

生命教育的實施活動與輔導的技巧

高雄縣立福誠高中輔導主任 蔡慧芬

今日社會雖然科技進步、資訊發達，但人的價值觀念日趨混淆、倫理關係亦日漸淡薄。孩子在這樣的情境中長大，可能精於生存手段，卻昧於生活意義及目的，未能勾勒有意義的生活價值，更別說提昇精神與文化內涵。

為使學校成為健全人格發展、確立人生價值；輔導學生認識自我、建立自我信念；進而發展潛能、實現自我的生命教育優質場所，為人師的我們，平常應多留意孩子的行為，觀察情緒低潮的警告訊號，如對事物感到絕望無助或是產生不正常的想法，出現侵略性或負面的行為時，可藉由平日觀察到的反應，立即處理孩子的情緒，給予適時的輔導、紓解。

國中階段的學生是人格發展的關鍵期，教師們可利用各種活動，將生命教育植基於學生熟悉的生活經驗、先備知識中，學生必更易轉化為生活的態度與能力。以下臚列幾項可行的活動類型：

一、機會教育：

遇有可切入之時事、授課中之靈感、學生之成長週記，抑或閒聊之談話內容，只要把握契機，皆可導入生命教育的學習。

二、體驗課程：

透過模擬視障、聽障、肢障之角色扮演；護蛋之懷孕體驗；地震、火

災、水災之急難救助；淨山、淨灘之環保維護等活動設計，教導學生如何應變？如何將小愛擴大為大愛？

三、參訪活動：

安排至安養中心關懷老人；孤兒院照顧稚子；創世基金會探望植物人等參訪活動，將學生內在感動化為外在行動。

四、主題設計：

辦理演講、朗讀、話劇、作文、書法、繪畫以及舞蹈、音樂等主題競賽，甚至影片欣賞、討論分享等主題活動，來激發學生生命的良知、良能。

五、情境薰陶：

在教室學習角、學校公布欄、建築物轉角廊道，布置有關生命教育之情境；校園人際互動氣氛和諧，學生在俯仰之間可感受到生命的脈動，自然不斷地提昇生命的層次。

生命教育無法如一般的知識概念，可以用紙筆測驗評量出學生學到多少？懂得多少？其實著重在學生生活態度、生命價值的建立。然而在實施的過程中，有些老師未諳時機又拙於技巧，縱有滿腔熱忱、整腦理論，亦無法順遂進行輔導。茲將敝人近年來之心得作一分享，盼盡些棉薄之助益：

(一) 同理個案的心情：

易地而處個案的立場，這樣會較貼近個案的世界，亦較能覺察出他內心真正的想法。

(二) 正常化個案負面感受：

表示個案所提及的負面感受，是在相同處境下的人皆會有的反應，而讓個案覺得自己不是那麼怪異或反常。

(三) 增加可能性的語詞：

運用語句的暗示，催化個案接受各種可能性的存在，表示只要努力，未來是可以改變的，有改變即是進展。

(四) 目標的設定循序漸進：

目標的設定宜由小步驟開始，小改變可以帶出大改變。而且，容易達成的目標，將會提昇個案成功的感受與對自己的信心，進而朝向更進階的理想繼續努力。

(五) 激發個案解決問題的能力：

挖掘個案過去成功的解決方式，使其注意到自己成功的關鍵，並激發其看到自己已經發揮的潛力、個人能量之所在，讓個案從注意問題的嚴重性，轉而看到問題可以解決的可能性。

(六) 虛擬問題解決的願景：

將個案的感受、態度、動機、想法等抽象的狀態，變成具體的量化

資料，協助其自我澄清，鼓舞個案擁有希望，在未來的願景中，找到從現在發展到成為未來的路徑。

(七) 讚美的適時運用：

在晤談的過程中，要把握機會讚美個案，而讚美需要真誠、具體，並且以個案所能接受的方式表達，如此，方能達到增強的目的。

生命教育的實施，在使學生於成長和學習的過程中，體認生命的可貴，進而尊重生命、熱愛生命；增進對他人的關懷和尊重，發展人際關係；使其認識自我，建立正向的價值觀和積極的人生觀。希望我們的學生，透過生命省思與體驗教育，能自信地發揮生命力，讓生命活得更美好而充實！