

為何而活 如何生活 —— 生命教育的啟示

25. 3. 2010

張永雄

教育局

德育及公民教育組



教育的目的是要讓
孩子們得到全人發展及
健康愉快地成長。

生命教育：

今天不做明天後悔的事



The background of the slide is a photograph of a bright blue sky filled with numerous white, puffy clouds. The clouds are scattered across the frame, with some appearing closer and more detailed, while others are further away and more ethereal. The overall tone is bright and airy.

(I) 定位與推行策略

教育的核心

知識與能力

學會學習

追求卓越

全人發展

健全人格

素質增值

育人為本

1. 品德素質: 品格培育
2. 心理素質: 情緒處理
3. 身體素質: 衛生習慣、健康生活方式
4. 文化素質: 自我學習的能力
5. 工作素質: 工作熱誠、積極主動
6. 社會素質: 人際溝通
7. 國民素質: 國民身分認同、社會國家承擔
8. 公民素質: 世界公民責任

(II) 推行理念

全人發展包括：

- 促進個人生理、心理、群性及靈性的發展。
- 培養學生正確的價值觀、人生觀、世界觀。

(身生命與心生命的探索)

生命教育

目的：

幫助學生思考：

1. 如何生活？

2. 為何而活？

更讓學生了解
人、社會、自然(宇宙)的關係

生命教育

推行特點：

- 學生為主體
- 生活化的課程內容
- 知識、技能作為基礎，幫助學生建立個人的價值觀、人生觀及世界觀



生命教育

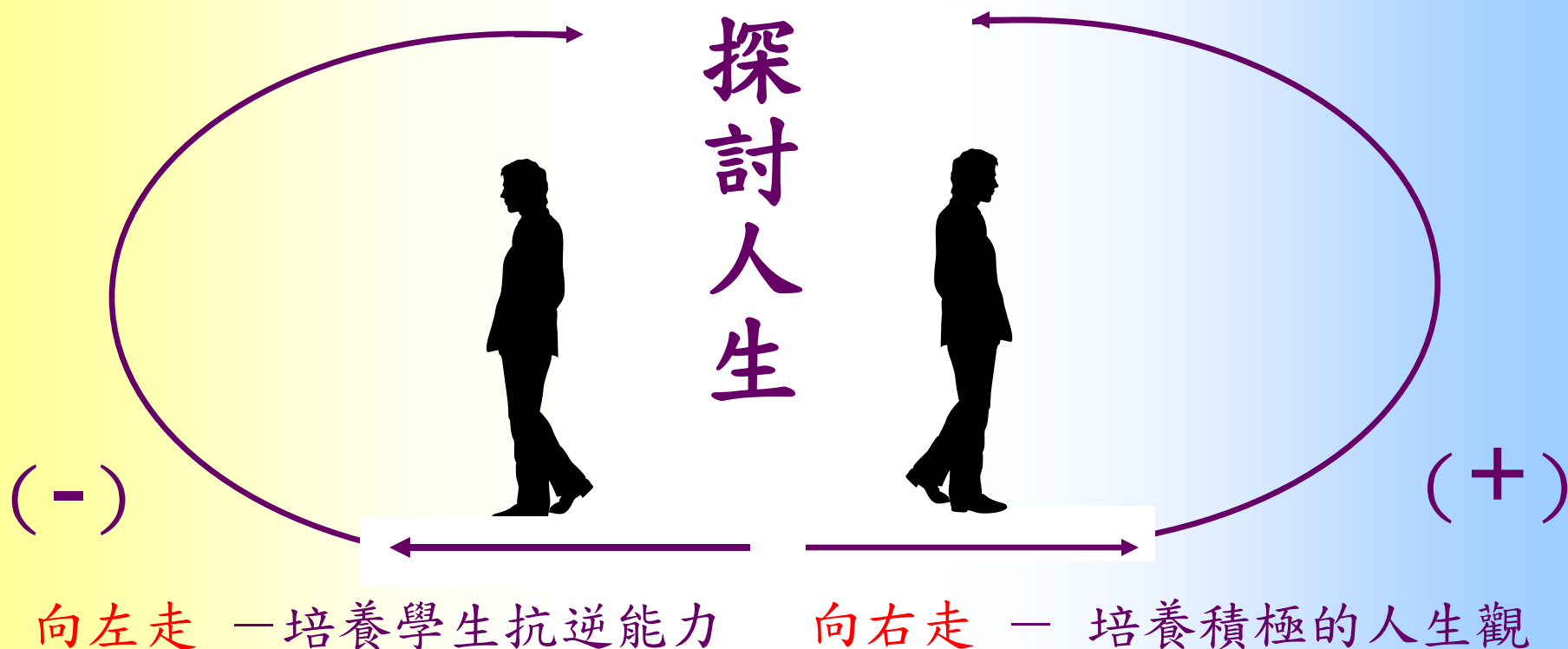
向左走?

向右走?

方向及策略

A. 向**左**走 — 培養學生**抗逆**能力

B. 向**右**走 — 培養學生**積極**的人生觀



The background of the slide is a photograph of a bright blue sky filled with fluffy white clouds. The clouds are scattered across the frame, with some appearing closer and more detailed, while others are further away and more ethereal. The overall tone is bright and airy.

(II)推行生命教育的哲學



生命教育
從
八九十
開始

(A):向左走—培養學生抗逆能力

處境 (A)

外在的客觀環境

生活經歷

生活經歷

信念 (B)

主觀的看法

(可以改變)

後果 (C)

客觀的現實

以生活情境

- 強化學生的抗逆能力
- 提升學生積極的思想和態度

(透過學生的生活經歷，例如：學業的挫折、友誼褪色、失戀、疾病、家庭不幸)

<http://cd1.edb.hkedcity.net/cd/mce/tc/life/>



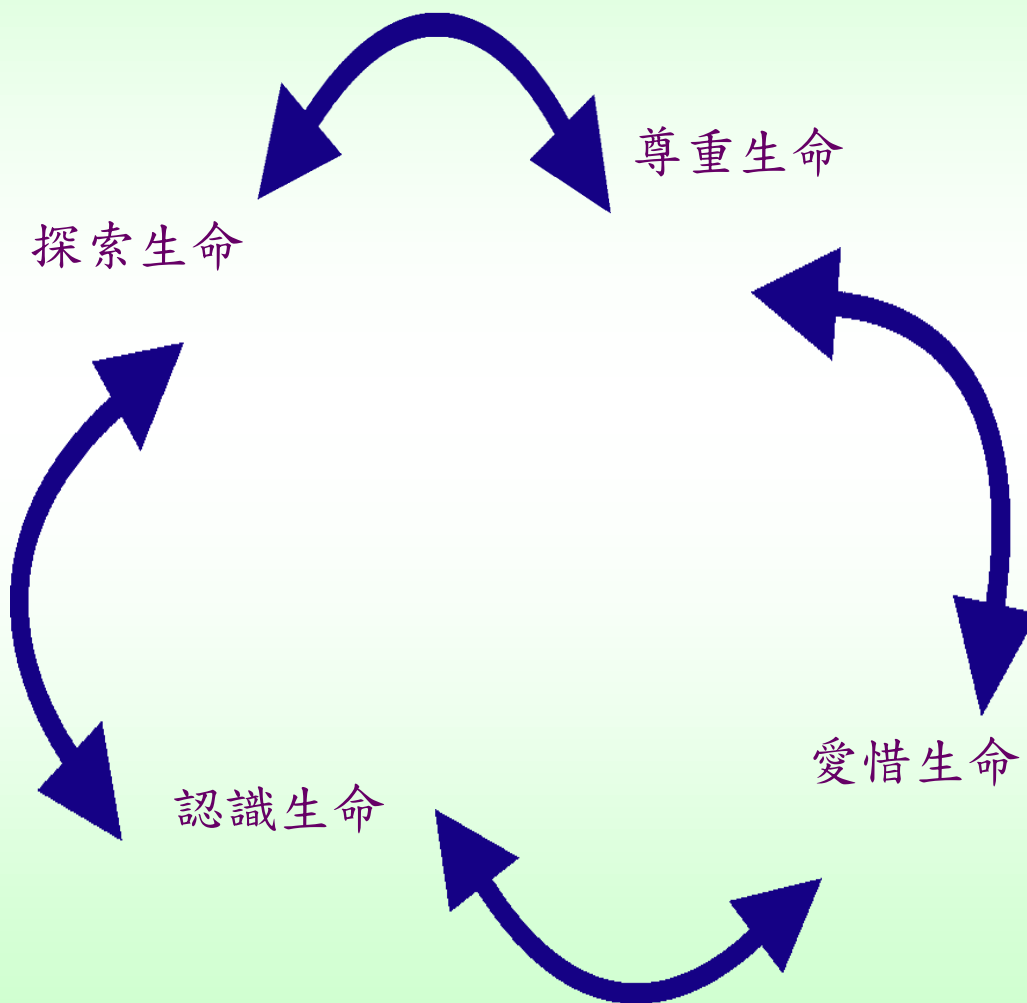
活出精彩人生

面對逆境

進入 ▶

(B)向右走——培養積極的人生觀

生命教育四個學習層次



• 認識生命

- (1) 生老病死是人生必經階段，而生命本身是有價值的
- (2) 人非完美，但我卻生而獨特，學會接納，欣賞自己

• 欣賞生命

- (3) 生命必然有轉變，克服困難是成長的一部分
- (4) 生命中必然有逆境，學習積極面對；沒有困難是不可克服
- (5) 生命要小心演繹，理智抉擇，避免作不負責任的行為

• 尊重生命

- (6) 人人有生存權利，別人無權扼殺
- (7) 美好的生活有賴與家人及朋友維持良好的關係
- (8) 美好的生活有賴與社會及大自然維持良好的關係

• 探索生命

- (9) 生命是美好及有意義，學習價值判斷，止於至善
- (10) 熱愛生命，追尋個人理想，自我實現

生命教育的 四個層次：

態度：

- 欣賞
- 關懷
- 自我接納
- 自我完善
- 積極進取
- 樂觀豁達
- 堅毅精神
- 尊重生命
- 關心別人
- 愛心真誠

- 
- 認識生命
 - 欣賞生命
 - 尊重生命
 - 探索生命

共通能力：

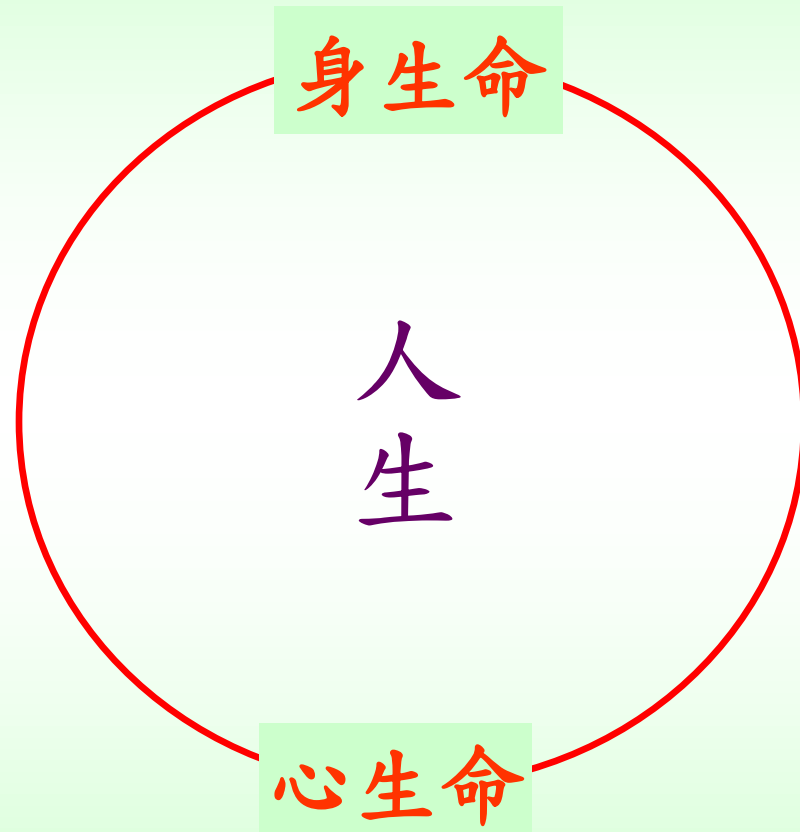
- 自我管理能力
(情緒控制、應變力、反省、拒絕技巧、自我完善)
- 解決問題能力
- 溝通能力
- 批判性思考能力

價值觀：生命神聖、美的訴求、個人獨特性、愛心、
共同福祉、自尊、自省、自律、自由等等

透過生活經歷探索及思考生命

生活經歷：

- 個人成長及健康生活
- 家庭生活
- 學校生活
- 社交生活
- 社會及國家生活
- 工作生活



生命教育的四個層次：

- 認識生命
- 欣賞生命
- 尊重生命
- 探索生命

(A) 身生命

- 是狹少
- 自然物質世界

(B) 心生命

- 是廣大悠久
- 文化精神世界
- 「心的生命」是心靈主掌感官肉體
- 「性善」是「心」的稟賦，「性善」的彰顯，
意味著「心」具有生命力

「以身體物質生活為手段，以心靈精神生活為目標。」

生活情境

以學生經歷建構生命教育課程

價值觀

- 生命神聖
- 個人獨特性
- 人性尊嚴
- 美的訴求

技能

- 自我管理能力—情緒控制、應變力、反省、拒絕技巧、自我完善
- 解決問題能力
- 溝通能力
- 批判性思考能力

態度

- 欣賞
- 自我接納
- 自我完善
- 積極進取
- 樂觀豁達
- 堅毅精神
- 尊重生命
- 關心別人
- 愛心真誠

個人成長及
健康生活

× 我聽了一則自殺故事

家庭生活

生「舊」又燒好過生我
×

學校生活

×
今天我收到成績表

社交生活

×
我出席了一次同學的喪禮

社會及
國家生活

× 爸媽我遊公園

工作生活

×
我學習人際間的工作關係

認識生命

欣賞生命

尊重生命

探索生命

(I) 身生命

(II) 心生命

生活情境

以學生經歷建構生命教育課程

價值觀

- 生命神聖
- 個人獨特性
- 人性尊嚴
- 美的訴求

技能

- 自我管理 ability — 情緒控制、應變力、反省、拒絕技巧、自我完善
- 解決問題能力
- 溝通能力
- 批判性思考能力

態度

- 欣賞
- 自我接納
- 自我完善
- 積極進取
- 樂觀豁達
- 堅毅精神
- 尊重生命
- 關心別人
- 愛心真誠

個人成長及
健康生活

× 生命神聖、堅毅、
負責任

家庭生活

× 自我、自愛、自我接納

學校生活

× 堅毅、責任感、
樂觀、積極

社交生活

× 尊重、珍惜生命

社會及
國家生活

× 責任感、欣賞
大自然

工作生活

× 合作、尊重、和諧

認識生命

欣賞生命

尊重生命

探索生命

(I) 身生命

(II) 心生命

積極人生－生活事件配合範例：

學習層次	價值信念	生活事件	教學目的
(一) 認識生命	(1)生老病死是人生必經階段，而生命本身是有價值的	我家有了新成員	認識生命之始，欣賞誕生之奇
	(2)人非完美，但我卻生而獨特，學會接納，欣賞自己	• 生「舊」又燒好過生我？ • 我學會了解決學習上的困難	• 發現自己的獨特，接納及認識自己的長短處 • 接納自我、承認自己的長短處

學習 層次	價值信念	生活事件	教學目的
(二) 欣 賞 生 命	(3)生命必然有轉變，克服困難是成長的一部分	- 今天我收到成績表 - 爸爸媽媽分開了	- 面對個人成敗得失的接納與面對方法 - 學習以積極的態度來適應轉變
	(4) 生命中必然有逆境，學習積極面對；沒有困難是不可克服	- 我聽了一則自殺故事 - 我害怕升不了班 - 我不怕面對工作壓力	- 從青少年自殺的事件中，檢視自己面對困擾的處理方法 - 以珍惜生命、負責任和堅毅的態度面對生活的挑戰 - 培養積極面對困難的態度 - 以積極和勇於承擔的態度面對壓力
	(5)生命要小心演繹，理智抉擇，避免作不負責任的行為	- 拒絕朋友叫我吸煙 - 我向不良朋輩說「不」	- 面對朋輩壓力，學懂堅持立場，掌握拒絕技巧，並珍惜自己 - 明白潔身自愛的重要性

學習層次	價值信念	生活事件	教學目的
(三) 尊重生命	(6)人人有生存權利，別人無權扼殺	• 同學給我改花名 • 我看了一則新聞——媽媽抱子自殺	• 同學相處中，不尊重他人的尊嚴 • 明白生命自主，無人有權扼殺
	(7)美好的生活有賴與家人及朋友維持良好的關係	• 我不讓父母為我勞氣了 • 我學習工作間的人際關係	• 關愛家人，與家人建立愛的關係 • 明白建立和諧關係的重要性
	(8)美好的生活有賴與社會及大自然維持良好的關係	• 爸媽帶我遊公園 • 簽名支持綠化計劃	人對自然環境的珍惜與重視

學習層次	價值信念	生活事件	教學目的
(四) 探索生命	(9)生命是美好及有意義，學習價值判斷，止於至善	- 我出席了一次同學的喪禮 - 我懂得反省生命的意義	- 從出席喪禮對死者的悼念，反省生命的可貴，從而懂得珍惜 - 探討死亡，讓學生反省生命的可貴及自己的人生，從而學會珍惜、積極和堅毅地生活下去
	(10)熱愛生命，追尋個人理想，自我實現	- 我參觀了傷健中心 - 向醫護人員致敬	- 關心社會，關懷弱勢群體 - 學生懂得欣賞醫護人員的犧牲和承擔精神 - 以醫護人員為社會所作出的貢獻為例子，學習以行動去表達關懷及祝福

教育局的角色

1. 確立生命教育在課程中的位置
2. 透過德育及公民教育的領導培訓課程
3. 提供師資培訓
4. 提供資源支援
 - 教材套及網上教學資源
 - 提供資助計劃
 - 德育及公民教育津貼

教師可以進入德育及公民教育組主網頁

(www.edb.gov.hk/cd/mce)

在「資源及支援」項目找到下面一系列相關的學與教資源：

The screenshot shows the EDB website interface. At the top, there is a header with the EDB logo, the text '香港特別行政區政府 教育局', and a search bar. Below the header, there is a navigation bar with 'GovHK 香港政府一站通' and '簡體版 ENGLISH'. The main content area is titled '幼稚園、小學及中學教育' and '德育及公民教育 - 「生活事件」教案'. The page is divided into four sections, each representing a learning stage: '第一學習階段 (小一至小三)', '第二學習階段 (小四至小六)', '第三學習階段 (中一至中三)', and '第四學習階段 (中四至中六)'. Each section contains a table with three columns: '個人成長及健康生活', '學校生活', and '社會生活'. The tables are organized into a grid with green headers and light green rows.

香港特別行政區政府
教育局

GovHK 香港政府一站通 簡體版 ENGLISH

搜尋 | 網頁指南 | 郵件

熱門網站 請選擇

● 主頁
● 最新消息
● 關於我們
● 政策大綱
● 新聞公報及刊物
● 通告
→ 幼稚園、小學及中學教育
● 其他教育及訓練
● 本局向學生及家長提供的服務
● 學校行政
● 教師發展
● 教材庫
● 公開資料
● 公用表格
● 招標公告
● 相關機構及計劃
● 聯絡我們

幼稚園、小學及中學教育

德育及公民教育 - 「生活事件」教案

第一學習階段 (小一至小三)

個人成長及健康生活	家庭生活
學校生活	社交生活
社會生活	工作生活

第二學習階段 (小四至小六)

個人成長及健康生活	家庭生活
學校生活	社交生活
社會生活	工作生活

第三學習階段 (中一至中三)

個人成長及健康生活	家庭生活
學校生活	社交生活
社會生活	工作生活

第四學習階段 (中四至中六)

個人成長及健康生活	家庭生活
學校生活	社交生活
社會生活	工作生活



推行生命教育的嘗試

Life history

（生命的頌讚）

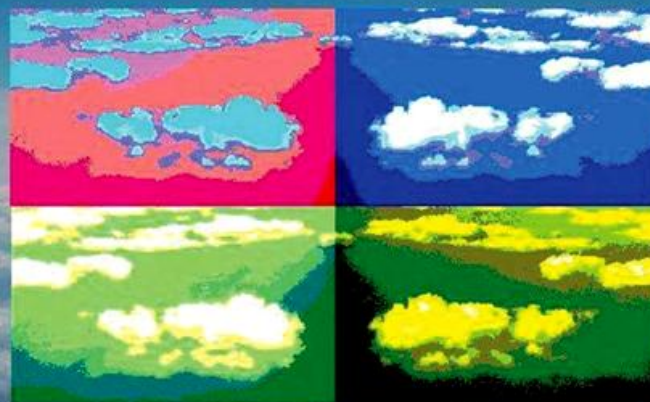
1. 疫境情真 生命光輝 - 好人好事實錄 2003
2. 城市小故事 人生大道理 2004-2006
3. 名人與學生對談系列 2005-2007
4. 愛心、關心、送暖心 2008（汶川大地震）

推行生命教育的嘗試



推行生命教育的嘗試

「名人與學生真情對話系列」之「積極人生」



講者：
陳麗雲教授
香港大學社會工作及
社會行政學系教授



主持：
李仁傑先生
香港電台
節目監製及主持



調題：生命在我手—從服務病患人士
反思人生意義

日期：2006年11月23日（星期四）

講者：
勞永樂醫生
傳染病專科醫生



主持：
韋佩文小姐
香港電台
節目監製及主持



調題：關懷顯愛心—從參與醫療工作
反思人生意義

日期：2006年11月24日（星期五）

講者：
葉詠詩小姐
香港小交響樂團
音樂總監



主持：
張璧賢小姐
香港電台
節目編導及主持



調題：樂韻伴我行—從推動音樂活動
反思人生意義

日期：2006年11月29日（星期三）

時間：下午2時15分至4時45分

地點：九龍塘沙福道19號教育統籌局九龍塘教育服務中心西座4樓演講廳

查詢詳情：教育統籌局通函第192/2006號 電話：2153 7433

主辦機構： 教育統籌局

協辦機構： 香港電台

推行生命教育的嘗試

生命教育座談會之名人對談系列

從文學、醫療及體育競技反思人生意義

講者：余非小姐
作家

主持：韋佩文小姐
香港電台節目監製

講題：從參與文學創作
反思人生意義

日期：2006年3月13日

沈祖堯教授
香港中文大學內科及
藥物治療學系系主任

麥潤壽先生
香港電台資深節目主持

從參與醫療工作
反思人生意義

2006年3月14日

何嘉麗小姐
前香港劍擊隊代表

羅曼穎小姐
香港電台節目監製及主持

從參與體育競技
反思人生意義

2006年5月22日

時間：下午2時15分至4時45分

地點：九龍尖沙咀東部科學館道2號香港科學館演講廳

查詢詳情：教育統籌局通函第 /2006號 電話：2153 7483

推行生命教育的嘗試

關心、愛心、送暖心 - Microsoft Internet Explorer

檔案(F) 編輯(E) 檢視(V) 我的最愛(A) 工具(T) 說明(H)

← 上一頁 → 搜尋 ☆ 我的最愛

網址(1) <http://resources.edb.gov.hk/mce1/earthquake/index.htm>

主頁 理念方向 學習策略 學習資源 家長參與

關心、愛心、送暖心

學習資源網站

我國四川省發生嚴重地震，災情慘重，無數居民痛失家園、甚至失去寶貴的性命。為了鼓勵學校藉此次大災難，與學生進行討論和實踐，培育學生「關愛」、「國民身份認同」和「珍惜」等積極的態度，本局德育及公民教育組，特設此資源網站，提供教學材料和學習指引。

2008 教育局 課程發展處 德育及公民教育組 版權所有 不得轉載

推行生命教育的嘗試

匯聚百川流・
德雨育青苗

新修訂
德育及公民教育
課程架構

教育局 課程發展處 德育及公民教育組
二零零八年四月

主要學習期望 及「生活事件」事例

第一學習階段（小一至小三）

個人成長及健康生活

- 注重個人衛生，養成健康的生活習慣（包括：運動、飲食、作息和閒暇活動等）
- 以樂觀積極的態度，適應新的學習環境
- 樂於表達自己的情感和需要
- 認識人的生命歷程：出生、成長、生育、年老、死亡
- 「生活事件」事例：「我要天天做運動」、「自己動手執書包」、「拜拜臭脾氣」、「清明掃墓顯孝思」

家庭生活

- 關心和愛護家庭成員
- 樂於與兄弟姊妹分享物品
- 以關懷和體諒的態度，消解與家庭成員的衝突
- 當家庭面對挑戰，懂得表達關心和支持
- 「生活事件」事例：「親親『悅』讀」（親子伴讀）、「玩具樂分享」、「家庭會議：周末好去處」、「爸爸媽媽分開了」

學校生活

- 以樂觀積極的態度，適應新的學習環境
- 認真面對學習上遇到的困難和挑戰
- 關心同學，互助互愛，樂意與大家一起學習
- 遵守規則、愛護校園
- 「生活事件」事例：「我是小學生了」（勇於面對轉變）、「我做好自己的功課」（不抄襲功課）、「幫助同學解決功課問題」、「清潔校園、師生樂園」

社交生活

- 以友善和關懷的態度，主動結交新朋友
- 在不同場合都能表現出應有的禮儀
- 當和友儕發生爭執，能夠互諒互讓
- 懂得尊重別人的私隱
- 「生活事件」事例：「邀請朋友到我家玩耍」、「我出席親朋戚友的晚宴」（注意餐桌禮儀）、「和平小天使」（學習處理朋友間的紛爭）、「有借有還」

社會及國家生活

- 主動關心社會發生的時事
- 尊重祖國及香港的象徵（例如：國旗、國徽、國歌、區旗和區徽等）
- 學習欣賞中國的傳統習俗、歷史文化和藝術創作（例如：喜慶節日、歷史人物、中樂國畫等）
- 積極實踐環保的生活習慣，善用資源（例如：循環再用、廢物回收、節約能源等）
- 「生活事件」事例：「我要出一分力」（參與國際慈善賑災活動）、「出席學校升國旗典禮」、「知多一點點：中國傳統節日」、「廢物回收，人人有責！」

主要學習期望 及「生活事件」事例

第二學習階段（小四至小六）

個人成長及健康生活

- 樂觀迎接成長過程身心的轉變
- 好學思辨，主動發掘新知識
- 理性處理壓力，勇敢面對挫折
- 培養多元化的興趣和嗜好
- 「生活事件」事例：「我懂得打扮自己」、「我要學…」、「走出低谷」（處理情負面緒）、「一人有一個夢想」

家庭生活

- 主動關心家庭成員的感受和需要
- 以尊重的態度，向父母表達意願和提出要求
- 分擔家務，樂於承擔家庭一份子的責任
- 常常與家人分享生活的經歷和體會
- 「生活事件」事例：「我是小護士」（照顧患病的家人）、「爸媽，我想…」（向爸媽提出請求）、「分擔家務我有責」、「爸媽，辛苦你們了」

學校生活

- 積極擔當服務同學和校園的工作
- 為升上中學訂下目標及作好準備
- 主動參加認識祖國的學習活動
- 以自省和正面的態度，面對學習的挫折
- 「生活事件」事例：「我是小風紀」、「『同學仔』，你應該..」、「我是中國人—內地時事我要知！」、「測考成績不理想，怎麼辦」

社交生活

- 以關懷和友愛的態度與朋友相處，不以取笑別人為樂
- 在友儕的壓力下，仍堅拒嘗試不當的行為（例如：抽煙、賭博等）
- 抱持尊重和律己的態度與異性交往
- 尊重不同國籍的人與自己擁有不同的思想、宗教和生活習慣
- 「生活事件」事例：「朋友給我改花名」、「你抽一口，我抽一口？」（拒絕同學邀約抽煙）、「男女有別」（與異性同學相處之道）、「我班來了新同學」（認識少數族裔/新來港同學）

社會及國家生活

- 尊重法紀，持守「遵規守法」的生活態度
- 認同社會不同思想、信仰、生活習慣，和諧共存的重要
- 關心社會不同階層人士的生活和福祉
- 認識「基本法」，了解它於香港和祖國關係上所擔當的重要角色
- 「生活事件」事例：「家有家規，國有國法」、「我第一次上教堂/廟宇」、「第一次參加飢饉活動」、認識『基本法』，你我都有責」

第三學習階段（中一至中三）

個人成長及健康生活

- 欣賞自己的優點並接納自己的缺點
- 以開放但批判的態度，審視並拒絕接觸傳媒的不良資訊
- 抱持積極的人生態度，為自己未來訂下目標和期望
- 懂得保護自己，嚴加抗拒帶有侵犯性的語言和行為
- 「生活事件」事例：「至型？至潮？」、「網絡謊言」、「不再幼稚」、「如何面對『性騷擾』」

家庭生活

- 當遇上困難和挫折，會尋求家人的意見
- 以理性和誠懇的態度，與父母討論問題和表達意見
- 能以堅毅樂觀的態度，面對家庭出現的轉變或逆境
- 常存孝道，慎終追遠
- 「生活事件」事例：「有商有量」、「爭取自主事件簿」、「家人失業了」、「故鄉拾趣」

學校生活

- 積極學習，主動擴展自己的眼界和視野
- 持開放友善的態度，樂於與友儕協作學習
- 善於安排學習和閒暇活動，不會過份沉迷(例如：上網、玩遊戲機等)
- 持守認真和嚴謹的態度，積極投入學習
- 「生活事件」事例：「參與學校中國文化周」、「與同學一起進行專題研習」、「一個有意義的假期」

社交生活

- 尊重別人，包容接納與自己外貌、體型和能力有差異的友儕
- 以誠懇和親切的態度和別人相處
- 以尊重和真誠的態度，與同性和異性建立友誼關係
- 當處於價值衝突的兩難局面時，仍擇善固執，作出合乎情理的判斷
- 「生活事件」事例：「愛共融」、「非禮勿言」(不說粗話)、「拖拖拉拉」(男女關係)、「大義滅友？」

社會及國家生活

- 對社會和國家抱持一份歸屬感和責任心，認同作為公民和國民的身份
- 認識祖國在發展過程中面對的機遇和挑戰，思考自己未來可以擔當的角色
- 積極參與到內地體驗交流的學習機會，建立對祖國的歸屬感和責任心
- 關心香港和國家發展之餘，亦具備國際視野
- 「生活事件」事例：「國旗下的講話」、「國家大事，你我關心！」、「我當了香港的親善大使」、「活在地球村」

第四學習階段(中四至中六)

個人成長及健康生活

- 積極進取，擁有正面的自我形象
- 有判斷能力，謹慎自律之餘亦能靈活應變
- 有遠見，有理想，不會只計較眼前的利益
- 做事講原則、重誠信，言行一致，慎獨
- 「生活事件」事例：「理財錦囊」、「我要高飛（追求理想）」、「為誰生活為誰忙？（反思生命的意義）」

家庭生活

- 積極維繫家庭成員良好的關係
- 耐心聆聽父母的心聲和教誨，不會獨斷獨行
- 當家庭面對逆境，勇於承擔舒緩和解決問題的責任
- 重視家庭觀念，尊重婚姻制度
- 「生活事件」事例：「沒有零用錢的日子（家人忽然失業）」、「不怕囉唆，最怕生疏（主動關心家人）」、「在家千日好（珍惜與家人相處的機會）」

學校生活

- 積極為未來的學業和工作作準備和規畫
- 以樂觀正面的態度，面對公開考試和升學的壓力
- 懂得解決學習上的疑問，並積極擴闊自己視野，充實自己
- 在學校擔當籌畫活動的角色，服務同儕
- 「生活事件」事例：「校政論壇」、「遊學體驗得著多」、「不怕面對公開考試」

社交生活

- 以大方得體、不卑不亢的態度和別人交往
- 在互相尊重下討論問題，並做到「和而不同」
- 能從別人的處境和需要作出考慮，並包容和寬恕別人過失
- 以尊重和關懷的心，學習如何和異性建立穩定和親密的關係
- 「生活事件」事例：「左鄰右里」、「反目成仇？」（學習復和的技巧）、「分黨分派，有你無我？」、「性=愛？」

社會及國家生活

- 認同「法治精神」和「尊重人權」對社會的重要
- 具備敏銳的觸覺和批判思維，能辨識社會議題中所蘊含的價值取向
- 以理性、多角度和批判思維，認識祖國現今面對的挑戰和機遇
- 認同自己的國民身份，願意承擔改善國家和人民福祉的責任
- 「生活事件」事例：「尊重知識產權，你我都有責!」、「旁聽立法會會議」、「國情全接觸」（加深對國家國情的了解）、「本是同根生」

工作生活

- 積極學習在社會工作應有的態度和禮儀
- 主動認識自己理想職業的要求，努力向著目標邁進
- 堅守個人誠信，並認同廉潔是推動社會進步的重要基石
- 努力擴闊視野，為將來理想的生活作好準備
- 「生活事件」事例：「先敬羅衣後敬人？」、「我的第一份工」、「誠信無價」、「我會做好呢份工」



(III)

生命的思考：

水的启示

水的啟示



(1)水能自己活動，亦能推動別人。

(動力、積極、自發、助人)

水的啟示



(2) 水經常探求自己的方向。

(有目標)

水的啟示

(3) 水遇到障礙物時，更能發揮力量應變。

(應變)

水的啟示



(4)以自己的清潔去洗淨他人的污濁。

(生命影響生命)



水的啟示

(5) 會改變自己，如雨、雲、霧、冰等，但不變其本質。

多謝！

