)歸納 Leviton(1977)and Gibsom 等人(1982)年對死亡教育目標的主張，而整理出下列五項目標：

- 1、使兒童及青年了解有關死亡及瀕死方面的基本事實。
- 2、使個人能獲得有關醫學及葬儀方面的知識及訊息。
- 3、幫助個人澄清社會上及倫理上的一些有關於死亡的主題。
- 4、使兒童及青年能坦然面對重要他人以及自己的死亡，進而有效處理死亡事件。
- 5、透過審視個人的價值及先後緩急的人生目標，以增進生活品質，並提升生命的意義。

Deeken (2001) 將死亡教育目標整理為十五項如下：

- 1、幫助人們了解瀕死過程以及瀕死病人的各種問題和需求，以便給予處於生命最後階段的病人更好的協助。
- 2、幫助人們進一步思考死亡，縱觀自己的一生，以便能為自己的死亡做準備，並了解自身獨特之死。
- 3、是悲傷教育，學習關於失落的經驗和隨之而來的悲傷過程，我們將能在一個人所摯愛的人死後幫助他。
- 4、協助人們減輕對死亡過度恐懼，以及免於不必要的心理負擔。
- 5、消除死亡方面的禁忌，以便人們能自由地思考與談論瀕死和死亡的重要標題，並解決關於死亡的情緒問題。
- 6、直接培養對正想自殺的人了解，並教導防止自殺的方法。
- 7、讓人們認識關於向癌症病人說實話的問題，這項目標與瀕死病人溝通的問題緊密關聯。
- 8、讓人們意識到圍繞在死亡與瀕死周圍的倫理問題，典型的問題是延長生命的問題，被動和主動安樂死以及協助自殺等。
- 9、讓法定醫學的議題通俗化，典型的議題是死亡的定義與判斷、腦死、器官移植、人體的醫學研究、腎臟捐贈、預立遺囑和在某人死後提供給家屬等等。

- 10、說明喪葬禮儀所扮演的角色，並鼓勵為自己的喪葬禮儀做選擇與準備。
- 11、發現時間的可貴、調整價值的優先順序和激發人類的創造力。
- 12、是藉由死亡藝術的實際學習豐富老年期。死亡學是老年學的重要範圍，在生命的品質與瀕死及死亡的品質之間有緊密的關係。
- 13、尋求個人的死亡哲學，這個目標是在消除我們從社會的、心理的或被文化或教育背景制約的死亡概念的意識型態和正向的鼓勵，來自由的選擇調整自己的死亡和瀕死的詮釋與瞭解。
- 14、尋求瀕死和死亡的宗教詮釋。
- 15、鼓勵人們思考死後的可能性，對未來的基本希望在提供個人當下生命意義扮演重要角色，特別是當體驗親人之死或當接觸自身之死。

總而言之，死亡教育的目標即在促使人們建立正確的死亡概念，使學習者勇於正視死亡在生命中之必然性，能坦然面對有關死亡之事件，藉此深入澄清個人生命的價值，以開放的心靈欣賞生命，並能以積極正向之態度，面對生活，關愛生命。而教學目標之擬訂，可依不同之教學對象而作適當之調整。

#### (四) 死亡教育的內涵

與死亡和瀕死相關之現象與問題，都是生死教育所欲探討和研究的內容。許多學者對生死教育內容的主張，多源自 Levi ton(1969)的三個層面：包括「死亡的本質」、「對死亡及瀕死的態度和其引起的情緒問題」、「對死亡及瀕死的調適」等相關的主題。生死教育內容，可依據學習者的年齡、社會文化背景而彈性設計。

國內張淑美(2001)綜合張淑美(1998)、Eddy and Alles(1983)、Levi ton(1977)所提出之死亡教育內容歸納如下：

- 1、死亡的本質及意義：
  - (1) 哲學、倫理及宗教對死亡及瀕死的觀點。

- (2) 死亡的醫學、心理、社會及法律上的定義或意義。
- (3) 生命的過程及循環;老化的過程。
- (4) 死亡的禁忌。
- (5) 死亡的泛文化之比較。

## 2、死亡及瀕死的態度：

- (1) 兒童、青少年及成年人對死亡的態度。
- (2) 兒童生命概念的發展。
- (3) 性別角色和死亡。
- (4) 瞭解及照顧垂死的親友。
- (5) 死別與哀悼。
- (6) 為死亡預作準備。
- (7) 文學及藝術中的死亡描寫。
- (8) 寡婦、鰥夫和孤兒的心理調適。

## 3、死亡及瀕死的處理及調適：

- (1) 對兒童解釋死亡。
- (2) 與病重親友間的溝通與照護:對親友的弔慰方式,「安寧照顧」的了解。
- (3) 器官的捐贈與移植。
- (4) 有關死亡的業務:遺體的處理方式、殯儀館的角色及功能、葬禮的儀式和選擇、喪事的費用等。
- (5) 死亡有關的法律問題,如遺囑、繼承權、健康保險等。
- (6) 生活型態和死亡型態的關係。

## 4、特殊問題的探討：

- (1) 自殺及自毀行為。

- (2) 死亡倫理與權利:安樂死(euthanasia)、墮胎、死刑。
- (3) 意外死亡:暴力行為、他殺死亡。
- (4) 愛滋病。

5、有關死亡教育的實施方面:

- (1) 死亡教育的發展及其教材教法的研究。
- (2) 死亡教育的課程發展與評鑑。
- (3) 死亡教育的研究與應用。

曾煥棠等(2000)依照過去文獻中對學生調查所得資料,將生死教育內容整理如下:

- 1、重要的主題:了解瀕死親友的需要、了解死亡的意義、死別和哀悼、向兒童解釋死亡、為死亡預作準備。
- 2、次要主題:死亡教育的教學方法和教材、死亡的定義和原因、死亡的泛文化觀點、死亡教育的課程發展、死亡的宗教觀、安樂死、生命週期、自殺(心理社會方面)、老化(心理社會方面)、喪家的角色、老化(生理方面)、對親友表達哀悼、自殺(當事人方面)、喪葬費用。
- 3、還有足夠時間,可以再討論下列主題:器官捐贈和移植、死亡及瀕死的歷程、傳統喪葬的變遷、追悼儀式、兒童文學中對死亡的描述、火葬、屍體防腐法。
- 4、不重要的主題:音樂和文學中所描繪的死亡、冷凍處理。

紀惠馨(2000)將護理校院生死學課程內容分為十類分別為:

- 1、本質。
- 2、學科及宗教的死亡觀點。
- 3、死亡教育實施。
- 4、各年齡層死亡態度。
- 5、自殺問題。

- 6、倫理問題。
- 7、瀕死問題。
- 8、失落悲傷問題。
- 9、個人處理調適。
- 10、喪葬問題。

綜合以上學者之見解，生死教育之內涵範圍極廣，內容亦因環境、對象及各種因素而有所變化，因此教學者宜依學生的實際需要及其認知狀況，設計適當的教學目標及課程內容，讓學生能坦然地面對各種死亡議題、思考生命價值，習得臨終關懷的基礎能力

### 三、生死教育 (Life-and-death education )

#### (一) 生死教育的緣起

生死教育係由高雄市政府教育局於民國八十七年所推動。其最初的緣由係校園死亡事件的發生( 高雄市五福國中二年十三班老師於監考時血壓高昏倒送醫不治，引發校園震驚與悲慟 )，當時高雄市教育局長羅文基即指示加強各級學校認識死亡方面的教育( 聯合報，八十七年五月二十九日 ) ( 吳肅淳、侯南隆，1999 )。

有關名稱方面在國外稱死亡學，而國內學者各有不同意見，如下：

- 1、因校園死亡事件的發生，高雄市教育局的「生死教育手冊」於民國 87 年在教育局長羅文基指示要設計出一發展性、一慣性從國小、國中到高中的生命教育教材的狀況下編成。編撰過程發現生命教育太廣泛，死亡教育又觸犯到社會文化的禁忌，所以決定以「生死教育」來命名，課程的設計希望能適用國小、國中、高中也兼顧到各階段的一致性與多樣性，後來稱之為生死教育的這套課程，其實內涵正是死亡教育，實施的構思是生命的本質，生命是從生到死的歷程開始談到死亡瀕死的諸多面向，在切入失落與悲傷探討失落與悲傷的調適與輔

- 導，最後論及生命的超越，生命的哲學而能夠禮讚生命(吳肅淳、侯南隆，1999)。
- 2、廖秀霞(2001)認為生死教育所涵蓋的領域很廣，其用意仍試圖打破一般忌諱談論死亡的議題，藉以省思生命意義，進而提昇生命的品質與對臨終「身後事」的尊嚴安排。
  - 3、傅偉勳(1993)認為生死學較適合本國國情。所以主導當時生死教育手冊編印的教育局長羅文基則表示生死教育係呼應傅偉勳教授所建構的生死學概念，認為只讀「死亡」還是無法探究生命的真義，因為「生」與「死」是兩個相互含涉的概念，因此以生死教育來取代死亡教育(蔡明昌，2002)。
  - 4、紀潔芳(2000)認為以死亡為主題之研究與教育，稱為「生死學」或「生死教育」之主要理由為生死乃一體，探究死亡主要是希望活得更好，以提昇生命價值，並關愛生命、珍惜生命。另從宗教層面觀之，「好死」才能把握未來的「生」。
  - 5、蔡明昌(2002)認為生死教育較屬於由我國本土所發展出來的名詞，在國內受較多認同與使用，而死亡教育一詞則由國外傳入，除學術界之外，此一名詞較少使用；然而在性質上，由於生命教育與生死教育在發展之初的出發點並不盡相同，因此二者間差異較大。相對的，生死教育的理念有相當程度係源於死亡教育，因此，在性質上與死亡教育較為接近。

研究者個人認為如至聖先師孔子所提「未知生焉知死」及釋慧開所提「未知死焉知生」中了解「生」與「死」是兩個相互含涉的概念，是分不開的，體認生命意義的同時亦應了解死亡的意義與價值，因此以生死教育來代替死亡教育是較適合的。本研究即以生死教育來涵蓋生命教育及死亡教育。

## (二) 生死教育的定義

「生死學」是探討吾人自出生到死亡，所面臨的各種和死亡與瀕死有關的問題、態度與情緒的處理等等，是一門科際整合的學問，具有高度辯證的開放性，所以生死教育之定義因不同年代、專業領域，而有不同的解釋。但大部份均認為

以死亡為主題之研究與教育稱為生死教育或生死學。Gibson, A. B., Robert, P. C. & Buttery, T. J. (1982)認為「生死教育」係指探究有關於死亡和瀕死的因素及其與生存的關係之不斷持續的歷程。

因此，本研究之生死教育，係指探討生存與死亡關係之教育歷程。此歷程透過知識的傳達及自我察覺的活動，協助學習者對生命實存意義的探索及對死亡有所認識和理解，進而接納死亡，有能力處理及調適因死亡所引發的種種問題，珍惜生命，關愛生命，提昇生命意義感，規劃有意義的人生。

### (三) 生死教育的重要性

1993年 Eddy and Alles 在其合著的(Death Education)一書中，對於生死教育的重要性提出了綜合性的說法：

- 1、幫助人們面對自己的死亡，以較健康、正常的觀點來從死論生。
- 2、日常生活中的音樂、藝術、文學，對死亡的描寫、宣洩，以及媒體對死亡報導、渲染，而成人對死亡卻又喋口不言，更需透過死亡教育使我們正視這些衝突的訊息，而以較健康正常的觀點來從死論生。
- 3、因為死亡宣告一個人生命的結束，透過思考死亡協助人去評價自己的生活，進而鼓勵吾人培養出提昇健康與幸福的生活型態。
- 4、協助專業或非專業(包括家屬)的照護者，坦然地給臨終病人及居喪者，提供合宜的情緒支持。
- 5、幫助一般對死亡與瀕死毫無所知的門外漢，了解有關的術語、主題及趨勢。
- 6、幫助吾人可以公開地為自己的死亡作準備：如何預立遺囑、宣告自己將來希望選擇何種喪葬儀式、遺體要如何處理；假如罹患重病仍希望繼續用醫藥方式「延長」生命嗎？(張淑美，2001)

#### (四) 生死教育的目標

依據高雄市政府教育局編輯之高中職生死教育手冊序言中寫道：「本手冊的主要目的在於彰顯生命循環的真諦，引導學生建立正確、積極的人生觀，並從哲學、宗教之觀點來看生命的誕生與死亡，復整合心理學與輔導學之研究結果，追求每個人生命的積極意義，並解除個人對死亡的莫名恐懼，思考生命價值；鼓舞人於面對人生的真實，知覺生命的失落，進而意識生命的存在，建構生活的意義。」(高雄市教育局，1998)。

紀潔芳(2000)提出生死學於師範校院之教學目標，從知識、情意及技能分述如下：

- 1、知識：令學生了解各宗教哲學及各專業學門(如心理學、醫學等)之死亡觀，包括死亡的情境、歷程及對死後世界的看法。
- 2、情意：引領學生降低對死亡的害怕、逃避，而能以坦然積極的態度面對死亡。
- 3、能力：引領學生對人生最後旅程能做事前規劃如預立遺囑等。
- 4、知識、能力：(1) 令學生了解死亡所造成之失落及哀傷，並能調適處理及幫助家人、親朋、同事及學生。  
(2) 培養學生具有實施生死教育之知能。

#### 四、生死教育的教學實施

##### (一) 教學者的基本條件：

死亡教育成效主要關鍵繫乎於教學者，因而死亡教育的專家學者皆呼籲從事死亡教育的教師，應具備正確的、健康的、自然的態度，並對死亡教育的內容、實施方式有基本之了解，才能引導學生自然而正確地了解死亡的相關知識(張淑美，1996)。

教師是主導教學效果之靈魂人物，無論是大學教師或高中職、國中及小學教師，教授生死學課程之教師宜具下列條件(紀潔芳，2001)：

- 1、對死亡具備正確的知識及態度。
- 2、具備傾聽、諮商及溝通之基本能力。
- 3、最好能具備"臨終關懷"之實際經驗。
- 4、能有悲天憫人的胸懷及熱愛生命。

生死學非只是知識性的課程，乃是一門應用學科，例如當學生面臨死亡或瀕死的情境，尋求協助時，教師要能給予適當的協助及諮商。如果教師能有臨終關懷之實務經驗，則對學生之幫助及教化力更大，猶如傅偉勳教授"死亡的尊嚴及生命的尊嚴"一書中所說，生死教育非只是知識之彙總，而是融入了作者之慈悲宏願及親身體驗，故能感人至深。教師如能以真性情教書才能感動學生，將有助於學生知識的內化及涵融。

劉明松(1997)在生死教育的推展與實施的研究中指出，從事生死學教學方面的教師，應有以下的準備：

- 1、充實生死學及生死教育相關的理論知識。
- 2、教師應具有正向的人生及價值觀和正確的生死觀，更應熱愛生命，成為尊重及關懷生命的典範。
- 3、掌握「隨機教育」的契機，敏於觀察、勤於蒐集資料，付諸熱忱與行動。
- 4、除自我努力實際蒐集相關資源，更應架構出自己從事生死教育的教學支援系統。

曾煥棠(2001)認為生死教育教學者之素養如下：

- 1、先檢視自己對死亡的感受、情緒反應。
- 2、能夠坦然地對死亡議題敘述或表達出來。
- 3、對死亡有關議題與知識要不斷的充實。

- 4、了解受教對象對死亡的感受、可能的情緒反應。
- 5、配合受教對象的需求給予適當的課程安排。
- 6、覺察社會中的脈動與變遷、像法律、制度對死亡事件的影響。
- 7、從多元的信仰下討論死亡、給受教對象有選擇適合自己的心靈寄託。
- 8、備關懷輔導的能力、能夠運用同理心和受教對象溝通。

今日社會變遷急遽，青少年在面對這波衝擊時，往往容易造成價值觀混淆及自我迷失，而人生就像是一題沒有標準答案的「申論題」，要靠每個人自己去思考、發揮、與創造，需要智慧與勇氣來抉擇。如果教師本身具備健康正確的死亡態度，不但能教導學生相關的生命教育知能，掌握生命的目標與方向，更能適切的協助學生面對死亡及調整失落與悲傷情緒，提供認知上、心理上、及社會上等各方面的思考與準備。

## (二) 生死教育的教學方式：

死亡教育的實施方法，非常的多元，茲整理相關的文獻(黃松元，1988;蘇完女，1991;傅偉勳，1993;鄭淑里，1995;張淑美，1996;劉明松，1997;吳秀碧，1998;賴怡妙，1998;陳芳玲，2000;余淑娟，2001)後，將常用的一些教學法敘述如下：

- 1、隨機教學：當身邊有死亡事件發生時(如兒童自殺、小朋友有寵物死亡等)，都可當成是死亡教育的教材，掌握時機教學。
- 2、欣賞與討論法：透過各種相關主題的影片、音樂、文學作品、報章雜誌的欣賞與團體討論或小組討論，促使學生思考與了解死亡。
- 3、講授法：老師以投影片或書面資料的方式，將相關的主題或知識向學生解釋、說明。
- 4、參觀法：直接帶領學生參觀死亡相關場所或機構；例如醫院、殯儀館等。
- 5、模擬體驗法：用角色扮演、戲劇的演出、體驗活動、情境想像法等方式進行，讓

學生透過活動的進行，親自體驗和發現自己的感受、情緒、思考和行為等，使學生能從發現中去學習。

- 6、閱讀指導法：由教師指定學生閱讀有關的故事書、詩、教材等，然後大家一起討論及分享心得。
- 7、活動教學法：經由寫作、繪畫等活動進行死亡主題的教學，可增進體驗。
- 8、作業/自我教學法：藉由指定或自定之作業從事資料或文獻的閱讀和收集、研究及整理分析以獲得相關知識。

綜上得知，死亡教育的內容及方法呈現多樣化，並無固定模式，教學者可利用隨機或以課程的方式進行，依據學生程度、教學資源、及時間和情境之不同而彈性、靈活的設計，使學生在學習死亡相關知識的過程中，體會面對死亡的情緒，以建立其積極正向的人生觀，這將是生死教育的重要課題。

因此本研究乃依據上述學者所提供的教學方式，設計生死學課程與活動，引導受試者探討生死問題，並補充相關知識進行分享，以利了解此課程對學生生命意義感之立即性及持續性的影響，期能作為日後研究者及實務工作者之參考。

### （三）生死教育的課程設計（曾煥棠，2001）

生死教育的實施應包括家庭、學校與社會，且應配合教育目標與受教對象的死亡認知發展階段與其對死亡態度來教導，才能落實有效。以下擬針對「生死教育課程設計」宜注意事項作一探討。

#### 1、生死教育課程設計原則

- （1）Leviton：受教對象、學生人數、開課科系、教學方法、教學目標。
- （2）Stevenson：要提供什麼訓練、如何規劃（單獨或融入）、選修或必修、實施中可能的風險（悲傷反應、對死亡高度關切）、不是唯一最佳的實施方式。

## 2、生死教育課程設計的內涵與要素（7W）

- （1）Whom（受教的對象）。
- （2）Why（目標為何）。
- （3）What（內容為何）。
- （4）Where（實施場所）。
- （5）Who（教師的知能與條件）。
- （6）When（授課時機？正式或隨機教學）。
- （7）How（教學模式與方法？如何考評？學習成果、教學成果）。

## 3、生死教育課程的前題（張淑美，2001）

- （1）配合教育者的認知發展與需求。
- （2）配合教學者的知能專長。
- （3）配合學校與社區的資源與設備。
- （4）配合課程性質：是獨立設科？抑或相關課程中實施？

由上述的討論生死課程的設計是有依據可循的，所以不論是正式的或非正式的課程性質或是實施於各年齡階段均可做為參考的依據，因此本研究依據這課程設計原則來設計適合技職院校學生的課程內容以利教學，達教學成效。

從以上的探討中了解，生命教育、死亡教育及生死教育三者間，在性質上因生命教育與生死教育發展之初的出發點並不盡相同，因此二者間差異較大，而生死教育的理念有相當程度係源於死亡教育，所以，在性質上與死亡教育較為接近，很多學者會用生死教育來代替死亡教育，較符合本國國情，為國人所接受。

然而，在三者的關聯性上，生命教育、死亡教育及生死教育三者間，各專家學者亦有不同的看法探討如下：

張淑美（2001）認為生死本一家---死亡教育即是生命教育；生死教育就是善生善終的生命教育（張淑美校閱王珍妮譯，2002）；並提到生命教育乃較直接關注從死亡相關議題討論「從死論生，反思生命」的教育（張淑美，2001）。

孔令信（2001）認為生命教育根本上來說應該是生死教育，不談死亡或者不面對死亡問題，我們是無法完成了解生命的真正意義與內涵。

吳庶深（2001）認為生死學與死亡學本是一家，兩個名詞的概念是可以相通的，都是以生命關懷為出發點；生死教育即廣義定義下的死亡教育學（吳庶深，1997；林綺雲，2000）；其目標乃企圖透過教學設計，使學習者省思生命與死亡關係議題，肯定自我並尊重他人之存在價值，學習理性面對生命的終點（張淑美，2001b；吳庶深，2001）。

孫效智認為生命教育應該正視死亡課題，以及由之而生的對生死意義的探問，然而，生命教育除了生死議題外，還應該關懷生死兩點之間的安身立命，依此，生命教育不該只是生死教育，還應涵蓋整個人生觀的建立（轉引自林思伶，2000）。

紀潔芳（2000）認為目前高中職、國中、國小推動之生命教育並不等於生死教育，生死教育僅是生命教育中之一單元，為防止青少年自殺之悲劇，生死教育有單獨開課的必要，以增進青少年及兒童對生死有更多更深入的認知及體驗，以防範未然。

傅偉動（1993）認為生死學較適合本國國情，只讀「死亡」還是無法探究生命的真義，因為「生」與「死」是兩個相互含涉的概念，因此以生死教育來取代死亡教育（蔡明昌，2002），是相當具有東方哲學的智慧。

台灣省政府教育廳於八十七年度在全省各國中、高中推行的生命教育偏重於倫理

教育，而高雄市所實施之生死教育則多偏重於死亡教育（鈕則誠，2000），倫理面向的生命探討，似乎無法有效建立正向生死態度問題，宜廣泛包含生命與死亡，才能達到對生命的尊重並形成正確的死亡觀，不過度美化或恐懼死亡（廖秀霞，2001b），故生命教育定位於生死教育中，可化解人的生死問題（尉遲淦，1999）。

以上專家學者論點，對於生命教育、死亡教育及生死教育關聯性各有不同看法，研究者認為「生」與「死」是兩個相互含涉的概念，是分不開的，體認生命意義的同時亦應了解死亡的意義與價值，因此生死教育應涵蓋生命教育及死亡教育（國內學者稱之為生死教育），所以本研究生死教育課程設計即包括生命教育與死亡教育之內容。

### 第三節 技職校院學生身心狀況之探討

本研究之「技職校院」不包括職校階段，主要以專科學校、技術學院及科技大學之二專、二技與四技之學生為對象，即是吳清基表示之高等技職教育的範疇。這個階是Erikson(1963)的心理社會發展論中的「青年期」，會面臨很多重大抉擇問題如學業、職業、婚姻及人生觀等必須重新界定，個人與社會的關係選擇，我將成為怎樣的一個人，所以青年期身心發展狀況對日後影響非常大，因此本研究就青年期的身心狀況來探討。

#### 一、青年期的界定（劉安彥、陳英豪，1997）

青年期為介於未成熟的兒童期和成熟期之間的一個過渡性的發展階段，在這個階段中一個人的身心以及社會經濟等方面都有急速的變化，每一個人的發展速度不同但發展的過程是一樣的，因此以年齡來界定青年期是有困難的。

青年期的的起點和終點有很大的不同，在生理方面以青春期為開端，一直到獲得生產後代之性功能而終止；在人際關係方面，逐漸從同儕間的較密切關係為起點，到成熟的友朋關係為止；在社會方面，則以逐漸介入成人工作之角色為起點，

達到成人之地位和權力為終止；在認知方面，思考能力逐漸出現為起點，到能夠用抽象思考方式和測試假設的能力為終點；在情緒方面，不再依附父母為開端，以達到自我認定為完結，這些起點與終點之認定並不是所有學者均一致認定，但至少有些學者贊同。

青年期本身有時被細分為三個時期，包括國中階段的青年早期、高中階段的青年中期及以後的青年後期，大學階段為青年後期的說法是被學者所接受的，所以本研究技職校院學生即為青年後期階段。

## 二、青年期的主要變化（劉安彥、陳英豪，1997）

青年期的主要變化包括三方面

### （一）生理方面的變化

這主要是身高、體重的快速生長，體型本身的變化（尤其第二性徵之出現最為顯著），以及生產後代能力的獲得，這樣的生理變化直接影響到青年人的自我觀念及心理和社會的適應。

### （二）認知方面的變化

青年期思考能力漸周密，已進入皮亞傑的認知發展論中的形式運思期，這階段其行為特色是好辯、好理論；在道德倫理方面，青年人開始對哲理、宗教和政治問題有相當濃厚的興趣，並進而有所探討與介入。

### （三）社會方面的變化

由於青年人身心能力的增長，改變了別人對他的看法，直接牽涉到人際關係的改變，新的活動、新的角色隨之而來，如結婚、就業的可能發生，顯著改變了個人的自我觀念以及與別人的互動關係。

由上可知，青年期這個階段不論在生理、認知、社會方面的變動非常大，本研究技職校院學生是屬於青年後期階段，在生理方面已較傾於成熟，認知方面應

是皮亞傑的認知發展論中的形式運思期，在道德倫理方面應屬於柯柏格道德發展論中的道德自律期，然而每個人的發展狀況為何？還是要視個人狀況。

### 三、有關青年期重要的學說

重要學說僅就艾瑞克遜（Erikson）的自我認證論及哈維赫斯特（Havighurst）的發展任務論來說明：

#### （一）艾瑞克遜（Erikson）的自我認證說亦稱為自我統合（ego identity）

自我認證說乃是其心理社會發展論中青年期的一個觀點，探討如下：

##### 1、自我認證的定義

何英奇（1990）依據艾瑞克遜（Erikson）的理論做如下的界定：自我認證是一種個人自我一致的心理感受，個體進入青年期後期，基於身心發展與社會的需求，必須把兒童期以來的認同影像加以選擇、排斥或同化，重新統整出一個新的形象，以解決「我是誰」與「我將成為怎樣的人」的問題，這種整合的過程與結果就是「自我認證」。自我認證發展包括七個層面：時間透視、自我確認、角色試驗、職業意願、性別分化、主從分際與價值定向。

##### 2、統合形成（identity formation）（Erikson，1968；1980）

統合形成是指青年期在自我統合歷程中所能達到的統合狀態。青年群中有四種不同的統合狀態（1）定向型統合(identity achievement)：屬化解發展危機而臻於定型定向者（2）未定型統合(identity moratorium)：屬發展危機尚未完全化解而在自我追尋者（3）迷失型統合(identity diffusion)：即指個人無法確定自己在職業或生活的目標，發展危機無法化解陷入困境者（4）早閉型統合(identity foreclosure)：屬自己無定見未來一切由家長安排者。

### 3、青年期自我認證危機的內涵

艾瑞克遜 (Erikson, 1968) 的心理社會發展論分為八個時期每一個時期的身心發展順利與否均與前一時期的發展有關，前一時期發展的順利將有助於後期的發展，且每個時期均是一個危機與轉機的關鍵。這八個時期所面對的危機與轉機分別是：出生至一歲：信任對不信任(trust vs. mistrust)、二歲至三歲：自主對羞愧懷疑 (autonomy vs. shame doubt)、三歲至五歲：自動自發對罪疚感( initiative vs. guilt)、六歲至青春前期：勤勉對自卑( industry vs. inferiority)、青年期：自我認證對自我混淆(identity vs. identity confusion)、成年前期：親密對孤立 (intimacy vs. isolation)、成年期：生產對頹廢遲滯(generativity vs. stagnation)、老年期：統合對期望( integrity vs. despair)。

艾瑞克遜的心理社會發展論八階段中，特別重視青年期的「自我認證」(ego identity)發展這一階段。因為青年期危機的解決有賴於前面四階段危機的適當解決，同時此階段危機之解決更預期以後各階段危機的解決。換言之，青年期自我認證發展於整個發展的樞紐，若發展不好則會產生七個層面的危機，茲分述如下(Erikson, 1968; Gallatin, 1975):

#### (1) 時間透視對時間混淆(time perspective vs. time diffusion)

為了計劃未來成人生活，青少年必須思考個人過去為何，現在是什麼與未來想成為什麼，為了達到這個目的，他必須有正確的時間透視感。相反的，有些青年感受到時間混淆，對過去與現在時間無法作正確評估，其未來時間也缺乏明晰，並且對未來缺乏信心，他們傾向於要求立即行動或太早定向或不斷改變計劃。

時間透視感根源於嬰兒期「信任-不信任」的危機，具有信任感之人格特徵的人能發展出時間透視感；反之，不具信任感之人格特徵的人將產生時間混淆。

(2) 自我確認對自我意識(self certainty vs. self-consciousness)

個體要瞭解「我是誰」的過程時，必需對自我的了解有某種程度信心。這種自我確認需透過自我檢視的過程，評估個人的潛能與特質，當他在做自我評估時，往往使自我過於敏感，而過度自我意識與自我懷疑。這個局部衝突與幼兒期的「自立-羞愧」危機有關，青少年自我意識喚起早期羞愧、懷疑經驗，早期自主特性將有助於青年期的自我確認。

(3) 角色試驗對角色固著(role experimentation vs. role fixation)

自我認證之發展有賴個人自由去探索與試驗各種可能的社會角色，然後對自己選擇之最適合的角色有所承諾，從中發現真正的自我。相反的，有些青少年可能面臨太多選擇而無所適從，或受到限制而別無選擇，會經驗到「角色固著」的感覺。這個局部衝突與人生第三階段的「自動-罪疚感」之危機有關，早期的罪疚感使個人內在充滿自我限制，而不敢進行角色試探。

(4) 職業意願對工作無力(apprenticeship vs. work paralysis)

職業往往決定個人在社會中的位置與形成個人對自己看法的重要基礎，因此職業的選擇是青少年形成自我認證的關鍵因素。青少年的職業預備需透過「學徒」角色去試探與扮演。這個局部衝突和人生第四階段的「勤勉-自卑」之危機有關，兒童期勤勉的特質使青少年的職業學習較為活躍，職業意

願也較強，而兒童期的自卑感則往往是青少年工作無力感之根源。

以上四個自我認證危機的層面都可追溯兒童期的殘留因素影響，下面的三個層面則決定人生後三階段危機的先前雛形(Erikson, 1968)。

(5) 性別分化對性別混淆(sexual polarization vs. bisexual confusion)

青少年為了解決性別角色衝突的困擾，首先需充分認同於他所屬的性別，以及認識性別角色有關的生殖與社會性意義，然後對其身為「男性」或「女性」感到光榮，並且和異性交往中經驗到適切感。青少年的性認定(sexual identity)，對其整體自我認證發展有重大影響。這個局部衝突影響成年期「親蜜-孤立」危機之解決。青少年對自己「男性特質」或「女性特質」感到混淆或沒有信心，將很容易從兩性交往中退縮孤立或產生同性戀偏差，或只投入肉體親蜜，無法建立心理親蜜的人際關係。

(6) 主從分際對權威混淆(leader and followership vs. authority confusion)

青少年逐漸擴大他參予社會的層面時，他必須要學習，在適當的時候去承擔領導者的責任，在適當的時候扮演跟隨者的角色；這種主從分際的分辨能力是因個體具有自我統整感，能清楚了解自己的表現。然而，當青少年的社會接觸增加，他會同時感受到來自各方(如父母、朋友、僱主．．．．．)對他的不同要求，若他不能將這些不同的權威的價值和自己的價值相比較，以形成個人的信念，就會有權威混淆的感覺。這個局部衝突和人生第七個階段的「生產-停滯」之危機有關，領導的角色有助於培養成年期之創造事業，教養後一代的能力；權威的混淆則會導致頹廢遲滯人格特質。

(7) 價值定向對價值混淆(ideological commitment vs. confusion of values)

這個局部衝突是認證危機中最關鍵的一個，因它觸及前面六個衝突。青少年為要確立自己在社會中的角色，他必須將過去、現在的經驗和未來的抱負連結在一起，並且在價值上有所定向，相信他個人的目標在這個社會中是有意義的，而且能被社會認可，這種價值定向可作他未來人生的支柱，避免價值混淆的感覺。這個局部衝突和人生第八個階段的「統整—絕望」之危機有關，因為價值定向觸及了青少年統整危機的每一個層面問題，要達到價值定向，青少年必須對這些局部衝突加以整合，而老年期的危機也一樣要有道德整合定向的感覺，個體才會覺得自己的一生是完美無缺，死而無憾的，否則他會對此生感到悔恨絕望，這二者的整合過程非常相似。

## （二）哈維赫斯特（Havighurst）的發展任務論

哈維赫斯特（Havighurst，1972）綜合青年人的需求及社會的要求，指出青年期的發展任務如下：

- 1、接受個人的體態，並學習照顧身體和有效的運用它。
- 2、與年紀相當的男女同儕建立新的和較成熟的人際關係。
- 3、依個人性別，建立男性或女性的社會性別角色。
- 4、達成情緒上的獨立，避免依賴父母或其他人。
- 5、為個人的職業做適當的準備，這包括人生目標的取捨以及接受必要的教育以作為開端。
- 6、為婚姻家庭做準備，發展這方面有關的正面態度、社會技巧、成熟的情緒以及必需的認識與瞭解。
- 7、發展符合社會價值的社會思想，參與社區和國家相關的工作，以建立個人、社會的地位以及負責任的社會行為。
- 8、獲得規範個人行為的價值觀和倫理體系，這還包括了個人在政治方面的想法與看法。

青年人有其發展的任務，然而當前社會急遽變遷，社會呈多元價值，青年正值自我追尋與自我肯定的迫切時期，最易感受到價值混淆與意義缺失感，國內研究發現我國大學生中有五分之二的人其自我統整發生困難，因而面臨統整危機 (identity crisis) (何英奇，1985)，而在大專學生方面約有四分之一的人覺得生命缺乏目的意義而感受到「存在的空虛 (existential vacuum) (何英奇，1987)，其發展任務就無法完成，鑒於這社會通病，如何建立適當的教學課程，以協助學生尋找生命意義建立生命價值達自我統合的目標乃是當前迫切需要的課題。

#### 第四節 技職校院之教育目標與發展趨勢

在急遽變動的年代裡，經濟掛帥的狀態下，高等技職教育發展之教育目標及發展趨勢，在在都影響著青年學子身心的發展及其對生命意義生命價值的看法，所以在此予以討論。

##### 一、我國技職教育體系的範疇

依據教育部 (民國八十七年八月十二日) 的「技術及職業校院法草案」，我國技職教育體系依不同層次分為高級職業學校、專科學校、及科技大學 (專辦大學與研究所) 含獨立之技術類學院 (專辦專科與大學) 等三類，以培育經濟發展所需的各級技術人力為主 (李然堯，1998)。

吳清基 (1996) 表示高等技職教育之範疇為專科及高等技職教育之研究，範圍應包括專科學校 (五專、二專和三專) 及技術學院 (四技、二技碩士班和博士班) 等後中等教育 (post-secondary education) 之技職教育領域，從教育制度研究上來區隔，可統稱為高等技職教育 (higher technological and vocation)。換句話說，高等技職教育之探討，實指後中等教育的技術職業教育，應包括專科學校教

育及技術學院教育之探討。

技術職業教育 (Vocational-technical education) 是指高職階段及高中後但不包括大學程度之準備教育 (楊朝祥, 1984)。我國技職教育體系自八十六學年度部分技術學院改制為科技大學後其學制共有職校、專校、技術學院、科技大學等三階段四種類型 (技職司, 1999):

- (一) 職校階段—主要為三年含日校、夜校、補校、實用技能班、特殊教育實驗班、建教合作班、高中附設職業類科及綜合高中職業學程。
- (二) 專校階段—有五專制及二年制兩種，部設有日間部和夜間部。本研究之「技職校院」不包括職校階段，主要以專校、技術學院科技大學階段之二專、二技與四技之學生為主。
- (三) 技術學院及科技大學段—有四年制及二年制兩種，並設有進修部在職班。

本研究之「技職校院」不包括職校階段，主要以專科學校、技術學院及科技大學之二專、二技與四技之學生為對象，即是吳清基表示之高等技職教育的範疇。

## 二、技職教育的教育目標

教育部技職司 (1999) 之技職法草案中提到我國各級技術及職業校院所培育之技術人才，在國家經濟發展中扮演極為重要角色，也發揮了極大的功能。因此教育目標規定如下：

- (一) 草案第一條：技術及職業院校以傳授、研究發展應用科學及實用技術，培育具有職業道德與文化素養之各級專門及技術人才，服務社會，促進國家發展為宗旨。
- (二) 草案第五十三條：為彰顯技術及職業校院重視實務教學之特色，規定技術及職業校院專業課程教師以具實務經驗聘任為原則，又技術及職業校院得遴聘技術專家擔任教學。

此外，教育部技職司（2000）提到技職院校之教育目標以培養一個勝任的工作者為目的，因此選擇教材的方法應以能力分析法（competency analysis method）為主，其它方法為輔，大學則以學術發展為目標，因此其選擇教材應以學科發展為依歸。

由上述可瞭解技職校院，其專業教師以具實務經驗或技術專家聘任為原則，發展應用科學及實用技術，培育具有職業道德與文化素養之各級專門及技術人才，服務社會，促進國家發展為宗旨。

### 三、技職校院學生之特色

技職校院學生大部分從職業學校畢業後進階到技職校院，因此其特色與職業學校學生有相同之處，研究者參考紀潔芳（2002）商職學生之特質予以歸納，有下列特色：

#### （一）技職校院學生在求學途中曾受挫

技職校院學生在國中升入高中聯考時，曾受過考試挫敗之打擊，對自己信心不足，甚或自卑、自責。

#### （二）專業課程比重較多

在技職校院學校之課程中，專業課程比例為三分之二，人文課程為三分之一。

#### （三）技職校院學生畢業後多從事經營工作

在變遷的經濟衝擊中，從事經營工作必需勇敢面對挫折。

#### （四）經營工作者忙碌於工作追求利潤

經營工作者忙碌於工作追求利潤，常不了解自己的生命意義與價值為何。

#### （五）具有社會責任

在經濟發展中，經營工作者除重視營業額及利潤外，有其社會責任，宜在自己企業發展中融入對大我之關懷，如對企業倫理之重視或生產綠色商品等。

技職校院學生有以上之特色，為建立學生信心、提昇人文素養、增強生命韌性勇敢面對挫折、了解社會責任及提昇對大我大自然之關懷，可藉由生死教育建立正

確的人生觀、內化生命的價值，進而探索生命真意，追求人生之終極真實，所以在技職校院推動生死教育有其必要性。

此外，技職校院各科系學生具有各科系不同的特色，茲因本研究對象以商業設計系為例，所以在此探討中部某技術學院商業設計系特色如下：

- (一) 以廣告設計及包裝設計為本系培育之專業特色。
- (二) 導入整合行銷傳播理念為未來發展定位之特色。

商業設計系秉持上列之特色，期能達教授學生商品包裝、廣告、印刷、視聽及商品展示設計等專業知識與技術；並注重體能及職業道德之訓練與陶冶，使學生成為品端技精之設計人才。在這樣的教學目標下，如何提昇人文素養，了解生命的意義與價值，生死教育宜融入他們的專業領域中。

#### 四、技職教育的發展

##### (一) 技職教育與經建發展之關係

吳清基（1995）表示技職教育的目標，在培育國家經濟建設發展所需的各級技術人力，關係著一個國家的經濟發展和國民生計至深且鉅。事實上，台灣地區從四十年前的一個以進出口農業產品為主的貿易逆差國家，發展成為今日一個以進出口工業產品為導向的貿易順差國家，此種「經濟奇蹟」的創造，固然與過去政府政治安定和睿智財經決策有關，但是，教育普及和人力素質的提昇，一直是大家所最樂於稱道的。技職教育的發展造就了無數的素質甚佳的各級各類技術人力，滿足了產業升級技術提昇之需要，直接導致國際經濟貿易競爭之能力增強，間接促進國家經濟建設之神速發展所以技職教育與經建發展關係密切。因此，技職教育在各級教育中有其特殊經濟功能之定位，應值得特別給予肯定。

##### (二) 高等技職教育發展問題之探討

職業技術教育是最有效的教育投資，它不僅可以保障國民教育及科學教育不致於落空，更可以促進社會的安定與經濟的成長。世界上高度工業化的國家，都

根據社會產業需要，頒佈教育法令，建立職業教育制度訂定計劃，積極培養技術人才以促進國家的長期繁榮( Kinwood,J.J. ; Foster, P.N. ; Bartow, S.M.,1994)。過去我國亦不例外，自民國六十年代以來以民生建設為一切建設之首要，積極提倡職業技術教育、國民教育、及科學教育以配合民生建設之需要(李國鼎，民 1988、1978、1975)，希望提高國民之經濟潛力，厚植民生根基。

邁向二十一世紀的關鍵時代，為使國內的產業能夠順利成功的升級，以及保持高度的經濟成長與國際競爭力，技職教育將朝向更兼顧國家社會發展需要、教育改革期望、世界技職教育發展趨勢，以及順應學生生涯發展等方向而調整，以因應新世紀人才之需求(黃廷合，1998)。

然而吳清基(1996)認為高等技職教育發展存在不少問題有待努力去突破現狀如下：

- 1、學制尊嚴不夠，流於次等選擇。
- 2、終結教育理念，導致進路受阻。
- 3、專科生盲目插大，技職專業功能扭曲。
- 4、高等普通教育系統與技職系統有待交流。
- 5、高等技職校院，終身學習體系有待強化
- 6、高等技職校院，終身學習體系有待強化
- 7、證照制度未落實，技職實務教育誘因不足。
- 8、技職教育人才培育，應加強業界需求。

### (三) 高等技職教育之轉型分析(吳清基，1996)

高等技職教育之發展，必須因應社會變遷和經建發展之需要作轉型之調適，

方足以吸引學生就讀，進而培養業界所需之生產技術人力。針對上述分析之問題，只有從學制上去求突破，方可達成高等技職教育之目標與功能，教育部目前較具體之因應作法有下列四項：

- 1、規劃專科學校改制為技術學院並附設專科部
- 2、研議大學設置二年制技術院系課程
- 3、規劃將技術學院改制為科技大學
- 4、規劃建立高等技術教育終身學習體系

面對二十一世紀之經建人才需求的挑戰，高等技職教育確屬任重道遠。因此高等技職教育之政策走向應不外：1.配合產業升級，培訓專業人才；2.加強建教合作，充實學生實作經驗；3.縮短公私學校資源差距，提升技職教育品質；4.改進技職教育課程，因應新世紀人才需求；5.強調技職師資實務導向，加強教師在職實務進修。總之，高等技職教育之發展，在經建發展之要求及技職學制改革創新發展下，應可走出一片美好的天空和尊嚴。

然而，技職院校教育既是「大學教育」、「高等教育」的一環，故不應只是留於「技術訓練」而已，如果只定位在「訓練」功能，則同產業界無異，何須名為「科技大學」或「技術學院」。技職院校應超越目前的辦學格局，不能僅僅是扮演技術訓練的場所，最好能全面檢討學校課程設計，調整共同必修科目、專業核心必修科目、校訂科目及通識科目之比例。從歐美經驗得知，人文科目至少應佔總學分數的十分之一，才能落實人文教育的目標（黃文樹，2000）。

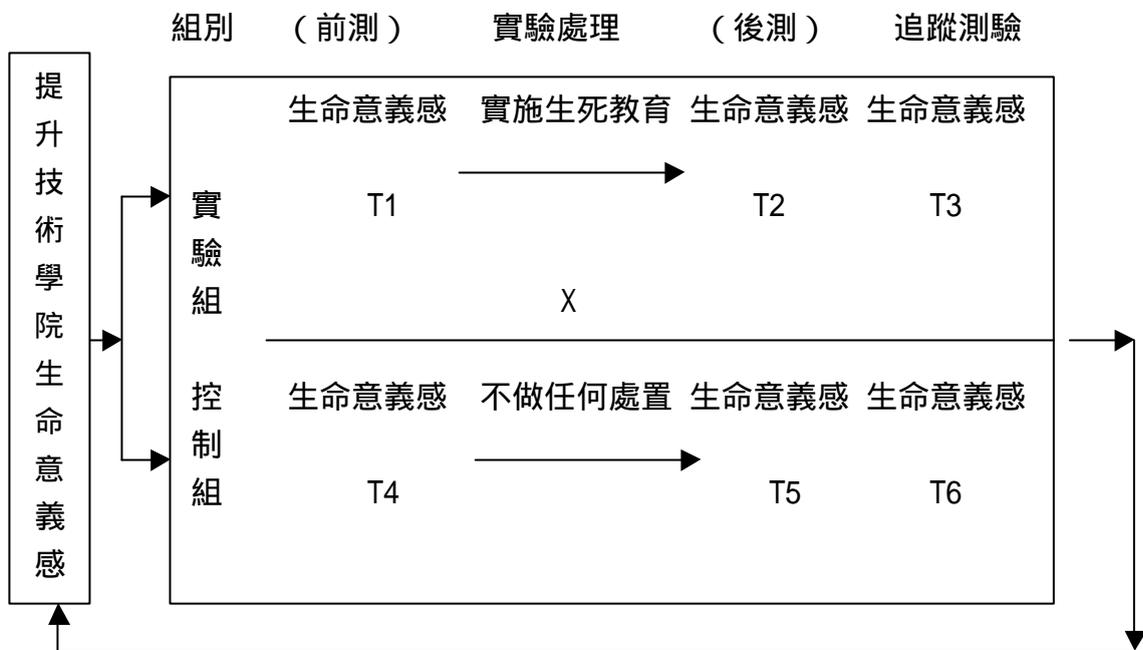
處在今日科技快速發展的技職院校教育，正面臨著道術分裂的危機時有賴人文教育在實用主義與功利導向籠罩下的高等技職教育中注入人文精神，使學生對生命的意義、知識的探索有所啟發。因此，儘管科技的實用性高而功效迅捷，但在謀求人與人、人與宇宙之間的和諧、生命意義及死亡意義之探索上，有賴一適當的課程來引導，而人文教育中的生死教育即是一很好的課程，因此本研究設計一生死教育課程，希能讓學生了解生死為何？達安身立命的目標。

### 第三章 研究設計與實施

#### 第一節 研究架構

##### 一、研究架構

本研究採立意取樣(purposive sampling)，以中部某技術學院進修部四技三年級學生為對象，分實驗組與控制組，實驗組為商業設計系，控制組為會計系，採準實驗前、後測不等組設計，先實施前測後，實驗組學生實施十六週生死教育課程，控制組學生則未接受實驗處理，最後再對兩組學生進行後測及追蹤測驗，並比較兩組學生前測-後測及前測-追蹤測驗之差異分數。兩組學生同時在校內進行三次結構式及半結構式之「生命意義感」問卷調查，以了解實驗組於生死教育課程教學之效果，並探討其影響。研究架構如圖 3-1



3-1 研究架構圖

研究說明：

本研究採「準實驗設計」來進行研究，研究設計與研究變項說明如下：

表 3-1 實驗設計

組別	前測	實驗處理	後測	追蹤測驗
實驗組 (N=35)	T1	X	T2	T3
控制組 (N=35)	T4		T5	T6

茲就表 3-1 中各代號之含義說明如下：

X:表實驗組的實驗處理，即本研究之生死教育課程。

T1:實驗組之前測。

T2:實驗組之後測。

T3:實驗組之追蹤測驗。

T4:控制組之前測

T5:控制組之後測

T6:控制組之追蹤測驗

本研究之研究流程如下圖：

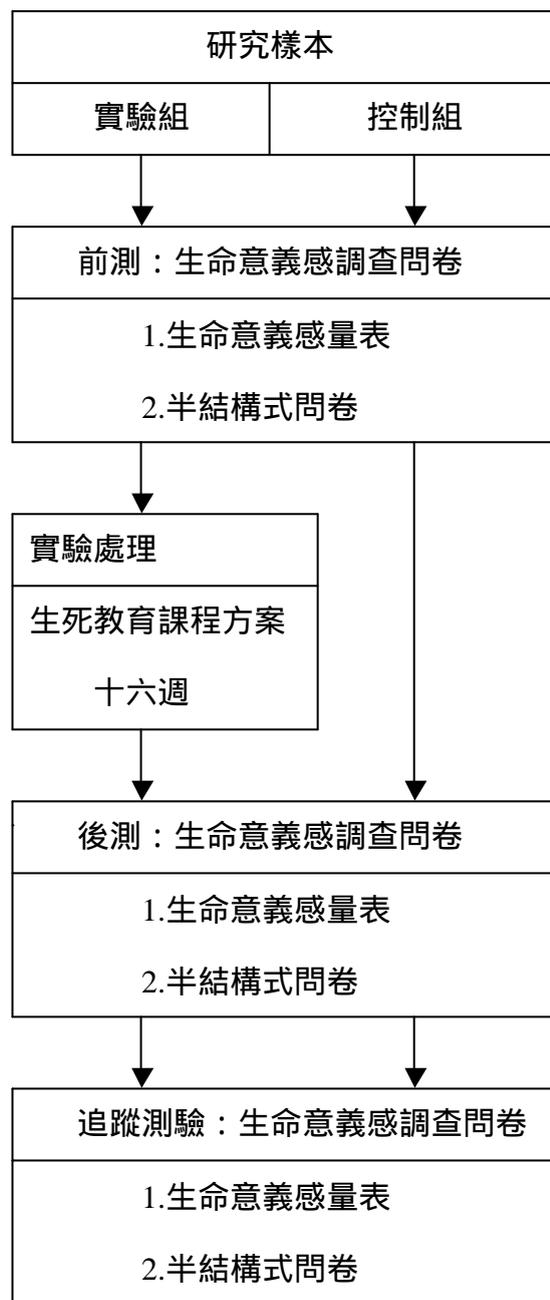


圖 3-2 研究流程圖

## 二、研究變項：

根據上述的研究架構和研究程序，本研究所欲測量或控制的變項如下：

### (一)自變項-即實驗操弄變項

本研究的自變項有兩項，其一為有無接受生死教育，其二為測量時間，分述如下：

#### 1、有無接受生死教育

(1) 實驗組：實驗期間學生實施十六週的生死教育課程。

(2) 控制組：實驗期間不接受生死教育課程。

#### 2、測量時間

(1) 前測：開學馬上施測。

(2) 後測：生死教育課程進行後一週內施測。

(3) 追蹤測驗：生死教育課程進行後二個月。

### (二)依變項-生命意義感

指受試者在「生命意義感量表」中所得分數。

### (三)控制變項

1、前測：以受試在「生命意義感」上的前測得分為共變數，以減少兩組受試者原來可能存在之差異。

2、年級：四技三年級進修部學生。

3、施測者：為避免教師因素干擾實驗效果，課程的教學與量表施測均由研究者自己擔任。

4、為避免社會期許對測量結果的影響，本研究所有工具均採不記名方式，以代碼識別。

為了深入探討生死教育的影響效果及實驗課程的適切度，本研究在量的「結構式問卷」調查中兼採質性的「半結構式問卷」、「深入訪談法」，並利用「單元回饋單」及「心得寫作」等將學生的文字反應加以歸類分析，以輔助在量表的問卷調查中，樣本學生可能因固定選項反應問題以致無法深入瞭解其反映，期能藉以澄清學生心中之疑惑。

## 第二節 研究工具

### 一、生命意義感量表問卷編製

#### (一) 資料來源與分析

本研究問卷係根據何英奇(1990)依 Frankl 的意義治療理論之主要概念編製之「生命態度剖面圖」進行分析，旨在提供一個有效度的多向度生命態度評量工具，原量表的施測對象為 615 位大專學生，信度、效度均適切；並已建立大專學生的常模。原表中經預試與因素分析結果，共得到六個因素，包括「求意義的意志」、「存在盈實-無挫折」、「生命目的」、「生命控制」、「苦難接納與死亡接納」等。此六因素再經第二層因素分析，得到兩個高層因素，「生命意義之追尋與肯定」和「存在的超越」。已涵蓋 Frankl 的主要概念，且經何英奇(1990)對大專學生之生命意義感及其相關分析，證實此量表有良好的內部一致性信度，Cronbach 值介於 .87 至 .65 之間，重測信度為 .85( $p<.01$ )，由此可知本量表之內部一致性信度與重測信度皆佳，具良好的建構效度。

為了驗證此量表施用於技職校院學生的適切性，研究隨機抽取了中部某技術學院四技三年級學生共 150 人進行預測，共得 142 份有效問卷，得以因素分析及信度分析。

量表採用 Likert 5 點量尺，正向題以「完全符合」計 5 分，「大部份符合」計 4 分，「部分符合」計 3 分，「大部分不符合」計 2 分，「完全不符合」計 1 分，負向題則相反。各分數相加即為生命意義感之總分，總分愈高，代表其生命意義感愈高。

#### (三) 預試題目分析：

施測完畢後，將有效問卷之原始分數輸入電腦，以 SPSS 8.0 之統計軟體，

進行預試题目的分析，以選取適切的題目，而選題的標準如下：

1、項目分析：

採相關性考驗及獨立樣本 t 考驗進行鑑別度分析，未達顯著相關及臨界值 (CR) 小於 4.0 之題目及予以刪除，全部題目 52 題，刪除第 2、39、13、15、16、17、18、19、40、45、49、51、52 等 14 題，共保留 38 題。

表 3-2 「技職校院學生生命意義感量表」項目分析摘要表

題目	相關	CR 值	備註
1、在我的生命中，我感到一種無以名之的失落感。	.374 * *	4.116	
2、我覺得在我的生命中缺乏一個真正意義和目標，而我也需要。	-.318 * *	-2.868	刪
3、生命的奧秘迷惑著我，並使我感到不安。	.254 * *	2.225	刪
4、在我的一生中，有一股強大的驅力，促使我去尋找自我。	.494 * *	5.023	
5、我發覺有一個強而有力的目標在指引著我。	.519 * *	5.911	
6、我感到在生命中缺乏一件值得去做的工作。	.380 * *	4.799	
7、我覺得有決心去完成某些超凡脫俗的事。	.511 * *	6.422	
8、真正的愛永不褪色。	.430 * *	6.001	
9、假如人要獲得快樂，他必須相當以自我為中心。	.083	1.024	刪
10、苦難是對性格力量的考驗。	.497 * *	6.930	
11、只有經歷苦難，才會變成完整的人。	.411 * *	4.473	
12、經歷苦難的人必有後福。	.441 * *	4.435	
13、假如一個病人瀕臨死亡，遭遇苦難，醫生應幫助病人安樂死。	.229 * *	2.236	刪
14、苦難有助於人瞭解真正的人生意義。	.480 * *	5.426	
15、關於死亡，我毫無準備，並感到害怕。	.228 * *	2.212	刪
16、關於自殺，我曾慎重考慮過，並認為是一種解脫之道	.116	1.447	刪
17、在經歷苦難之後，我變得更能體諒別人。	.347 * *	3.864	刪
18、死亡是生命的結束，再也沒有其他意義。	.350 * *	3.988	刪
19、將來有一天會死的事實，使我整个人生變得無意義。	.290 * *	2.103	刪
20、我預期我的未來會比過去更有希望。	.632 * *	9.768	

續下頁

21、我已找到一個滿意的生命目的。	.624 * *	8.626	
22、我生命中所發生的事，我能作決定。	.599 * *	6.213	
23、生命的意義存在於我們的周遭世界。	.550 * *	7.146	
24、我覺得有需要為我的生命訂定清楚的目標。	.470 * *	6.512	
25、對死亡的自覺，使我覺得生命一刻比一刻重要。	.517 * *	6.566	
26、我決心使我的未來有意義。	.663 * *	11.162	
27、我生命的成就，大部份決定在我努力的程度。	.529 * *	6.921	
28、新奇變化的事物吸引著我。	.476 * *	5.482	
29、每個人都應為他自己的生命負責。	.399 * *	4.604	
30、我以極大的心期待心盼望未來。	.635 * *	9.069	
31、我能依照我想過的方式生活。	.600 * *	7.544	
32、我很關心如何過一個有意義的生活。	.632 * *	11.10	
33、基本上來說，我正過著一種我喜歡的生活。	.552 * *	9.644	
34、我目前的生活是與我未來的希望緊密相連。	.531 * *	7.628	
35、我正在追尋生活中令人興奮的事物。	.490 * *	5.540	
36、我時常覺得煩悶無聊。	.421 * *	4.788	
37、生命對我而言，似乎非常機械化。	.433 * *	4.824	
38、對於生活，我有很明確的目標和計畫。	.547 * *	6.287	
39、我個人的存在是非常有意義、有目的。	.601 * *	8.614	
40、每天的生活總是千篇一律。	.392 * *	3.588	刪
41、如果我可以選擇，我寧願我沒有出生。	.388 * *	4.580	
42、退休之後，我願無所事事以度餘年。	.348 * *	4.048	
43、對於企求生命的目的，我不斷進展而達於圓滿。	.616 * *	8.478	
44、我的生命是充滿興奮美好之事。	.655 * *	10.52	
45、假如我今天就去世，我會覺得我的生命毫無價值可言。	.342 * *	3.771	刪
46、想到我的生命時，我常不懂我活著的理由。	.557 * *	8.066	
47、每當我注視世界與我的關係時，這世界使我迷惑不堪。	.356 * *	4.107	
48、我是一個非常有責任感的人。	.367 * *	4.0962	
49、關於人為自己作決定的自由，我相信人是完全被遺傳與環境所限制。	.207 * *	2.619	刪
50、為尋求生命的意義、目標和使命，我是很有這種能力。	.621 * *	6.992	
51、我的生命受外在因素影響，我不能控制。	.344 * *	2.865	刪
52、我發現人生並非無任何目的與使命。	.142	1.028	刪

## 2、因素分析：

經項目分析後保留 38 題之題目，因素分析的過程採主成分分析法抽取共同因素，並保留特徵值大於 1 的因素，然後再以直接斜交轉軸抽出五個因素（如附表 3-3），為「生命控制」、「存在盈實」、「苦難接納」、「生命目的」及「求意義的意志」，因每一題之因素負荷量均在 0.4 以上，且各因素累積變異量已達 50.60%所以 38 題全部保留。

表 3-3 「技術學院學生生命意義感量表」因素分析摘要表

因素	預試 題號	題目	負荷量	特徵值	累積 變異量%
生 命 控 制	27	我生命的成就，大部份決定在我努力的程度。	.777	11.024	29.011
	29	每個人都應為他自己的生命負責。	.697		
	26	我決心使我的未來有意義。	.683		
	30	我以極大的心期待心盼望未來。	.667		
	24	我覺得有需要為我的生命訂定清楚的目標。	.606		
	28	新奇變化的事物吸引著我。	.603		
	23	生命的意義存在於我們的周遭世界。	.590		
	48	我是一個非常有責任感的人。	.581		
	20	我預期我的未來會比過去更有希望。	.535		
42	退休之後，我願無所事事以度餘年。	.401			
存 在 盈 實	01	在我的生命中，我感到一種無以名之的失落感。	.729	2.982	36.858
	46	想到我的生命時，我常不懂我活著的理由	.718		
	37	生命對我而言，似乎非常機械化。	.659		
	47	每當我注視世界與我的關係時，這世界使我迷惑不堪。	.658		
	36	我時常覺得煩悶無聊。	.634		
	06	我感到在生命中缺乏一件值得去做的工作。	.574		
41	如果我可以選擇，我寧願我沒有出生。	.448			
苦 難 接 受	11	只有經歷苦難，才會變成完整的人。	.784	1.92	41.917
	12	經歷苦難的人必有後福。	.696		
	14	苦難有助於人瞭解真正的人生意義。	.663		
	10	苦難是對我性格力量的考驗。	.652		
	08	真正的愛永不褪色。	.614		
生 命 目 的	50	為尋求生命的意義、目標和使命，我是很有這種能力。	.779	1.775	46.588
	21	我已找到一個滿意的生命目的。	.749		
	38	對於生活，我有很明確的目標和計畫。	.718		
	39	我個人的存在是非常有意義、有目的。	.718		
	05	我發覺有一個強而有力的目標在指引著我。	.693		
	07	我覺得有決心去完成某些超凡脫俗的事。	.629		
	22	我生命中所發生的事，我能作決定。	.611		
	44	我的生命是充滿興奮美好之事。	.601		
04	在我的一生中，有一股強大的驅力，促使我去尋找自我。	.541			
求 意 義 的 意 志	33	基本上來說，我正過著一種我喜歡的生活。	.667	1.526	50.603
	34	我目前的生活是與我未來的希望緊密相連。	.664		
	32	我很關心如何過一個有意義的生活。	.653		
	25	對死亡的自覺，使我覺得生命一刻比一刻重要。	.621		
	43	對於企求生命的目的，我不斷進展而達於圓滿。	.610		
	31	我能依照我想過的方式生活。	.599		
	35	我正在追尋生活中令人興奮的事物。	.556		

### 3、信度分析

為求各因素層面及總量表的內部一致性，以信度係數 (Cronbach's  $\alpha$ ) 0.7 之顯著水準衡量量表內部一致性，之後對量表的五個因素進行內部一致性檢定測得的總量表 Cronbachs  $\alpha$  值為 0.9255，五個因素 Cronbachs  $\alpha$  值分別如下：「生命控制」為 0.8277、「存在盈實」為 0.7652、「苦難接納」為 0.7514、「生命目的」為 0.8692 及「求意義的意志」為 0.8303，表示各分量內部一致性信度甚佳。

表 3-4 「技術學院學生生命意義感量表」信度分析摘要表

因素	正式 題號	預試 題號	題目	分量表 Cronbachs	總量表 Cronbachs
生命 控制	1	27	我生命的成就，大部份決定在我努力的程度。	0.8277	0.9273
	2	29	每個人都應為他自己的生命負責。		
	3	26	我決心使我的未來有意義。		
	4	30	我以極大的心期待心盼望未來。		
	5	24	我覺得有需要為我的生命訂定清楚的目標。		
	6	28	新奇變化的事物吸引著我。		
	7	23	生命的意義存在於我們的周遭世界。		
	8	48	我是一個非常有責任感的人。		
	9	20	我預期我的未來會比過去更有希望。		
	10	42	退休之後，我願無所事事以度餘年。		
存 在 盈 實	11	1	在我的生命中，我感到一種無以名之的失落感。	0.7652	0.9273
	12	46	想到我的生命時，我常不懂我活著的理由		
	13	37	生命對我而言，似乎非常機械化。		
	14	47	每當我注視世界與我的關係時，這世界使我迷惑不堪。		
	15	36	我時常覺得煩悶無聊。		
	16	6	我感到在生命中缺乏一件值得去做的工作。		
	17	41	如果我可以選擇，我寧願我沒有出生。		
苦 難 接 受	18	11	只有經歷苦難，才會變成完整的人。	0.7514	0.9273
	19	12	經歷苦難的人必有後福。		
	20	14	苦難有助於人瞭解真正的人生意義。		
	21	10	苦難是對我性格力量的考驗。		
	22	8	真正的愛永不褪色。		
生 命 目 的	23	50	為尋求生命的意義、目標和使命，我是很有這種能力。	0.8692	0.9273
	24	21	我已找到一個滿意的生命目的。		
	25	38	對於生活，我有很明確的目標和計畫。		
	26	39	我個人的存在是非常有意義、有目的。		
	27	5	我發覺有一個強而有力的目標在指引著我。		
	28	7	我覺得有決心去完成某些超凡脫俗的事。		
	29	22	我生命中所發生的事，我能作決定。		
	30	44	我的生命是充滿興奮美好之事。		
	31	4	在我的一生中，有一股強大的驅力，促使我去尋找自我。		
求 意 義 的 意 志	32	33	基本上來說，我正過著一種我喜歡的生活。	0.8303	0.9273
	33	34	我目前的生活是與我未來的希望緊密相連。		
	34	32	我很關心如何過一個有意義的生活。		
	35	25	對死亡的自覺，使我覺得生命一刻比一刻重要。		
	36	43	對於企求生命的目的，我不斷進展而達於圓滿。		
	37	31	我能依照我想過的方式生活。		
38	35	我正在追尋生活中令人興奮的事物。			

## 二、半結構開放式問卷

本研究為補足在量化問卷調查中，受試者可能因限制固定選項作答，以致無法真實的瞭解學生在實施生死教育課程前後學生命意義感改變情形，因而兼採半結構開放式問卷，問卷來源係參考何英奇所設計之生命意義感量表，量表中有六個因素，包括「求意義的意志」、「存在盈實-無挫折」、「生命目的」、「生命控制」、「苦難接納與死亡接納」等。研究者依據這六個因素的題目與專家學者討論加以修正而成預試題目(問卷內容請參考附錄二)，再依據預試結果修正為正式問卷(問卷內容請參考附錄三)。並將半結構式問卷中學生所呈現之文字反應加以歸納分析。

## 三、學生回饋內容分析

實驗組學生接受生死教育方案後，研究者為能深入瞭解受試者對此實驗課程的看法與對課程適切度的評量，因此，本研究以「單元學習單」、「課程總回饋表」及「課後心得寫作」等多種習作單，作為評鑒之資料來源(請參考附錄)。研究者將學生所反應的文字加以歸類分析。

## 四、半結構式訪談大綱

本研究為更深入瞭解學生在實施生死教育課程前後學生命意義感改變情形，因而兼採半結構式訪談大綱做深入訪談，來源係依據半結構式開放式問卷預試結果訂定半結構式訪談大綱，並將半結構式訪談內容整理歸納。

### 第三節 研究對象與樣本分配

#### 一、研究對象

本研究以量化研究為主，輔以質性研究補量化研究之不足，所以研究對象如下：

##### (一) 量化研究：

研究之受試者為中部某技術學院進修部四技三年級學生 70 人進行測試，分為實驗組商業設計系 35 人，與控制組會計系 35 人。為達實驗的效度與信度這兩班的學生，採男女生人數較平均且程度相似的班級，由研究者用「生死教育課程」實施教學實驗工作，除實驗因子外，儘量減少其他因素的干擾。

##### (二) 質性研究：

於實驗組的學生中立意取樣，選取願意參與深度訪談能提供描述的三名個案做深度訪談，於課程中及課程結束後實施；並輔以半結構式問卷、學習回饋單及心得寫作加以分析研究。

#### 二、樣本分配

本研究以中部某技術學院進修部四技三年級學生為研究對象，分實驗組與控制組，因商業設計系該學院僅一班，所以實驗組為商業設計系學生，控制組為會計系學生，研究樣本分配狀況如下表 3-5：

表 3-5 研究樣本分配表

背景項目	類別	實驗組人數	百分比(%)	控制組人數	百分比(%)
性別	男	25	71	23	66
	女	10	29	12	34
父親教育程度	國中(含)以下	18	51	20	57
	高中或高職	8	23	9	26
	大專以上	9	26	6	17
母親教育程度	國中(含)以下	22	63	25	71
	高中或高職	9	26	8	23
	大專以上	4	11	2	6
是否有宗教信仰	有	16	46	20	57
	無	19	54	15	43
	母有	12	34	16	46
	母無	23	66	19	54
	自己	24	69	22	63
家中談論死亡	從未談過	3	9	12	34
	儘量避免談論	15	43	14	40
	坦然談論	17	48	9	36
是否有過自殺的想法	有,而且多次	0	0	0	0
	偶而有過	15	43	17	49
	從來沒有	20	57	18	51
自評人際關係	極佳	0	0	0	0
	普通	34	97	35	100
	較差	1	3	0	0
有無工作經驗	有	34	97	34	97
	無	1	3	1	0
工作滿意度	滿意	17	50	20	57
	不滿意	17	50	15	53
有無失業經驗	有	8	29	13	37
	無	26	71	21	63

從表 3-5 得知實驗組學生及控制組學生，無論背景變項或環境經驗變項均大致相似。但值得一提的是本研究為生死教育對技職校院學生生命意義感教學成效之探討，實驗組學生有無宗教信仰、家中談論死亡的狀況、是否有過自殺的想法及工作滿意度，應會影響生命意義感的教學成效。

## 第四節 資料處理

本研究是以量化研究為主，質性研究為輔，所以回收的資料除了有結構式的問卷外還有半結構式問卷、單元回饋單、心得寫作及訪談紀錄的部分，資料分析如下：

### 一、量化分析

採獨立樣本單因子共變數分析，主要步驟如下：

#### (一) 組內迴歸係數同質性考驗

在進行共變異數分析之前，先進行組內迴歸係數同質性考驗，若未達顯著水準，表示二組迴歸線的斜率相同，符合共變數分析的前提假設-組內迴歸係數同質性，可繼續進行共變數分析。

#### (二) 共變數分析

- 1、以前測為共變數，排除前測影響後，考驗兩組學生後測分數之差異顯著性。
- 2、以前測為共變數，排除前測影響後，考驗兩組學生追蹤測分數之差異顯著性。

### 二、質性分析

#### (一) 訪談記錄分析

研究者將每次的訪談內容逐一記錄加以分析歸納。

#### (二) 半結構式問卷內容分析

研究者將受試者所填之半結構式問卷資料，依實驗組、控制組、受試者及測量時間點加以分類編號，並整理分析與歸類。

#### (三) 課後學習單內容分析

研究者詳細閱讀學生學習單，並做歸納分析，作為受試者學習反應結果之資料。

#### (四) 心得寫作

研究者詳細閱讀學生心得寫作，並做歸納分析，作為受試者學習反應結果之資料。

### 三、教學評鑑方法

本課程之評鑑採內部評鑑方式(黃政傑, 1995)即由課程設計者(研究者)設計之單元回饋單、訪談記錄表、心得寫作來收集資料, 並兼採質與量的方式分析之, 旨在了解此生死教育課程設計是否適宜, 且經過實驗處理後, 對技職院校學生生命意義感是否具有立即性及持續性之影響效果, 以求深入了解、評估教學的效果, 藉由評鑑的結果而為課程改進之參考。

#### (一) 單元回饋單:

為配合教學單元而設計單元回饋單, 內容包括教學方式之評量和學生自評每個單元的收穫、心得感想以及給老師的建議。每個單元結束後請學生填寫, 主要目的是想了解學生學習情況及每個單元的目標是否達成, 透過學生的回饋而作為修改生死教育課程設計之依據。

#### (二) 訪談記錄表:

配合個案訪談, 幫助研究者進一步瞭解研究對象無法被直接觀察到的內在想法或感覺, 做為評估課程之參考。

#### (三) 心得寫作:

技職校院學生對許多問題都有自己獨特的見解, 也都樂於表達, 教育應是教與學並重, 讓學生在教師的教學中, 有著不斷地學習, 不斷地成長空間, 在教師正確的引導之下, 學習搜集資料、分析與研究歸納整理出自己的想法並進而激發出其多元化的學習興趣與創造性的學習能力。

#### (四) 課程總回饋表內容分析

研究者整理及以描述統計方式, 呈現受試者課程總回饋表之結果, 以瞭解受試者對本課程的接受度。

## 第五節 生死教育課程方案設計

本生死教育課程是依據研究對象之年齡及需要，由研究者參考國內外文獻和書籍內容，綜合各學者專家對生死教育之建議，予以修正定稿。在實驗進行的過程中，由學生的反應(回饋表)及實際需要稍作調整，而得正式實驗課程方案。茲將實驗課程實施方案的課程目標、教學活動實施內涵、教學活動實施方式及課程特色加以說明：

### 一、生死教育課程目標

研究者參考高雄市政府教育局編輯之高中職生死教育的教育目標及學者紀潔

芳提出師範校院生死學之教學目標，將本研究之課程目標定為：

- (一) 知識：了解生命的意義與價值、死亡的意義、死亡歷程及死後世界。
- (二) 情意：面對生死問題能不恐懼害怕，不避談生死問題。
- (三) 技能：1、能建立正確的生死觀，積極的面對人生。
  - 2、能處理生死實務問題，如安寧照顧、預立遺囑、喪禮的安排—等。
  - 3、能探索生命的意義與價值，進而肯定自己，建構生命的意義。
  - 4、能了解死亡議題，愛己愛人珍愛每一個生命。

### 二、教學內涵

配合生命教育課程規劃，本課程教學活動共分為四大主題，從生死學的基礎教育到生死實務問題的探討細分為二十個單元，每單元時數45或90分鐘，預期從各大主題中能讓學生對死亡有一基本概念，學會思索生命的價值，讓生命活得更有意義。包括如下：

- (一) 基礎教育：生死學的緣起與發展、生死教育相關名詞的認識、死亡的真相、生

死觀。

- (二) 生死教育：生死教育資源的認識、如何談生死教育、死亡及瀕死的面對、失落與悲傷的調整、安寧療護、預立遺囑、喪禮的安排。
- (三) 生命教育：生命的循環、生命的互動、生命價值生命意義的追尋、生命的禮讚。
- (四) 專題討論：自殺、墮胎、死刑、安樂死及器官捐贈。

### 三、教材的收集與編製

本課程所使用之教材係根據上述課程教學目標和內容，並參考各專家學者對生死教育課程實施與教學方式，而進行收集和編製。茲將本課程所使用之教材名稱及來源說明如下：

- (一) 投影片教材：為配合有關本課程之生死教育主題相關之知識性內容的講授，研究者將其統整而自製透明片，以利教學時之呈現。
- (二) 影片教材：係根據教學單元而收集、錄製或租借之影帶，名稱和簡要內容如下：
  - 1、西藏度亡經：張老師文化出版，是為死者或瀕臨死亡的人而出版的影帶，介紹超越死亡永續存在及輪迴的過程。
  - 2、「生命的樂章第一章--安寧照顧、臨終關懷」：此為(安寧照顧基金會)製作《生命關懷系列》影片。主要內容是(臨終關懷)運動的介紹與推展。
  - 3、生命的樂章第二章--個案紀實篇」：此為(安寧照顧基金會)製作《生命關懷系列》影片，在安寧病房中的個案介紹，藉著這些癌末病患的歌詠來述說生命之美。
  - 4、「小宇宙」DVD影帶：協和影視出版。介紹宇宙間各種生物的生長、繁衍，及面對天敵時如何保護自己及家人。
  - 5、「生命的樂章第三章--人生四季之歌」：安寧照顧基金會製作。影片說明生命如四季 四季如人生，談生命是什麼？死亡是什麼？如何說再見及臨終關

懷安寧療護。

- 6、生之慾：黑澤明導演，敘述胃癌的病人探索生存的意義之歷程。
- 7、「一無所缺的人生」蓮娜瑪麗亞DVD影帶：傳神關懷傳播協會出版。蓮娜瑪麗亞是一位自幼就喪失雙手的女孩，由於父母親從不放棄她，再加上她的生性樂觀所以一直以來她從不認為自己殘疾，仍如同正常的女人一般，開車、購物、做家事，甚至結婚，目的是增加學生的挫折忍耐力。
- 8、「殘蝕的理性」「無聲的吶喊」錄影帶：天主教臺北總教區出版。這是一部關於女人子宮內的生與死的得獎記錄片，內容是描述實際墮胎的過程。
- 9、「新生命的誕生」DVD影帶：協和影視出版。介紹母親子宮內胎兒的成長與學習包含母體內的變化、胎兒對外界的刺激與反應、胎兒的記憶與喜好，以及胎兒出生後的適應與學習。
- 10、「俊翰的故事」錄影帶：新銳影視出版。俊翰是患有先天脊髓性肌肉萎縮症患者預判僅剩3-4年的生命，他與時間競賽贏得了時間充實生命的故事。
- 11、蓮花心安寧路：佛教團體自行錄製之佛教喪禮實況。
- 12、魯賓遜漂流記：描述男主角魯賓遜喜愛航海，想過浪跡天涯的日子，便偷偷離開父母跑去當水手。在一次海難中，獨自漂流到一座荒島，憑著僅留在身旁的糖和火藥、簡單的工具和一條狗，他建立了一個能夠長久生存的園莊。
- 13、生死一瞬間：七福影視。珍莫芮是一名集美貌與智慧於一身的現代女性，生活表面是光鮮亮麗，內心深處卻充斥著孤寂，一直到珍得知罹患癌症後，才做了一番改變，臨終前夕完成一切想做的事情。
- 14、越過死亡線：東隆影視。描述死刑犯的心路歷程。

(三) 時事教材：為配合(隨機教學)而注意社會上發生之有關生死主題事件，經選擇而收錄為教材。本次的時事教材有，921地震的省思、911恐怖事件的看法、華航飛機失事事件、陳進興、林清岳的死刑。

(四) 閱讀教材:配合(閱讀指導法)而選擇幾篇故事供學生閱讀與討論。本課程中閱讀教材包含如下:

- 1、莊子 至樂篇。(轉引自黃天中,1992)
- 2、人的互動三篇詩作:一枚銅幣、荊人遺弓、如果我能讓一顆心免於破碎。(轉引自黃天中,1992)
- 3、周大觀的抗癌故事-我還有一隻腳。財團法人文教基金會。
- 4、「維箴塗鴉」-談自殺。(林維箴,2001)
- 5、捐贈者家屬的心路歷程(林何足,2002)
- 6、劉墉的螢窗小語(生死文學)。(轉引自黃天中,1992)
- 7、最後14堂星期二的課。(白裕承譯,1998)
- 8、活出意義來--從集中營說到存在主義。(趙可式、沈錦惠譯,2001)
- 9、看不見(袁瓊瓊,1988)

(五) 作業設計:為配合施教與課程修正之參考,在教學的過程中設計一些作業,利用「單元回饋單」、「訪談記錄表」、「心得寫作」等方式完成並分享之。

- 1、沉思死亡心得寫作單。
- 2、蒐集生死教育資源,包括機關、學校、網路資源、視聽媒體、圖書並以一本書、一卷錄影帶寫心得報告,並共同分享。
- 3、用口畫圖—主題:我的一生(三階段)。
- 4、我的遺囑。
- 5、規劃自己的葬禮。
- 6、生命歷程的回顧。
- 7、「反省過去、策勵未來」寫作。

- 8、認識墮胎心得寫作單。
- 9、自殺、墮胎、死刑、安樂死資料及心得。
- 10、安寧照顧廣告設計。
- 11、「最後十四堂星期二的課」讀書心得。

#### 四、教學特色

##### (一) 從知識的傳授到深入探討

老師先利用教學媒體講解知識性課程，進而引導受測者探討生與死的實務問題，省思自己的生命意義與價值，建立正確的生死態度及人生觀。

##### (二) 採用多媒體教學，引發學習動機

用不同之教具，如投影片、錄影帶、書本、繪圖本、VCD、鐵絲、汽球、水彩---等教具教學，提升學生學習興趣。

##### (三) 啟發式教學—主題討論及辯論

透過主題討論及辯論的分享，讓受測者開擴自己的視野與思維，深刻體認課程內涵，探索生命的真意。

##### (四) 帶動唱融入教學情境

教師依照單元目標適時教唱歌曲，融入教學情境融入自己的生命中，體悟生命的美，不畏懼死亡，歌曲有「朋友、愛、快樂天堂、感恩的心」。

##### (五) 從死亡論至生命意涵

死焉知生，因此課程內容的安排從生死教育論到生命教育及專題，希望學生能在這種情境中，培養其面對及接受死亡的態度，進而了解生命意義，圓滿人生。

#### 五、課程大綱

研究者廣泛蒐集有關生死教育(死亡教育)文獻，並參考國內外學者(Cras，

1980;Levition, 1977;黃松元, 1988;蘇完女, 1991;傅偉助, 1993;鄭淑里, 1995;張淑美, 1996;劉明松, 1997;曾煥堂, 1998;吳秀壁, 1998;賴怡妙, 1998;陳芳玲, 2000;余淑娟, 2001;紀潔芳, 2002;陸娟, 2002)資料統整歸納, 並請學者專家與研究者共同討論設計出本研究之教學單元與課程大綱如下:

教學單元:

單元一 生死學的緣起與發展

單元二 生死教育相關名詞的認識

單元三 死亡的真相

單元四 生死觀

單元五 生死教育資源之介紹

單元六 如何談生死教育

單元七 死亡及瀕死的面對

單元八 失落與悲傷的調整

單元九 安寧療護

單元十 預立遺囑

單元十一 喪禮的安排

單元十二 生命的歷程

單元十三 生命的互動

單元十四 生命價值生命意義的追尋

單元十五 生命的禮讚

單元十六 認識自殺

單元十七 尊重生命 - 認識墮胎

單元十八 死刑存廢的探討

單元十九 安樂死

單元二十 器官捐贈

表3-6 課程大綱與內容

教學主題	週次	單元名稱	教學目標	教學內容摘要	教學媒體出處
平時教學 建立正確生死觀	一	一. 生死學的緣起與發展	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 死亡學 (Thanatology) 的濫觴</li> <li>2. 死亡教育 (Death Education) 的緣起</li> <li>3. 生命教育的推動</li> <li>4. 生死學 (Life-and-Death Studies) 的興起</li> <li>5. 生死學的範疇</li> <li>6. 生死教育的重要性</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師介紹本學期課程進度、參考書目及分組</li> <li>2. 帶動唱「朋友」進入主題</li> <li>3. 說明「死亡學」是二次戰後美國的一門新興學科</li> <li>4. 說明美國與台灣死亡教育的緣起與發展</li> <li>5. 說明美國與台灣生命教育推動的差異 (以 86 年台中某高中生跳樓自殺及 87 年清大研究生以王水殺人毀屍案為例)</li> <li>6. 以 87 年高雄市五福國中老師監考時昏倒送醫不治為例說明生死學的興起</li> <li>7. 從生老病死各項課題來說明生死學的範疇</li> <li>8. 以討論的方式引導學生體認生死教育的重要</li> </ol>	錄音帶 周華健 滾石
	二	二. 生死教育相關名詞的認識	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能瞭解生命教育與死亡教育的差異</li> <li>2. 能瞭解生死教育與死亡教育之異同</li> <li>3. 能瞭解臨終關懷</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 從生命教育與死亡教育的定義、目標及內涵說明生命教育與死亡教育的差異</li> <li>2. 能瞭解生死教育的定義</li> <li>3. 能瞭解生死教育與死亡教育融通之處</li> <li>4. 能瞭解臨終關懷的定義</li> <li>5. 能瞭解臨終病人的權益</li> <li>6. 能瞭解臨終關懷照顧模式</li> </ol>	
	三.	死亡的真相	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 瞭解死亡的定義</li> <li>2. 能明白死亡的原因</li> <li>3. 能了解目前台灣十大死亡原因、死亡率及平均壽命</li> <li>4. 能認清死亡的本質</li> <li>5. 思考死亡之必要，那是關懷與愛的力量來源</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 以國內 921 大地震孫氏兄弟被活埋 130 小時後獲救及國外 911 恐怖事件引入死亡的探討</li> <li>2. 與學生討論死亡的原因</li> <li>3. 講述台灣 90 年度十大死亡原因死亡率及平均的壽命</li> <li>4. 老師說明生命過程、循環及人類老化的現象</li> <li>5. 說明禁忌-談死亡的缺點 帶動唱「愛」這首歌做為結束，因愛而無懼。</li> </ol>	錄音帶 蔡琴

	三	四. 生死觀	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 瞭解中國文化及各宗教的生死觀念</li> <li>2. 建立自己的生死觀</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀賞「西藏度亡經」影帶</li> <li>2. 從儒家、道家、佛教、道教、基督教來談其生死觀</li> <li>3. 小組討論分享建立生死觀帶動唱「訂作一個天堂」結束課程。</li> </ol>	錄影帶 張老師文化 錄音帶 (BMG 10年紀念) 寶麗金
死亡教育	四	五. 生死教育資源之介紹	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 瞭解生死教育的人力資源</li> <li>2. 瞭解生死教育的教學資源</li> </ol> 讓學生多元運用生死教育資源引發學習動機進而更深入研究	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師介紹開授生命教育相關課程之學校及教師</li> <li>2. 介紹政府機關與網路資源</li> <li>3. 介紹視聽媒體</li> <li>4. 介紹圖書</li> <li>5. 請學生蒐集更多的相關資源。</li> </ol>	
		六. 如何談生死教育	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 瞭解談生死教育宜視其認知狀況及心理社會發展狀況來談</li> <li>2. 讓學生不避談生死問題</li> <li>3. 讓學生能教導他身邊的人生死問題</li> </ol> 了解若沒建立正確生死態度則影響身心發展	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 以眼睛失明為例請學生思考如何談生命的失落</li> <li>2. 從「皮亞傑」的認知發展論及「艾瑞克森」的心理發展論談之。</li> </ol> 學生分小組討論小學、中學、大學各種不同年齡層應如何談生死。	
	五	七. 死亡及瀕死的面對	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 了解死亡態度</li> <li>2. 澄清自己面對死亡及瀕死情緒反應</li> <li>3. 了解面對親人死亡可能產生的情緒反應</li> <li>4. 透過小組討論學習面對悲傷與失落</li> <li>5. 體驗人生有限與脆弱</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀賞「生死一瞬間」並討論之</li> <li>2. 以Kubler-Ross將死亡態度分成五階段來談。</li> <li>3. 引導學生檢視自己對死亡及瀕死的情緒反應。</li> <li>4. 引導學生接受親人的死亡</li> <li>5. 透過討論的方式讓學生走出悲傷。</li> </ol> 透過想像自己或家人、朋友將逝去的情景體驗人生有限與脆弱。	錄影帶 七福影視
	六	八. 失落與悲傷的調整	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 引導學生回顧自己的失落經驗</li> <li>2. 引導學生面對自己的失落與悲傷</li> <li>3. 如何協助親人與朋友度過悲傷與失落</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 用口劃自己的出生、結婚及死亡。</li> <li>2. 以折鐵絲的方式幫助學生回顧過去、現在及未來。</li> <li>3. 小組分享個人的失落與悲傷。</li> </ol>	

	七	九. 安寧療護	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 讓學生瞭解安寧療護的發展</li> <li>2. 瞭解安寧療護的根本理念及服務方式</li> <li>3. 了解如何實施安寧療護學習尊重生命尊嚴</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 觀賞「生命樂章第一、二章」錄影帶，了解安寧療護的概況</li> <li>2. 請學生共同討論歸納應如何實施安寧療護</li> </ol>	錄影帶 安寧照顧基金會
	八	十. 預立遺囑	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 明白死亡是不可預估的</li> <li>2. 瞭解一份遺囑內容應包括那些？及其重要性</li> <li>3. 學習為死亡做準備</li> <li>4. 反省自己的死亡觀</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 以國內 921 地震、華航空難事件、國外 911 恐怖事件說明之。如果你是其中一位，對生者你會想跟他們說什麼？</li> <li>2. 以趙可式博士預立遺囑的範本為例，讓同學討論歸納出遺囑內容及其重要性</li> <li>3. 撰寫生前預囑</li> <li>4. 分享及討論</li> </ol>	
		十一. 喪禮的安排	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 瞭解各宗教喪禮的狀況</li> <li>2. 瞭解古代喪葬禮儀</li> <li>3. 瞭解喪葬禮儀的功能</li> <li>4. 瞭解死亡禁忌</li> <li>5. 認識生前的契約</li> <li>6. 能為自己規劃一適當的葬禮</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 以小組討論分享的方式深入瞭解各宗教喪禮</li> <li>2. 教師說明古代喪葬禮儀</li> <li>3. 以小組討論分享方式瞭解其功能，並以美國總統甘乃迪喪禮為例說明</li> <li>4. 教師說明死亡禁忌</li> <li>5. 請學生規劃自己的喪禮</li> </ol>	
生命教育	九	十二. 生命的歷程	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 能理解生命是從出生到死亡的過程</li> <li>2. 能瞭解每一種生物都有生命的歷程</li> <li>3. 能瞭解每個階段的生命禮儀</li> <li>4. 能了解什麼是人生體認每一道關卡都是成長的動力</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 請學生觀賞「小宇宙」及「人生四季」之歌</li> <li>2. 引導學生心得分享了解生命的歷程</li> <li>3. 介紹傳統禮俗如抓週、成年禮、婚禮、葬禮讓學生了解通過禮儀的意義。</li> <li>4. 寫一份生命歷程回顧作業</li> </ol>	錄影帶 安寧照顧基金會

	九	十三. 生命的互動	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.讓學生了解人活在關係中重視人與萬物的關係</li> <li>2.讓學生了解人類存在的幾種基本關係</li> <li>3.建立和諧關係</li> <li>4.能愛己愛人</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.觀賞「魯賓遜漂流記」並討論其生命互動狀況</li> <li>2.說明我們與家庭、社會、國家、世界宇宙的關係</li> <li>3.以小組合作推汽球的活動培養和諧關係的建立</li> <li>4.導讀三篇詩作</li> <li>5.帶動唱「牽阮的手」結束課程</li> </ol>	<p>錄影帶</p> <p>錄音帶 音樂磁場 瑞星</p>
	十、十一	十四. 生命價值 生命意義 的追尋	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.瞭解人類存在的本質</li> <li>2.瞭解 Frankl 意義治療法的哲學基礎</li> <li>3.瞭解如何擺脫存在的空虛獲得生命意義</li> <li>4.明白自己的生命價值與意義</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.觀賞「生之慾」</li> <li>2.簡要說明存在主義</li> <li>3.說明 Frankl 意義治療法的哲學理論</li> <li>4.說明傳朗克-悲劇性樂天觀</li> <li>5.小組討論影片男主角獲得癌症後渴望尋獲生存意義的心路歷程 以小組分享討論，探討自己生命意義</li> </ol>	錄影帶 黑澤明
	十二	十五. 生命的禮讚-蓮娜瑪莉亞的生命歷程、俊翰故事	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.學習以「愛」來對待生命</li> <li>2.建立樂觀的人生觀</li> <li>3.發揮生命的潛能</li> <li>4.能夠坦然面對人生的困境、生命的無常、珍愛生命</li> <li>5.創造生命的意義與價值</li> <li>6.引導學生了解愛的極至表現「無私的愛」</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.觀賞「蓮娜瑪莉亞生命歷程」的影片</li> <li>2.檢視自己的人生觀</li> <li>3.小組討論如何發揮潛能</li> <li>4.說明俊翰的故事，無懼的面對自己的病痛</li> <li>5.請學生分享觀後心得</li> </ol>	<p>VCD</p> <p>傳神關懷傳播協會</p> <p>新銳影視傳播公司</p>
專題	十三	十六. 認識自殺	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.讓學生瞭解自殺的意涵</li> <li>2.讓學生瞭解自殺的種類</li> <li>3.讓學生瞭解美國心理健康國際協會將自殺依程序不同分三級</li> <li>4.讓學生瞭解自殺的原因</li> <li>5.澄清對自殺的誤解與迷失</li> <li>6.認識自殺的警告訊號及危險程度評估</li> <li>7.教導學生如何預防自殺</li> <li>8.如何處理自殺事件</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.導讀袁瓊瓊寫的看不見</li> <li>2.以辯論的方式了解自殺，分贊成與不贊成兩方。</li> <li>3.說明社會學家 Durkheim 及心理學家 Shneidman 的自殺理論</li> <li>4.說明美國心理健康國際協會將自殺依程序不同分三級</li> <li>5.討論自殺的成因</li> <li>6.討論歸納自殺的警訊及危險程度的評估</li> <li>7.討論歸納如何預防自殺 討論面臨自殺事件如何處</li> </ol>	

十四	十七. 尊重生命 - 認識墮胎	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.了解「墮胎」的過程</li> <li>2.教導學生尊重生命「墮胎」並非解決問題的唯一方法</li> <li>3.了解墮胎後對身體的傷害 認識男女交往應有的正確態度</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.觀賞「殘蝕理性」、「新生命的誕生」影帶</li> <li>2.分享並討論觀後的心得</li> </ol>	錄影帶 天主教 台北總 教區教 理推廣 組發行
十五	十八. 死刑存廢 的探討	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.引導學生關心社會問題</li> <li>2.學習是非觀念，教導學生愛惜生命、尊重生命</li> <li>3.從各種論點論死刑的存廢問題</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.討論陳進興案</li> <li>2.影片欣賞「越過死亡線」</li> <li>3.影片評析並討論重點內容</li> <li>4.討論死刑的存廢問題</li> </ol>	錄影帶 東隆影 視
十六	十九. 安樂死	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.讓學生瞭解安樂死的定義與分類</li> <li>2.探討安樂死的爭議點</li> <li>3.澄清安樂死與安寧療護的不同</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.請學生課前蒐集剪報</li> <li>2.說明安樂死的基本理論</li> <li>3.以辯論的方式了解安樂死，分讚成與不讚成兩方</li> </ol>	
	二十. 器官捐贈	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.器官捐贈的觀念、意義及價值</li> <li>2.瞭解器官捐贈的相關法令</li> <li>3.說明腦死的定義與器官捐贈的密切關係</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.分享捐贈者的心路歷程</li> <li>2.介紹器官捐贈協會</li> <li>3.說明器官捐贈的相關法令</li> <li>4.討論腦死與器官捐贈關係</li> <li>5.分析逝世後未能捐贈器官的原因</li> <li>6.帶動唱「感恩的心」</li> </ol>	錄音帶 歐陽菲 菲飛碟

## 第四章 結果分析與討論

本章呈現研究結果，並針對結果進行討論，全章共分為四節，第一節呈現生死教育課程對技職校院學生生命意義感影響之分析，第二節呈現學生學習總回饋表之結果與分析，第三節呈現實驗組學生學習成效之分析，第四節個案分析，第五節綜合分析與討論。

### 第一節 生死教育課程對技職校院學生生命意義感之分析

為了解實驗組同學接受實驗課程後，對其生命意義感之影響，本研究進行獨立樣本單因子共變數分析 (ANCOVA)，在進行共變異數分析之前，先進行組內迴歸係數同質性考驗，考驗結果如表 4-1 所示，其 F 值 ( $F=3.033$ ;  $p=0.086$ )，未達顯著水準，統計考驗應接受虛無假設，拒絕對立假設，表示二組迴歸線的斜率相同，符合共變數分析的前提假設-組內迴歸係數同質性，因而可繼續進行共變數分析。

表 4-1 前測、後測迴歸係數同質性考驗摘要表

變異來源	離均差平方和	自由度	平均平方和	F 檢定	顯著性
組間 (迴歸係數同質性)	457.104	1	457.104	3.033	0.086
組內 (誤差)	9946.208	66	150.700		

$P < .05$

#### 一、立即影響效果分析

##### (一) 實驗組與控制組生命意義感差異結果

兩組學生在「生命意義感量表」之前、後測的平均數、標準差分析摘要結果由表 4-2 所示。發現實驗組與控制組的調整後平均數差異達顯著水準 ( $F=7.472; P=0.008$ )，即不同組別的受試者在「生命意義感量表」上的得分實驗組的學習成就(調節後平均數等於 3.768)優於控制組(調節後平均數等於 3.554)，結果顯示假設 1-1 獲得支持。

表 4-2 「生命意義感量表」前測、後測統計表

項目	前測平均數	後測平均數	調整後平均數	F 檢定	顯著性
實驗組 (N=35)	3.610	3.777	3.786	7.472	0.008**
控制組 (N=35)	3.570	3.545	3.554		

\*  $P < .05$     \*\*  $P < .01$

(二) 實驗組與控制組在生命意義感各分量表差異結果：

「生命意義感量表」共分為五個分量表，分別為「生命控制」、「存在盈實-無挫折」、「苦難接受」、「生命的目的」、「求意義的意志」，以下分別說明兩組受試者後測在生命意義感分量結果。

- 1、由表 4-3 結果所示，生死教育課程在實驗處理後，對「生命控制」上具有顯著性差異 ( $F=6.055; P=0.016$ )，實驗組學生在「生命控制」上有顯著改變(調節平均數等於 4.092)，優於控制組(調節後平均數等於 3.867)，結果顯示假設 1-2 獲得支持。
- 2、由表 4-3 結果顯示，生死教育課程在實驗處理後，在「苦難接受」上具有顯著性差異 ( $F=5.817; P=0.019$ )，實驗組學生在「苦難接受」上有顯著改變(調節平均數等於 3.915)優於控制組(調節後平均數等於 3.627)結果顯示假設 1-4 獲得支持。
- 3、其他分量表中未達顯著水準，顯示實驗組學生接受生死教育課程後與控制組生學相較沒有明顯的差異，結果顯示假設 1-3;1-5 ; 1-6 假設未獲支持。

表 4-3 兩組受試者「生命意義分量表」前測、後測統計表

項目	前測平均數	後測平均數	調整後平均數	F 檢定	顯著性
<b>生命控制分量表</b>					
實驗組 (N=35)	4.080	4.111	4.092	6.055	0.016 *
控制組 (N=35)	3.997	3.842	3.867		
<b>存在盈實分量表</b>					
實驗組 (N=35)	3.314	3.644	3.706	3.319	0.073
控制組 (N=35)	3.530	3.522	3.461		
<b>苦難接受分量表</b>					
實驗組 (N=35)	3.691	3.937	3.915	5.817	0.019 *
控制組 (N=35)	3.511	3.605	3.627		
<b>生命的目的分量表</b>					
實驗組 (N=35)	3.304	3.469	3.366	2.255	0.138
控制組 (N=35)	3.168	3.225	3.259		
<b>求意義的意志</b>					
實驗組 (N=35)	3.571	3.714	3.703	2.747	0.102
控制組 (N=35)	3.514	3.506	3.516		

\*  $P < .05$     \* \*  $P < .01$

## 二、持續追蹤效果分析

為了進一步了解生死教育對技職校院學生生命意義感是否有持續性的影響，本研究在課程結束後兩個月實施追蹤測，並進行獨立樣本單因子共變數分析 (ANCOVA)，在進行共變異數分析之前，先進行組內迴歸係數同質性考驗，考驗結果如表 4-4 所示，其 F 值 ( $F=2.985$ ;  $p=0.089$ )，未達顯著水準，統計考驗應接受虛無假設，拒絕對立假設，表示二組迴歸線的斜率相同，符合共變數分析的前提假設-組內迴歸係數同質性，因而可繼續進行共變數分析。

表 4-4 前測、追蹤測迴歸係數同質性考驗摘要表

變異來源	離均差平方和	自由度	平均平方和	F 檢定	顯著性
組間 (迴歸係數同質性)	728.468	1	728.468	2.985	0.089
組內 (誤差)	16106.643	66	244.040		

\* P<.05

(一) 實驗組與控制組在生命意義感差異結果

兩組學生在「生命意義感量表」之前測、追蹤測的平均數、標準差分析摘要結果由表 4-5 所示。分析結果發現實驗組與控制組調整後平均數達顯著水準 (F=6.096; P=0.016), 表示實驗處理具有持續性的效果。即不同組別的受試者經實驗處理後, 在「生命意義感量表」上的得分, 實驗組的學習成就 (調節後平均數等於 3.799) 優於控制組 (調節後平均數等於 3.552)。結果顯示假設 2-1 獲得支持。

表 4-5 「生命意義感量表」前測、追蹤測統計表

項目	前測平均數	追蹤測平均數	調整後平均數	F 檢定	顯著性
實驗組 (N=35)	3.610	3.803	3.799	6.096	0.016 *
控制組 (N=35)	3.570	3.548	3.552		

\* P<.05    \* \* P<.01

(二) 實驗組與控制組在生命意義感各分量表差異結果：

「生命意義感量表」共分為五個分量表, 以下分別說明兩組受試者追蹤測在生命意義感分量結果。

- 1、由表 4-6 結果所示, 生死教育課程在實驗處理後, 對「生命控制」上具有顯著性差異 (F=4.134; P=0.046), 實驗組學生在「生命控制」上有顯著改變 (調節平均數等於 4.121), 優於控制組 (調節後平均數等於 3.910), 結果顯示假設 2-2 獲得支持。

- 2、由表 4-6 結果所示，生死教育課程在實驗處理後，對「生命目的」上具顯著性差異 ( $F=4.468$ ;  $P=0.038$ )，實驗組學生在「生命目的」上有顯著改變 (調節平均數等於 3.487)，優於控制組 (調節後平均數等於 3.172) 結果顯示假設 2-5 獲得支持。
- 3、由表 4-6 結果所示，生死教育課程在實驗處理後，對「求意義的意志」上具有顯著性差異 ( $F=4.297$ ;  $P=0.042$ )，實驗組學生在「求意義的意志」上有顯著改變 (調節平均數等於 3.780)，優於控制組 (調節後平均數等於 3.501) 顯示假設 2-6 獲得支持。
- 4、其他分量表中未達顯著水準，顯示實驗組學生接受生死教育課程後與控制組生學相較沒有明顯的差異，結果顯示假設 2-3;2-4 假設未獲支持。

4-6「生命意義感分量表」前測、追蹤測統計表

項目	前測平均數	後測平均數	調整後平均數	F 檢定	顯著性
<b>生命控制分量表</b>					
實驗組 (N=35)	4.080	4.125	4.121	4.143	0.046 *
控制組 (N=35)	3.997	3.905	3.910		
<b>存在盈實分量表</b>					
實驗組 (N=35)	3.314	3.718	3.748	2.032	0.159
控制組 (N=35)	3.530	3.579	3.549		
<b>苦難接受分量表</b>					
實驗組 (N=35)	3.691	3.840	3.830	2.164	0.146
控制組 (N=35)	3.511	3.571	3.586		
<b>生命目的分量表</b>					
實驗組 (N=35)	3.304	3.507	3.487	4.468	0.038 *
控制組 (N=35)	3.168	3.152	3.172		
<b>求意義的意志</b>					
實驗組 (N=35)	3.571	3.783	3.780	4.297	0.042 *
控制組 (N=35)	3.514	3.497	3.501		

\*  $P < .05$     \* \*  $P < .01$

### 三、分析與討論

以下針對技職校院學在接受生死教育後，生命意義感量化結果加以討論，說明如下：

(一) 實驗組與控制組在「生命意義感」方面，實驗組接受十六週的生死教育後，其整體的生命意義感顯著高於控制組學生，究其原因如下：

- 1、本研究採用多媒體教學及團體動力的教學方式進行討論分享，學生可於學習過程中思索個人價值，並學習他人的生活經驗，有助於探討與建立生命的意義。
- 2、課程設計有「生命價值生命意義追尋」的單元，具體的介紹傅朗克的意義治療學並配合觀賞黑澤明導的「生之慾」影片，能讓學生深深體會生命的意義與價值，進而思索、建立自己的生命意義與價值。
- 3、生死教育課程安排適當，課程包括生死學的基礎教育、生死教育、生命教育及專題討論等四大主題，細分為二十個單元，能達既定的教學目標，建立學生生命意義感，所以實驗組學生生命意義感顯著高於控制組學生。

(二) 實驗組與控制組在「生命意義感分量表」有立即顯著差異者為「生命控制」與「苦難接受」究其原因如下：

#### 1、生命控制

本研究以技職校院進修部的學生為研究對象，他們家庭的支援較少，白天大部分在工作，生命歷程中「生命不能控制」較多，經生死教育課程的薰陶，能馬上體悟人有意志的自由，可以決定面對事情的態度，當人們自由選擇以後應該為其所做的選擇負責；所以實驗組學生之「生命控制分量」能顯現立即顯著差異。

#### 2、苦難接受

技職校院進修部的學生他們在國中進入職校時，求學過程受到挫折（紀潔

芳, 2002), 生命歷程中「苦難」較多, 經生死教育課程的薰陶, 讓學生深入了解苦難的意義, 所以「苦難接受」顯現立即顯著性效果。由此結果得知學生能體會傅朗克「悲劇性的樂天觀」的態度, 將受苦轉化為生命的成就或任務的完成。

(三) 實驗組與控制組在「生命意義感分量表」有持續性顯著差異者為「生命控制」、

「生命目的」及「求意義的意志」究其原因如下：

#### 1、生命控制

「生命控制分量」不僅有立即性顯著差異, 亦產生持續性顯著性差異。原因之一為技職校院進修部的學生屬於青年後期階段, 心智已趨於成熟穩定, 經過生死教育課程殊勝的薰陶與時間的涵融, 能有持續性效果; 建立起生命的成就由自己來完成, 為自己的人生負責, 不依賴他人。

#### 2、「生命目的」及「求意義的意志」

「生命目的」及「求意義的意志」分量雖在立即性差異不顯著, 但持續性差異顯著, 乃因「生命目的」的建立與「求意義的意志」短時間效果小, 需長時間逐漸形成, 所以進行長期實驗追蹤評量則可見到不同的結果, 原因如下：一般人受到佛洛伊德精神分析學派及阿德勒個體心理學派的影響, 認為生命的目標在於享樂 (pleasure) 或者是擁有權力 (power); 所以要讓學生體悟自己的「生命目的」, 需打破他們既有的觀念, 讓他們了解「快樂意志」和「權力意志」都是最原始想要「追求意義意志」的衍生物, 權力是達到目標的手段, 而快樂是隨著產生的; 其實人類的生存基本動力是求意義的意志, 不是享樂或權力; 所以「生命目的」的建立與「求意義的意志」需長時間逐漸形成。

(四) 實驗組與控制組「生命意義感分量表」中無立即性及持續性顯著差異者為「存在盈實」

本研究生生命意義感分量表中「存在盈實」後測及追蹤測均呈現無顯著效果，而何英奇（1987）於我國大專學生的研究中發現約有四分之一的人覺得「存在的空虛」的狀況，研究者認為技職校院學生亦存在著「存在的空虛」的狀態，經過生死教育的課程的薰陶仍無法改變，可能需更長時間逐漸形成「存在盈實」的感覺，若進行長期實驗追蹤評量，或可看到不同的結果；此外，團體的課程無法達到顯著效果，或許可以針對此問題進行小團體輔導或個別輔導，幫助學生了解實存的價值。

然而，在變化快速的社會裡，人們忙忙碌碌承受著很大的壓力與苦痛，但人們卻不知為何要承受這壓力與痛苦，生命的意義與價值在哪裡？人們常常認為應適度的減輕壓力，讓步調放慢乃是當務之急；其實，在此空無年代裡，我們所懼的不是過多的緊張而是意義失落所致的缺乏緊張，所以人真正需要的是適度緊張，這是成為一個人必須具備的也是心理健康所不可或缺的（傅朗克，1967）。所以研究者認為在「意理緊張」的狀況之下方能讓我們探索生命的意義與價值，是有助於實存的建立。

綜合以上實驗組與控制組「生命意義感量表」及「生命意義感分量表」的結果，得以了解實驗組學生上完生死教育課程，生命意義感的改變狀況是值得肯定的，應給予持續性的生死教育。

## 第二節 學生學習總回饋表之結果與分析

本研究之課後總回饋表內容包括：對於整個課程的滿意度；對此課程的內容了解程度；對課程上課方式的滿意度；影響最大的單元；課程是否會引發恐懼；技職校院階段是否需要實施生死教育課程；如果有機會是否願意再上生死教育課程；是否希望獲得更多有關生死的訊息；最喜歡的教學方式；此課程最大的收穫是什麼；授課教師具有哪些特質；生死教育四大主題的規劃是否能達到各主題目標；其他建議等（內容請參考附錄五），本節就此內容予以分析。

### 一、技職校院學生對課程滿意度之分析

（一）從表 4-7 對於此課程的內容滿意程度的五個向度中學生所勾選之非常滿意、很滿意、滿意、不滿意分別為 3 人(9%)、5 人(14%)和 26 人(74%)和 1 人(3%)。沒有人勾選非常不滿意。

表 4—7 對課程滿意程度次數分配表

項目	勾選人數	百分比(%)
非常不滿意	0	0
不滿意	1	3
滿意	26	74
很滿意	5	14
非常滿意	3	9
總和	35	100

由表4-7得知技職校院學生對課程內容的滿意度有97%持滿意（含以上）看法。

（二）從表 4-8 對於此課程的內容了解程度的五個向度中學生所勾選之非常滿意、很滿意、滿意、不滿意分別為 1 人(3%)、8 人(25%)和 22 人(63%)和 3 人(9%)。

沒有人勾選非常不滿意。

表 4-8 對於課程的內容了解程度次數分配

項目	勾選人數	百分比 (%)
非常不滿意	0	0
不滿意	1	3
滿意	22	63
很滿意	8	25
非常滿意	3	9
總和	35	100

由表4-8得知技職校院學生對課程了解程度有97%持滿意（含以上）之看法。

(三) 從表 4-9 對於此課程的上課方式滿意度五個向度中學生所勾選之非常滿意、很滿意、滿意、不滿意分別為 3 人(9%)、7 人(20%)和 23 人(65%)和 2 人(6%)。沒有人勾選非常不滿意。

表 4-9 對於課程上課方式滿意程度次數分配

項目	勾選人數	百分比 (%)
非常不滿意	0	0
不滿意	2	6
滿意	23	65
很滿意	7	20
非常滿意	3	9
總和	35	100

由表4-9得知技職校院學生對課程上課方式滿意程度有94%持滿意（含以上）之看法。

## 二、課程影響最大的單元分析

由表4-10影響最大的單元為認識墮胎18人（17%），其次為死亡及瀕死的面對13人（12%），安寧療護12人（11%）排行第三，生死學的緣起與發展及生死教育相關名詞的認識無人勾選。

表 4-10 影響最大的教學單元次數分配

單元名稱	勾選人次	百分比（%）
生死學的緣起與發展	0	0
生死教育相關名詞的認識	0	0
死亡的真相	6	6
生死觀	8	7
生死教育資源介紹	1	1
如何談生死教育	1	1
死亡及瀕死的面對	13 *	12
失落與悲傷的調整	4	4
安寧療護	12 *	11
預立遺囑	5	5
喪禮的安排	6	6
生命的循環	2	2
生命的互動	2	2
生命價值生命意義的追尋	8	8
生命的禮讚	2	2
認識自殺	3	3
認識墮胎	18 *	17
死刑存廢的探討	7	6
安樂死	6	6
器官捐贈	1	1
總和	105	100

由表4-10得知受試者現階段比較需要的單元是屬於生死實務問題的課程，影響最大的是「認識墮胎」這個單元，課程中讓學生觀賞「新生命的誕生」及「無聲的吶喊」兩部影片，並分享觀後心得，受試者表示「新生命的誕生」讓人了解寶寶在肚子中的活動，充滿溫馨，令人產生期待的喜悅；「無聲的吶喊」讓人了解墮胎是多麼殘忍的行為，發人省思，極具教育意義，希望有更多人能看到這影片。而受

試者正值青年後期，墮胎的問題與知識正是他們最需要的時候，因此學生認為此單元影響他們最大。

「死亡及瀕死的面對」學生表示每個人的生活型態及生理狀況均不同，若非到死亡的那一刻，否則很難感受是否會恐懼，但恐懼應是在所難免的，上完這課後深深體會最重要的是如何調適自己的情緒整理出方向，去面對自己的死亡及瀕死，所以這個單元僅次於墮胎。而「安寧療護」是面對瀕死階段能讓身心安頓的措施，所以這個單元排列第三。從這樣的結果顯示學生對死亡的面對及安寧照顧是比較需要的課程。

「生死學的緣起與發展」及「生死教育相關名詞的認識」無人勾選，此乃是生死學的基礎理論，由此結果顯示，學生對此課程較無迫切需要，所以沒人勾選。

### 三、課程是否會引發學生恐懼之分析

由表 4-11 得知實驗組同學上生死教育課程方案時有 32 人（91%）不會感到恐懼，其中有 3 人（9%）會感到恐懼。感到恐懼的課程為「死亡及瀕死的面對」、「預立遺囑」及「認識墮胎」這三個單元。

表 4-11 生死教育課程引發學生恐懼之統計

項目	勾選人數	百分比 (%)
否	32	91
是	3	9
總和	35	100

研究者從感到恐懼的學生之問卷、學習單及訪談中發現學生恐懼「死亡及瀕死的面對」、「預立遺囑」乃因曾經小時候家人死亡，造成很大的傷痛及陰影，家

裡一直忌諱再談死亡事件，所以談到瀕死及預立遺囑造成很大的負擔，雖然上課後已較為改善，能了解死亡是必經的生命歷程，但仍然會覺得害怕。尤其「預立遺囑」時覺得好沉重，一直下不了筆。

而「認識墮胎」這單元有一位學生勾選，乃因「無聲的吶喊」這影片他覺得太殘忍噁心，而感到害怕。由這結果顯示，上此單元宜注意觀賞影片後應導入一個輕鬆正向的話題，緩和情緒避免學生胡思亂想產生心理負擔。

綜合表 4-10 及表 4-11 結果顯示「死亡及瀕死的面對」及「認識墮胎」不僅是影響學生最大亦是會引發恐懼的單元，因此上這兩個單元時宜盡量在輕鬆自在的情境下上課，若有個別狀況的學生宜適時輔導。

#### 四、技職院校階段是否需要實施生死教育

由表 4-12 得知實驗組同學贊成上生死教育課程的有 34 人（97%），不贊成的學生有 1 人（3%）。

表 4-12 對技職院校階段實施生死教育的態度次數分配

項目	勾選人數	百分比（%）
需要	34	97
不需要	1	3
總和	35	100

研究者從贊成技職校院學生上生死教育課程學生之問卷、學習單及訪談中，歸納贊成的理由簡述如下：受試者表示，此課程是前所未有的，剛聽此課有點生疏及害怕，但後來覺得體會很深，目前青年學子動不動就飆車、吸毒、自殺或殺人---等等問題很多，如此不尊重生命，所以應該了解自己存在的意義與價值，體會生命的可貴，進而更加珍惜生命，積極面對自己的人生，所以生死教育課程是很有意義

的課程；此外生死教育的課程能讓他們了解死亡的概念與意義，死亡是生命中的一個歷程應坦然面對，所以比較不害怕談論死亡。

問卷中有一人勾選不贊成上生死教育課程，原因是其認為技職校院學生目前正在努力的時刻，從死亡來討論生命的意義及死亡的意義，這樣心智薄弱的同學易受到影響生活失去重心，令技術的學習事倍功半。

綜合以上論點，研究者認為生死教育課程在技職校院中實施有其必要性，能建立正確的生死觀，了解生命意義與價值，以利學生在技職場上肯定自我、超越自我，為社會服務；只不過談論死亡課題時，因為每個學生的背景不一，接受度不同，宜彈性運用生命教育及死亡教育，適當的切入學生的生活中，避免讓學生產生害怕的反效果。

## 五、是否願意再上生死教育課程

由表 4-13 得知實驗組同學願意再上生死教育課程的有 23 人 (87%)，不贊成的學生有 5 人 (13%)。

表 4-13 是否願意再上生死教育課程

項目	勾選人數	百分比 (%)
是	30	87
否	5	13
總和	35	100

(一) 研究者從願意再上生死教育課程的問卷及訪談中歸納出下列幾點理由：

- 1、人們常汲汲營營追求某些事物，但忽略了生命的意義與價值，生死教育這門課能重新認識生命，省思自己的狀態，真正了解生命的奧秘。
- 2、生死教育課程可以導正許多偏差的觀念，建立光明積極的人生觀。

- 3、人生就是生與死，希望多了解生死問題，目光才不會短淺，讓生命活得更有意義死得其所。
- 4、更了解生命的意義與死亡的真相。
- 5、一學期的課程未能深入了解生死課題，希望有機會深入探討。

(二) 研究者從不願意再上生死教育課程的問卷及訪談中歸納出下列幾點理由：

- 1、生死教育是生命的一里程碑告一段落後，希望往前推進學習不同知識與技能。
- 2、生死課程已有初步的學習，已經了解如何探索生命的意義與價值。
- 3、已經了解生死課題，了解生命意義與價值，人生有明確目標。
- 4、生死教育課程，談死論生內容較為沉重有點壓力。

綜合以上論點，願意繼續上生死教育課程的技職校院學生有 30 人 (87%)，學習意願很高；不願意繼續上生死教育課程的學生有 5 人 (13%)，這 5 人當中多部分認為學有所成可以告一段落，已經了解如何探索生命的意義與價值，有一名學生認為上生死課程有負擔，這樣的結果顯示生死教育的成果是值得肯定的；但一名學生覺得沉重有負擔，研究者認為可增加生死實務的分享與討論，上課時注意個別差異，使用適當的教具，盡量於輕鬆愉快的情境中進行。

## 六、學生希望獲得更多有關生死的資訊之分析

由表4-14得知實驗組學生想獲得更多有關生死的資訊的有34人 (97%)，不想獲得更多資訊的學生有1人 (3%)。

表 4-14 想獲得更多有關生死的資訊次數分配

項目	勾選人數	百分比 (%)
是	34	97
否	1	3
總和	35	100

由表4-14中顯示，三十四人想獲得更多有關生死的資訊，得以了解學生的學習態度及探索生命意義的意志非常高；一人不想獲得更多有關生死的資訊，原因為生死資訊對他而言有負擔，所以宜個別了解予以輔導。

## 七、學生最喜歡的教學方式之分析

由表4-15得知學生最喜歡的教學方式勾選最多的是影片欣賞有人次35(33%)，其次是說故事15人次(14%)，第三的教學方式為投影片13人次(12%)。

表 4-15 最喜歡的教學方式次數分配

項目	勾選人次	百分比 (%)
講述法	7	7
分組報告	6	6
小組討論	9	9
角色扮演	1	1
影片教學	35 *	33
投影片教學	13 *	12
帶動唱	1	1
繪畫	7	7
說故事	15 *	14
體驗活動	11	10
總和	105	100

\* 最喜歡的教學方式

由4-15表顯示學生最喜歡的教學方式為「影片教學」，其次為「說故事」，這樣的結果與廖秀霞（2001）的研究結果一致，雖研究對象不同表現出一樣的結果，由此可知「影片教學」及「說故事」的教學方式不分年齡層均受學生喜愛，因為影片

與故事的情節能引起學生學習興趣產生共鳴。

而排列第三的是「投影片教學」，由學生的訪談中得知乃因投影片是知識理論展現很好的方式，而技職校院學生屬於青年後期階段，對知識理論的需求有其必要性。此結果與廖秀霞（2001）的研究結果不一致，原因應為受試者的年齡層不同所導致，年齡層較高的學生比較適宜用投影片教學。

此外所有的教學方式都有學生喜歡，表示這些教學方式均可用於教學上，宜配合課程適時的交叉運用，讓課程更為生動活潑；但宜了解學生最能接受及喜歡的方式，多加運用以達教學成效。

#### 八、對於此課程最大的收穫

問卷中顯示上完生死學課程最大的收穫研究者將之歸納為理論的認識、生死實務的認識、生命體認及生死專題的認識四大類，如下：

- （一）理論的認識：能建立生死觀、認識死亡的真相。
- （二）生死實務的認識：認識安寧療護、如何預立遺囑、如何面對死亡、了解死亡態度、減少面對死亡的恐懼不避談生死問題、了解佛教葬禮、葬禮的安排。
- （三）生命的體認：了解生命的意義與生命的可貴、生命的意義與目的的探索、積極的態度面對人生、重拾人生的希望。
- （四）生死專題的體認：認識墮胎尊重生命、學會愛己愛人。

以上四大類，與研究者生死教育課程方案設計四大主題相符合，所以本研究之生死教育的實施，成效良好能達預定的教學目標；此外，從課程最大收穫中顯示學生能了解生命的意義與生命的可貴、探索生命的意義與目的及積極的態度面對人生、重拾人生的希望，因此，生死教育課程對技職校院學生「生命意義感」具立即性及持續性之影響效果在此得以印證。

## 九、學生認為授課教師（指研究者）具備哪些特質

學生們表示生死教育授課教師（指研究者）具有下列幾點特質：

- （一）專業知識：清楚的生死觀、教學資源豐富、了解生死教育的內涵具專業知識。
- （二）教學方法：談吐清晰台風穩健、用詞簡單易懂能依學生反應而調整授課進度、講述有條理平順、採用很多特別的教學方式能引起學習動機、坦然中肯的談論死亡。
- （三）教學態度：教學認真、準時上下課、擇善固執。
- （四）教學內容：課程規劃詳盡有條理、能確立教學目標、內容充實多元。
- （五）人格特質：溫和的性情、溫和親切、熱心、開朗、包容與耐心、穩重。

綜合以上生死教育授課教師（研究者）特質與學者張淑美（1996）提出從事死亡教育教師應具備正確健康的自然的態度，並對死亡教育的內容實施方式有基本了解是相符合的。研究者進而認為生死教育的教學者宜具備下列素養：

- （一）清楚的生死觀。
- （二）了解生死教育的內涵及專業知能。
- （三）能坦然中肯的談論生死問題。
- （四）溫暖與愛人的心。
- （五）教學態度認真。
- （六）具備傾聽、諮商及溝通的基本能力。（紀潔芳，2001）
- （七）具備臨終關懷之實際經驗。（紀潔芳，2001）

## 十、生死教育四大主題的課程規劃是否能展現教學目標

由表 4-16 得知實驗組同學認為生死教育課程規劃能展現四大主題教學目標的有 35 人次（100%）。

表 4-16 教學目標的展現

項目	勾選人數	百分比 (%)
是	35	100
否	0	0
總和	35	100.0

本研究的教學活動分基礎教育、死亡教育、生命教育及專題四大主題，研究者依序完成各教學目標，由表 4-16 顯示所有受試者認為課程的安排能按原來的授課構想達教學成效。

#### 十一、其他建議

綜合學生問卷及課後訪談資料整理如下：

- (一) 教學方法：安排作業的檢討、用網路教學讓課程內容更生動活潑。
- (二) 教學內容：對死亡的領域再深入探討、安排校外參觀殯儀館及安寧病房。
- (三) 教學地點：上課地點希能離原來的教室近一點。
- (四) 作業的實施：不要以小組方式實施，因夜校學生很難騰出時間；作業量太大。

由以上歸納得知教學方式可再調整，以因應技職校院學生之需求，達更佳的教學效果，尤其是「作業的檢討」它能让學生了解自己寫的好不好，並共同分享，增加彼此間的生命交流。此外科技資訊的發達，若教學資源夠，可利用「網路教學」讓課程內容更生動活潑，獲得最新的資訊。

教學內容方面，部分學生希能再深入探討死亡領域的知識，可於課程中適時調整。至於校外參觀殯儀館或安寧病房，因進修部學生課程時間較短所以沒有實施，但校外參觀可讓實務印證理論，真正體認生死課題，是很好的教學內容，若時間充裕或日校學生可予以安排增加實務的體認。

教學地點的問題乃因本校沒有更適合的地點，所以離他們的教室較遠，課程結束後又要趕回原來的教室上課，造成不便影響教學成效，此乃因學校資源不夠所造成。所以課程安排宜考量各種軟硬體設施兼具，方能達最佳之教學成效。

小組作業的實施是共同交流共同學習的機會，應是一個很好的教學方式，但因進修部學生能聚在一起共同討論的時間有限，所以這是限制進修部學生教學成效的一個因素；日間部的學生則應為一良好的作業方式。

### 第三節 實驗組學生學習成效之分析

在教學前為能達到生死教育教學成效，研究者於學期初即依照實驗組學生之特性多元規劃設計適合實驗組學生之作業；作品內涵之精緻與優美令人讚賞，在此將學生口繪圖、安寧療護廣告設計、寫作作品、專題報告、單元回饋單等方面予以節錄重點分析如下：

#### 一、口足畫家作品--劃我一生（過去、現在、未來三個階段）

此口畫作品是「失落與悲傷調整」單元，請同學事前準備自己的畫具及圖畫紙於課程介紹後，讓同學感受失去雙手作畫的感覺，激勵同學當失去自己的手或如何去面對與調適，不要為生命中的失落所困，邁向更積極的人生。在此呈顯「口畫作品」、「創作者之解說及心路歷程」、「作品分析」三部分如下：

(一) 作品



圖 4-1 口繪圖一



圖 4-2 口繪圖二

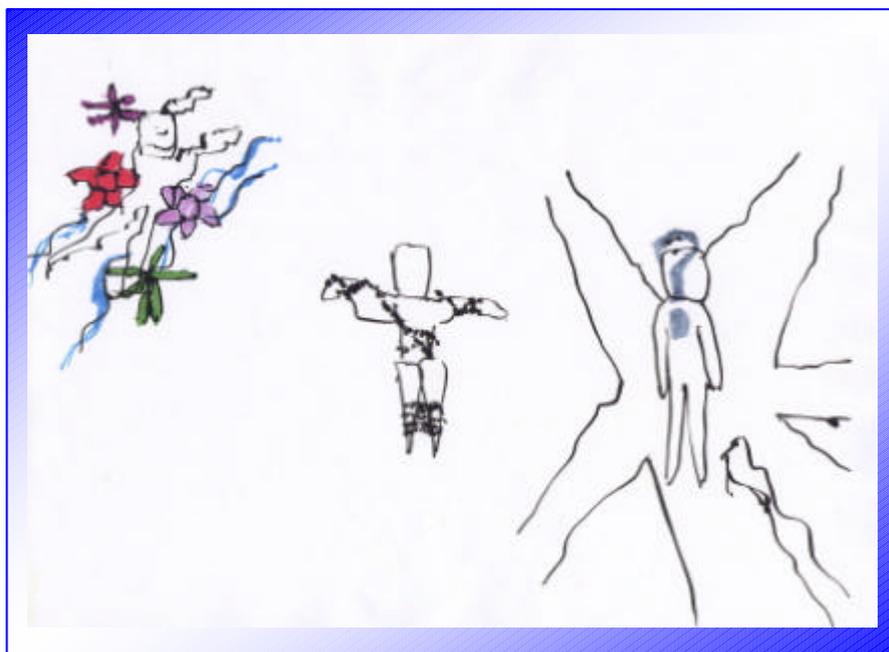


圖 4-3 口繪圖三

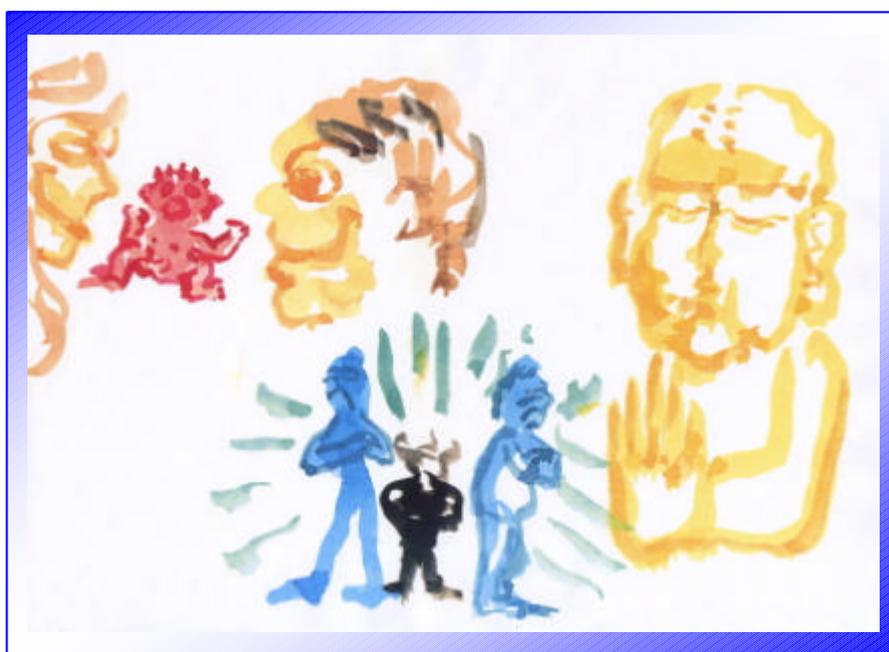


圖 4-4 口繪圖四

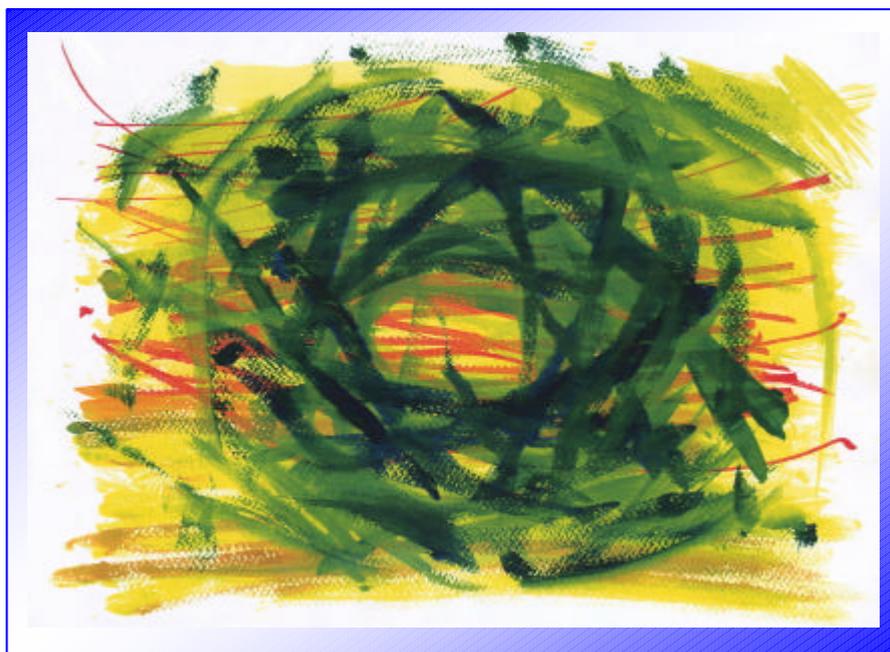


圖 4-5 口繪圖五



圖 4-6 口繪圖六



圖 4-7 口繪圖七

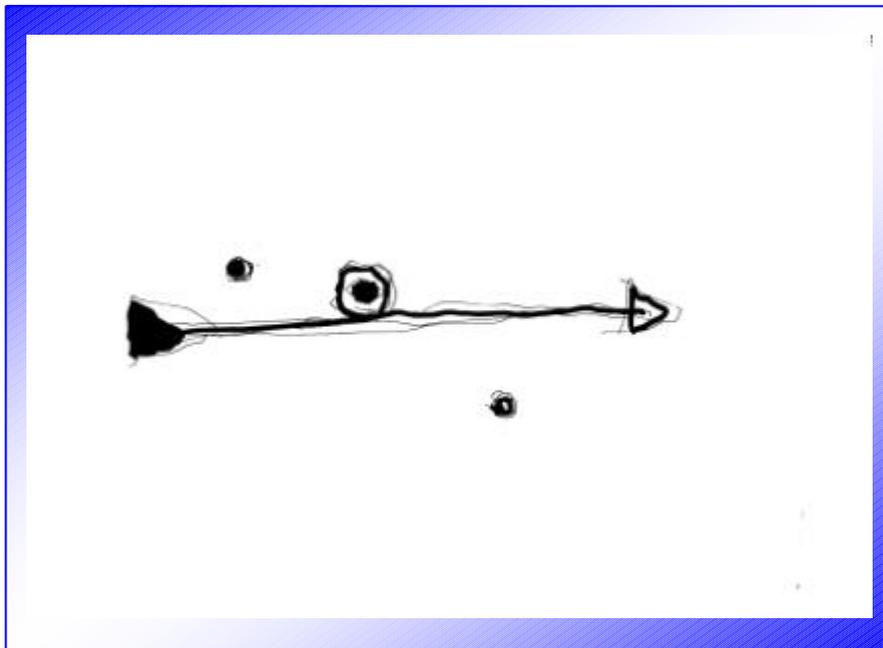


圖 4-8 口繪圖八

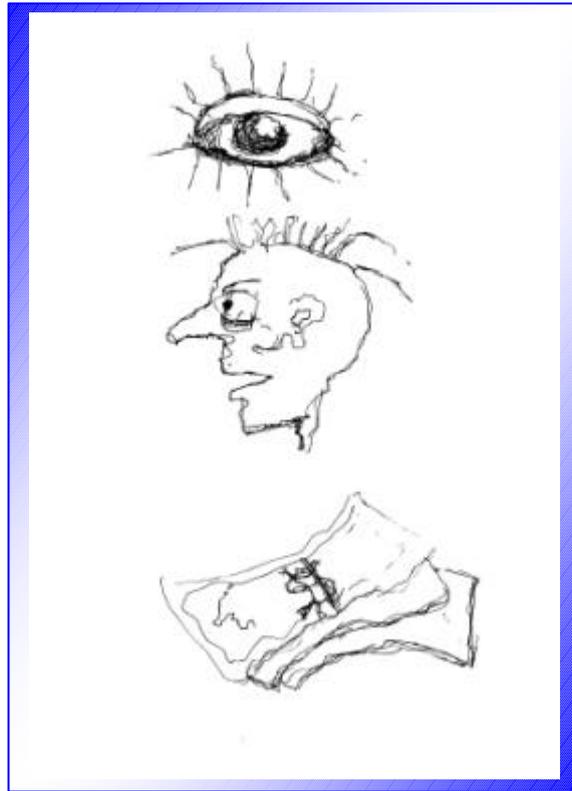


圖 4-9 口繪圖 九



圖 4-10 口繪圖 十

## (二) 創作者之解說及心路歷程

### 1、口繪圖一

夜設三 1 郭

#### (1) 關鍵時期

出生的那一刻起，猶如一顆海底明珠、暗夜星空中璀璨的星光、集眾人焦距於一身。此時的我，身心是單純、未受環境侵擾的，總帶給周圍人們極為歡愉的氛圍，此時期可塑性高，以致任何優劣的成長因素都將影響我的人格發展，所以與其訂為「幼年時期」還倒不如將之稱為「關鍵時期」較為貼切吧！

色彩使用：黃色系~具有愉快、興奮、不安、躍動性質與情緒渲染力極強的心靈層面感受。

圖樣型態說明：利用“吸管”運用“吹畫”的技巧，將單純的黃色以似樹根延展方式慢慢拓延涵蓋每個生長階段。隱喻著將來的人格發展受此時期影響頗深。

#### (2) 青年時期

我開始摸索著、專注學習著，時有的阻礙或挫折在所難免，整個軀殼和內在心思也由原先的稜稜角角在不斷因著外在元素砥礪之下形成圓滑。以“牙刷”為作畫工具、將藍色運用似水墨般的畫法表現階段的多變和成長。

#### (3) 長青時期

雖然此時期仍未到來，但我（原文字稱為學生）心中早有定奪。我不斷我原文字稱為學生）告訴自己，若當年老之餘必將畢生所學交付傳予年輕的下一代，且是在不求任何回餽、毫無保留之下。用“平塗筆”繪成一幅象徵花朵盛開的燦爛圖形，以紅紫色表徵此刻心靈那股大愛的心思與人性末段的自我省思。

### 2、口繪圖二

夜設三 1 余

人的一生中有種種遭遇，在不同的過程，有不同的心境。我在幼年時，在地上爬，以手及嘴體會世界，剛出生沒有朋友，對環境也沒有基本了解，所以四周是空白的。

而之前的心境是希望能有幸福的家庭，充滿了愛，還有自己的小孩，我一定會讓他們快快樂樂的生活，最後右上角的天使，是我目前的想法，人既然會走，我心中也

沒有牽絆，把自己的生命放在上帝的手上，我該來的時候來了，要什麼時候走，就讓我瀟灑的去吧！

### 3、口繪圖三

夜設三 1 林

#### (1) 童年階段

最快樂的日子，我把人物的動作繪成在水中飄蕩，周圍在加上有顏色的花朵表現童年的自在快樂。

#### (2) 現在階段

人物套上了許多的鏈子，肢體呈現被綁縛的狀態，藉此表現長大所遇到的困難壓力以及對世俗的掙扎，這幕以黑色表現有別於上一幕的輕鬆自在。

#### (3) 未來階段

表現對未來的徬徨及不確定，故將人物畫在叉路上，問號則加強了徬徨的感覺藉此突顯自身對未來的沒把握。

#### (4) 感想

這是頭一回以口代手畫圖，這樣的畫圖比較難施力，畫細微處不太容易，只能以簡單的線條大略表現，但慶幸的是人的潛力果然無窮，失落了手智慧還在，因為在畫到一半時就開始會思考更好表現的方法，像第二階段就想到將鎖鏈以點的方式描繪，效果也如自己

所預期，我想失去身上任何一部分的感覺應該都是痛苦且難以適應的吧！但這次特別的經驗卻讓我體認到不管失去了哪個部分，替自己另尋一個填補缺口的替代品也能再拼湊出一個不一樣的人生。

### 4、口繪圖四

夜設三 1 廖

這次的繪畫是一次難得的經驗，因為不用習慣的手，而用平常講話、吃東西的嘴，真是有些力不從心，但是過程中充滿了體會 以三個景象來代表到目前為止的人生，我以左上到右下排列，左上是我在父母期盼下初生，紅的壽星，父母是喜悅的黃，

中下是父母常吵架，造成我生長學習上很大的苦惱，右邊是我目前的心境，希望自己可以不為世俗的種種而影響，心如止水，如同佛一般的莊嚴自在。

5、口繪圖五

夜設三1 游

上過死亡的課程後我對死亡，以及死亡後的世界有一些感覺，雖然我還沒有經歷死

亡但我透過畫，表現出，雖然死亡是另外的一個開始但不能預期，所以我用了高明度的表現，陽光、新生，在筆觸上不安，及恐懼和害怕。

6、口繪圖六

夜設三 1 洪

這次的練習讓我覺得很有趣，因為以往從未用嘴巴來運筆作畫過，之前看電視曾看過身體殘障人士用嘴巴或腳來作畫或寫字，這次的練習過後有趣之餘讓我更佩服那些身體殘而不廢的人了。因為自己實驗過後才發現沒想像中簡單，在運筆的靈敏度，力道的控制等等 感覺就像小孩子剛剛學握筆的感覺！有種力不從心的感覺。

成長的三階段圖像的意思，我要表達的涵意是：

第一階段：小時候看到的事物都很簡單，簡單的單面幾何圖形代表周遭的事物，都是鮮豔的顏色，中間的本圓是自己，紅色代表喜悅，因為毫無煩惱可言。

第二階段：國、高中時期身邊的事物漸漸複雜了，漸漸發現事情有時候並非眼睛看到的就是事實，一件事情有時是有很多面的，鮮明的顏色其實是有它的黑暗面的，中間的本圓些許受周圍事物影響，所以將紅色加了點藍色。且增加了一點雜點，並不是代表自己多憂鬱之類的，只是開始懂一些事情了

第三階段：高中畢業後的九二一地震，接連每一年參加一場喪禮，然後也比較有在看社會版的新聞報導了，我漸漸覺得周遭發生的事情不一定要是有理由有原因的，所以我用筆隨意畫了綠不止綠、紅不止紅、黃不止黃 來代表事情開始複雜了，複雜的不在像幾何面那樣線是線、面是面、色是色，中間圓的色調是很沈穩的顏色表示自己逐漸成熟，雜點更多了，因為有些事情自己是真的懂了

## 7、口繪圖七

夜設三 1 李

在這次以口代手的劃作「我的一生」中所表現的，是我23年來的人生三部曲。左上方是出生至國小的新生時期，在混沌朦朧的宇宙用自己的畫筆塗鴉摸索、認識這個未知的世界。

中間是國中時期，在升學的壓力與沈重下寄情文學當中，蟄伏於暗夜的黑潮中等待破曉的天光。

右下方是人生的轉據點，進了復興商工、一直到在設計公司工作、考進大學，如同從一開始的迷濛紛亂牽出一條意象鮮明的絲，在瀕臨縱谷深淵中意外體驗會「柳暗花明又一村」的美好。願心更謙，吐納宇然大氣，從此人生的風景在我生命中平闊無根地開展

## 8、口繪圖八

夜設三 1 許

其實每個生命的起始與消逝都是相同的，只在於方式的不同，因此我的看法中認為我的一生就是誕生 生成 死亡，這三個基本階段代表生命力的圓來囊括生命的本體，而圓的基本架構則是水平線，它代表生恆不變的的定律，而線的兩端各有方向的箭頭，含有相互循環的涵義，而從左邊開始，代表生命的圓球活躍的跳躍著離開了水平線，即將展開全新的旅程，這時圓內充滿實心的生命力，第二階段本體生成，內外皆生於成熟，漸漸的停佇於水平線上，而最後生命漸趨於消失殞落於水平線下，內在生命力由實心轉為空心狀走向死亡，沿著水平線代表著循環的下一個生命又將開始，因此，死亡也許是下個旅程的開始。

## 9、口繪圖九

夜設三 1 黃

這幅用口代替手做的圖，我是以一個三階段的方法來述說我的一生，用口的方法是一個用有趣的嚐試，平常是不用口來做圖的，用口的線條歪歪斜斜的，扭曲不正，重覆同一條線數次之後就變的有趣了很多。

第一個圖樣是一個眼，就像是說這一個小孩出生之後，剛把眼精睜開看著世界，眼中看見了很多對這個世界的好奇心，不斷的看著這個現實的社會。

第二個圖樣是說，長大成人了之後青少年的階段喜歡打著酷的造成，所以用一個龐克頭的造形，描寫青年的時期所做的造形。

第三個圖形，自然的成為了一個掙錢的機器，人的一生在長大成人之後，生在現實的社會，就是只有長大了之後就是去打拚賺錢，大把大把的鈔票大概就是形容大部份人的一生及其成就。

#### 10、口繪圖十

夜設三 1 劉

第一階段：我是以小時後的感觸去做劃，小時後家教甚嚴，橘色的物體是表現我自己，背景表示遠處的高山風景，暗示那時我想飛的心，第二階段：為現在求學時期由藍色的小點漸變為不完整的大點，表示吸收的知識並不完全，還需繼續充實自己。第三階段：為畢業之後的想法，三個人為主軸，中間為小孩暗示我本身追求幸福家庭的慾望。

### (三) 作品分析

#### 1、口繪圖一

此幅畫作者是在十五分鐘即完成的作品，他能克服口繪圖的不便，繪出精采的生命三階段--過去、現在及未來，由此研究者認為他對自己的過去、現在及未來有深刻的體悟與了解。圖是一象徵性的語言，從他的三階段的圖中研究者認為在幼年期他是充滿喜悅與備受呵護；現在這個階段比較多的阻礙與挫折，期待更為圓滿；對未來希望能綻放生命的光彩展現大愛。所以，由此圖得知作者對苦難的接受及其生命的意義與目的。

#### 2、口繪圖二

此幅圖畫簡單的圖樣明亮的色彩，展現生命三個階段的轉變，從一個人的單純到快樂幸福的家庭生活，再到如天使般了無牽絆的離開，能看出繪圖者看淡生死的灑脫與自在，亦蘊含對死後世界的看法及終極意義的體認。

### 3、口繪圖三

此幅圖畫從色彩的表現及構圖上象徵著童年時期多采多姿快樂自在的情境，但在現在這個階段因許多的困難與壓力受到束縛，甚至於影響整個心智對未來充滿不確定性不知該走向何方。教學者可藉此幅圖畫的意涵了解繪圖者，予以關懷與協助。此作者有著意義探索的緊張不知該走向何方及存在盈實的困頓。

### 4、口繪圖四

此幅圖畫如非文字的小故事，人物中不僅有自己還有父母親及未來的期待；情緒的表達方面，將喜悅與困擾藉由色彩表現的淋漓盡致，如黃色的喜悅、黑色的困擾、藍色的憂鬱，一幕幕引人入勝。此外，最後一幕如佛祖般的自我超脫，可見其對生命昇華的期許，有著終極意義的想法。

### 5、口繪圖五

此幅圖畫是作者對「死亡」的描述，高明度的色彩，不安的筆觸，表現陽光、新生與恐懼的感覺，雖沒有人物，但從色彩中將死亡觀念表達的非常清楚，展現出對死後世界的看法。

### 6、口繪圖六

此幅圖畫作者以圖形複雜度及色彩的變化表現生命三階段，從簡單的幾何圖形到複雜的立體形狀，從喜悅的紅色到綠不止綠、紅不止紅、黃不止黃的狀況，代表著作者成長的生命歷程及對生命的體認與了解，讓他更趨於成熟。

### 7、口繪圖七

此幅圖畫作者以黑色不規則的線條表現生命三階段，從混沌濛懂的探索期中蟄伏於暗夜的黑潮期 期待生命平闊地開展期，表現出其生命歷程的

轉變。作者雖曾經因國中時期的壓力覺得沉重，但能接受苦難的歷，練朝向生命的目標努力。

#### 8、口繪圖八

此幅圖畫作者以圓、水平線及箭頭繪出簡單的圖形，從誕生 本體生成死亡互為循環的生命旅程，充分展現其對死後世界生命輪迴的觀點，蘊含著生命的哲理與體認，能了解存在盈實的價值。

#### 9、口繪圖九

此幅圖畫作者以具像的實體眼睛、龐克頭的造形及鈔票（掙錢的機器）描繪出一般人生命的現實狀況及一生的成就；蘊含著作者對社會世俗眼光下「生命」的了解。呈顯佛洛伊德精神分析學派所強調的「享樂原則」（pleasure principle），然而「快樂意志」是追求意義意志的衍生物，是隨著產生的感覺，快樂並不是最終目的。

#### 10、口繪圖十

此幅圖畫作者以色彩及圖像表現生命的三階段，從想飛的心 繼續充實自己 追求幸福家庭的期待，展現出生命的活力對未來充滿了憧憬與規劃，生命的控制非常好。

由以上十個圖例的說明及分析，可以了解口繪圖不僅能讓學生體會失落的情境，進而調整心態適應與面對生命中的失落，創造更積極的人生；此外，圖是心智的表現，雖非文字的的說明，但代表著畫者的心境及所要表達的意境，可藉此了解畫者的狀態，適時給于輔導與援助，因此可以運用在輔導工作中。

另外，值得一提的是從圖中得以了解創作者「生死的態度」、「生命意義感的轉變」及「個人生命歷程的狀態」，能達到質性研究的成效。

## 二、安寧療護廣告設計

研究者認為，人生的最後階段如何讓他更有品質有尊嚴，安寧療護是一個很好的理念，一般人對安寧病房的誤解，認為進了安寧病房即是等待死亡的地方沒有醫療，這樣的錯誤觀念有待醫療體系的改進及病人家屬的體認，安寧病房絕不是病人邁向死亡的場所，安寧療護是不會放棄人們生命的，也希望這安寧的理念能藉由大家的努力讓安寧體系更為完善，因此實施「安寧療護」課程。

「安寧療護」單元的實施，首先讓學生觀賞「生命的樂章」錄影帶第一、二章，深入了解安寧療護的發展理念及服務方式，學習尊重生命；因為實驗組學生為商業設計系，為了解教學成效，以融入式的教學想法，請學生於課程結束後設計一安寧療護廣告，並祈媒體能重視公益醫療廣告的設計與服務。讓學生了解自己的生命意義與價值。

「安寧療護」廣告設計作品如下：



圖 4-11 安寧療護廣告設計圖一



圖 4-12 安寧療護廣告設計圖二

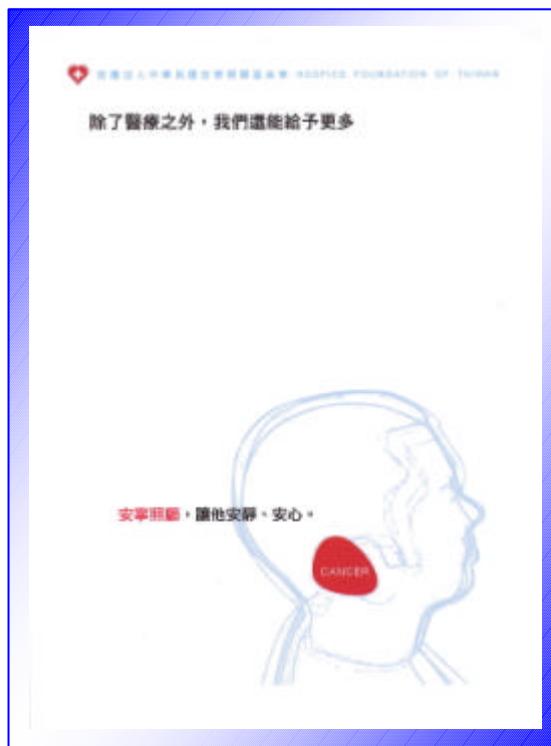


圖 4-13 安寧療護廣告設計圖三



圖 4-14 安寧療護廣告設計圖四



圖 4-15 安寧療護廣告設計圖五



圖 4-16 安寧療護廣告設計圖六



圖 4-17 安寧療護廣告設計圖七



圖 4-18 安寧療護廣告設計圖八

實驗組為商業設計系學生，研究者從他們精心設計的作品來看，他們不僅了解安寧療護的內涵，亦展現設計、廣告、包裝及傳銷的才能，將課程的精神融入他們的專業之中，相信能為安寧療護注入一股新的力量，讓安寧療護更落實為民眾所接受，讓癌患或重病患有一調養身心的地方。這樣的課程活動亦讓學生了解自己生命的意義與使命。

### 三、學生寫作作品

學生寫作作品將之分為課程後心得寫作、影片欣賞寫作、讀書心得寫作三個部分作品分析如下：

#### (一) 課程後心得寫作

課後心得寫作的部分以「我的生死觀」、「預立遺囑」、「葬禮的安排」、「生命歷程的回顧」等內容分析之。

## 1、我的生死觀

「生死觀」單元的進行是藉由觀賞西藏度亡經的觀賞與討論，論至儒家、道家、佛教、道教----各家的生死觀，學生進而討論分享自己的看法，為建立學生的生死觀請他們撰寫我的生死觀，研究者僅以二篇作品重點節錄予以分享與分析。全文請參考附錄八。

### 作品一

夜設三 1 陳

生命的起源與結束並非自我能主宰。生命的開始對於一個小嬰孩來說未必是開心的，相對的，死亡對於一個往生者來說也未必是一件悲傷的事。生、老病、死是每個人必經的旅程，所以應該要體認這生命的歷程，學習去面對人生的每一個階段。

生命要結束時，人們才會開始頓悟原來我還有許多未完成的事，開始覺得原來生命如此短暫，那是因為我們從來就沒有想過如何去面對這一天的到來，所以會有焦慮、不捨、害怕、擔心種種的心情。為了使生命不要留下遺憾，在有生之年就要認真的看待自己的生命，要好好把握每一個階段，並且珍惜身邊的每一個人，因為有他們，所以自己才有存在的價值。生命就是要活的有價值、有意義，才不往此生。

離開自己熟悉的地方以及最愛的親人與朋友，害怕與不捨的心情是在所難免，但這是人生必經之路，我們仍然要勇敢的去面對，坦然的接受。

### 作品二

夜設三 1 楊

生死對一些人來說是兩極化的意義。能想到的莫過於動與靜之間的差異。完整性的角度來看，生死涵蓋在生命的整個過程裡，生命帶來喜悅，喜悅引導出更多的情緒表情；死亡看似寧靜，寧靜沈澱出新的生命方向。生死是生命過程不可缺席，也是讓生命更完整的兩個因素。

我希望我的生死觀簡單懂，在複雜面的背後還可以有一目了然的時候。生命旅程

上讓我了解到在喜悅時要盡興、要分享、要懂得把握；面對死亡的時候，自己、親人或是朋友，都要祝福、要懂得放下。在“生命”之下，人是卑微的，計畫跟不上變化；預料往往事與願違，宿命的角度來看，生死決定權不在我們手上，我們只是盡力使他們更具意義，生命完整的更有價值。

從文中了解學生學習成效，能體會道家「生死齊一」，生無可喜死亦不可悲的自然觀點，生、老、病、死是每個人必經歷程，進而學習坦然去面對人生的每一個階段，在每一個階段中學習成長，珍愛自己珍惜別人，達自我超越的情境，讓生命更具意義與價值。很多人面臨人生的最後階段避而不談，對死亡的恐慌與不安導致不能面對死亡，造成難以彌補的遺憾，所以我們不僅要珍惜生命亦要了解死亡。

## 2、預立遺囑

「預立遺囑」課程單元的實施以國內 921 地震、華航空難事件及國外 911 恐怖事件為例，讓同學了解預立遺囑的重要性，並以學者趙可式預立遺囑的範本請同學撰寫生前預囑。研究者僅以二篇作品重點節錄予以分享與分析。全文請參考附錄八。

作品一

夜設三 1 楊

### (1) 前言

成長的每個階段，對於“死亡”的看法與感受也隨著年齡的增加有所改變。小時後看待死亡，只是很膚淺的覺得親人離開不會回來了，沒有很深刻的想法。現在看待死亡，發現他是生命裡生、老、病、死的一部份，死亡也許只是人生的一煞那，但象徵的意義與其中的意涵卻能影響深遠。

### (4) 醫療照顧的處理

當死亡降臨，我願意將身上可用的部分捐與給需要的人。如果受病痛纏身，我

希望選擇一個適當的時機實施安樂死這個動作。如同我的性格，生命絕大部分操控在自己身上，即使病魔都不能決定你何時該斷氣。

#### (5) 遺體的處理

我是隨遇而安的人，所以我希望將遺體火化後撒向大海。隨著海流到處流浪，彌補我無法四處走走的心願。

#### (6) 喪禮的處理

喪禮的方式我先前已經提過，一切以簡單、樸素、溫馨、莊嚴的方向進行。在火化遺體後，舉行的簡單的追悼會即可。

#### (7) 後記

我終於完成人生的每個階段。死亡帶來的不是恐懼，而是一種精神的延續。我希望你們能懷抱著對你們的期待與叮嚀，願你們在人生的旅途上幸福平安，珍重再見。

### 作品二

### 夜設三 1 郭

#### (1) 前言

「生、老、病、死」本是生命既定的自然循環法則；既有生、當然也有蠟燭燃盡的一天。如今、雖然未知屆時離開世界的因由為何，至少目前我很明瞭且誠實的捫心自省：「我已盡力完成人生每個階段當下該做的事，其成功失敗任由世人衡定；這一路上所遭逢的、所冒犯的人、事、物，在此刻我雙手合十衷心感謝也說聲抱歉，鳴謝—我的成長歷程有您們的協助；感激您們必須忍受曾經無禮貌犯的我！」

#### (2) 生命回顧

曾在暗夜來臨時，孤寂悄悄襲上心頭，每每令自己感到無助、憂慮時，心裡總會犯起嘀咕 - - 『身為人、有時感到好累、好累、真的有點倦』；即便寫下此函的現在，心海仍有此感。下輩子是否還想繼續投胎當人呢？有時好難抉擇，一切就交付上蒼安排，我相信祂是睿智的；倘若仍續為人，則希望能再與前世的親友相聚，因為我愛您們。真的！

### (3) 遺體的處理

親愛的家人，有件事一直未曾對您們提及：「十年前我曾在成功大學附設醫笛學院辦理申請一張器官捐贈卡」；其用意可想而知。因此我希望當我離開人間後能將身上可供移植的器官全數捐出，造福世上那些因病亟迫需要更新器官的人們；雖然我已走了、永遠的離開了，但精神仍藉由那些因我而繼續活下去的病患永遠長留人間。

研究者讀到他們的作品，心裡非常的感動，從他們對死亡的體認至對親友的感恩與致歉及勇敢的說再見，猶如見到他們面對死亡的那一刻是何等的勇敢，能體會死亡只是他們生命中的一個歷程；甚至於體會死亡的意義與價值，能將自己的愛遺留人間捐贈器官。

此外，從這個單元可看到整個生死教育課程的實施成效，如醫療照顧的處理、捐贈器官的概念、死亡的看法、火化的觀念、喪禮的安排----等等於文章中能展現生死教育課程後觀念的轉變。

### 3、學生葬禮的安排

在教學中研究者播放蓮花心安寧路佛教儀式的錄影帶引起學習動機，依序討論分享各宗教喪葬儀式及創意喪禮，並以美國甘迺迪總統的喪禮闡述喪禮功能，為讓同學體會喪禮的過程及規劃喪禮的能力，請同學於課後規劃自己的喪禮，研究者僅以一篇作品重點節錄予以分享與分析。全文請參考附錄八。

作品一

夜設三 1 楊

死亡是生命旅程的終點站，所有的牽掛與榮耀將在此刻卸下。對在世的親人來說，辦場風光的喪禮，以表對往生者的尊敬和追思。

我選擇的喪禮會一如我的個性一樣的低調，在最後的終點時，我只是想和至親的

家人以及患難的好友一同陪伴。我希望他們飲酒作樂，甚至像平時聚會時的狂歡，好像我從未離開過，然後在飲足酒酣之後，細細說著彼此在生命裡最荒唐美麗的時光。當夜深散場時，他們會帶著回憶的延續走上另一個生活的開始。最後將選擇一個充滿陽光的午后，將我化成灰燼的軀體，撒向無盡的大海。

選擇任何喪禮都好，我想都有他的賦予的價值。只是我們在看待往生這件事，或許多點想像力，不是恐懼、嚴肅。他的過程，也許可以更凝聚家人的力量，使得喪禮不再只是形式、過程，讓往生者的精神延續也許是他的另一種新思惟。

從作品中了解學生經過課程的洗禮，能了解喪禮的功能與意義，能談然面對自己的喪禮不感到恐懼與不安，進而歸劃自己想要的喪禮方式，達到死亡超越的情境。此外，亦能將所學融入規劃的葬禮中，採簡單、莊嚴、溫馨的儀式讓家屬及朋友有機會追弔往者的機會。

#### 4、生命歷程的回顧

生命歷程的回顧是在「生命的歷程」這個單元實施，播放「小宇宙」及「人生四季」讓學生體會生命的歷程猶如四季的更替，宇宙萬物都是一樣的，並請學生做生命歷程的回顧。研究者僅以一篇作品節錄重點予以分享與分析。全文請參考附錄八。

##### 火車人生

設三 1 陳

常有充沛的機會遊走車站各個不同的方位、角落，靜靜觀看，追憶車站一幕幕離合悲歡的人生風景；對我而言，這是特殊的經驗與體會。

感謝火車賜予生命的滄桑與智慧。

童駿七歲，第一次擁有搭乘火車的愉快經驗。那時父親已去近年餘，大伯父很心疼我這個沒爹的孩子，對我付出的關愛並不亞於父親，在大伯父的帶領之下，和堂哥、堂姊搭火車到台中旅行。鄉下小孩，夾處於車站來往的人潮之間，一切皆顯得新

奇、深怕迷路，一路緊跟在伯父身後。站在月台上，猶如河邊的堤岸，伯父指向逐漸消失南方的軌道，認真的解釋：

沿著這條鐵軌，就會到達台中。

人生的方向，在縱貫線北上南下的旅途展開序幕。

鐵軌似記憶般的延伸，從前所犯的過錯永遠都挽救不回了，人生的際遇如列車泊站起起落落，曾經失措、曾經風發，路途中我收斂起如刺的自尊，並以謙遜修養為重大的課業，且真正喜歡起沈默無華的歲月；站在月台上我依舊喜歡觀看眾多旅客下車、上車形成類似秩序排列的美感，軌道上依然有一輛又一輛的列車奔馳而過，只希望人生的路紮實地踏過每一程驛途。

作者以文字的象徵性語言描述著自己的生命歷程，細膩感人，對生命的體悟相當深，展現出存在盈實的情境；研究者細讀之後亦認為生命猶如一系列火車停停駛駛不斷的向前延展，有挫折、有苦痛、有歡笑、有生、有死構成了完整的人生。

然而，生活中對人事物的形容各有巧妙，文字的象徵性語言之使用與了解對於生死教育的工作者是非常重要的，因為多數的人們面對死亡問題時往往不能坦然論之，尤其是孩子如何讓他們了解死亡的來臨進而面對死亡，可藉由文字的象徵性語言完成。

## （二）「影片欣賞」心得寫作

### 1、「無聲的吶喊」及「新生命的誕生」觀後心得

為讓學生尊重生命愛己愛人，安排「認識墮胎」單元，經學者紀潔芳的指導以「無聲的吶喊」及「新生命的誕生」兩部影片作為課程教材，因「無聲的吶喊」影片拍攝寫實，學生容易感到震撼與刺痛，所以看完「無聲的吶喊」後以一較溫馨的影片「新生命的誕生」緩和學生情緒。學生觀後心得，

研究者節錄重點予以分享與分析。

- \* 這次的影帶太精采了，一定會讓許多看過的人不敢輕易墮胎，搶救無數生靈，功德無量。
- \* 墮胎的過程是第一次歷歷在目，透過影片了解墮胎是最不可的行為。了解出生的愉快，「純平」的出生及母親的對話研究中，令我產生興趣。
- \* 讓人了解肚子中寶寶的感受，寶寶的出現及誕生應是令人快樂幸福的，不該輕易的墮胎。
- \* 新生命的誕生充滿溫馨，令人產生期待的喜悅。無聲的吶喊有點殘酷，正面的意義雖有但總覺得不忍。
- \* 原來墮胎是多麼殘忍的行為，看完影片後更加發人省思，極具正面性的教育意義，希望有更多的人看到此片。
- \* 生命是無價的，生命誕生是可貴的，尊重生命是必然的，人與人之間可以開小玩笑，勿對生命開玩笑，這樣老天會開你一個大玩笑。

從以上的文字說明得以了解學生看過「無聲的吶喊」及「新生命的誕生」後，認為墮胎是殘忍的行為，發人省思，生命是有意義與價值的，宜尊重生命愛護生命不要任意墮胎。

在影片的運用上，一部分同學認為太精采了，應供給更多人觀賞；一部分的同學認為「無聲的吶喊」寫實的讓人恐懼，所以在影片觀賞後宜談輕鬆的話題或看一小段溫馨的影片，給予正面疏導，緩和學生情緒。此外，本次所使用的媒體教材「無聲的吶喊」及「新生命的誕生」能改變一個人的心理意念，導正行為，所以可視為一相當好的教材。

## 2、「用腳飛翔的女孩----蓮納瑪莉亞」及「俊翰的故事」觀後心得

為激勵同學遇到困難挫折時不畏縮，積極面對自己的人生，安排了「生命

的禮讚」這單元，以「用腳飛翔的女孩----蓮納瑪莉亞」及「俊翰的故事」讓同學深刻體會逆境中的勇士。研究者節錄重點予以分享與分析。

### (1) 蓮納瑪莉亞

\*人的意念是具有非常大的助力，心中的堅持，執著的目標是可以讓生命不浪費，反而更可讓命復活，更多采多姿。

蓮納瑪莉亞的意志力讓他不畏縮，反而腳和一般人的手一樣靈活，一樣可以生活，活出自己的一片天，只要自己不放棄自己，放縱自己，努力向目標邁進，俗諺：「天下無難事，只怕有心人」，所以凡事不怕達不到，只怕沒有去做。

\*雖然身有缺陷，但充分說明殘而不廢的精神，這樣的例子比比皆是，如口足畫家楊恩典，寫生之歌的劉俠，汪洋中的一條船的鄭豐喜，在在給人們作為榜樣，四肢健全的我們是不是更應滿足現在的生活，並好好發揮己能，畢竟天生我才必有用。

\*外表的殘廢並不可憐，怕的是連心理都不健全，那才是真的可悲，才真的是無藥可救！因此，我們除了要感謝父母賜予我們健康的身體之外，還應懂得善加利用，盡自己的本分幫助其他需要我們幫助的人，如此才不至於白白來這世上走一回。

### (2) 俊翰的故事

\*俊翰是個肌肉萎縮症患者，俊翰珍惜生命、擁抱希望、勇敢面對人生、活下去就是一種奇蹟。其中的辛酸與淚水散落在每個春夏秋冬裡，經許多的善心人士在各方面鼎力相助，這種友誼的力量，就是一個加油站，使將殘的燈火再次點燃，繼續走下去，如今他不但不是社會的包袱，反而懂得分享、回饋與感恩，用自己奮鬥過的親身經歷，激勵周遭的朋友，他因著受教育，靠知識的力量，改變命運，走入大眾人群，找到自己生命的出口，這也是社會所樂見的。看完此片後的我願給周圍弱勢團體多一分體恤，一條阻力最小的路，幫助他們回歸社會、走入社會。

\*生命的價值是自己給予的，即使遭受病魔無情的打擊，只要愛與關懷就能克服一切，創造光明的人生，俊翰便是如此。

*\* 生命的價值在於是否發光發熱而非長短。*

*母親的光輝及韌性。*

*一枝草一點露。*

*製作太過教條，太過表現主題，反而顯得斧痕。*

*紀錄片應保持客觀立場，才不至沖淡影片本身蘊藏的力量。*

從受試者的心得中了解他們對生命的控制與苦難的接受，能建立「殘而不廢」的勇士精神，深刻體會意志力、愛與關懷是完成生命目標的支柱；所以為走出自我的藩籬，不要因自己的殘缺而感到自悲，應不封閉自己，走向陽光，走向人群，更積極的面對生命，創造一有意義的人生。

此外，受試者提到「俊翰的故事」製作太過教條，顯得斧痕及紀錄片應保持客觀立場，才不至沖淡影片本身蘊藏的力量，研究者認為生死教育的教學媒體，宜請媒體專業人員加入研發錄製工作，祈能錄製更精緻能展現生死教育教學目標的影帶。

### 3、「生之慾」

為讓受試者能建立生命的價值與意義，安排「生命價值、生命意義的追尋」這個單元，首先說明 Frankl 的意義治療學及存在主義理論後實施「生之慾」影片的觀賞，影片結束後分享討論，並請同學撰寫觀後心得。研究者僅以二篇作品重點節錄予以分享與分析。全文請參考附錄九。

作品一

夜設三 1 賴

*主角為市公所的一名課長，在平淡無奇的公務生涯生活了三十餘年，在預知自己罹患胃癌，已走在生命的末端時，他試圖尋求生命的歡樂，但旋即體驗到物質與視覺享樂稍縱即逝，最後他還是必須從曾經出走的公務苦悶世界中找回自我，畢其殘餘生*

命及精力，努力不懈地完成一座起死回生、市民所期待的社區公園案，而他確實也做到了，做的更是足為世人楷模的「不死精神」，哀怨的背景音樂再次響起，不禁令人陷入沈思。

藉由本片敘述一位公務人員重拾生命慾望的最後旅程的故事，深深體會到活在當下的生命意義，不希望像片中主角在生命的盡頭才得到「最後的領悟」，我們需要的是更積極的生命價值觀，要創造積極成功的人生，必須起而行，行動的第一步----試著為自己的生涯藍圖預先「視覺化」，當你有個比較明朗、清晰、進階式的前景，那麼從「此時此刻」開始，每一步都會有累積、有成效。

## 作品二

## 設三 1 沈

本篇故事是由黑澤明導演所導的，內容是描寫一位在區公所工作的公務人員渡邊先生，在他生命的最後，從一位小職員身上，發現生命的意義，心性也從抑鬱轉為活潑。

在生活中，我們常常會感到迷惘，我們到底為什麼而存在？生命的價值是什麼？而得到的答案總是不一樣的，因為，每個人的想法和觀念都不同，對於生命的意義和價值也會不一樣解釋。生命的意義是什麼？我仍在探索，我認為人生的每個階段，都有不同的意義和價值，不一樣的年齡、環境和社會歷練中，都會有不同的想法和看法。

從受試者的文中得以了解上過「生命價、生命意義的追尋」這個單元，每個學生建立生命意義與價值的狀況不同，有的仍在意義探索的階段，有的起而行以具體的方法建立更積極的生命價值觀，有的已經有明確的生命意義與目的。研究者認為不論在哪個階段，讓自己置身在意理探索的緊張狀態下才能達到存在的自我超越，進而不斷探索生命意義與價值。甚至於達到釋慧開法師所

提（釋慧開，2001）人生的意義在於不斷地、深入地探索人生的意義的境界。

此外因為實驗組為商業設計系學生，對自己生命意義的建立在方法上認為：積極的建立生命價值觀必須起而行，行動的第一步---試著為自己的生涯藍圖預先「視覺化」，當你有個比較明朗、清晰、進階式的前景，那麼從「此時此刻」開始，每一步都會有累積、有成效。由此可以看得到融入式教學的成效。

### （三）讀書心得寫作

學期初研究者即請學生閱讀「最後十四堂星期二的課」這本書，僅以二篇作品節錄重點予以分享。全文請參閱附錄十。

作品一

夜商設三 1 陳

*對於活著這件事，我們每一個人都有一套自己的哲學，然而，在生命的過程中，究竟何者重要？何者可以被忽視？似乎任誰皆沒有一個完全的標準。可是，現在有一個人他已能知道自己的大限，而由他來說出生命中真正值得重視的課題，告訴我們應該如何生活，希望我們能安靜的諦聽。*

*《最後十四堂星期二的課》這本書大意是在敘述一位年輕人向一位垂死的老人家學習生死之智慧故事，在如實的字句裡，含有無數感人的意念，在人世混沌複雜的生命軌跡中，足以沈澱出令人頓悟的單純。*

*從這本書中我們看見了墨瑞誠實地看見自己在死亡面前的脆弱、恐懼與哀傷，承認自己對人世的眷戀與不捨，但他在掙脫這些情緒的束縛後，展現出的便是洞澈人生後的清明的安寧，並且能隨時保持著幽默感，來面對人生最不堪的盡頭。*

*也許你也曾遇到過像墨瑞這樣的一個人，他能懂得你年輕徬徨的心，教導你為人處世之道，但是後來與他斷了聯絡，只剩下你在人生路上獨自奮鬥，或許你的視野變窄，*

或許你的夢想褪色，也再沒有人在你身邊為你指引方向，告訴你生命的路該怎麼走。但是藉著這個發光發熱的真實故事，讓我們學習如何活在世上，如何對待死亡，並能汲取其中的溫暖與智慧。

作品二

夜商設三 1 林

透過這本書了解人類對死亡的不同觀點。人可以從頭到尾，堅持到最後；人可以渾渾噩噩。讓人領悟了從來沒有過的經驗，生活的意義。

「只要你學會死亡，你就學會了活著。」這句話，可能要快到了生命的終點的路程，才體會到。但時間已經流逝了。所以珍惜在生活中的每一分、每一秒反省了解自己是重要的。

現代的人，忙忙碌碌，已經很難得有時間好好的停下，問問自己，對於自己的人生，做了什麼？對於心愛的人，又做了什麼？人與人之間的疏離，似乎反而才是大家所能接受的“禮貌”。如果太過於熱心，反而會被人懷疑是否別有居心。

從學生的文章中了解學生看這本「最後十四堂星期二的課」書的用心，學生能了解書中的重點，甚至於反思消化後跟自己的生命經驗結合，了解生命是什麼？死亡是什麼？進而學習如何活在世上，如何對待死亡，達珍惜生活中的每一分鐘每一秒鐘，積極面對人生「存在盈實」的狀況。

#### 四、專題

##### （一）防治自殺單元

自殺專題，研究者請學生專題報告外，並以「看不見」這篇文章（袁瓊瓊，1988）引導學生思考自殺的意涵、種類、原因及如何預防，進而分享討論。研究者僅重點節錄學生專題報告中的文章予以分享及分析。

那天黃昏之前，孩子陪女孩下山去搭火車，從此，就沒再回來了。曾經在山路上遇到他們的人說，兩個人走得很慢，好像很捨不得把路一下就走完的樣子，女孩回家。男孩四天後才被人找到，他在離山路稍遠的雜木林裡用樹藤結束已十九年的生命。  
——吳念真《門外青山》2001.08.10聯合副刊

*自殺是一種特別可怕的死亡方式，所造成的心靈苦痛通常是持久、強烈而很難減輕的，而死狀也常常是血腥而恐怖的。自殺者的痛苦是隱秘而難以表達的，留下家人、朋友及同事要去面對無邊的失落與內疚。自殺所帶來的混亂和傷害後果，絕大部份皆是超過筆墨所能描述的。*

*站在歷史的洪流中，自殺一直存在於人間，為什麼會這樣？我們又該如何因應？自殺的研究報告資料雖多，但仍很難窺視其自殺的全貌；大多數的自殺都是可以預防的，然而，在我們所知與所做之間，在實際生活與學術研究之間，仍然存在著不可知的鴻溝。*

*「自殺」，幾乎已經是近年新聞出現頻率高的內容，不論是為生活、為工作、或是為了情 而選擇結束自己的生命，總是為這個社會留下一些遺憾。其實，透過瞭解自殺的徵兆及求助的管道、並給予周遭親友更多的關心，自殺是可以預防的。吳念真的《門外青山》末段落引人深省：*

三十多年前，一個和我一般年紀一般背景的孩子就曾這樣想過，也這樣做過。也很想跟他說，你真是幸運。因為有人即時喊你一聲，拉你走出門外，讓你知道門外青山依舊。而，三十多年前的那個孩子，最後一眼的青山也就是最後一眼了。

你在劇痛之後帶給自己也帶給別人期待與希望。

他，卻帶給別人一生無法除卻的劇痛與遺憾。

從學生的文章中了解其對自殺深刻的體認，希望每個遇到挫折的人們，悲傷難過的時候，都能謹記門外青山依舊，越過那低潮的的階段，迎向美麗的青山；

亦讓我們共同努力幫助那遇到險阻與磨難徘徊在十字路口的人們，或許因為你一句關心的話就能讓他有活下去的理由。此外從這個單元得以了解意志自由的重要性及受試者意志自由的狀況。

## (二) 安樂死單元

安樂死專題，研究者請學生專題報告、澄清安樂死與安寧療護的不同並討論是否贊成安樂死，同學各有不同看法，經綜合討論後對安樂死之合法程序，提出以下幾點立法方向之建議：

### 1、請求的要項：

(1) 病患確已達到生理或心理上無法治癒之程度。

(2) 需由病患本人(有意識)或家屬監護人(無意識)提出請求。惟在病人無意識之時，家屬於申請時必須檢附經律師公證之預立遺囑。

(3) 須經監察系統的評估與核准。

### 2、監察系統的建立：

(1) 政府需於各地設立「安樂死適用性評估委員會」。該委員會包括以下成員：

醫師：負責評估該病患在醫學上確已罹患無法治病之疾病，且該疾病對病患及家屬會造成極大的生理、心理上之折磨。

心理醫生：負責評估病患及家屬的心理狀態，以排除病患及家屬在心理健康狀態不佳的情況下做出決定，並對病患和家屬做心理調適的輔導。

社工師：負責評估病患與家屬之資源網絡，確立該案主系統確已陷入生存的困境。

(2) 執行的過程必須由家屬對委員會提出申請，經由兩位以上的專科醫師和兩位以上的心理醫生以及社工師的團隊依上述執掌做詳盡的評估以及輔導，在各項資格都以符合之後方能核准。

(3) 提出申請的個案經委員會核准之後必須向地方司法機關報備之後方能執行。

從課程的討論中了解受試者對安樂死的看法各有不同，有人贊成安樂死，有人不贊成安樂死，而贊成安樂死的受試者認為需要在合法程序下進行，他們才贊成安樂死，避免造成任意殺人的醫療倫理問題，所以提出以上立法方向之建議，由此可看出學生對生命的尊重。

### (三) 死刑存廢單元

死刑專題的討論，研究者以陳進興案為例請同學討論死亡存廢問題，就人道主義言、刑事政策、司法實務、威嚇效果、被害人立場及宗教觀點等方面來討論結論如下：

*死刑，誠如學者專家所言，十六世紀的西方學者基於「寬恕」的宗教立場，十八世紀的西方學者基於「尊重人權」的立場，都曾對死刑制度提出批判。而關於這個問題，之前曾引起社會各界高度的重視及廣泛討論。無論社會大眾、朝野政黨、行政及司法部門，對於應否儘速廢除死刑，都抱持保留的態度。*

*世界上確實已有許多國家廢除死刑，亦有不少國家雖未廢除死刑，卻已有十年以上未執行死刑，但也有不少國家是廢除死刑後又回復死刑的。由此可知，雖然舉世公認廢除死刑是人道精神的具體表現，但是，即使廢除死刑，回復死刑與否的爭議並不會因此即消失。所以，實驗組學生多數認為不該廢除死刑。*

綜合以上的討論，研究者認為死刑的執行與否及存廢，必須考量整體因素，不能只單純基於是某黨或某人的政見或理想，而完全漠視時空環境及社會現實的價值觀。其實死刑之意義在於「死刑是一種教育人類尊重生命的刑罰」，而不是嚇阻人類不要犯罪的刑罰。其爭論死刑的存廢及其效果，不如廣泛探討積極性措施；即如何發揮教育（含學校、家庭及社會法治等）功能，灌輸國民「正確尊重生命」的觀念。

#### (四) 器官捐贈

研究者以一位捐贈家屬--林和足的心路歷程，引導受試者了解器官捐贈問題，期學生對器官捐贈有所認識，進而發揮大愛的觀念幫助需要幫助的人。以下是學生對器官捐贈的反應：

*我希望當我離開人間後能將身上可供移植的器官全數捐出，造福世上那些因病亟迫需要更新器官的人們；雖然我已走了、永遠的離開了，但精神仍藉由那些因我而繼續活下去的病患永遠長留人間。*

從這樣的敘述得以了解受試者對器官捐贈的認識，並能發揮大愛而捐贈器官達自我超越的境界，但並不是每個受試者都能達到這樣的境界坦然捐贈器官，研究者認為需要較長時間的內化。

#### 五、單元回饋單

本研究生死教育課程活動設計二十個單元中，除了有口繪圖、安寧療護廣告設計、心得寫作外，還有單元回饋單的部分，研究者僅節錄沒有重複的重點如下：

##### (一) 預立遺囑及喪禮的安排

*\* 已經完全了解老師的苦心。*

*希望多播放葬禮儀式，我想了解，而且能做自己的葬禮儀式。*

*\* 喪禮感同身受，因參與兩位親人的喪禮，尤其是程序彷彿又回到傷心的那一年。*

從學生的回饋中了解學生對老師的感謝與體貼，並希望多學習相關知識為自己的喪禮而準備；此外能回顧以前經歷過的喪禮，面對傷痛，研究者認為宜在課程結束前作適當的疏導，甚至於課後輔導讓他們表達傷慟，紓解壓抑已久的情緒藉此課程真正渡過悲傷。

## (二) 死亡及瀕死的面對

\* 更能坦然面對死亡所帶來的震撼與衝擊。

\* 經由這堂課可知道死亡是不可怕的，每個人都會死只是時間的早晚，可是在尚未瀕死之前我們的生命應該如何過？假若我們無法認清生命的本質以及自我所求的，那麼所謂：「死有輕如鴻毛，重如泰山」又有何區別？因此建議補充生命存在的價值與意義。

今日我的生命如果被告知僅剩下六個月，這並無所謂，而是該思考我如何有意義的安排這六個月，利用這時間去完成一直想完成的計畫為缺失補憾，好好的愛人與被愛光明而積極的走完，並預先為將來的儀式鋪陳準備，以求不讓身後事增加旁人心煩。

\* 每個人的生活型態及生理狀況均不同，除非到那一剎那，恐怕很難感受其是否恐懼，但我想恐懼是在所難免的，最重要的是事後如何調適自己的情緒，以及清楚的整理出方向後我想自然而然的死亡不是那麼令人害怕，反而能夠了解這是人生的過程的最後一道課題。

生、老、病、死是我們生命必經的歷程，我們不僅要珍惜生命更要了解死亡，很多人面臨人生的最後階段避而不談，甚至於因對死亡的恐慌與不安，採取不當的措施造成難以彌補的遺憾。而生死教育的進行讓他們有機會談論生死問題，所以學生的回饋中已較能坦然面對死亡並思考如何走完人生的最後階段。

此外，學生在了解死亡及瀕死的面對時，建議能補充生命價值與意義之課程內容，這是非常好的現象，學生已對生命意義產生探索的心，達到從死論生的目標；本研究課程設計討論完死亡實務後接著是生命教育，有安排「生命價值與生命意義的追尋」這個單元，能讓同學不僅了解死亡更積極的面對生命，活出意義來。

## 第四節 個案分析

生死教育是在教學生如何面對生與死的問題，因此本研究就實驗組三個各案且願意接受訪談的學生做個案訪談溝通，資料予以整理分析如下：

### 一、受試者編號：一

#### (一) 基本資料

- 1、性別：男性。
- 2、父母親教育程度：父親小學畢業，母親不識字。
- 3、宗教信仰：母親及受訪者皆為信仰佛教
- 4、家中談論死亡的事情：盡量避免談論
- 5、是否有過自殺的想法：偶爾有過
- 6、自評人際關係：普通
- 7、有工作經驗
- 8、工作滿意
- 9、有失業經驗

#### (二) 半結構式問卷及深入訪談資料彙整

研究者就生命意義感的五個分項生命控制、存在盈實、苦難接受、生命目的及求意義的意志予以彙整如下：

##### 1、生命控制

(1) 上課前：年過而立之年，繁華落盡見真淳，平凡潛實的人生，不好高騖遠，不年輕氣盛，對我而言「菜根譚」的世界已足夠。

(2) 上課後：我的生命成就大部分決定在自己的努力上，因為自小家庭失怙的因素，很早就養成獨立不依賴的習慣，也知道唯有自己才能創造奇蹟。

(3) 訪談：生命成就的完成大部分決定在自己的努力上，但人還是需關懷與幫助的，所以不僅應接受他人的關懷與愛，進而關懷社會中的每一個人。

## 2、存在盈實

(1) 上課前：有時候會感到無以自明的失落感，但「存在」就是道理，猶如羅素所說：「希望、愛與關懷」字句雖然簡單卻也深刻地說明人活著的理由。

(2) 上課後：這世界太大令人無法窺完全貌，活著難免落入空虛的窘境。因為這世界時時刻刻充滿了希望與挑戰，等待我更深入發現新的驚奇，新的意義。

(3) 訪談：生命是有責任與義務的，對家庭社會應該有使命感。例如奉養我的媽媽及藝術創作的共同分享。

## 3、苦難接受

(1) 上課前：苦難是一種考驗有助於了解真正的人生意義。

(2) 上課後：苦難是成長必經的過程，也唯有經歷苦難，生命才能更有韌性更能適應未來。  
經過苦難更能體悟幸福的真諦，掌握正確的方向。

(3) 訪談：遇到苦難除了忍耐、委曲求全之外，更應積極進取的在苦難中學習成長。如果沒有苦難就沒有現在的成就。

## 4、生命的目的

(1) 上課前：篤信佛教的朋友曾說：「佛就是生活、佛就是覺悟、佛就是實踐」，這就是我近年來生命意義的體悟與實行。

(2) 上課後：我的生命意義與目的是：「希望、愛與關懷」，尊重自己也熱愛這人間。  
我的生命目的是：為了更有意義的未來--「希望、愛與關懷」。

(3) 訪談：我的生命意義與目的可分為狹義與廣義，狹義來說：「是為了報答母親的養育之恩，盡人子女的義務」。廣義來說「是關懷與愛這社會中的每一個人。

#### 5、求意義的意志

(1) 上課前：目前的生活不是我最想過的生活方式，所以我會關心如何過一有意義的生活。

(2) 上課後：為了讓生命昇華有意義，自然而然關心如何過一有意義的生活，在成長過程不斷的追尋、探索與冒險。

生命充滿盎然的生機與綠意，所以我關心如何過一個有意義的生活。

(3) 訪談：希望克服對人群的恐懼，放開心胸分享喜悅，讓自己活的更快樂，進而更積極關懷人群服務社會。

#### (三) 半結構式問卷及訪談資料的彙整分析如下：

- 1、生命控制：受試者因為從小失怙，沒有顯赫的身世，反而養成獨立自主的個性，生命成就大部分自己努力而來。但其深信每個人都需要關懷與幫助，所以不僅應接受他人的關懷與愛，進而關懷社會中的每一個人。
- 1、存在盈實：受試者從有時候會感到無以言表的失落感，到這世界時時刻刻充滿了希望與挑戰，等待我更深入發現新的驚奇，新的意義。
- 3、苦難接受：受試者從遇到苦難的忍耐、委曲求全到積極進取的在苦難中學習成長並深信經過苦難更能體悟幸福的真諦，掌握正確的方向。
- 4、生命的目的：受試者的生命目的是「愛與關懷」週遭的每一個人，讓未來更有意義。
- 5、求意義的意志：受試者從目前的生活不是最想過的生活方式到生命充滿盎然的生機與綠意的想法，他積極進取的關心如何過一個有意義的生活。

受試者一，六歲時因父母常意見不合吵架，父親因而酗酒過度去世，家裡頓時失去支柱，祖母因不能接受兒子的死，怪罪媽媽剋死自己的兒子，常罵他的媽媽，所以受試者自幼即在失去照顧及在不和諧的家庭中長大，造成心理很大的陰影，家裡從此避談死亡，上生死學這門課，也造成他很大的心理壓力，剛開始他甚至於不想修這門課，聽過課後，經過大家的分享他漸能接受。

從受試者一的半結構式問卷及訪談中，「存在盈實」、「苦難接受」及「求意義的意志」其用詞遣字上課前與上課後有顯著差異，其餘分項上課前及上課後均顯示正面的看法，研究者認為雖受試者因家裡避談死亡問題，本身對生死教育課程剛開使有畏懼，但在生死教育課程的薰陶後已較能接受談論死亡問題，且能體認苦難的意義、了解「存在」就是道理、及積極進取追求生命的意義，進而建立自己的生命意義與目的，呈現良好教學成效，但從訪談中得知核心問題仍然存在可進一步的輔導與諮商。

此半結構式問卷及訪談的結果與量化研究之生命意義感量表的結果有相符合之處，「苦難接受」及「求意義的意志」方面，半結構式問卷及訪談結果與量化研究結果一致，均呈現顯著性差異，此外「存在盈實」在半結構式問卷及訪談結果中顯示顯著差異，而量化研究結果並無顯著性差異，由此得知此受試者一經生死教育課程的薰陶後生命意義感的顯著差異比其他受試者的成效來得好，研究者認為雖受試者本身對上生死教育課程有畏懼，但課程結束後的成效良好。

## 二、受試者編號：二

### (一) 基本資料

- 1、性別：男
- 2、父母親教育程度：均小學畢業
- 3、宗教信仰：父母親與自己均有宗教信仰
- 4、家中談論死亡的情形：盡量避免談論

- 5、自殺的想法：偶爾有過
- 6、自評人際關係：普通
- 7、有工作經驗
- 8、對工作不滿意
- 9、有失業經驗

## (二) 半結構式問卷及深入訪談資料彙整

研究者就生命意義感的五個分項生命控制、存在盈實、苦難接受、生命目的及求意義的意志予以彙整如下：

### 1、生命控制

- (1) 上課前：我的生命成就並非自己就能完成，常有很多貴人的幫忙。
- (2) 上課後：我的生命成就除了自己的努力外，亦因天時、地利、人和的配合而完成。正所謂一命、二運、三風水、四積德、五讀書。
- (4) 訪談：目前的生活在經濟上有壓力，有些事無法掌控，所以對生活並不是很滿意，希望能充實自己，訂定生命目標，完成生命的成就。

### 2、存在盈實

- (1) 上課前：我會去分析事情始末及真諦免於困惑，所以能了解自己活著的理由
- (2) 上課後：因能了解為何而活故無迷惑可言。  
心中已訂定明確人生目標，這世界不會讓我迷惑。
- (3) 訪談：國中的時候想出家，希能修身養性過著與世無爭的生活，當時並不知自己的責任與義務，漸長之後，身為獨子的我明白自己的角色與責任。  
---為自己與愛我的家人而活。

### 3、苦難接受

(1) 上課前：苦難是對我的性格是一種考驗，它會讓我成長，但這過程好苦。

(2) 上課後： 遇到苦難必須懂得分析前因後果，並願意改進方能成長。

苦難能讓自己成長，能更敏銳的體察人事物。

(3) 訪談：一生當中有很多苦難與責任，那是我的功課，必須去學習成長。

### 4、生命的目的

(1) 上課前：我的生命意義是為社會服務奉獻，帶給身邊的每一個人包括家人、朋友或者不認識的人都能健康快樂。

(2) 上課後： 我的生命意義在不斷的開發自己的生命意義，生命的目的在於「施捨」。

希望將自己的才能發揚輔以後輩，能成為一名老師。

(3) 訪談：希望盡我所能為社會奉獻服務人群。

### 5、求意義的意志

(1) 上課前：希望過一個有意義的生活，不僅讓自己快樂進而讓週邊的每一個人幸福快樂。

(2) 上課後： 不想在這世界上白走一遭，不愧對父母的恩賜，所以我關心生命的意義。

關心如何過一有意義的生活，希望自己與家人過的更好。

(3) 訪談：正值年輕希望多學習，所以持著開放的心接觸新事物，多做多學讓自己的生命更有意義。

(三) 半結構式問卷及深入訪談資料的彙整分析如下：

1、生命控制：受試者認為生命成就並非自己就能完成，需要天時地人和方能完成，此外，目前的生活正處於經濟有壓力，事情無法掌控的階段，所以對生活並不

是很滿意，希望能充實自己，訂定生命目標，讓自己的生命過的更充實。

- 2、存在盈實：受試者於國中的時候想出家，希能修身養性過著與世無爭的生活，當時並不知自己的責任與義務，漸長之後明白自己的角色，所以為他自己與愛他的家人而活。
- 3、苦難的接受：受試者認為苦難是對性格的一種考驗，若於苦難中沒有走偏，苦難會是一個學習與經驗的累積，能讓自己成長茁壯，去面對更多的荊棘。
- 4、生命的目的：受試者希望能成為一名老師，盡其所能為社會奉獻服務人群。
- 5、求意義的意志：受試者抱持著多做多學習的心態，所以敞開心胸接觸新事物，希望能過一有意義的生活，讓自己與家人過的更好。

受試者二有兩個姊姊已婚，父親本經營裝潢生意，年邁再加上經濟不景氣失業中，母親家庭主婦，臥病在床，經濟困頓，所以受試者不僅要工作、求學還要承擔家裡的重擔倍感壓力。訪談中，深知受試者是一位有責任感有才華的人，迫於現實狀況，現正陷於困頓中。此外，受試者於學期中因誤會導致人際關係變差，亦造成心理的起伏。

從受試者二的半結構式問卷及訪談中，可以了解他正處於多事困擾的情境之下，接踵而來的問題，心中充滿壓力與疲憊，讓他無法從情境中跳脫，所以在生命控制這分項中認為生命是無法完全掌控的，其餘各分項他都持以肯定而正向的態度。

此半結構式問卷及訪談結果顯示與量化研究之生命意義感量表的結果部分不相符合，本研究在生命意義感分量表中「生命控制」有立即性及持續性的顯著性差異，而受試者二的半結構式問卷及訪談結果呈顯「生命不能控制」的狀況，此乃因他在那困頓的情境中跳脫不開，所以生死學的課程雖能讓他明白生死課題與生死道理，但要了解生死教育對他的影響的程度可能需要更長期的追蹤研究。

### 三、受試者編號：三

#### （一）基本資料

- 1、性別：男

- 1、父母親教育程度：父親國中畢業母親小學畢業
- 2、宗教信仰：父母親及自己均無宗教信仰
- 4、家中談論死亡的情形：坦然談論
- 5、自殺的想法：偶爾有過
- 6、自評人際關係：普通
- 7、有工作經驗
- 8、對工作不滿意
- 9、有失業經驗

## (二) 半結構式問卷及深入訪談資料彙整

研究者就生命意義感的五個分項生命控制、存在盈實、苦難接受、生命目的及求意義的意志予以彙整如下：

### 1、生命控制

(1) 上課前：生命的成就多部分是自己努力而來，但也受父母親的影響。

(2) 上課後： 眾生平等要幾分收穫就幾分栽種，多少努力就有多少成就，所以一生命中的成就皆是決定在自己的努力上，沒有任何人可以例外。

生命的成就有賴於自己的努力，每個人應為自己的生命負責。

(3) 訪談： 我的生命成就大部分都是自己完成，所以只要有毅力很多事情是可以完成的。

生命的成就部分會受父母親情的影響，這部分也是我非常缺乏的部分，所以希望能改善父子關係。

### 2、存在盈實

(1) 上課前：社會價值觀混亂讓人不是很了解存在的意義。

(2) 上課後： 現代社會的價值觀混亂、人心不古、不重義理，善良的人往往是被人利用欺侮的下場，社會病了，所以困惑不解存在的意義。

這世界讓人困惑不解，我常會覺得有失落感。

(3) 訪談： 我覺得現在不是在做自己，希望讓自己更圓滿找到真正的自己，活得踏實一點。

我希望再努力，讓父母看到我的成就，把失去的東西（父愛）補起來，讓生命更圓滿，所以我要撐下去。

### 3、苦難接受

(1) 上課前： 生下來本來就是受苦，每個人的苦都不同。

(2) 上課後： 苦難就如地上下陷的坑洞，每遇一次困難就如掉入一次坑洞中，遇的洞多了自然就懂得躲避，這也是成長的方式，但留下的印象卻是最深刻的。

苦難所留下的烙印會讓人成長學習。

(3) 訪談： 生下來就是受苦，而是看你怎麼去想。

苦難經驗宜懂得歡喜受。

當覺得沉重心情不好的時候，我會讓自己忙碌或跟寵物講話紓解壓力。

### 4、生命目的

(1) 上課前： 希望好好努力有成就後成為父親心目中一個有用的人。

(2) 上課後： 我的生命意義在於珍惜我的家人及我既有的一切，因為我希望能跟自己的家人處的好，進而推廣出去能去愛人。

希望有機會成為一幼教老師，把我所學教給下一代。

(3) 訪談： 因為我從小就跟父親的關係比較疏遠，希望能得到父親的肯定與愛，所以我希望有成就讓父親肯定我愛我，把那心理的洞補起來，。

我希望能孩子在需要啟發的時候幫他們引導他們，在他們懵懂徬徨無助的時候支援他們。

我希望能成為一幼教老師，教化孩子讓孩子好好學習成長，猶如雕塑師般把黏土捏成一完美的作品。

#### 5、求意義的意志

(1) 上課前：不會刻意去想如何過一有意義的生活。

(2) 上課後測：善用每一分每一秒，完成該做的事，發揮潛能問心無愧時，那麼每一天就活的有意義。  
發揮最大的能力去完成我該做的事。

(3) 訪談：因為生病不會很刻意去想如何過一有意義的生活，但深知態度是一切的根源所以還是關心生命的意義。

#### (三) 半結構式問卷及訪談資料的彙整分析如下：

- 1、生命控制：受試者自小生病因父母給他的支援較少，生命成就大部分自己完成但他所有的行為表現一直受到父親的影響，因為祈望父親的關懷與愛，所以無形中成為一強而有力的支持力量。
- 2、存在盈實：受試者對目前社會價值觀混亂、人心不古、不重義理的狀況感到困惑不能理解，此外因家裡因素失落感較重，不能理解存在的意義。能讓他撐下去的理由是讓父母看到他的成就把失去的東西（父愛）補起來，生命才能圓滿。
- 3、苦難的接受：受試者體認生下來本來就是受苦，每個人的苦難都不同，苦難經驗宜懂得歡喜受不要抱怨，雖如此，研究者感受到受試者因沒有辦法而接受的情緒。
- 4、生命目的：受試者希望能成為一幼教老師，教化孩子讓孩子好好學習成長，猶如雕塑師般把黏土捏成一完美的作品。這是因為他從小缺乏照顧，所以希望轉化成為積極照顧者的角色。
- 5、求意義的意志：受試者從不刻意去想如何過一有意義的生活到不浪費生命中的每一分每一秒，因他的病讓他體悟生命是不容浪費的，所以更珍惜自己的生命。

受試者三有兩個哥哥，一個姊姊，排行老么，父親以養豬為業，母親賣小吃，從小家裡經濟拮据，因哥哥姊姊一向功課很好不用爸爸媽媽擔心，所以較受疼愛；而受試者學業成就較低且國中二年級時即發現腎臟病，為遺傳性疾病，但因家境不好國中階段即需至工廠打工，常因體力不支而讓病情加重；訪談中受試者提到自己「沒有父母緣」，父親不喜歡他，只要家裡小孩吵架父親就不聽解釋的打他，有時候還被打的莫名其妙，所以很怕父親。受試者在這樣的背景下，他的生命歷程中歷經了很多的苦難，缺乏父愛的他一直期盼父親的肯定與認同，雖身體狀況不好但一直很努力，希望能成為父親心目中有用的人。

綜上所述，顯示受試者三與父親的疏離及生病的狀態困擾著他，導致其對「存在盈實」有較負面的看法，但他非常堅強不為逆境所打倒，於逆境中找出支持自己的理由；經過生死教育的課程他在半結構式問卷及訪談中，「求意義的意志」其用詞遣字上課前與上課後有著差異，可以看到受試者經生死教育後，「求意義的意志」的改變，這表示生死教育的教學成效。

此半結構式問卷及訪談結果顯示與量化研究之生命意義感量表的結果有相符合之處，如在「存在盈實」方面，半結構式問卷及訪談結果與量化研究結果一致，均呈顯無立即性及持續性的顯著性差異，在「求意義的意志」方面，半結構式問卷及訪談結果與量化研究結果一致，均呈顯顯著性差異。由此結果得知量化研究輔以質性的深入探討能了解學生生命意義感的轉變狀況。

本研究就實驗組三名受試者的半結構式問卷及訪談資料予以分析研究，研究者發現教學成效良好，但三名受試者的學習成效仍有些許的差異，影響三名受試者生死教育的教學成效及生命意義感改變的原因，除了家庭背景與生命歷程外，跟他們現在的工作情況也有關係，訪談中了解受訪者一為銀行工作人員，狀況穩定對工作滿意，沒有經濟壓力；受試者二及受試者三對工作不滿意，有經濟壓力；分別對生命控制及存在盈實有較

負面的看法，研究者推論工作滿意度亦為影響生命意義感的改變狀況的原因之一。

因此，研究者認為生命意義感的覺知與建立，受下列因素的影響（1）學校教育的薰陶（2）家庭背景的影響（3）個人生命歷程的體認（4）當下苦難的體認（5）承受壓力的承載力。

## 第五節 綜合分析與討論

本節就上述「生命意義感」量表之分析、學生學習總回饋表之分析、實驗組學生學習成效之分析及個案分析四部份，予以綜合分析與討論如下：

### 一、「生命意義感」量表之分析

綜合「生命意義感」及「生命意義感分量表」的結果得以了解生死教育課程對技職校院實驗組學生有下列之影響：

- （一）生死教育課程對技職校院學生之「生命意義感」具立即性及持續性之影響效果。
- （二）生死教育課程對技職校院學生之「生命意義感分量表」的「生命控制」與「苦難接受」有立即性之影響效果。
- （三）生死教育課程對技職校院學生之「生命意義感分量表」的「生命控制」、「生命目的」及「求意義的意志」有持續性影響效果。

以上生命意義感的改變狀況是值得肯定的，所以應給予持續性的生死教育。因此，如欲協助青少年獲取生命的意義，則在積極方面宜提供多向度的經驗，並進而協助他們予以統整；在消極方面，則需使社會對青少年有更具彈性的期待，以免限制青少年對其生命意義的知覺範圍(宋秋蓉，1992)。

## 二、學生學習總回饋表之分析

學生學習總回饋表的分析結果，綜合而論學習成效良好。然而，在學生對生死教育課程最大收穫的資料中，研究者將之歸納為「理論的認識」、「生死實務的認識」、「生命的體認」及「生死專題的認識」四大類，其中「生命的體認」這部分，學生認為上過生死教育課程後能了解「生命的意義與生命的可貴」、「能探索生命的意義與目的」、「積極的態度面對人生」及「重拾人生的希望」，由此可了解實驗組學生經生死教育薰陶後生命意義的改變與成長。

## 三、實驗組學生學習成效之分析

學生學習成效從口足畫家作品、安寧療護廣告設計、學生寫作作品、專題討論、單元回饋單的結果與分析中得以了解學生的「生死態度」、「生命的控制」、「存在盈實」、「苦難的接受」、「生命的意義與使命」、「生命意義的探索」等觀念的轉變。每個學生建立生命意義與價值的狀況不同，有的仍在意義探索的階段，有的起而行以具體的方法建立更積極的生命價值觀，有的已經有明確的生命意義與目的。由此可知生死教育對學生的影響，能讓學生不僅了解死亡，更應積極的面對生命，活出生命的意義與價值來。

## 四、個案分析

本研究從三名受試者的半結構式問卷及訪談資料中，研究者發現教學成效良好，三名受試者的學習成效如下：

受試者一：父親於受試者六歲時過往，家裡從此避談死亡，經生死教育課程的薰陶後較能接受談論死亡問題，且能體認苦難的意義、了解「存在」就是道理、及積極進取追求生命的意義，進而建立自己的生命意義與目的。所以在「存在盈實」、「苦難接受」及「求意義的意志」其用詞遣字上課前與上課後有顯著差異，其餘分項上課前及上課後均顯示正面的看法，呈現良好教學成效。

受試者二：他正處於多事困擾的情境之下，在「生命控制」這分項中認為生命

是無法完全掌控的，其餘各分項他都持以肯定而正向的態度。受試者經生死學課程的薰陶雖能讓他明白生死課題與生死道理，但他仍在那困頓的情境中跳脫不開。

受試者三：因與父親的疏離及生病的狀態困擾著他，導致對「存在盈實」分項呈現較負面的看法，經過生死教育的課程後在「求意義的意志」分項中用詞遣字上課前與上課後有著差異，可以看到受試者「求意義的意志」的改變。這表示生死教育的教學成效。

從以上半結構式問卷及訪談的學習成效得知三名受試者有相符合之處，亦有些許差異，研究者認為影響三名受試者生死教育的教學成效及生命意義感改變的原因跟個人的家庭背景、生命歷程、當下苦難的體認及工作狀況有關，因此，本研究除了採量化研究外，輔以質性的深入探討，確實能了解學生生命意義感的轉變狀況。此外，質性研究與量化研究生命意義感的結果雖有些許差異，但有其相符合之處如下：受試者一在「苦難接受」、「求意義的意志」的分項結果；受試者三在「求意義的意志」的分項結果，其半結構式問卷及訪談結果與量化研究結果一致，均呈現顯著性差異。

綜合以上「生命意義感」量表之分析、學生學習總回饋表之分析、實驗組學生學習成效之分析及個案分析得以了解量化研究與質性研究有相符合之處，所以量化研究輔以質性的深入探討能補量化研究之不足，不失為一良好的研究方法，後續研究者可予以採用。

## 第五章 結果、建議與檢討

本研究之目的在規劃並實施適合技職校院學生生死教育之課程、探討生死教育課程對技職校院學生生命意義感的立即性及持續性的影響。實施的對象為中部某技術學院四技三年級進修部的學生，實驗組為商業設計系，控制組為會計系，每組三十五人，計七十位學生，採量化的準實驗設計，實驗組進行十六週每週兩小時的生死教育教學，並配合深入訪談，加以分析研究。本章將詳述研究結果並提出具體建議與檢討以作為推動生死教育工作者及後續研究者之參考。

### 第一節 研究結果

此節除了論述既定之研究目的外，亦論及學生學習總回饋表、實驗組學生學習成效中歸納分析出來的研究結果如下：

#### 一、技職校院學生生命意義感方面：

##### (一) 生死教育課程對技職校院學生「生命意義感」具立即性及持續性之影響效果

在實驗課程結束實施後測及追蹤測，結果發現實驗組和控制組學生在「生命意義感量表」上的得分具有顯著的差異，表示生命教育教學對技職校院學生「生命意義感」具有立即性及持續性之影響效果。

以上之研究發現，與國內學者陸娟（2002）對綜合高中學生實施十八週，每週兩小時生命教育課程的研究結果一致，表示生死教育對不同年齡層的學生生命意義感的建立均具有顯著成效；但與學者賴怡妙（1998）對台灣師範大學生實施四週每週兩次共二十一小時的死亡教育課程（實施時間較短，無實施追蹤測），

結果呈現不相符合的情況，因此研究者認為實施生死教育時間的長短會影響教學成效，跟 Rublee 和 Yarber (1983) 認為教學的長度是影響態度改變的重要因素看法一致。也認同 Klingman (1987) 提出生死教育課程要讓受試者有足夠時間思考，並且能在日常生活去印證課堂上所學的知識的看法。

實驗組生命意義感顯著高於控制組學生，原因如下：

- 1、本研究採用多媒體教學及團體動力的教學方式進行討論分享，學生可於學習過程中思索個人價值，並學習他人的生活經驗，有助於探討與建立生命的意義。
- 2、課程設計有「生命價值生命意義追尋」的單元，具體的介紹傅朗克的意義治療學並配合觀賞黑澤明導的「生之慾」影片，能讓學生深深體會生命的意義與價值，進而思索、建立自己的生命意義與價值。
- 3、從學生的滿意度分析中了解學生對課程內容、課程內容的了解程度及課程的上課方式持滿意（含）以上的看法有九成以上的學生，因此生死教育課程適當的安排，能達既定的教學目標，所以實驗組學生生命意義感顯著高於控制組學生。

## （二）生死教育課程對技職校院學生「生命意義感分量表」中「生命控制」與「苦難接受」有立即性之影響效果

本研究以技職校院學生進修部的學生為研究對象，他們在國中進入職校時受到挫折（紀潔芳，2002），以及他們家庭的支援較少，白天大部分在工作，生命歷程中「苦難」與「生命不能控制」較多，經生死教育課程的薰陶，讓學生深入體悟苦難的意義及意志的自由，所以「苦難接受」與「生命控制」顯現立即顯著性效果。

## （三）實驗組與控制組在「生命意義感分量表」中「生命控制」、「生命目的」及「求意義的意志」有持續性影響效果

「生命控制」方面不僅有立即性顯著差異，亦產生持續性顯著性差異。原因之

一為技職校院進修部的學生屬於青年後期階段，心智已趨於成熟，經過生死教育課程殊勝的薰陶與時間的涵融，能有持續性效果。

「生命目的」及「求意義的意志」方面，雖在立即性差異不顯著，但持續性差異顯著，乃因「生命目的」的建立與「求意義的意志」短時間效果小，需長時間逐漸形成，所以進行長期實驗追蹤評量則可見到不同的結果。

(四) 實驗組與控制組「生命意義感分量表」中無立即性及持續性顯著差異者為「存在盈實」

本研究生命意義感分量表中「存在盈實」後測及追蹤測均呈現無顯著效果，而何英奇（1987）於我國大專學生的研究中發現約有四分之一的人覺得生命缺乏目的與意義而感受「存在的空虛」的狀況，研究者認為技職校院學生亦存在著「存在的空虛」的狀態，經過生死教育的課程的薰陶仍無法改變，可能需更長時間逐漸形成「存在盈實」的感覺，若進行長期實驗追蹤評量，或可看到不同的結果；此外團體的課程無法達到顯著效果，或許可以針對此問題進行小團體輔導或個別輔導，幫助學生了解實存的價值。

(五) 從深入訪談中發現生命意義感的覺知與建立，受下列因素的影響（1）學校教育的薰陶（2）家庭背景的影響（3）個人生命歷程的體認（4）當下苦難的體認（5）承受壓力的承載力。

## 二、規畫之生死教育課程適合技職校院學生

研究者從「單元回饋單」、「課程總回饋表」、「訪談記錄表」及「學生學習成效」顯示，研究者認為規畫之生死教育課程適合技職校院學生，原因如下：

(一) 課程內容規劃之分析

本研究課程規劃為十六週，內容分為基礎教育、生死教育、生命教育及專題四大主題，二十個小單元；課程內容規劃詳盡，從生死觀念的基礎理論到生死實

務的探討，符合技職校院學生之需求。

研究者於學期初即向受試者詳細說明每個單元目標及四大主題目標，讓學生清楚本學期生死教育實施的進度與目的，希望達到的教學成效，在研究過程中發現從基礎教育 死亡教育 生命教育 專題四大主題依序完成，能依序完成四大主題之教學目標。

## （二）課程的了解程度分析

研究者以基礎理論及生活實例探討生死課程，生活化的教材能引起學習動機，學生頗能接受與了解課程內涵；在媒體的使用上研究者播放前予以說明簡介，觀賞後討論與分享，所以學生能了解課程內容。

## （三）教學方式之分析

本研究之教學方式係採多元化教學方式有講述法、分組報告法、小組討論、角色扮演，影片欣賞、投影片教學、帶動唱、繪畫、說故事及體驗活動，交互運用能引起學習動機。

三、技職校院學生最喜歡的生死教育課程教學方式為錄影帶教學，其次是說故事，排行第三的是投影片教學。

本研究之教學方式係採多元化教學方式有講述法、分組報告法、小組討論、角色扮演，影片欣賞、投影片教學、帶動唱、繪畫、說故事及體驗活動，交互運用能引起學習動機，而研究者於總回饋表中發現技職校院學生最喜歡的教學方式最多的是影片欣賞，其次是說故事，排行第三的是投影片教學。

四、生死教育課程影響最大的單元為是「認識墮胎」，其次為「死亡及瀕死的面對」，「安寧療護」排行第三

「認識墮胎」、「死亡及瀕死的面對」影響最大的原因有二，一為學生認為「認

識墮胎」、「死亡及瀕死的面對」是其迫切需要的課程，能讓他們了解墮胎的事實珍愛生命及坦然面對死亡及瀕死的情境，二為部分學生認為「墮胎實況」讓他們覺得害怕有罪惡感亦產生警惕作用，「死亡及瀕死的面對」讓他們有心理負擔。

「安寧療護」對學生的影響則均為正向的，能讓學生了解重病患者的照顧與尊重，進而坦然的面對死亡與瀕死。

五、生死教育課程會引發部分學生感到恐懼的單元有「認識墮胎」、「死亡及瀕死的面對」及「預立遺囑」

「認識墮胎」、「死亡及瀕死的面對」會引發恐懼如上所述。

「預立遺囑」會引發恐懼，乃因一名受試者小時候家人死亡，造成很大的傷痛與陰影，家裡一直忌諱談死亡事件，所以預立遺囑的課程，讓他覺得如同面臨死亡一般，造成負擔。

六、生死教育課程能達到預定之教學目標

由總回饋表中課程最大收穫的結果顯示實驗組學生在知識、情意與技能方面能達到預定之教學目標成長如下：

- (一) 知識：了解生命的意義與價值、死亡的意義、死亡歷程及死後世界。
- (二) 情意：面對生死問題能不恐懼害怕，不避談生死問題。
- (三) 知識、技能：
  - 1、能建立正確的生死觀，積極的面對人生。
  - 2、能處理生死實務問題，如安寧照顧、預立遺囑、喪禮的安排---等。
  - 3、能探索生命的意義與價值，進而肯定自己，建構生命的意義。
  - 4、能了解死亡議題，愛己愛人珍愛每一個生命。

## 七、教學媒體多元運用教學成效良好

多元運用教學媒體，如「認識墮胎」單元觀賞「無聲的吶喊」後，因寫實震撼部分學生會感到恐懼，運用其他媒體如「新生命的誕生」來緩和情緒成效良好。

## 八、生命教育教學活動設計融入專業知識中效果特別殊勝

實驗組學生為商業設計系學生對設計及繪圖較為專業，所以研究者作業設計部分採融入式的設計，如安寧療護的廣告設計及口繪圖即是為他們特別安排的作業。口繪圖是在「失落與悲傷的調整」這個單元實施，課程的進行請同學用口來繪人生三階段現在、過去、未來，剛開始似乎有點不便，但很快的他們都能克服困難，胸有成竹充滿自信的將作品完成，畫完後請他們分享，侃侃而談，能達到回顧過去展望未來的成效。安寧療護的廣告設計是在「安寧療護」這單元的課後作業，讓他們有充分的時間去構思如何將安寧療護的概念推廣出去，也讓他們有機會發揮所長將專業融入生死教育課程中，體悟學有專長的價值與意義，進而探索自己的生命意義與價值。

從實驗組學生的口繪圖畫、心得寫作、安寧療護廣告設計、專題報告及讀書報告中，研究者深深感受受試者的多才多藝及用心；他們的文學素養對生死的描述與體悟頗為細膩，每一個作品都讓研究者深深的感動，所以研究者認為生死教育宜融入文學之中，以利推展生死文學。

## 第二節 建議與檢討

研究者針對研究結果及生死教育教學過程的體認，提出以下建議與檢討作為推動生死教育工作者及未來研究之參考。

## 一、建議

### (一) 生死教育教學者方面

#### 1、課程內容規劃

- (1) 論生死問題時，為了讓課程生動活潑不過於沉悶，宜將生命教育及死亡教育的單元適時交錯安排。
- (2) 應配合時事討論生死課題，如生死觀單元以美伊戰爭為例，讓學生了解儒家道家的生死觀及其用兵之道而消弭戰爭，讓愛與和平充滿每一個人的心中。
- (3) 影響學生最大的單元為「認識墮胎」，其次為「死亡及瀕死的面對」，再其次為「安寧療護」宜納入生死教育課程中。
- (4) 會引發恐懼的單元如「認識墮胎」、「死亡及瀕死的面對」及「預立遺囑」，宜了解什麼原因會產生恐懼，因為每個學生的狀態不同，會造成不同的學習成效與感受，所以教學者在教授「認識墮胎」、「死亡及瀕死的面對」及「預立遺囑」時，宜視個別狀態適時輔導給予正確的觀念。

#### 2、教材選擇

探討生死問題，談死論生沒有接觸過的學生剛開始會有點不習慣，所以教材的選擇宜適合學生的年齡層及學生個別狀況，使用要適當，若有較沉重的教材，課後宜適時緩和學生情緒。

#### 3、教學方法

為提高師生互動融入生死課程中，宜多元化探討生死實務問題，研究中顯示影片欣賞是技職校院學生最喜歡的教學方式，其次是說故事，排名第三的是投影片教學，以上三種方式可以多採用；此外，可適時安排校外參觀或實習增加實務經驗，為快速獲取新知可採網路教學。

#### 4、教師素養

生死教育乃是一專業類科為讓教學品質齊一，達教學成效，生死教育教師宜充分學習建立下列素養：

- (1) 清楚的生死觀。
- (2) 了解生死教育的內涵及專業知能。
- (3) 能坦然中肯的談論生死問題。
- (4) 溫暖與愛人的心。
- (5) 教學態度認真。
- (6) 具備傾聽、諮商及溝通的基本能力。
- (7) 具備臨終關懷之實際經驗。

#### 5、教學者宜採多媒體教學

教學者採多媒體教學，能引發學生的學習興趣，此外，若有較沉重的課程可用不同媒體來緩和情緒，以達教學成效。如「認識墮胎」單元觀賞「無聲的吶喊」後，因寫實震撼部分學生會感到恐懼，運用其他媒體如「新生命的誕生」來緩和情緒成效良好。

#### 6、生死教育教學活動設計宜融入專業知識中

為讓學習者盡情的學習，達殊勝的學習成效，宜視學生專業領域的不同，設計不同的教學活動，達預定之教學目標。

#### 7、課程時間分配宜適當

生死課題需要較長時間的融入方能進到課程核心，所以單元時間的安排要充足，讓學生有共同討論分享的時間，達團體動力的學習效果。

## 8、生死教育教學中宜加入個案探討

在實施生死教育課程的過程中，以理論配合生活實例探討生死問題，能達到良好的教學成效，所以生死教育課程中，學生個別狀況應予以關懷，並納入個案探討，讓理論真正運用於生活中。

## 9、教學評量

### (1) 宜多元化教學評量

藉由學習回饋單、心得寫作、口繪圖、廣告設計、分組報告、讀書心得----等多元教學評量方式，學生能對學習課程作多元反思與整理，達生死教育課程的教學成效。

### (2) 教學評量宜視學生狀況安排

宜視學生的狀況給予適當的作業，讓他們有機會思考生死問題，達教學成效；以本研究為例因進修部的學生，課後能聚在一起作功課的時間較少，要完成小組作業困難，所以習作應盡量避免小組功課而採其他方式。

## (二) 教育行政機關方面

### 1、將生死教育納入必修課程

生死教育的推展，可討論融入式教學外，研究者認為要真正落實生死教育，宜政策的配合將生死教育納入必修的課程中，做深入的探討。

### 2、定期舉辦研討會

過去幾年生死教育的推動，已讓生死教育逐漸受到重視，但還需共同努力，廣邀專家學者共同討論生死議題，促進學術交流；並以理論配合生死實務的討論，讓生死教育落實於生活中。

### 3、成立生死教育工作坊

為了進一步紮根落實生死教育於我國的教育當中，生死教育尚需系統性的學理建構，正式課程綱要的編撰，所以宜成立生死教育工作坊，研討建構適合各階段學子的課程以利教學。

### 4、成立生死教育教學資源中心與連絡網

生死教育的推動需要有豐富的教學資源，可於我國北、中、南各區成立教學資源中心與連絡網，以提供教學者的諮詢與教學協助。

### 5、辦理師資培育

生死教育乃為專業學科，宜具有生死教育特質的專業優良教師擔任教學工作，所以宜培育師資，以避免教師之良莠不齊的狀況，造成誤導學生的狀況。

### 6、公費留學應加入生死教育學科吸收歐美經驗

歐美在生死學的發展上比本國早亦較趨於完善，所以為吸收經驗與新知，公費留學加入生死教育學科可促進生死教育之推展。

## (三) 傳播媒體方面

### 1、廣攬設計人才

為提高生死教育的教學成效，教材的製作與設計為契合主題生動活潑，不過於僵化與刻板，宜廣攬專業設計人員共同參與。

### 2、教材的製作方面

- (1) 設計適合各年齡層的生死教育相關教材：每個年齡層的心智發展不一，適合的教材也不同，為避免產生對死亡的錯誤觀念或恐懼，宜設計適合各年齡層的生死教育相關教材。

(2) 媒體的製作宜客觀中肯：現在的媒體非常多傳播快速，若媒體製作不當易影響學生身、心、靈的成長，所以宜減少血腥、煽情與暴力的節目，多製作具有教育意義的生死教育題材。

### 3、增加公益廣告

目前生死專題如安寧療護、自殺、死刑、器官捐贈、複製人、墮胎、安樂死--等，很多人有不同的想法與看法，如何讓這些專題有正面積極的走向，宜增加公益廣告的錄製與播放。

#### (四) 對學習者的建議

本研究生死教育課程設計為一連貫性的內容，學習者要有良好的學習成效，宜課前閱讀相關資料、課程中專心聽講、開放心胸共同討論分享、課後作業用心撰寫、全程參與生死課程及學習後宜將習得的知識運用於生活中。方能內化成為自己的知識跟生命結合運用於生活中，對生死問題沒有傍驚。

#### (五) 對家長的建議

研究過程中發現家長的生死觀念，影響學生觀念深遠，不當的想法易導致對死亡抱持著戒慎恐懼的心；其實生、老、病、死都是我們生命中的一部份，受到傳統觀念的影響多部分的人們避談死亡，但不談死亡仍然一樣發生，所以要圓滿人生宜了解生命意義與死亡的意義。因此家庭中的生死教育非常重要，全家宜一起共同學習生死課題，例如於掃墓過程中培養生死態度與理念或一起照顧家裡的病人即是很好的方法。

#### (六) 對學校輔導中心的建議

1、部分的孩子受「存在的空虛」所襲擊，不知生命為何？通常在意理動力緊張的狀態下才能達到存在的自我超越；所以「人之所是」及「人之所應為」之間形

成張力場，存在的動力場便運作在其中（Frankl，1967），因此身為輔導者宜適時引導學生置身於意理的張力場中。

- 2、部分喪親的學生心中有陰影，不敢面對死亡或死亡相關事物例如喪禮、預立遺囑-----等等，宜透過個別諮商適時開導，聽聽他們的想法與看法，有時候他們不會明說，我們應該用「愛」去聽文字的象徵性語言或非文字的象徵性語言，適時的交互運用便能知道他們現在想些什麼，而予以協助。

#### （七）對社會的建議

社會對自殺、死刑犯及墮胎的事件抱持負面的看法，所以當親人自殺、判死刑或墮胎時，往往當事者不敢表示悲傷與難過，這乃是社會加諸的壓力，宜改變這社會觀念，讓這些面對親人死亡的人們有一個悲傷的出口。

#### （八）對民間社團的建議

生死問題乃是每個人切身的課題，因此生死教育的推動不僅是政府、學術單位應該努力，民間亦可成立生死研討小組或舉辦身心靈成長班，讓生死教育向下扎根落實於生活中，解決生活實際的問題。

## 二、檢討

### （一）研究對象方面

- 1、本研究限於人力及時間的關係，僅以技職校院進修部的學生為研究對象，而技職校院學生學制非常多，有二專、二技、四技及日夜間部之區分，均有生死教育的學習的需求，而他們的心智的成長與背景並不完全一樣，值得再深入研究生死教育課程對其生命意義感的成效；如日夜間部實施生命教育後生命意義感教學成效之區別、二技與四技實施生命教育後生命意義感的教學成效之差異，這樣的研究將有助於各種不同學制實施生死教育達教學成效。

- 2、本研究主要以商業設計系為研究對象，而技職校院各科系性質不同，可依據不同科系進行深入研究，以建立適合各科系之生死教育課程。

## （二）評量工具方面

本研究所使用之生命意義感量表為何英奇（1990）所設計之「生命態度剖面圖」第一層因素分析的題目，經研究者預試因素分析結果發現具有良好的效度與信度，研究中亦發現此量表對技職校院學生接受生死教育後生命意義感具有立即及持續性之效果，顯示此量表具有良好的建構效度，能測出實驗前後生命意義感的差異；此結果與學者陸娟（2002）的研究相符合，以後的研究者可擴及不同樣本作研究。此外，宜適當安排反向題避免影響實驗結果。

## （三）半結構式問卷及訪談大綱方面

本研究為補量化研究之不足輔以質性半結構式問卷及深入訪談，過程中確實能深入了解影響受試者生命意義感的原因及生命意義感形成的過程與改變；此外，亦能了解課程進行中受試者的學習狀態與反應，有助於課程的修正；所以以後的研究者可予以運用。

## （四）研究限制

本研究以中部某技術學院進修部四技三年級商業設計系為例，茲因此學校四技部剛成立，每系只有一個班，所以實驗組為商業設計系，控制組為會計系。

## 後 記

生命如春夏秋冬般的更替，生的喜悅如春天的朝陽、年少青春如夏天綻放的花朵、中年風華如秋天美麗的夕陽、老年的生命智慧如冬天剔透的冰雪，是一正常的更替，每個階段都值得回憶與珍藏；生命中有考驗與挫折，那是增添生命色彩生命智慧的機會，宜繼續我們的人生。

人們往往不知如何面對生命與死亡，因為不知生命是什麼？死亡又是什麼？死後世界為何？生命的意義與價值在哪裡？而在世間渾渾噩噩的沉浮，所以生死課題是每個人必修的課程，如何教？如何學？方能圓滿人生，有待大家共同努力。

最後僅以「教師祈禱文」(生命教育教學資源建構計畫，2003)來勉勵期許生死教育順利的推展。

### 教師祈禱文

請讓我隨時保持熱誠與衝勁，為教育下一代而努力。

請讓我一視同仁對待學生，而不要受其外在影響。

不管聰明上智或平庸愚劣，我要讓他們都能得到我的關懷。

請提醒我要以鼓勵代替懲罰、以愛心取代苛責，

使他們也知道以愛心去對待他人。

請隨時提醒我愛是不夠的，

不要吝於付出自己對學生的關愛與鼓勵

請讓我瞭解知識是永無止境的，

讓我虛心謙沖、隨時進修、充實自我。

請不要讓我成為一個教書匠，

而要努力做好一個循循善誘的引導者。

我不希望我的學生，只是一架考試與背書的機器。

我要讓他們知道，讀書只是途徑、不是目的，

其終極目標在於使自己成為一個充滿善良人性，

並覺知自己對全人類所負責任的世界公民。

請讓我有一顆追求真理的心，

能堅持原則並接納別人的建言，

請培養我淡泊名利的心，

不要迷失於物慾之中。

並讓我堅持信念，不要見異思遷，

最後，請讓我有終生獻身教育的決心與恆心。

## 參考文獻

### 壹、中文部分

- 孔令信 (2001)。Y、e 世代的生命教育。第二屆生命教育管理研討會論文集。嘉義：大同商專。
- 生命教育教學資源建構計劃 (2003)。教師祈禱文。啟航工作坊研習手冊。
- 白裕承譯 (1998)。最後十四堂星期二的課。台北市：大塊文化出版社。
- 台灣省教育廳(1998)。台灣省國民中學推展生命教育實施計劃。研習資訊 15(4), 8-11。
- 何英奇(1985)。我國大學生次文化及其相關因素之研究。國立台灣師範大學教育研究所博士論文。
- 何英奇(1987)。大專學生之生命意義感及其相關研究意義治療法基本概念之實證性研究。教育心理學報, 20, 87-106。
- 何英奇(1990)。大學生自我認證與次文化近五年間的轉變:以師大教育院系學生為例。教育心理學報, 23, 119-142。
- 何英奇 (1990)。生命態度剖面圖之編製：信度與效度之研究。師大學報, 35, 71-94。
- 宋秋蓉 (1992)。青少年生命意義之研究。國立彰化師範大學輔導研究所碩士論文。
- 余淑娟 (2001)。國小學童的死亡教育課程設計及其實施成效研究。台南師範學院國民教育研究所碩士論文。
- 吳秀碧(1998)。影響校園之死亡事件處理。學生輔導雙月刊, 第 58 期, 頁 20-30。
- 吳庶深 (1997)。國內外死亡學 (Thanatology) 系所發展之分析。中華民國安寧照顧會訊 26, 16-23。
- 吳庶深 (2001)。生死學與死亡學本是一家生死學。台北：洪業文事業公司。
- 吳庶深、黃麗花 (2001)。生命教育概論—實用的教學方案。台北：學富文化。

- 吳清基 (1995)。給技職教育一片美好的天空和尊嚴。《技術及職業教育》，27，2-5。
- 吳清基 (1996)。高等技職教育之發展與轉型。《教改通訊》，16，33-37。
- 吳肅淳、侯南隆 (1999)。國中教師對「生命教育」、「生死教育」、「死亡教育」課程實施看法之探討。生命教育課程規劃研討會。南華管理學院。
- 李國鼎 (1975)。我國經濟發展策略總論。台北：聯經。
- 李國鼎 (1978)。台灣快速成長的經驗。台北：正中。
- 李國鼎 (1988)。台灣重要經濟政策連貫圖，載於高希均、里程主編，台灣經濟四十年  
台北：天下文化。
- 李然堯 (1998)。技術及職業校院法之簡介。《技職雙月刊》，47，2-4。
- 李遠哲 (1999)。享受生命—生命的教育。台北：聯經出版社。
- 林何足 (2002)。捐贈者家屬的心路歷程。2002年7月31日取自網路資料。
- 林思伶 (2000)。生命教育的理論與實務。台北：寰宇出版股份有限公司。
- 林綺雲 (2000)。生死學在護理教育的應用。南華大學生死學國際研討會。
- 林維箴 (2001)。「維箴塗鴉」-自殺。台北：建國高中。
- 紀惠馨 (2000)。護理學校生死學課程內容的需求差異探討-以一個學校為例。南華大學生死學研究所碩士論文。台灣嘉義。
- 紀潔芳 (2000年1月)。生死學課程於師範教育及成人教育教學之探討。曾守得 主持人，全國大專院校生死學課程教學研討會。國立彰化師範大學。
- 紀潔芳 (2001年5月)。國中生預立遺囑教學活動之啟示-兼談教學資源之運用。台灣地區國中生生死教育教學研討會，國立彰化師範大學通識教育中心，共同學科。
- 紀潔芳 (2002)。台灣地區商職學生生死教育教學之探討探討 生命教育中之生死教育。國立彰化師範大學通識教育中心，共同學科。
- 孫效智 (2000)。生命教育的內涵與哲學基礎。《生命教育的理論與實務》，1-22。台北：心理。
- 袁瓊瓊 (1988)。看不見。台北。爾雅出版社。
- 尉遲淦 (1998)。論儒家意義治療的兩重意義。《應用倫理研究通訊》，7，20-22。

- 尉遲淦 (1999)。生命教育的另一種規劃方案。嘉義縣政府輔導計劃研習手冊。
- 高雄市教育局 (1998)。高雄市高中職生死教育手冊。高雄市。高雄市政府教育局。
- 張春興 (1991)。現代心理學。台北：東華書局。
- 張淑美 (1989)。兒童死亡概念之發展研究與其教育應用。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文。高雄。
- 張淑美 (1996)。死亡學與死亡教育：國中生之死亡概念、死亡態度、死亡教育態度及相關因素之研究。高雄：復文。
- 張淑美 (1998)。從美國死亡教育的發展兼論我國實施死亡教育的準備方向。國立高雄師範大學教育系：教育學刊，14：275-294。
- 張淑美 (2001)。中學「生命教育」手冊<sup>3/4</sup>以生死教育為取向。台北市：心理出版社股份有限公司。
- 張淑美 (2001b)。國中生的死亡概念、態度與生死教育。台灣地區國中生生死教育教學研討會。彰師大通是教育中心與共同學科舉辦。
- 張淑美 (2002年5月)。你好我好，你融我融——生命教育與九年一貫課程的關係與相融。趙可式、陳清惠 (主持人)，生命教育中心靈成長教育研討會。國立彰化師範大學。
- 張淑美校閱王珍妮譯 (2002)。生與死的教育。台北：心理。
- 教育部技職司 (1999)。中華民國技術暨職業教育簡介。台北：教育部。
- 教育部技職司 (2000, 3月15日)。技職校院課程基礎規劃。技職簡訊月刊，99。
- 陳芳玲 (2000)。死亡教育。載於尉遲淦 (主編)，生死學概論 (66-68頁)。台北：五南圖書出版公司。
- 陳英豪 (2001年5月)。生命教育的理念與實踐。張真誠 (主持人)，台灣地區國中生生死教育教學研討會。國立彰化師範大學。
- 陳福濱 (2001)。從生命的意義與價值論生命教育。輔仁學誌：人文藝術之部，28期，161-170。
- 陸娟 (2002)。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討。南華大學生死學

- 研究所碩士論文。台灣嘉義。
- 傅偉勳 (1993) 。死亡的尊嚴與生命的尊嚴-從臨終精神醫學到現代生死學。台北：正中書局。
- 曾煥棠 (2000) 。生死學探索入門。台北：華騰文化股份有限公司。
- 曾煥棠 (2001 年 11 月) 。生死教育活動設計之探討。台灣地區高中職學校生死教育教學研討會，國立彰化師範大學通識教育中心，共同學科。
- 游恆山編譯(1991)。生存的理由。台北：遠流出版社。
- 鈕則誠 (2000) 。生命教育的定位。台灣省高級中學八十九年度生命教育學生成長營。
- 黃天中 (1992) 。死亡教育概論 11。台北：業強出版社。
- 黃文樹 (2000) 。技職校院人文教育之檢討與建議。人文及社會學科教學通訊。11，2。
- 黃廷合 (1998) 。迎接二十一世紀談技職教育品質。技職雙月刊，47，10-14。
- 黃松元(1988)。我國中小學死亡教育課程之發展。衛生教育論文集刊第二期。
- 黃政傑 (1995) 。綜合高中課程規劃之研究。台北市。國立台灣師範大學教育研究中心。
- 楊朝祥 (1984) 。技術職業教育辭典。台北：三民書局。
- 廖秀霞(2001)。「生死教育」課程方案對國小高年級學童死亡態度影響之研究。南華大學生死學研究所碩士論文。台灣嘉義。
- 廖秀霞(2001b)。生死教育在國小課程中融入教學之設計。台灣地區國中生生死教育教學研討會，國立彰化師範大學通識教育中心，共同學科。
- 趙可士、沈錦惠譯 (2001) 。活出意義來從集中營說到存在主義，第四版。台北：光啟社。
- 劉明松(1997)。死亡教育對國中生死亡概念、死亡態度影之研究。高雄師範大學教育系碩士論文。
- 劉彥邦、陳英豪 (1997) 。青年心理學。台北：三民書局。
- 劉嘉茹 (2002) 。我國技職教育的過去與未來。2002 年 8 月 4 日取自  
<http://gopher.ntnu.edu.tw/gise/journal/1/issue-liou.htm>
- 蔡明昌 (1995) 。老人對死亡及死亡教育態度之研究。國立高雄師範大學成人教育研究

所，碩士論文。

蔡明昌（2002年7月）。生命教育的基本理論與意涵。小學教師生命教育研習會。南華大學藐姑射國際會議廳。

鄭淑里（1995）。死亡教育課程對師院生死亡態度的影響。國立台灣師大教育心理與輔導研究所碩士論文。

賴怡妙（1998）。死亡教育團體方案對台灣師大學生死亡態度及生命意義感之影響。國立台灣師範大學心理與輔導研究所碩士論文。

謝昌任（2000）。從高中職“生命教育”體驗活動實施經驗看國小“生命教育”體驗活動實施之出探---以兩個教案為例。台灣地區國小生生死教育教學研討會，國立彰化師範大學通識教育中心，共同學科。

蘇完女（1991）。死亡教育對國小中年級兒童死亡態度的影響。彰化師範大學碩士論文。

釋慧開（2001）。少年十五二十時—青少年的成長課題。台灣地區國中生生死教育教學研討會，國立彰化師範大學通識教育中心，共同學科。

## 二、英文部分

- Bulka, R.P. (1979). *The quest for ultimate meaning : Principles and applications of logotherapy*. New York : Philosophical Library.
- Deeken, A. (2001). *Death Education. Seminar on Teaching Death Education at High Schools in Taiwan*. National Chunghua Normal College, Chunghua, Taiwan, 1-12.
- Eddy, J. M. & Alles, W. F. (1983). *Death Education*. St. Louis. The C.V. Mosby Company.
- Erikson, E.H. (1963). *Childhood and society (2nd ed.)*. New York : Norton.
- Erikson, E .H. (1968). *Identity : youth and crisis*. New York. : Norton.
- Erikson, E .H. (1980). *Identity and life cycle*. New York. : Norton.
- Fabry, J.B. (1988). *Guideposts to meaning : Discovering what really matters*. Oakland, CA : New Harbinger Publications, Inc.
- Frankl, V.E. (1965). *The doctor and the soul : From psychotherapy to logotherapy. (2nd ed.)*. New York : Alfred A. Knopf, Inc.
- Frankl, V.E. (1967). *Psychotherapy and existentialism : Selected papers on logotherapy*. New York: Washington Square Press.
- Frankl, V.E. (1978). *The Unheard cry for meaning*. New York : Touchstone.
- Frankl, V.E. (1979). *Meaninglessness : A challenge to psychiatry* .in E.A.Maziarz (ed.) *Value and vaues in evolution*. New York : Gordom& Breach.
- Frankl, V.E. (1988). *The will to meaning : Foundatons and applications of logotherapy. (2nd ed.)*. New York : New American Library.
- Frankl, V.E. (1992). *Man's search for meaning : An introduction to logotherapy. (4th ed.)*. Boston : Beacon Press.

- Gallation, J.E. (1975). *Adolescence and individuality A conceptual approach to adolescent psychology*. New York : Harper & Row.
- Gibson, A. B., Robert, P.C. & Buttery, T.J. (1982). *Death Education : A Concern for the Living*. Bloomington IN: Phi Delta Kappan Educational Foundation.
- Gill, A.S. (1970). *An appraisal of Viktor E. Frankl's theory of logotherapy as a philosophical base for education*. Unpublished doctoral dissertation, The American University.
- Havighurst, R.J. (1972). *Developmental tasks and education (2nd ed.)*. New York Longmans, Green.
- Kinwood, J.J., Foster, P.N, & Bartow, S.M., (1994). Historical leaders in technology education philosophy. *Journal of Industrial Teacher Education*, 32(1), 6-26
- Klingman, A. (1987). Teacher's workshop in death education : The effects of simulation game and bibliotherapy-oriented methods. *Death Studies*, 11, 25-33.
- Leviton D. (1969). The need for education on death and suicide. *Journal of School Health*.
- Leviton, D. (1977). The Scope of Death Education. *Death Education*, 1, 41-56.
- Rabbi, E.A., & Grollman, D. D. (1977). Explaining death to children. *Journal of School Health*, 57(5), 336-339 .
- Ruble, D.A., & Yarber, W.L. (1983). Instructional Units of Death Education the Impact of Amount of Classroom Time on Changes in Death Attitudes. *Journal of School Health*, 53, 7.
- Wass, H., Corr, C. A., Pacholski, R.A., & Forfar, C.M. (1980). *Death Education 1 : An Annotated Resource Guide*. **WH : Hemisphere Pub. Cor.**
- Yalom, I.D. (1980). *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books.

## 附錄一 量表授權同意書

### 量表使用同意書

茲同意私立南華大學生死學研究所碩士班研究生紀玉足，引用本人(民 79)所編之「生命態度剖面圖」，做為其碩士論文「生死教育對技職校院學生生命義感教學成效之探討」蒐集資料之用。

同意人：

國立台灣師範大學心輔系教授

 簽章

中華民國九十一年九月十一日

## 附錄二 「生命意義感」預試問卷

### 生命意義感問卷

親愛的同學:您好!

首先非常威謝您抽空填寫這份問卷，這份問卷的目的在了解您對生命意義的看法，您所填寫的資料，將有助於更深入了解此項問題。本問卷採不記名方式實施，填答的資料亦僅供學術研究之用，請您根據自己的真實感受逐一回答，不要遺漏任何一題，否則即屬無效卷，甚為可惜。謝謝您的支持與合作。

南華大學生死學研究所

研究生：紀玉足

指導教授：紀潔芳

#### 第一部分基本資料

請您按照自己的情況在“ ”內打勾。

性 別： 1.男 2.女

教育程度:父親 1.國中或初中(含以下) 2.高中或高職 3.大專以上

母親 1.國中或初中(含以下) 2.高中或高職 3.大專以上

有無宗教信仰:父親 1.無 2.有

母親 1.無 2.有

自己 1.無 2.有

家中談論死亡的情形： 1.從未談過 2.儘量避免談論 3.坦然談論

是否有過自殺的想法： 1.有而且多次 2.偶而有過 3.從來沒有

自評人際關係： 1.較差 2.普通 3.極佳

有無工作經驗： 1.無 2.有

工作滿意度：(無工作經驗者免填) 1.不滿意 2.滿意

有無失業經驗：(無工作經驗者免填) 1.無 2.有

## 第二部分

請你根據每一題的敘述，思考一下是否符合你目前的感覺與想法，根據符合狀況，請在5、4、3、2、1中圈選出適當的數字，謝謝您的合作。

	完 全 符 合	大 部 符 合	大 部 符 合	大 部 符 合	完 全 符 合
1、在我的生命中，我感到一種無以名之的失落感。	5	4	3	2	1
2、我覺得在我的生命中缺乏一個真正意義和目標，而我也需要找到它。	5	4	3	2	1
3、生命的奧秘迷惑著我，並使我感到不安。	5	4	3	2	1
4、在我的一生中，有一股強大的驅力，促使我去尋找自我。	5	4	3	2	1
5、我發覺有一個強而有力的目標標在指引著我。	5	4	3	2	1
6、我感到在生命中缺乏一件值得去做的工作。	5	4	3	2	1
7、我覺得有決心去完成某些超凡脫俗的事。	5	4	3	2	1
8、真正的愛永不褪色。	5	4	3	2	1
9、假如人要獲得快樂，他必須相當以自我為中心。	5	4	3	2	1
10、苦難是對我性格力量的考驗。	5	4	3	2	1
11、只有經歷苦難，才會變成完整的人。	5	4	3	2	1
12、經歷苦難的人必有後福。	5	4	3	2	1
13、假如一個病人瀕臨死亡，遭遇苦難，醫生應幫助病人安樂死。	5	4	3	2	1
14、苦難有助於人瞭解真正的人生意義。	5	4	3	2	1
15、關於死亡，我毫無準備，並感到害怕。	5	4	3	2	1
16、關於自殺，我曾慎重考慮過，並認為是一種解脫之道。	5	4	3	2	1
17、在經歷苦難之後，我變得更能體諒別人。	5	4	3	2	1
18、死亡是生命的結束，再也沒有其他意義。	5	4	3	2	1
19、將來有一天會死的事實，使我整个人生變得無意義。	5	4	3	2	1
20、我預期我的未來會比過去更有希望。	5	4	3	2	1
21、我已找到一個滿意的生命目的。	5	4	3	2	1
22、我生命中所發生的事，我能作決定。	5	4	3	2	1
23、生命的意義存在於我們的周遭世界。	5	4	3	2	1
24、我覺得有需要為我的生命訂定清楚的目標。	5	4	3	2	1
25、對死亡的自覺，使我覺得生命一刻比一刻重要。	5	4	3	2	1
26、我決心使我的未來有意義。	5	4	3	2	1
27、我生命的成就，大部份決定在我努力的程度。	5	4	3	2	1

- |                                   |   |   |   |   |   |
|-----------------------------------|---|---|---|---|---|
| 28、新奇變化的事物吸引著我。                   | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 29、每個人都應為他自己的生命負責。                | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 30、我以極大的期待心盼望著未來。                 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 31、我能依照我想過的方式生活。                  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 32、我很關心如何過一個有意義的生活。               | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 33、基本上來說，我正過著一種我喜歡的生活。            | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 34、我目前的生活是與我未來的希望緊密相連。            | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 35、我正在追尋生活中令人興奮的事物。               | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 36、我時常覺得煩悶無聊。                     | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 37、生命對我而言，似乎非常機械化。                | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 38、對於生活，我有很明確的目標和計畫。              | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 39、我個人的存在是非常有意義、有目的。              | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 40、每天的生活總是千篇一律。                   | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 41、如果我可以選擇，我寧願我沒有出生。              | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 42、退休之後，我願無所事事以度餘年。               | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 43、對於企求生命的目的，我不斷進展而達於圓滿。          | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 44、我的生命是充滿興奮美好之事。                 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 45、假如我今天就去世，我會覺得我的生命毫無價值可言。       | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 46、想到我的生命時，我常不懂我活著的理由。            | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 47、每當我注視世界與我的關係時，這世界使我迷惑不堪。       | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 48、我是一個非常有責任感的人。                  | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 49、關於人為自己作決定的自由，我相信人是完全被遺傳與環境所限制。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 50、為尋求生命的意義、目標和使命，我是很有這種能力。       | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 51、我的生命受外在因素影響，我不能控制。             | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 52、我發現人生並非無任何目的與使命。               | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

### 第三部份

請你根據每一題的敘述，回答您目前的感覺與想法，謝謝您的合作。

一、您的生命成就，大部份決定在自己努力的程度上嗎？為什麼？

二、這世界會不會讓你迷惑不懂得活著的理由？為什麼？

三、經過苦難是否能讓你成長？為什麼？

四、你的生命有意義嗎？你的生命意義與目的是什麼？

五、您關心如何過一個有意義的生活嗎？為什麼？

六、死亡的事實是否會讓你覺得人生無意義？

## 附錄三 「生命意義感」正式問卷

### 生命意義感問卷

親愛的同學:您好!

首先非常威謝您抽空填寫這份問卷，這份問卷的目的在了解您對生命意義的看法，您所填寫的資料，將有助於更深入了解此項問題。本問卷採不記名方式實施，填答的資料亦僅供學術研究之用，請您根據自己的真實感受逐一回答，不要遺漏任何一題，否則即屬無效卷，甚為可惜。謝謝您的支持與合作。

南華大學生死學研究所

研究生：紀玉足

指導教授：紀潔芳

#### 第一部分基本資料

請您按照自己的情況在“ ”內打勾。

性 別： 1.男 2.女

教育程度:父親 1.國中或初中(含以下) 2.高中或高職 3.大專以上

母親 1.國中或初中(含以下) 2.高中或高職 3.大專以上

有無宗教信仰:父親 1.無 2.有

母親 1.無 2.有

自己 1.無 2.有

家中談論死亡的情形： 1.從未談過 2.儘量避免談論 3.坦然談論

是否有過自殺的想法： 1.有而且多次 2.偶而有過 3.從來沒有

自評人際關係： 1.較差 2.普通 3.極佳

有無工作經驗： 1.無 2.有

工作滿意度：(無工作經驗者免填) 1.不滿意 2.滿意

有無失業經驗：(無工作經驗者免填) 1.無 2.有

## 第二部分

請你根據每一題的敘述，思考一下是否符合你目前的感覺與想法，根據符合狀況，請在5、4、3、2、1中圈選出適當的數字，謝謝您的合作。

	完 全 符 合	大 部 符 合	大 部 符 合	大 部 符 合	完 全 符 合
1、我生命的成就，大部份決定在我努力的程度。	5	4	3	2	1
2、每個人都應為他自己的生命負責。	5	4	3	2	1
3、我決心使我的未來有意義。	5	4	3	2	1
4、我以極大的期待心盼望著未來。	5	4	3	2	1
5、我覺得有需要為我的生命訂定清楚的目標。	5	4	3	2	1
6、新奇變化的事物吸引著我。	5	4	3	2	1
7、生命的意義存在於我們的周遭世界。	5	4	3	2	1
8、我是一個非常有責任感的人。	5	4	3	2	1
9、我預期我的未來會比過去更有希望。	5	4	3	2	1
10、退休之後，我願無所事事以度餘年。	5	4	3	2	1
11、在我的生命中，我感到一種無以名之的失落感。	5	4	3	2	1
12、想到我的生命時，我常不懂我活著的理由。	5	4	3	2	1
13、生命對我而言，似乎非常機械化。	5	4	3	2	1
14、每當我注視世界與我的關係時，這世界使我迷惑不堪。	5	4	3	2	1
15、我時常覺得煩悶無聊。	5	4	3	2	1
16、我感到在生命中缺乏一件值得去做的工作。	5	4	3	2	1
17、如果我可以選擇，我寧願我沒有出生。	5	4	3	2	1
18、只有經歷苦難，才會變成完整的人。	5	4	3	2	1
19、經歷苦難的人必有後福。	5	4	3	2	1
20、苦難有助於人瞭解真正的人生意義。	5	4	3	2	1
21、苦難是對我性格力量的考驗。	5	4	3	2	1
22、真正的愛永不褪色。	5	4	3	2	1
23、為尋求生命的意義、目標和使命，我是很有這種能力。	5	4	3	2	1
24、我已找到一個滿意的生命目的。	5	4	3	2	1
25、對於生活，我有很明確的目標和計畫。	5	4	3	2	1
26、我個人的存在是非常有意義、有目的。	5	4	3	2	1
27、我發覺有一個強而有力的目標標在指引著我。	5	4	3	2	1
28、我覺得有決心去完成某些超凡脫俗的事。	5	4	3	2	1

- |                              |   |   |   |   |   |
|------------------------------|---|---|---|---|---|
| 29、我生命中所發生的事，我能作決定。          | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 30、我的生命是充滿興奮美好之事。            | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 31、在我的一生中，有一股強大的驅力，促使我去尋找自我。 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 32、基本上來說，我正過著一種我喜歡的生活。       | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 33、我目前的生活是與我未來的希望緊密相連。       | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 34、我很關心如何過一個有意義的生活。          | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 35、對死亡的自覺，使我覺得生命一刻比一刻重要。     | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 36、對於企求生命的目的，我不斷進展而達於圓滿。     | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 37、我能依照我想過的方式生活。             | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 38、我正在追尋生活中令人興奮的事物。          | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

### 第三部份

請你根據每一題的敘述，回答您目前的感覺與想法，謝謝您的合作。

一、您的生命成就，大部份決定在自己努力的程度上嗎？為什麼？

二、這世界會不會讓你迷惑不懂得活著的理由？為什麼？

三、經過苦難是否能讓你成長？為什麼？

四、你的生命有意義嗎？你的生命意義與目的是什麼？

五、您關心如何過一個有意義的生活嗎？為什麼？

## 附錄四 「生命意義感」訪談大綱

一、您的生命成就是如何完成的？

二、您對生命的看法為何？

三、您對苦難的看法為何？

四、你的人生意義與目的是什麼？

五、您如何過一個有意義的生活？

## 附錄五 「生死教育」課程總回饋表

本回饋表的主要目的是希望依據你上完二十個單元後的感想和回顧，作為本課程的參考，以利日後的教學及研究。你的意見極為寶貴，請據實認其填寫。謝謝你。

一、對於下列的描述，分別圈選出你的滿意程度。

	非 常 滿 意	很 滿 意	滿 意	不 滿 意	非 常 不 滿 意
1、對於此整個課程，你的滿意程度為	5	4	3	2	1
2、對此課程的內容，你的了解程度為	5	4	3	2	1
3、對此課程上課方式，你的滿意程度為	5	4	3	2	1

二、此課程對你影響較大的三個單元是\_\_\_\_\_、\_\_\_\_\_和\_\_\_\_\_。

1. 生死學的緣起與發展 2. 生死教育相關名詞的認識 3. 死亡的真相 4. 生死觀 5. 生死教育資源介紹 6. 如何談生死教育 7. 死亡及瀕死的面對 8. 失落與悲傷的調整 9. 安寧療護 10. 預立遺囑 11. 喪禮的安排 12. 生命的歷程 13. 生命的互動 14. 生命價值生命意義的追尋 15. 生命的禮讚 16. 認識自殺 17. 認識墮胎 18. 死刑存廢的探討 19. 安樂死 20. 器官捐贈

三、此課程是否會使你感到恐懼和害怕?如果會的話，請進一步說明是在哪一單元的什麼活動下? 是 ( ) 否

四、上完生死教育課程，你對技職院校階段實施生死教育的態度是 贊成 不贊成

請寫出贊成或不贊成的理由：

五、如果有機會，你是否願意再上此種課程？ 是 否

請寫出理由：

六、你是否想要獲得更多有關生死的資訊？ 是 否

如果是，是那些？(如書籍、錄影帶、網路 )

請填寫

七、你最喜歡下面哪三種教學方式，請寫出其編號 \_\_\_\_\_、 \_\_\_\_\_和 \_\_\_\_\_。

- |         |        |        |        |         |
|---------|--------|--------|--------|---------|
| 1、講述法   | 2、分組報告 | 3、小組討論 | 4、角色扮演 | 5、影片欣賞  |
| 6、投影片教學 | 7、帶動唱  | 8、繪畫   | 9、說故事  | 10、體驗活動 |

八、對於此課程，你最大的收獲有那些？

九、請你寫出授課教師具有哪些特質？

十、生死教育四大主題的課程規劃能展現其教學目標？ 是 否

十一、其他的建議

## 附錄六 「生死教育課程」教學活動設計

### 目次

教學活動設計表一	生死學的緣起與發展-----	187
教學活動設計表二	生死教育相關名詞的認識-----	188
教學活動設計表三	死亡的真相-----	189
教學活動設計表四	生死觀-----	190
教學活動設計表五	生死教育資源之介紹-----	191
教學活動設計表六	如何談生死教育-----	192
教學活動設計表七	死亡及瀕死的面對-----	193
教學活動設計表八	失落與悲傷的調整-----	194
教學活動設計表九	安寧照顧-----	195
教學活動設計表十	預立遺囑-----	196
教學活動設計表十一	喪禮的安排-----	197
教學活動設計表十二	生命的歷程-----	198
教學活動設計表十三	生命的互動-----	199
教學活動設計表十四	生命的價值生命意義的追尋-----	200
教學活動設計表十五	生命的禮讚-----	201
教學活動設計表十六	認識自殺-----	202
教學活動設計表十七	尊重生命-認識墮胎-----	203
教學活動設計表十八	死刑存廢的探討-----	204
教學活動設計表十九	安樂死-----	205
教學活動設計表二十	器官捐贈-----	206

教學活動設計表：一

單元名稱	生死學的緣起與發展	單元時間	90 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生死教育	
單元目標	1.能瞭解死亡學 (Thanatology) 的濫觴 2.能瞭解死亡教育 (Death Education) 的緣起 3.能瞭解生命教育的推動 4.能瞭解生死學 (Life-and-Death Studies) 的興起 5.能瞭解生死學的範疇 6.能瞭解生死教育的重要性			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1.引言	1-1 教師介紹本學期課程進度、參考書目及分組 (愛的生命共同體)	欣賞教學	錄音帶	20 分鐘
2.引起動機	2-1 帶動唱「朋友」 闡述生命中的朋友是緣份、是一輩子的，帶入生死教育領域。 2-2 問學生生死可知乎？			
3.死亡學的濫觴	3-1 說明「死亡學」是二次戰後美國的一門新興學科	講述法	投影片	10 分鐘
4.死亡教育的起緣	4-1 說明美國與台灣死亡教育的緣起與發展	講述法	投影片	10 分鐘
5.生命教育的推動	5-1 說明美國與台灣生命教育推動的差異 (以 86 年台中某高中生跳樓自殺及 87 年清大研究生以王水殺人毀屍案為例)	講述法	投影片	10 分鐘
6.生死教育的興起	6-1 以 87 年高雄市五福國中老師監考時昏倒送醫不治為例說明生死學的興起	講述法	投影片	10 分鐘
7.生死學的範疇	7-1 從生老病死各項課題來說明生死學的範疇	講述法	投影片	10 分鐘
8.生死教育的重要性	8-1 以討論的方式引導學生體認生死教育的重要	討論法		10 分鐘
9.結論				10 分鐘

教學活動設計表：二

單元名稱	生死教育相關名詞的認識	單元時間	45 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生命教育	
單元目標	1. 能瞭解生命教育與死亡教育的差異 2. 能瞭解生死教育與死亡教育之異同 3. 能瞭解臨終關懷			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1. 引起動機	1-1 請同學思考生命教育、死亡教育、生死教育、臨終教育有何區別	討論法		10 分鐘
2. 生命教育與死亡教育的差異	2-1 說明生命教育的定義 2-2 說明生命教育的目標與內涵 2-3 說明死亡教育的定義 2-4 能瞭解死亡教育的目標與內涵	講述法	投影片	10 分鐘
3. 生死教育與死亡教育之異同	3-1 能瞭解生死教育的定義 3-2 能瞭解生死教育與死亡教育融通之處	講述法	投影片	10 分鐘
4. 臨終關懷	4-1 能瞭解臨終關懷的定義 4-2 能瞭解臨終病人的權益 4-3 能瞭解臨終關懷的照顧模式	講述法	投影片	10 分鐘
5. 結論				5 分鐘

教學活動設計表：三

單元名稱	死亡的真相	單元時間	45 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生死教育	
單元目標	1. 瞭解死亡的定義 2. 能明白死亡的原因 3. 能了解目前台灣十大死亡原因、死亡率及平均壽命 4. 能認清死亡的本質 5. 思考死亡之必要，那是關懷與愛的力量來源			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1. 引起動機	1-1 以國內 921 大地震孫氏兄弟被活埋 130 小時後獲救及國外 911 恐怖事件引入死亡的探討	講述法		5 分鐘
2. 死亡的定義	2-1 小組討論死亡的定義並分享死亡經驗（以角色互換的方式分享）	討論法 分享法		20 分鐘
3. 死亡原因、死亡率及平均壽命	4-1 講述台灣 90 年度十大死亡原因死亡率及平均的壽命	講述法	投影片	5 分鐘
4. 死亡的本質	5-1 老師說明生命過程、循環及人類老化的現象	講述法	投影片	5 分鐘
5. 死亡之必要	6-1 說明禁忌談死亡的缺點	講述法	投影片	5 分鐘
6. 結論	7-1 帶動唱「愛」這首歌做為結束，因愛而無懼	欣賞教學	錄音帶	5 分鐘

參考資料：

1. 張淑美（2001）。中學「生命教育」手冊，P106、P142。心理出版社。
2. 高雄市教育局（1998）。生死教育手冊。
3. 陸娟（2002）。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討。南華大學生生死學研究所碩士論文。
4. 行政院衛生署統計資料。

教學活動設計表：四

單元名稱	生死觀	單元時間	90 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生命教育	
單元目標	1. 瞭解中國文化及各宗教的生死觀念 2. 建立自己的生死觀			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1. 引起動機	1-1 請學生蒐集喪禮有關的社會新聞（於前一週交待） 1-2 觀賞西藏度亡經影帶	觀賞法	錄影帶	45 分鐘 （剪輯重點播放）
2. 中國文化及各宗教的生死觀念	2-1 從儒家、道家、佛教、道教、基督教來談其生死觀	講述法	投影片	20 分鐘
3. 自己的生死觀	3-1 小組討論分享建立生死觀	討論法		15 分鐘
4. 填寫心得寫作單	4-1 「生死觀」心得寫作	作業/自我教學法		
5. 結論	5-1 帶動唱「訂作一個天堂」並結論	欣賞教學	錄音帶	10 分鐘

參考資料：

1. 高雄市教育局（1998）。生死教育手冊。
2. 陸娟（2002）。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討。南華大學生生死學研究所碩士論文。

教學活動設計表：五

單元名稱	生死教育資源之介紹	單元時間	45 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生命教育	
單元目標	1.瞭解生死教育的人力資源 2.瞭解生死教育的教學資源 3.讓學生多元運用生死教育資源引發學習動機進而深入研究			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1.引起動機	1-1 課前請學生蒐集有關生死教育之資源	蒐集法		
2.生死教育的人力資源	2-1 教師介紹開授生命教育相關課程之學校及教師 2-2 介紹政府機關與網路資源	講述法	投影片	20 分鐘
3.生死教育的教學資源	3-1 介紹視聽媒體 3-2 介紹圖書	講述法	投影片	20 分鐘
4.多元運用生死教育資源	4-1 請學生匯整生死教育資源	作業		
5.結論				5 分鐘

參考資料：

- 1.教育部委辦專案計劃（2002）。生命教育人力資源與教學資源目錄。國立彰化師範大學圖書館。

教學活動設計表：六

單元名稱	如何談生死教育	單元時間	45 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生命教育	
單元目標	1. 瞭解談生死教育宜視其認知狀況及心理社會發展狀況來談 2. 讓學生不避談生死問題 3. 讓學生能教導他身邊的人生死問題 4. 了解若沒建立正確生死態度則影響身心發展			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1. 引起動機	1-1 思考並親身體驗如何談生命的失落體驗活動（以眼睛失明為例）	體驗法	眼罩	10 分鐘
2. 談生死教育宜視其認知狀況及心理社會發展狀況來談	2-1 從皮亞傑的認知發展論及艾瑞克森的心理發展論談之	講述法	投影片	10 分鐘
3. 如何不避談生死問題	3-1 學生分小組討論小學、中學、大學各種不同年齡層應如何談生死	討論法		10 分鐘
4. 教導身邊的人生死問題	4-1 學生小組討論	討論法		10 分鐘
5. 結論	5-1 若沒建立正確生死態度則影響身心發展 5-2 教唱快樂的天堂	講述法 教唱法	錄音帶	5 分鐘

參考資料：

- 1、謝昌任（2000）從高中職“生命教育”體驗活動實施經驗看國小“生命教育”體驗活動實施之出探---以兩個教案為例。台灣地區國小生生死教育教學研討會，國立彰化師範大學通識教育中心，共同學科。

教學活動設計表：七

單元名稱	死亡及瀕死的面對	單元時間	90 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生命教育	
單元目標	1. 了解死亡態度 2. 澄清自己面對死亡及瀕死情緒反應 3. 了解面對親人死亡可能產生的情緒反應 4. 透過小組討論學習面對悲傷與失落 5. 體驗人生有限與脆弱			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1. 引起動機	1-1 觀賞生死一瞬間 1-2 討論生死一瞬間劇情 1. 女主角在獲知自得癌症時，其心路歷程如何轉變？ 2. 親友是如何協助女主角？ 3. 思考自己和家人（尤其是最親近的人）的相處關係。	觀賞法	錄影帶	50 分鐘 ( 剪輯重點播放 )
2. 死亡態度	2-1 以 Kubler-Ross 將死亡態度分成五階段來談	講述法	投影片	5 分鐘
3. 澄清自己面對死亡及瀕死情緒反應	3-1 引導學生檢視自己對死亡及瀕死的情緒反應	討論法		5 分鐘
4. 面對親人死亡可能產生的情緒反應	4-1 引導學生接受親人的死亡	討論法		5 分鐘
5. 學習面對悲傷與失落	5-1 透過討論的方式讓學生走出悲傷	討論法		10 分鐘
6. 體驗人生有限與脆弱	6-1 透過想像自己或家人、朋友將逝去的情景體驗人生有限與脆弱	想像法		10 分鐘
7. 結論				5 分鐘

參考資料：

1. 張淑美 (2001)。中學「生命教育」手冊，P199。心理出版社。
2. 高雄市教育局 (1998)。生死教育手冊。
3. 陸娟 (2002)。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討。南華大學生生死學研究所碩士論文。

教學活動設計表：八

單元名稱	失落與悲傷的調整		單元時間	90 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級		教學科目	生命教育	
單元目標	1.引導學生回顧自己的失落經驗 2.引導學生面對自己的失落與悲傷 3.如何協助親人與朋友度過悲傷與失落				
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間	
1.引起動機	1-1 用口畫自己的出生、結婚及死亡	操作法	水彩	20 分鐘	
	1-2 以折鐵絲的方式幫助學生回顧		鐵絲	5 分鐘	
2.面對自己的失落與悲傷	2-1 請同學以組別就用口劃自己的出生、結婚及死亡分享心得 2-2 請同學以組別就所折鐵絲的狀況分享曾經經歷失落的生命歷程	分享法		20 分鐘	
3.影響悲傷反應因素	3-1 說明影響悲傷的因素	講述法	投影片	5 分鐘	
4.失落事件對個人告成的衝擊	4-1 從心理上、社會層面、人生觀或價值觀方面說明對個人造成的衝擊	講述法		5 分鐘	
5.澄清一般人對悲傷誤解	5-1 引導小組討論對悲傷的看法，建立正確的觀念	討論法		5 分鐘	
6.悲傷的任務	6-1 引導小組討論悲傷的任務，了解悲傷歷程是治療的過程	討論法		5 分鐘	
7.協助渡過悲傷	7-1 請同學找一個最願意談的人彼此分享自己的失落與悲傷	分享法		20 分鐘	
8.填寫心得寫作單	8-1 指定作業	作業			
9.結論	帶動唱「訂作一個天堂」並作結論	欣賞法	錄音帶	5 分鐘	

教學活動設計表：九

單元名稱	安寧療護	單元時間	90 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生命教育	
單元目標	1. 讓學生瞭解安寧療護的發展 2. 瞭解安寧療護的根本理念及服務方式 3. 了解如何實施安寧療護 4. 學習尊重生命尊嚴			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1. 引起動機	1-1 提問什麼是安寧療護	討論法		6 分鐘
2. 安寧療護的發展	2-1 觀賞生命樂章第一、二章錄影帶，了解安寧療護的概況	觀賞法	錄影帶	50 分鐘
3. 安寧療護的根本理念及服務方式	3-1 就觀賞內容小組討論並補充說明安寧療護的四全照顧	講述法 討論法	投影片	10 分鐘
4. 如何實施安寧療護	4-1 請學生共同討論歸納應如何實施安寧療護	討論法		20 分鐘
5. 心得報告	5-1 設計一份安寧療護廣告	作業		
6. 結論	6-1 尊重生命尊嚴	講述法		4 分鐘

參考資料：

1. 陸娟 (2002)。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討。南華大學生生死學研究所碩士論文。

教學活動設計表：十

單元名稱	預立遺囑	單元時間	45 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生死教育	
單元目標	1.明白死亡是不可預估的 2.瞭解一份遺囑內容應包括那些？及其重要性 3.學習為死亡做準備 4.反省自己的死亡觀			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1.引起動機	1-1 以國內 921 地震、華航空難事件、國外 911 恐怖事件說明之。如果你是其中一位，對生者你會想跟他們說什麼？	講述法 分享法		5 分鐘
2.遺囑內容及其重要性	2-1 以趙可式博士預立遺囑的範本為例，讓同學討論歸納出遺囑內容及其重要性	講述法	投影片	10 分鐘
3.學習為死亡做準備	3-1 撰寫生前預囑	體驗法		20 分鐘
4.反省自己的死亡觀	4-1 分享及討論	討論法		5 分鐘
5.結論				5 分鐘

參考資料：

- 1.陸娟（2002）。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討。南華大學生生死學研究所碩士論文。

教學活動設計表：十一

單元名稱	喪禮的安排	單元時間	45 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生死教育	
單元目標	1.瞭解各宗教喪禮的狀況 2.瞭解古代喪葬禮儀 3.瞭解喪葬禮儀的功能 4.瞭解死亡禁忌 5.澄清生前的契約 6.能為自己規劃一適當的葬禮			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1.引起動機	1-1 請學生蒐集喪禮有關的社會新聞（於前一週交待）	分享法		
2.各宗教喪禮的狀況	2-1 觀賞蓮花心安寧路並以小組討論分享的方式深入瞭解各宗教喪禮	討論法		20 分鐘
3.古代喪葬禮儀	3-1 教師說明古代喪葬禮儀	講述法	投影片	10 分鐘
4.喪葬禮儀的功能	4-1 以小組討論分享方式瞭解其功能，並以美國總統甘乃迪喪禮為例說明	討論法 講述法		5 分鐘
5.死亡禁忌	5-1 教師說明死亡禁忌	講述法	投影片	5 分鐘
6.生前的契約	6-1 讓學生討論分享並加以補充歸納	討論法		5 分鐘
7.規劃自己的葬禮	7-1 請學生依照下列規劃的重點研擬出「葬禮規劃書」或者創意葬禮 1.死者的姓名、年齡、死亡日期、死亡原因 2.喪禮的方式 3.參加的人員 4.安葬的地點 5.遺體的處理 6.花費的金額	作業		
8.結論				10 分鐘

參考資料：

2. 高雄市教育局（1998）。生死教育手冊。
3. 陸娟（2002）。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討。南華大學生生死學研究所碩士論文。

教學活動設計表：十二

單元名稱	生命的歷程		單元時間	45 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級		教學科目	生命教育	
單元目標	1.能理解生命是從出生到死亡的過程 2.能瞭解每一種生物都有生命的循環 3.能瞭解每個階段的生命禮儀 4.能了解什麼是「人生」體認每一道關卡都是成長的動力				
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間	
1.引起動機	1-1 請學生先觀賞人生四季之歌、小宇宙影帶	觀賞法	錄影帶	20 分鐘	
2.生命的探討	2-1 從影帶中思考個人對生命的看法	討論法		5 分鐘	
3.生命歷程與探討	3-1 請學生討論生命重要階段有哪些	討論法		5 分鐘	
4.傳統生命禮儀的探討	4-1 請學生分別討論抓週、成年禮、婚禮、葬禮應如何實施 4-2 老師補充各種禮俗的過程及意義	討論法 講述法		10 分鐘	
5.生命之圓	5-1 請學生寫一份生命歷程的回顧的心得報告	作業			
6.結論	6-1 了解什麼是「人生」體認每一道關卡都是成長的動力			5 分鐘	

參考資料：

- 1.張淑美(2001)。中學「生命教育」手冊。心理出版社。
- 2.陸娟(2002)。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討。南華大學生生死學研究所碩士論文。

教學活動設計表：十三

單元名稱	生命的互動		單元時間	45 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級		教學科目	生命教育	
單元目標	1.讓學生了解人活在關係中重視人與萬物的關係 2.讓學生了解人類存在的幾種基本關係 3.建立和諧關係 4.能愛己愛人				
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間	
1.引起動機	1-1 觀賞魯賓遜漂流記	觀賞法	錄影帶	20 分鐘 ( 剪輯重點播放 )	
2.人活在關係中	2-1 請同學討論魯賓遜漂流記的生命互動狀況	討論法		5 分鐘	
3.人類存在的幾種基本關係	3-1 說明我們與家庭、社會、國家、世界宇宙的關係	講述法	投影片	5 分鐘	
4.建立和諧關係	4-1 以小組合作推汽球的活動培養和諧關係的建立	體認法		5 分鐘	
5.能愛己愛人	5-1 導讀三篇詩作 5-2 帶動唱牽阮的手	欣賞法 帶動唱	錄音帶	10 分鐘	
6.結論					

參考資料：

- 1.張淑美 (2001)。中學「生命教育」手冊。心理出版社。
- 2.台中市曉明女子高級中學生命教育中心：人活在關係中。

附錄：七

- 1.三篇詩作：一枚銅幣、荊人遺弓、如果我能讓一顆心免於破碎。  
取自 黃天中 (1992)。死亡教育概論 11。台北：業強出版社。

教學活動設計表：十四

單元名稱	生命價值、生命意義的追尋	單元時間	180 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生命教育	
單元目標	1. 瞭解人類存在的本質 2. 瞭解 Frankl 意義治療法的哲學基礎 3. 瞭解如何擺脫存在的空虛獲得生命意義 4. 明白自己的生命價值與意義			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1. 引起動機	1-1 觀賞生之慾影片	觀賞法	錄影帶	120 分鐘
2. 人類存在的本質	2-1 簡要說明存在主義 2-2 說明人類存在的特徵	講述法	投影片	10 分鐘
3. Frankl 意義治療法的哲學基礎	3-1 說明 Frankl 提出意義治療學之因 3-2 說明意義治療學的三個層面	講述法	投影片	10 分鐘
4. 如何擺脫存在的空虛獲得生命意義	4-1 從傳朗克提出的三種價值來說明進而以悲劇性的樂天觀來了解自己的生命意義	講述法	投影片	10 分鐘
5. 明白自己的生命價值與意義	5-1 小組討論影片男主角獲知得癌症後渴望尋獲生存意義的心路歷程 5-2 以小組分享討論，探討自己生命意義	討論法		20 分鐘
6. 心得報告	6-1 對生命意義的體認	作業		
7. 結論				10 分鐘

教學活動設計表：十五

單元名稱	生命的禮讚-蓮娜瑪莉亞的生命歷程及俊翰的故事之分享	單元時間	90 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生命教育	
單元目標	1.學習透過「愛」來對待生命 2.認識生命，進而欣賞生命的豐富與可貴 3.建立樂觀的人生觀 4.發揮自己的潛能			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1.引起動機	1-1 播放蓮娜瑪莉亞的影片	觀賞法	DVD	50 分鐘
2.觀賞蓮娜瑪莉亞影片後的啟示	2-1 蓮娜瑪莉亞的生命態度為何？ 2-2 沒有雙手卻能活得如此自在，給我們什麼樣的啟示？ 2-3 主角的父母如何看待此事？ 2-4 如果故事發生在台灣，會是如何？ 2-5 在故事中你是否學會愛人與愛自己 2-6 宗教信仰在這個故事中所扮演的角色為何？	討論法		20 分鐘
3.觀賞俊翰的故事	3-1.說明俊翰的故事，無懼的面對自己的病痛 3-2.請學生分享俊翰的故事的心得 1.創造生命的意義與價值 2.引導學生了解愛的極至表現			15 分鐘
4.心得寫作	反省過去策勵未來	作業/自我教學法		
結論				5 分鐘

參考資料：

- 1.張淑美(2001)。中學「生命教育」手冊。心理出版社。
- 2.陸娟(2002)。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討。南華大學生生死學研究所碩士論文。

教學活動設計表：十六

單元名稱	認識自殺	單元時間	90 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生命教育	
單元目標	1.讓學生瞭解自殺的意涵 2.讓學生瞭解自殺的種類 3.瞭解美國心理健康國際協會將自殺依程序不同分三級 4.讓學生瞭解自殺的原因 5.澄清對自殺的誤解與迷失 6.認識自殺的警告訊號及危險程度評估 7.教導學生如何預防自殺 8.如何處理自殺事件			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1.引起動機 分組辯論	1- 1 導讀袁瓊瓊的看不見 1-2 以辯論的方式了解自殺，分讚成自殺即不讚成自殺兩方	講述法 辯論法		20 分鐘
2.自殺的意涵	2-1 從社會學家 Durkheim 及心理學家 Shneidman 的理論來說明	講述法	投影片	5 分鐘
3.自殺的種類	3-1 以社會學家 Durkheim 的社會理論說明利己型自殺、利他型自殺、脫序型自殺及宿命型自殺	講述法	投影片	10 分鐘
4.自殺的層級	4-1 說明美國心理健康國際協會將自殺依程序不同分三級如下：自殺意念、自殺企圖及完成自殺	講述法	投影片	5 分鐘
5.自殺的原因	5-1 以討論的方式讓學生了解自殺的成因	討論法		5 分鐘
6.對自殺的誤解與迷失	6-1 以林維箴自殺事件討論 1.自殺真能解決問題嗎？ 2.對家人、老師及同學所造成的傷痛為何？ 3.自殺行為是該被譴責或被接受	討論法		10 分鐘
7.自殺的警告訊號及危險程度評估	7-1 討論歸納自殺的警訊及危險程度的評估	討論法		10 分鐘
8.如何預防自殺	8-1 討論歸納如何預防自殺	討論法		10 分鐘
9.如何處理自殺事件	9-1 討論下列題綱 1.自己面對兩難事件時的處理方式 2.如何協助自己或他人走出困境 3.思考自殺者的暗示有那些？	討論法		10 分鐘
10.心得報告	10-1 苦難中論自殺觀點	作業		
11.結論				5 分鐘

1.陸娟（2002）。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討。南華大學生生命教育研究所碩士論文。

附錄：七

1、看不見：袁瓊瓊。爾雅出版社 1988 . 2 . 5 初版。

教學活動設計表：十七

單元名稱	尊重生命 - 認識墮胎	單元時間	90 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生命教育	
單元目標	1.了解「墮胎」的過程 2.教導學生尊重生命了解「墮胎」並非解決問題的唯一方法 3.了解墮胎後對身體的傷害 4.了解生命的喜悅 5.認識男女交往應有的正確態度			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1.引起動機	1-1 教師問學生意見：「九月真的是墮胎潮嗎？」 1-2 簡要介紹影片要點	討論法		5 分鐘
2.認識墮胎	2- 1 欣賞「無聲的吶喊」、「新生命的誕生影片」 2-2 教師發給學生心得寫作單，並請學生完成收回，於下節討論與發表	觀賞法 寫作	錄影帶	60 分鐘
3.尊重生命	3-1 師生就下列角度探討問題： 1.從影片中，當外科醫生利用器具想拿掉嬰兒，嬰兒不由自主的逃離，此景留給你的心得為何？ 2.當手術後，一團團血肉模糊的嬰兒屍體放在桌上，你的心情如何？ 3.小嬰兒也是一個生命，你認為父母有權決定你的生死嗎？ 4.從青少年角度談男女性關係、面對「懷孕」的態度反應與處理方式（舉一未婚生子的實例） 5.從生理、社會、法律、道德各方面討論「墮胎」問題。 6.討論生命的喜悅	討論法		20 分鐘
4.結論	4-1 教師總結 4-2 填寫學習回饋單	講述法 寫作		5 分鐘

參考資料：

- 1.陸娟（2002）。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討。南華大學生生死學研究所碩士論文。
- 2.「無聲的吶喊」：天主教台北總教區教理推廣組發行。
- 3.張淑美（2001）。中學「生命教育」手冊，168 頁。心理出版社。

教學活動設計表：十八

單元名稱	死刑存廢的探討	單元時間	90 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生命教育	
單元目標	1.引導學生關心社會問題 2.學習是非觀念，教導學生愛惜生命、尊重生命 3.從各種論點談死刑的存廢問題			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1.引起動機	1-1 請學生思考「白曉燕」案中主角討論陳進興執行死刑是罪有應得還是不尊重人權	討論法		5 分鐘
2.影片欣賞	2-1 觀賞越過死亡線	觀賞法	錄影帶	70 分鐘 ( 剪輯重點播放 )
3.影片評析並討論 死刑存廢問題	3-1 以越過死亡線影帶引導學生評析此影片的重點內容 3-2 從報應者、功利主義者、人權主義者的觀點進行辯論	討論法 講述法		10 分鐘
4.結論				5 分鐘

參考資料：

- 1.陸娟 (2002)。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討。南華大學生死學研究所碩士論文。

教學活動設計表：十九

單元名稱	安樂死	單元時間	45 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生命教育	
單元目標	1. 讓學生瞭解安樂死的定義與分類 2. 探討安樂死的爭議點 3. 澄清安樂死與安寧療護的不同			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1. 引起動機	1-1 教師簡述植物人王曉民的故事 引出安樂死的問題	講述法		5 分鐘
2. 安樂死的定義	2-1 舉例美國、荷蘭、澳洲等國家對 安樂死的定義	講述法	投影片	5 分鐘
3 安樂死的分類	3-1 安樂死分為自願（主動要求）及 不自願（死刑犯）、非自願（沒有 表明是否願意者）	講述法	投影片	10 分鐘
4. 分組辯論	4-1 請學生辯論如果身患絕症即將 臨終，是否贊成安樂死（包括對家 人及自己）	辯論法		15 分鐘
5. 澄清安樂死與安 寧療護的不同	5-1 教師說明安樂死與安寧療護的 不同	講述法		5 分鐘
6. 心得寫作	論安樂死	作業/自 我學習法		
7. 結論				5 分鐘

參考資料：

1. 陸娟（2002）。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討。南華大學生生死學研究所碩士論文。

教學活動設計表：二十

單元名稱	器官捐贈	單元時間	45 分鐘	
教學對象	技職校院四技三年級	教學科目	生命教育	
單元目標	1. 器官捐贈的觀念、意義及價值 2. 瞭解器官捐贈的相關法令 3. 說明腦死的定義與器官捐贈的密切關係			
活動名稱	教學過程與內容	教法	教具	時間
1. 引起動機	1-1 故事分享：一位器官捐贈者家屬（林和足）的心路歷程	分享法		5 分鐘
2. 器官捐贈的觀念、意義及價值	2-1 探討器官捐贈的意義及價值 2-2 探討國內（台灣地區）捐贈器官的比率只有人口數的百萬分之五，原因為何？ 2-3 介紹中華民國器官捐贈協會 2-4 探討台灣地區器官移植的現況 2-5 思考自己是否願意捐贈器官	討論法 講述法		15 分鐘
3. 器官捐贈的相關法令及問題	3-1 何謂腦死？ 3-2 器官捐贈流程 3-3 器官移植相關條例： 1. 人體器官移植條例 2. 人體器官移植施行細則 3. 捐贈器官同意書 4. 地方法院檢察署檢察官同意書 3-4 捐贈器官的相關問題	講述法	投影片	15 分鐘
4. 結論	1. 帶動唱「感恩的心」 1-2 作結論	帶動唱	錄音帶	10 分鐘

參考資料：

1. 陸娟（2002）。生死教育對綜合高中學生生命意義感教學成效之探討。南華大學生生死學研究所碩士論文。

附錄：七

1. 給至愛的一封信。捐贈者家屬 林和足。取自網路資料 2002.7.31。

## 附錄七 生死教育課程導讀文章

### 目次

一枚銅幣-----	208
如果我能讓一顆心免於破碎-----	208
荊人遺弓-----	208
看不見-----	209
給至愛的一封信-----	211
一位捐贈者家屬的心路歷-----	213

## 一枚銅幣

我曾經緊緊握著一枚銅幣在掌心 那是燒餅老頭子找給我的一枚銅幣  
側向的浮刻已經模糊 依稀我嗅到一股臭氣  
一半是汗臭，一半是所謂銅臭 上面還蕩著一層惱人的油膩  
我不自覺的攤開了掌心 一轉眼銅幣正落在我的掌上  
沒料到那竟會是那樣的燙手 透過手掌有一股熱流  
沸沸然湧進了我的心臟 我不知道剛才是哪個小學生用他來買車票  
哪個情人用它來卜卦 哪個工人用污黑的手指用它來換油條  
只知道那銅幣此刻是我的 下刻將隨一個陌生人離去  
我緊緊握住它 汗、油和一切像正在和全世界的人握手

節錄自余光中詩集（在冷戰的年代）』

詩人透過一枚銅幣，描寫出人與人之間的接觸，常常是在無形當中進行著，而人與人之間的聯結，只要有心有情，自然能產生一股力量。透過銅幣所產生的關係雖然是那麼世俗，但詩人敏感的心，賦予了銅幣深層的情意，讓握著銅幣的手，彷彿在跟全世界的人握手一般。

### 如果我能讓一顆心免於破碎

如果我能讓一顆心免於破碎，我活著便不是徒然；如果我能為悲傷者帶來安慰，或者讓一個疼痛和緩，或者幫助一隻昏厥的知更鳥回到牠自己的巢，我活著便不是徒然。

艾蜜莉·狄瑾蓀(Emily Dickinson)

（翻譯取材自「美德書」）

### 荊人遺弓

荊人有遺弓者，而不肯索，曰：「荊人遺之，荊人得之，又何索焉。」孔子聞之，曰：「去其『荊』而可矣！」老聃聞之，曰：「去其『人』而可矣！」

（取材自「呂氏春秋·貴公篇」）

（翻譯）

楚國有一個人丟掉了一把弓，卻不願去找，他說：「我是楚國人，丟了一把弓，被楚國人撿去，又何必去找呢？」孔子聽到了這事說：「如果不在乎是不是楚國人撿去就好了。」老子聽到了孔子的評論說：「如果不在乎是不是人撿去就更好了。」

天下為公，人與人、人與物、人與自然所享用的都是同一個天下，如果彼此能以共享的心態來相處，而不是霸佔資源，吝於分享，那麼許多關係必定會更和諧美好。

取自黃天中（1992）。死亡教育概論11。台北：業強出版社。

1. 尚勤進門的時候渾身水淋淋的，他一路滴水，到廚房去找媽媽，媽媽不在。他到浴室去沖身子，他剛游泳回來。
2. 在浴室鏡子看到自己的臉，雀斑全都浮出來，頭髮像水草一樣濕漉漉，堆在頭上。他的臉色蒼白，嘴唇發紫。他看著自己，奇異地感到那是一個溺死的臉。皮膚呈灰白色，帶青藍，也並不是生理原因，完全是心理的，給嚇成這樣的。
3. 他剛才在泳池裡險些溺死。
4. 他才學會游泳，今天頭一次試著去深水區游。前兩次游得很好，他在水面上用自由式拍打。那是下午六點鐘左右，天光很亮，可是陽光不強。游泳池裡面人很多，他左邊正有個男孩在教他女朋友游泳，右邊有個年輕人用仰式沿著池壁游過來又游過去。三個救生員坐在高台上，泳池邊有人坐著講話。淺水區人擠滿了，多數是家庭，父母帶著小孩子。深水區的人大部份是單槍匹馬的，像他這樣。
5. 他扶著池壁上凹槽的邊，池水的浮力很強，輕輕的托著他。他覺得很舒適，而且成功兩次，也讓他加強了自信。他在水裡踢踢腳，吸了口氣，頭潛了下去。之後開始拍打。
6. 情況之發生，他現在完全思索不起來了，為什麼會變這樣，他完全不知道。尚勤只覺得，突然地他不能呼吸，他浮不上去，也蹬不到底，四面全是水，水像牆壁似地封住了他，四面八方。這個柔軟流動的牆壁，手拍擊著，腳踢動著，穿過去了，但是前面還有。他踢動著，全是水，湧進鼻中口中來，他喝了好多口。
7. 尚勤睜著眼，水中透明而帶點藍，方向分辨不出，他直直地伸著手，往上抓，感覺冒上水面的時候就喊：救命，可是聲音出不來，帶著泡沫跟尚勤一起沉下去了。
8. 就這樣死了嗎？尚勤想，腦子奇怪地非常清楚。他咕嘟咕嘟又喝了兩口水，有不置信的感覺。他記得那仰泳的人、救生員、帶著女朋友的男孩子，跟他這樣近，居然看不見嗎？尚勤在水裡漂著，眼睜睜地，水成波紋狀在眼前飄動，有點類似輕紗。就這樣死了嗎？他只覺得很奇怪，非常奇怪。他在往下墜，又在喝水，具說溺死只要幾分鐘就夠了。他忽然後悔沒戴潛水錶，可是戴了又怎麼樣，給自己計時？
9. 他慢慢地沉到池底。
10. 觸到池底的實體，他游泳的本能又恢復了，尚勤賣力的雙腳一蹬，他飄了上去，像飛一樣，他破出水面，呼吸到乾燥的空氣，他活了。
11. 尚勤看著浴室裡自己的臉，剛才要溺死的時候不怕，根本沒想到怕，現在卻覺得寒倏倏地，他差一點，那麼簡單就死了。
12. 他聽到門開啟的聲音，一定是媽媽回來。門開了，又碰地關上，接著是他母親峻厲的聲音：「尚勤，又是你！」
13. 她腳步聲蹬蹬地到了浴室門口：「尚勤，你懂不懂事，滴得滿屋子水。」她聲音很大，依她向來的風格，她立刻就會把門撞開，指著他罵。要不是他已經十七歲了，十七歲的兒子在浴室裡。四五年前她還滿不在乎的，隨時會把浴室門推開，可是畢竟尚勤現在十七歲了。
- 14 尚勤喊：「媽。」他心裡充滿死裡逃生的驚悸和畏懼，他怕，真的，現在他很怕，他

覺得怕得要命。

15. 從水裡浮起來的尚勤發現世界一如舊狀。救生員坐在高台上，池邊坐著人在講話他左邊的男孩摟著他女朋友，不懂在教她什麼，女孩輕聲發笑。右邊的仰泳者仍然迂緩的、平和的游過來。太陽淡淡的，天色明亮，藍中帶白的水平滑地鋪設著，只讓經過的人撈起花邊似的波浪。
- 16 原來根本沒有人看到他。
- 17 . 那麼近，在每個人面前，可是沒有人看到。
18. 尚勤推開浴室的門：「媽。」
- 19 . 媽媽說：「你這麼大，除了會找麻煩，還會什麼？」她瞪視他，嫌惡的：「一臉鬼相。」
- 20 . 尚勤閃電似地，腦子裡通過一段記憶，他後來一直沒有學會腳踏車，因為學車的時候他摔下來，媽媽就不准他騎車了。
- 21 . 尚勤吞了吞口水，他知道把這件事說出來，他也許一輩子不能游泳了。
- 22 . 媽媽又罵一句：「不懂事。她碰地把浴室門關上。」
- 23 尚勤再度面對鏡子裡的自己。
- 24 . 他帶著心悸重又想起方才池中平靜祥和的畫面，父母規帶著兒女們在淺水區，溫暖的陽光，煦暖的風。尚勤在做他的生死掙扎，沒有人看見
25. 他不知道要怎麼樣才會被看見。
- 26 . 尚勤想起游泳的景象時，忽然覺得媽媽也跟那些人很像，媽媽也是看不見的，在她面前也未必能看見。
- 27 . 他不知道要怎麼樣才會被看見。
- 28 . 也許溺死。

(爾雅出版社 1988 . 2 . 5 初版)

如果我已無法挽留，你將與我永別，我將如何面對？沒有你我將怎麼過，也許堅強的心告訴我別再流淚，用你的身體遺愛整個世界，我感覺你仍就留在我的週圍，你的心靈日夜與我相隨，疼愛你的心，也不再傷悲，堅強的心，反而給了我一切，你的生命，永不幻滅

繁雄吾愛：

在你走後，也過了將近六年，六年裡我時時刻刻對你懷念民國 78 年 8 月 7 日，對我來說，是我終身難忘，想到那天我們一起出去，從此你再也沒有回過家門，想起來記憶猶新，難免心傷，但卻無法抹去我對你的懷念，六年來我已經能夠平靜的去回憶那天發生的種種不幸，也許是在你的保佑下，我與孩子都能過得平安快樂的日子，敬愛你的心，也就不再傷痛。

那天中午我們開車出去，途中車子突然蛇行，左右邊無法掌握方向，我發覺有異，你卻突然不能言語，腳也癱瘓，車子也無法繼續行駛，我在驚慌中，立刻送你就醫，心情極為雜亂，那天中午至隔天晚上，我守著加護病房，時間一分一秒的過去心情更為焦慮，盼你能夠沒事好了起來，那知病情危急，豈是我所預料，我在醫生的解說下看了斷層掃描，直到看完最後一張我已淚水如注，眼前一片模糊，腦血管的血，有如血崩沒多久已經蓋滿了整個腦部，也破壞整個腦神經，醫生告訴我，隨時都有生命危險，叫我要有心理準備，聽了我整個人幾乎無法喘息，也無法接受，我告訴我自己，不可能的，你會好了起來，我哀求醫生盡力搶救，我守了三天三夜無法入眠，也無法嚥食，祈求上天保佑奇蹟出現，直至 8 月 10 日清晨醫生帶我進去看你時已是最後一面，再也無法喚醒你，我與孩子跪臥你床前嚎啕大哭，淚水有如河堤，叫你的聲音也已沙啞嘶聲淚盡，柔腸寸斷，天旋地轉，哭喊無門，我茫然走至牆角找個依靠，這時有個尼姑來到我面前，叫我別傷心唸“阿彌陀佛”不能哭，讓他安心的離開，沒有牽掛，妳一哭他是走不開的啊！他會很痛苦的。

聽了之下，也點醒了我，我強忍淚水，我要勇敢面對殘酷的事實，忽然間我想到，也許在最後我還能為你再做些什麼？我突然想到把你遺愛人間，雖然你走

了，可以救許多人，讓許多人重生不也很好嗎？我帶著孩子來到你面前，我摸著你的臉龐，我告訴你我的決定，你是否也願意？我看到你愉悅安詳的面容，似乎對我點頭，有著那份默契，我問了孩子，孩子也同意我的決定，告訴我“媽別哭，這樣做是對的，爸爸很心善，他會高興的”頓時我與孩子淚水交加，四個孩子緊緊抱在一起，剎那間我感覺雖然失去了你，我們這一家會更團結。

隨著時光的流逝，也過了快六年，六年當中，思念之情時常湧現，想你在每個時刻，卻時時有著那份感覺，你在我身旁與我相隨，在日出日落、人來人往的車潮中不覺寂寞，工作也更加勤奮有勁，生活也就過得安定，快樂與滿足。

這六年來每到清明節，我都會捎把信給你，今年又快到了，除了鮮花、素果也一樣多了一封家書，我一樣告訴你家裡都很好，孩子都長大了，很上進，很孝順，我很健康，感謝老天的厚愛以及你的保佑，才会有今天安定的生活，比起其他不幸的人我要幸福許多，所以我發願要以自己親身體驗告訴所有傷痛的人，走出封閉的世界，把哀痛的心轉為堅強，去幫助更多的病患，失去了也許得到的會更多，所以今年我加入了器官捐贈協會，推動器官捐贈，也許我真做對了，而你的故事大概太感動也太偉大了吧！協會的陳主任在我陳訴過去的種種在見過幾次面之後，一直要我代表捐贈者的家屬向大家致詞，我想我沒有上台說過話，我會說得不太好，我再三考慮經陳主任一再的鼓勵，也就欣然答應。

今年3月12日，我在高雄中山大學隧道口，面對來賓及同學第一次說話，心裡很緊張，想到你偉大、博愛、廣受恩澤提起你的一切，我卻激動得淚灑會場，讓在場的來賓及同學也都感動得熱淚盈眶，使我感到這種淚有著你偉大、光榮的淚水，我也沾滿了你一生的榮耀。

最後我自己還是告訴大家，以你為榜樣，用你的生命來延續更多的生命，人生有句點，生命無終點，在往生的路上，去緣另一個圓吧！

望著天空飄過的白雲，我有著一份難得的成就感，我心多滿足。

雄，謝謝你。

深愛你的妻子 和足 敬上

取自網路 2002.7.31

當我知道我先生連成為植物人的機會都沒有時，我很痛，近乎麻木茫然，然而我只知道一件事，若要救人則必須盡快作決定……儘管事後好友不諒解的責難，但我告訴她，這是我先生與我小孩們全家人共同的意願。事後醫生告訴我，我先生救了六個人，所以我和小孩仍然認為爸爸沒有死，他的愛仍在人間，今天我們過得很踏實，很平靜也很和樂，器官捐贈是「將心比心」的決定，假設今天等待換腎的人是你自己最親的人，那妳又會怎麼想？難道認為捐出器官救你小孩的人的家屬是殘忍的嗎？我相信假使修善果才能進天堂，那我先生他現在一定很好……當我與小孩們在太平間見我先生最後一面時，我輕撫著他的面容，我突然發現他的面容竟是如此安詳與平靜，我相信，那一刻生死離別最終的悸動正告訴我，他安心地走了，我也堅強地告訴他，我會好好照顧小孩，擁著他的愛，去走未來的路，六個人因你而重生，在我心中你並沒有離我們而去，你仍然活著……

取自網路 2002.7.31

## 附錄八 生死教育「課程後」心得寫作

### 目次

我的生死觀一-----	215
我的生死觀二-----	217
我的預立遺囑一-----	219
我的預立遺囑二-----	221
我選擇的喪禮-----	223
火車人生-----	224

生命的起源與結束並非自我能主宰。生命的開始對於一個小嬰孩來說未必是開心的，相對的，死亡對於一個往生者來說也未必是一件悲傷的事。生、老、病、死是每個人必經的旅程，所以應該要體認這生命的歷程，學習去面對人生的每一個階段。

說真的，我從未想過如何去面對死亡，直到三年前母親得了癌症，醫生告訴她大概只有六個月的生命，她聽了很害怕、很傷心，因為她捨不得我們，希望看著我們成家立業。她辛勞地活了大半輩子，還沒開始享受她的人生，但生命卻不允許~。她曾經想過為甚麼會發生在她身上，為什麼上天要這樣對待她，然後她開始接受、自我心裡建設，學習如何去面對。她開始看一些面對死亡的書以及接觸一些關於宗教的東西，她很努力的改善自己的生活以及飲食。母親很勇敢，她用她的智慧、毅力小心的呵護著她的身體，終於戰勝病魔，控制住了癌細胞，現在她仍活著，或者還命不該絕吧！

在母親發病的那一年，陪著她做化療，看著她落髮，整個人變得好憔悴，每個見到她的人都會問她是不是生病了。是的，其實在母親做化療的期間其實是很痛苦的，心裡與身體一樣煎熬。她並不想生命就此結束，但又覺得自己很痛苦，覺得是我們的包袱，她不想活了。她的心情其實是很複雜、很矛盾的，除了她自己，沒有人能了解的。家人此時能做的就是關懷、愛與包容，很高興媽媽終於走過來了，我佩服她的勇敢，我以她為榮。

當然母親現在不能再繼續工作，但她可以開心的去做她喜歡的事，去她想去的地方。因為患難見真情，更讓她珍惜身邊的家人與朋友。對她而言剩下來的時間都是上天贈予她的，生命隨時會結束，她已做好了心裡準備，她認真地活著每一天，珍惜她的生命，或許這就是因禍得福吧！

生命要結束時，人們才會開始頓悟原來我還有許多未完成的事，開始覺得原來生命如此短暫，那是因為我們從來就沒有想過如何去面對這一天的到來，所以會有焦慮、不捨、害怕、擔心種種的心情。為了使生命不要留下遺憾，在有生之年就要認真的看待自己的生命，要好好把握每一個階段，並且珍惜身邊的每一個人，因為有他們，所以自己才有存在的價值。生命就是要活的有價值、有意義，才不枉此生。

離開自己熟悉的地方以及最愛的親人與朋友，害怕與不捨的心情是在所難免，但這是人生必經之路，我們仍然要勇敢的去面對，坦然的接受。

生死對一些人來說是兩極化的意義。

能想到的莫過於動與靜之間的差異。

從完整性的角度來看，生死涵蓋在生命的整個過程裡，

生命帶來喜悅，喜悅引導出更多的情緒表情；

死亡看似寧靜，寧靜沈澱出新的生命方向。

生死是生命過程不可缺席，也是讓生命更完整的兩個因素。

對於二十幾歲的我來說，生命的意義還未真正體認，更不用說對死亡的看法。

我的意思是 無法具體的勾勒出對死亡的輪廓。

不過藉由周遭的經驗，加強我對生死的一些看法。

在成長過程裡，曾經有兩次機會靠近死亡。

這些都不是親身經歷，但都是親眼目睹，印像深刻。

一次讓我感到生命的脆弱，一次讓我賦予死亡新的定義 世事無常。

很多事都發生在最不經意的時刻，

事情的發生，往往牽動著許多人的情緒甚至未來。

記得坐朋友的車發生車禍，朋友開車，對方是騎摩托車雙載，

那個時期還未強制機車騎士一定要帶安全帽。

車禍發生的很突然，老實說碰撞當時我並不感到事態的嚴重，

心想車子才綠燈要起步，且時速很慢，

剛才的撞擊應該是小擦撞，下車察看才發現機車騎士倒臥在血泊中。

和朋友到了醫院，對方家屬的焦躁不安讓我感到世事無常。

不經意或者不在乎的想法，往往釀成無法挽回的錯誤。

隔日得知噩耗，心裡情緒複雜，也在這中間體會生命靠著周圍親人的圍繞成長，

當生命消逝時，生命的結束不只是死亡，其中夾帶著更多親人的不捨與難過。

另一次對死亡有新的認知是在爺爺剛走的那一刻開始。

爺爺受日據時代的教育，

對人嚴以律己，對事一絲不苟。

小時候很難有親近他的機會，威權嚴肅的個性是主要原因。

爺爺罹患癌症，在病情一直未見起色時，

他老人家靠著宗教的力量來釋放身體的疼痛，同時在心靈上得到寄託。

爺爺走的那一個下午，兒女子孫跪繞身旁，跟著一起助念經文。

我打量爺爺的五官，細看他臉上歲月刻畫過的皺紋，

眼前躺著一具冰冷的身體，此時我並不感到害怕，

反而高興能這麼近距離的端詳著他，

我彷彿還在他的羽翼下受著他的保護，

我終於跨過時代的藩籬更了解他。

我希望我的生死觀簡單易懂，在複雜面的背後還可以有一目了然的時候。

生命旅程上讓我了解到在喜悅時要盡興、要分享、要懂得把握；

面對死亡的時候，自己、親人或是朋友，都要祝福、要懂得放下。

在“生命”之下，人是卑微的，

計畫跟不上變化；預料往往事與願違，

宿命的角度來看，生死決定權不在我們手上，

我們只是盡力使他們更具意義，

生命完整的更有價值。

我的生死觀 正朝向更簡單更輕鬆的道路邁進中！

## 一、前言

成長的每個階段，對於“死亡”的看法與感受也隨著年齡的增加有所改變。小時後看待死亡，只是很膚淺的覺得親人離開不會回來了，沒有很深刻的想法。現在看待死亡，發現他是生命裡生、老、病、死的一部份，死亡也許只是人生的一煞那，但象徵的意義與其中的意涵卻能影響深遠。

## 二、生命回顧

過去的時光，憂喜參半。很慶幸在面對人生挑戰時，都能迎刃而解。否極泰來的結果，帶給人生更豐富的美麗樂章。感謝施予幫助的人。因為你們的扶持，才有去幫助別人的能力。感謝親恩的潤澤，身教之下有了明確做人的準則，在波濤狂瀾中不偏不倚駛向康莊。體驗過人生每個跳躍的音符，我非截然一生，箇中滋味都將隨著我化入浩瀚宇宙。

## 三、遺物處理

這一生最大的資產就是親情與友情。無形的資產伴著我走過人生得意與潦倒。金錢都難以取代這些經過淬練的感情。我身腐化，但這些力量都將延續下去。有形的資產，我願將一部份挪用為公益用途，幫助真正的弱勢族群。要告訴我的後代，人生最大的恩惠在於有能力服務別人，施比受更有福氣。

## 四、醫療照顧的處理

當死亡降臨，我願意將身上可用的部分捐與給需要的人。如果受病痛纏身，我希望選擇一個適當的時機實施安樂死這個動作。如同我的性格，生命絕大部分操控在自己身上，即使病魔都不能決定你何時該斷氣。

## 五、遺體的處理

我是隨遇而安的人，所以我希望將遺體火化後撒向大海。隨著海流到處流浪，彌補我無法四處走走的心願。

## 六、喪禮的處理

喪禮的方式我先前已經提過，一切以簡單、樸素、溫馨、莊嚴的方向進行。在火化遺體後，舉行的簡單的追悼會即可。

## 七、後記

我終於完成人生的每個階段。死亡帶來的不是恐懼，而是一種精神的延續。我希望你們能懷抱著對你們的期待與叮嚀，願你們在人生的旅途上幸福平安，珍重再見。

### 一、前言

「生、老、病、死」本是生命既定的自然循環法則；既有生、當然也有蠟燭燃燼的一天。如今、雖然未知屆時離開世界的原因為何，至少目前我很明瞭且誠實的捫心自省：「我已盡力完成人生每個階段當下該做的事，其成功失敗任由世人衡定；這一路上所遭逢的、所冒犯的人、事、物，在此刻我雙手合十衷心感謝也說聲抱歉，鳴謝—

我的成長歷程有您們的協助；感激您們必須忍受曾經無禮冒犯的我！」

### 二、生命回顧

曾在暗夜來臨時，孤寂悄悄襲上心頭，每每令自己感到無助、憂慮時，心裡總會犯起滴咕 - - 『身為人、有時感到好累、好累、真的有點倦』；即便寫下此函的現在，心海仍有此感。下輩子是否還想繼續投胎當人呢？有時好難抉擇，一切就交付上蒼安排，我相信祂是睿智的；倘若仍續為人，則希望能再與前世的親友相聚，因為我愛您們。真的！

### 三、遺物處理

那些曾經與人互動後所保存下來的信件，請一一全數銷毀；而因工作性質所收集多年的資料，還煩請家人不遲辛苦的洽詢各相關單位視需要拿取，千萬別糟蹋它們了。

至於那副我從大一才開始佩戴的黑色眼鏡，雖然醜陋無比，但仍請留給我疼愛有加的外甥"承佑"，非要其佩戴、是要其警醒，願其能勉助向來不愛唸書的他，能有所成長並超越舅舅的才幹，盡全力充實自我、方能有為世人燃燒自己的一天。

#### 四、醫療處理

- 1、「緣份與宿命論」 - - 我親愛的家人，您們向來很清楚我在情感方面的處理原則；若我生命危在旦夕，則請能救則救；假使生命將離我遠去，也請家人為我祝福。
- 2、腦死的狀況假使不幸降臨我身，則請為我安樂死；植物人所帶給活著的家人之痛苦指數，乃是我非常不樂見到的，因此我願這指數消失。請相信我的決定。

#### 五、遺產的處理

- 1、親愛的家人，有件事一直未曾對您們提及：「十年前我曾在成功大學附設醫笛學院辦理申請一張器官捐贈卡」；其用意可想而知。因此我希望當我離開人間後能將身上可供移植的器官全數捐出，造福世上那些因病亟迫需要更新器官的人們；雖然我已走了、永遠的離開了，但精神仍藉由那些因我而繼續活下去的病患永遠長留人間。
- 2、中國人所謂的"壽衣"其一點也不符合我向來的穿著品味；因此當我往生後，請為我換上一套全白素面的衣服及白襪和白色皮鞋。

#### 六、喪葬處理

請將我的遺體火葬，將骨灰撒在我最喜愛的海岸線"蘭嶼島的東清海灣"。一切的葬禮儀式力求簡潔、樸實無華，千萬不要請來一些電子樂器哭喪團或類似五子哭墓的送葬儀隊，因為我很怕吵；即便我已躺在棺木內毫無知覺，但形而上的靈魂感受鐵定會受不了。

至於承放遺體所用的棺木也請為我訂做一個"五面三角柱形、白楊木質、外觀繪上向日葵圖案"的棺木；至於市售那些傳統棺木形式一點也不符合我在工作職場上所一直強調的"簡單、脫俗、獨特、有設計風味"之創造理念。

**死**亡是生命旅程的終點站，所有的牽掛與榮耀將在此刻卸下。對在世的親人來說，辦場風光的喪禮，以表對往生者的尊敬和追思。

**從**小到大參加過幾次親友的喪禮，其中印象較深刻的是爺爺的告別式。爺爺的喪禮走的是台灣傳統喪禮，但不一樣的是，由於爺爺篤信佛教，因此省去了很多傳統喪禮繁複的過程禮數，從死亡那刻起，親友的助念和親情的圍繞取代了吵雜龐大的誦經團，直到出殯的告別式，還是一樣得簡樸而莊嚴，我想這是父親輩刻意的安排，因為爺爺生前就不是一個好大喜功的人，儘管他曾當選過多次的好人好事，在鄰里間廣為流傳。

**我**選擇的喪禮會一如我的個性一樣的低調，在最後的終點時，我只是想和至親的家人以及患難的好友一同陪伴。我希望他們飲酒作樂，甚至像平時聚會時的狂歡，好像我從未離開過，然後在飲足酒酣之後，細細說著彼此在生命裡最荒唐美麗的時光。當夜深散場時，他們會帶著回憶的延續走上另一個生活的開始。最後將選擇一個充滿陽光的午后，將我化成灰燼的軀體，撒向無盡的大海。

**選**擇任何喪禮都好，我想都有他的賦予的價值。只是我們在看待往生這件事，或許多點想像力，不是恐懼、嚴肅。他的過程，也許可以更凝聚家人的力量，使得喪禮不再只是形式、過程，讓往生者的精神延續也許是他的另一種新思維。

常有充沛的機會遊走車站各個不同的方位、角落，靜靜觀看，追憶車站一幕幕離合悲歡的人生風景；對我而言，這是特殊的經驗與體會。

感謝火車賜予生命的滄桑與智慧。

童駿七歲，第一次擁有搭乘火車的愉快經驗。那時父親已去近年餘，大伯父很是心疼我這個沒爹的孩子，對我付出的關愛並不亞於父親，在大伯父的帶領之下，和堂哥、堂姊搭火車到台中旅行。鄉下小孩，夾處於車站來往的人潮之間，一切皆顯得新奇、深怕迷路，一路緊跟在伯父身後。站在月台上，猶如河邊的堤岸，伯父指向逐漸消失南方的軌道，認真的解釋：

- - 沿著這條鐵軌，就會到達台中。

人生的方向，在縱貫線北上南下的旅途展開序幕。

走過清貧的童年與少年時代。幼年惟一搭乘火車的經驗深藏在記憶的底層。直至升上高中，才試著學習單獨搭坐普通小火車在中部地域作短暫旅行。

開始以不成熟的幻想方式及不食人間煙火心態乘坐火車，自認為是浪漫、灑脫，其實只是年少青澀時期過渡的排遣，不知不覺中，漸漸喜歡上東勢支線十公里的旅程，拿一本鄭愁予，在月台上沈默的守候，究竟是為了什麼目的而喜歡如此的生活方式，自己也不甚清楚，或許只是想探究生命的摯愛罷了，望著遠方消失的地平線，心中想像，生命是否也如鐵軌般隨著透視的消失點，愈走愈遠，愈走愈窄，直到失蹤的方位.....

高中二年級起，家庭的定義變得很模糊不堪，姊姊陸續出嫁，哥哥遠到東海岸服役，家庭的經濟負擔全落在母親的身上，面對冷清、陰暗的家，常會自心底升起一股極委屈的心情，經常於放學後徘徊大甲小鎮的火車站，不想回家，手邊的鄭愁予換成為王禎和，

生命是真正落實在大地生活之上，卻換得以逃避與消極的心態看待火車奔馳的寂寞時光。永遠記得，在初秋黃昏海線的鐵軌旁閱看「嫁粧一牛車」，那美麗的地點是水彩老師常帶領我們寫生的地方，雖位於小鎮的邊緣近郊，卻少有人影蹤跡的打擾，在單純心靈的逼迫，看完「來春姨悲秋」之後，眼淚汨汨流下，我想著母親的苦、自身的微寒、及現實社會不可避免的勢利，海線列車夾雜著鹹濕的海風和底層泛黃的愁苦，一次次地煎熬內心的矛盾。

小鎮的高中生涯是豐富的，猛啃一堆超乎實際年齡才能體悟的文學、藝術書籍，一枝碳精筆、一本速寫簿，放學後繼續流連小鎮的火車站裡捕捉各式的人物、光景，站內嘈雜的人聲、有些污濁疲憊的空氣、及終年盡忠職守身著製式藍帽藍服看守門票的老伯，生活的一個樣本，有時畫累了也不免遲疑，自己的未來會駛向何方？

小鎮的鐵軌有著年輕單純而有志的胸襟，思想與修養在此啟蒙。

淡水最後一班列車早已停駛多年，生命的列車卻始終未能休息，一路向前疾奔……韶華不為少年留，這些年來，偶而記懷起青春往昔，有感動也有感歎。

生命的火車停停駛駛，從甲地到乙地，有人立於月台引頸企盼火車的來臨，有人在車內靜待故鄉的到達……

鐵軌似記憶般的延伸，從前所犯的過錯永遠都挽救不回了，人生的際遇如列車泊站起起落落，曾經失措、曾經風發，路途中我收斂起如刺的自尊，並以謙遜修養為重大的課業，且真正喜歡起沈默無華的歲月；站在月台上我依舊喜歡觀看眾多旅客下車、上車形成類似秩序排列的美感，軌道上依然有一輛又一輛的列車奔馳而過，只希望人生的路紮實地踏過每一程驛途。

## 附錄九 「影片欣賞」心得寫作

### 目次

「生之慾」心得寫作一-----	227
「生之慾」心得寫作二-----	228
「用腳飛翔的女孩----蓮納瑪莉亞」及「俊翰的故事」心得寫作一-----	229
「用腳飛翔的女孩----蓮納瑪莉亞」及「俊翰的故事」心得寫作二-----	230
「無聲的吶喊」及「新生命的誕生」心得寫作一-----	231
「無聲的吶喊」及「新生命的誕生」心得寫作二-----	232

有幸能看到六十年代由日本名導演黑澤明執導的「生之慾」一片，首先感謝老師的提供，據學生所知該片子來源不易，該片的起伏由沈寂苦悶的情緒，繼而描述公務生命旅程的昇華，細膩且扣人心弦，讓人思緒久久無法平撫，其劇情之內容深深值得所有同學醒思，這也成為該片最大之價值與意義。

主角為市公所的一名課長，在平淡無奇的公務生涯生活了三十餘年，在預知自己罹患胃癌，已走在生命的末端時，他試圖尋求生命的歡樂，但旋即體驗到物質與視覺享樂稍縱即逝，最後他還是必須從曾經出走的公務苦悶世界中找回自我，畢其殘餘生命及精力，努力不懈地完成一座起死回生、市民所期待的社區公園案，而他確實也做到了，做的更是足為世人楷模的「不死精神」，哀怨的背景音樂再次響起，不禁令人陷入沈思。

人生既有生，一定有死，對死亡就不該有畏懼，如何「活在當下」，生活過得自在又有意義才重要，唯有做好生涯規畫，付諸實現，才是好方法。如何學習做自己生活的主人，不是一件十分容易的事，現代人的一生，在物質上要求豐富、變化與更新，在精神上要求自由、自主和安全，為滿足如上要求，必須先了解自己的定位，將責任心與成就感建立於生活與工作上，同時為生活設定目標，使工作本身具有生產力，讓自己在生活與工作時能夠得到成就與滿足。

藉由本片敘述一位公務人員重拾生命慾望的最後旅程的故事，深深體會到活在當下的生命意義，不希望像片中主角在生命的盡頭才得到「最後的領悟」，我們需要的是更積極的生命價值觀，要創造積極成功的人生，必須起而行，行動的第一步----試著為自己的生涯藍圖預先「視覺化」，當你有個比較明朗、清晰、進階式的前景，那麼從「此時此刻」開始，每一步都會有累積、有成效。

本篇故事是由黑澤明導演所導的，內容是描寫一位在區公所工作的公務人員渡邊先生，在他生命的最後，從一位小職員身上，發現生命的意義，心性也從抑鬱轉為活潑。渡邊先生是一個按部就班過日子的人，生活單調平凡，和兒子間的互動也相當少，感覺就像陌生人。在他得知罹患胃癌後，他開始省思，從中才知道生命的可貴及美麗，所以他希望能夠了解生命的意義及價值，因此，他以五萬塊的酬勞，請朋友教他生存的意義，但在喝酒、唱歌、跳舞中，他都無法感受到生存的價值，於是他開始迷惘。後來，從公司一位女職員身上，他感受到了生存的理由。她的活潑和朝氣，啟發了渡邊先生，繼而找到他生命的意義。

在生活中，我們常常會感到迷惘，我們到底為什麼而存在？生命的價值是什麼？而得到的答案總是不一樣的，因為，每個人的想法和觀念都不同，對於生命的意義和價值也會不一樣解釋。

生命的意義是什麼？我仍在探索，我認為人生的每個階段，都有不同的意義和價值，不一樣的年齡、環境和社會歷練中，都會有不同的想法和看法。年紀小，想法天真，天馬行空的腦袋裡，什麼事都想的很浪漫、美好，好像天塌下來都會有人幫你頂著，年紀漸長，社會歷練增加，每個人都開始想表現，勾心鬥角、耍心機和手段，漸漸的冷漠代替了和善；虛偽取代了真誠。現階段的我，只希望家人健康、幸福，且珍惜相處的日子，雖然不常見面，偶爾的一通電話問候，也會讓彼此覺得窩心，幸福的感覺，就會時常圍繞在我們身邊。

## 「用腳飛翔的女孩----蓮娜瑪莉亞」及「俊翰的故事」心得寫作一

### 心得寫作單

當你看完「用腳飛翔的女孩----蓮娜瑪莉亞」及「俊翰的故事」影片後，心中一定有很多感想，請把它表達出來：

#### 一、用腳飛翔的女孩----蓮娜瑪莉亞的心得

1. 心靈的健康比外表的殘缺更重要。
2. 彷彿聆聽了一曲優美的天籟之歌。
3. 永遠不要對生命設命<sup>望</sup>限設。
4. 對未來充滿希望。
5. 盡情發揮七身的才華，那是上帝賜予的最珍貴的禮物。
6. 不要封閉自己，走向陽光，走向人群。
7. 家應天倫的力量足以創造奇蹟。

#### 二、俊翰的故事之心得

1. 生命的價值在於是否發光發熱，而非長短吧！
2. 母者的光輝及勤性。
3. 一枝筆，一顆心。
4. 製作太過教條，太過表現其主題，反而顯得**狼奔**。
5. 紀錄片應保持客觀的立場，才不致沖淡影片本身蘊藏的力量。

## 「用腳飛翔的女孩----蓮娜瑪莉亞」及「俊翰的故事」心得寫作二

### 心得寫作單

當你看完「用腳飛翔的女孩----蓮娜瑪莉亞」及「俊翰的故事」影片後，心中一定有很多感想，請把它表達出來：

#### 一、用腳飛翔的女孩----蓮娜瑪莉亞的心得

人的意念是要有非常大的助力，心中的堅持、執著的目標，是可以讓生命不浪費，反而更可讓生命復活，更多姿多采。

蓮娜的意志力讓他不畏艱辛，反而是腳卻和一般人的手一樣活，一樣可以生活，活出自己的一片天。天

要自己不要放棄自己，放縱自己，努力的打拚。目標逼進，俗語：「天下無難事，只怕有心人。」事事，不怕達不到，只怕沒有去做它。

#### 二、俊翰的故事之心得

生命的脆弱和短暫的說詞，竟是他微弱身體的開始，由生命的幾年歲月，到數十年的蹣跚下去，不斷的鼓勵自己，加上身旁的人不時的在為他加油，甘心他無法承受坎坷的生命的歷程，無時無刻不再為自己著想，這也是他生命延續的重要推力，更使他對生命的短暫而感到可貴而滿足。

最重要的是親友人的心理建設，因為愛的分享是不賺錢的，所以愛是分享的，不是吝嗇、自私的。

## 「無聲的吶喊」及「新生命的誕生」心得寫作一

### 心得寫作單

當你看完了（無聲的吶喊及新生命的誕生）影片後，心中一定有很多感想，請把它表達出來：

- 一、看完了影片你有什麼感想？  
生命是無價的，生命誕生是可貴的，尊重生命是必然的，  
人與人間可以鬧小玩笑，別對生命鬧玩笑，這樣老  
天也會開你一個大玩笑。
- 二、妳（你）認為胎兒是個「人」嗎？  
是，是有血、有肉、有肢健全、有生命、有微笑、有哭鬧。  
只不過他只是小生命而已。
- 三、妳（你）認為母親有權利決定「墮胎」嗎？  
有，因為生命的來臨是單親或是被棄養的，這樣的生  
價值是不值得的。寧願花錯在前，而不要一直錯下去。  
沒有，因為你給他生命，並不是決定他生死的人。
- 四、妳（你）認為「墮胎」有什麼害處？  
墮胎會對健康的危害很大，身體虛弱，甚至是永不可受  
最可怕的是小孩在心中的陰影殘留，不時會想起，還可  
到精神異常。
- 五、妳（你）認為男女交往的正確態度是？  
相互寬諒，彼此的健康為重，心理上的照顧，  
愛對方要真心，因為愛他就要尊重他，不要只  
想著軀殼上的享受。
- 六、其他  
生命，不只是為自己著想，也要想想自己週遭  
愛護、關心我們的親友們，所以不要輕易的  
向惡魔東望。

## 「無聲的吶喊」及「新生命的誕生」心得寫作二

### 心得寫作單

當你看完了（無聲的吶喊及新生命的誕生）影片後，心中一定有很多感想，請把它表達

出來：

一、看完了影片你有什麼感想？

讓人了解肚子中生命的感受，宝宝的出現及誕生應是令人快樂幸福的，  
不該輕易的墮胎。

二、妳（你）認為胎兒是個「人」嗎？

當然是一個人，雖然腹中胎兒五感未全，但是生命已產生。

三、妳（你）認為母親有權利決定「墮胎」嗎？

在實際的層面上，選擇墮胎的人一定也是有苦衷，但是若是求一時慾望的解放而在不能懷孕時懷孕了，是否令人為難的，更甚者，  
知道自己的小生命有嚴重或先天性疾病，又該如何？  
為難了！

四、妳（你）認為「墮胎」有什麼害處？

墮胎，一停未見天日的小生命慘死，  
父母心靈受創，母體受傷，  
又花錢。

花錢請自己的骨肉這不叫人世間第一慘劇嗎？

五、妳（你）認為男女交往的正確態度是？

全程避孕。

如等不打算懷孕。

六、其他

## 附錄十 「讀書」心得寫作

### 目次

最後十四堂星期二的課讀書心得一-----	234
最後十四堂星期二的課讀後心得二-----	237

## 前言

對於活著這件事，我們每一個人都有一套自己的哲學，然而，在生命的過程中，究竟何者重要？何者可以被忽視？似乎任誰皆沒有一個完全的標準。可是，現在有一個人他已能知道自己的大限，而由他來說出生命中真正值得重視的課題，告訴我們應該如何生活，希望我們能安靜的諦聽。

《最後十四堂星期二的課》這本書大意是在敘述一位年輕人向一位垂死的老人家學習生死之智慧故事，在如實的字句裡，含有無數感人的意念，在故事，在如實的字句裡，含有無數感人的意念，在人世混沌複雜的生命軌跡中，足以沈澱出令人頓悟的單純。

由於墨瑞，史瓦茲教授罹患了肌萎縮性脊髓側索硬化症，這是一種神經系統重症，無藥可醫。起初，墨瑞如同一般病患的反應，皆否認拒絕這樣的不幸會降臨在自己的身上。但漸漸地他從不能置信、萎靡不振的情緒中走出來，他不要就此凋零，不要為了將步入死亡的陰影而羞於見人。於是墨瑞利用所僅剩不多的時間來研究死亡，以他自己為活教材，並將他的生命經驗來教授這位內心已受世俗影響而逐漸化冷酷僵化的學生 - 米奇，希望透過米奇而將自己走過生死的歷程，予以深刻地記錄。為此他們便約在每週的星期二，展開了他們之間生與死的對話。

## 生

我們常常會為自己失去的種種感到悲傷，但在悲慟之餘，我們應該學習將自己的目標放在未失去的事物上，縱使生死關難過，也不要就此被擊倒，正如墨瑞一般，雖然罹患絕症，而他卻能將自己得到此種絕症的心情轉換成另一開闊的角度去思考，因為他認為得此絕症才能充份的時間和別人道別，並且認為這是一件極為可喜可賀之事。為此，他爭取時間，在生命的最後一年將自己的心路歷程與人分享，也舉行了一場「生之葬

禮」。讓他的所有親友與他同在一起分享內心的感受，這種葬禮不再是孤獨的、不再是悲傷的儀式，而是一種洋溢著溫情與感動的聚會，試想，這是如何樂觀的生命態度啊！

既然生命的終始早已有其定數，那麼，我們為何對於人世的一切，仍有所要求，有所計較，不能常懷著寬恕、體諒人的心情去面對生命的流轉。有句話說得好：「踩著別人，自己也是動不了。」，當我們對別人心生怨懟、仇恨的時候，就像是被網綁一般，其實自己的心靈也是被陰影所籠罩，見不到內心光明的一面，我們將被囚禁在自己所建築的牢籠中。所以我們應先試著學習寬恕、原諒別人，因為在寬恕別人的過程中，自己才能被釋放，所以我們該當記著寬恕自己，然後寬恕別人，特別是臨死前的寬恕。

## 死

當人面對年老這樣的一個生理過程，往往充滿著負面的情緒，因為似乎年老便伴隨著無奈、感傷、孤獨、寂寞等等不堪的字眼，所以人常常畏懼並抗拒自己年紀越來越老的事實。但一位真正有智慧的人，在面對年華老去，日薄西山之際，人所以做的不是去抗拒衰老，而是應該去接受與擁抱。因為年老並不只是衰老，它不是讓自己更接近死亡，而是更懂得如何學習死亡的積極面。

然而，人生就是如此的無常，倘若有一天死亡的陰影突然籠罩著你，你才想到自己將不久於人世，那麼請你仔細的思量，你對你的人生真的沒有缺憾？或是否有著許多未竟之事？因為在現今的文化中，整個環境中所灌輸給我們的觀念，便是完全以自我為中心的思考模式。想想我們這群可悲的人類，日復一日的為一些瑣碎的事務在忙碌奔波，這樣的人生將讓我們無法省思生命存在的真實意義，只是鎮日庸庸碌碌地過日子，度過餘生。假使有一天自己的生命突然被無情地宣判死刑，我們很難想像人將如何面對親人、家庭、朋友、生活、最重要的，人將與如何自處呢？這的確值得我們深思的部份。

感情與執著，常是事物的一體兩面，因為人放不下感情所以執著；也因為執著所以深陷於感情的漩渦之中。由於佛教徒認清了這無常的世事，所以主張不要執著於萬事萬

物，因為萬事萬物均無常。所謂不執著，是將經驗感覺穿透自己，感受到每一時刻的情緒反應，進而接受它，正因為了解自己的感受，而如此人才能放下，才能不執著，若人刻意壓抑拒絕情緒，不讓自己完全地去體驗它，人就拋不開因恐懼害怕帶給人的束縛，人的心靈也就往往不能自由，人之所以為人，乃人有絕對自我主宰的權利，即使面對死亡的到來。

## 結語

雖然這堂生命課程終究只上了十四堂就結束了，但這最後十四堂星期二的課，卻深深地影響了米奇的人生，這是個為透過墨瑞完全傾出自己的生命之學來教授米奇，始能一點一點柔軟了他因世故而僵硬的心，讓他重新看待生活，也能重新檢視自己的人生。

從這本書中我們看見了墨瑞誠實地看見自己在死亡面前的脆弱、恐懼與哀傷，承認自己對人世的眷戀與不捨，但他在掙脫這些情緒的束縛後，展現出的便是洞澈人生後的清明的安寧，並且能隨時保持著幽默感，來面對人生最不堪的盡頭。

也許你也曾遇到過像墨瑞這樣的一個人，他能懂得你年輕徬徨的心，教導你為人處世之道，但是後來與他斷了聯絡，只剩下你在人生路上獨自奮鬥，或許你的視野變窄，或許你的夢想褪色，也再沒有人在你身邊為你指引方向，告訴你生命的路該怎麼走。但是藉著這個發光發熱的真實故事，讓我們學習如何活在世上，如何對待死亡，並能汲取其中的溫暖與智慧。

從書本開始的人物敘述，我們就已經知道這是一本作者與"他的教授—墨瑞·史瓦茲在即將結束的所剩無多之日子里，對於生命的探討、研究 . . .，彼此互動過程的心得記錄。

人們的請命不過短短數十載的時光，許多人一生當中汲汲營營於名或利之追求，甚至於我們自忙事以來，傳統灌輸的觀念就是要自己認真唸書、奪得令人稱羨的高學歷、將來出社會才會有一份優渥的工作薪資、賺大錢 等。亦即將成功與金錢劃上等號；講得更白一些："有錢就是老大，沒錢就請閃邊站。"所以我們羨慕別人出門開名車、住豪宅、穿華服 . . . 之一些外在物質的揮霍享樂。

可是、這本書中那位終身致力於社會學的教授，其教育學生們凡事得由"心"去體驗、學習；他個人認為"名"及"利"乃是「非必要性的絕對」，一個人活在世界上必須學習的應該是愛、寬恕、人性、善知，這才是人之所以生為人的主要目的。

當下、我們雖有幸生為人、擁有其它生物所沒有的高等智慧與溝通學習的能力，但我們似乎也忽略了自己也是這個地球、這個自然界的一份子，因而那些自視甚高的人們覺得擁有控制他人、各項事物的能力，即是證明自己是成功的；利益掛帥的前提下，腦中思考的不是關愛週遭，而是如何利用週遭、鬥爭、猜忌不斷 . . .。我們停不下來好好去認識自己所生存的這個世界，因為、不努力去賺錢、爭名聲，就會被認為是失敗的、一事無成的。

墨瑞·史瓦茲教授一生淡泊名利；賺錢是需要的，但他只賺能維持自己生活經濟即可的額度，時間不是盲目的使用在賺更多的錢、不是盲目追求名聲 . . . 時間是用來體會生命的可貴，需要來愛周圍的人們、並進而傾聽他人的話語、彼此分享生命中的快樂與

生活點滴，一切僅求能吃的飽、穿的暖便已足夠；畢竟一個人百歲年老之後，去了一身皮囊也沒什麼是可以一併帶走的，唯一帶得走的只有一生的回憶與體驗--這也是最珍貴的無價之寶！

生命臨終之時，我們希望一切是了無牽掛、毫無遺憾的。所有的人均會面臨死亡，即便他金錢擁有再多、社會地位再高，臨死時這些都無法一併帶走，更何況臨死前的回憶若僅有每日盲目辛苦的在名利中打滾的印象記錄，那豈不令人感到可悲？！

為求毫無遺憾的離去，我們需要學習用愛去填滿生活，關心別人，接受別人同樣的愛與關懷，彼此分享，而後、當我們是帶著滿載的"愛"告別這個世界時，心中才會沒有遺憾及悲傷和痛苦，轉而存在心底的則是這世間最珍貴美麗的片段，如此人生才是有意義的。

## 附錄十一 「生死教育課程」學生學習回饋單

### 目次

死亡及瀕死的面對學習回饋單-----	240
預立遺囑及喪禮的安排-----	241
失落與悲傷的調整-----	242
認識墮胎-----	243
總回饋表-----	245

## 死亡及瀕死的面對學習回饋單

本回饋單是想瞭解課程進行與目標達成的程度，並藉以修正使之更完整，與學校成績無關，請您放心且照實作答。

說明：根據符合狀況，請在 5、4、3、2、1 中圈選出適當的數字，謝謝您的合作。

- |                        | 完 | 大 | 部 | 大 | 完 |
|------------------------|---|---|---|---|---|
|                        | 全 | 部 | 分 | 部 | 全 |
|                        | 符 | 分 | 符 | 分 | 不 |
|                        | 合 | 符 | 合 | 不 | 符 |
|                        |   | 合 |   | 符 | 合 |
|                        |   |   |   | 合 |   |
| 一、我已經能覺察並澄清自己面臨死亡的恐懼   | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 二、我已經能瞭解自己面對死亡時呈顯態度的意義 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 三、我已經敢於說出自己對死亡的感受      | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |
| 四、我已經學習到如何去尋找自己生命的重心   | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

五、我希望補充的內容是：生命存在的價值與意義。

經由這堂課，可知死亡並不可怕，每個人都會死，只是時間的早晚，可是在死尚未瀕死之前，我們的生命應該如何的過？假若我們能去認清生命的本質以及自我所追求的，那麼，所謂「死有歸如福毛，重如泰山」，又有何分別？

六、建議：

今日，我的生命若被告知僅剩兩個月，這並非所懼，而是該思考，我如何有意義的安排這兩個月，利用這時間去完成一直想完成的事，為缺欠補憾，好好的愛人與被愛……光明而積極的走完，並預先為將來的儀式鋪陳準備，以不讓身後事增加累贅。

### 預立遺囑及喪禮的安排學習回饋單

本回饋單是想瞭解課程進行與目標達成的程度，並藉以修正使之更完整，與學校成績無關，請您放心且照實作答。

說明：根據符合狀況，請在 5、4、3、2、1 中圈選出適當的數字，謝謝您的合作。

完	大	部	大	完
全	部	分	部	全
符	分	符	分	不
合	符	合	不	符
	合		符	合
			合	

一、我已經明白遺囑的重要性並能預立遺囑 5 (4) 3 2 1

二、我已經知道如何對自己的臨終方式有所安排 5 (4) 3 2 1

三、我已經了解喪禮的意義及進行的方式 5 (4) 3 2 1

四、我已經能安排自己的葬禮 5 (4) 3 2 1

五、我希望補充的內容是：

已完全了解了老師的苦心。

六、建議：

希望多能播設，葬禮儀式，我想了解  
而且能做自己的葬禮儀式。

## 失落與悲傷的調整 學習回饋單

本回饋單是想瞭解課程進行與目標達成的程度，並藉以修正使之更完整，與學校成績無關，請您放心且照實作答。

說明：根據符合狀況，請在 5、4、3、2、1 中圈選出適當的數字，謝謝您的合作。

- |                              | 完 | 大 | 部 | 大 | 完   |
|------------------------------|---|---|---|---|-----|
|                              | 全 | 部 | 分 | 部 | 全   |
|                              | 符 | 分 | 符 | 分 | 不   |
|                              | 合 | 符 | 合 | 不 | 符   |
|                              |   | 合 |   | 符 | 合   |
|                              |   |   |   | 合 |     |
| 一、我已經學習並明白悲傷的反應及任務           | 5 | 4 | 3 | 2 | 1   |
| 二、我已經學習並導正對死亡產生的迷失概念         |   | 5 | 4 | 3 | 2 1 |
| 三、我已經學習如何面對自己的失落與悲傷及如何從悲傷中復原 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1   |
| 四、我已經學習如何協助親人與朋友渡過失落與悲傷      | 5 | 4 | 3 | 2 | 1   |
| 五、我希望補充的內容是：<br>紫            |   |   |   |   |     |

六、建議：生命難免遭遇挫折失落，  
如何以積極正面的態度面對悲傷  
是重要的課題與學習目標。

認識墮胎

單元回饋表

本回饋單是想瞭解課程進行與目標達成的程度，並藉以修正使之更完整，與學校成績無關，請您放心且照實作答。

說明：根據符合狀況，請在 5、4、3、2、1 中圈選出適當的數字，謝謝您的合作。

完	大	部	大	完
全	部	分	部	全
符	分	符	分	不
合	符	合	不	符
	合		符	合
			合	

1. 在沒上本單元的課程，你認為你對墮胎了解的程度是： 5 4 **3** 2 1
2. 上完本單元後，你對墮胎了解的程度是： 5 **4** 3 2 1
3. 這個單元對你的男（女）朋友交往的正確態度幫助程度是：  
5 **4** 3 2 1
4. 對這次老師使用的錄影帶你的滿意程度是： 5 **4** 3 2 1
5. 對授課教師上課方式的接受或滿意度是： 5 **4** 3 2 1
6. 我希望補充的內容是：

墮胎的過程是第一次這麼歷歷在目，雖透過影片了解，但了解墮胎是最不可的行為。

7. 建議：

終於可了解生命的愉快  
「結平」的出生及其母親的對話研究中  
令我產生興趣。

## 認識墮胎

### 單元回饋表

本回饋單是想瞭解課程進行與目標達成的程度，並藉以修正使之更完整，與學校成績無關，請您放心且照實作答。

說明：根據符合狀況，請在 5、4、3、2、1 中圈選出適當的數字，謝謝您的合作。

完	大	部	大	完
全	部	分	部	全
符	分	符	分	不
合	符	合	不	符
	合		符	合
			合	

1. 在沒上本單元的課程，你認為你對墮胎了解的程度是： 5 (4) 3 2 1
2. 上完本單元後，你對墮胎了解的程度是： (5) 4 3 2 1
3. 這個單元對你的男（女）朋友交往的正確態度幫助程度是： (5) 4 3 2 1
4. 對這次老師使用的錄影帶你的滿意程度是： (5) 4 3 2 1
5. 對授課教師上課方式的接受或滿意度是： (5) 4 3 2 1
6. 我希望補充的內容是：  
各宗教對墮胎的看法，以及墮過胎的婦女內心的感受。

7. 建議：  
這次的錄影帶太精彩了，一定會讓許多看過的人不敢輕易墮胎。  
塔放無數生靈，功德無量。

### 課程總回饋表

本回饋表的主要目的是希望依據你上完二十個單元後的感想和回顧，作為本課程的參考，以利日後的教學及研究。你的意見極為寶貴，請據實認其填寫。謝謝你。

一、對於下列的描述，分別圈選出你的滿意程度。

	非 常 滿 意	很 滿 意	滿 意	不 滿 意	非 常 不 滿 意
1、對於此整個課程，你的滿意程度為	5	4	③	2	1
2、對此課程的內容，你的了解程度為	5	4	③	2	1
3、對此課程上課方式，你的滿意程度為	5	4	③	2	1

二、此課程對你影響較大的三個單元是 10、9 和 19。

1. 生死學的緣起與發展
2. 生死教育相關名詞的認識
3. 死亡的真相
4. 生死觀
5. 生死教育資源介紹
6. 如何談生死教育
7. 死亡及瀕死的面對
8. 失落與悲傷的調整
9. 安寧療護
10. 預立遺囑
11. 喪禮的安排
12. 生命的循環
13. 生命的互動
14. 生命價值生命意義的追尋
15. 生命的禮讚
16. 認識自殺
17. 認識墮胎
18. 死刑存廢的探討
19. 安樂死
20. 器官捐贈

三、此課程是否會使你感到恐懼和害怕？如果會的話，請進一步說明是在哪一單元的什麼活動下？是（                      ） 否

四、上完生死教育課程，你對技職院校階段實施生死教育的態度是贊成不贊成

請寫出贊成或不贊成的理由：

世間不知生死才是人世間的大事，不是名不是利。  
如果社會大眾有初步的認知。  
相信社會的風氣會高尚起來。

五、如果有機會，你是否願意再上此種課程?是 否

請寫出理由：  
人生其實就是生與死，多了解多接觸，目光才不会淺短，活著才會更有意義，死得才會得其所。

六、你是否想要獲得更多有關生死的資訊?是 否

如果是，是那些?(如書籍、錄影帶、網路……)

請填寫

書籍、影片

七、你最喜歡下面哪三種教學方式，請寫出其編號 5、1和2。

- |         |        |        |                     |         |
|---------|--------|--------|---------------------|---------|
| 1、講述法   | 2、分組報告 | 3、小組討論 | 4、 <del>腳</del> 色扮演 | 5、影片欣賞  |
| 6、投影片教學 | 7、帶動唱  | 8、繪畫   | 9、 <sup>甲</sup> 說故事 | 10、體驗活動 |

八、對於此課程，你最大的收穫有那些?

了解生死教育的大概內容，對於人生，又多了些了解。

九、請你寫出授課教師具有哪些特質?

有意義、熱心、有條理。

十、生死教育四大主題的課程規劃能展現其教學目標?是 否

十一、其他建議

教官想加註希望能有健康的生命。