

國立台東大學社會科教育學系社會科教學碩士班

碩士論文

指導教授：魏俊華 先生

靜思語教學對國小學生品格教育
成效之研究

研 究 生：林怡靜 撰

中華民國九十八年八月

國立台東大學
學位論文考試委員審定書
系所別：社會科教學碩士班

本班 林怡靜 君

所提之論文 靜思語教學對國小學生品格教育成效之研究

業經本委員會通過合於 ☒ 碩士學位論文 條件
☐ 博士學位論文

論文學位考試委員會：

范焜文

(學位考試委員會主席)

范焜文

侯松茂

魏俊華

魏俊華

(指導教授)

論文學位考試日期：98 年 8 月 11 日

國立台東大學

附註：1. 一式二份經學位考試委員會簽後，送交系所辦公室及註冊組或進修部存查。

2. 本表為日夜學制通用，請依個人學制分送教務處或進修部辦理。

博碩士論文授權書

本授權書所授權之論文為本人在 國立臺東大學 社會科教學學系(所)
社會科教學碩士班 98 學年度第 暑 學期取得 碩 士學位之論文。
論文名稱：靜思語教學對國小學生品格教育成效之研究

本人具有著作財產權之論文全文資料，授權予下列單位：

同意	不同意	單 位
☐	☒	國家圖書館
☒	☐	本人畢業學校圖書館
☐	☒	與本人畢業學校圖書館簽訂合作協議之資料庫業者

得不限地域、時間與次數以微縮、光碟或其他各種數位化方式重製後散布發行或上載網站，藉由網路傳輸，提供讀者基於個人非營利性質之線上檢索、閱覽、下載或列印。

☐ 同意 ☒ 不同意 本人畢業學校圖書館基於學術傳播之目的，在上述範圍內得再授權第三人進行資料重製。

本論文為本人向經濟部智慧財產局申請專利(未申請者本條款請不予理會)的附件之一，申請文號為：_____，請將全文資料延後半年再公開。

公開時程

立即公開	一年後公開	二年後公開	三年後公開
			☒

上述授權內容均無須訂立讓與及授權契約書。依本授權之發行權為非專屬性發行權利。依本授權所為之收錄、重製、發行及學術研發利用均為無償。上述同意與不同意之欄位若未勾選，本人同意視同授權。

指導教授姓名：張金部 (親筆簽名)
研究生簽名：林怡靜 (親筆正楷) 林怡靜
學 號： (務必填寫)
日 期：中華民國 98 年 8 月 15 日

1.本授權書(得自 <http://www.lib.nttu.edu.tw/theses/> 下載)請以黑筆撰寫並影印裝訂於書名頁之次頁。

2.依據 91 學年度第一學期一次教務會議決議:研究生畢業論文「至少需授權學校圖書館數位化，並至遲於三年後上載網路供各界使用及校內瀏覽。」

授權書版本:2008/05/29

謝誌

踏上進修之路，從一開始擔心無法兼顧家庭、課業與工作，到完成論文的這一刻，內心的喜悅難免、然而心裡有更多的感謝...

首先要感謝指導教授魏俊華老師，因有您的用心指導，讓我跨越每一個寫論文的瓶頸，更因為您一貫的魏式幽默，適時化解我的緊張與擔心。口試期間，承蒙口試委員侯松茂教授、范熾文教授，在百忙之中細心審閱、改正缺漏，您的建議將使我的論文更加嚴謹與完善。此外，王聖銘老師、施孟隆老師、賴亮郡老師、廖秋娥老師，都是在修業過程中，讓我受益良多的師長，在此謹致上我最高的敬意與謝意。

其次要感謝典武學長和翠玲，給了我進修的勇氣，還有大愛媽媽佳靜，是你帶領我進入靜思語教學這個殿堂，並熱心提供寶貴的資源。另外願意讓我在該班級進行實驗教學的和玲老師和班上那一群可愛的小朋友們，如果沒有你們，我怎能如此順利完成論文。

來自全省各地的同學們，在這段研究所求學的日子裡，由於大家彼此鼓勵、相互切磋，共同熬過一個個挑燈夜戰的日子，在緊張壓力中，還能感受愉快學習的滋味，順利完成課業及論文。也因為有你們的陪伴，一起在台東這塊土地上留下共同的足跡與回憶，讓我的研究所生涯是愉快且充實的，真想告訴你們：「認識你們真好！」。

最後要感恩我的家人，在暑假期間無法陪著你們，謝謝你們的包容與關心，尤其是我的老公原利，在撰寫論文這段時間，給我最大的支持和鼓勵，讓我能全心全意完成。要感謝的人實在太多，謹以最誠摯的心，由衷感謝所有提供協助、付出關切的每一個人，開心的將這份喜悅與你們分享。

怡靜 謹誌

2009/8/15 於台東

靜思語教學對國小學生品格教育成效之研究

研究生：林怡靜

國立台東大學社會科教育學系社會科教學碩士班

中文摘要

本研究旨在提出一套適合國小三年級品格教育的靜思語教學課程方案，及評估此方案對於提升國小學童品格的態度及行為之成效，並探討方案在設計與實施之困境及因應策略。

本研究以屏東市某國小三年級學童為研究對象，實驗組學生31人，針對「責任」「尊重」「值得信賴」「公平」「關懷」五項品格內涵，設計10單元800分鐘的靜思語教學方案，對照組學生31人，不予實驗處理。結果採質量並重來分析，以李宜俞（2005）所編之「國小兒童品格量表」為測量工具進行前、後測及追蹤測，以獨立樣本單因子共變數分析考驗方案之立即性與持續性結果，並將實驗期間填寫的資料做整理分析，深入探討此方案的適用性及學生品格行為改變情形，並提出在設計與實施之困境及因應策略。

本研究有四點結論：

- 一、接受靜思語教學後，對於國小三年級學童在「責任」「尊重」「值得信賴」「關懷」之品格行為的提升有立即性的效果。
- 二、接受靜思語教學後，對於國小三年級學童「責任」「尊重」「關懷」之品格提升有持續性效果。
- 三、靜思語教學獲家長與學生肯定，受試學生對於教學方案的接受度高，品格有正向改變，本方案適合國小三年級學童採用。
- 四、靜思語教學之方案設計、教師態度與教學方式會影響課程實施的流暢性、學生的喜好與學習意願。

最後根據研究結果、結論提出建議，提供教師及未來相關研究參考。

關鍵詞：靜思語、靜思語教學、品格教育

A Research of Effect of Applying Still Thoughts Teaching on Character Education for Elementary School Students

Author: Lin, Yi-Ching

Department of Social Studies Education, National Taitung University, Master Program

Abstract

This research mainly intended to propose a project of curriculum of still thoughts fitting with character education for grade three students at elementary school, and evaluated the effect of such project in enhancing attitude or behaviors of students' character, and further discussed the difficulties and corresponding strategies in design and implementation of this project.

This research took grade three students at an elementary school in Pingtung city as research subjects. For the experiment group consisted of 31 students, 10 units (800 minutes) of instruction projects of still thoughts were designed based on five characteristic content of "responsibility", "respect", "trustable", "fairness" and "consideration." As for the 31 students in control group, they were remaining receiving the original style of education. Through analysis emphasizing both in qualitative and quantitative aspects, this research took the "scale of character for elementary school students" designed by Li, Shun-Yu (2005) as measurement to conduct pretest, posttest and sample tracking. Independent One-Way ANOVA was also adopted to verify the immediate and continuous outcome of such project. The data collected during the experiment were arranged and analyzed to deeply comprehend the appropriateness and changes of students' character behaviors of the project. Besides, this research also listed the difficulties and corresponding strategies in phases of design and implementation.

Four conclusions were gained in this research:

1. There were immediate effects of enhancing character behaviors in aspects of “responsibility”, “respect”, “trustable” and “consideration” for grade three students after receiving instructions of still thoughts.
2. There were continuous effects of enhancing character behaviors in aspects of “responsibility”, “respect”, and “consideration” for grade three students after receiving instructions of still thoughts.
3. Still thoughts teaching was approved with positive attitude by parents and students, the subjects in experiment group considered such project as highly acceptable, and felt positive changes in their characters, therefore, such project was appropriate for grade three students at elementary school.
4. The project design, teachers’ attitude and teaching style of still thoughts teaching would influence the smoothness of curriculum, preference and willingness to learn of students.

At last, according to the research results and conclusions, recommendations were brought out for other teachers and relative researchers in the future as reference.

Keywords: Still Thoughts, Still Thoughts Teaching, Character Education

目次

第一章 緒論	1
第一節 研究問題背景與動機	1
第二節 研究目的與待答問題	5
第三節 研究假設	6
第四節 名詞釋義	7
第五節 研究範圍與限制	8
第二章 文獻探討	10
第一節 品格教育之意涵與相關理論	10
第二節 國內品格教育發展與實施概況	26
第三節 靜思語教學意涵與教學內容	31
第四節 靜思語教學之相關研究	39
第五節 靜思語教學與品格教育之關係	45
第三章 研究設計	50
第一節 研究架構	50
第二節 研究對象	52
第三節 研究工具	52
第四節 研究方案	55
第五節 研究程序	58
第六節 資料處理與分析	60
第四章 研究結果與討論	62
第一節 靜思語教學方案對提升國小學生品格行為成效之分析	62
第二節 靜思語教學方案適用性之分析	72
第三節 方案設計與實施困境與因應策略	108
第五章 研究結論與建議	117
第一節 結論	117
第二節 建議	119
參考文獻	124
一、中文部分	124
二、外文部分	129

附錄		130
附錄一 使用國小兒童品格量表同意書		130
附錄二 國小兒童品格量表		131
附錄三 靜思語教學單元活動設計		134
附錄四 靜思語教學活動學習單		150
附錄五 靜思語教學單元回饋單		160
附錄六 靜思語教學總回饋單		161
附錄七 靜思語教學觀察紀錄與省思表		163
附錄八 家長回饋單		164
附錄九 訪談記錄表		165
附錄十 導師回饋單		166
附錄十一 成員想對老師說的話		167
附錄十二 成員家長觀察孩子在家中五項品格行為的進步情形	...	170
附錄十三 試教班級教學觀察與省思整理		181
附錄十四 實驗班級教學觀察與省思整理		187

表次

表2-1	中外學者對品格之定義	11
表2-2	國內外學者對品格教育的定義	14
表2-3	各學者與教育單位對品格教育的內涵整理	16
表2-4	Kohlberg的道德發展三期六段論	20
表2-5	Erikson所提出人格發展階段的八個時期	22
表2-6	六十四年生活與倫理和八十二年道德與健康之德目對照表	26
表2-7	探討證嚴法師思想與靜思語教學之研究	40
表2-8	探討靜思語教學進行與品格教育相關之研究	41
表2-9	探討靜思語教學與其他相關之研究	43
表2-10	六十四年、八十二年德育課程德目與大愛引航德目對照表	47
表3-1	研究樣本人數分配表	52
表3-2	靜思語教學方案課程綱要表	55
表3-3	實驗設計模式	58
表4-1	實驗組與對照組在「國小兒童品格量表」總量表及各分量表 前後測之平均數與標準差	63
表4-2	前後測「迴歸係數同質性檢定」結果	63
表4-3	實驗組與對照組在「國小兒童品格量表」總量表及各分量表 後測之單因子共變數分析	64
表4-4	實驗組與對照組在「國小兒童品格量表」總量表與各分量表 前測與追蹤測之平均數與標準差	66
表4-5	前測與追蹤測「迴歸係數同質性檢定」結果	67
表4-6	實驗組與對照組在「國小兒童品格量表」總量表及各分量表 追蹤測之單因子共變數分析	67
表4-7	實驗組學生對靜思語教學步驟喜歡程度	73
表4-8	各單元回饋單中對教學的感受	74
表4-9	單元回饋單中對各單元的收穫	76
表4-10	學生對課程時間與次數的安排滿意度	83
表4-11	學生對靜思語教學方案的整體感受	83
表4-12	學生對方案喜歡與不喜歡的原因	83
表4-13	學生對各單元方案設計喜愛程度	84
表4-14	實驗組學生對課程設計的呈現方式之喜愛程度	84

表4-15 學生家人對靜思語教學的認識.....	86
表4-16 成員家人的反應.....	86
表4-17 成員是否與家人分享靜思語.....	86
表4-18 成員對老師教學的喜歡程度.....	87
表4-19 成員喜歡老師教學的原因.....	87
表4-20 成員不喜歡上靜思語教學的原因.....	87
表4-21 成員對老師靜思語教學改進建議.....	88
表4-22 成員自評各內涵進步情形.....	88
表4-23 成員對靜思語教學的學習意願.....	89
表4-24 成員在靜思語教學後的內心感受整理.....	89
表4-25 成員家長觀察孩子在家中五項品格行為的進步分數.....	90
表4-26 家長對靜思語教學的態度.....	92
表4-27 家長對整體活動的看法及給老師的建議與回饋.....	92
表4-28 學生在責任、值得信賴、尊重、公平、關懷五項品格行為的進步情形.....	98
表4-29 學生在班級行為改變情形.....	99
表4-30 方案內容修正前後一覽表.....	110

圖次

圖 3-1 研究架構圖	51
-------------------	----



第一章 緒論

本研究之目的在探討以靜思語教學提升國小三年級學生品格教育之學習成效。本章共分五節：第一節是研究問題背景與動機，第二節是研究目的與待答問題，第三節是研究假設，第四節是名詞釋義，第五節是研究範圍與限制。茲分述如下：

第一節 研究問題背景與動機

壹、研究問題背景

十九世紀英國道德學家 Samuel Smiles 曾說：「一個國家的前途，在於公民所受的教育、公民的遠見卓識和品格的高下。」馬丁路德在五百年前也說過：「一個國家的興盛，不在於國庫的殷實、城堡的堅固或是公共設施的華麗，而在於公民的文民素養，也就是人民所受的教育、人民的遠見卓識和品格的高下。」（引自周慧菁，2003）

在古聖先賢之周公制禮作樂或孔孟思想的陶冶之下，傳統文化非常重視品格的建立，使我國向來有「禮儀之邦」的美譽。遠從光緒二十八年（1902）建立新教育制度時，即將「修身科」列為學科，實施九年國民義務教育之後，我國中小學課程裏，也一直設有專門的道德課程，在我國教育發展史上，德育一直佔有重要地位。我國國民教育法第一條就指出：「國民教育以養成德、智、體、群、美五育均衡發展之健全國民為宗旨」，「德育」始終被奉為五育之首，是我國教育的最高指導原則，也是學校教育所欲達成的最重要目標之一。

然而，隨著時代環境的變遷，我國過去所推廣與落實的品格教育在九年一貫課程實施後，正呈現諸多的轉變（吳寶珍，2003），國中小學德育科目不見了，將其融入了「生活」、「社會」、「綜合」等七大學習領域，不可諱言的，品格教育確實被忽略了。國內教育環境，在升學主義掛帥、文憑至上的風氣下，學生面臨強大的競爭壓力，莘莘學子們一味追求成績與學歷，忽略了修養自我的心靈（藍乙琳，2006），似乎有強調能力而忽略德育之嫌，導致「缺德教育」之說應運而生。加上隨著經濟快速發展、物質

文明逐漸提升，人們卻發現，過度功利導向的社會風氣，個人權益已習於凌駕於團體規範之上，各階層似乎忽略了個人品格的修養，認為「只要我喜歡，有什麼不可以」。教育部在民國 93 年品德教育促進方案中也提到：由於現代化自由民主風潮的激盪而開創出多元嶄新的風貌，因而衍生出傳統與現代、精神與物質、科技與人文、本土與國際等議題的矛盾與衝突，導致原有價值系統解體與社會規範失序，家庭教育與社會教育日漸式微。因此，有些兒童和青少年在這種大環境中，無法因應，而有品格價值失衡、行為偏差的現象日益嚴重（教育部，2004）。隨著社會病態出現，世界各地才驚覺嚴重性，因而開始有了提升品格的呼聲。

根據何琦瑜（2003）在台灣所做的調查中發現，超過七成的家長和老師都認為，民國八十三年推動教改十年後，中小學生的品格比十年前更差，例如：七成以上國中生作過弊，對於作弊行為認為是絕對不可犯的錯誤者卻不到五成；其他相關的調查也指出，國中小教師普遍感受學生的行為冷漠、現實、不服管教、不負責任、不尊重別人、舉止失宜、欠缺口德等。究其原因，九年一貫課程改革比較強調學生的「能力」而忽略「德育」，這是造成學生道德感低落的主要原因之一。於是老師及家長開始對於品德教育提出了呼籲，大家一方面有感於學校品格教育不彰，一方面又認為品格教育很重要，期望藉由學校品格教育能發揮振聵發聵的效果。

2003 年天下雜誌提出「品格決勝負-未來人才的祕密」專輯，論述新世紀所需要或期待的是「專業」和「品格」兼具的人才，甚且品格要求更勝專業，品格將是二十一世紀決勝的關鍵。同年教育部訓委會也已正視到這個問題，召開「教育發展會議」，決議中設置「品格及道德推動小組」，隔年公佈「品德教育促進方案」，採「研究發展、人力培訓、宣導推廣、反省評鑑」等實施策略來推動（教育部，2004）；「品格教育推展行動聯盟」也號召有志之士，出版了「品格教育的蝴蝶效應」一書，引起極大迴響。同年遠見雜誌也以「品德管理」作為專題，調查結果發現有七成四的企業認為「人品比人才重要」，在下一波的企業競爭，不再只靠策略、技術或創新，品德才是決勝負的重要關鍵，人才的品德比專業能力更重要；2007 年天下雜誌再次以「教出品格力」的專刊，引起極大迴響，足見社會及產業界對品格有強烈的要求與重視。

全球教育諮詢會議指出：二十一世紀各國教育重點即是塑造積極樂觀、品格高尚的好公民，世界各國正大力推行品格教育（周慧菁，2003

)。今年商業周刊更針對品格教育六大支柱提供家長及孩子實用教案，希望孩子能自動學好（商業周刊，2008）。種種跡象反映出重建價值觀的迫切性，這對以往主流社會價值觀認為「成績」才是孩子成敗的關鍵，唯有高學歷高知識才是高競爭力的社會來說，無疑投下一顆震撼彈，因此提升品格與落實品格教育，實為當前重要的課題。

綜上所述，在現今充斥種種亂象的社會中，物慾的滿足，卻換來心靈的空虛感，究其原因是我們失去了人們最原始的道德根本、品格的涵養。因此即便課程標準改變，德育沒有具體指標，但「品格」在整個大環境中始終占有重要的地位，品格教育實在不容忽視。好品德造就好未來，在人與人關係密切的社會，更該學習尊重與關懷，「教育學生變好，比教育學生變聰明還要重要。」在學校教育的各個階段之中，小學教育是國家義務教育之中的最基本階段，對學生品格修養的培養，是不可或缺的奠基時期，所以探討國小學生品格教育教學成效，便成為一門值得深入探討的課題。

貳、研究動機

研究者擔任國小普通班教師已有二十年，近年來處理學生的行為問題比教導學生課業遇到更多的挫折，感覺到聰明的孩子越來越多，但是品格好的孩子越來越少，也發現良好習慣的養成，越早著手越容易根深蒂固；正確觀念的培養，越早灌輸越容易見到成效。前教育部長黃榮村說過：「品格教育的啓蒙應該在小學，把基礎奠定好。」因此即使九年一貫並未特別強調品格教育，身處教育崗位第一線，我們有責任義務因應時代潮流，善用各種途徑與方法來進行品格教育，以幫助學生將良好的品格行為，實際應用於生活中。因此研究者一直希望能在學生學習發展的過程中，設計一套適當的教學方法及教材來協助學生提升品格。

2007年，屏東慈濟團體到學校辦了一場活動，為學生表演大愛短劇並說故事，研究者發現這些慈濟教師舉手投足、言談之間，都有一股發自內心、以智慧與愛心為教育奉獻的心，透過這些慈濟教師的帶領，研究者對慈濟團體及其精神領袖證嚴法師有了進一步認識，也參閱許多靜思語方面的文獻。在李月娥（2002）的研究中提到：慈濟教師們秉持著「菩薩的智慧，媽媽的愛心」以愛心與溫暖來教育孩子，他們不一定是「名師」，但各個都是「明師」；洪素芬（2000）則認為這些從事靜思語教學的老師(即

慈濟教師)，讓人感覺到不論在團體氣氛的美、以及教師教學分享的真，或是一般提問的應對中，其肢體語言的接納及熱心關切有一種說不出的柔和特質，在現今現實功利的社會，人們汲汲營營的行徑中，似乎像一股清流洗滌人心。研究者十分認同證嚴法師所說：「教育是一份志業，要有志工精神。」（陳蓓燕，2008）「對國家未來主人翁的養成，如培植一株株枝葉繁茂的菩提樹，要用心澆灌，悉心照拂，使之成長茁壯，以庇蔭人生的炙熱。」（慈濟教師聯誼會，2000），並將之視為努力的目標。

靜思語是證嚴法師多年來對慈濟功德會委員的談話編纂而成，從現實人生出發，從個人實踐中體悟（高信疆，1989），而其用字遣詞既白話又真誠懇切，其中的意涵，讓人看了很容易靜心思考，內心也易受感動；而「靜思語教學」乃是由慈濟教師所研發，適合任何教師在教學現場實施的教材，如大愛引航，小草與春風，靜思語教學月刊，靜思小天地，慈濟道侶，慈濟月刊，妙語生華...等，裡面有許多教師、學童及青少年針對靜思語教學豐碩教學的成果及具體的經驗分享，再經過慈濟教師聯誼會多年來將其推廣至學校。這些慈濟教師希望透過潛移默化且又系統的教學，使孩子懂理也懂事、教孩子事理圓融，並且認真學習，努力表現（洪素芬，2000），這樣的教育理念與研究者不謀而合，引發研究者欲以靜思語教學提升學生品格表現的動機。

靜思語就像一顆顆善的種子，而老師要做的，便是將它撒向孩子的心田（呂素琴、古宏深，1997）。倘若這一顆顆善的種子真能啟發孩子的善根，在孩子的心田生根發芽，那麼靜思語教學或許可以為學校品格教育提供一些參考，研究者期盼能運用靜思語教學，透過靜思語的話語精神與活動，給予學生深切的指引，使道德深層內化，經由外鑠而內化的過程，變化學生氣質，加強學生的品格教育，在潛移默化中養成良好的品格，並落實於生活中。亦期待著靜思語教學能成為提升品格教育的另一道曙光。

靜思語教學推行這幾年，雖然可以透過許多教師的文章及演講中發現其對學童及青少年產生了許多的啟發，關於靜思語教學之實徵研究報告也有十三篇，但其中只有陳蓓燕於2008年以靜思語推動全校性品格教育及郭怡玲於2006年運用靜思語教學實施國小五年級品格教育之行動研究之外，尚未有設計靜思語教學方案進行中年級品格教育行為之實證研究，而三年級學生年齡在皮亞傑的道德發展論中屬於自律階段，道德意識逐漸步入成熟階段，開始運用理性對道德規範做分析，判斷規範的適切性與可行性並

有選擇性的接受，不再盲目地接受一切的他律規範；柯柏格理論也認為此階段學生屬於道德成規期，開始有善良的動機，對別人互相關懷，可見三年級學生在品格的判斷開始進入成熟階段，進行品格教育、提升是非判斷能力更顯重要。

基於上述動機，研究者以文獻探討為其方案設計的基礎，依據美國 Character Counts（品格才算數）的親職組織 Josephson Institute 提出的六大核心品格（責任、值得信賴的、尊重、公平、關懷、公民責任）中選擇對三年級學生在班級及日常生活中較易實踐的五大品格—責任、值得信賴的、尊重、公平、關懷為主題設計一套靜思語教學方案，於九十七學年度第二學期，在屏東市某國小三年級實施，以靜思語教學為參考基礎，編擬適切可行的教學方案，探究透過「靜思語教學」來提升三年級學生的品格行為之成效，並希望此方案能達到增進學生品格態度及行為之學習成效的目的。

第二節 研究目的與待答問題

壹、研究目的

本研究旨在提出一套適合國小三年級品格發展的靜思語教學課程方案，及評估此課程對於提升國小學童品格的態度及行為之成效，其具體目的如下：

- 一、探討靜思語教學對提升國小三年級學生品格行為之教學成效。
- 二、發展出適用之國小三年級學生品格行為之靜思語教學方案。
- 三、探討靜思語教學方案進行品格教育，設計與實施時之困境及因應策略。

貳、待答問題

根據上述研究目的，本研究擬探討的問題如下：

- 一、接受靜思語教學方案的學生，其品格行為表現是否優於未接受靜思語教學的學生？
- 二、本研究所發展出的提升國小三年級品格行為之靜思語教學方案，其適

用性如何？

三、以靜思語教學方案進行品格教育時，在設計與實施之困境及因應策略為何？

第三節 研究假設

根據上述的研究問題，提出本研究假設：

假設一、接受靜思語教學方案後，實驗組成員在「國小兒童品格量表」之後測得分優於對照組。

1-1：經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在「責任」分量表之後測得分優於對照組。

1-2 經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在「值得信賴」分表之後測得分優於對照組。

1-3 經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在「尊重」分量表之後測得分優於對照組。

1-4 經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在「公平」分量表之後測得分優於對照組。

1-5 經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在「關懷」分量表之後測得分優於對照組。

假設二、接受靜思語教學方案五週後，實驗組學生在「國小兒童品格量表」總量表之追蹤測得分優於對照組。

2-1 經實驗處理五週後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在「責任」分量表之追蹤測得分優於對照組。

2-2 經實驗處理五週後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在「值得信賴」分量表之追蹤測得分優於對照組。

- 2-3 經實驗處理五週後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在「尊重」分量表之追蹤測得分優於對照組。
- 2-4 經實驗處理五週後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在「公平」分量表之追蹤測得分優於對照組。
- 2-5 經實驗處理五週後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在「關懷」分量表之追蹤測得分優於對照組。

第四節 名詞釋義

一、靜思語教學

「靜思語」是指證嚴法師平日向弟子、會員或社會人士開示的話語(高信疆, 1989; 洪素貞, 1996), 它是證嚴法師苦修體行的智慧結晶, 是自然的隨機開悟, 因緣善導, 既真實又親和, 既深邃又淺白的語言(許玉鳳, 1998), 語句意涵多為警世、勵人成分居多。

本研究所指之靜思語教學, 是研究者根據「慈濟教師聯誼會」(1999)所出版一系列靜思語教學之指引「大愛引航」, 選取適用於本研究品格主題單元設計課程, 包括了體驗活動、故事講述、靜思活動、省思活動、實踐活動等。使學生在潛移默化中, 逐漸了解、內化, 體悟正確的價值觀, 以啟發學童良知良能, 培養人生正確價值觀。

二、國小學生

國小學生是指就讀於國民小學之學生, 本研究所指的國小學生係指就讀於屏東市某國小三年級普通班兩班學生, 包括實驗組與對照組的學生。

三、品格教育成效

黃德祥(2003)認為品格教育(character education)是從認知、情意、實踐三個層面來教育學生, 培養學生良好人格特質, 使其知善、期望善, 以

及了解善、表現良好行爲，並內化成習性的學習歷程。

本研究品格教育成效係以「責任」「值得信賴」「尊重」「公平」「關懷」爲品格教育成效的測量指標；「品格教育成效」操作性定義指的是以李宣俞（2005）所編製的「國小兒童品格量表」作爲前後測施測工具，以及收集活動期間所填寫之「靜思語教學學習單」「靜思語教學單元回饋單」「靜思語教學總回饋單」「靜思語教學觀察紀錄表」「家長回饋單」「導師回饋單」，並於活動結束後訪談學生，以質量並重方式加以印證。

第五節 研究範圍與限制

基於上述研究動機與目的，茲將本研究的範圍及限制分述如下：

壹、研究範圍

一、研究方法方面

本研究係採準實驗研究法，實驗組進行靜思語教學方案，對照組未接受靜思語教學方案，研究工具以李宣俞（2005）所編製的「國小兒童品格量表」，以了解實驗處理之效果。此外，收集活動期間所填寫之「靜思語教學學習單」「靜思語教學單元回饋單」「靜思語教學總回饋單」「靜思語教學觀察紀錄表」「家長回饋單」「導師回饋單」，並於活動結束後訪談學生，以質量並重方式加以印證。

二、研究對象方面

本研究以屏東市某國小三年級兩個班的學生爲研究對象，將靜思語教學分成實驗組三年A班男生16名，女生15名與對照組三年B班男生17名，女生14名，共62名，實驗組接受由研究者設計的靜思語教學方案。

貳、研究限制

一、就研究方法而言

- (一) 影響學童品格的因素眾多，研究者無法一一掌控，本研究僅以靜思語教學活動，試圖提升學童品格行為，因此在推論研究結果時應加以考量。
- (二) 本研究所進行之靜思語教學活動，係由研究者親自進行所有活動流程，研究結果也許會受到研究者本身價值觀念、能力、主觀意識等影響，在做結果推論時，也應加以考量。
- (三) 研究進行時，研究者僅於實驗班親自進行教授，無法了解對照組班級的教學，因此教師特質與師生互動的情形可能影響研究結果。

二、就研究對象而言

本研究僅以屏東市某國小三年級兩個班級（三年A班、三年B班）共62名學童為研究樣本，並未擴及其他年段學生。因此所得之研究結果不宜做過度的推論。

第二章 文獻探討

研究者蒐集相關文獻，加以彙整分析之後，共分為五節，第一節說明品格教育之意涵與相關理論，第二節了解國內品格教育發展與實施概況，第三節探討靜思語教學的意涵與教學內容，第四節分析靜思語教學的相關研究，最後了解靜思語教學與品格教育之關係，以作為本研究設計與資料蒐集之依據。

第一節 品格教育之意涵與相關理論

壹、品格之意涵

在瞭解品格教育的意義之前，研究者先對「品格」的意義作一番探討。本研究從字面及涵義上來看，先區分人格(personality)、道德(morality)、品格(character)，並釐清三者的差異。

一、人格

人格(personality)意指一個人在適應社會生活中，對人與物所表現出的感受或反應，「內在自我」的「外在表現」，並不帶有是非善惡的評價，心理學家張春興(1991)認為人格是個體在對人、對己及一切環境中事物適應時，所顯示獨特的個人性格；個人的性格是由遺傳、環境、成熟、學習等因素交互作用下，逐漸發展的心理特徵所構成，而表現出來具有相當統合性及持久性的行為。

二、道德

「道德」是社會大眾對各種行為的規範、價值意識與個人品德、觀念的總和(國語日報中心主編，2000)。在我國古代，道德就是指人的行為舉止必須符合宇宙、社會運行的道理，使成為一位有德之人。在西方道德原意是「風俗習慣」，其後引申為大眾應遵循的理法，即合於倫理的行為；心理學家把道德視為眾人所應循的法理或行為之合於法理者(張春興，

1983)，亦可說是符合社會風俗習慣與社會規範的原則下，個人實踐這些規範的行為。道德包含「知」和「行」兩方面，基本上是人類理性反省後的一套真理，並外顯行為的規範，以作為善惡、對錯等價值判斷的標準(楊深坑，2004)；「道德」的標準會隨著時代演進及地區的不同而賦予合宜的標準，也會因社會文化背景的不同和時代思潮的變遷產生差異，其必須透過理性思考與抉擇(林生傳，1994)。

三、品格

「品格」一詞源自於希臘文character，本意是指在金屬或玉石上刻劃，意謂著「雕刻」、「切割」之意，意為具有卓越出眾、美好的特質。品格的意義猶如一個有特色的標誌或符號，也有「行為的典型和道德規範」的涵義（Ryan & Bohlin, 1999）。茲將品格定義整理如表2-1：

表2-1 中外學者對品格之定義

中外學者	年代	定義
張春興、林清山	1989	品格的形成通常需要透過教育和學習的歷程來陶冶，從教育心理學的觀點來看道德行為是需要學習的，經由學習環境及教學活動的設計，養成孩子獨立自主有所為、有所不為的健全品格，故品格有時也被解釋為道德。
張春興	1991	認為人格或品格是個體在對人事物與環境適應時，所展現出不同於他人的性格。個體的性格，是在遺傳與環境交互作用下，由逐漸發展的心理特徵所構成的；而其心理特徵表現於行為時，則具有相當的統合性與持久性。
林新發、王秀玲	2003	「品格」(character)又稱為性格、個性或人格，是個人身心與環境交互作用所形成的一組較維持久、穩定的內在心理傾向、特質或特徵，包括認知、性向、氣質、尊嚴、情意、道德、價值觀與態度的總合。

表2-1（續）

中外學者	年代	定義
葉紹國	2003	品格是個人表現於日常生活的一切習慣、作為，是個人修養程度與意志力強弱的表現，有別於其他個體的一切行為。一個有品格的人，通常能在各種場合情境中，相當穩定的採取恆久普遍的道德準則，以節制自己的行為。
沈六	2004	「品格」是個人情感、思想和行動整體的表現，此現象會有一段時間是前後一致的，且具有獨特性。可分為兩個層面：一為道德的品格：指與法式或標準、價值符合的程度，若以道德標準而言，可以誠實、仁慈、正直、友善、誠懇、勇敢等等為例。若是對人做價值判斷的意涵，如「人品」，也可稱為「人格」。二為心理的品格：包含思想、情緒與行動的成分。
黃政傑	2004	品格是個人的品行操守這方面的表現，就好比是一個人的行為規範，規範什麼是對的，什麼是不對的行為舉止，如果合乎這樣的規範來待人處世的話，會被稱為是一個品格好的人，反之則會被批評為品格不好的人
羅瑞玉	2005	良善的品格需藉由瞭解品格、喜愛品格、表現良好品格等三種要素構成。品格涵義較偏於以道德標準評定好的人格，品格是道德修養的程度，道德乃是品格的發展與培養。如果說道德教育是應然價值的體現，品格教育則是實然生活的開始。
呂敏華	2005	「品格」是指個人在社會化過程中，為了能適應社會生活，先天的身心特質與後天生活環境交互作用所形成一套比較穩定的內在心理特質，這種內在心理特質表現於外在行為則具有相當的持久性。

表2-1（續）

中外學者	年代	定義
Ryan與Bohlin	1999	一個人品格的形成，無論是內治或外修，內心和外界的掙扎，都有賴於意志的奮勉和堅持，所以品格是意志力的一種表現。
Lickona	2003	「品格是一種美德，這種美德是個人和群體所共同認定並遵守的價值規範，是人類的優良特質，更是一種發自內心的良善覺知」。

資料來源：研究者整理

綜合上述各學者及研究者對於品格的定義，研究者認為品格是個人的道德修養的程度、品行操守方面的表現，在社會化過程中，先天的個人特質並透過教育或學習的歷程而形塑出內在心理特質，它具有持久、穩定的，好的品格是內在的動機，成為「自律性」良善行為的表現，使人無論在怎樣的情況下，都做正確的事。

品格的意義常常與人格相混，事實上人格僅是個體內在個性的行為表現，不含價值判斷的；而品格較著重個體人格特質的價值評斷；此外品格是指個人「自律性」的道德修養程度，道德是品格塑造的過程，為了使其能符合社會社會規範，「他律性」的成分居多，也有所區別。但楊深坑（2004）則認為品格與道德教育都應著重於學生的內在啟發。因此三者之間有密切關係，但也有些許差異。

然而在本研究並非以教育哲學的語言分析取向，而是強調從教育理論化為實踐的角度，故將品德、品格與道德視為同義。

貳：品格教育的意涵

以下將品格教育的定義、內涵分述如下：

一、品格教育定義

品格教育範圍十分廣泛、界定不一，國內外學者對於品格教育的定意也眾說紛云。為了有助於了解與分析，研究者綜合各學者的定義與看法，整理如下：

表 2-2 國內外學者對品格教育的定義

學者（年代）	品格教育定義
黃德祥 （2001）	個體符合社會道德標準之多樣化培養過程，個體除能知善、愛善以及行善外，並包括個人道德教育、公民教育以及品格養成等不同教育或學習內涵。
李琪明 （2003）	品格教育是期望學生成為知善（心智習慣）、樂善（心靈習慣）、與行善（行動習慣）等具道德教養與成熟之人，並使之能擁有良善之道德生活。
黃德祥 （2004）	品格教育就是教育學生，使之知善、期望善，以及行善、表現良好行為，被內化成習性的歷程。其內涵必須兼具認知(knowing)、情意(feeling)、道德行動(action)等三部分。
李素貞、蔡金鈴 （2004）	藉由教與學的活動，促進個人發展倫理責任與關懷情懷的教學活動，主要在教導學生重要的倫理價值，營造關懷、誠信、責任與尊重的人我關係，涵蓋生活的各層面。
吳寶珍（2004）	藉由教與學的活動，促進個人發展倫理責任與關懷感動的教學活動。
黃德祥、謝龍卿 （2004）	是一種教導人類向上向善的教育，目的在幫助青少年理解、關心和履行核心的倫理價值。
林巧鵬（2004）	透過教育的方式規範一個人的行為，讓人們了解是非對錯的價值觀，並培養其具有尊重、負責、關懷等特質。
沈六（2004）	品格教育不但包括公開的道德行為，也包括兒童對是與善的內在化欲求，引導兒童親身實踐。此外，品格教育教導習慣如順服、愛惜財物、真誠與信任等，對於兒童發展來說是重要的。
李素貞、蔡金鈴 （2004）	品格教育是在協助學生表現個人特質，積極開發潛能，形成正確的價值觀，了解道德的中心價值，進而採納、內化，從增進自我了解、尊重他人、關懷社會的特質
羅瑞玉(2005)	如果說道德教育是應然價值的體現，品格教育則是實然生活的開始。

表 2-2（續）

學者（年代）	品格教育定義
Vessels及Boyd （1996）	品格教育是能促進社會、個人責任及良好之品格特質、道德教育的價值。由策略性指導來促進社會和個人責任感之增加，且促使形成良好的個人特質。 具體而言，就是教師要強調教導學生自己做好決定而不是告訴學生要做什麼。
Kohn（1997）	品格教育一詞有廣義與狹義兩種解釋： 狹義解釋—是指經由特別的道德訓練，以特定的價值觀及學習方案，配合孩童的天性及學習方式進行品格教學。廣義而言指其不能偏離價值教育、生命教育、人權教育、法治教育、民主教育，以及公民資質教育等原則與精神。
Otten（2000）	品格教育指個人於成長過程中，對於教育與學習之道德規範改變。廣義而言，品格教育具多元的意義，包含道德認知發展、社會與情緒學習、道德教育、生活技能教育、健康教育、衝突解決等方面，是個人在成長中，透過教育與學習而改變的歷程。
Character Education Partnership （2003）	品格教育是一項培養青少年良好品格的長期過程。良好的品格應該包括理解、互助、公平、誠實、同情心、責任感、尊重自己和他人等核心價值觀念。
Lickona（2003）	品格教育是幫助學生表現出仁慈、謙恭有禮與持續性的自律行為，直到成為他們的習慣。而品格教育最重要的目的是教導青少年瞭解並建立自身的「核心價值」，界定個人在民主社會中應盡的責任與義務，保障應有的權利並肯定人類的尊嚴與價值，促進個人與群體向「善」發展，增進人類生活福祉。

資料來源：研究者整理

綜合上述，研究者認為品格教育是藉由學校教育與環境交互作用的方式，規範一個人的行為，讓學生了解是非善惡等價值觀，其內容涵蓋生活

的各層面，教育學生能表現良好的行為，並內化成習性的歷程。狹義的品格教育可以以特定的價值觀設計教學方案，廣義來說品格教育還包含了各個面向，並可以透過學校、家庭與社區三者的合作關係，最終目的就是要強化學生認知、情意與行動的能力，使其不僅知善、樂善還要行善。本研究進行的品格教育，是以一套特定的課程與活動，幫助學生提生責任、關懷、尊重、值得信賴、公平等五項倫理特質，其中兼顧認知、情意、行動三方面，希望達到知行合一、學以致用的成效。

二、品格教育的內涵

要進行品格教育，教育工作者對品格教育的內涵應有所瞭解，掌握品格核心價值，才能建構出對學生適性合宜的教育方式，這是學校教育責無旁貸的責任與義務（黃德祥、謝龍卿，2004）。

品格教育所包含的內涵相當廣泛，以下對多位學者與教育單位對品格教育中核心價值的看法做以下的整理，綜合陳述如下：

表2-3 各學者與教育單位對品格教育的內涵

中外學者	年代	品格教育的內涵核心概念
李琪明	2002	提出自治、守法、秩序、整潔、榮譽、良心、公德、禮儀、規矩、關心、同理心、尊重、責任、環保等14項道德價值的內涵。
林新發、王秀玲	2003	配合知識經濟時代及未來社會發展趨勢，國民中小學學生應優先培養或教導十大品格核心內涵為：尊重、誠信、負責、創意、自律、公平、信賴、勇敢、勤奮、關懷等。
台北美國學校		台北美國學校中小學強調四個核心品格：誠實、尊重、責任、仁慈，並讓來自四十九個國家的師生認同的核心價值。

表2-3（續）

中外學者	年代	品格教育的內涵核心概念
吳寶珍	2003	品格教育的內涵分爲四個層面：1.內外修爲：自我修養、自我磨練和自律自制；2.待人接物：學習與人相處，具備仁愛胸懷，寬廣的胸襟，接納瞭解他人，進而關懷合作待人接物；3.正心誠意：由自律、進取、反省、感恩與毅力來獲得自我管理能力以及對他人尊重理解與欣賞能力；4.社會關懷：學習關懷環境與地方社區，參與社區服務參與和服務。還有幽默感、忠勇、虔誠、公平、公正與接納等品格素養。
加拿大安大略省約克區教育局		加拿大安大略省約克區教育局推行「品格可貴」教育計畫提出十大目標：尊重、誠實、公平、堅毅、勇氣、責任、爲他人著想、主動、正直、樂觀。
天下雜誌	2003	家長、教師發現學生最需要培養的品格爲自律、同理心、挫折容忍力、獨立思考、誠信、自信心、勇敢等
教育部	2004	在「品格教育促進方案」中提出關懷、尊重、責任、信賴、公平、正義、誠實作爲促進學生品格發展的重點。
高雄市教育局	2005	參考歐美各國，整合各專家學者、各級學校的建議，並依據本市特色與現代國民最需要的品格價值訂定屬於高雄市的品德教育核心價值，包括「友善」、「負責」、「孝順」、「感恩」、「尊重」、「合作」、「寬恕」等7項
李珀	2005	品格教育的內涵核心概念爲：悅納自己、尊重別人、兩性平權、家庭和樂、有禮貌、愛整潔、守秩序、有分寸、孝順父母、尊敬師長、友愛同學、自由民主、守法重紀、社會公義、環保、珍惜資源、信仰、奉獻、服務、感恩。

表 2-3 (續)

中外學者	年代	品格教育的內涵核心概念
Rose與 Sharon	2001	品格教育課程的內容應包含以下品格特質：尊重、責任、誠實、關心、自律、公平、公民、勇氣、忠誠堅忍
Lickona, T.	2003	十項品格教育不可或缺的基本的美德，這十項分別是：智慧、公平、剛毅、自律克己、愛、積極的態度、勤奮、努力不懈、包括主動、勤奮、正直、感恩、謙卑。

資料來源：研究者整理

綜上所述，本研究發現 Character courts(2003)所呈現的六大核心品格，包括責任(responsibility)、值得信賴(trustworthiness)、尊重(respect)、公平(fairness)、關懷(caring)、公民責任(citizenship) (周慧菁，2003)，已包含上述學者的品格內涵中最常出現的項目，天下雜誌(2003)在「品格決勝負」專輯中，綜合西方文獻也以此六大品格為教學指南，2008年商業週刊更以此六大品格特質，提出實用教案。因此本研究採取乃以六大核心品格中，出現次數最多的五大品格：責任、值得信賴、尊重、公平、關懷為設計方案的品格內涵項目，作為提升學生品格表現之重要向度。設計十週實驗方案，以提升國小三年級學童之品格教育。

參、品格教育之相關理論

品格教育的理論基礎，在傳統的道德理論—認知發展論、精神分析論、社會學習論之外，也加入了關懷倫理學及利社會行為理論，茲將理論分述如下：

一、道德認知發展論

張春興(1998)指出認知發展(cognitive development)是指個體自出生後在適應環境活動中，對事物的認識以及面對問題情境時的思維方式與能力表現，隨年齡增長而逐漸改變的歷程。兒童的道德認知，主要是指兒童對是非、善惡準則及其執行意義的認識，它包括道德概念的掌握、道德判斷

能力的發揮以及道德信念的形成三方面（詹棟樑，1994）。主要以Piagt 及 Kohlberg 的道德發展理論為主，茲做以下的探討：

（一）皮亞傑的道德認知發展論：

瑞士心理學家皮亞傑以「認知發展論」為基礎，發現兒童道德判斷發展與認知發展情形相符，皆有階段性，以其所觀察的結果，將道德判斷發展分為無律、他律、自律三個階段(楊素英，2002)：

1.無律階段（stage of anomy）-（出生至五歲以前）

此期的兒童係以自我為中心，屬於道德上的「零規範」、「無規範」，行為只是單純的感官動作反應，並無道德意識、道德規範可言。一切規則對他們而言似懂非懂，似有似無，我與非我不分，其未明，且不明白道德規範，亦無道德價值的判斷。

2.他律階段（stage of heteronomy）-（五至八歲）

此階段兒童逐漸從道德的無律至意識到家庭、學校、社會的道德規範，他們認為這些規範是超越個人的，是神聖不可侵犯，把權威人物所制訂的規範視為「制式的」。此一時期兒童對道德的看法是遵守規範，服從權威就是對的，很少表示懷疑。他們判斷行為的對錯是只重行為後果對行為好壞的判斷，只重其具體後果，而不考慮行為的動機和意向，如果逾越則為壞孩子的表現。以現實的觀點來決定行為的善惡，是片面的尊重（unilateral respect），不能做自主的道德判斷。以道德現實觀決定行為之是非善惡，不顧及動機或意向。

3.自律階段（stage of autonomy）-（八歲至十二歲）

到了自律階段，他們道德意識逐漸步入成熟階段，除了注意行為的後果，也會考慮到行為的動機，對於行為的判斷能深入瞭解其動機後再判斷其好壞。而且會開始運用理性對道德規範做分析、判斷規範的適切性與可行性並有選擇性的接受，不再盲目地接受一切的他律規範，不盲從權威，道德規範不再是拘泥、不可改變的，一切外在規範須經理性的認可後，才會成為個人的行為準則。此外還會注意到與人交往之間的互惠條件、相互性的關係，對於社會與學校中的規範，同輩朋友間會溝通彼此的意見，共同修正規則，發展出一套平等、合作、互惠的道德觀念。因此，自律階段的道德，又稱合作性道德（morality of cooperation）。

根據他對兒童的發現，道德發展有下列特性：

1、不同年齡的兒童在解決同一問題時，使用不同的思考方式。

- 2、在這些不同的思考方式彼此之間具有固定的、連續的順序。
- 3、每一種的思考方式，都以前一階段的思考方式為基礎發展而成。

(二) 柯爾伯格Kohlberg道德發展論

繼Piaget之後，Kohlberg採認知發展取向研究道德發展更引起心理學界重視，主要特點有二：其一：他經過多年的實證研究，發現每個人的道德都是隨年齡經驗增長而逐漸發展的，提出人類道德發展的順序原則。其二：道德認知可以經由教育歷程予以培養。

Kohlberg的道德發展與道德教育理論，皆植基於其道德判斷階段的實徵描述，以科學實徵的研究將道德認知的發展分為三期六階段。研究者將柯爾伯格的道德發展三期六段論整理於表2-4所述：

表2-4 Kohlberg的道德發展三期六段論

第一期 前習俗道德期（pre-conventional level）：九歲以下	
面對道德兩難情境時，先考慮行為後果是否滿足自己的需求，不能兼顧後果是否符合社會習俗或社會規範的問題。	
階段	道德判斷的依據
第一階段： 避罰服從取向 （punishment-obedience orientation）	因害怕招受處罰的規定而服從，盲從權威。
第二階段： 相對功利取向 （instrumental-relativist orientation）	利益交換的心態，要求別人也是如此對他，甚而希望得到者比付出者多，是具體且現實的道德取向。
第二期 習俗道德期（conventional level of morality）：10-20 歲	
面對道德兩難情境時，一般都是遵從世俗或社會規範，來從事道德推理判斷。	
第三階段：尋求認可取向（good boy/nice girl orientation）	是一種社會從眾的心態，社會大眾認可的就是對的，社會大眾不認可的就是錯的。
第四階段： 遵守法規取向 （law and order orientation）	信守法律權威、重視社會秩序的心理取向。在心理上認同自己的角色，在行為上有責任心、義務感。

表2-4（續）

第三期 後習俗道德期（postconventional level of morality）：20歲以上
面對道德兩難情境時，可本諸自己的良心及個人的價值觀從事是非善惡的判斷，未必完全受傳統習俗或社會規範的限制。

第五階段： 以合於社會大眾權益所訂定法規為基礎，做為
社會法制取向 道德判斷標準。

（social-contract
legalistic orientation）

第六階段： 個人根據他的人生觀和價值觀，建立他對道德
普遍倫理取向 事件判斷時的一致性與普遍性的信念。

（universal- ethical-
principle orientation）

資料來源：張春興（1994），教育心理學，台北：東華

二、精神分析論（Psychoanalytic Theory）

精神分析論以 Freud 及 Erikson 為代表，按 Freud 的理論，認為人格是一個整體，包含「本我」、「自我」、「超我」三部分。此三部分彼此互動產生內在動力，這種內在的人格動力促使個人人格發展(張春興，1994)，此三個部分述如下：

（一）本我(id)：本我是與生俱來，只具尋求生存滿足的本能性衝動，而以尋求性慾滿足的衝動最強。

（二）自我(ego)：是個體出生後，經學習而獲得的，介於本我與超我之間，其功能是在現實環境中，尋求個體需求的滿足。

（三）超我(superego)：是人格結構中居於最高部分，是在社會化過程中被塑造而成的，具有管制或壓抑本我衝動而使之合於社會規範的功能。

超我的部分通常是由父母的教導所影響，父母允許和禁止的行為，由父母的允許形成「善」或「好」的觀念，因此成為「自我理想」，藉由這類的行為取得父母的獎賞。至於父母的禁止則形成「良心」，若是做出這類的禁止行為，將會受到懲罰，此後因不能自制而做這類行為，內心就會產生罪惡感，形成一種自我良心的懲罰作用(賈馥茗，1999)。

由於 Freud 的理論建構上是以病患的幼年生活史為基礎，未必能推論一般人；且較強調生物性的觀點，Erikson 認為這樣的解釋不夠周全，於是以一般心理健康者的心理特徵為基礎，將人生全程視為連續不斷的人格發

展歷程，而發於自我的成長的內因是人格發展的動力。Erikson 的心理社會期發展論，認為個體的自我發展，在不同的年齡階段產生不同性質的心理危機與社會適應問題，有賴自行學習、調適自我，而化解問題。Erikson 將人格發展階段劃分出八個時期如下表 2-5 所示：

表 2-5 Erikson 所提出人格發展階段的八個時期

年齡	發展危機	發展順利者	發展障礙者
0-1 歲	信任對不信任	對人信任有安全感	對新環境焦慮
1-3 歲	自主行動對羞怯懷疑	按社會要求表現行為	缺乏信心、畏首畏尾
3-6 歲	自動自發對畏縮愧疚	主動好奇有責任感	畏懼退縮
6-青春期	勤奮進取對自貶自卑	有求學做事待人基本能力	缺乏生活基本能力
青年期	自我統合對角色混亂	有明確的自我觀念和目標	生活無目的而徬徨
成年期	友愛親密對孤僻疏離	與人相處有親密感	與社會疏離而孤獨
中年期	精力充沛對頹廢遲滯	熱愛家庭關心社會	不關心別人或社會
老年期	完美無缺對悲傷絕望	安享餘年	悔恨舊事

資料來源：張春興（1994），教育心理學，台北：東華

在人格發展歷程中，個體在不同時期學習適應不同的困難，化解不同危機，而後發展成健全的人格。第四個時期：6歲至青春期，此一時期也正是小學教育階段，正處於勤奮進取對自貶自卑的階段，若能解決發展的危機，就能發展出具有求學、做事、待人的基本能力，否則未能化解危機將影響日後人格發展。由此可知：精神分析論假定幼兒是無助的與邪惡的。人類天生具有本我，帶有非理性的本能與衝動。為使兒童成為好人，就要使他們的自我與現實相關聯，且要使他們的超我與善惡是非相關聯，所以，就必須養成（塑造）自我與超我成為人格的一部分，讓它們發揮作用去幫助兒童發展成為道德人(沈六，1991)。

三、社會學習論

以Bandura 為主的社會學習論強調，人類行為的學習與獲得是透過環境與個體的交互作用，不斷地學習合於期望及不合於期望的行為。在社會情境中個體的行為社會中受環境及別人的因素的影響而改變，學習行為的主要方式是透過「觀察學習」、「對楷模的模仿與認同」而來的，學習作用不見得是源於個體親身的經歷，間接的經驗也可以產生學習(Shaffer，1994)。觀察學習是指個體只以旁觀者的身份，觀察別人的行為表現，即可獲得學習。模仿是指個體在觀察學習時像某個人或團體行為學習的歷程，模仿的對象稱為楷模，家庭中的父母與學校中的教師，一向被視為兒童模仿的楷模人物(張春興，1998)。模仿學習有四種不同方式，其中「象徵模仿」是指學習者對楷模人物，所模仿的不是他的具體行為，而是其性格或行為所代表的意義。因此兒童在生活中直接接觸到，並且有影響力的人都會對其產生身教作用，包括父母、師長、朋友等，所以教師在學校情境中，應該根據有關榜樣的特點，有控制的設計榜樣、榜樣行為，以及有關的獎懲，引導學生學習某種合乎要求的態度(邵瑞珍、皮連生，1993)。Bandura主張抗誘惑、賞罰控制與楷模學習三個基本概念，藉此習得道德行為(張春興，1983)。

四、利社會行為(prosocial behavior)

過去有相當多學者針對利社會行為進行探討，Eisenberg & Mussen (1989)認為廣義的利社會行為是個體在不受強迫情形下，所表現出有助於他人或其他團體的行為，是個體有意的幫助、進行有利於其他個人或團體的自願性行為，而其行為動機是出於同情心或關懷，也可能是基於個體想獲得他人的回報或支持等理由。狹義的利社會行為即是利他主義，是一種以他人或團體的福祉為依歸的行為，行為者並不要求外在的酬賞，只想得到價值感及自我的酬賞，這些行為可能要付出某些代價或某些程度的犧牲、冒險、合作、捐贈同情、利他等行為才能達成。

利社會道德推理是指個體面臨個人和他人需求相衝突時，用來解釋情境、體會他人感受、衡量利弊得失與抉擇行動方案的過程中，所使用的想像、思考、判斷、動機、原則或價值，它是利社會行為表現的認知過程。Eisenberg在其發展論中指出，多數學前及小學低年級學生，會在喜歡對方

並認為會獲得回報的情形下而協助他人，是屬於「自私與自我中心導向」；在學前孩子及多數小學生階段，會向他人表示關心但仍缺乏真正的瞭解，是屬於「粗淺的他人需要導向」；部分小學學生及國中學生，基於所做的事可受到肯定而表現出利社會行為，是屬於「尋求認同導向」；少數小學及多數國中學生，能夠出於真正的同理心，感同深受地協助他人，是屬於「同理心導向」；至於少數高中學生能將協助他人轉化為一種內化的價值，是屬於「內化價值導向」(李素貞、蔡金鈴,2004)。兒童的利社會行為，係在其社會互動歷程中，自我表現出有益於他人或群體的極正向行為，亦是一種能兼顧利人或利己的平衡行為(羅瑞玉，1997)。

五、關懷倫理學(Caring ethics education)

Noddings(1992)在道德教育中去論述關懷實踐，從潛在到成熟發展其實是一歷程的潛移默化，這正是過於重視「知即德」的西方道德哲學傳統所忽略的。因此她提出重視感性的發動力、繼續不斷的對話、情境脈絡的掌握、建設性的溝通、接納與設身處地、責任與承諾等內涵，而有別於重視認知、判斷、道德原則的道德哲學與道德教育。

Noddings 的教育理念認為，教育的目的在於依學生的需求，培養有關懷倫理和關懷能力的人。在教育實踐上要讓學生有關懷、實踐的機會及受關懷的親身體驗才能更樂於付出關懷。她也從關懷倫理的觀點提出了對於道德教育方式的看法(方志華，2000)：

(一) 身教：教師與學生的關係是關懷者(one-caring)與被關懷者(cared for)的關係，教師要成為學生的楷模，只有在關懷的情境中，學生才能習得關懷他人。

(二) 關懷對話：在關懷模式對話中，重點不在於論題的爭辯，而是要視為一種人際的推理；不在邏輯技巧的推演，而是在對話的過程中關注每一位參與者。讓對話雙方體察關懷自己與他人的重要性，並在關懷的對話情境中，學習彼此尊重。

(三) 關懷實踐練習：關懷不僅是一種態度，更是一種助人的行為動力。Noddings強調關懷倫理雖是女性的特性中發展而來的，但卻是兩性共同必備的德行，在實踐中體會關懷與被關懷。

(四) 肯定承認：關懷者肯定並激勵被關懷者的表現。關懷關係是相互的，

師生應彼此關懷、互相體察對方的需求，教學的重點是在關懷能力的培養而非特定知識或價值的傳遞。因此，她認為在無法廢除各項考試之下，評量應由教師以外的人或機構來進行，以免破壞關懷的關係。

綜合上述道德理論，其共同的特色就是認為道德是可以用教育來培養的，以認知發展論來說，道德發展是成階段性，而每個階段有其重要發展的關鍵期，所以應該把握住這些學習的關鍵，去培養孩子此期的道德認知與實踐；至於精神分析論者也認為人格發展是成階段性，不同的時期要適應不同的困難，只要每個階段能化解危機，就能發展成健全的人格；至於社會學習論與關懷倫理學都很強調身教的重要，社會學習論強調教師、家長是孩子學習的重要楷模，要有好的認知發展就要有好的榜樣可以學習，所以教學設計應該以此為標準，關懷倫理學更特別強調身體力行，讓孩子有關懷、實踐的機會及受關懷的親身體驗，如此孩子才能知道如何去關懷他人。利社會行為也分成幾個階段，大致上與認知發展有雷同之處，像小學階段為自我中心導向，再進化到尋求認同導向，一直到同理心導向，到最後內化價值導向也就是道德認知最高階段。

由以上道德理論，了解到三年級學生的道德發展階段與其所面臨的發展危機、教師身教與環境的重要，以及道德層面著重的不僅只有認知發展，亦著重道德情意層面，進而提升道德行動層面，過程價值及心理歷程更不容忽視，因此整個靜思語教學課程設計亦以這些理論為基礎，在五個教學活動中強調楷模學習、實踐學習。靜思語教學非常強調做「經師」不如做「人師」，注重「身教」也注意「聲教」，如果教師營造溫暖的環境，尊重與關懷每一個學生，相對學生也會去關懷其他人，和關懷學習論有所相似；此外強調「教而學、學而做」，希望學生能真正運用到生活當中。在設計此靜思語教學活動，對學生道德上的培養不管是道德認知、道德實踐都力求兼顧，務求整個教學對孩子的道德學習能有所成效，真正落實品格教育。

第二節 國內品格教育發展與實施概況

壹、品格教育課程發展背景

國民教育法第一條指出：「國民教育以養成德、智、體、群、美五育均衡發展之健全國民為宗旨。」由此可見，品格教育在國民教育中極具重要性。從民國38年以來，國小德育課程曾有「公民」、「公民訓練」、「公民與道德」等名稱。民國57年訂為「生活與倫理」，當時品格教育是以教條灌輸為主，除了在德育課程中強調四維、八德、三達德之外，每一學期以一週一個中心德目的方式，進行「守法、禮節、正義、信實、公德、勇敢、知恥、寬恕、愛國、友愛、睦鄰、孝順、合作、勤學、有恆、節儉、負責、和平」十八個德目的重點強調，並有實踐的規條，強調學生應該要實踐履行，至民國64年修訂課程標準。民國八十年，政府推動六年輔導計畫、春暉專案、誠實專案、璞玉專案，以淨化校園，推動品格與道德教育。民國82年「道德與健康」單獨設科，一到三年級採合科教學，四到六年級分科。此外，並因應現代潮流，調修原來十八個德目成為禮節、信實、勤儉、守法、孝敬、愛國、仁愛、正義八個德目。如表2-6

表2-6 六十四年生活與倫理和八十二年道德與健康之德目對照表

64年	友愛 睦鄰 寬恕 和平	正義 勇敢 知恥	禮節	勤學 有恆 節儉	信實 負責 合作	孝順	守法 公德	愛國
82年	仁愛	正義	禮節	勤儉	信實	孝敬	守法	愛國

資料來源：我國小學道德教育課程標準演變及其內涵研究，邱慧玲，2000，1949-1993。

國民小學過去每天升旗完後的二十分鐘的「生活與倫理與健康教育時間」，也在民國八十二年版的國小課程標準中不見。民國八十五年將這個時段則改為「導師時間」，由導師自行彈性運用，不限於要實施生活與倫理或健康教育。民國八十七年通過「教育改革行動方案」，建立輔導新體制，強調中小學「教學、訓導及輔導三合一」，藉由整合教學、訓導與輔導三方面，提升品格與道德教育。民國87年九月，教育部公布「國民教育

階段九年一貫課程總綱綱要」，自九十年度起，國民小學一年級全面實施九年一貫課程，將道德科目從七大領域中剔除，德育課程在正式課程中隱匿，而改以融入社會科學領域及各個領域的方式，進行相關的道德與品格教學。最爲人所詬病的是九年一貫課程將過去所重視的「德育」科目消失了，而被譏爲「缺德」的課程，德目教學劃上句點，僅能在「總綱」中提出「培養具備人本情懷、統整能力、民主素養、鄉土與國際意識，以及能進行終身學習之健全國民」等基本理念，課程總目標分爲「人與自己」、「人與社會環境」、「人與自然環境」三層面共十點，以及自社會學習領域與綜合活動學習領域觀之的課程目標與分段能力指標，看到廣義的德育意涵與精神(李琪明,2002)。

就上述的發展背景，我國目前正處於九年一貫課程實施期間，在九年一貫課程課程總綱中，「2005-2008 教育施政主軸」計畫的預期目標作爲我國現階段品格教育的發展目標，建立以計畫中關懷、尊重、責任、信賴、公平正義、誠實的「核心價值」以及在全體師生、家長之間的接受是首要之務，目標在使學生建立自己的價值系統，付諸實行，成爲一個對人我負責任的人。

貳、品格教育發展與實施現況

近幾年來，由於社會問題日受重視，以及種種對於教改十年亂象的反思，品格教育成爲國內很受到重視的主題，民間與政府機構紛紛進行討論並研擬提升品格的具體策略。「天下雜誌」在2003年11月號以「品格決勝負：未來人才的秘密」爲主題加以探討，引起社會廣大的迴響與震撼；教育部在2004年2月召開會議，爲發展學校品格及道德教育內涵，特依2003年「全國教育發展會議」結論，成立「品格及道德教育工作小組」，並研擬「品德教育促進方案」，期藉本方案之推動，能培養學生實際生活之正確態度和情操。

在2004年2月「研商品德教育促進方案(草案)會議」中，提出四項共識（高雄市政府教育局，2005）：

- 一、品德教育應融入各項課程與教學
- 二、將品德教育成效融入現有相關評鑑機制
- 三、品德教育職前教育與在職進修

四、結合民間資源推動以及六個主要項目：

- (一) 應將品德教育列為學校重要工作，隨機將品德教育融入空白課程、導師、綜合活動中。
- (二) 有效教學是最佳途徑，以引導學生喜歡上學，激勵其自信心、榮譽感、自律習慣。
- (三) 身教重於言教。
- (四) 結合多方資源推動。
- (五) 將品德教育融入社會教育各項活動中，喚起大眾支持。
- (六) 將品德教育實施成效列為各校校務評鑑，並提高比重。

在2006年，教育部重新修訂推出「品格教育促進方案」，地方教育局長會議也異口同聲，呼籲加強學校品格教育，台北市二十多位校長聯合撰寫「品格教育回流」一書，由吳清基，曾美蕙主編，並貢獻各校推廣品格教育的妙招。教育部並於2007年首次執行「96年教育部獎勵品德教育績優學校實施計畫」，其目的為獎勵品德推動績優學校，激勵學校親師生全面參與品德校園文化之塑造，並分享交流各績優學校之推動經驗，以形塑優質之校園道德文化，特訂定工作計畫。計畫中列有遴選品德教育績優學校之指標：

- (一) 依據「由下而上」、「多元參與」之原則，訂定品德教育之核心價值與具體行為準則。
- (二) 將品德教育融入相關課程或活動，使學生透過實踐、體驗與省思，建構內化的意義，引導學生思辨、澄清、接納，進而願意實踐。
- (三) 透過親師生共同營造具品德氣氛之優質校園文化，並結合社區資源以發揮境教之功能。

在政策上，在教育部以「創意臺灣、全球布局～培育各盡其才新國民」為核心，研擬「2005-2008 教育施政主軸」四大綱領、十三項策略及三十四個行動方案中，並將品格教育列為「社會關懷」中的行動方案。其中列舉出 1.結合學群/社區/縣市發展品格教育 2.強化利他情懷 3.強化學生對國家、社會、自己的責任，共三項主軸架構(教育部，2004)，希望在 2008 年 12 月底，能達到使學生擁有關懷、尊重、責任、信賴、公平正義、誠實等六大美德的目標。

以下就台北市、高雄市品格教育發展與實施現況概述如下：

一、臺北市品格教育發展與實施現況

天下雜誌曾報導臺北市議員厲耿桂芳所做的學校品格與道德教育調查，調查中顯示，教改十年下來，老師與家長都不滿意的，就是學子的品格教育。八成的臺北市老師認為學生比以前沒有禮貌，不禮貌的行為包括冷漠、不用敬語、欠缺口德、不服管教、現實、不負責任、沒有分寸、舉止失宜，自私，不尊重別人等十大項，因此關心臺北市學子品德教育的成效，亦是民意代表們的重要議題。位於首善之都的臺北市，向來就是各種教改運動的灘頭堡，對於品德教育的推動自是不落人後。

李錫津(2003)在教育局局長任內，曾大力提倡體驗學習，認為「經由體驗、探索的學習，才能讓孩子學得更自然、學得更深入、學得更牢靠。」而九年一貫的品德教育課程，強調多元整合，從體驗著手，落實生活，並培養道德實踐能力(周慧菁, 2003)，故臺北市已有不少學校，藉由生活體驗活動，讓學生認知良好品德的重要性，並能轉化為情感及行動的實際能力(瞿德淵, 2004)。吳清基接任教育局局長後，體認到品德教育的重要性，提出「以精緻教育為核心概念，將品德教育融入九年一貫課程，讓孩子在生活化課程中學習」的想法，更促使臺北市的部分學校，進一步將品德教育融入九年一貫課程的設計中，讓孩子能更完整地學習到品德的正確觀念(黃祝, 2004)。就社團推廣方面而言，在臺北市推動品德教育的過程中，可以看到民間團體、基金會的努力，如靜思語教學，透過師資培訓、課程設計、多元活動等方式，讓臺北市的品德教育呈現出多元的樣貌。

二、高雄市品格教育發展與實施現況

高雄市的教育將在創意學習的基礎下，以品格、生命及生活教育為主軸，推動「優質、活力、心教育」，培育珍惜自己與尊重他人的優質現代公民，以營造友善校園、健全市民心靈、提昇公民文化（高雄市品德教育電子報，2008年10月23日）。為促進高雄市各級學校品德教育實施成效，於93年11月11日訂定「高雄市各級學校推動品格教育實施計畫」，並成立「品格教育推動小組」，希望營造有利品格發展與溫暖關懷的環境，以培育未來具有國際競爭力的新世紀人才。此外，依據教育部93年12月16日頒訂「品德教育促進方案」，修訂「高雄市各級學校『品德教育促進方案』計畫」，除配合教育部擬訂高雄市2005年至2008年「品德教育促進方案」

計畫外，並將教育部實施策略與工作項目納入計畫內，協助各級學校在既有學校特色基礎上，發展永續之品德教育校園文化並擬定『品德教育促進方案』，於2005年參考歐美各國，整合各專家學者、各級學校的建議，並依據本市特色與現代國民最需要的道德價值訂定屬於高雄市的品德教育核心價值，「友善」、「負責」、「孝順」、「感恩」、「尊重」、「合作」、「寬恕」等7項（高雄市品德教育電子報，2008年10月23日）。

爲了在實施時有明確的遵循方向，高雄市教育局擬定品格教育實施目標爲1.營造優質的「品德本位校園文化」學習環境。2.增進教師實施品德教育的能力。3.培養學生反省、思辯及實踐品德的能力。4.結合民間資源，強化社會品德教育功能5.推動研究發展、環境營造、人力培訓、推廣深耕與反省評鑑五大策略，整合高雄市各級學校、家長、民間團體等力量，以強化親、師、生對於當代核心價值之認知與實踐力，爲優質社會紮根奠基。高雄市品格教育透過品格典範、獎勵良善、體驗學習的方式，從知、情、意上培養學生「知善」、「愛善」，進而「行善」。具體作法包括：

- 1.依據教育部93年12月16日頒訂「品德教育促進方案」，訂定高雄市2005年至2008年「品德教育促進方案」計畫外，並將教育部實施策略與工作項目納入教育局施政計畫，積極推動辦理。
- 2.結合公益團體及人發局資源辦理品格種子教師培訓：93年9月至12月結合慈濟基金會辦理品格融入生命教育種子教師研習，共計約300人次參加；94年1月28日至2月2日結合人發局辦理4場次研習，共計有高雄市各級校教師及行政人員200人次參加。
- 3.發行高雄市品德教育卷宗（電子報）：於94年2月17及2月24日假光華國中召開「研訂高雄市品德教育核心價值暨出版品德教育卷宗（電子報）」會議，訂定高雄市品德教育核心價值以及發行品德教育卷宗（電子報）相關事宜。品德教育卷宗與電子報將每月定期發行2次，希冀透過書面及資訊媒體的無遠弗屆力量，達成潛移默化目標。歡迎高雄市各級學校師生及民眾踴躍訂閱電子報，另每期20000份的品德教育卷宗，亦請各級學校能廣爲宣傳與運用，讓品德教育融入學校生活，營造充滿友善的校園文化（高市教育局二科，2005）。

綜上所述，高雄市的品格教育依據教育部的「品德教育促進方案」，修訂「高雄市各級學校『品德教育促進方案』計畫」，擬訂高雄市「品德教育促進方案」計畫外，並將教育部實施策略與工作項目納入施政計畫內，

以藉由本計畫之推動，引導並協助各級學校在既有學校特色基礎上，發展永續之品德教育校園文化。

第三節 靜思語教學意涵與教學內容

本節內容主要在探討靜思語教學的涵義與特色，以及經由慈濟教師的發展後，靜思語教學的教材內容與教學方法。

壹、「靜思語」緣起與意涵

一、靜思語的產生

「靜思語」是慈濟基金會的創辦人證嚴法師修習佛陀的教化與佛教的經典（劉佑星，2002），起源於民國七十八年，佛教慈濟功德會委員，感恩其團體領袖釋證嚴（以下尊稱證嚴法師）秉持著慈悲喜捨、尊重生命、大愛感恩的理念，行腳台灣各地，也不間斷在全球推動四大志業、八大腳印，應機開示、闡揚佛法的引領，希望把證嚴法師平日向弟子、會員或社會人士自然而隨機的開悟，親切智慧的言語，鼓勵為善的話，以短句方式節錄下來，讓更多人在心志脆弱、徬徨摸索時，能夠給予堅定的力量；也為了讓更多的人能夠淨化己心，找到人生努力奮鬥的正確方向，無論做人做事、勵志修身、濟貧教富或淑世助人皆能隨時引用。於是故由高信疆先生主編、在柯元馨、何國慶、洪素貞暨諸慈濟人的協助之下，將證嚴法師的答問開示、學佛專論、慈濟的書冊報導、隨師記行，彙錄成「證嚴法師靜思語」（高信疆編，1989），由九歌文化出版社出版。

靜思語採語錄體方式編輯，主要在於模仿中國古代經典文學「論語」，取其「簡明扼要、易記、易懂」之特點，方便流傳與運用。《講義》雜誌曾針對影響現代人最鉅的中國名著所做的讀者票選結果，《證嚴法師靜思語》是僅次於《論語》名列第二的一本書。這不僅是一本暢銷書，也是長銷書，亦可見此書受到讀者的喜愛程度以及與讀者生活中的契合度。

二、靜思語的意涵

「靜思」二字，原為「靜思惟」的意思，希望用「淺顯易懂的語言，

闡述人生道理」，透過凝神自照的工夫，調得身心如一、動靜一致的境界。而證嚴法師自己本身對於「靜思」二字意義，除了原先的「靜思惟」的簡義外，更予以深化解釋為「青山無所爭、福田用心耕」（洪素貞，1998）。更是將「靜思」兩字背後的意涵作了極盡奧妙且完美的註解。

劉佑星（2002）指出，靜思語秉持「菩薩人間化，佛法生活化」的理念，以現實人生為出發點，透過日常生活中自己的力行實踐與證驗，而參悟出的無量智慧法語。對於「靜思語」的真義與應用，證嚴法師在為大愛引航（慈濟教師聯誼會，2000）做序時即明白指陳：「靜思語」之所以用最淺顯易懂的語言，闡述人生的道理，目的是希望每一位讀者都能得到心靈上的自在，而真理不在詰屈聱牙的用語，看似尋常的語句，只要用心體悟，句句都蘊涵著奇崛，浮躍著佛性（釋證嚴，1992）。它不只是口頭上的論說，或只重文辭的優美，最重要的是能與日常生活相契，所以可以運用在現代社會上，因此雖然是很淺顯的話語，但是其中卻隱含著許多人生的大道理，除了對一個人的生活教育與道德教育提供了理想的規範之外，更重要的是對「人生的價值」與「生命的功能」提供了更高層面的方向，許多人因為一句靜思語而大徹大悟，而有更多的人也因為靜思語的啟發找到了人生的方向。靜思語所表達的尊重生命、大愛、感恩與無所求付出的慈濟人文精神，超越了地域、國家、種族、政治與宗教的藩籬，已逐漸形成「大愛包容地球村」的理想（劉佑星，2002）。

但是，隨著「靜思語」一詞被普遍的使用，靜思語這三個字等於一個慈濟世界，等於一個慈濟精神的延伸，以及證嚴法師堅持出來的一些理想，無形當中帶給人們很大的信心，這是靜思語能夠行之久遠的一個最重要的因素。」（洪素貞，1998）。因此，廣義來說，舉凡證嚴法師開示之話語及著作，或經慈濟教師體悟、簡化之後的語句，皆可稱作「靜思語」（劉佑星，2002）。

貳、靜思語教學

一、「靜思語教學」的涵義

根據劉佑星（2002）的解釋，「靜思語教學」是指教師秉持尊重生命的全人教育理念，配合學校教育的課程，透過主題式或融入式的教學活動，隨機將證嚴上人的靜思語傳達給學生，使學生在潛移默化中，逐漸了解、

內化、體悟正確的價值觀，確立了人生的正確宗旨，進而能於日常生活中力行實踐的一種教學方式。

而在賀正楨（1999）的研究中，則簡單定義「靜思語教學」為：教師透過各種方式，將「靜思語」的道理融入教學中所形成的教學活動。根據慈濟教師聯誼會的定義：「靜思語教學」是慈濟教師秉承修身要「慈悲喜捨」、修心要「誠正信實」及重視倫理的慈濟人文精神，將證嚴法師的「靜思語」輯選為道德教育教材，用心開展出的特有教育方式（慈濟教師聯誼會，1999）。證嚴法師（1997）本身對於「靜思語教學」的意涵認為：「靜思語教學」是運用簡單、好記、適合學生的「靜思語」來滋潤孩子的心靈。「靜思語」是方法，教導的是「人」，著重在教孩子懂理也懂事，教他們理事圓融，而且能將所學到的落實在生活中。

洪素芬（2000）指出靜思語教學是本著愛心，凝聚家長愛的共識，親師共同合作，同心做好愛的教育，使學生在充滿善與愛的環境中，真正學習到道德教育中的「知善、行善」「愛己、愛人」的目標與境界。

二、「靜思語教學」特色

由於慈濟教師之教學信念與教學行為，受到證嚴法師及慈濟功德會相當深遠的影響（黃天長，民88）。在實施靜思語教學時，存有的慈濟精神便成為靜思語教學的特色。在此參考黃天長（1999）、賀正楨（1999）、洪素芬（2000）、周倩慧（2001）、陳建榮（2001）、馮厚美（2001）、李鎰偉（2001）、李月娥（2002）、張鎮昌（2002）、鄒欣芸（2006），等人的論文並參考慈濟教師聯誼會（1999）、慈濟教育（2000）、慈濟教聯會（2001）中可以得知「靜思語教學」整理出靜思語教學的特色有：

（一）展現慈濟的人文精神

「靜思語教學」是慈濟教師秉承修身要「慈悲喜捨」、修心要「誠正信實」及重視倫理的慈濟人文精神，將證嚴法師的「靜思語」輯選為道德教育教材，用心開展出的特有教育方式。教學時以「愛心仁德」為體，「誠正和睦」為用，在尊重與關懷中，著重在愛與善的啟發、培養清淨的智慧。它在現實生活中能貼切的指引人們人生的方向，落實「實踐」時，能讓學生在日常生活中做最好的「生命體驗」教育，也能在鮮活事例的引證下反觀自己的行為，達到中國傳統修身修心的目的。（慈濟教師聯誼會，1999）

（二）強調親、師、生以「愛」為出發點，產生「愛的循環」。

靜思語教學著重在用心營造「愛的氣氛」，以寬容引導寬容，以愛導愛，在「愛之深，教之切，不愛不成器。」的原則下，凝聚家長愛的共識，讓生活充滿歡喜與感恩，親、師共同攜手，同心做好「愛的教育」，用關懷的眼神、燦爛的微笑，帶給孩子平安、歡喜，這種「愛的氣氛」使師、親、生之間產生了「愛的循環」，一起積極健康的走向人生的光明面，圓滿真、善、美的教育。（慈濟教師聯誼會，1999）

（三）在日常生活中具體實踐與力行

指引學生將真善美的行為，真確地落實在日常生活中，時時修正自己、開展智慧，老師也可在學生每天的「生活心得」和家長「愛的叮嚀」中，時時了解、提攜孩子，與家長有共同的願景——「教好孩子」，同時也給家長共同成長的空間，達到祥和社會的目的。

（四）重視生命體驗與關懷

慈濟人三十多年來對生命無盡的關懷，豐富了靜思語教學中生命。教師利用假日帶學生去訪貧、居家關懷，或到教養院、老人院關懷院裡的院童和老人，柔軟學生的心靈，讓學生體會生命的可貴，明白如何善用自己的生命，努力服務社會，並懂得尊重他人、疼惜自己，把穩人生的方向。

（五）「上工治未病」的良好教育

西方學者的道德教學理論，重視的是細微活動的反應探索，並加以統計歸納，從刺激反應衍生出的行為改變技術或是認知行為治療；而我國傳統的道德教育，從格物、致知、誠意、正心、修身、齊家、治國、平天下的進階教育方式，著重在大方向的引導，這一中一西的方式，就像中西醫一樣，西方的致精微、細菌學、開刀術做得很成功；中醫的調理身體、增強免疫功能，做到「上工治未病」，也非常精湛，兩種都各有優點。但以德育來說，還是應該著重「上工治未病」，如果等到生病以後才來開刀或運用行為改變技術，僅能收亡羊補牢的效果了。

（六）多元的教育策略

靜思語不僅僅是一種教材的呈現，還是一種多元的教學策略（黃天長，1999），在慈濟教師歷年的努力下，靜思語教學發展出多元且獨特的教學技巧與方式。然而大愛引航中的教學只是一種示範，老師可以依自己的專長、學生上課時的狀況加以變化，不需墨守，靜思語教學可以說是發展出了自己的教學體系。

（七）以五個特殊設計的教學活動串連教學

教材中每一句靜思語，都以五個能啓發良知和省思的教學活動串連，引導學生自省、模仿、激勵自己實踐，在體悟中提昇高貴的道德內涵，並真正地落實在生活中。這五個教學活動分別為體驗、講述故事、省思、靜思、生活實踐。

三、「靜思語」教學主要教材來源—大愛引航教學指引

靜思語教學在慈濟教師的用心經營與推動，透過「靜思語教學月刊」、「杏壇飄香」、「妙語生華」、「花開心喜」等書面刊物，以慈濟人文精神為主軸，系列完整的呈現靜思語教學的內涵、方法與技巧，此外，有聲刊物也陸續出版，如。在所有「靜思語」教學相關書刊中，以「大愛引航」教材最廣為教師使用，內容係慈濟教師為推廣、落實「靜思語」教學，集合了一些對靜思語教學有實務教學經驗之教師，以證嚴上人的「靜思語」為教材內容，經過慈濟教聯會老師們多年來不斷地切磋、研討，根據其多年之靜思語教學經驗與心得，考量現今國小學童之特質，規劃、編擬一套系統化的國小道德主題教材（呂素琴，1999）。

以下僅就大愛引航教材的編輯緣起、教學目標、教材內容、教材特色、教學方法做一簡述(李月娥，2002；洪素芬，2000；張鎮昌，2002；釋證嚴，1999)：

（一）編輯緣起

慈濟教師推動「靜思語教學」早期純粹係以「靜思語」單句為藍本，由慈濟教師各自發揮其教學創意實施教學，在教材的整合上並未有固定之形式與教材，致使靜思語教學呈現多元規劃與設計之風貌。爾後透過慈濟教師相互聚會、研討、發表、研究，使得靜思語教學的整合，由單純的教材內容、教學方法的分享，逐漸演變成一套完整、可行的具體教材，提供一般教師進行靜思語教學的參考依據。大愛引航教材的完竣可謂是慈濟教師們近十年來教學經驗的一項共同創造產物，也可謂是「靜思語」教材的代表作。

大愛引航教材仿效國父所倡言之「忠、孝、仁、愛、信、義、和、平」、「禮、義、廉、恥」之「德目」模式編撰，以「靜思語」為精神主幹建構教材內容。全套教材自民國 86 年 12 月開始企劃、民國 87 年 3 月號召動員

教師參與，6月確立編輯方針與內容、9月進行實驗教學、10月教材編撰初稿完成，民國88年正式定名「大愛引航」。

（二）教學目標

「大愛引航---國民小學靜思語教學指引」是以證嚴法師的「靜思語」為精神主幹，秉持慈濟人文精神，內容著重在「愛」與「善」的啟發，由暗示、自省、仿效、激勵而身體力行。強調於潛移默化中培養孩子優良的品格，以達成好學、向善、愛美、樂群的最高教育目標（慈濟教師聯誼會，1999）。

（三）教材內容

全套教材共計十二冊，每冊共有九個單元，每個單元有六句靜思語，共六百四十八句，每句靜思語有一個故事相互配合，共編錄有648則故事，供國小六個學年十二個學期使用。所編錄的648則故事中，都是配合靜思語的故事。洪素芬（2000）曾就648則故事區分統計，顯示故事內容屬：現代生活故事（211篇，佔33%）、真人真實故事（165篇，佔25%）、人物寓言故事（139篇，佔21%）、動物寓言故事（108篇，佔17%），最少的是佛教故事（25篇，佔4%）。從上述資料中發現，慈濟教師在選擇靜思語故事時，多是取材現代生活、真人真事故事為素材，同時考量學生愛聽故事特質，適時參酌寓言故事。而佛教故事份量佔最少，這樣的行徑迥異於現今的西方宗教公開辦學傳教的思維，隱約透露出編審委員畏懼「靜思語教學」被標籤化為「佛化教學」的疑慮。教材的內容以愛心仁德為體，誠正和睦為用，在尊重關懷中，涵容善解、包容、感恩、知足，共分為「精勤」、「愛恩」、「孝順」、「禮節」、「仁愛」、「服務」、「合作」、「因果」、「守法」、「恭敬」、「儉樸」、「行善」、「智慧」、「勇敢」、「負責」、「信實」、「有恆」、「和平」等十八個德目（慈濟教師聯誼會，1999）。上下學期各實施九個德目，每一個德目為一個單元，單元目標內容分別為：

1. 精勤：培養樂觀進取的精神，以毅力和勇氣在分秒中累積經驗。
2. 感恩：啟發心中的愛與感恩來美化自己。
3. 孝順：懂得對父母知恩、感恩、報恩。
4. 禮節：注重行住坐臥的威儀。
5. 仁愛：以愛心仁德為體，誠正和睦為用，尊重關懷一切生命。
6. 服務：抱著不能少我一人的奉獻心態，發揮服務的熱忱。
7. 合作：培養善解、包容的精神，互相尊重、互相成就。

8. 因果：養成諸惡莫做、眾善善行的觀念。
9. 守法：建立正確的觀念，不踰越做人的規矩。
10. 恭敬：做到內能自謙縮小自己，外能忍讓成就別人。
11. 儉樸：懂得知足惜福，了解儉樸生活的輕安快樂。
12. 行善：能心存善念，以至誠的心福利人群。
13. 智慧：用心開啓智慧，圓融人與人的關係，來美化人生。
14. 勇敢：凡事能勇於承擔，克服困難。
15. 負責：培養苦幹實幹的精神，擔起該負的責任。
16. 信實：做人做事能誠正信實。
17. 有恆：學習以堅固的信心和恆心，積極開創未來。
18. 和平：培養歡喜心，放開心胸，凡事善解包容，以達成普天三無的境界。

在這些教學活動的內容之外，附錄有「手語教唱」上、下冊各九首，共十八首，有歌詞歌譜及手語圖；其目的在於藉由靜思語歌曲之樂聲與詞句，透過手語動作表演學習，傳達靜思主題意境。另外輔以參訪教養院、老人院、社區服務、訪貧和居家關懷等體驗生命的關懷教育，配合在相關德目項下實施，並有「單元教學活動設計示例」提供研究者多元化的教學方法。

（四）教材特色

綜納相關研究（黃天長，1999；賀正楨，1999；洪素芬，2000；李月娥，2002；陳建榮，2001）與慈濟教師意見認為大愛引航教材特色有：

- 1.大愛引航教材是慈濟教師集體的智慧：大愛引航教材累積所有慈濟教師精湛的技巧、妙法與經驗，經過分析、分類和系統化的集結、整理而成。整部教材是所有慈濟教師智慧的結晶。
- 2.大愛引航教材符合時代的需求：為了適應社會環境、經濟狀況、家庭變異和環境保護等需要所帶來的問題，教材精心設計了十八個德目，每個德目所教授的內容，都是以現代生活情境為中心，符合時代的需求。
- 3.大愛引航教材以五個特殊設計的教學活動串連教學：教材中每一句靜思語，都以五個能啓發良知和省思的教學活動串連，引導學生自省、模仿、激勵自己實踐，在體悟中提升高貴的道德內涵，並真正地落實在生活中。五個教學步驟分別為體驗、講述故事、省思、靜思、生活實踐。
- 4.大愛引航教材選用慈濟人文的特色為中心目標：教材選用的十八個中心

德目中，精勤、感恩、仁愛、服務、因果、恭敬、儉樸、行善、智慧等九個項目，正是慈濟的特色，讓學生從認識自己、尊重他人、放下身段，到努力行善付出，在做中體驗出大智慧，做到「慈悲喜捨」的道德高標準。

5.大愛引航教材採由淺入深的設計：「靜思語」是教材的主幹，整套教材共揀選 648 句內容比較簡單，適合國小教學使用的靜思語，分別歸類在十八個中心德目中，並由意義的深淺，排列在不同年級裡教學。

6.靜思語教學活動宜採靈活運用：「靜思語」教學在九年一貫課程中，可以運用的教學時間有：每日的晨光時間、綜合活動時間與彈性時間。教師們可以依據授課內容選擇靜思語主題實施教學，配合「大愛引航」所提供之內容實施教學。另外靜思語教材內亦有不少的關懷教育素材，可以搭配生命教育、班級輔導使用，在教學活動上靜思語提供了一個靈活的教材運用（慈濟教師聯誼會，1999）。

（五）靜思語教學方法

慈濟教師實施靜思語教學，強調主要以靜思語教學五步驟：體驗、講述故事、省思、靜思、生活實踐，同時強調透過簿本的運用，強化親師互動、記錄生活學習，促進親師生成長與進步，並可融入吟唱、手語、角色扮演等多元方式進行。以下針對主要教學五步驟加以說明：

- 1.體驗：在真實或虛擬的情境中，採「以境示教」的方式，讓學生從親身的感受中，體悟靜思語的涵義。
- 2.講述故事：老師以生動的聲音表情或肢體語言，吸引學生傾聽相關故事，從故事感人的情境中，達到「小故事、大啓示」的效果。
- 3.省思：指導學生就故事中值得探討的問題，做自由、主動的討論，在推理和判斷中，完成價值觀念的澄清。
- 4.靜思：在學生獲得價值觀念的澄清後，讓學生靜靜的傾聽老師或學生代表朗讀教材中的「學生心得示例」，讓學生從同齡孩子真實生活的心得裡，獲得心靈的啓迪，聯結自己的舊經驗，將道德意識做深層的內化。
- 5.生活實踐：老師提供教材中的實踐方法，或師生共同研討出適合實施的方法後，落實在生活中實踐，使能產生更大的體悟，強化自己道德行爲的模式。

歸納上述，就靜思語教學的理念來說，是將「靜思語」的道理融入課程中的一種教學方式，希望以靜思語的內涵激發學生的善能良知，教孩子懂理也懂事。然而身為教師，當然要先顧好自己的心，才能教好學生的心，

要言教、也要身教，不僅為經師、更要為人師；教師要秉持愛心來教育孩子，將每一位莘莘學子，當作自己的孩子，用愛的教育來引導孩子，讓孩子快樂成長。對於親、師、生之間的互動與合作也要重視，期望學生能以具體的行動引發自我的善念，將所學到的落實在日常生活中，靜思語教學的目的即是如此。

在教材內容方面，由淺入深針對不同階段的學生提供適切的教材內容，每一年級皆以十八個中心德目設計教材，內容則盡量屏除宗教的色彩，以現代生活情境為題材居多，以貼近孩子的生活，藉以提升孩子的道德標準。

靜思語教學的教材，除了「大愛引航」教材使用最為廣泛外，其它出版品如大愛電視錄製的 DVD，亦提供教師在教學上的運用。教學方法除了最基本的五段式教學法外，亦可融入角色扮演、手語教唱等等，可見靜思語教學的教材是多元的，教學活動也能多樣而靈活運用。

近年來由於慈濟教師的努力與推廣，靜思語教學在各縣市中小學，經常被教師運用在教學上，因此研究者意圖藉助「靜思語教學」之精神與教材，運用在提升品格行為的教學中。研究者以靜思語的道德精神為主體，靜思語五個教學活動為教學主軸，並參以慈濟教師聯誼會(1999)所出版一系列靜思語教學指引—「大愛引航」及相關出版品為教學參考，選取適用本研究主題的內容，發展出一套品格教育課程教材，並以學習單、回饋單了解學習狀況，以靜思聯絡簿強化親師互動、記錄生活學習，希望能以靜思語教學於潛移默化中，培養孩子優良的品格。

第四節 靜思語教學的相關研究

民國80年代後，與慈濟相關之報導與學術研究紛紛出爐，學者大多從宗教、企管、行銷、組織文化等領域去探討(黃天長，1999;賀正楨，1999)。近年來隨著慈濟團體的努力推動，慈濟大愛媽媽將「靜思語」大愛的理念帶入校園，也有老師嘗試將靜思語融入品格教育與各科教學中，有斐然的成效，因此以靜思語為主題運用於教育方面的論文陸續出現，研究者整理後，茲以探討重點歸納分述如下：

表2-7 探討證嚴法師思想與靜思語教學之研究

年代	研究者	論文題目	對象	探討重點	研究結果
1999	黃天長	慈濟教師教學信念與教學行為之個案研究	一位國小五年級導師及班上學生	慈濟教師教學信念與教學行為	1.慈濟教師教學信念及教學行為，受到證嚴法師及慈濟功德會深遠的影響。 2.慈濟教師有獨特的教學信念，持性善觀點視學生為己子，尊重與包容孩子個別差異，以引發善念為教學目標。 3.慈濟教師教學信念影響其教學行為。 4.靜思語教學為慈濟教師教學活動的重要特色。 5.靜思語教學不只是「好話」教學，更是一種多元的教學策略及方式的呈現。
1999	賀正楨	國民小學靜思語教學之研究	一位國小三年級導師及班上學生	靜思語教學	1.靜思語教學強調教師以身作則，充分與生活相結合。 2.慈濟教師所研發的靜思語教材和教法使得老師的教學更加充實。 3.靜思語教學目的在培養良好人格而淨化人心。 4.靜思語教學不給學生壓力為原則。
2000	洪素芬	一個研究者探索靜思語教學的反省歷程—兼論整合觀點的德育模式	靜思語教學及慈濟教師聯誼會	探索靜思語教學的反省歷程—兼論整合觀點的德育模式	1.慈濟教師無所求的付出其熱情的展現，可視一種至高教育「情意」的發起。 2.研究者綜理「靜思語教學」，並融合個人理解思考的習慣，以圖像解說的方式，建構出一「整合觀點的德育模式」論述，作為研究者個人教育信念的一種理解與表徵。
2004	黃仁瑜	證嚴法師靜思語倫理思想及其道德教學探究	證嚴法師相關書籍、慈濟出版品	證嚴法師靜思語倫理思想及其道德教學	1.靜思語的倫理思想需要身心合一，且具有批判思考的精神。 2.靜思語的倫理思想的終極目標即是淨化人心祥和社會。 3.靜思語教學的目標是培養學生成為自主性自律者，且將倫理力行在生活中，並進而影響他人、進化人心。
2006	周佩璇	語言與向心力：證嚴法師與靜思語	證嚴法師靜思語	證嚴法師倫理思想與靜思語	1.慈濟會眾涵蓋社會各個層面，皆是被證嚴法師之話語所感召加入。 2.靜思語教學深入校園，引導學生及教師學習正確的人生觀、提升人格。 3.靜思語能產生愛的循環，經由靜思語教學能從學生到家長到社區，淨化人心、祥和社會。

以上與靜思語相關的論文，是以證嚴法師的靜思語及相關書籍與慈濟出版品，來探討證嚴法師倫理思想和相關的道德教學。研究結果認為靜思語的倫理思想有淨化人心達到祥合社會的成效。

表2-8 探討靜思語教學進行與品格教育相關之研究

年代	研究者	論文題目	對象	探討重點	研究結果
2001	周倩慧	靜思語教學對國小學生孝道態度、行為效果之研究	花蓮縣國小五年級學生	國小學生孝道態度、行為效果	1.實驗組學生在接受靜思語教學課程後，其孝知、孝意、孝行效果優於控制組學生，但孝感未優於控制組學生。 2.孝道態度對孝道行為具有影響。
2002	李月娥	「慈濟教師應用靜思語教學實施生命教育之質性研究」——以台北市一所國民小學為例	天母國小一位慈濟教師	用靜思語教學實施生命教育	1.老師們在靜思語教學小組成長歷程中，找到教學的樂趣與理想，並沉浸在教學的熱情與活力中。唯有老師對教育充滿熱情與活力學生的生命教育才得以推動與深耕。 2.慈濟教師應用靜思語教學啟發學生並用心用愛去教育每一個孩子。 3.慈濟教師應用靜思語教學配合節令、時事或引進社區資源等各項實施方式，十分生動、活潑、多元。 4.蕭老師利用靜思語教學實施生命教育過程中，促使親師生同步成長，而唯有家庭、學校、社會應三合一共同推動，生命教育才能奏效。
2004	張婉琴	靜思語教學對增進國小學童孝道實踐之成效研究	台南安平國小三年級兩班學生	國小學童孝道實踐之成效	1.接受靜思語教學後國小三年級學童孝道實踐有正向提升效果，在體貼父母幫助父母、順從父母、愛護自己層面顯著的增進效果。 2.整體而言，學童能了解並肯定老師教的靜思語教學活動課程，並能主動且循序漸進實踐孝道，在課程效果方面，學童對課程的接受度很高。 3.活動的設計應以生活實踐為主，透過融入式教學，使親師生一同成長。

表2-8 (續)

年代	研究者	論文題目	對象	探討重點	研究結果
2005	邱滿祥	靜思語教學對提昇國小兒童利社會行為之效果研究	高雄市瑞豐國小四年級兩班學生	國小兒童利社會行為之效果	1.靜思語教學方案對國小兒童的利社會行為有立即提升的效果。 2.靜思語教學方案對國小兒童的利社會行為的增進，僅在利社會行為表現有顯著的持續性效果。 3.根據各種回饋及觀察紀錄顯示，實驗組成員能在日常生活中落實利社會行為，家長普遍認同靜思語教學。
2006	郭怡玲	運用靜思語教學實施國小品格教育之行動研究	國小代課老師與五年級學生	以靜思語教學實施品格教育	1.靜思語教學發展品格教育需長期施行，並凝聚教師共識。 2.營造溫馨關懷的班級環境，培養學生自律向善的好品格。 3.生動活潑的靜思語教學有利於品格教育推行。
2008	陳蓓燕	靜思語教學推動全校品格教育之行動研究	北市福慧國小導師、學生、行政人員、家長	以靜思語教學推動全校品格教育	1.全校性的靜思語品格教育可形塑良好的氛圍，且給良好品格孩子全性的榮譽，可收見賢思齊、楷模學習的成效。 2.行政人員需真心傾聽教師的感受與需求，如此一來兩者關係會趨向和諧，推動靜思語教學會更事半功倍。
2008	郭律吟	靜思語教學對國小學童道德認知與道德行為之影響	高市某國小四年級和六年級學生	靜思語教學對道德教育之影響	1.在道德認知方面：實驗組高於控制組，六年級高於四年級，男女生無差異，不同性別不同年齡有顯著交互作用。 2.道德行為方面：實驗組高於控制組，四、六年級學生無差異，男女生無差異。

以上與靜思語相關的論文，是以靜思語教學進行與品格相關之研究，包括孝道、生命教育、利社會行為、品格教育，其中進行品格教育有兩篇行動研究及一篇準實驗研究，分別針對國小五年級學生、全校親師生及四、六年級學生。

表2-9 探討靜思語教學與其他相關之研究

年代	研究者	論文題目	對象	探討重點	研究結果
20001	馮厚美	靜思語教學對提升國小兒童生活適應之研究	國小三年級學生	兒童生活適應	1.靜思語教學對國小兒童在「生活適應量表」之參與活動、時間安排及行為成熟上具有顯著效果，不因性別有差異；在人際關係、參與活動、時間安排、生活目標及行為成熟上，具有顯著的持續性效果。 2.性別與實驗處理之間交互作用對國小兒童在「國小兒童生活適應量表」上的分數其影響無顯著意義。 3.靜思語教學對實驗組有正向影響。
20002	張鎮昌	運用靜思語教學發展學校本位課程之行動研究-以新竹縣一所國民小學為例	新竹縣某國小參與本行動研究教師	以靜思語發展學校本位課程	1.教師透過對靜思語的思考與體認激勵教師的教育愛。 2.在教法上需靈活運用。 3.靜思語教學之內涵與精神符合九年一貫課程中的人文教育需求。
20003	何世力	靜思語教學融入國文教學之行動研究-以宜蘭縣一所國中為例	蘇澳國中二年級兩班學生	以靜思語融入國文教學	1.學生對於靜思語教學的活動，都有較高的學習興趣與參與意願。 2.實施靜思語教學後，學生能更加尊重人、事、物，更具有感恩的心、也能促進師生互動氣氛更加融洽。 3.實施靜思語須靈活運用各種方法。 4.實施靜思語教學教師需著重身教。
20004	李玫玲	靜思語教學對國小六年級學童自我概念之影響	屏東縣某國小六年級兩班學生	國小學童自我概念	1.靜思語教學對國小六年級學童的整體的自我概念及家庭、人際等其他方面有顯著的教學立即效果。 2.靜思語教學僅對國小六年級男學童的身體自我概念方面有顯著的教學持續效果，對國小六年級女學童沒有顯著的教學持續效果。
20005	陳珮育	靜思語教學應用於班級經營之行動研究	清芳國小五年級一班學生	以靜思語教學應用於班級經營	1.既定之靜思語教學方案屬系統性教學，而融入式靜思語教學較為彈性，兩者相互搭配能使教學更具效能。 2.經由師生共同研討出的開放式學習單能讓學習單內容更加豐富且讓孩子有更多的體悟。 3.教學後學生的學習態度、常規表現、班級環境的維護與班級氣氛有提升。

表2-9 (續)

年代	研究者	論文題目	對象	探討重點	研究結果
2006	鄒欣芸	靜思語教學對國民小學兒童自我概念、人際關係與生命意義感之影響	花蓮縣北埔國小六年級兩班學生	小學兒童自我概念、人際關係與生命意義感	1.靜思語教學對學童的自我概念與人際關係都有正面影響。 2.學習效果方面，學生在認知、情意與行為呈正向發展，對班級認同感亦高。 3.教學活動應多元化設計，已獲致較佳之教學效果。 4. 靜思語教學受同儕團體及親人影響很大，應同時提倡家庭與社會對靜思語教學的重視。
2006	徐永能	靜思語融入國小作文教學研究	五年級一班學生	以靜思語教學融入國小作文教學	1.靜思語融入作文教學活動，可提供明確的靜思語融入作文教學的架構組織及提供明確的靜思語內容及涵意，能提升學生主動學習作文的動力。 2. 靜思語融入作文教學活動，可提供明確的靜思語教學內容及涵意，能提升學生的人文精神涵養及促使師生互動氣氛更加融洽。 3. 靜思語融入教學活動，可提供明確的靜思語教學內容及涵意，實踐靜思語教學活動後，教師更能靈活運用各種教學方法及更能激發教師發揮教育愛。 4. 靜思語融入作文教學活動，學校行政的支持與同仁的協助，是教師成長進步的支持動力。
2006	謝銘峰	慈大附中實施靜思語教學之學校本位課程發展研究	慈大附中教師與行政人員	實施靜思語教學之學校本位課程發展	1.證嚴法師乃教師們進行靜思語教學之精神指標，靜思語教學需配合班級情境實施生活教育。 2.教育行政人員帶領全校同仁進行靜思語教學研習，對慈濟人文與氣氛的營造有很大助益。 3.慈大附中為發揚靜思語教學投注相當的精力，行政團隊與教師皆扮演舉足輕重的角色。

以上研究者以靜思語教學實際運用於教學上，並且在研究過程中不斷修正其教學，其探討方面包括學校本位課程、各科教學及班級經營。

綜上所述，靜思語教學已獲許多研究者的認同與興趣，也頗有成效，

探討的對象剛開始都是針對教學者去研究，近來大多針對學生去研究，又以國小階段的兒童居多，國中階段的研究較少，也有針對全校師生及家長，但是數量不多。探究的主題有針對生命教育、學校本位課程、自我概念、孝道、品格教育等，採用質性研究方法者多，採用量化研究方法者則較少。在相關學位研究論文中，有三篇以靜思語教學對品格教育方面之影響作探究，分別是郭怡玲（2005）以五年級學生運用靜思語教學實施品格教育，陳蓓燕（2008）利用靜思語教學來推動全校的品格教育，郭律吟（2008）以四、六年級學生運用靜思語教學實施道德教育，前兩者均屬於行動研究，後者屬準實驗研究，文獻中尚未有針對三年級學生品格教育設計靜思語教學方案來進行準實驗研究，然而每個階段的學生能力與程度不同，學習課程也應有所不同，尤其三年級國小學生正值皮亞傑道德發展論的自律階段，柯柏格理論的道德成規期，道德意識逐漸成熟階段，品格教育更需針對認知、情意、技能方面，給予正確的觀念與判斷能力引導，因此研究者認為有進一步研究與設計之價值。

第五節 靜思語教學與品格教育之關係

證嚴法師曾經說過，教育是淨化人心的工作，教育辦得好，是社會的希望，更是社會的安定力。人人都有清靜、善良的本性，只是受了複雜環境的影響，遮蓋了良善本性。如能妥善運用善的環境、好的教育，自然能將人人本具的善念，啟發出來。希望在此人生價值模糊不清的紛亂時代，培育出有理想有品格的種子青年。培育循規蹈矩的好學生，必須透過倫理道德的教育，以提升學生的品性（慈濟大學秘書室，2002）。以下針對慈濟團體對品格教育的努力及靜思語教學與品格教育在內涵、教材與教法上的關係分析如下：

壹、慈濟團體對品格教育的努力

近年來慈濟團體有感於社會風氣淪喪，紛紛倡導道德教育，在全省由於慈濟教師聯誼會的大力推動下，靜思語教學在各中小學儼然成為教師們熱心關切的活動，而隨著九年一貫課程的推行，慈濟也順應潮流，發展配合九年一貫的德育教材，並巡迴各校辦理相關的研習活動，處處展現慈濟

人的無私精神，而這種精神感召，更是另一種影響教師實施品格教育的重要影響力。

目前高雄市慈濟教聯會每個月都會舉辦一次研習，作為教師品德教育教材與教法的補給站，並巡迴各校辦理相關研習活動，甚至接受由教育局委託辦理品格暨生命教育的研習，身負培育各校種子教師的重任，希望愛的種子透過教師散播給學生、家長，進一步能祥和社會。教師研習進修活動自開辦以來，由於課程的豐富與多元，吸引了數百位高雄地區的教師共襄盛舉；台南慈濟教師聯誼會也立即跟進（楊倩蓉，1998）。

在校園裡，有些是因為家長的推動，並透過學校積極推廣，有些是因學校行政的涉入，更有些是因為教師個人之理念，使有關靜思語的品格教育方案，已悄悄進入校園，以各種不同的形貌實施中；實施方式與時間各有不同，有些是利用教師晨會時間由家長進行教學，有些則利用綜合活動或彈性課程進行教學，教材方面教師則利用各種慈濟教師研發的教材進行教學，慈濟教聯會推廣靜思語教學這些年來，其成果與生活化的教學，除了受到許多教育人士及學生家長支持外，這樣的善意與熱誠，政府有關單位也頻頻給予肯定，多位靜思語教學老師獲選杏壇芬芳錄及最佳教師獎。

貳、靜思語教學與品格教育在內涵的關係

「靜思語教學」是從慈濟發展出來的，「靜思語」是從現實人生出發，從實踐中體悟的心得，然後在紀錄成成文章，他不是口頭的論說，或只重文辭的優美，最重要的是能與日常生活相契，所以可以運用在現代的社會上。「靜思語教學」是選用簡單、好記、適合學生的「靜思語」來滋潤孩子的心靈，著重在教孩子懂理也懂事，教他們理事圓融，而且能將所學的落實在生活中（慈濟教師聯誼會，1999）。大愛引航是品格教學重要的教材之一，在教材定位上歸屬「道德教材」、「德育教材」（慈濟教聯會，2001；洪素芬，2000）。其所擬定之「教學總目標」為：

1. 培養慈悲喜捨的精神，豐富生命的內涵。
2. 養成尊重、恭敬生命的觀念。
3. 待人處事落實誠正信實的態度。
4. 啟發心中的善念，福利人群。
5. 達到淨化人心、祥和社會的目的。

洪素芬（2000）認為《大愛引航》教材中所擬的教學目標，和國內道德課程目標是一致的，但更強調於發自道德本質的合情、合理及可行的原則，而且是將慈濟人文精神溶入，作為發展教學目標的主軸，有非常高的道德情意含蘊在其中。並曾就大愛引航之德目分別與民國64年課程標準規範內之「生活與倫理」之德目，以及民國82年課程改革後之「道德科」之德目做比較，如表2-10：

表2-10 六十四年、八十二年德育課程德目與大愛引航德目對照表

64年德目	82年德目	大愛引航德目	
守法公德	守法	守法	感恩
愛國	愛國	恭敬（感恩）	智慧
禮節	禮節	禮節	行善
正義、勇敢、知恥	正義	勇敢	因果
友愛、睦鄰、寬恕、和平	仁愛	仁愛、和平	服務
孝順	孝敬	孝順、恭敬	
勤學、有恒、節儉	勤儉	精勤、有恒、儉樸	
信實、負責、合作	信實	信實、負責、合作	

資料來源：靜思語教學月刊，洪素芬，2000，1，1-4。

依據洪素芬（2000）的分類，發現大愛引航教材中的德目大致上是吻合且超越我國教育對道德課程的德目規範。其中「感恩」、「智慧」、「行善」、「服務」與「因果」係針對慈濟人文精神內涵所特別創設。正所謂的：修心修身增「智慧」；待人接物須「感恩」；人生意義在「行善」；替人「服務」最快樂；善念義行皆「因果」。而唯一「愛國」議題並未列入大愛引航之德目中。在「愛國」概念中，主要涉及「愛」與「國家」兩個概念，在「愛國」議題中「愛」主要是是兩種情感所構成，一是「忠心」、「忠誠」之意；另一是感恩圖報而想要回報的心理特質（但昭偉，1999）。依此概念分析，「愛國」應可算是對「國家」出於「感恩」的一種心理呈現。因此「感恩」教育若實行有成，自然就會激發「愛國」情操的出現（洪素芬，2000）。黃仁瑜（2004）曾提到靜思語的道德內涵，包含了中國的倫理思想在內，中國的五倫—君臣、父子、夫婦、兄弟、朋友，君臣可以引伸為恭敬之意。對他人都能夠以恭敬之心來對待，能夠欣賞他人、相互

尊重與體諒，社會才能更為和諧，

大愛引航的編輯架構，類似早期「生活與倫理」、「道德與健康」課程設計模式，採「中心德目」為訴求的生活教育與品德教育培養。這樣的課程設計看似無奇，實則蘊含教學的認知、情意層面的陶冶、社交技巧的培養與人際相處之道的學習。在現今道德教育與生活教育普遍被認為功能不彰或忽略的窘境下，主要因素在於情意層面受到忽略，以致學生對於道德的實踐能力低落（陳建榮，2001）。

綜上所述，靜思語教學與品格教育培養，在課程目標是一致的；與中國倫理道德相呼應，且為品格實踐的一種教育，是證嚴法師所開示的靜思語中輯選出與道德教育相關的部分，希望學生在潛移默化中了解人生的宗旨，進而得到人生正確的價值觀，能夠身體力行去實踐。而更值得肯定的地方，是在於透過教師的親身示範與真誠的愛心付出，以口說好話、鼓勵讚美等溫馨情境的營造，藉以帶動學生的情意學習，而達到情意層面的陶冶並收預期之教學成效。

參、靜思語教學與品格教育在教材與教法上的關係

為了使學生記憶之外，並能加以內化，所以發展出一句靜思語和一個故事的組合，由慈濟教聯會將靜思語教學的妙法編輯成「大愛引航」，故事內容大多屬於寓言故事，其間也有真人實事的描寫。靜思語教學是符合德育原理的教學實施，具有「主題教學」的特色，在教學設計上則有五大步驟—分別是「體驗」、「講述故事」、「省思」、「靜思」及「生活實踐」，教學方法雖然只是一個簡單的原則性存在，卻能使學生不僅獲致全人的道德認知發展，也有著個別化的情意及技能開展，兼顧品格教育「認知、情意、技能」三個層面（洪素芬，2000）。品格教育除了教育學生在認知層面了解道德，更應重視情感與實踐層面。在道德情感方面，希望讓學生感受良知、自我尊重、同理心、自我控制與謙遜的態度等；而在道德實踐上，希望培養學生道德實踐的能力、意志、與習慣，讓其知善、樂善而行善（王鳳仙，2001）。

洪素芬認為「慈悲喜捨」的佛教教義，可以說是證嚴法師和所有慈濟人共同的「認知內涵」；可以說是「情意內涵」；「理事圓融」的智慧，可使「技能」不斷地得到發揮。根據洪素芬所言，認為靜思語的認知內涵

包涵所有的內修功夫：戒定慧、誠正信實、中國倫理思想等等；情意內涵則是透過內修功夫之後，使其愛心能不斷的擴大，能夠培養充分的大愛與感恩心，能「心包太虛、量周沙界」。至於「技能內涵」或許可以換一個詞彙稱做「精進力行」，認知、情意都不能缺乏行，而靜思語的道德內涵，或是整個慈濟的精神都是透過「行」去圓融，沒有「行」一切只是空談，如同夢幻泡影。

綜上所言，靜思語教學的「體驗」、「講述故事」、「省思」、「靜思」及「生活實踐」五大步驟符合品格教育的教學實施，藉以傳達認知內涵、情意內涵、技能內涵，達到知善、樂善而行善的品格教育境界。



第三章 研究設計

本研究為達成研究動機與目的，採用不等組前後測實驗設計，來探討靜思語教學對屏東市某國小三年級學生提升品格教育的成效。本章共分六小節：第一節為研究架構，第二節為研究對象，第三節為研究工具，第四節為實驗方案，第五節為研究程序，第六節為資料處理與分析。茲分述如下：

第一節 研究架構

本研究主要目的是在探討以靜思語教學對提升國小學童品格教育之成效，研究者以靜思語教學為實驗處理，並以李宣俞（2005）的「國小兒童品格量表」作為前後測及追蹤測驗工具，茲擬研究架構如圖 3-1 所示：



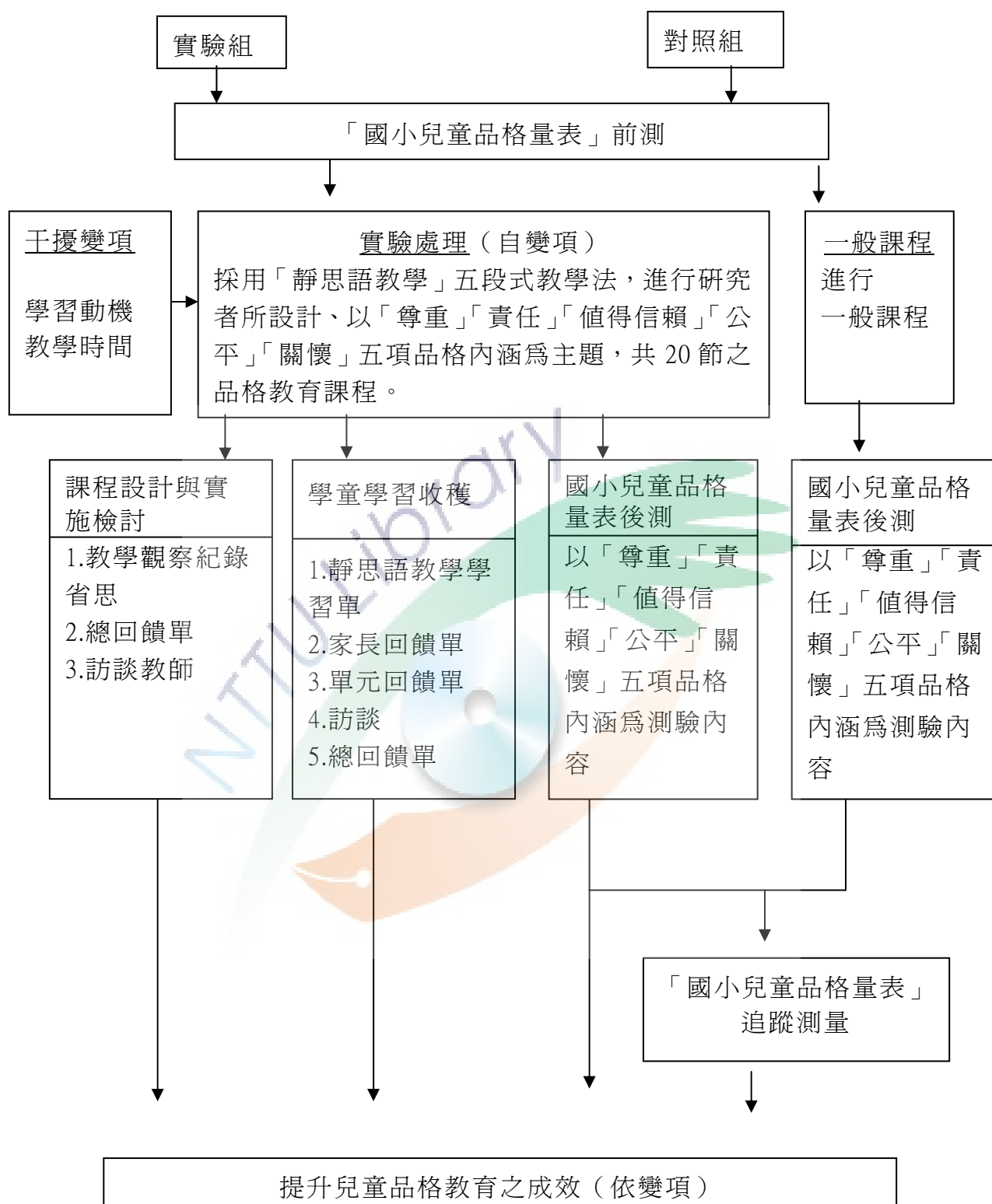


圖 3-1 研究架構圖

第二節 研究對象

壹、試驗性研究對象

本研究為考慮學生背景變項的一致性，選取同校同年級除實驗組和對照組外的其中一個班級學生進行先期的試探性教學，由研究者親自教學，試驗性實驗對象並不做任何的資料處理與分析，目的在使研究者了解整個方案的實施程序，了解該教學活動在實施時所需注意的問題，以作為修正教學活動之參考依據。

貳、正式實驗對象

本研究僅以屏東市某國小三年級兩個班學生為正式研究對象，隨機選取一班為實驗組 31 人進行靜思語教學處理，以了解靜思語教學對提升國小三年級學童品格行為成效，另一班為對照組 31 人，依照一般課程上課，沒有作任何實驗處理。

表 3-1 研究樣本人數分配表

組別	男	女	合計
實驗組	16	15	31
對照組	17	14	31
合計	33	29	62

第三節 研究工具

本研究為達研究目的，所使用之研究工具分質與量兩種形式：量化方面以李宣俞（2005）的「國小兒童品格量表」來進行教學前後測及追蹤測驗；質化方面以教學活動期間所填寫之「靜思語教學學習單」「靜思語教學單元回饋單」「靜思語教學總回饋單」「靜思語教學觀察紀錄與省思」「家長回饋單」「導師回饋單」「訪談紀錄」作為研究工具。以下逐一說明各量表

之內容：

壹、國小兒童品格量表

本研究以李宜俞（2005）的「國小兒童品格量表」作為前後測工具，其信效度如下：

一、信度分析：題目的選定以內部一致性效標分析刪題，先求出題項的臨界比，選取總量表的總分最高的 27% 為高分組，最低的 27% 為低分組，再進行 t 檢定，選取臨界比值高於 3.5 或顯著性小於 0.05 之題目。

二、效度分析：本量表採用 SPSS for Window 10.0 版統計套裝軟體進行主成分分析法。根據吳明隆(2003)所編的 SPSS 統計應用實務中因素分析特殊法—以分層面單獨進行因素分析。依文獻探討中相關理論及調查，設定五個主要因素並命名為：「責任」、「值得信賴」、「尊重」、「公平」、「關懷」，各分量表所含的題數依次是 6 題、5 題、5 題、6 題、8 題，共 30 題，在因素分析後共可解釋變異量為 82.535%。

貳、靜思語教學學習單

為了讓國小三年級學生在上完每個單元課程後能對各單元課程內容做反省與思考，研究者參考「大愛引航學習」單設計適合各方案內容的學習單於課程結束後讓學生習寫（見附錄四）。

參、靜思語教學單元回饋單

本表乃針對本研究的特性設計，採用勾選及開放式問答，於每次課程結束時由實驗組成員填寫，以了解實驗組成員接受靜思語教學五段式教學步驟的喜好程度、參與情形、對課程的滿意度及學習成果，以利研究者掌握學生學習狀況（見附錄五）。

肆、靜思語教學總回饋單

本表為研究者自編，內容針對整個靜思語教學方案，採用勾選及開放式問答，於整個教學課程結束後由實驗組學生填寫，藉以了解學生對整個

教學活動後的收穫與感受，並作為下次設計教學方案之改進基礎（見附錄六）。

伍、靜思語教學觀察紀錄與省思

本表為研究者自編，為研究者用以觀察、紀錄實驗組成員在教學過程中的參與與反應情形，以及學習單的省思與回饋，並紀錄研究者在課程後的省思，以作為修正課程方案及改進教學之參考，並作為實驗組學習成效之佐證。本表由研究者每次教學完後填寫（見附錄七）。

陸、家長回饋單

由研究者自行設計家長回饋單，在實驗組成員實驗教學結束後，請家長觀察學生日常行為表現後填寫，以了解學生在接受完靜思語教學活動後，其品格行為在家庭改變情形，及家長給予的祝福與回饋，探討是否將所學應用於日常生活中，並提供研究者對實驗組成員進行實驗課程後，在品格教育提升情形之佐證（見附錄八）。

柒、訪談紀錄表

本表由研究者自編，分別針對成員及導師設計訪談題項，主要目的在於了解學生上靜思語教學的心得，及導師對靜思語教學方案設計與教學成效的意見及看法，分析與比較實驗組學童接受靜思語教學活動前後，對於品格行為表現有無任何不同或改變，並探討課程的適用性，作為研究者分析靜思語教學成效之參考依據（見附錄九）。並將訪談內容做以下編碼：S-1-1 表示成員 1 號對題問一的回答，S-2-1 表示成員 1 號對題問二的回答。

捌、導師回饋表

本回饋表目的在透過和實驗組學童接觸最多的導師，觀察實驗組成員在靜思語教學後，在責任、尊重、值得信賴、公平、關懷等各方面是否有所改變，其結果做為分析靜思語教學成效之參考資料（見附錄十）。

第四節 研究方案

實驗方案是實施靜思語教學增進國小學生品格提升的重要關鍵，希望藉由適當的教材可以引導學童內省與實踐，使學生在教學活動後獲得領悟而改變認知、態度與行為。

壹、實驗教學方案的內容

本方案以「責任」、「值得信賴」、「尊重」、「公平」、「關懷」為主要品格內涵，參考慈濟靜思文化事業出版的「大愛引航」一到十二冊中的教學內容與步驟，輔以相關的書籍配合，設計出「靜思語教學方案」。本研究方案綱要如表 3-2 (詳細內容請見附錄三)。

表 3-2 靜思語教學方案課程綱要表

週次	品格內涵	單元名稱	單元目標	靜思語	教學方式
一	負責	方案一： 負責的好孩子	1.能主動完成該做的事，做一個負責任的好孩子。 2.能善用時間完成該做的任務。 3.能專注認真學習。	1.會善用時間的人時間如鑽石，不會善用時間的人時間如泥土。 2.小事不做，大事難成。	體驗 故事講述 省思 靜思 生活實踐
二		方案二： 不找藉口進步多	1.對自己做錯的行為不會找藉口。 2.對自己應該做的事能堅持到底去完成。 3.說出去的話能做到。	1.要為成功多用心，不要為失敗找藉口。 2.世上沒有不能成功的事，只怕自己不肯去做。	體驗 故事講述 省思 靜思 生活實踐
三	尊重	方案三： 禮貌大賽	1.能以謙恭有禮貌的態度對人 2.能對長輩有禮貌 3.對別人的談話會仔細聆聽，不隨便下斷語。	1.愛的表現常在於型態上對人一定要溫和懇切。 2.每個人都有不同的臉孔及習氣，相處時要互相尊重互相包容。	體驗 故事講述 省思 靜思 生活實踐

表 3-2 (續)

週次	品格內涵	單元名稱	單元目標	靜思語	教學方式
四	尊重	方案四： 不氣！不氣！不生氣！	1.能尊重別人善意的指正。 2.能尊重別人也會尊重自己。 3.會適當控制自己的脾氣	1.要感恩別人的指正，讚嘆他人的修正。 2.生氣是短暫的發瘋，會醜化了自己。	體驗 故事講述 省思 靜思 生活實踐
五	值得信賴	方案五： 不輕視自己	1. 能對自己有信心、不會小看自己。 2.能有勇氣、有毅力的把事情完成。	1.信心毅力勇氣三樣都具備，就天下無難事。 2.不要小看自己因為人有無限可能	體驗 故事講述 省思 靜思 生活實踐
六		方案六： 我是誠實的好孩子	1.能誠實、守法、不欺騙。 2.知道什麼事是對的可以去做，知道什麼事是錯的不可以去做。	1.謊言像一朵盛開的鮮花，外表美麗生命短暫。 2.做該做的事是智慧，做不該做的事是愚癡。	體驗 故事講述 省思 靜思 生活實踐
七	公平	方案七： 遵守比賽規則	1.能遵守遊戲或比賽規則。 2. 能想到自己的行為也會影響到別人。 3.能有禮貌適度表達意見。	1.做事需要公正但不要剛硬，恭敬令人敬佩，剛硬把人嚇退。 2.在團體中要尊重每個人。	體驗 故事講述 省思 靜思 生活實踐

表 3-2（續）

週次	品格內涵	單元名稱	單元目標	靜思語	教學方式
八	公平	方案八： 我愛人人，人人愛我	1.能將心比心為別人設想。 2.能不佔別人便宜。 3.讓別人也有機會。	1.對人要有恭敬心，不可以有分別心。 2.愛別人如愛自己，將我心比他心。	體驗 故事講述 省思 靜思 生活實踐
九	關懷	方案九： 我有好心做好事	1.能發善心做好事 2.懂得做好事一定要付諸行動。 3.會幫助需要幫助的人。	1.幫助別人就是幫助自己，多做多得少做多失。 2.作一個被需要的人生命才有意義。	體驗 故事講述 省思 靜思 生活實踐
十		方案十： 我們都是好朋友	1.能和同學互相關心、互相幫助。 2.能用歡喜心和朋友相處。	1.播下愛的種子，收穫是快樂的果實。 2.天上最美是星星，人間最美是溫情。	體驗 故事講述 省思 靜思 生活實踐

資料來源：大愛引航一~十二冊。慈濟教師聯誼會，1999。台北：靜思文化

貳、實驗方案的特色

一、以體驗活動及故事講述帶入靜思語的涵義（認知部分）

二、以省思與靜思澄清學生價值觀念（情意部份）

三、以生活實踐達到實踐的目標（技能部分）

第五節 研究程序

壹、實驗設計

本研究以三年級學生為對象，以三年 A 班為實驗組，其中男生 16 人、女生 15 人；三年 B 班為對照組，其中男生 17 人、女生 14 人，皆施以前測「國小兒童品格量表」。實驗組接受為期十週，每週兩節彈性活動課八十分鐘的實驗處理，實驗處理後兩組均再次接受前述量表後測；實驗結束五週後，再次接受上述量表追蹤測量。因此，本研究採用「不等組前後測實驗設計」進行研究，實驗設計如表 3-2 所示。

表 3-3 實驗設計模式

組別	前測	實驗處理	後測	追蹤測量
實驗組	T1	X1	T3	T5
對照組	T2		T4	T6

茲將上述表中各代號之涵義，說明如下：

T1：實驗組前測

T2：對照組前測

T3：實驗組後測

T4：對照組後測

T5：實驗組追蹤測量

T6：對照組追蹤測量

X1：實驗處理：接受靜思語教學

貳、研究程序

本研究的實施程序可分為「實驗處理前」、「實驗處理」與「實驗處理後」三個階段。此三階段的研究實施情形如下：

一、實驗處理前階段

（一）資料蒐集

關於靜思語教學內容，在慈濟教師不斷實驗和研討下，已整理出許多教材，如：大愛引航，小草與春風，靜思語教學月刊，靜思小天地，慈濟道侶，慈濟月刊，妙語生華...等，研究者找出與品格教育內涵（尊重、責

任、值得信賴的、公平、關懷）相關內容，編擬出一套教學方案。

（二）研究工具之準備

研究者在確定主題相關變項後，即找到由李宣俞編擬的「國小兒童品格量表」適合本研究，作為本研究對靜思語教學提升國小學生品格教育之量化工具並根據相關研究設計「靜思語教學單元回饋單」「靜思語教學總回饋單」「靜思語教學觀察省思」「家長回饋單」「導師回饋表」「訪談紀錄」，協助蒐集質性資料予以佐證。

（三）設計靜思語教學方案

研究者研讀有關品格教育與靜思語教學相關文獻後，針對研究目的及靜思語教學模式設計一套以尊重、責任、值得信賴的、公平、關懷為品格教育內涵的靜思語教學方案，教學活動包括體驗、講述故事、省思、靜思及生活實踐。

（四）實施前測

研究者於正式實驗研究前一週分別對實驗組及對照組成員進行「國小兒童品格量表」前測。

二、實驗處理階段

本研究之實驗的安排與進行分述如下：

（一）時間安排：實驗組利用每週一下午兩節彈性活動課的時間，進行為期十週的「靜思語教學」活動。

（二）場地安排：三年 A 班教室

（三）完成學習單及單元回饋單：每個單元都會準備學習單及單元回饋單，讓成員有充分的練習機會並加深印象，以增進學習效果，並幫助研究者了解成員的感受及對課程的意見。

三、實驗處理後階段

（一）實施後測及追蹤測

研究者於靜思語實驗教學結束後，分別對實驗組與對照組成員進行「國小兒童品格量表」後測及追蹤測，將所得的資料進行分析，以了解成員經

過十週的「靜思語教學方案」活動後，實驗組學生提升品格的成效是否有立即性或持續性的改善。

（二）整理分析回饋單與紀錄表

將學童在實驗處理期間所填寫之回饋單，以及各項紀錄表進行整理分析，確定其將所學應用於日常生活中，進一步藉以探討方案是否有助於學生品格的提升，了解靜思語教學方案之成效，然後將結果分析與討論，最後撰寫研究報告。

第六節 資料處理與分析

壹、資料處理

實驗組與對照組成員在接受完前測、後測、追蹤測之後，研究者分別將每位受試者的答案紙加以編號、記分、核對無誤後，方將資料鍵入電腦，以建立資料檔，並應用 SPSS for Window 12.0 版統計套裝軟體，進行統計分析。

貳、資料分析

一、量的分析

施測完畢之後，將所有的受試者資料做整理，每位受試者必須在各項測驗上有完整的前、後測分數才是有效的樣本，如有未完成或未填答的部分則以缺失資料處理，最後進行有效樣本的資料建檔及統計分析。

(一)實驗前以 t 考驗分析兩組受試者在「責任」、「尊重」、「值得信賴」、「公平」、「關懷」五項品格內涵前測分數上的表現，考驗兩組是否有顯著差異。

(二)以獨立樣本單因子共變數分析，考驗兩組受試者在「責任」、「尊重」、「值得信賴」、「公平」、「關懷」五項品格內涵提升之立即性與持續性效果的差異情形。

(三)上述統計方法均以 $\alpha=.05$ 為顯著水準進行假設性考驗。

二、質的分析

除了量的分析之外，研究者將實驗處理期間蒐集的資料，包括，每單元結束後所填寫的「靜思語教學學習單」「靜思語教學單元回饋單」「靜思語教學總回饋單」，研究者觀察的「靜思語教學觀察省思」，家長所填寫的「家長回饋單」、導師所填寫的「導師回饋單」及訪談記錄加以整理分析，研究者將學童、家長、導師回饋單之內容，運用百分比去瞭解學童對靜思語實驗教學之感受、教學成效並整理對靜思語教學方案的意見回饋，以期更深入一步了解成員的想法、感想及實驗成果，探討課程進行的整體狀況及其對實驗組成員的影響。



第四章 研究結果與討論

本章將呈現實驗所得的各項資料，探討靜思語教學對品格內涵中責任、值得信賴、尊重、公平、關懷的實施成效，分析課程實施的質化歷程，最後提出課程設計與實施之檢討。本章共分為三節：第一節為靜思語教學對國小學生品格教育成效之分析；第二節為靜思語教學方案回饋單及其他資料之整理分析；第三節為教學省思、方案設計與實施之檢討

第一節 靜思語教學方案對提升國小學生 品格行為成效之分析

本節主要探討實驗組學生經過靜思語教學後，在提升品格內涵「責任」、「值得信賴」、「尊重」、「公平」、「關懷」的實施成效。本研究以「國小兒童品格量表」為工具，前測分數為共變數，量表後測及追蹤測為依變項，進行獨立樣本單因子共變數分析， α 值皆定為.05，分析其得分上的差異情形，藉以探討靜思語教學對提升學生品格之成效。

壹、靜思語教學對學生品格行為立即影響效果之分析

這個部分主要考驗研究假設一：接受靜思語教學方案後，實驗組成員在「國小兒童品格量表」之後測得分優於對照組。

首先將兩組成員在「國小兒童品格量表」各分量表之前後測的平均數與標準差列於表4-1，從表4-1可以發現，實驗組學生在總量表及各分量表的後測分數均高於前測，在「關懷」分量表的分數提升較多，在「尊重」分量表的分數提升較少，與對照組比較之下，在「值得信賴」、「尊重」、「公平」前測平均數略低於對照組，但在後測平均數卻略高於對照組。

表 4-1 實驗組與對照組在「國小兒童品格量表」總量表及各分量表前後測之平均數與標準差

項目	組別	前測		後測	
		平均數	標準差	平均數	標準差
責任	實驗組	21.42	4.485	23.45	4.959
	對照組	21.29	5.374	21.58	5.993
值得信賴	實驗組	19.39	3.413	21.61	3.073
	對照組	19.55	3.802	19.94	4.258
尊重	實驗組	17.03	4.943	18.65	4.294
	對照組	17.52	5.092	17.48	4.358
公平	實驗組	22.74	5.674	24.68	5.102
	對照組	22.97	5.050	23.35	5.719
關懷	實驗組	28.06	8.278	31.35	8.412
	對照組	27.45	8.962	28.32	8.765
總量表	實驗組	108.65	22.504	119.74	23.277
	對照組	108.77	26.007	110.68	26.145

* $p < .05$

爲了進一步考驗兩組之顯著性差異，則進行單因子共變數分析，在進行共變數分析之前，先進行迴歸係數同質性檢定，如表 4-2：

表 4-2 前後測「迴歸係數同質性檢定」結果

	責任	值得信賴	尊重	公平	關懷	總量表
F 值	2.663	2.770	0.355	.000	.727	0.010

結果顯示在各分量表與總量表皆無違背同質性的假設 ($p > .05$)，符合組內迴歸係數同質性的基本假定，表示可以進行共變數分析，以下將各分量表及總量表的共變數分析結果列於表 4-3：

表 4-3 實驗組與對照組在「國小兒童品格量表」總量表及各分量表後測之單因子共變數分析

分量表	變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F 值
責任	組間（實驗處理）	47.676	1	47.676	4.637 *
	組內（誤差）	606.580	61	10.281	
值得信賴	組間（實驗處理）	49.56	1	49.56	6.424 *
	組內（誤差）	455.183	61	7.715	
尊重	組間（實驗處理）	33.819	1	33.819	4.228 *
	組內（誤差）	471.955	61	7.999	
公平	組間（實驗處理）	34.392	1	34.392	2.501
	組內（誤差）	811.206	61	13.749	
關懷	組間（實驗處理）	99.167	1	99.167	4.059 *
	組內（誤差）	1441.574	61	24.433	
總量表	組間（實驗處理）	1305.403	1	1305.403	7.923 * *
	組內（誤差）	9720.561	61	164.755	

* $p < .05$

以下針對表 4-3 實驗組與對照組在各分量表及總量表進行共變數分析後，所得的之後測結果分析說明如下：

一、從表 4-3 之結果可知，以量表前測分數為共變量，後測分數為依變項，單因子共變數分析的結果，實驗組學生在「國小兒童品格量表」的「責任」分量表分數之後測達到顯著差異($F=4.637$ ， $P<.05$)，表示實驗組成員在接受靜思語教學方案後，其在「責任」分量表顯著高於對照組，因此本研究之假設 1-1「經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在責任分量表之後測得分優於對照組。」獲得支持，即顯示靜思語教學方案對提升國小三年級學生之「責任」表現有達到顯著效果。

二、從表 4-3 之結果可知，以量表前測分數為共變量，後測分數為依變項，單因子共變數分析的結果，實驗組學生在「國小兒童品格量表」的「值得信任」分量表分數之後測達到顯著差異($F=6.424$ ， $P<.05$)，表示實驗組成員在接受靜思語教學方案後，其在「值得信任」分量表顯著高於對照組，

因此本研究之假設 1-2「經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在值得信任分量表之後測得分優於對照組。」獲得支持，即顯示靜思語教學方案對提升國小三年級學生之「值得信任」表現有達到顯著效果。

三、從表 4-3 之結果可知，以量表前測分數為共變量，後測分數為依變項，單因子共變數分析的結果，實驗組學生在「國小兒童品格量表」的「尊重」分量表分數之後測達到顯著差異($F=4.228$ ， $P<.05$)，表示實驗組成員在接受靜思語教學方案後，其在「尊重」分量表顯著高於對照組，因此本研究之假設 1-3「經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在尊重分量表之後測得分優於對照組。」獲得支持，即顯示靜思語教學方案對提升國小三年級學生之「尊重」表現有達到顯著效果。

四、從表 4-3 之結果可知，以量表前測分數為共變量，後測分數為依變項，單因子共變數分析的結果，實驗組學生在「國小兒童品格量表」的「公平」分量表分數之後測未達到顯著差異($F=2.501$ ， $P>.05$)，表示實驗組成員在接受靜思語教學方案後，其在「公平」分量表未顯著高於對照組，因此本研究之假設 1-4「經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在公平分量表之後測得分優於對照組。」未獲得支持，即顯示靜思語教學方案對提升國小三年級學生之「公平」表現沒有達到顯著效果。

五、從表 4-3 之結果可知，以量表前測分數為共變量，後測分數為依變項，單因子共變數分析的結果，實驗組學生在「國小兒童品格量表」的「關懷」分量表分數之後測達到顯著差異($F=4.059$ ， $P<.05$)，表示實驗組成員在接受靜思語教學方案後，其在「關懷」分量表顯著高於對照組，因此本研究之假設 1-5「經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在關懷分量表之後測得分優於對照組。」獲得支持，即顯示靜思語教學方案對提升國小三年級學生之「關懷」表現有達到顯著效果。

綜合以上結果顯示，實驗組學生在接受研究者所設計之靜思語教學方案後，其在「國小兒童品格量表」上的「總量表」及「責任」、「值得信賴」、「尊重」、「關懷」等分量表均達顯著差異，亦即假設 1-1、1-2、1-3、1-5 獲得支持，達到顯著的立即效果，但在「公平」之得分則與對照組學生沒有顯著差異，亦即假設 1-4 並未獲得支持。

貳、靜思語教學對學生品格行為持續性影響效果之分析

這個部分主要考驗研究假設二：接受靜思語教學方案五週後，實驗組學生在「國小兒童品格量表」總量表之追蹤測得分優於對照組。

爲了進一步探討靜思語教學對學生在品格行為的持續性效果，研究者於實施靜思語教學方案結束五週後，再一次對實驗組與對照組學生進行「國小兒童品格量表」施測，乃以實驗前測分數爲共變數，以實驗追蹤測分數爲依變數，進行單因子共變數分析， α 皆定.05，比較其得分上的差異情形。在進行共變數分析之前，仍先進行迴歸係數同質性檢定。

首先將實驗組與對照組在「國小兒童品格量表」總量表及各分量表前測與追蹤測之平均數與標準差列於表 4-4：

表 4-4 實驗組與對照組在「國小兒童品格量表」總量表與各分量表前測與追蹤測之平均數與標準差

分量表	組別	前測		追蹤測	
		平均數	標準差	平均數	標準差
責任	實驗組	21.42	4.485	23.45	4.911
	對照組	21.29	5.374	21.52	5.927
值得信賴	實驗組	19.39	3.413	19.90	4.011
	對照組	19.55	3.802	19.45	4.073
尊重	實驗組	17.03	4.943	18.45	4.114
	對照組	17.52	5.092	16.87	4.794
公平	實驗組	22.74	5.674	23.90	4.784
	對照組	22.97	5.050	22.71	6.430
關懷	實驗組	28.06	8.278	30.10	7.359
	對照組	27.45	8.962	26.77	8.500
總量表	實驗組	108.65	22.504	115.10	23.497
	對照組	108.77	26.007	107.58	24.752

* $p < .05$

在進行單因子共變數分析之前，先進行迴歸係數同質性檢定，如表 4-5，結果顯示在各分量表與總量表皆無違背同質性的假設，表示可以進行共變數分析。

表 4-5 前測與追蹤測「迴歸係數同質性檢定」結果

	責任	值得信賴	尊重	公平	關懷	總量表
F 值	3.691	0.725	0.542	2.504	0.896	0.094

接著進行各分量表及總量表的共變數分析，並探討各分量表與總量表的共變數分析結果，以下將分析結果列於表 4-6：

表 4-6 實驗組與對照組在「國小兒童品格量表」總量表及各分量表追蹤測之單因子共變數分析

分量表	變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F 值
責任	組間（實驗處理）	51.527	1	51.527	4.545 *
	組內（誤差）	668.928	61	11.338	
值得信賴	組間（實驗處理）	1.829	1	1.829	0.150
	組內（誤差）	721.655	61	12.231	
尊重	組間（實驗處理）	50.034	1	50.034	4.542 *
	組內（誤差）	649.931	61	11.016	
公平	組間（實驗處理）	28.114	1	28.114	0.23
	組內（誤差）	1126.834	61	19.099	
關懷	組間（實驗處理）	126.356	1	126.356	6.133 *
	組內（誤差）	1215.638	61	20.604	
總量表	組間（實驗處理）	899.930	1	899.930	4.402 *
	組內（誤差）	12063.028	61	204.458	

* $p < .05$

以下針對表 4-3 兩組成員在各分量表及總量表進行共變數分析後，所得之追蹤測結果說明如下：

一、從表 4-3 之結果可知，以量表前測分數為共變量，追蹤測分數為依變

項，所進行的單因子共變數分析，實驗組學生在「國小兒童品格量表」的「責任」分量表分數之追蹤測達到顯著差異($F=4.545$ ， $P<.05$)，表示實驗組成員在接受靜思語教學方案五週後，其在「國小兒童品格量表」的「責任」分量表顯著高於對照組，因此本研究之假設 2-1「經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在責任分量表之追蹤測得分優於對照組。」獲得支持，即顯示靜思語教學方案對提升國小三年級學生之「責任」表現有達到顯著效果。

二、從表 4-3 之結果可知，以量表前測分數為共變量，追蹤測分數為依變項，所進行的單因子共變數分析，實驗組學生在「國小兒童品格量表」的「值得信任」分量表分數之追蹤測未達到顯著差異($F=0.150$ ， $P>.05$)，表示實驗組成員在接受靜思語教學方案五週後，其在「國小兒童品格量表」的「值得信任」分量表未顯著高於對照組，因此本研究之假設 2-2「經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在值得信任分量表之追蹤測得分優於對照組。」未獲得支持，即顯示靜思語教學方案對提升國小三年級學生之「值得信任」表現沒有達到顯著效果。

三、從表 4-3 之結果可知，以量表前測分數為共變量，追蹤測分數為依變項，所進行的單因子共變數分析，實驗組學生在「國小兒童品格量表」的「尊重」分量表分數之追蹤測達到顯著差異($F=4.542$ ， $P<.05$)，表示實驗組成員在接受靜思語教學方案五週後，其在「國小兒童品格量表」的「尊重」分量表顯著高於對照組，因此本研究之假設 2-3「經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在尊重分量表之追蹤測得分優於對照組。」獲得支持，即顯示靜思語教學方案對提升國小三年級學生之「尊重」表現有達到顯著效果。

四、從表 4-3 之結果可知，以量表前測分數為共變量，追蹤測分數為依變項，所進行的單因子共變數分析，實驗組學生在「國小兒童品格量表」的「公平」分量表分數之追蹤測未達到顯著差異($F=0.23$ ， $P>.05$)，表示實驗組成員在接受靜思語教學方案五週後，其在「國小兒童品格量表」的「公平」分量表未顯著高於對照組，因此本研究之假設 2-4「經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在公平分量表之追蹤測得分優於對照組。」未獲得支持，即顯示靜思語教學方案對提升國小三年級學生之「公平」表現沒有達到顯著效果。

五、從表 4-3 之結果可知，以量表前測分數為共變量，追蹤測分數為依變

項，所進行的單因子共變數分析，實驗組學生在「國小兒童品格量表」的「關懷」分量表分數之追蹤測達到顯著差異($F=6.133$ ， $P<.05$)，表示實驗組成員在接受靜思語教學方案五週後，其在「國小兒童品格量表」的「關懷」分量表顯著高於對照組，因此本研究之假設 2-5「經實驗處理後，接受靜思語教學的實驗組學生，其在關懷分量表之追蹤測得分優於對照組。」獲得支持，即顯示靜思語教學方案對提升國小三年級學生之「關懷」表現有達到顯著效果。

綜合以上結果顯示，實驗組學生在接受研究者所設計之靜思語教學方案五週後，其在「國小兒童品格量表」上的「責任」、「尊重」、「關懷」、三項分量表及「總量表」均達顯著差異，亦即假設 2-1、2-3、2-5 獲得支持，達到顯著的持續性效果，但在「值得信賴」、「公平」之得分則與對照組學生沒有顯著差異，亦即假設 2-2、2-4 並未獲得支持。

參、綜合討論

綜合以上結果，在進行靜思語實驗方案教學後，對於實驗組成員在量表上的結果加以整理，並探究可能之因素。

一、量表結果歸納

根據表 4-1、表 4-3、表 4-4 及表 4-6 的結果，將各品格分量表於實驗處理後測及追蹤測結果歸納如下：

(一) 在靜思語教學方案後，實驗組成員在「責任」「尊重」「關懷」分量表在後測與追蹤測均達顯著水準，明顯優於對照組成員，亦即接受靜思語教學的學生在品格中的「責任」「尊重」「關懷」不僅有達到立即性效果，也有持續性的效果，可見靜思語教學方案在這三方面的成效較明顯且影響較久。此研究結果與邱淑珮(2004)研究發現，「蜜蜜甜心派」課程實施之後，尊重與關懷中分組和低分組學生在「尊重關懷態度量表」量表之前後測得分有顯著差異之觀點是相同的。

(二) 在靜思語教學方案後，實驗組成員在品格中的「值得信賴」分量表只有後測立即性的效果達顯著水準，明顯優於對照組成員，但在追蹤測持續性效果卻不顯著，可見在「值得信賴」方面只有短暫明顯的成效。

(三) 在靜思語教學方案後，實驗組成員在「公平」分量表的後測及追蹤測均沒有達到顯著性的水準，亦即接受靜思語教學的學生在品格中的「公平」，不論是在立即性與持續性方面均無明顯的成效，可見靜思語教學方案在「公平」方面並太大的影響。

二、探究可能因素

對於研究結果，研究者將可能因素歸納如下：

(一) 教學方案內容與「國小兒童品格量表」設計的部分題目相符

本研究所用之量表係根據品格內涵設計，分別為「責任」、「值得信賴」、「尊重」、「公平」、「關懷」五個分量表。研究者在設計方案時，即根據量表中之因素，包括在學習單也考量到與量表設計的題目內涵相符，例如在學習單一「好習慣銀行」，好習慣的項目即以量表中第 1 題我會主動的看書、寫字、發問、學習，第 2 題我能穿著整齊、乾淨，第 3 題我能專心的上課、寫字、吃飯，第 4 題在家裡我會主動幫忙作家事，維持家裡整潔，第 5 題說出去的話，一定會做到所設計，引導學生達到負責任的教學目標；學習單三「禮貌大賽」的比賽的項目 1.講話很客氣 2.常說：「請、謝謝、對不起」3.常保持笑臉 4.會主動跟老師長輩打招呼 5.會專心聽別人說話，不打斷別人說話 6.不會取笑別人，也參考量表中第 14 題我會時常將「請、謝謝、對不起」掛在嘴邊，第 15 題我會主動跟老師、長輩問好，第 13 題別人在說話時，我會注視著他，並安靜的聽，不打斷他的話來設計，引導學生達到尊重的教學目標；學習單十「我們都是好朋友」內容也以量表中第 23 題和同學一起做功課，會教導功課不好的同學，第 24 題當同學間發生爭吵或吵架時，會主動排解勸告，第 25 題當同學難過或傷心時，會主動安慰他，第 27 題和同學分享自己喜歡的東西，第 28 題和我同組或同隊的人表現不好時，我會鼓勵他，第 30 題我喜歡和別人合作完成一件事來設計，引導學生達到關懷的教學目標。但在公平和值得信賴的學習單，沒有依量表提項設計內容，可能也是影響結果的因素。

(二) 有家長的配合效果較顯著

每一項品格內涵進行兩週靜思語教學，之後即讓家長填寫回饋單，了

解學生在家庭中表現的情形，大部分的家長對老師的靜思語教學是肯定的（表4-26），也會配合引導與鼓勵（表4-27），如果學生沒做到，家長會予以提醒，其中在責任、尊重、值得信賴、關懷方面，家庭中家長較為重視的部分，如：責任方面要主動寫作業、做家事，尊重方面要有禮貌、不插嘴，值得信賴方面要誠實、有自信，關懷方面要懂得關心、安慰，在家庭中有家長的配合，因此效果較為顯著。但在公平內涵方面，在家庭中遵守遊戲規則較不易呈現，也可能是效果較不顯著的原因。

（三）生活中使用的機會多的靜思語，品格改善的成效較明顯

從訪談學生反應，在平常曾經用過靜思語的情形可知，學生用靜思語「生氣是短暫的發瘋，會醜化了自己」提醒自己和別人要懂得尊重，學生會用靜思語「謊言像一朵盛開的鮮花，外表美麗生命短暫」提醒自己不能說謊，用靜思語「不要小看自己，因為人有無限可能」提醒自己要自信，要做個值得信賴的人，用靜思語「會善用時間的人時間如鑽石，不會善用時間的人時間如泥土」提醒自己不要浪費時間，用靜思語「要為成功多用心，不要為失敗找藉口」提醒自己或他人說到要做到、不要找藉口，要有責任心，這些靜思語因為跟生活貼近，在平常出現的次數和機會最多，因此讓學生朗朗上口，而公平的靜思語被學生平常運用的機會不多，可能是生活中較少有機會用到的關係，導致成效不明顯。

（四）起點行為差異性

在問卷中發現責任和公平同樣都有六個題項，學生在責任的前測平均數比公平較低，因此公平的前測和後測差異不大，可能是因為學生在公平方面原本就做得不錯，以至於在教學後改變不顯著。

（五）量表題項無法涵括所有改變之行爲：

從學生、家長、導師回饋單中可知，在上完靜思語教學方案後，學生行為有正向的改變，但有些改變行為在量表中並未設計為題項，以至量表無法呈現顯著之差異，家長回饋單中提到為了公平起見，學生在家裡會和家人輪流看電視或打電腦，所以都不會起爭執。在量表中並無表現輪流行為的題項；在關懷回饋中發現學生經常幫助家庭中成員，但在量表中的題

項大多是針對同學之間的安慰、鼓勵與協助，沒有關懷家人的題項（見附錄十二），以至於在方案結束之後，無法呈現持續性的顯著成效。

（六）品格的改變，需要時間慢慢培養

每個學生除了先天的個性差異也有後天習慣的不同，要達到方案中的教學目標，除了老師在學校進行觀念的澄清、提供模擬情境引導學生在生活中實踐之外，更重要的是能在實際生活中不斷的自省與練習，使之成為習慣，因此即使在課程中的安排能刺激學生有及時努力的衝動，但仍須有長時間的督促與堅持改善的毅力，才能達到真正行為的形塑。否則就會如同「值得信賴」方面，一旦課程結束後，便容易遺忘或忽略。即便如此，運用靜思語教學方案奠定學生正確的品格觀念，也能讓學生有潛移默化的作用，善化孩子的心性。如家長回饋單：「希望在生活中遇到困難時，靜思語也能成為他的依靠」（P-T-18），雖然成效有限，但是有正向的回饋，仍值得肯定。

第二節 靜思語教學方案適用性之分析

爲了兼顧研究的質與量，在研究中也針對成員的改變做深入的分析，以教學成效探討此方案之適用性。本節主要將實驗教學過程中所填寫的回饋資料，包括學生單元回饋單、學生總回饋單、家長回饋單、導師回饋單，及研究者所觀察的紀錄情形與省思，並就所需要了解的地方做一簡要的訪談，加以歸納整理，來分析實驗組成員的改變情形，用以呈現實驗組學生、家長及導師對靜思語實驗教學的感受與回饋，以及學生在實驗教學後品格行為上之改變，藉以探討此方案之適用性並輔助解釋前一節統計之分析結果。

壹、成員回饋單分析

研究者在每一次課程結束時，由實驗組成員完成單元回饋單，並於十週課程結束後填寫總回饋單，期望透過回饋單來了解實驗組成員對靜思語教學的喜歡程度與學習成果，以及對課程設計的意見，以利研究者掌握學生的學習狀況及是否達到改善品格行為的目標，並做為課程設計之改進基

礎，以下就學生的填答作分析與討論，茲分述如下：

一、成員對靜思語五段式教學步驟喜歡程度

靜思語教學是以五段式教學步驟（體驗、講述故事、省思、靜思、生活實踐）來達到教學效果，研究者分析整理學生對五段式教學步驟、課程設計的呈現方式之喜愛程度，以及對活動的感受與收穫，藉以探討學習成效及此教學方案之適用性。

表4-7 實驗組學生對靜思語教學步驟喜歡程度

例 單元	步驟										
	喜歡比	體驗		講述故事		省思		靜思		生活實踐	
		人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比	人數	百分比
1.負責的孩子	28	90	30	97	24	77	25	81	25	81	
2.不找藉口進步多	25	81	30	97	26	84	24	77	24	77	
3.禮貌大賽	30	97	25	81	27	87	25	81	26	84	
4.不氣！不氣！不生氣！	31	100	25	81	25	81	25	81	23	74	
5.不輕視自己	28	90	31	100	26	84	24	77	23	74	
6.我是誠實的好孩子	28	90	31	100	24	77	24	77	24	77	
7.公平對對錯	31	100	27	87	27	87	24	77	23	74	
8.我愛人人，人人愛我	31	100	25	81	23	74	25	81	24	77	
9.我有好心做好事	31	100	26	84	25	81	24	77	25	81	
10.我們都是好朋友	27	87	27	87	24	77	26	84	25	81	

根據表4-7可知，學生對靜思語五段式教學步驟的喜歡程度都超過77%，其中以體驗活動最受學生喜歡，因為體驗採「以境示教」的方式，課程大部分會安排動態活動如（摺紙、參觀、討論、表演），三年級的學生

都很喜歡動態活動，所以有超過87%的學生喜愛；學生也很喜歡聽故事，有超過81%的學生喜愛聽講述故事，尤其學生最喜歡用影片呈現，達到100%的喜愛程度；省思活動主要引導學生就故事中值得探討的問題，做自由主動的發表討論，三年級學生原本就很喜歡發表，加上老師予以記點的方式鼓勵學生，更強化學生的發表意願達到74%的學生喜愛，只有少部分學生不善於發表，喜歡程度較低；靜思活動需要學生靜下來思考同齡學生心得示例和家長愛的叮嚀，聯結自己的舊經驗，因為心得示例的內容和學生生活貼切，讓學生感受強烈，但因有些孩子靜不下心，覺得有點無聊，所以喜愛程度達77%，生活實踐主要提供教材中的實踐方法，提醒學生落實在日常生活中，可能只是口頭的提醒，對學生的印象不夠深刻，需要學生自我要求與自省，牽涉到學生自我要求的能力差異，學生喜歡程度只有74%。

二、成員對各單元活動的感受與收穫

每次課程後隨即填寫單元回饋單，包括感受及收穫（感受度有六個題項以兩個選項讓學生勾選，收穫則以開放式問題呈現讓學生回答），了解學生對每次上課的學習態度及感受，以評鑑學生的學習狀況並探討教學成效，是否達到學習目標，作為教學活動設計時的參考。

（一）各單元回饋單中對教學的感受整理如表 4-8

表 4-8 各單元回饋單中對教學的感受

題項 比例	這次教的 靜思語我 都了解	這次課程 對我的行 為有幫助	我滿意這 次上課的 表現	我喜歡這 次的教學 方式	我滿意這 次教學內 容	我有用心 完成作業
	人數 百分比	人數 百分比	人數 百分比	人數 百分比	人數 百分比	人數 百分比
1.負責的 孩子	29 (94%)	31 (100%)	26 (84%)	31 (100%)	31 (100%)	30 (97%)
2.不找藉 口進步 多	29 (94%)	31 (100%)	27 (87%)	31 (100%)	29 (94%)	28 (90%)
3.禮貌大 賽	30 (97%)	30 (97%)	26 (84%)	31 (100%)	30 (97%)	28 (90%)

表4-8 (續)

題項 比例	這次教的 靜思語我 都了解	這次課程 對我的行 為有幫助	我滿意這 次上課的 表現	我喜歡這 次的教學 方式	我滿意這 次教學內 容	我有用心 完成作業
單元	人數 百分比	人數 百分比	人數 百分比	人數 百分比	人數 百分比	人數 百分比
4.不 氣！不 氣！不 生氣！	31 (100%)	30 (97%)	23 (74%)	31 (100%)	31 (100%)	27 (87%)
5.不輕 視自己	27 (87%)	31 (100%)	24 (77%)	31 (100%)	31 (100%)	26 (84%)
6.我是 誠實的 好孩子	27 (87%)	31 (100%)	24 (77%)	31 (100%)	30 (97%)	27 (87%)
7.公平 對對錯	26 (84%)	31 (100%)	25 (81%)	31 (100%)	30 (97%)	25 (81%)
8.我愛 人人， 人人愛 我	25 (81%)	30 (97%)	25 (81%)	31 (100%)	30 (97%)	29 (94%)
9.我有 好心做 好事	30 (97%)	31 (100%)	24 (77%)	31 (100%)	31 (100%)	26 (84%)
10.我 們都是 好朋友	30 (97%)	31 (100%)	25 (81%)	31 (100%)	29 (94%)	28 (90%)

綜合表4-8實驗組成員31人對各單元活動的感受都呈現正向的回饋，第一題項有超過80%成員對研究者所提出的靜思語內容都能了解，只有在第八單元我愛人人，人人愛我的比例稍為較低，第二題項為該活動對自己的品格行為是否有幫助，有超過95%的成員覺得是有幫助的，第三題項學生對活動的表現有近74%以上的成員滿意自己上課的表現；第四題項對老師上課的方式與感受，全部的成員都滿意老師的教學方式；第五題項有超過93%的成員對老師安排的教學活動是滿意的；第六題項有超過80%的成員自評有用心完成作業。

(二) 單元回饋單中對各單元的收穫整理如下：

本課程是以靜思語教學為方法，以責任、尊重、值得信賴、公平、關懷五項品格內涵為設計主軸，研究者針對每一個品格內涵各設計兩個教學單元，期望達到該品格內涵為目標。表4-9是將學生於每次上課後，回饋單上寫下該單元所學到或感受到的觀念與做法加以整理，有些學生想法重複，所以歸納出學生學習到的重點，不再重複描述。

表4-9 單元回饋單中對各單元的收穫

內 涵	單 元	學生收穫（人數）
責 任	1.	* 我要學會善用時間。(6)
	負	* 我要做好學生的本分。(2)
	責	* 我要學習負責任。(12)
	的	* 我知道小事要先做，大事才簡單。(6)
	孩	* 我知道小事要認真做，才能做大事。(8)
	子	* 我學到很多知識。(7)
		* 我學到做事不要半途而廢。(1)
	2.	* 原本我很喜歡找藉口，每次媽媽叫我去寫功課，我都會說等
	不	一下，以後我不能再找藉口了。(5)
	找	* 我希望以後我能自己做的事盡量自己做。(8)
	藉	* 我希望以後我全部都能靠自己。(3)
	口	* 我不能因為不想做就找一些藉口。(19)
	進	* 以前我忘記帶書本，都會說是媽媽忘記幫我放進去，以後我
	步	知道要記得整理書包。(13)
	多	

表4-9（續）

內 涵	單 元	學生收穫（人數）
尊 重	3. 禮貌大賽	* 我知道尊重就是講話的時候要眼睛注視對方。(8) * 我知道遇到不如意的事要改變想法，微笑會讓人心情變好，減少爭吵。(6) * 我知道只要有一方面帶笑容就不會吵架。(10) * 我以後會客氣和家人溝通。(8) * 我學到只要改變觀念就不會常生氣了。(4) * 我對別人好，別人才會對我好。(6) * 我知道跟人溝通時態度要溫和。(9) * 我知道生氣臭臉會沒有朋友，人際關係會變差。(3)
	4. 不氣！不氣！不生氣！	* 大家都喜歡微笑的臉，覺得生氣的臉很可怕，好像瘋了一樣，也不敢跟他靠近。(3) * 大家都不喜歡愛擺臭臉，動不動就生氣的人。(5) * 以前只要有同學弄到我，我就會很生氣的罵他，以後我不要用生氣解決事情，會讓自己變醜，只要想成他不是故意的就好了。(6) * 我以後不要用很兇的表情跟人家說話。(11) * 用生氣不能解決問題，如果是我，會先解決問題再和諧的談。(7) * 我要客氣的指正別人，輕聲細語跟他說你做錯了，當做他們不是故意的。(5) * 當我想生氣時我就深呼吸、看看窗外的大自然、喝水讓自己情緒緩和。(12) * 我要和藹可親面對別人指正。(9) * 我了解到慈濟「四神湯」是知足、感恩、善解、包容的意思。(6)

表4-9（續）

內 涵	單 元	學生收穫（人數）
值得 信 賴	5. 不 輕 視 自 己	* 我要對自己有信心，以前我都不會摺紙，現在我知道只要用心學一定可以學會。(14)
		* 我很害怕上台，我知道要克服心理障礙，多練習就不會害怕了。(5)
		* 我很害怕比直排輪，對比賽很沒信心，我知道要多努力才能克服，以後我要勇敢去比賽。(2)
		* 我很害怕考試，我知道要認真學習，就不會怕了。(10)
		* 遇到害怕的事情也要去試試看，也許不是真的很恐怖。(5) * 就算沒得獎也沒關係，也可以吸收經驗。(3)
我 是 誠 實 的 好 孩 子	6.	* 以前我也說過謊，因為怕被罵，以後我要勇敢承認。(8)
		* 說謊的時後心裡會覺得怕怕的，直到承認以後才安心。(9)
		* 我以後要拿別人的東西要先經過他的同意，否則就是偷竊行為。(6)
		* 我知道做錯事就要承認，就算被處罰也要勇敢接受，否則再說謊就是一錯再錯了。(3)
		* 我以前有偷偷把藥丟掉，因為藥很苦，結果被媽媽發現，又重看一次醫生，這是不對的。(3) * 我以前有抄過解答，因為怕被罵就說謊，但是謊言就像是鮮花一樣，外表美麗生命短暫，很快就被發現，被媽媽罵了一頓，以後我不會再偷抄解答了。(7)

表4-9（續）

內 涵	單 元	學生收穫（人數）
公 平	7. 對 錯	*我知道規則雖然可以改變，但是要跟大家討論，互相尊重，少數服從多數，或用抽籤決定。(4) *我知道在團體中要尊重每個人，很多爭執都是因為有人先不守規則。(8) *我以後要糾正別人時態度要恭敬，不要剛硬，發現自己錯了要趕快改過。(9) *以前我會說不准跟誰好，可是常常都會被同學跟老師告狀，原來這就是搞小圈圈，以後我會公平的對大家好。(7) *我學會公平五字訣(7) 取勝靠實力、競爭要公平、處事不偏心、對得住良心。 *我學會公平三不要(5) 自己的錯誤不要怪別人，不要搞小圈圈，不要占別人的便宜。
	8. 我 愛 人 人 愛 我	*我以後對別人要將心比心，態度要恭敬溫和，要像愛自己的心來愛別人。(7) *我知道要如何認識新朋友~有快樂的事跟他分享、幫助他、多看他的優點、少看他的缺點。(4) *我知道愛別人如愛自己，將我心比他心~多聽對方的意見、不要防衛心太快出現、尊重並謝謝別人給的意見。(6) *我以後講話時，語氣要好好跟對方說。(11) *我被讚美時覺得自己很棒、很高興，被批評時很難過很後悔。(1) *以後我有錯誤要馬上糾正，多聽別人意見才能改進自己的缺點。(8)

表4-9（續）

內 涵	單 元	學生收穫（人數）
關 懷	9. 我 有 好 心 做 好 事	* 我知道身心障礙者其實他們心地也很善良，但爲了學習一件事可能需要經過非常多次的練習。(12)
		* 我體會到父母照顧我已經很辛苦，對於身心障礙者的父母要照顧他們更辛苦，所以回家時記我想跟父母說聲謝謝。(5)
		* 當我看到身心障礙者會覺得害怕，但我可以把不需要的東西送給他，不要鬧他、欺負他。(5)
		* 我看到身心障礙的人會覺得有點難過，覺得他們很可憐、如果看到盲眼的人會幫助他們過馬路。(3)
		* 我剛開始有點害怕，後來就會覺得他們有點可憐，很好奇爲什麼他們會長成這樣子。(3)
		* 我知道當我會想幫助別人時，其實我就是在成爲一位被需要的人。(3)
		* 我知道做一個被需要的人，生命才有意義，也就是學習去幫助別人，讓別人覺得你很重要。(6)
		* 我學到幫助別人就是幫助自己，幫助別人時自己也得到快樂，以後別人也會幫助我們，多做多得（得到快樂得到有誼），少做多失（失去朋友失去快樂）。(6)
		* 我學到一個身心障礙的人，他們的希望就是可以去幫助別人，因爲去幫助別人，才覺得自己有意義，如果父母親也能贊成和鼓勵幫助別人的舉動，社會就會更祥和。(3)
		* 我學到幫助別人也不能要求回報。(1)
		* 我在家裡被誰需要：（幫媽媽做生意、教妹妹功課、幫媽媽按摩、收髒碗、幫爺爺捶背，幫阿婆抬水，幫忙家事，幫忙洗碗，幫哥哥拿東西，幫哥哥關門，幫奶奶曬衣服，幫叔叔顧電腦，幫弟弟換衣服），我是他們需要的人，所以我的生命有意義。(13)
		* 我學到當一個被需要的人，就是個有意義的人。(9)
		* 我學到愛的叮嚀：想要別人怎麼待你，就要先怎麼待人。(4)

表4-9（續）

內 涵	單 元	學生收穫（人數）
10.	我 們 是 好 朋 友	*我學到要成爲一個受歡迎的人要具備的條件：常幫助別人，對人態度溫和，對人人都好。(7) *我知道小狐狸因爲驕傲自大，又不幫助別人，常欺負人，所以人際關係很不好，後來常常幫助別人就改善了。(5) *我也曾經請教同學時被取笑，當時我很難過覺得被瞧不起，以後我不要瞧不起人。(1) *我不僅要關心身心障礙的人，也要關心周遭的人，如家人、朋友、同學。(17) *我學到要付出關心，久而久之就能成爲一個受歡迎的人。(3)

綜合上述，實驗組學生上完靜思語教學課程，對五項品格內涵都有正向的學習，能了解該單元所要傳達的主要意旨，學生也能運用靜思語的涵義與生活結合，並且知道如何在日常生活中以靜思語提醒自己切實做到。例如：

(1)「以前我忘記帶書本，都會說是媽媽忘記幫我放進去，以後我知道要記得整理書包。」可知道靜思語「要爲成功多用心，不要爲失敗找藉口。」讓學生學到整理書包是自己該做的事，說媽媽忘記放進去只是藉口，只要自己記得再整理一次就不會忘記帶書本。

(2)「以前只要有同學弄到我，我就會很生氣的罵他，以後我不要用生氣解決事情，會讓自己變醜，只要想成他不是故意的就好了。」可知道靜思語「生氣是短暫的發瘋，會醜化了自己。」給學生另一方面的轉念，只要觀念轉變一下，情緒也可以控制好。

(3)「我以前有抄過解答，因爲怕被罵就說謊，但是謊言就像是鮮花一樣，外表美麗生命短暫，很快就被發現，被媽媽罵了一頓，以後我不會再偷抄解答了。」可知靜思語「謊言像一朵盛開的鮮花，外表美麗生命短暫。」讓學

生學習到說謊只能得到短暫的快樂，事後的後果更嚴重。

(4)「我很害怕比直排輪，對比賽很沒信心，我知道要多努力才能克服，以後我要勇敢去比賽。」可知學生面對比賽是很害怕的，需要給他正向的鼓勵與增強，靜思語「不要小看自己，因為人有無限可能」的涵意正好有此作用。

(5)「以前我會說不准跟誰好，可是常常都會被同學跟老師告狀，原來這就是搞小圈圈，以後我會公平的對大家好。」靜思語中「對人要有恭敬心，不可以有分別心。」讓學生知道對人要公平以待，不可以用嫉妒、偏心或占有慾去控制別人，否則得不到真正的友誼。

(6)「我在家裡幫媽媽做生意、教妹妹功課、幫媽媽按摩、收髒碗、幫爺爺捶背，幫阿婆抬水，做一個被需要的人，生命才有意義，我也覺得很高興。」可知靜思語「做一個被需要的人，生命才有意義。」「播下愛的種子，收穫是快樂的果實。」讓學生從中學到關懷與付出是快樂的一件事，也讓自己的生命更有意義。

三、成員對整體活動的感受與收穫

此部分主要探討總回饋單中實驗組成員對整個靜思語教學活動的感受與收穫，以及對提升品格行為的看法，主要涵蓋五大項，前四項包括對課程的安排、在家中的情形、對老師的感受及看法、自評在內涵的進步情形及學習意願。填答方式為針對題項敘述內容在屬於自己的感受括號中打勾，對各單元方案設計喜愛程度、對方案喜歡與不喜歡的原因、成員家人的反應可以重複勾選，將學童填答的結果做整理並以百分比方式呈現，目的在了解成員對活動的看法、老師帶領方式、課後在家中情形及自我收穫與想法，最後一項是以開放式的問題--想對老師說的話，呈現成員的學習收穫及對老師的建議與鼓勵。

(一) 對課程的安排

成員對課程安排的喜愛程度也間接影響學習的效果，在課程的安排中包括對時間的安排、對方案的整體感受、對方案喜歡或不喜歡的原因、各方案及課程設計呈現方式之喜愛程度，將成員填答結果歸納如下：

表4-10 學生對課程時間與次數的安排滿意度

對上課時間的安排	覺得很好 人數 (百分比)	覺得還好 人數 (百分比)	覺得不好 人數 (百分比)
時間	16 (52%)	13 (42%)	2 (6%)
次數	16 (52%)	11 (35%)	4 (13%)

表4-11 學生對靜思語教學方案的整體感受

喜歡程度	喜歡 人數 (百分比)	普通 人數 (百分比)	不喜歡 人數 (百分比)
人數 (百分比)	29 (94%)	2 (6%)	0 (0%)

表4-12 學生對方案喜歡與不喜歡的原因

喜歡的原因	人數 (百分比)	不喜歡的原因	人數 (百分比)
上課內容很有趣	27 (87%)	上課很無聊	0 (0%)
對自己的行為有幫助	24 (77%)	內容聽不懂	0 (0%)
覺得自己有進步	17 (55%)	不喜歡背靜思語	1 (3%)
內容很豐富	20 (65%)	不喜歡寫學習單	5 (16%)
喜歡靜思語的涵義	16 (52%)	覺得沒進步	1 (3%)
喜歡老師的教法	23 (74%)	老師教得不好	0 (0%)
可以學到很多道理	23 (74%)	內容太多	0 (0%)
上課可以看影片	31 (100%)	沒必要學	0 (0%)
上課可以聽故事	26 (84%)	學得很痛苦	0 (0%)
上課氣氛愉快	26 (84%)	其他	0 (0%)
喜歡背靜思語	15 (48%)		

表4-13 學生對各單元方案設計喜愛程度

內涵	單元	喜歡 人數（百分比）	普通 人數（百分比）	不喜歡 人數（百分比）
責任	1.負責的孩子	26（84%）	5（16%）	0（0%）
	2.不找藉口進步多	28（90%）	3（10%）	0（0%）
尊重	3.禮貌大賽	27（87%）	4（13%）	0（0%）
	4.不氣！不氣！不生氣！	29（94%）	2（6%）	0（0%）
值得 信賴	5.不輕視自己	28（90%）	4（13%）	0（0%）
	6.我是誠實的好孩子	25（81%）	6（19%）	0（0%）
公平	7.公平對對錯	25（81%）	6（19%）	0（0%）
	8.我愛人人，人人愛我	28（90%）	3（10%）	0（0%）
關懷	9.我有好心做好事	30（97%）	1（3%）	0（0%）
	10.我們都是好朋友	27（87%）	4（13%）	0（0%）

表4-14 實驗組學生對課程設計的呈現方式之喜愛程度

呈現方式	喜歡（百分比）	呈現方式	喜歡（百分比）
表演	28（90%）	發表	22（71%）
討論	26（84%）	比賽	15（48%）
參觀	31（100%）	朗讀	24（77%）
講述	26（84%）	唱歌	23（74%）
影片	31（100%）	手語	25（81%）
看繪本	27（87%）	學習單	7（23%）

以表4-10來看，成員對上課時間的安排有52%的實驗組成員覺得時間安排很好，42%填答還好，6%填答不好，有52%實驗組成員覺得次數安排很好，35%填答還好，13%填答不好。

研究者於每週四下午第一、二節安排此靜思語教學，為期十週，下午第一節有些學生精神還不是很好，有些學生中午沒睡，到第一節上課時反而想睡覺，雖然體驗活動能讓他們很有精神，但一到說故事時有些學生就會想睡覺。十週的教學學生都覺得不太夠，希望老師能繼續上，家長也希望能持續進行。

表4-11來看，靜思語教學方案在課程的編排上，有94%的實驗組成員填答喜歡，6%的實驗組成員填答普通，沒有學生填答不喜歡，可見此方案對實驗組學生大都有正向的感受。

由表4-12可知，在成員對方案喜歡原因中，最重要的因素是「上課可以看影片」達100%，可見學生對影片欣賞非常喜歡，其次認為「方案內容很有趣」的也有87%，可見教學方案可以引起學生學習的興趣，另外「上課可以聽故事」「上課氣氛愉快」都占84%，可知上課的氣氛是愉快的，讓學生喜歡的，學生認為「對自己的行為有幫助」占77%，因為可以讓自己成為受歡迎的好孩子，「喜歡老師的教法」「可以學到很多道理」各占74%，覺得「方案內容很豐富」的有65%，代表學生覺得學習很充實，在「覺得自己有進步」「喜歡靜思語的涵義」「喜歡背靜思語」比較不是屬於學生喜歡的重要因素。在不喜歡的原因中，最主要的是「不喜歡寫學習單」占16%，其次是「不喜歡背靜思語」和「覺得自己沒進步」各占3%，並沒有學生覺得無聊、聽不懂、老師教得不好、內容太多、沒必要學或學得很痛苦。

由表4-13可知，在對各單元的喜愛程度中大部分學生都填答喜歡，少部分學生覺得普通，沒有學生填答不喜歡，表示此方案能讓學生喜歡與接受，十個單元中喜歡程度三個比例最高的是「關懷」9、「我有好心做好事」喜歡程度97%，可能是因為課程安排了參觀的活動；「尊重」4、「不氣！不氣！不生氣！」可能是因為是利用小餅乾作體驗活動，活動完後還有點心可以吃；「值得信賴」5。「不輕視自己」課程中安排讓學生練習摺紙鶴，可能是活動讓學生印象深刻，所以特別喜歡。

從表4-14可知對課程設計的呈現方式之喜愛程度，參觀、影片是學生最喜歡的教學方式占100%，其次是表演占90%，討論和講述方式學生也很

喜歡占84%，其他各項喜歡程度也都達70%以上，只有比賽和學習單較低，可見此本研究所設計之靜思語教學方案的教學方式，能獲得學生的認同與喜歡。

（二）在家庭中的情形

第二部分是瞭解成員在家中分享的情形，包括是否和家人分享靜思語教學心得及瞭解未分享的原因、家人對靜思語教學的反應與態度、在家中實行的結果。

表4-15 學生家人對靜思語教學的認識

	了解 人數（百分比）	不太了解 人數（百分比）	不了解 人數（百分比）
家人是否了解靜思語教學	19（61%）	8（26%）	4（13%）

表4-16 成員家人的反應

家人的反應	人數（百分比）	家人的反應	人數（百分比）
很高興	26（84%）	不贊成	0（0%）
很肯定	25（81%）	沒反應	5（16%）
很配合	23（74%）		

表4-17 成員是否與家人分享靜思語

是否和家人分享老師教過的靜思語	每次都有 人數（百分比）	偶爾 人數（百分比）	沒有 人數（百分比）
	20（65%）	4（13%）	7（23%）
沒有分享的原因	忘記了（2人）、家人沒問（2人）、父母沒空（2人）、覺得自己知道就好（1人）		

綜合上表4-15、4-16、4-17可以看出有61%的家長了解靜思語教學，26%的家長並不太清楚，有13%的家長則完全不了解，但是大部分家長都持高興、肯定與配合的態度，正向的反應均達74%以上，沒有不贊成的家長，可見大部分的家長對老師的靜思語教學都能認同與肯定。但有16%的家長並不積極，沒有反應，研究者發現這些學生其中有幾位在班上的表現也是屬於上課較不積極的學生，如不愛發表，上課的反應也比較冷淡。

在與家人分享靜思語教學上，有65%的學生每次教學完回家都會和家人分享，也有13%的學生偶爾會提出來和家人分享教學內容，有23%的學生沒有和家人分享過，原因是因爲一回家就忘記了、家人沒問、父母很忙沒空、覺得自己知道就好。因此有超過75%的學生曾與家人分享學習心得和感覺。

（三）對老師教學的看法

第三部分是對老師教學的看法，包括成員對老師教學的感受及看法，包括教學方式、教學態度、喜歡或不喜歡的原因，以及改進意見。

表4-18 成員對老師教學的喜歡程度

	很喜歡 人數（百分比）	還好 人數（百分比）	不喜歡 人數（百分比）
老師的教學方法	28（90%）	3（10%）	0（0%）
老師的教學態度	29（94%）	2（6%）	0（0%）

表4-19 成員喜歡老師教學的原因

喜歡的原因	人數（百分比）	喜歡的原因	人數（百分比）
老師態度親切	29（94%）	老師很用心準備	31（100%）
老師講解清楚	28（90%）	老師很尊重我們	21（68%）
老師會鼓勵我們	23（74%）	老師教學認真	30（97%）
老師教很多知識和道理	31（100%）	老師講解生動	22（71%）
學得很快樂	23（81%）	老師說的我都懂	30（97%）
老師的教學方法很特別	24（77）	老師會讚美我們	22（71%）

表4-20 成員不喜歡上靜思語教學的原因

不喜歡原因	人數（百分比）	不喜歡原因	人數（百分比）
要寫學習單	5（16%）	發表有時候都沒叫到我	1（3%）

表4-21 成員對老師靜思語教學改進建議

改進建議	人數（百分比）	改進建議	人數（百分比）
表情多一點	1（3%）	學習單少一點	3（10%）
沒有	27（87%）		

從表4-18、4-19、4-20、4-21可知，成員對老師教學的反應大致都認同與喜歡，在對老師的教學方法有90%學生喜歡，在老師的教學態度也有94%的學生喜歡，喜歡靜思語教學的原因最重要的前三項是可以學到很多知識和道理、老師很用心準備、都達到100%，可見學生認為學到知識和道理是很重要的，對老師的用心也能體會和了解。有16%不喜歡的原因是因為要寫學習單，還有「發表時沒有被老師點到」，因為課程中有很多發表的時間，有時候教學者較難掌控學生發表的次數，因此課前要跟成員做一些溝通及約法三章，才能讓課程更順利的進行。在對老師的建議方面，有學生「希望老師表情可以再多一些」，還有「不要寫學習單」，但大部分的學生都認為沒有需要改進的地方。

綜上所述，學生對上課方式喜歡看、喜歡聽、喜歡發表、但不喜歡寫字，教學的態度要親切、多鼓勵學生、尊重學生的反應、講解要清楚，課程內容要能豐富有趣，才能吸引學生，提高學生的學習意願。

（四）成員自評各內涵進步情形及學習意願

最後是由學生自評在各項品格方面的進步情形及學習意願，並說出想對老師說的話。

表4-22 成員自評各內涵進步情形

各內涵進步情形	有進步 人數（百分比）	差不多 人數（百分比）	退步 人數（百分比）
關懷	26（84%）	5（16%）	0（0%）
責任	25（81%）	6（19%）	0（0%）
值得信任	25（81%）	6（19%）	0（0%）
尊重	24（77%）	7（23%）	0（0%）
公平	22（71%）	9（29%）	0（0%）

綜上表可以看出學生在經過靜思語教學後，自評在品格內涵方面的進步情形，進步的比例順序依次為「關懷」84%、「責任」81%、「值得信任」81%、「尊重」77%、「公平」71%，其餘學生則認為差不多，沒有學生覺得自己退步，此結果印證第一節以「國小兒童品格量表」施測結果在「責任」「值得信任」「尊重」「關懷」達顯著性學習成效，在「公平」方面未達顯著性學習成效，也和學生進步較少相契合。

表4-23 成員對靜思語教學的學習意願

	願意 人數（百分比）	還好 人數（百分比）	不願意 人數（百分比）
是否希望再上靜思語	31（100%）	0（0%）	0（0%）

經過十週的靜思語教學課程，實驗組成員達100%希望有機會的話能繼續學習，也和給老師的話中學習意願高一致，可知此靜思語教學方案讓三年級的學生繼續學習的意願非常高。

（五）想對老師說的話

在總回饋單的最後，讓學生寫出想對老師說的話，藉以了解學生上完靜思語教學後內心的感受，歸納整理如下：

表4-24 成員在靜思語教學後的內心感受整理

內容	人數	百分比
謝謝老師的教導	25	81%
老師教我們很多知識和道理	23	74%
希望能繼續上靜思語	19	61%
靜思語在生活上對我很有幫助	15	48%
祝福老師	5	16%
上課方式及內容很有趣	4	13%
老師您對我們很好	3	10%
給老師建議	2	6%
媽媽好高興	1	3%

綜合學生上述回饋得知，整體來說學生對靜思語教學活動的喜歡程度

達90%以上，喜歡的原因主要是學生認為靜思語教學的內容對自己有幫助，在感受中也有不少學生提到「謝謝老師教我們很多知識」，「在生活上對我很有幫助」，顯示此靜思語教學方案對於提升三年級學生品格有幫助，課程內容也適用於三年級學生，學生希望能繼續上靜思語達61%也和學習意願很高一致，其中學生對上課方式和老師的態度也有正向的感受並祝福老師，有兩位學生提出給教學者的建議，希望老師表情多一點，希望不要每次都要寫學習單，有一位提到家長的感受很高興，由此可以了解學生上完靜思語教學後內心的感受大都是正向的回饋。

貳、家長回饋分析

經過十週實驗方案結束後，請家長觀察學生日常的行為表現填寫家長回饋單，以了解學生品格行為在家庭中的改變情況，探討其是否將所學應用在日常生活中。第一部分請家長觀察在經過十週靜思語教學後，孩子在責任、值得信賴、尊重、公平、關懷五項品格行為的進步情形，以1~5分五個量點讓家長圈選，得分越高代表進步越多，第二部分家長所觀察到的行為改變情形予以敘述，第三部分是請家長提出對整體活動的看法及給老師的建議與回饋，P-T-1 代表編號 1 號家長的建議與回饋，整理分述如下：

一、進步情形

表 4-25 成員家長觀察孩子在家中五項品格行為的進步分數

	責任	尊重	值得信賴	公平	關懷
成員 1	2	4	5	3	4
成員 2	3	2	3	3	1
成員 3	1	2	1	1	1
成員 4	2	1	3	3	2
成員 5	4	4	4	3	3
成員 6	3	1	3	2	2
成員 7	4	5	1	5	3
成員 8	3	4	2	3	2
成員 9	4	3	3	1	3
成員 10	1	1	2	1	1

表 4-25 (續)

	責任	尊重	值得信賴	公平	關懷
成員 11	4	4	2	2	3
成員 12	1	1	3	2	1
成員 13	1	1	4	3	4
成員 14	1	1	2	1	2
成員 15	4	4	4	3	3
成員 16	3	1	1	1	2
成員 17	3	4	4	4	4
成員 18	2	1	1	5	4
成員 19	1	1	1	1	2
成員 20	4	1	5	3	5
成員 21	5	5	5	5	5
成員 22	1	2	4	4	4
成員 23	2	3	3	2	4
成員 24	1	3	1	1	1
成員 25	5	4	4	4	4
成員 26	5	3	5	3	5
成員 27	4	4	3	1	3
成員 28	4	5	5	5	1
成員 29	1	2	3	3	3
成員 30	3	2	2	1	2
成員 31	2	3	2	2	4
平均	2.71	2.65	2.94	2.61	2.84

綜上表可知，家長觀察孩子在家中五項品格行為的進步情形得分，在值得信賴的部分進步最多，在公平方面進步最少，尊重方面的表現進步也較低，可能是學生在學校會記得控制情緒，一回到家就會忽略，例：家長回饋單中提到文馨在學校很有禮貌又會主動問好，但在家常跟父母頂嘴，不知如何是好。

二、家長觀察描述孩子的行為改變有進步的地方

從家長回饋單整理（見附錄十二）中，家長觀察孩子在家裡改變的情形，在責任方面，大部分家長覺得在學習之後，孩子最大的不同是比較會主動寫功課和主動幫忙做家事，可能是家長認為孩子的責任就是主動把功課寫完或主動幫忙做家事，較不會注意在自己規劃時間或穿著整齊、乾淨方面；在值得信賴方面，自信心和誠實方面較有進步，在表達自己的想法及意見上，反而有家長覺得意見太多並不是好事情，可見學生在表達意見的態度拿捏上，有待老師特別提醒。在尊重方面，孩子最明顯的表現是比較不會插嘴，比較好溝通，也越來越有禮貌，但是在脾氣的控制上仍有待加強，在公平方面，懂得要遵守規定，也懂得公平原則，但在家裡較少觀察到遵守遊戲規則的部分；在關懷方面，每位家長都覺得孩子學會關懷別人，並提出很多實例，可見經過此靜思語教學方案後，學生的品格行為在家裡也能有所提升。

三、家長提出對整體活動的看法及給老師的建議與回饋

表 4-26 家長對靜思語教學的態度

您對靜思語教學的看法				
贊成 人數(百分比)	喜歡 人數(百分比)	不清楚 人數(百分比)	不贊成 人數(百分比)	不喜歡 人數(百分比)
31 (100%)	25 (81%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
您會常常跟孩子分享老師教的靜思語嗎？				
經常分享 人數(百分比)		偶爾分享過 人數(百分比)		從來沒有 人數(百分比)
16 (52%)		13 (42%)		2 (6%)

表 4-27 家長對整體活動的看法及給老師的建議與回饋

對整體活動的看法及給老師的建議與回饋	
成員	家長回饋內容
成員 1	靜思語教學的課程的確對小朋友在為人處事有莫大的助益，○○也都能感同身受，懂得待人態度要和善，要說好話及維持外表乾淨整齊為基本禮貌等，算來應該是頗有受教，感謝老師的用心，讓學生在課堂外有這麼豐富的品格教育學習。

表 4-27 (續)

成員	家長回饋內容
成員 2	希望孩子心能柔軟，更能體恤別人，或多或少都有改變，但仍須不斷提醒及重覆，希望會有更佳表現。
成員 3	每一句靜思語都有其智慧及哲理，會讓孩子懂得去分享與尊重和分配時間。在人格上，他也變得更體貼人意及熱心助人，感謝老師的教導。
成員 4	很慶幸小孩能有福氣在您的班上，品格教育確實很重要，靜思語教學不只是小孩有進步，大人也跟著成長，我也要常常口說好話才是，有時候孩子犯錯或做事拖拖拉拉，我常會責備他或說些負面的話否定他，我應該多點耐心才對啊！每每看靜思語頗有感觸，謝謝老師的用心。
成員 5	靜思語教學是一項很好的教學，小孩在無形中有所改變，像會主動問好，會主動幫忙做家事，謝謝老師的用心。
成員 6	靜思語能夠淨化孩子的心靈，遇到挫折總能快速的自我調整，對自己總抱著希望，有自信，這對孩子往後的人生有莫大的幫助。孩子不開心時，學過靜思語後，懂得停下來思考該如何轉換心情，盡量不發脾氣，雖然還不能百分之百做到，但孩子的進步真的讓家長看得見，總之孩子進步了，感謝老師的用心，對於孩子的感受我知道是開心的、喜歡的。
成員 7	我覺得用靜思語教導孩子是一種好方法，小孩子從靜思語所學到的都會跟父母分享靜思語裡做人的道理。
成員 8	雖然老師教的靜思語，孩子並未每次都跟家人分享，但在生活表現已有進步，爲了讓孩子了解很多人犧牲小愛發揮大愛的精神，在家電視台的選擇也鼓勵他多看大愛電視台，也希望在品格培養上有幫助，非常謝謝老師的用心教導。
成員 9	靜思語對○○的生活改善許多，也希望透過學校的靜思語能讓○○更懂事更有禮貌。

表 4-27 (續)

成員	家長回饋內容
成員 10	感謝老師用心的教導靜思語，在孩子幼小的心靈播下「善」的種子，教他們懂得感恩與惜福，靜思語溫暖了我們全家，希望能大力推廣「靜思語教學」。
成員 11	讓我更了解孩子的一些生活小細節，希望「靜思語教學」一定要繼續下去，他能培養孩子良好的品格，只要能將它表現在日常生活上，那社會將是完美的。
成員 12	每次念過寫過多多少少有些印象，對他的行為思想應該有幫助，謝謝老師的用心。
成員 13	個人很認同靜思語，老師能用心在靜思語教學上，身為家長的我非常感激，有機會讓孩子跟著老師學習是件很棒的事，感恩！只是孩子未能看到實際回饋，但品格的培養豈是一朝一夕，潛移默化中相信對他一定是有幫助的。
成員 14	希望老師能繼續下去，○○上了靜思語，品格習慣都改變了好多，也變得很有自信，老師謝謝你。
成員 15	只要遇到跟靜思語相關的事務，○○都會引用在其中，個人覺得這是不錯的教學，而且○○這次手受傷，看到班上同學熱心助人讓我好感動，謝謝班上的所有同學。
成員 16	○○在家常會和我們分享他在學校所學的靜思語，而且也會適時的運用，可見靜思語已在他身上起了作用，個人覺得孩子的功課固然重要，但其健全的品格更應該從小建立，而靜思語正是培養他們品格的良方，所以我希望學校能夠持續靜思語教學，我們家長也非常樂意支持與配合，並陪伴孩子們共同成長。
成員 17	雖然孩子沒有每次跟我分享，但我覺得孩子上了靜思語的收穫也不少，而且孩子也很喜歡上，感謝老師的用心。
成員 18	靜思語的內容精彩豐富，每一句靜思語都很棒，在品格上有莫大的幫助，我會讓○○把老師教過的靜思語反覆背誦，在生活中遇到困難時，靜思語也能成為他的依靠。

表 4-27 (續)

成員	家長回饋內容
成員 19	靜思語教學給孩子良好正確的觀念，身體力行則為最棒的生活教育，是現今道德教育之精髓，謝謝老師的細心指導，讓孩子獲益匪淺。
成員 20	會有實際的行動表現，例如幫忙做家事，關懷，雖然偶爾忘記，但可見到學習成效，謝謝老師。
成員 21	感謝老師的用心良苦，孩子的品格的確需要多一些的關照，人格方面的培養更是迫切的課程。每日一句好話意義深遠，如果能用心體會，一定能善化孩子的心性。
成員 23	靜思語對我們做父母的影響也很大，平時小孩不乖，我們忍不住就罵他們，甚至處罰他們，直到看了靜思語，從中有所領悟後，也改變了我們對待孩子的態度，讓我們的家庭更和諧，處事更圓滿，感恩老師！
成員 24	我覺得品格教育從小建立好是很重要的，靜思語教學是修心養性、潛移默化的教育方式，而這些日子以來，○○在很多事情都有進步，每天都會主動幫我做家事呢！不但使我的孩子變得較積極、有責任感，家長也跟著成長學習喔！
成員 25	每次聯絡簿簽名的時候都會念幾次，我覺得老師不但教孩子靜思語，同時也讓家長的我學到其中已經遺忘的態度和信念，○○非常喜歡背，也期待自己能做到，我也深有同感。靜思語實在很不錯，○○的表現也讓我們很感慨，每天不斷的嘮叨，沒想到竟不如一句靜思語有效，可見靜思語的威德非常強大！
成員 26	非常感謝老師的用心良苦，靜思語的教學非常好，○○隨時都會念上幾句，對品格上非常有幫助，有很好的回應，每當○○生氣的時候，一聽我們提醒：「生氣是短暫的發瘋」他馬上就心開意解了；寫作業時間到，只要靜思語一出口，馬上就會去寫。

表 4-27 (續)

成員	家長回饋內容
成員 27	有一天○○因為一件事沒做好，讓我非常生氣的罵他，他聽完之後跟我說：「媽媽生氣是短暫的發瘋，你不知道嗎？」原來我的情緒管理也不是很好，要多多學習呢！靜思語，不但讓○○更懂事，也讓她學習適度表達個人的想法和看法，相信在老師的教導之下，將會使○○受用無窮。再次謝謝您！辛苦了！
成員 28	我都會要他念一遍給我聽，並且問他那句話的涵意，但他不懂時我會解釋並讓她了解，這樣有助於他的思考能力與學習，有潛移默化的作用，不僅小朋友學到不少知識，連大人也跟著學習，真是一舉數得。
成員 29	「靜思語」是以淺顯易懂的語句，涵意非常好，感恩您們辛苦的教學，○○雖然年紀還小，或許未必能瞭解「靜思語」中的道理，但是從老師的言行舉止中，已在無形中影響她不少。例如：和弟弟吵架，媽媽只要說：「愛別人如愛自己，將我心比他心」○○馬上和弟弟的紛爭就能自然平息，真是有效啊！
成員 30	我覺得靜思語教學對小孩子在個性上及行為上很有幫助，因為可以了解到做人處事的道理，比較不會有偏差的行為出現。
成員 31	靜思語是一個很好的教學，○○以前讀台北時也有在上靜思語課，靜思語是教人相處時要有愛心和寬容的心，對大人和小孩都是很好的學習。感謝老師給孩子及家長一個學習的機會，透過這些學習不只是孩子的學習成長，而且也是我們做家長的一個成長的機會。孩子曾在我難過想家時，貼心的說：「媽媽別難過，你有我啊！」讓我很欣慰。

從表4-26、4-27回饋單可知，100%的家長對靜思語教學方案都表示贊成和高興，給予正向與肯定的態度，有52%的家長每次都會跟孩子分享，有42%的學生偶爾會跟孩子分享，只有6%的家長未曾跟孩子分享過，可見一半以上的家長還是很喜歡跟孩子分享在學校所上的靜思語，因為研究者每天要抄一句靜思語，家長在簽聯絡簿時就會知道老師上的靜思語內容，

有些家長會主動提醒孩子背，有些家長還會用心跟孩子分享或說明靜思語的意涵「我都會要他念一遍給我聽，並且問他那句話的涵意，但他不懂時我會解釋並讓她了解，這樣有助於他的思考能力與學習。」（P-T-28）甚至有些家長覺得靜思語也讓自己有所感觸「我覺得老師不但教孩子靜思語，同時也讓家長的我學到其中已經遺忘的態度和信念。」（P-T-25），只有6%的家長從來沒有跟孩子分享過，在回饋單中家長沒有提出任何建議，只希望靜思語教學能持續進行「我希望學校能夠持續靜思語教學，我們家長也非常樂意支持與配合，並陪伴孩子們共同成長。」（P-T-16），可見靜思語教學讓家長肯定，對於老師的教學更賦予深切的感謝，家長希望自己的孩子能參與靜思語教學，也期待靜思語教學能對孩子的行為持續有好的影響，幫助孩子成長學習，成為孩子的依靠。

在改變的行為方面，大多數的家長都能察覺孩子活動後正向的改變，例如：「孩子不開心時，學過靜思語後，懂得停下來思考該如何轉換心情，盡量不發脾氣，雖然還不能百分之百做到，但孩子的進步真的讓家長看得見。」（P-T-6）「只要遇到跟靜思語相關的事務，○○都會引用在其中，個人覺得這是不錯的教學。」（P-T-15），「○○的表現也讓我們很感慨，每天不斷的教他許多做人的道理，沒想到竟不如一句靜思語有效，可見靜思語的威德非常強大！」（P-T-25）

叁、導師回饋單分析與訪談

一、導師回饋單

經過此實驗方案結束後，請班級導師觀察學生在班上日常的行為表現，填寫導師回饋單，以了解學生品格行為在班級的改變情況，探討其是否將所學應用在學校生活中。第一部分請導師觀察經過此靜思語方案教學後，學生在責任、值得信賴、尊重、公平、關懷五項品格行為的進步情形，以1~5分五個量點讓家長圈選，得分越高代表進步越多，第二部分請導師所觀察到的行為改變情形予以敘述，第三部分是請導師提出對整體活動的看法及給老師的建議與回饋，整理分述如下：

表 4-28 學生在責任、值得信賴、尊重、公平、關懷五項品格行為的進步情形

成員	責任	尊重	值得信賴	公平	關懷
成員 1	3	3	3	2	2
成員 2	3	2	2	2	2
成員 3	1	2	1	2	2
成員 4	3	3	3	3	2
成員 5	3	2	3	3	2
成員 6	3	2	3	2	2
成員 7	3	3	3	3	2
成員 8	3	3	3	2	2
成員 9	3	3	2	2	2
成員 10	1	2	2	2	1
成員 11	2	2	3	2	2
成員 12	3	3	3	3	2
成員 13	1	2	1	2	2
成員 14	2	2	1	1	2
成員 15	3	3	3	3	2
成員 16	2	2	2	2	2
成員 17	3	3	3	3	3
成員 18	2	3	2	2	2
成員 19	3	1	2	1	1
成員 20	2	1	1	1	2
成員 21	3	4	3	3	2
成員 22	2	3	3	2	2
成員 23	1	2	1	1	2
成員 24	1	1	1	1	1
成員 25	3	3	3	3	3
成員 26	3	4	3	4	4
成員 27	4	4	3	3	3
成員 28	3	4	3	4	3

表 4-28 (續)

成員	責任	尊重	值得信賴	公平	關懷
成員 29	3	4	3	3	3
成員 30	3	4	3	3	2
成員 31	2	3	2	3	2
平均	2.48	2.68	2.39	2.35	2.13

表 4-29 學生在班級行為改變情形

成員	學生在班級改變情形
成員 1	比較能尊重別人，批評別人的話比較少出現了。
成員 2	責任心增強，做事的態度較以往積極。
成員 3	比較能尊重別人，批評別人的話比較少出現了。
成員 4	做事的態度較以往積極。有責任心。
成員 5	尊重別人的態度有改進，能愛護小組與別人合作。
成員 6	有責任心做事盡責。
成員 7	責任心增強，做事的態度較以往積極。
成員 8	愛開玩笑的小動作少了，比較能尊重別人的感受，不做別人不喜歡的事。
成員 9	較有同情心，能原諒別人的過錯
成員 10	能與別人合作，不再只是以自我為中心。
成員 11	較有自信心，做事的態度較以往積極。
成員 12	品格方面原本就很好。
成員 13	不亂發脾氣有過錯時會虛心接受指正。
成員 14	較能溝通，尊重別人的態度也有改善，自我中心的情形較少出現，漸漸能融入人群中。
成員 15	做事更有責任心，與同學相處更為融洽。
成員 16	做事的態度較以往積極。但還要再加油。
成員 17	品格各方面原本就很好。
成員 18	比較能尊重別人，待人處事的態度也比以前公平多了。
成員 19	較有自信心會勇敢說出自己的想法。

表 4-29 (續)

成員	學生在班級改變情形
成員 20	以前會不經過別人同意就隨便拿人家的東西，現在比較不會了，也比較會主動關懷別人。
成員 21	各方面表現都不錯。
成員 22	做事的態度比以前積極進步，會完成該做的事才出去玩。
成員 23	會主動關懷別人。
成員 24	較有責任心比較少欠功課了。
成員 25	較有責任心，老師交代的事都能盡力的完成。
成員 26	各方面表現都不錯
成員 27	各方面表現都不錯
成員 28	較有自信心，會勇敢表達出自己的想法，做事的態度也比以前積極。
成員 29	各方面表現都不錯
成員 30	較有自信心，會勇敢表達出自己的想法及意見。
成員 31	較有責任心，也更獨立了，會主動的關心別人。

從表 4-28 學生在責任、值得信賴、尊重、公平、關懷五項品格行為的進步情形發現，學生在尊重方面的進步平均分數較高，其次是責任方面，關懷的進步平均分數較低，在表 4-29 中，研究者也發現導師觀察學生的改變，尊重方面的改變較多、較明顯，例如：學生比較能尊重別人，批評別人的話比較少出現了，比較不亂發脾氣有過錯時會虛心接受指正，不再只是以自我為中心，其次是責任方面的改變較多。

二、導師訪談

在此靜思語課程結束之後，研究者訪談導師，了解課程實施期間班級氣氛與學生互動之間的情形，是否有正向回饋，以及導師對課程設計的意見及看法。

提問一：對此方案的意見及看法，針對課程內容您覺得適用性如何？

導師回答：課程的安排內容很豐富，教法很多元，讓學生藉由活動、故事、

討論、別人的範例中灌輸正確的觀念，再藉由生活實踐讓學生培養實踐的習慣，這一套教學方案，過程不會太繁複，但是卻能引起學生興趣，對三年級的學生非常適用，感覺學生非常喜歡又期待上靜思語課程，連平常坐不住的學生都能乖乖坐著聽，比起以前上品格教育手冊的效果更好。

提問二：這段期間學生互動情形如何？學生的行為表現是否有正向回饋？

導師回答：常會不經意聽到學生冒出一句靜思語「生氣是短暫的發瘋，會醜化了自己」、「用為成功多用心，不要為失敗找藉口」，可見老師教的靜思語學生已經很熟悉，在適當的情境下能隨時提醒自己或別人。

導師回答：覺得這段期間學生情緒較為穩定，比較會體諒別人的感受，說話的態度比較不會那麼衝，以前有些學生愛鬧人，現在也改善很多，缺交作業的情形也變少了，雖然不是每個學生都完全改變，但是可以明顯感覺到教學的成效。

提問三：學生上課或背靜思語會不會覺得有壓力？是否聽到學生負面的感受？

導師回答：學生很喜歡念靜思語，很快就能熟記並琅琅上口，不會覺得困難或有壓力，可能是方案中的靜思語意涵不會太難理解，課程引導的方式也能讓學生深刻了解靜思語的涵意，短短一句話，深植學生內心，所以不但熟記，並且受用無窮。學生完全沒有負面的感受，反而看到的是他們期待上課的喜悅。

建議一：如果能事先跟家長做充分的溝通與連繫，希望家長配合關照孩子的行為，也可將學校教的靜思語隨時在家中出现，相信效果一定更好。

建議二：這套課程如果由班級導師來上應該會更好，因為導師整天和學生在一起的時間最長，可以隨時就課程內容觀察學生的表現，並隨時提醒或予以肯定。

建議三：課程可以由低年級開始設計進行，逐步漸進，也可以再設計針對其他品格教育的方案，讓品格的培養更全面、效果更紮實。

肆、學生訪談

爲了深入了解學生對靜思語教學的看法及學習成效，研究者於十週教學後，利用課餘及午休時間進行訪談，訪談對象以隨機抽樣，過程盡量保持輕鬆愉快，以閒聊的方式進行，減低學生的恐懼與戒心，茲將訪談結果摘錄如下，S-1-1 表示成員 1 號對題問一的回答，S-2-1 表示成員 1 號對題問二的回答：

老師提問一：你之前聽過靜思語嗎？對靜思語的印象是什麼？

生：以前故事媽媽會教我們靜思語，就是說故事和唱歌。(S-1-5)

生：以前的印象是看到標語，還有一些書籤上面也有靜思語，老師牆上貼的教室布置也有靜思語，但是不是很懂裡面的意思是什麼，也不會特別注意。(S-1-17)

生：我以前看過靜思語的書，裡面好像都是寫給大人看的，我都看不太懂。(S-1-24)

生：媽媽帶我去參加過慈濟義工，裡面有時候會有人教靜思語。(S-1-29)

老師提問二：現在對靜思語的印象有什麼不同？學習有什麼差別？

生：現在看到靜思語，我比較知道它的意思，會自己念念看，如果是老師教過的，我還會跟家人說。(S-2-24)

生：以前看到靜思語都是一些標語，不太懂它的意思是什麼，可是現在老師用故事和舉例給我們聽，還教我們唱歌比手語，我們就比較清楚，也知道靜思語這麼有趣，原來可以幫助我們解決一些問題。(S-2-17)

老師提問三：你覺得班上的同學誰有進步？

生：班上○○以前都很會生氣，我覺得老師說過生氣是短暫的發瘋會醜化了自己之後，好像比較不會愛發脾氣了。(S-3-7)

生：以前○○會動不動就亂拿別人東西，上次老師上課時有說：尊重別人就是要經過人家同意才能拿，後來他好像比較不會亂動了。(S-3-20)

生：以前○○會說不准誰跟誰好，老師說這就是搞小圈圈，不是公平的行爲，這些同學現在都不敢說了。(S-3-27)

生：同學○○的手骨折，同學都搶著要幫他，有人幫他抄聯絡簿，有人幫他拿書包，老師說我們變得很會關心同學喔！（S-3-15）

生：○○本來作業都會缺交，都說因為功課太多寫不完，自從老師說「要為成功多用心，不要為失敗找藉口」，又說「會善用時間的人時間如鑽石」，而且老師剛好說到不能拿功課太多當藉口，可以找時間先寫，現在只要功課比較多時，他們就利用下課時間先寫一些，回家就不用寫那麼多，現在缺交功課的人變少了。（S-3-30）

老師提問四：你覺得自己進步的地方在哪裡？

生：以前媽媽叫我做是我都推三阻四，現在比較不會了。
以前我媽媽都不敢把事情交代給我做，現在都敢把事情交給我做。
以前我會嘲笑別人，現在都不會了。
以前我玩遊戲會耍賴，現在不會了。
以前看到小朋友受傷我都不理他，現在我會幫他了。（S-4-3）

生：以前不會主動寫功課，現在不用媽媽說，就會主動去寫功課了。
以前我偷玩電腦都騙媽媽說沒有，現在我都不會騙人了。
以前我會跟媽媽頂嘴，現在不會了。
以前我玩遊戲時都叫別人當鬼自己不當，現在不會了。
以前弟弟哭我都不會安慰他，現在弟弟哭我已經會安慰他。（S-4-1）

生：以前都只完電腦部寫功課，線在會主動寫了。
我以前都沒信心，上了課以後變得比較有信心了。
以前我都隨便拿姊姊的東西，現在我都會問。
以前玩遊戲時換我當鬼我就不玩，現在我比較不會了。
奶奶生病時我會問他好一點了沒有。（S-4-19）

生：以前回家後吃完點心都不會收拾，線在會主動收拾乾淨。
以前我會騙媽媽，現在改進很多。
同學在講話時我已經不會插嘴了。
我現在對大家都很公平。
有一次同學受傷我會主動去幫他。（S-4-10）

生：以前我常忘了代課本現在不會了。
以前我對自己很沒信心，現在進步很多。

大家在講話時我會等大家說完才說。

以前我和哥哥玩象棋輸了就不服氣不認輸，現在如果輸了我會認輸。

以前我不太懂得去關心別人，現在已經學會關心別人了。(S-4-14)

生：以前我做事都沒做好，線在會把他做好才休息。

我答應人家的事情會做到。

以前我看到老師不會打招呼，現在我會跟老師打招呼了。

以前我對不喜歡的人就不給他糖果，現在我懂得要公平。

我現在已經學會照顧妹妹。(S-4-23)

生：以前我當組長的時候會不負責任，現在我知道要負責任。

以前用壞東西都會說謊，現在我會誠實告訴媽媽。

以前我會跟爺爺奶奶頂嘴，現在不會了。

以前跟妹妹玩遊戲時總是說我贏，現在知道比賽要公平。

以前妹妹考師考不好時我會笑他，現在我知道要安慰他。(S-4-28)

生：以前都是媽媽幫我整理書包，現在我知道書包要自己整理了。

以前媽媽不放心我去洗碗，現在放心把事情交給我。

以前我進教室看到老師不會說早，現在進步很多。

以前我玩遊戲輸了總是不甘願，現在不會了，知道遊戲要遵守規則。

弟弟受到傷害我會去關心他。(S-4-25)

生：以前爸爸媽媽要我幫忙做事時我都不負責想推卸，現在我比較進步了。

我沒經過人家同意不會亂動別人東西。

現在我有東西不會自己占為己有，會平分給弟弟。

弟弟受到傷害我會去關心他。(S-4-18)

生：現在我做錯事知道要自己負責。

以前我會直接拿妹妹的東西，現在我知道那是不尊重的行為，現在我會經過他同意才拿。

以前我不跟我不喜歡的人玩，現在我知道大家要公平，也要和平相處。

以前妹妹哭的時候我不太會理會，現在我都會關心他。(S-4-5)

生：以前都要媽媽叫，我才會去做家事，現在我會主動幫忙。

以前我不懂得尊重哥哥，經常和他吵架，現在比較會尊重他，也比較不會吵架了。

以前跑步的時候我對同學很不公平，現在才會公平。

以前我不會關心哥哥，現在會關心哥哥。(S-4-26)

生：以前我比較不負責任，現在比較懂得負責。

以前我玩遊戲輸了總是不甘願，還去罵對方說不公平，現在不會了，知道遊戲要遵守規則。

以前弟弟考不好時我會取笑他，現在我知道要安慰他、鼓勵他。

(S-4-31)

生：以前我不會主動寫英文功課，現在我會主動去寫，不用別人提醒。

(S-4-2)

老師提問五：平常在什麼機會用過老師教過的靜思語？

生：有一次弟弟趁媽媽不在家的時候偷玩電腦，媽媽回來後覺得可疑就問弟弟，可是弟弟卻說沒有，我就跟弟弟說：「謊言像一朵盛開的鮮花，外表美麗、生命短暫」，弟弟才承認了。(S-5-19)

生：有一次姊姊考試考不好，說了一大堆的藉口，然後我就說：「要為成功多用心，不要為失敗找藉口」。(S-5-26)

生：每次我要生氣時都會想到「生氣是短暫的發瘋會醜化了自己」，然後就會心情好一點，比較不生氣。(S-5-31)

生：哥哥對我不好的時候我就會跟他說「愛別人如愛自己、將我心比他心」，希望哥哥能夠了解我的感受。(S-5-1)

生：同學生氣時我跟他說「生氣是短暫的發瘋，會醜化了自己」，想不到他竟然就不生氣了。(S-5-5)

生：媽媽之前業績做得不好，我就跟媽媽說：「不要小看自己，因為人有無限可能」，媽媽還跟我說謝謝我鼓勵她，他好感動。(S-5-23)

生：妹妹生氣時，我會對他說「生氣是短暫的發瘋會醜化了自己」，後來妹妹就慢慢改進了。(S-5-28)

生：爸爸生氣時我會跟爸爸說「生氣是短暫的發瘋會醜化了自己」。(S-5-2)

生：每次妹妹生氣時我都會對他說「生氣是短暫的發瘋會醜化了自己」，他就會收起那張恐怖的臉。(S-5-25)

生：弟弟每次事情做不好我就會跟他說：「世上沒有不能成功的事，只怕自己不肯去做」。(S-5-10)

生：有一次妹妹把我的東西用壞了，當我想要生氣時，我想起「生氣是短暫的發瘋，會醜化了自己」，就不生氣了。(S-5-14)

生：每次哥哥看不起我時，我就會跟自己說：「不要小看自己，因為人有無限可能」。(S-5-18)

生：弟弟每次做事情都像烏龜拖拖拉拉，我就會跟他說：「會善用時間的人時間如鑽石，不會善用時間的人，時間如泥土」弟弟聽了這句話，做起事來就變快了。(S-5-3)

綜合上述，研究者將實驗組成員、家長及班級導師的所填寫的回饋資料及訪談內容，結果歸納如下：

一、學生能瞭解靜思語意涵及重要性

研究者在每次上課都會提出2到3句靜思語，並搭配課程內容讓學生瞭解靜思語意涵，在表4-8第一題項，有超過80%學生對研究者所提出的靜思語內容都能了解，因此本次靜思語實驗教學中，大部分的學生都能體會教學的內容，了解內容涵義，能了解該單元所要傳達的主要意旨。在表4-12學生對方案喜歡的原因裡，有77%學生覺得因為靜思語對自己有幫助，有52%喜歡靜思語的涵義，有74%可以學到很多道理，在表4-19成員喜歡老師靜思語教學的原因裡，有100%肯定老師教很多知識和道理，可知學生對靜思語的意涵及重要性有清楚的認識。

二、學生喜歡靜思語教學方式與內容

在表4-7呈現實驗組學生對靜思語教學步驟喜歡程度，每一個單元及每一個步驟喜歡程度都超過74%，其中以體驗活動最受學生喜歡，表4-14對課程設計的呈現方式之喜愛程度，只有寫學習單和比賽的比例較低以外，其他的都達70%以上。4-8各單元回饋單中對活動的感受，有100%喜歡老師的教學方式，表4-12學生對方案喜歡與不喜歡的原因，74%喜歡老師的教法，87%覺得上課內容很有趣，覺得內容很豐富有65%，表4-18成員對老師靜思語教學喜歡程度，有90%喜歡老師的教學方法，表4-24成員在靜思語教學後的內心感受整理也有學生提到老師上課方式及內容很有趣，可見學生靜思語教學方式與內容都持肯定的態度。

三、學生學習態度認真且學習意願高

表4-8各單元回饋單中對活動的感受，有70%以上學生滿意上課的表現，表4-13學生對各單元方案設計喜愛程度都達到80%以上，學生單元活動的感受都呈現正向的回饋，表4-23成員對靜思語教學的學習意願，實驗組成員對學習意願非常高，導師訪談中也提到學生很期待上靜思語，表4-24成員在靜思語教學後的內心感受整理，有19位學生61%提到希望再上靜思語，在家裡學生也會樂於與家人分享教學心得和感覺，可見此方案對實驗組學生大都有正向的感受，學習起來也格外認真。

四、家長認同靜思語教學並且配合

表4-17成員家人的反應，大部分家長都抱持高興、肯定、配合的態度，從家長敘述孩子在家裡的改變情形中也可看出家長對靜思語教學的支持與配合，並帶有深切的期許，希望藉此教學活動提升孩子的品格行為，並有多位家長感謝老師的用心，可見家長對靜思語教學的認同與配合。

五、學生的品格有所進步

表4-8各單元回饋單中對活動的感受，第二題項有97%的成員覺得該活動對自己的品格行為是有幫助的，表4-9單元回饋單，學生也提出學習的收穫，表4-12學生對方案喜歡與不喜歡的原因55%覺得自己有進步，表4-22成員自評各內涵進步情形，靜思語教學後，自評在品格內涵方面的進步情形，進步的比例順序依次為「責任」84%、「值得信任」81%、「尊重」81%、「關懷」77%、「公平」71%，導師覺得學生也能運用靜思語的涵義與生活結合，並且知道如何在日常生活中以靜思語提醒自己切實做到。在家長和導師描述孩子的行為改變有進步的地方中也提到學生改變的情形，可見靜思語教學對學生行為表現有所助益。

六、師生皆認同靜思語教學課程的適用性

從表4-7、4-8、4-10、4-11、4-13、4-14中學生反應出對靜思語教學方案的感受與喜好程度，都呈現正向積極的回饋，表4-22、4-24學生自評進步情形及教學後的內心感受，有70%以上的學生在各項品格內涵有進步，

學生內心的感受也提到對生活的幫助及獲得許多知識和道理，表4-23學生對靜思語教學的學習意願也有高度的意願。而在表4-29導師也提到靜思語教學課程對學生的影響與改變，在訪談中更肯定靜思語教學課程的內容及方式，可見提升國小三年級學生品格，師生皆認同此靜思語教學方案的適用性。

第三節 方案設計與實施之困境與因應策略

本實驗方案由研究者設計完成，經試驗班級教學後，寫下試教省思，了解該教學方案在實施時所需注意的問題，接著進行修正，再進行正式實驗教學。但因教學時間、班級情境、學習成員不同，對內容的感受也會有所差異，因此本節將試驗教學之觀察與省思（附錄十三）所遇到之困境，提出檢討與因應策略，並以正式教學之觀察與省思（附錄十四），探討實驗方案設計與實施之結果。

壹、試驗班級教學檢討

以下依據研究者試驗班級教學省思，將試驗班級教學後所發現的問題與改進方法，以及在教學方案內容的修正，整理如下：

一、實施困境與改進方法

（一）學生喜歡做活動，但會耽誤時間，使教學時間不足：

在試驗教學班級常會有時間不夠的情形，導致後來的活動有些草草結束，少了討論、發表的時間。原因一是因為說故事的時間沒有掌控好，或學生有臨場問題，所以耽誤了時間，因此教學者一定要熟讀故事，才能精簡出故事重點，並且能將故事內容以生動有趣的肢體動作和表情呈現。原因二是因為體驗活動也常會因為學生不同的狀況，或設計的活動所需時間不同，會使時間無法在預估內，因此須即時做適當調整，或將體驗活動簡單化即能解決，原因三是裝置器材設備需花一些時間，須事先準備好，才

能多一些時間讓學生思考、討論與發表。

（二）方案內容程序的安排，須做彈性調整：

在試驗班級教學時發現，提出靜思語的時間不一定要固定在體驗活動之後，可以根據設計方案的內容加以調整，如第一單元則適合在體驗之後提出靜思語，但第四單元則適合在故事講述之後再提出較恰當。

（三）有些學生不愛寫學習單

三年級學生表達還可以，但是不喜歡寫很多字，也可能由於時間不太夠，無法在上課時間完成，必須變成課後作業，讓學生覺得有負擔，因此設計時要注意不宜書寫太多，設計學習單時盡量以勾選的方式呈現，也可以用畫圖，且需要空出討論時間，先一起討論再寫會更好，此外加上插圖學生會更喜歡，因為可以讓他們著色，此外對於認真習寫的學生予以加點的鼓勵，也可以提高學生習寫的動力。

（四）上課時突發狀況多

由於發表過於熱烈，有時會引發一些小口角，說老師都只叫○○不叫我，此外在問學生感受時有些學生不敢舉手，怕被同學笑，有時會遇到故意唱反調的學生，有時做活動時學生太興奮，因此教學者要隨時注意，如：發表時是否有遺漏的學生作適時的安撫，並制止唱反調的學生，提醒學生不能取笑別人要尊重每位同學的意見，當學生太興奮時要稍微緩和情緒，並拉回主題。老師引導的方法都很重要，面對學生突如其來的狀況，教學者需隨機應變，做到機會教育，也可以以加點的方式，鼓勵認真學習的學生，才能達到教學目標及成效。

（五）學生缺少面對問題的勇氣

要孩子寫出自己曾經說過的謊言，剛開始學生都會有點害怕，似乎擔心面對自己的缺點，也擔心被老師罵；要測試自己是否是個受歡迎的人，有些孩子很難承認自己的缺點，這時教學者必須以最和善的態度，以鼓勵與包容的心引導學生，提醒學生要真實面對自己的問題才能解決問題。

二、教學方案內容修正

表4-30 方案內容修正前後一覽表

單元	修正前	修正後
負責的好孩子	1.每一位小朋友各寫一樣工作，但時間不夠，無法全部分享完。 2.每位小朋友要寫出 24 小時要如何安排該做的事，但學生花太多時間。	1.分組討論，每組選一樣工作進行討論，只要分享五組，時間較充裕。 2.一起討論小朋友一天的生活該如何做妥善的安排。
不找藉口進步多	有些小朋友書包是父母親幫忙整理，但大部分自己整理，所以沒有修正。	
禮貌大賽	沒有修正。	
不氣！不氣！ 不生氣！	原本準備糖果，但是有些小朋友不敢碰到對方的臉。	改成餅乾，小朋友比較敢嘗試。
不輕視自己	原本摺的紙鶴雖然較好看，但是比較複雜，時間花費太久。	改成較簡易的摺法
我是誠實的好孩子	沒有修正。	
公平對對錯	1.原本由老師規定排隊方式，後來發現學生有自己排隊的規則。 2.原本有一個「射失十二碼」的影片，因教室不方便上網教學且時間不夠	1.改成增加一項學生自己討論規則，再觀察學生的討論過程。 2.取消該影片
我愛人人，人人愛我	沒有修正。	
我有好心做好事	原本是以剪報時事引導	改成參觀社會處殘障中心
我們都是好朋友	沒有修正。	

表4-30（續）

單元	原本	修正後
學習單的修正：	學習單七用寫的位置好像不太夠。	可以用寫的或是用發表都可以。
	學習單九亮亮天使幫我...學生寫同樣的人。	提醒學生盡量不要重覆同一個人，但也不需強制規定
	學習單十同組的同學範圍較狹隘學生發表受限制，有些寫不出來。	可以改成同學不一定要同組，也可以是補習班同學，範圍較廣，否則學生有些寫不出來。

貳、正式方案設計與實施檢討

經過試驗班級教學後修改的方案，研究者則開始進行正式實驗教學，在每次教學後寫下教學省思，藉由各項回饋單分析結果（見第二節）與教學省思（附錄十四），進行方案設計與實施檢討，在正式實施時，還是難免碰到一些問題，因此，在進行檢討的同時，也探討實施時須注意的要點，作為教學者日後進行靜思語教學的參考，茲將內容歸納如下：

一、方案設計檢討

羅瑞玉（2002）認為課程的設計與教學植基於教師的自省與成長。因此根據教學省思將方案設計的檢討歸納如下：

（一）教材選擇需考量成員的能力與生活經驗：

因為對象是三年級的學生，在語文能力及心智成熟度都須考量，體驗活動不要太難，如單元五「不輕視自己」摺紙鶴時，第一次試教時發現太難即趕快修正，在正式教學的班級就不會讓學生有太大的挫折感，三年級的學生已經有點不太好意思去碰到別人的臉頰，所以把糖果改成餅乾，效果變得更好。故事內容要盡量是學生喜好的題材，學生喜歡問：「這個故事是真的嗎？」可見學生對真實的故事更覺得貼近，靜思語大愛引航裡的故事，都是針對適合各年級的學生做編排，所以學生的接受度都很高。省思的提問用語也不要太艱深，提問中除了回答故事中的情節和答案之外，

最重要的是加入學生的做法和看法。靜思的範例內容盡量配合學生生活，不要離現實學生生活情境太遠。在學生回饋中都反應故事很好聽、範例的內容跟他們的生活非常契合，感覺好像發生在自己身上的事，所以能夠引起學生的共鳴也特別有感觸，可見此方案已符合到這項原則。

（二）學習單設計方面：

根據表4-14，成員對於靜思語教學不喜歡的原因，有16%是因為要寫學習單，是因為有些學生不愛寫字，在試驗班級教學後，教學者已發現學生有這方面的反應，但是由於學習單是為了幫助成員達到學習成效的一部分無法免除，又不希望造成學生太大的負擔，因此加強在學習單的內容與設計方面，在內容方面強調要配合方案，內容以活潑、有趣並能結合學生生活為主，習寫的部分不用太多，盡量在課堂上可以完成，不足的部分再利用訪談來補足，在設計方面增加一些插圖配合，最後加上愛的叮嚀、學生自評和老師評量以及家長簽名，給學生自我評量的機會並給予學生正向的鼓勵。

（三）教學方式多樣化：

本研究設計十週的教學方案，教學方式以大愛引航中五段式教學步驟為主，運用了播放VCD、手語、唱歌、繪本導讀、參觀等方式，此多元的教學方式反應在學生的回饋表上也多受肯定。三年級的學生喜歡做活動，因此安排遊戲、表演、比賽、討論、參觀做為體驗活動，聽故事方式除了講述以外也穿插影片欣賞、繪本導讀，根據表4-14發現，成員對於其學習方式喜愛，以「看影片」(100%)、「參觀」(100%)、「表演」(90%)、「繪本導讀」(87%)為最高，除了學習單和比賽的比例較低外，其餘都達到71%以上，可見教學方式的多樣化能提高學生的學習興趣，達到教學成效。

（四）方案的實施需進行較長的時間

品格的形塑非短時間就能養成習慣，短短十週的教學活動，雖然能立即見到學生的轉變，但是持續性的轉變仍有待長時間的觀察，當初設計時即考慮品格的培養需較長的實踐，所以十週的教學活動，一個品格內涵就安排了兩週共四節課來進行，但由於課程安排得非常緊湊，有時討論得正

熱烈時，卻因為時間的關係被迫停止，生活實踐和學習單的部分也因為緊接著上下一單元而無法進行分享，若能將方案進行的速度放慢、時間拉長，讓學生多一些時間在生活中慢慢形塑行為，也可以讓老師有充分的時間觀察學生的進步情形。

二、實施檢討

（一）教學準備方面

1.教學方案內容：在第一次試驗教學時因為教材不夠熟悉使得說故事較為單調，說故事要是先熟練，否則一邊看內容一邊說很難生動的表現出裡面的情節。在正式實驗班級教學中，已能熟悉故事情節，而且故事內容很吸引學生，因此學生都很喜歡，但說故事的功力因人而異，聽故事的感受也因人而異，有些學生覺得老師可以再多一些表情，是教學者繼續努力的方向。

2.教材及器材設備：需要多媒體設備時需要事先準備好，才不會耽誤上課時間，本實驗方案有使用到單槍投影機、手提電腦及數位攝影機，需要一些安裝的時間，如第七次看繪本ppt需要是先借單槍投影機，在第二、五、六次活動須放映DVD，第十次活動中有手語及歌曲教教唱，需要準備CD音響，在正式班級上課時還是發生音響故障的情形，幸好改由DVD從電視播放才適時解決問題，但也耽誤了一些時間。因此，研究者在教學時，須對教學環境及設備有充分的掌握。

3.參訪行程：本方案為了激發學生培養關懷的心，在第九週安排參訪屏東縣社會處殘障中心，因此教學者在參訪前要做好事先的聯繫，包括跟該單位聯繫告知參訪目的及安排參訪時間，再由校方行文通知，並討論參訪內容及安排參觀流程，教學者也必須在行前指導學生參訪的重點，引導學生做適當的提問，才不會漫無目的、走馬看花，因此為了達到目的與成效，行前的規劃是很重要的。

（二）老師態度方面

1.給學生多一些鼓勵與讚美，讓學生更有成就感：Kohlberg道德發展分期，

國小學生處於習俗道德期的階段，在意自己的表現是否能獲得他人的認可（張春興，1994）。在愛中長大的孩子學會愛；在鼓勵、讚美的環境下學習，也能學會鼓勵、讚美別人。學生只要在行為上表現出良好的行為，教師若能給予讚許，如此他的行為結果帶給了他心理上的滿足，將有助於他以後的適應（張春興，1998）。靜思語是用好話來影響學生，當然教學者也要多以正向的言語鼓勵學生，即使只是些許的進步都要給予正向的回饋，如此才能讓學生有成就感繼續努力。

2.教師身教的影響：品格教育強調給學生播下善的種子，除了方案內容以傳達正向觀念與知識學習之外，教師本身也是學生學習的楷模，因此教師在教學或平常就應注意身教的影響，才不會讓學生覺得說一套做一套。在教學生「生氣是短暫的發瘋會醜化了自己」，教學者本身就應該做好自己的情緒管理，當然也要告訴學生合理的規勸是必要的，老師認真，學生也會受影響。

關懷倫理學的諾丁也有同樣的想法，認為身教、言教的重要，提出實踐關懷倫理學的道德教育的四種方法，包括身教示範、關懷的對話、關懷的實踐練習、和對學生的肯定，落實了關懷實踐的力量，使道德發動的可能潛力越來越穩固（方志華，2000）。可見教學者面對學生要多以正向的言語、並且要做好自我管理，成為學生正向的楷模，如此才能引領學生真正做到生活實踐，徹底落實品格教育。

（三）教師對教學狀況的掌握及臨場應變能力的重要

因為方案中的體驗活動大部分會安排表演、討論、等較為動態的方式，學生興奮之餘就忽略情緒的控制，有時學生反應過大、情緒較激動，就會秩序混亂、難以控制的場面，教學者必須適時的掌控，甚至有學生抱著玩樂的心態，這時老師要加以趕緊制止並拉回課程主題，掌握課程的主要目的。在省思中有一次學生在作體驗活動時，有故意嬉鬧的情形，或對同學的反應有反對意見時口氣很不好，教學者除了制止並消弱對嬉鬧學生的注意之外，並與以扣點的警示，小組討論時，有學生各持己見的情形，有時也因為時間沒有確切的掌握，以致無法將每個活動的流程順利完成，使最後一個活動匆忙帶過，缺乏充足的時間讓成員討論，成員的學習效果也可能受到影響。

此外，每個班的成員不同，反應也不一樣，有些情況是事先無法預估的狀況，這時，教學者的臨場應變和引導很重要，例如：要孩子寫出自己曾經說過的謊言，剛開始學生都會有點害怕，似乎擔心面對自己的缺點，也擔心被老師罵，直到我一直提醒不會責罵，只是要你們面對自己曾經做過的事，能自我反省才會更進步，學生才慢慢釋懷。

（四）學習單的分享與展示

學習單是爲了幫助成員達到學習成效的一部分，有些學生喜歡寫學習單，能清楚完整的表達，甚至主動將學習單的插圖著色，並加上漂亮的花邊，但還是有些學生對學習單不是很喜歡，教學者可以將優秀作品提出來分享並加以展示，除了鼓勵認真習寫的學生，也激發其他學生的靈感。

（五）同儕的影響力

學生的行爲受同儕影響很大，不論是優點或缺點，教學者要隨時注意學生的表現，在回饋單中成員反應中可知，當老師教完時，成員心裡會有將缺點改過的動力，但這動力需要不斷的增強與鼓勵才能收到即時的效果，否則等到動力一退，又會恢復原來的感覺，因此教學者一旦發現學生有改善的情形或進步的地方（如：家長回饋單所提到的進步情形或教室觀察），要即時給學生正向的回饋，除了鼓勵該生繼續加油，也提供其他同學努力的方向，達到見賢思齊、同儕學習的效果。

參、省思與檢討

（一）教學者本身的成長

1.教學更精進：靜思語教學是研究者第一次嘗試的教學方法，大愛引航教學指引已經針對不同年段的學生設計適合的教學內容，研究者除了引用靜思語教學主要的五段式教學法「體驗」「講述故事」「省思」「靜思」「生活實踐」之外，爲了提升學生的學習興趣，達到教學成效，研究者嘗試運用了各種教學方式，從回饋單中也發現學生對這些教學方式大都表達喜歡的態度，此外也參考導師對教學所提供的意見，研究結果除了作爲日後設計課程或教學時的參考，也使自己的教學更爲精進。

2.深受靜思語的影響：靜思語的語句都是經過上人從現實生活中出發，從實際中體悟的心得，雖然靜思語教學裡的靜思語是選用簡單、好記、適合學生的語句，但是其中蘊藏的道理句句發人深省，讓教學者和家長也都受到靜思語意涵的影響，研究者在觀賞影片「地球的孩子」看到其中身心障礙的孩子最希望能做一個被需要的人，自己也深受感動。就如同靜思語裡說的「作一個被需要的人，生命才有意義。」讓研究者反思自己要努力做個被需要的人。

（二）增加親師情感交流與師生之間的互動關係和了解

進行靜思語教學期間，透過家長回饋單了解學生在家中的改變情形，並了解家長對靜思語教學的感受和建議，在回饋單中家長除了鼓勵孩子的好表現之外，也給老師很多正向的回饋與肯定，希望老師繼續進行靜思語教學，甚至有家長親自到教室說明孩子回家之後跟他分享靜思語的情形，並感謝老師的用心教導。此外在進行教學時，藉由和學生的互動和討論，更了解學生內心的感受「因為被同學誤會不敢跟他講清楚，讓自己心情一直受到影響，不知如何處理。」發現學生善良的本性與對自己的期許。

（三）一句靜思語可減少不斷重覆的嘮叨

在家長回饋單中，「○○的表現也讓我們很感慨，每天不斷的嘮叨，沒想到竟不如一句靜思語有效，可見靜思語的威德非常強大！」（P-T-25），在教學省思中也有實例應證，在實際生活中遇到需要規勸學生不當的行為或需要做提醒時，只要適時運用一句靜思語，學生就知道該如何改進，減少老師或家長不斷重複的嘮叨，也能達到提醒警示的作用，反而增進親、師、生間良好的互動關係。

第五章 結論與建議

本研究的主要目的是利用靜思語教學，設計一套適合三年級學生品格教育的方案，經過不同實驗處理之後，比較學生品格改變的差異情形，探討靜思語教學對國小三年及學生品格教育的實施成效，此外並分析方案實施過程中所進行的質化歷程，瞭解方案的適用性與學生改變情形，最後再方案設計與實施之困境與因應策略。本章將歸納出研究結果，並對學校與教學者提出具體建議，作為學校與教學者及未來相關研究者的參考。本章分成兩節，第一節是結論，第二節是建議。

第一節 結論

本研究研究對象是屏東市某國民小學三年級兩個班級，三年A班為實驗組男生16人、女生15人，共31人，三年B班為對照組男生15人、女生16人，共31人，進行十週，每週80分鐘共計20節課的靜思語教學方案，而對照組則不作任何實驗處理。十週後以「國小兒童品格量表」為測量工具進行前測、後測並於教學後五週後進行追蹤測，所得資料以獨立樣本單因子共變數分析考驗方案之立即性及持續性結果，此外於活動期間請成員及家長填寫單元回饋單、活動結束後請成員填寫總回饋單，請家長填寫家長回饋單，教師填寫教師回饋單，研究者填寫教學觀察與省思、訪談成員及導師，將實驗處理期間蒐集的資料做質的分析，作為實施成效之輔佐。

以下根據研究結果分析討論，茲將研究結果歸納四項結論分述如下：

一、接受靜思語教學後，對於國小三年級學童在「責任」、「尊重」、「值得信賴」、「關懷」之品格行為的提升有立即性的效果。

在經過十週的靜思語教學後，實驗組學生在「國小兒童品格量表」中「責任」、「尊重」、「值得信賴」、「關懷」三個分量表及總量表的後測得分明顯高於對照組，顯示本研究所設計之靜思語教學方案對於提升國小三年級學童之「責任」、「尊重」、「值得信賴」、「關懷」行為方面具有立即性效果，只有在「公平」分量表後測得分與對照組並未達顯著

差異，沒有立即性效果。

二、接受靜思語教學後，對於國小三年級學童「責任」、「尊重」、「關懷」之品格提升有持續性效果。

在經過十週的靜思語教學後五週後，實驗組與對照組學生分別接受「國小兒童品格量表」的追蹤測驗，在「責任」、「尊重」、「關懷」三個分量表得分仍顯著高於對照組，顯示本研究之靜思語教學方案對於提升國小三年級學童之「責任」、「尊重」、「關懷」行為方面具有持續性效果。但在「值得信賴」、「公平」分量表及「總量表」追蹤測得分與對照組未達顯著差異。

三、靜思語教學獲家長與學生肯定，受試學生對於教學方案的接受度高，品格方面有正向改變，本研究設計之方案適合國小三年級採用。

從質性的資料分析中可知，家長對實施靜思語教學抱持正向回饋與肯定的態度，家長自陳不僅孩子有收穫自己也深受影響，靜思語教學方案也獲學生喜愛、對課程充滿期待，對整體的接受度高，使教學氣氛愉快，成員與家長都希望能持續進行。成員自陳行為的改變與家長、老師的觀察記錄中可知，受試學生在品格行為「責任」、「值得信賴」、「尊重」、「公平」、「關懷」五項品格內涵均有正向的改變，從訪談及家長回饋中，家長也觀察到孩子積極正向的改變，肯定方案的成效，並帶有深切的期許，希望持續以此教學活動提升孩子的品格行為，可見此靜思語教學實驗方案對學生品格行為的提升，具有教學的效果，本研究設計之方案適合國小三年級採用。

四、靜思語教學時，方案設計、教師態度與教學方式會影響課程實施的流暢性、學生的喜好與學習意願。

從質性資料的分析中可知，研究者在試驗班級進行靜思語教學時，發現有些教材內容、課程安排、教學方式需要適度的修正，才能讓此靜思語教學方案進行更流暢，學生覺得有收穫和進步。其中也發現由於教學者的態度多以鼓勵方式並結合生動活潑多樣化的教學方式，讓學生對此靜思語

教學課程表示喜歡的態度，對整個課程設計持肯定與認同，希望能繼續上課的意願高。

第二節 建議

本節將依據靜思語教學實驗方案課程的研究結果，對學校方面、教學方案設計以及課程實施者提出建議，最後提出研究限制，作為日後若有機會進行靜思語教學時的改進意見及參考。臚列如下：

壹、對學校之建議

設計一套完整靜思語品格課程，在學校全面實施，積極推動以靜思語教學進行品格教育。

本研究發現，靜思語教學對國小三年級學童在品格行為方面有正面提升的效果。因此，若能設計一套完整的靜思語品格課程，將靜思語教學擴展至整個學校實施，與導師、家長、輔導室互相聯繫達成全面性的班級輔導，勢必使學校的品格教育更加完整與落實。

貳、靜思語教學方案設計及實施者之建議

一、方案設計的建議

從本研究第四點結論，研究者針對研究方案及方案實施者提出以下建議

（一）參考既有之「大愛引航教學指引」教材資源或加以改編，需以學生的能力與生活經驗為依據。

教學者可以依據不同年段的學生，參考現有的「大愛引航教學指引」教學內容，選擇適用的教材，若有需要也可以配合學生不同的生活經驗加以改編，除了能考量學生發展階段的能力之外，也減輕教師教學準備的負擔。

（二）靜思語五段式教學內容，設計宜簡化、討論宜深入，方案內容程序

的安排，可做彈性調整。

靜思語五段式教學步驟，包括「體驗」「講述故事」「省思」「靜思」「生活實踐」，本研究發現，在設計內容時要簡化，如體驗活動不要太困難，也不要太複雜，故事情節不用太長，抓住重點來敘述，省思和靜思的討論可以多一些時間，老師可以提出兩難情境來深入討論，否則學生會只記得活動而忽略主要意涵。提出靜思語的時間可以彈性調整，並安排不斷重覆念，加深學生印象。

（三）學習單的設計應配合課程進行，內容要多樣化並可記錄實際生活的表現，書寫份量不用太多，評分宜簡化。

本研究發現學習單的設計應和課程內容相互配合，讓學生學習能連貫，呈現的方式與內容應多樣化，如：觀察、紀錄、設計情境，比賽、繪圖、著色、看圖說故事...等學生喜歡的方式，書寫份量不用太多，盡量能在課堂內完成，才不會造成學生過多的負擔與壓力，影響學習的興趣與實踐的動力。評量以學生自評與老師評量的方式，內容宜簡化。

（四）教學時間安排要適當與教學可以持續進行、次數不受限制。

本研究發現短短十週的教學活動，雖然能立即見到學生的轉變，但是持續性的轉變仍有待長時間的觀察，當初設計時即考慮品格的培養需較長的實踐，所以十週的教學活動，一個品格內涵就安排了兩週共四節課來進行，利用空白課程進行，若能將方案進行的速度放慢、時間拉長，讓學生多一些時間在生活中慢慢形塑行為，也可以讓老師有充分的時間觀察學生的進步情形，此外靜思語教學普遍獲得學生與家長的肯定與喜愛，因此可以持續進行，效果會更好。

二、對方案實施者之建議

（一）教學者要先熟記靜思語，才能掌握隨機運用的教學時機。

本研究在進行靜思語教學時是以「靜思語」為主軸，運用靜思語裡的深切意涵來影響學生，改變學生不當的行為，研究中發現教師必須隨時觀

察學生、適時提醒引導，例如在學習方面，看到學生浪費時間時，只要說「會善用時間的人，時間如鑽石」學生就知道該做什麼；對比較膽小的學生只要說「不要小看自己」，學生心裡就會知道「因為人有無限的可能」，不需每天過多的嘮叨。因此教師本身對靜思語應熟記，才能掌握隨機運用的教學時機。

（二）教學前要先讓家長有足夠的瞭解與準備，建立良好親師關係，才能親師配合達到教學成效。

靜思語教學的最終目的是要能將好的品格行為實踐於生活中，因此除了在學校的養成之外，回家也需家長持續配合與引導，從本研究家長回饋單中發現，雖然家長知道老師在進行靜思語教學，但是回家會分享教學內容的學生有限，家長也不知道如何引導，因此教學者須先讓家長進行觀念的溝通，了解品格行為的重要更甚於學業，讓家長有足夠的瞭解與準備，隨時觀察孩子改變的行為並予以鼓勵與讚賞，增強正向行為的改變，並經常與家長保持聯繫，建立良好親師關係，才不會在學校表現很好回家就忘光光，才能徹底落實良好行為的養成。

（三）品格教育非一蹴可幾，需要長時間觀察與提醒，才能有潛移默化的效果，教學者要有足夠的耐心。

品格教育絕非一蹴可幾，好習慣的養成也不是一朝一夕的事，需要長時間不斷的努力，從研究中發現，家長也希望老師能持續進行，以收到潛移默化的效果。因此，教學者要有足夠的耐心與信心，不斷的為學生的品格教育而努力。此外，課程不是萬靈丹，有些學生較桀傲難馴，當中難免會有挫敗與失落感，但也不該放棄希望，相信以靜思語在孩子心中深植一顆善的種子，隨著時間的累積，總有開花結果的一天。

（四）教師態度要親切，即時給予學生鼓勵與讚美，強化努力的行為，促進其成功認同，達到同儕學習。

從質性資料學生回饋單的分析可知，學生喜歡靜思語教學的原因中，老師態度也很重要，學生喜歡老師的態度親切，會尊重、關心、鼓勵，此外教學者要注意觀察每位學生，發現學生有進步行為時，要即時公開給予

鼓勵與讚美，除了強化努力的行為之外，也讓其他學生見賢思齊，發揮良好楷模的影響力，達到同儕學習的效果。

（五）營造溫馨的班級氣氛及良好的行為學習情境，但也須適度的規範，才能有效達到教學目標。

從質性資料的分析中可知，學生喜歡靜思語教學的原因中，覺得上課的氣氛愉快，學生喜歡在輕鬆愉快的情境下學習，因此教師要多營造溫馨、感動的情境，然而在做活動輕鬆之餘，學生往往興奮過度而容易失焦，因此適度的規範也是必要的，如此才能使教學達到目標。

（六）建立專業成長小組或參與靜思語教學研習活動，彼此分享經驗，讓教學更精進。

靜思語教學方案雖然有現成的〈大愛引航教學指引〉可供參考，然而教學不是一成不變的，研究中發現增加許多延伸活動或加以變化學生會更加喜歡。此外，教學者提問的方式、個人的觀念也會影響學生，教學者可聯合其他班級老師成立專業成長小組，互相激盪出教學智慧，或參加靜思語教學研習活動，聽取其他教學者的經驗並分享，共同討論如何應付上課時突發狀況，藉以提升本身的教學技巧，才能使學習效果更明顯。

（七）靜思語教學的實施課程外，應隨時進行觀察與訪談。

本研究發現，在實施課程中很難顧及到每位學生的想法與改變，然而，品格除了認知方面以外，情意與技能培養也很重要，課程的安排中主要是培養學生有正確的觀念，並設計情境引導學生做到生活實踐，真實的反應有時須靠老師私下進行訪談與諮商，才能了解真正的狀況。

參、對未來相關研究的建議

一、研究對象方面

本研究之研究對象為屏東市某國小三年級學生，在研究結果上僅適合解釋國小三年級學生，在推論上有其限制。建議在未來的研究可以將研究對象擴大至其他年齡層或不同地區的學生，探討以靜思語教學對提升品格

教育之成效。

二、研究工具方面

因礙於時間及人力關係，本研究所採用的研究工具：「國小學生品格量表」為現有之量表，雖具有相當的信度與效度，但本研究中發現在題項上仍無法涵蓋所有學生較容易改變之行爲，導致即使行爲有明顯的改變，卻在量表結果上無法呈現顯著之差異，建議未來的研究可以深入了解學生行爲再修訂，並增加題項之內容，則將能建立更客觀、更適合測量品格行爲改變之研究工具。

三、研究方法方面

本研究採不等組前後測實驗研究法，以量化的統計方法來分析結果，兼採質的分析，每週兩節共10週，對三年級進行方案教學，因時間短期而密集，且研究者非導師，與學生相處時間較少，對成員的觀察有限，亦感訪談部分的不足，建議後續研究者可設計長期有規劃的靜思語教學課程來進行品格教育，並對學生、導師、家長等對象進行深度的訪談，深入了解與探討，使靜思語教學更臻完善。

四、課程設計方面

本研究是以三年級學生為對象設計實驗教學方案，內容以品格教育為主，以五段式教學步驟為主軸，嘗試運用了各種教學策略，但是少了配合時事與生活經驗，建議後續研究者安排更多元的課程內容或納入時事與生活事件，與課程相互呼應，並繼續發展適用於高年級或低年級之靜思語教學方案來提升學生品格教育。

五、研究變項方面

本研究旨在探討靜思語教學對提升品格行爲之效果，只分實驗組與對照組，品格行爲只有「責任」、「值得信賴」、「尊重」、「公平」、「關懷」五個項目，建議後續研究者在變項方面可以再針對其他品格行爲進行研究，以補本研究之不足。

參考文獻

一、中文部分

- 天下雜誌（2003）。品格決勝負-未來人格的秘密。台北市：天下。
- 天下雜誌（2007）。教出品格力。台北市：天下。
- 方志華（2000）。諾丁關懷倫理學之理論發展與教育實踐。國立台灣師範大學教育學系博士論文，未出版，台北市。
- 王鳳仙（2001）。國小教師道德科教學實踐知識之個案研究。國立台北師範學院課程語教學研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 王前龍（1995）。國民小學道德科課程決定之研究。國立台灣師範大學教育研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 沈六(1991)。道德發展與行為之研究。台北市：水牛。
- 沈六(2004)。論道德發展的心理本質與歷程，說道德教育。台灣教育，24，2-18。
- 何世力（2003）。靜思語教學融入國文科教學之行動研究---以宜蘭縣一所國中為例。私立慈濟大學教育研究所碩士論文，未出版，花蓮縣。
- 何琦瑜（2003）。品格，大不如前。天下雜誌，287，42-46。
- 呂素琴、古宏深編（1997）。杏壇飄香-靜思語教學方法。台北市：靜思文化。
- 呂素琴（1999）。大愛引航。慈濟月刊，390，106。
- 呂敏華（2005）。高雄市國民小學品格教育實施現況之調查研究。國立嘉義大學國民教育研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 李月娥（2002）。「慈濟教師應用靜思語教學實施生命教育之質性研究」---以台北市一所國民小學為例。台北市立師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 李玫玲（2004）。靜思語教學對國小六年級學童自我概念之影響。國立屏東師範學院碩士論文，未出版，屏東縣。
- 李珀（2005）。品格教育。教師天地，135，66-71。
- 李宣俞（2005）。國小品格教育融入綜合活動學習領域學習成效之研究。屏東師範學院社會科教育學系碩士論文，未出版，屏東縣。

- 李素貞、蔡金鈴（2004）。中小學品格教育之實施與評量。**教育研究月刊**，**120**，53-67。
- 李琪明（2002）。品德本位校園文化之營造。**台灣教育**，**625**，30-38。
- 李錫津(2003)。從體驗中有效學習。**教師天地**，**127**，4-5。
- 李鎔偉（2001）。慈濟精神對慈濟教師生涯發展之影響研究—以台北市國小慈濟教師為例。國立台北大學公共行政暨政策學系碩士論文，未出版，台北市。
- 但昭偉（1999）。教育理論的建構與教育實作。**初等教育學刊**，**3**，189-203。
- 吳寶珍（2004）。國民中學品格與道德教育的內涵與實施之研究。國立彰化師範大學教育研究所碩士論文，未出版，彰化縣。
- 邱滿祥（2004）。靜思語學對提昇國小兒童利社會行為之效果研究。屏東師範學院教育心理與輔導學系碩士班碩士論文，未出版，屏東縣。
- 邱慧玲（2000）。我國小學道德教育課程標準演變及其內涵研究（1949-1993）。國立台東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台東縣。
- 周佩璇（2006）。語言與向心力：證嚴法師與靜思語。慈濟大學宗教與文化研究所碩士論文，未出版，花蓮縣。
- 周倩慧（2001）。靜思語教學對國小學生孝道態度、行為效果之研究。私立慈濟大學教育研究所碩士論文，未出版，花蓮縣。
- 周慧菁（2003）。品格-新世紀的第一堂課。**天下雜誌**，**287**，36-40。
- 林生傳（1994）。**教育心理學**。台北市：五南。
- 林巧鵬（2004）。台北市國民小學品格教育實施現況調查。淡江大學教育科技學系碩士論文，未出版，台北市。
- 林新發、王秀玲（2003）。品格的意涵及國民中小學實施品格教育之策略。載於國立台北師範學院：教師專業成長與實踐智慧。
- 邱淑珮（2004）。生命教育課程-「蜜蜜甜心派」融入綜合活動對國小學童尊重與關懷態度之影響。國立台南大學教育學習課程與教學碩士論文，未出版，台南市。
- 邵瑞珍、皮連生（1993）。**教育心理學**。台北市：五南。
- 洪素芬（2000）。一個研究者探索靜思語教學的反省過程—兼論整合觀點的德育模式。台北市立師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台北市。

- 洪素貞（1998）。靜思語緣起。**靜思語教學月刊**，**1**，1-4。慈濟教師聯誼會出版。
- 高信疆主編（1989）。**證嚴法師靜思語1**。台北市：九歌。
- 高雄市教育局（2005a）。高雄市「品德教育促進方案」計畫。**高雄市品德教育電子報**，第八期。檢索於2008年10月23日
<http://www.khjh.kh.edu.tw/character/news-8/pol-news.htm#sub1>
- 高雄市教育局（2005b）。全面落實校園品德教育。**高雄市品德教育電子報**，第八期。檢索於2008年10月23日
<http://www.khjh.kh.edu.tw/character/news-8/pol-news.htm#sub1>
- 高博銓(2004)。郭爾保理論在道德教育目的上的啓示。**人文及社會學科教學通訊**，**15(1)**，94-106。
- 徐永能（2006）。靜思語融入國小作文教學研究。國立台北教育大學語文教育學系碩士論文，未出版，台北市。
- 許玉鳳（1998）。在校園中落實「心靈改革」--推動靜思語教學。**靜思語教學月刊**，**18**。
- 張春興、林清山（1989）。**教育心理學**。台北市：東華。
- 張春興（1998）。**教育心理學—三化取向的理論與實踐**。台北市：東華。
- 張春興（1994）。**教育心理學**。台北市：東華。
- 張春興(1991)。**張氏心理學辭典**。台北市：東華。
- 張婉琴（2004）。靜思語教學對增進國小學童孝道實踐之成效研究。國立屏東師範學院教育行政研究所碩士論文，未出版，屏東縣。
- 張鎮昌（2002）。運用靜思語教學發展學校本位課程之行動研究---以新竹縣一所國民小學為例。國立新竹師範學院輔導教學研究所碩士論文，未出版，新竹市。
- 商業周刊（2008）。**每天30分鐘讓孩子自動學好**。商業周刊優勢系列，11。
- 陳建榮（2001）。宗教題材編入九年一貫課程適切性之研究。國立台中師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台中市。
- 陳珮育（2005）。靜思語教學應用於班級經營之行動研究。國立台北師範學院課程與教學研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 郭怡玲（2006）。運用靜思語教學實施國小五年級品格教育之行動研究。台北銘傳大學教育研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 陳蓓燕（2008）。靜思語教學推動全校品格教育之行動研究。台北市立教

- 育大學課程與教學研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 教育部（1998）。**國民教育階段九年一貫課程總綱綱要**。台北市：教育部。
- 教育部（2003）。**2003全國教育發展會議**。2008年10月23日取自教育部網站，<http://teach.eje.edu.tw/9CC/declare/contet.php?ID=312>
- 教育部（2004）。**教育部品德教育促進方案**。2008年10月23日取自教育部品德教育資訊網，<http://ce.naer.edu.tw/index3-1.html>。
- 國語日報出版中心主編（2000）。**新編國語日報辭典**。台北市：國語日報。
- 單文經、汪履維編譯（1986）。**道德發展與教學**。台北市：五南。
- 賀正楨（1999）。**國民小學靜思語教學之研究**。國立台中師範學院國民教育研究所，台中市。
- 馮厚美（2001）。**靜思語教學對提升國小兒童生活適應之研究**。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東縣。
- 黃天長（1999）。**慈濟教師教學信念與教學行為之個案研究**。國立台中師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，台中市。
- 黃德祥（2001）。二十一世紀的品格教育。二十一世紀教育改格與教育發展國際學術論文研討會集（第99-116頁），彰化縣，國立彰化師範大學教育學院。
- 黃仁瑜（2004）。**靜思語教學推動全校品格教育之行動研究**。私立慈濟大學教育研究所碩士論文，未出版，花蓮縣。
- 黃祝（2004）。精緻教育在吳興。**教師天地**，133，60-66。
- 黃政傑（2004）。九年一貫課程中的品格教育。**教育研究月刊**，120，22-34。
- 黃德祥、謝龍卿（2004）。品格與道德教育的內涵與實施。**教育研究月刊**，120，35-43。
- 楊素英（2002）。**高雄市國民小學道德教育之研究**。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版，屏東縣。
- 楊深坑（2004）。後現代主義的品格與道德教育。**教育研究月刊**，120，15-21。
- 葉紹國（2003）。從道德性的起源論品格教育之重要概念。**教育研究月刊**，113，119-130。
- 詹棟樑（1994）。**兒童人類學－兒童發展**。台北市：五南。
- 慈濟教師聯誼會（1999）。**大愛引航：靜思語教學指引（1-12 冊）**。台北市：靜思文化。

- 慈濟教師聯誼會（2000）。慈濟教育聯誼會會訊。慈濟教師聯誼會編印。
- 慈濟教育（2000）。大愛的教育—靜思語教學概說。慈濟教育聯誼會。
- 慈濟教師聯誼會主編（2001）。大愛引航學學習單第一~十二冊。台北市：靜思文化。
- 慈濟大學秘書室編（2002）。良師之道。台北市：靜思文化。
- 楊倩蓉（1998）。教聯園地，慈濟道侶，299期。
- 賈馥茗（1999）。人格教育學。台北市：五南。
- 鄒欣芸（2006）。靜思語教學對國民小學兒童自我概念、人際關係與生命意義感之影響。慈濟大學教育研究所碩士論文，未出版，花蓮縣。
- 劉佑星（2002）。實施靜思語教學的實務探討。載於九十一學年度慈濟大學「靜思語教學融入九年一貫課程」種子教師工作坊手冊。
- 謝銘峰（2006）。慈大附中實施靜思語教學之學校本位課程發展研究。慈濟大學教育研究所碩士論文，未出版，花蓮縣。
- 藍乙琳（2006）。從五個「E」談「品格教育」教學。屏縣教育季刊，25，8-12。
- 瞿德淵（2004）。精緻教育在忠孝，教師天地，130，77-81。
- 羅瑞玉（1997）。國小學生的利社會行為及其相關因素之研究。國立高雄師範大學教育學研究所博士論文，未出版，高雄市。
- 羅瑞玉（2005）。品格教育融入綜合活動學習領域之探討。國教天地，159，30-41。
- 證嚴法師（1997）。靜思語教學月刊，2，取自2008年11月8日
<http://www.tzuchi.org.tw/monthly/8510/2-1.htm>。
- 釋證嚴（1992）。證嚴法師靜思語第一集。台北市：慈濟文化。
- 釋證嚴（1999）。教育首重「教而學、學而做」。靜思語教學月刊，第18期。

二、外文部分

- Character Education Partnership(2003).Eleven principles of character education.*Scholastic Choices*,18(8),5.
- Eisenberg, N., & Mussen, P. H. (1989). *The roots of prosocial behavior in children*. New York:Cambridge Press.
- Kohn,A(1997).How not to teach values:A critical look at character education.*Phi Delta Kappan*,78,429-430.
- Lickona, T. (2003). The center of our character : Ten essential virtues.
- Nodding, N. (1992). *Educating moral people: A caring alternative to Character education*. New York: Teacher College, Columbia University.
- Otten,E.H.(2000).Character education.(ERIC Document Reproduction Service P.White(Eds.)*Philosophy of education:Volume I Education and humanpage*,RetrievedDecember,26,2003from.<http://www.neiu.edu/~cunning/chared>.
- Ormrod, J. E. (2003). Educational psychology: *Developing learners*.Upper Saddle River. NJ: Prentice-Hall.
- Rusnak, T. G., & Ribich, F. (1997). The death of character education. *Education Horizons*, 76, 10.
- Rose, C. M., & Sharon, W. W. (2001). Classroom idea-sparkers. *Childhood Education*, 77, 222-227.
- Ryan, K., & Bohlin, K. E. (1999). *Building character in schools: Practical ways to bring moral instruction to life*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Shaffer,D.R.(1994).*Social Behavior and Personality*.15,215-220.
- Vessels,G G.,& Boyd,S.M.(1996). Public and constitutional support for character education. *National Association of Secondary School Principals*,80(579),55.

附錄一 使用「國小兒童品格量表」同意書

附錄一 使用研究工具「國小兒童品格量表」同意書

同 意 書

茲 同意 林怡靜 君在其碩士論文中，使用本人編製之「國小兒童品格量表」，作為其碩士論文之研究工具。

謹此

編製者：李 弘 利 

中華民國 97 年 12 月 16 日

國小 年 班 性別： 座號：

親愛的小朋友，你好：

首先很感謝您填寫這份問卷，希望透過您的幫助，了解小朋友在日常生活中的行為表現，以及對一些事情的想法。這不是考試，問卷中所調查的事沒有對錯，好或壞，重要的是你是怎麼想、怎麼做，希望你根據真實的情形來作答。您的答案相當重要，請您慢慢寫，不要漏掉了任何一題。再次謝謝你的幫忙！

敬祝 身體健康 學業進步！

國立台東大學社會科教育學系碩士班研究生

林 怡 靜 敬上

中華民國九十七年十二月

【作答方式】

這一份量表共有30題，主要在幫助小朋友了解自己在日常生活中的情形，每一個題目後面都有五個不同的選項，分別是：沒有做到、很少做到、有時做到、經常做到、完全做到。這五個選項都沒有對或錯、好或壞，請您放心回答。請依照下列的說明來圈選：



1. 「沒有做到」：表示題目所敘述的事情你從來沒有做到
2. 「很少做到」：表示題目所描述的情形你很少做到
3. 「有時做到」：表示題目所描述的情形你有一半時候會做到
4. 「經常做到」：表示題目所描述的情形你有大部分的時候會做到
5. 「完全做到」：表示題目所描述的情形你每次都會做到

◎請仔細想想自己是不是這樣，然後選擇一個自己最符合的情形，並將那個號碼圈起來，不要忘了每一題都要回答喔！

【例子】

沒有 很少 有時 經常 完全
做到 做到 做到 做到 做到

●我會做好每天的打掃工作-----1 2 3 4 5

●我會認真寫作業、按時交作業-----1 2 3 4 5

【題目開始】



沒有 很少 有時 經常 完全
做到 做到 做到 做到 做到

- 1.我會主動的看書、寫字、發問、學習-----1 2 3 4 5
- 2.我能穿著整齊、乾淨-----1 2 3 4 5
- 3.我能專心的上課、寫字、吃飯-----1 2 3 4 5
- 4.在家裡我會主動幫忙作家事，維持家裡整潔---1 2 3 4 5
- 5.說出去的話，一定會做到-----1 2 3 4 5
- 6.我會安排自己的時間，知道什麼時間做什麼事1 2 3 4 5
- 7.遇到困難時，我不會退縮，我對自己有信心---1 2 3 4 5
- 8.得到同學的同意，我才會使用他的東西-----1 2 3 4 5
- 9.我知道什麼事情是對的，可以去做；
我知道什麼事情是錯的，不可以去做-----1 2 3 4 5
- 10.即使我的表現很好，我也不驕傲-----1 2 3 4 5
- 11.我能勇敢地表達自己的意見及看法-----1 2 3 4 5
- 12.當同學對我發脾氣時，我會控制自己的脾氣-1 2 3 4 5
- 13.別人在說話時，我會注視著他，
並安靜的聽，不打斷他的話-----1 2 3 4 5
- 14.我會時常將「請、謝謝、對不起」掛在嘴邊-1 2 3 4 5
- 15.我會主動跟老師、長輩問好-----1 2 3 4 5
- 16.別人惹我生氣時，我會將自己的感覺告訴他--1 2 3 4 5

沒有 很少 有時 經常 完全
做到 做到 做到 做到 做到

- 17.玩任何遊戲我都能遵守規則-----1 2 3 4 5
- 18.別人如果對我好，我也要對他好-----1 2 3 4 5
- 19.比賽時即使要輸了，我也要遵守規則-----1 2 3 4 5
- 20.別人說出我的缺點時，我會虛心接受-----1 2 3 4 5
- 21.如果遊戲規則不公平，我會禮貌的
提出自己的意見-----1 2 3 4 5
- 22.我不會去控制同學，要跟誰做朋友-----1 2 3 4 5
- 23.和同學一起做功課，會教導功課不好的同學-1 2 3 4 5
- 24.當同學間發生爭吵或吵架時，會主動排解勸告1 2 3 4 5
- 25.當同學難過或傷心時，會主動安慰他-----1 2 3 4 5
- 26.願意利用空閒幫忙班上的事，如教師佈置、
整理環境、準備競賽活動、或收拾各項器具--1 2 3 4 5
- 27.和同學分享自己喜歡的東西-----1 2 3 4 5
- 28.和我同組或同隊的人表現不好時，我會鼓勵他1 2 3 4 5
- 29.我會向老師、父母表達感謝-----1 2 3 4 5
- 30.我喜歡和別人合作完成一件事，
例如一起演戲、一起完成老師指派的任務----1 2 3 4 5

【填答完畢，非常感謝您的填答！仔細檢查，是否每一題都有圈到了呢？】



附錄三

靜思語教學單元活動設計

品格內涵	責任	教學者	林怡靜	教學年級	三年級
單元名稱	負責的好孩子			教學週次	第一週
教材來源	大愛引航靜思語教學指引第五冊 P17 P20 第二冊 P160、P248			教學時間	80 分鐘
靜思語	1.會善用時間的人時間如鑽石，不會善用時間的人時間如泥土。 2.小事勤做、大事不難；小事不做，大事難成。				
單元目標	1.能主動完成該做的事，做一個負責任的好孩子。 2.能善用時間完成該做的任務。 3.能專注認真學習。				
教學活動				教學資源	時間
一、體驗 1.請小朋友分組討論各行各業需負責的事情？ 2.請小朋友表演一個有責任心的孩子每天該做的事有哪些？（老師將事情記在黑板上） 3.全班一起討論小朋友一天的生活該如何做妥善的安排？ 4.提出靜思語： （1）「會善用時間的人時間如鑽石，不會善用時間的人時間如泥土。」 （2）「小事勤做、大事不難；小事不做，大事難成。」 5.老師解說後，讓學生複誦靜思語數遍。				白板 白板筆 靜思語	20 分
二、講述故事 1.林傳欽的故事 2.我只想做大事					20 分
三、省思 1.1 你在什麼時間把時間當鑽石用？ 1.2 你在做什麼事時覺得時間像鑽石一樣寶貴？ 1.3 你什麼時候沒有善用時間讓時間白白浪費掉？ 1.4 你常把時間用在做什麼事上面？ 2.1 王得寶為什麼不做帳房的事？					15 分

2.2 <u>王得寶</u>有為他想做的大事努力過嗎？你怎麼知道？ 2.3 <u>王得寶</u>為什麼會淪落為當乞丐？ 2.4 <u>王得寶</u>應該怎麼做才能當上大官？ 2.5 你覺得應該學習生活上的哪些小事呢？ 四、靜思 第二冊 P248 第五冊 P20 全班學生朗讀「學生心得事例」，老師朗讀「家長愛的叮嚀」，再一起討論： 1.你有沒有主動完成該做的事？ 2.做完以後自己心情如何？別人的反應怎樣？ 五、生活實踐 1.找五件生活小事用心完成，並記錄在聯絡簿上。 2.講解學習單（好習慣銀行），請小朋友記錄自己所做到的好習慣，一週之後看誰的好習慣存款最多。 完成回饋單	聯絡簿 學習單 回饋單	15 分 8 分 2 分
--	----------------------------------	-----------------------------------

品格內涵	責任	教學者	林怡靜	教學年級	三年級
單元名稱	不找藉口進步多			教學週次	第二週
教材來源	大愛引航靜思語教學指引第二冊 P173、P185 P175 P134 大愛映象 DVD			教學時間	80 分鐘
靜思語	1.要為成功多用心，不要為失敗找藉口。 2.世上沒有不能成功的事，只怕自己不肯去做。				
單元目標	1.對自己做錯的行為不會找藉口。 2.對自己應該做的事能堅持到底去完成。 3.說出去的話能做到。				
教學活動				教學資源	時間

一、體驗 1.前一天告訴學生明天老師要檢查書包，記得整理書包並全班一起說：『我會記得整理書包。』 當天檢查書包是否整理好，若有學生忘了整理請提出理由。 2.提出靜思語： (1) 要為成功多用心，不要為失敗找藉口。 (2) 世上沒有不能成功的事，只怕自己不肯去做。 3.老師解說後，讓學生複誦靜思語數遍。	靜思語	15 分
二、講述故事 1.「兩個秀才的故事」 2. 大愛映象 DVD 第三十集 三、省思 1.1 李生不認真讀書出去玩耍時，都說什麼理由當藉口？ 1.2.你認為為什麼張生考得上、李生卻考不上？ 1.3.不會檢討自己的錯誤，只是愛找藉口的人，最後會變得怎樣？ 1.4.在平常生活中，如果達不到目標，我們要找藉口嗎？為什麼？ 1.5.如果考試考不好，會是什麼原因？ 2.1 <u>曾巧</u>為什麼不參加比賽？他找什麼當藉口？ 2.2 爸媽和同學如何鼓勵他？ 2.3 若比賽沒有成功你的感覺如何？ 2.4 習慣找藉口的人會有什麼結果？	大愛映象 DVD	25 分
四、靜思 第二冊 p185 p175 p134 全班學生朗讀「學生心得事例」，老師朗讀「家長愛的叮嚀」，再一起討論： 1.你會自己整理書包的舉手，什麼時候開始自己整理書包的？ 2.爸爸媽媽可以一輩子都幫你做事情嗎？		15 分

五、生活實踐 1.每天睡覺前檢查該帶的東西是不是都帶齊了。 2.說出來的話是不是都有做到？ 3.發生過錯時，是否勇於承認並加以修正不為自己找藉口？ 4. 每天睡覺前檢查該帶的東西是不是都帶齊了並記錄在聯絡簿上。 討論學習單 完成回饋單	聯絡簿 學習單 回饋單	8 分 2 分
--	-------------------	----------------

品格內涵	尊重	教學者	林怡靜	教學年級	三年級
單元名稱	禮貌大賽			教學週次	第三週
教材來源	大愛引航靜思語教學指引第一冊			教學時間	80 分鐘
靜思語	1.愛的表現常在於型態上，對人一定要溫和懇切。 2.每個人都有不同的臉孔及習氣，相處時要互相尊重、互相包容。				
單元目標	1.能以謙恭有禮貌的態度對人 2.能對長輩有禮貌 3.對別人的談話會仔細聆聽，不隨便下斷語。				
教學活動				教學資源	時間
一、體驗 1.跟坐在隔壁的同學打招呼 第一次面無表情說：「你好嗎？」 第二次面帶親切的笑容說：「你好嗎？」 再問同學哪一種打招呼方式，會讓人覺得親切舒服。 2.第一次請小朋友別人在說話時，眼睛注視著他，並安靜的聽，不打斷他的話。 第二次請小朋友別人在說話時，眼睛注視別的地方，並打斷他的說話。 再問同學哪一種傾聽方式，會讓人覺得受尊重。					20 分

3.提出靜思語： (1) 愛的表現常在於型態上，對人一定要溫和懇切。 (2) 每個人都有不同的臉孔及習氣，相處時要互相尊重互相包容。 4.老師解說後，讓學生複誦靜思語數遍。	靜思語	
二、講述故事 1.「慈濟面霜」第一冊 P86 2.「一切只是觀念而已」第一冊 P188		20 分
三、省思 1.1 哪些事會讓你露出不高興的表情？ 1.2 不高興的表情會帶來什麼結果？ 1.3 你可以怎樣處理不高興的表情？ 1.4 當你換上一張笑臉對別人會有什麼改變？ 2.1 起初李媽媽如何面對李伯伯動不動就發脾氣的習慣？ 2.2 後來李媽媽用什麼態度面對生氣的李伯伯？ 2.3 我們要用怎樣的方式與人溝通？ 2.4 遇到生氣的人，我們要如何面對？		15 分
四、靜思 1.闔上眼，在心中想想平時對人的態度，是笑臉多還是生氣的臉多？ 2.第一冊-P173		10 分
五、生活實踐 (一) 熟記五個我要： 1.別人說話時我要恭敬親切的傾聽。 2.我要常將「來！我幫你」這句話掛嘴邊。 3.做錯了我要趕快說：「對不起！是我的錯！」 4.別人幫我，我要常說：「謝謝你的幫忙。」 5.我要主動向老師與長輩打招呼。 (二) 告訴學生將舉辦禮貌大使選拔，一週之後將投票選出符合禮貌大使條件的同學。	五個我要	13 分
(三) 我們來比賽，選出班上最有禮貌的「禮貌大	學習單	

使」。		
完成回饋單	回饋單	2 分

品格內涵	尊重	教學者	林怡靜	教學年級	三年級
單元名稱	不氣！不氣！不生氣！			教學週次	第四週
教材來源	大愛引航靜思語教學指引第五冊 P106、第一冊 P188、200			教學時間	80 分鐘
靜思語	1.要感恩別人的指正，讚嘆他人的修正。 2.生氣是短暫的發瘋，會醜化了自己。				
單元目標	1.能尊重別人善意的指正。 2.能尊重別人也會尊重自己。 3.會適當控制自己的脾氣。				
教學活動				教學資源	時間
一、體驗 1 請學生表演自己生氣的樣子 觀察別人生氣的模樣，像不像一個發瘋的人。 2 讓學生每兩人一組閉上眼睛相對而坐，在老師的口令下互相拿餅乾給對方吃。 老師問學生：你認為對方把餅乾沾到你的臉，是故意的還是無心的？ 3 在平常如果有人弄痛你，你要如何面對？ 4 提出靜思語： （1）要感恩別人的指正，讚嘆他人的修正。 （2）生氣是短暫的發瘋，會醜化了自己。 5 老師解說後，讓學生複誦靜思語數遍。				餅乾	20 分
二、講述故事 1 「吵雜的音樂」第五冊 P106 2 「出氣袋」第一冊 P200 三、省思 1.1 依偉被噪音吵得受不了，他該如何解決這個問題				靜思語	20 分

題？ 1.2.玻璃窗被打破了，<u>依偉</u>用生氣可以解決問題嗎？ 1.3.如果是你，你要如何解決玻璃窗被打破的事？ 1.4.遇到令人生氣的事情時，你要如何善解才能避免生氣或惹禍上身呢？ 2.1 大人們都說順子懂理又懂事，可是同學們卻覺得他是怎樣的人 2.2 順子理直氣壯的說他為什麼要罵人？你覺得對嗎？為什麼 2.3 順子怎樣使用媽媽給他的出氣袋呢？效果如何？ 2.4 你沒有出氣袋，但你也有像順子一樣的壞脾氣怎麼辦？		15 分
四、靜思 全班學生朗讀「學生心得事例」，老師朗讀「家長愛的叮嚀」，再一起討論： 1.生氣時候還能靜下心思考嗎？ 2.生氣時是不是會隨便亂說話？ 3.你生氣時對方的臉會有什麼表情呢？		15 分
五、生活實踐 1.快生氣或和人起衝突時立刻遠離該處。 2.到鏡子前觀察自己生氣的臉和微笑的臉。	鏡子	8 分
3.完成學習單。 完成回饋單	學習單 回饋單	2 分

品格內涵	值得信賴	教學者	林怡靜	教學年級	三年級
單元名稱	不輕視自己			教學週次	第五週
教材來源	大愛引航靜思語教學指引第二冊			教學時間	80 分鐘

	大愛映象 DVD		
靜思語	1.做該做的事是智慧，做不該做的事是愚癡。 2.不要小看自己，因為人有無限可能。 3.我不輕視自己也不自大		
單元目標	1. 能對自己有信心、不會小看自己。 2.能有勇氣、有毅力的把事情完成。		
教學活動		教學資源	時間
一、體驗 1.老師示範摺紙鶴，然後讓學生跟著摺。告訴會做的同學不能自大，除了要用心做好之外還要謙虛的交不會的同學，鼓勵還不會的學生「不要小看自己因為人有無限可能」要他們繼續練習。 2.提出靜思語： （1）做該做的事是智慧，做不該做的事是愚癡。 （2）不要小看自己，因為人有無限可能。 （3）我不輕視自己也不自大 老師解說後，讓學生複誦靜思語數遍。		紙鶴 橡皮擦	20 分
二、講述故事 1「晏子的智慧」第二冊 P26 2 發明大王愛迪生第二冊 P150 3.大愛映象 DVD 第二十九集		靜思語	20 分
三、省思 1.1 晏子到楚國做使節，楚國為什麼只開小門？ 1.2 晏子有輕視自己嗎？你從哪裡看出來的？ 1.3 你曾經因為太自大而自取其辱嗎？當時應該怎樣做才好？ 1.4 你曾經因為太輕視自己而放棄了想做的事嗎？現在你知道該怎麼做嗎？ 1.5 你有哪些優點？請與大家分享。 2.1 愛迪生讀小學時老師評定他是個怎樣的孩子？ 2.2 愛迪生被趕出學校後有小看自己嗎？		大愛映象 DVD	15 分

2.3 愛迪生沒有錢買實驗用品時怎麼辦？ 2.4 為什麼大家都說愛迪生是發明大王？ 2.5 你有小看自己嗎？請靜心思考教自己該怎麼做？ 四、靜思 全班學生朗讀「學生心得事例」，老師朗讀「家長愛的叮嚀」，再一起討論： 第二冊 P150 五、生活實踐 每天多花一些時間用心學習自己不會的功課或本事，並恭敬的請教家人或同學，直到會為止。 角色扮演、學習單 完成回饋單	學習單 回饋單	10 分 13 分 2 分
---	------------	---

品格內涵	值得信賴	教學者	林怡靜	教學年級	三年級
單元名稱	我是誠實的好孩子			教學週次	第六週
教材來源	大愛引航靜思語教學指引第四冊 P201 第二冊 P198 大愛映象 DVD			教學時間	80 分鐘
靜思語	1.做錯事還要說謊就是錯上加錯；一個人會說謊話，他的行為必有偏差。 2.謊言像一朵盛開的鮮花，外表美麗生命短暫。				
單元目標	1.能誠實、守法、不欺騙。 2.知道什麼事是對的可以去做，知道什麼事是錯的不可以去做。				
教學活動				教學資源	時間
一、體驗 1. 發一張紙以不記名方式寫下你曾經說過的一句謊話，老師選一張共同討論：當時為什麼會說這句謊言，後果會是如何？大家對他的印象會怎樣？ 2.提出靜思語：				小白板 白板筆	20 分

(1) 做錯事還要說謊就是錯上加錯；一個人會說謊話，他的行為必有偏差。 (2) 謊言像一朵盛開的鮮花，外表美麗生命短暫。 3. 老師解說後，讓學生複誦靜思語數遍。		
二、講述故事		
1. 跳繩不見了第四冊 p201		
2. 野狼的謊言第二冊 P198	大愛映象	
3. 大愛映象 DVD 第十三集	DVD	20 分
三、省思		
1.1 <u>小曼</u>做了什麼錯事？他為什麼要這麼做？		
1.2 <u>小恆</u>和老師如何發現小曼說謊？		
1.3 如果你是<u>小曼</u>，忘了帶跳繩來時，你應該怎麼辦？		15 分
1.4 如果你是<u>小恆</u>看到<u>小曼</u>錯上加錯，你會如何對待她？		
2.1 野狼用什麼方法來破壞獅子和老虎的感情？		
2.2 謊話猜穿後，如果野狼被獅子或老虎抓到，會有什麼後果呢？		
2.3 你覺得說謊的行為對不對？為什麼？		
2.4 從小到大你說過謊嗎？試舉例說明		
四、靜思		15 分
全班學生朗讀「學生心得事例」，老師朗讀「家長愛的叮嚀」，再一起討論：		
第二冊 P198 第四冊 P201		
五、生活實踐		
將以前說過的謊寫下來，再用做好事或誠實的方式一一抵銷。		
記錄這星期誠實和說謊的次數，數數看並完成學習單	學習單	8 分
完成回饋單	回饋單	2 分

[illegible]

1.2.是誰違反遊戲規則？ 1.3.遊戲規則能不能改變？若要改變要注意什麼？ 1.4.後來如何問題解決？ 1.5.如何在遊戲時不和別人起爭執？		15 分
四、靜思 全班學生朗讀「學生心得事例」，老師朗讀「家長愛的叮嚀」，再一起討論： 第五冊 p194		15 分
五、生活實踐 五字訣 取勝靠實力 競爭要公平 處事不偏心 對得住良心 判斷「公平對對錯」學習單 完成回饋單	五字訣 學習單 回饋單	8 分 2 分

品格內涵	公平	教學者	林怡靜	教學年級	三年級
單元名稱	我愛人人，人人愛我			教學週次	第八週
教材來源	大愛引航靜思語教學指引第一冊			教學時間	80 分鐘
靜思語	1.對人要有恭敬心，不可以有分別心。 2.愛別人如愛自己，將我心比他心。				
單元目標	1.能將心比心為別人設想。 2.能不佔別人便宜。 3.讓別人也有機會。				
教學活動				教學資源	時間

品格內涵	關懷	教學者	林怡靜	教學年級	三年級
單元名稱	我有好心做好事			教學週次	第九週
教材來源	大愛引航靜思語教學指引第一冊、第二冊			教學時間	80 分鐘
靜思語	1.幫助別人就是幫助自己，多做多得少做多失。 2.作一個被需要的人生命才有意義。				
單元目標	1.能發善心做好事 2.懂得做好事一定要付諸行動。 3.會幫助需要幫助的人。				
教學活動				教學資源	時間
一、體驗 1.參觀社會處殘障中心： 2.提出靜思語： （1）幫助別人就是幫助自己，多做多得少做多失。 （2）作一個被需要的人生命才有意義。 3.老師解說後，讓學生複誦靜思語數遍。				歌詞	40 分
二、講述故事 1.快樂的小黃鶯					10 分
三、省思 1.1 小黃鶯如何讓小狐狸的愁眉苦臉變成笑容滿面？ 1.2 同學有憂愁或煩惱時，你要如何協助他？ 1.3 父母下班後又累又煩，你要如何讓他們開心輕鬆起來？ 1.4 解決問題的最好良方是什麼？					10 分
四、靜思 全班學生朗讀「學生心得事例」，老師朗讀「家長愛的叮嚀」，再一起討論：第二冊 p79					10 分
五、生活實踐 布施笑容：每天布施燦爛溫暖的笑容，給生活周遭					

的人。		8 分
布施好話：每天用好話至少稱讚三位同學		
手的布施：每天至少位一位家人或同學服務		
2. 討論學習單「我有好心做好事」	學習單	
完成回饋單	回饋單	2 分

品格內涵	關懷	教學者	林怡靜	教學年級	三年級
單元名稱	我們都是好朋友			教學週次	第十週
教材來源	大愛引航靜思語教學指引第一冊、第四冊			教學時間	80 分鐘
靜思語	1.播下愛的種子，收穫是快樂的果實。 2.天上最美是星星，人間最美是溫情。				
單元目標	1.能和同學互相關心、互相幫助。 2.能用歡喜心和朋友相處。				
教學活動				教學資源	時間
一、體驗 1.寫一個自己喜歡的同學名字，寫好以後送給對方。老師請最多人喜歡的三位同學分享心得：你怎樣交朋友？為什麼有這麼多人喜歡你？說不完整的地方再由其他同學補充。 2 提出靜思語： （1）播下愛的種子，收穫是快樂的果實。 （2）天上最美是星星，人間最美是溫情。 3.老師解說後，讓學生複誦靜思語數遍。				小卡 靜思語	20 分
二、講述故事 1「小狐狸行善」第一冊 p196					20 分
三、省思 1.1 小狐狸跌倒受傷，蹣縮這身子在路邊哀叫時，路過的動物為什麼都不理牠？					10 分

附錄四 靜思語教學學習單

好習慣銀行

學習單一

班級： 座號： 姓名：

小朋友，你有存款的習慣嗎？好習慣能使人終生受益，現在開始在好習慣銀行裡儲存你的好習慣存款，一星期以後看看你存了多少喔！

從 1、2、3、4、5 分，做得越棒存款越多，家裏和學校都可以記錄喔！

星期 項目	星期 一	星期 二	星期 三	星期 四	星期 五	星期 六	星期 日
每天穿著乾淨整齊							
上課時專心聽講							
主動寫功課							
主動看書							
主動幫忙做家事							
會安排自己的時間							
整理學用品							

評量方式

	項目	非常好	很好	普通	還可以	再加油
自我	認真完成作業					
評量	上課態度					
老師	認真完成作業					
評量	熟背靜思語					

愛的叮嚀：_____

靜思語

1. 會善用時間的人時間如鑽石，不會善用時間的人時間如泥土。
2. 小事勤做、大事不難；小事不做，大事難成。

家長簽名：()

不找藉口進步多

班級：

座號：

姓名：

小強的一天

早上在學校，小強答應小明下課要陪他去打球，可是一下課小強卻說：「我比較想玩鬼抓人。」就和小華去玩鬼抓人了，讓小明很失望。

小強回到家就開始看電視，媽媽叫他做功課，他說：「等一下就去寫啦！」一會兒，門鈴「叮咚叮咚」響起，爸爸回來了，媽媽叫小強去開門，小強說：「我要去寫功課了，叫妹妹去開啦！」作功課時，小強碰到比較難的題目就不寫，等老師明天講答案。

這一天晚上小強做了一個惡夢……

小強所遇到了一些困難，想想他的藉口是什麼，請你幫他想出解決的方法，協助他解決問題吧！

遇到的問題	小強找什麼藉口	解決方法
媽媽叫他做功課，他卻想看電視		
媽媽叫 <u>小強</u> 去開門		
碰到不會的題目		
答應陪 <u>小明</u> 打球卻想玩鬼抓人		

說說看你覺得小強今天可能做的惡夢是：

評量方式		非常好	很好	普通	還可以	再加油
自我評量	認真完成作業					
	上課態度					
老師評量	認真完成作業					
	熟背靜思語					

愛的叮嚀：

靜思語

- 1.要為成功多用心，不要為失敗找藉口。
- 2.世上沒有不能成功的事，只怕自己不肯去做。

家長簽名：()

禮貌大賽

學習單三

班級：

座號：

姓名：

- 1.講話很客氣
- 2.常說：「請、謝謝、對不起」
- 3.常保持笑臉
- 4.會主動跟老師長輩打招呼
- 5.會專心聽別人說話，不打斷別人說話
- 6.不會取笑別人

姓名	我想給他（她）幾顆星	因為他（她）做到
自己	☆☆☆☆☆☆	() () () () () ()
	☆☆☆☆☆☆	() () () () () ()
	☆☆☆☆☆☆	() () () () () ()
	☆☆☆☆☆☆	() () () () () ()
	☆☆☆☆☆☆	() () () () () ()

評量方式

評量方式		非常好	很好	普通	還可以	再加油
自我評量	認真完成作業					
	上課態度					
老師評量	認真完成作業					
	熟背靜思語					

愛的叮嚀：_____

靜思語

- 1.愛的表現常在於型態上對人一定要溫和懇切。
- 2.每個人都有不同的臉孔及習氣，相處時要互相尊重互相包容。

家長簽名：()

不氣！不氣！不生氣



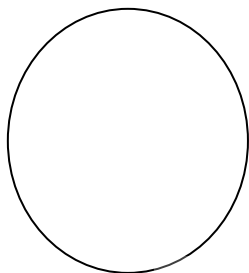
班級：

座號：

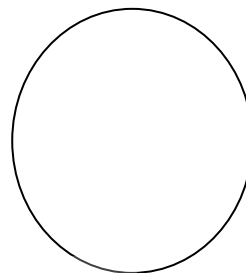
姓名：

一、請畫出微笑和生氣的表情

微笑的臉



生氣的臉



我比較喜歡（ ）的臉，因為（ ）

二、你曾經爲了什麼事生氣？生氣時的想法是？不生氣時的想法是？

事由	當時心情
	☐ 很生氣，因為 _____ ☐ 沒生氣，因為 _____
	☐ 很生氣，因為 _____ ☐ 沒生氣，因為 _____

評量方式

		非常好	很好	普通	還可以	再加油
自我 評量	認真完成作業					
	上課態度					
老師 評量	認真完成作業					
	熟背靜思語-尊重					

愛的叮嚀：_____

靜思語

1. 要感恩別人的指正，讚嘆他人的修正。
2. 生氣是短暫的發瘋，會醜化了自己。

家長簽名：()

不輕視自己

學習單五

班級：

座號：

姓名：

你覺得害怕的事： _____ _____	你對自己沒信心的事： _____ _____
要如何克服害怕的感覺？ _____ _____	要如何給自己信心？ _____ _____

評量方式

		非常好	很好	普通	還可以	再加油
自我 評量	認真完成作業					
	上課態度					
老師 評量	認真完成作業					
	熟背靜思語					

愛的叮嚀：_____

靜思語

1. 做該做的事是智慧，做不該做的事是愚癡。
2. 不要小看自己因為人有無限可能。
3. 我不輕視自己也不自大。

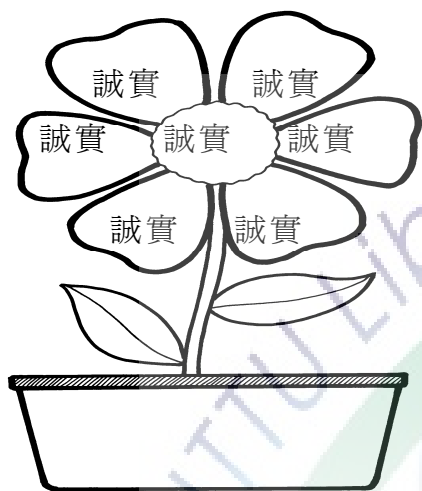
家長簽名：()

我是誠實的好孩子

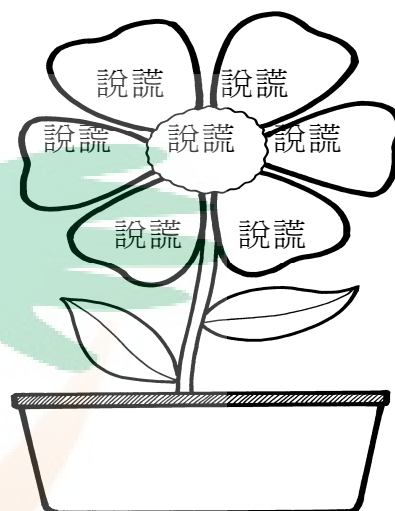
班級： 座號： 姓名：

一、小朋友記下你這星期誠實（說到做到）和說謊（說到沒做到）的次數，在誠實花瓣上塗上妳喜歡的顏色，在說謊花瓣上塗上你討厭的顏色，你讓哪一朵花盛開呢？

誠實花



說謊花



二、我盛開的花是（ ）花，我覺得（ ）。

評量方式

		非常好	很好	普通	還可以	再加油
自我評量	認真完成作業					
	上課態度					
老師評量	認真完成作業					
	熟背靜思語					

愛的叮嚀：_____

靜思小語

- 1.做錯事還要說謊就是錯上加錯；一個人會說謊話，他的行為必有偏差。
- 2.謊言像一朵盛開的鮮花，外表美麗生命短暫

家長簽名：（ ）

公平對對錯

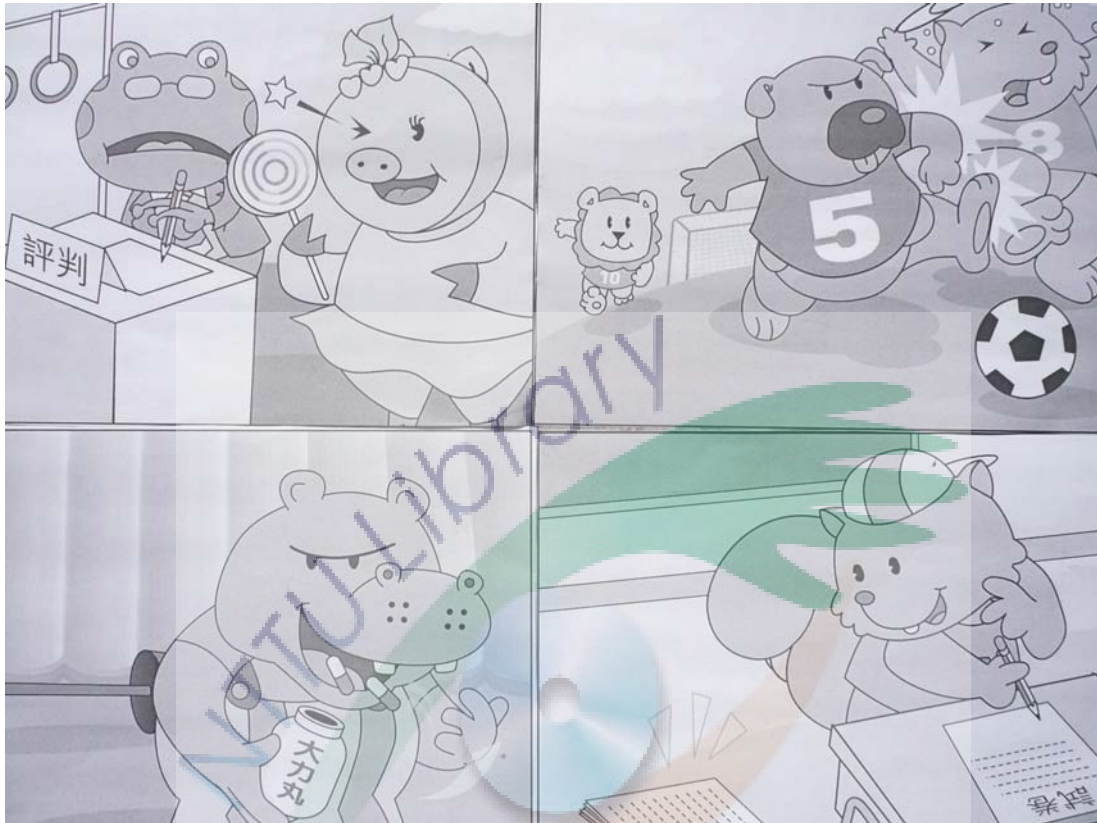
學習單七

班級：

座號：

姓名：

以下四張圖公平嗎？為什麼？



評量方式

		非常好	很好	普通	還可以	再加油
自我 評量	認真完成作業					
	上課態度					
老師 評量	認真完成作業					
	熟背靜思語-公平					

愛的叮嚀：

靜思語

- 1.做事需要公正但不要剛硬，恭敬令人敬佩，剛硬把人嚇退。
- 2.在團體中要尊重每個人。
- 3.為人處事要小心，但不要小心眼。

家長簽名：()

我愛人人，人人愛我

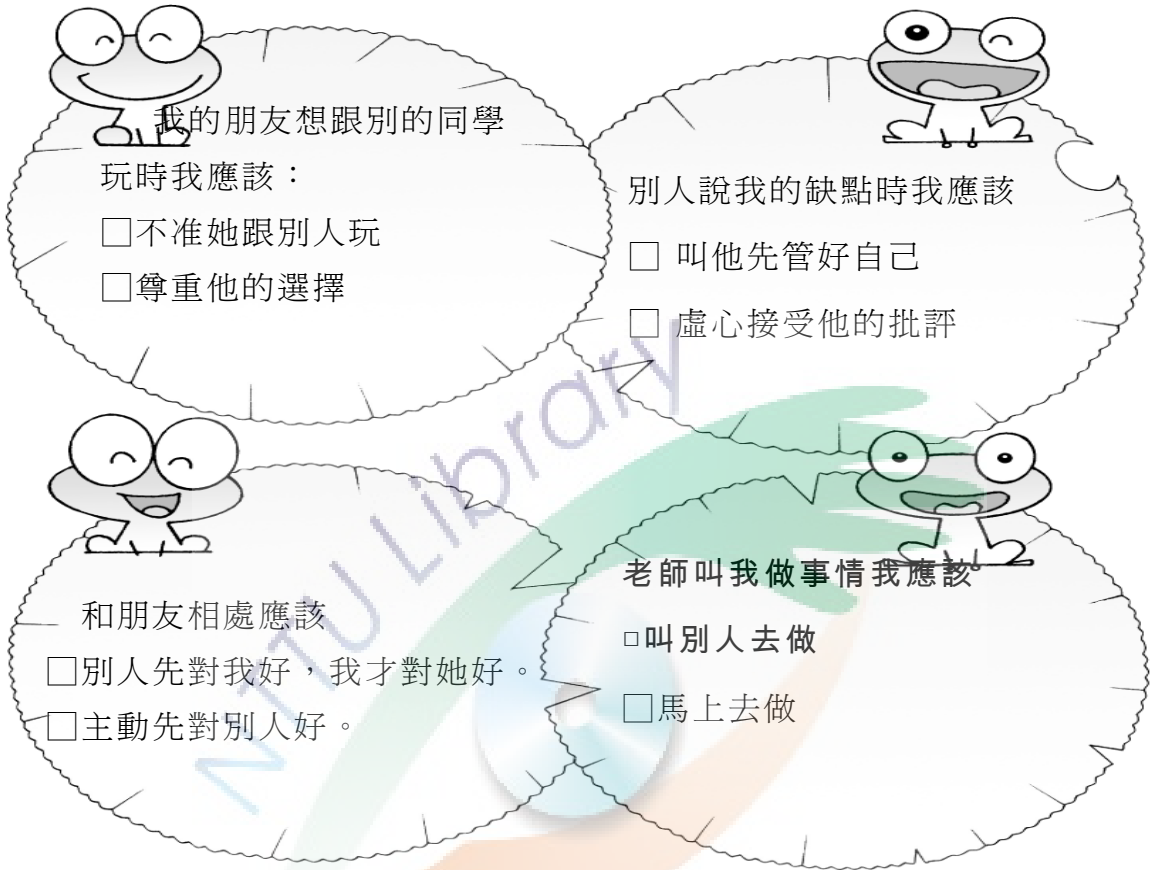
學習單八

班級：

座號：

姓名：

遇到下面情形時你該如何處理？



我的朋友想跟別的同學玩時我應該：

☐ 不准她跟別人玩

☐ 尊重他的選擇

別人說我的缺點時我應該

☐ 叫他先管好自己

☐ 虛心接受他的批評

和朋友相處應該

☐ 別人先對我好，我才對她好。

☐ 主動先對別人好。

老師叫我做事情我應該

☐ 叫別人去做

☐ 馬上去做

評量方式

		非常好	很好	普通	還可以	再加油
自我評量	認真完成作業					
	上課態度					
老師評量	認真完成作業					
	熟背靜思語-公平					

愛的叮嚀：

靜思語：

- 1.對人要有恭敬心，不可以有分別心。
- 2.愛別人如愛自己，將我心比他心。

家長簽名：()

我有好心做好事

學習單九

班級： 座號： 我是亮亮天使姓名

讓我們成為.....”亮亮小天使”

亮亮天使幫我 ()  我是 ()	亮亮天使幫我 ()  我是 () ()	亮亮天使幫我 ()  我是 ()
亮亮天使幫我 ()  我 ()	亮亮天使幫我 ()  我是 ()	亮亮天使幫我 ()  我是 ()
亮亮天使幫我 ()  我是 ()	亮亮天使幫我 ()  我是 ()	亮亮天使幫我 ()  我是 ()

評量方式

		非常好	很好	普通	還可以	再加油
自我 評量	認真完成作業					
	上課態度					
老師 評量	認真完成作業					
	熟背靜思語-關懷					

愛的叮嚀：_____

靜思語：

- 1.幫助別人就是幫助自己，多做多得少做多失。
- 2.作一個被需要的人生命才有意義。

家長簽名：()

我們都是好朋友



班級：

座號：

姓名：

() 難過時， 我曾經主動安慰他		我曾經和 () 一起合作完成一件事	
我曾和 () 分享喜歡 的東西		我曾和 () 一起 做功課	
() 難過時， 我曾經主動安慰他		我曾經教導 () 做作業	
同組的 () 表現不好時 我曾經安慰他（她）說：「沒關係」		同學 () 和 () 吵架時，我曾經主動排解。	

評量方式

		非常好	很好	普通	還可以	再加油	備註
自我 評量	認真完成作業						
	上課態度						
老師 評量	認真完成作業						
	熟背靜思語						

愛的叮嚀：_____

靜思語

1. 播下愛的種子，收穫是快樂的果實。
2. 天上最美是星星，人間最美是溫情。

家長簽名：()

靜思語單元回饋單

班級

座號

姓名

小朋友，今天的靜思語教學活動你喜歡嗎？請告訴老師你對這次上課的收穫與感受，作為老師以後設計教學活動的參考，感謝你的合作喔！

單元名稱：()

	是	否
1 我喜歡這次課程安排的體驗活動		
2 我喜歡這次課程的故事講述		
3 我喜歡這次課程的省思活動		
4 我喜歡這次課程的靜思活動		
5 我喜歡這次課程的生活實踐內容		
6 老師這次教的靜思語內容我都了解		
7 我覺得這次的課程對我的行為有幫助		
8 我滿意自己這次參與活動的表現		
9 我喜歡老師這次的教學方式		
10 我喜歡老師這次的教學內容		
11 我有用心完成作業		

今天我學到了：

靜思語教學總回饋單

班級

座號

姓名

小朋友，這十週的靜思語教學活動你喜歡嗎？請告訴老師你對這次上課的收穫與感受，作為老師以後（設計教學活動）上課活動的參考，感謝你的合作喔！

1.你喜歡老師安排靜思語教學的時間嗎？ ☐ 喜歡 ☐ 普通 ☐ 不喜歡
2.你喜歡老師安排靜思語教學的次數嗎？ ☐ 喜歡 ☐ 普通 ☐ 不喜歡
3.你喜不喜歡上靜思語？ ☐ 喜歡——是因為 ☐ 很有趣 ☐ 對行為有幫助 ☐ 覺得自己有進步 ☐ 內容很豐富 ☐ 喜歡靜思語的涵義 ☐ 喜歡老師的教法 ☐ 可以學到很多道理 ☐ 上課可以看影片 ☐ 上課可以聽故事 ☐ 上課氣氛愉快 ☐ 喜歡背靜思語 ☐ 不喜歡——是因為 ☐ 很無聊 ☐ 聽不懂 ☐ 不喜歡背靜思語 ☐ 不喜歡寫學習單 ☐ 自己沒進步 ☐ 老師教得不好 ☐ 內容太多 ☐ 沒必要學 ☐ 學得很痛苦 ☐ 其他
4.十次活動中，把你喜歡的單元活動打 V ☐ 負責的好孩子 ☐ 不找藉口進步 ☐ 禮貌大賽 ☐ 不氣！不氣！不生氣！ ☐ 不輕視自己 ☐ 我是誠實的好孩子 ☐ 公平對對錯 ☐ 我愛人人，人人愛我 ☐ 我有好心做好事 ☐ 我們都是好朋友
5.請你把靜思語教學的活動內容喜歡的方式打 V ☐ 講述故事 ☐ 學習單 ☐ 看影片 ☐ 參觀 ☐ 小組討論 ☐ 表演 ☐ 發表 ☐ 看繪本 ☐ 唱歌 ☐ 手語 ☐ 比賽 ☐ 朗讀 ☐ 唱歌
6.家人是否瞭解靜思語教學？ ☐ 了解 ☐ 不太了解 ☐ 不了解
7.家人的反應是 ☐ 很高興 ☐ 很肯定 ☐ 很配合 ☐ 不贊成 ☐

附錄七

教師觀察紀錄與省思表

品格內涵		日期		教學者	
單元名稱				記錄者	
觀察紀錄：					
教學省思					

附錄八

家長回饋單

學生姓名： 座號： 家長姓名：

本回饋單主要是想了解您的孩子在接受靜思語教學之後，在各項品格內涵的改善情形，請您就孩子的日常表現情形加以作答。(本調查表與成績無關，您的反應將作為日後在品格教育上的參考)，感謝您對本教學活動的支持與配合。敬祝

安 祺！

林怡靜老師 敬上

說明：請就孩子的表現在適當的位置上圈選，1 表示沒進步 2 表示進步一點點 3 表示普通 4 表示大部分有進步 5 表示進步很多

第一部份 孩子在家裡表現的情形

- | | | | | | |
|------------|---|---|---|---|---|
| 1.責任心的表現 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2.值得信賴的表現 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3.尊重別人的表現 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4.處事能公平的表現 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5.關懷別人的表現 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

第二部份：您覺得孩子在這十週在各項內涵方面的表現，有進步的地方是：

品格內涵	進步的表現
責任	
尊重	
值得信任	
公平	
關懷	

第三部分：

- 1.您對靜思語教學的看法是☐贊成 ☐喜歡 ☐不清楚☐不贊成 ☐不喜歡
- 2.您會常常跟孩子分享老師教的靜思語嗎？☐經常分享☐偶爾分享過☐從來沒有
- 3.給老師回饋與建議

一、成員訪談題項：

提問一：你之前聽過靜思語嗎？對靜思語的印象是什麼？

提問二：現在對靜思語的印象有什麼不同？學習有什麼差別？

提問三：你覺得班上的同學誰有進步？

提問四：你覺得自己進步的地方在哪裡？

提問五：平常在什麼機會用過老師教過的靜思語？

二、導師訪談題項：

提問一：對課程的意見及看法，針對課程內容您覺得適用性如何？

提問二：這段期間學生互動情形如何？學生的行為表現是否有正向回饋？

提問三：學生上課或背靜思語會不會覺得有壓力？是否聽到學生負面的感受？

○老師您好：

本回饋單主要是想了解您的學生（ ），在接受靜思語教學之後，在各項品格內涵的改善情形。請您就學生的日常表現情形，在每一題的適當位置上圈起來。感謝您對本教學活動的支持與配合。敬祝

教 安！

說明：請就孩子的表現在適當的位置上圈選，1 表示沒進步 2 表示進步一點點 3 表示普通 4 表示大部分有進步 5 表示進步很多

第一部份 孩子在學校表現的情形

1.責任心的表現	1	2	3	4	5
2.值得信賴的表現	1	2	3	4	5
3.尊重別人的表現	1	2	3	4	5
4.處事能公平的表現	1	2	3	4	5
5.關懷別人的表現	1	2	3	4	5

第二部份：您覺得（ ）這十週在**品格**方面的表現，有進步的地方是：

1	謝謝林老師這十週的用心教導，讓我學到比以前還要多的靜思語，我如果做什麼事情都會想到您教的靜思語，謝謝老師！
2	老師，謝謝您對我們這麼好，您上課的時候都會問問題，讓我們回答，還會放影片上課時也不會很兇，在這十週裡面，您教我們很多東西，讓我們增加很多知識，我媽媽也知道您在教靜思語，她也很高興。老師我很捨不得您，因為您是位很好的老師，希望以後還能讓你教。
3	老師謝謝您辛苦的教我們，讓我學會公平和責任，媽媽也說我變得很乖，如果還能繼續上的話就更好了，謝謝您！
4	老師感謝您這十週教我們這麼多的靜思語，也讓我學到許許多多的事，如果可以，我希望老師還可以教我們更多靜思語，我很喜歡上您的課程，您教的靜思語很有道理，感謝您的教導。
5	希望以後還能上您的課，因為您的教導讓我學到不騙人、不打人、不生氣等，還有以前我本來都不會摺紙，現在學會了好高興，想不到自己也可以做到。
6	老師我很喜歡您教的靜思語，因為讓我們知道很多道理，每當我要生氣的時候，我就會馬上想到靜思語，然後就會面帶、微笑，希望老師以後還能繼續上課。
7	謝謝老師教我們背靜思語，還告訴我們靜思語的意思，希望您平安。
8	老師謝謝您教我們很多靜思語，祝您平安快樂，還有機會我一定要跟您學習。
9	老師希望以後如果可以給您教的話，學習單可不可以出少一點。
10	老師謝謝您的教導，讓我知道要尊重別人。
11	謝謝您教我們許多知識
12	老師謝謝您，我覺得這十週的靜思語教學很有趣，希望您可以繼續教我們。

13	謝謝老師這十週來的教我們很多靜思語，用五個好玩的活動來教我們，謝謝。
14	謝謝老師用五段式體驗、講述故事、省思、靜思、生活實踐、來教我們靜思語，教我們不要生氣、不說謊、所以我要謝謝老師。
15	謝謝老師讓我們背靜思語，讓我學道很多知識，祝老師平安快樂健康。
16	謝謝老師的教學，因為您的用心讓我知道不要生氣，也不能說謊。
17	謝謝老師每週來教我們，讓我學到很多知識，上靜思語讓我知道我還有很多地方需要改進，對我的幫助實在太大了。
18	謝謝老師的教導，讓我們學到很多以前沒做到的事。
19	老師您真辛苦，您講的事我都有做到喔！如果不會的您都會一直教我們，不會說說就放棄了，而且您的態度好親切，希望您永遠健康。
20	在這十週裡我學到尊重責任，善用時間、不生氣、要公平，它對我有很多幫助，老師希望您能再教下去。
21	我覺得自己很幸運能上林老師的靜思語教學，因為我覺得自己的個性改變了許多，這都是您老師的功勞，讓我的脾氣不再納麼暴躁，我也覺得老師上課很有趣，只不過表情不夠多，如果表情能再多一點就是個完美的老師了。
22	老師您讓我學到了很多靜思語，也學到很多做人的道理，每一句都很有道理值得我們去實踐。謝謝老師，我希望還能繼續上靜思語。
23	老師謝謝您教我們靜思語，我很高興這十週學到很多靜思語，日常生活中都能用得到。也讓我學到很多知識，希望有機會還可以學到更多靜思語。
24	林老師謝謝您的教導，這十週來用很好的態度來教我們，我很希望您能再次教我，我會很高興，就算只有一次也好，因為您讓我知道做人做事的道理，謝謝老師。

25	謝謝老師來教我們靜思語，讓我變得有進步，讓我的人緣好一些，我很高興能上老師的課，因為她把我的生活變得多采多姿。
26	老師謝謝您讓我們知道很多做人的道理，也讓我知道了要體諒別人，老師如果下次有空，還要跟我們上靜思語喔。
27	我覺得老師上的課很有趣，讓我很喜歡，也讓我的個性改變很多，老師我要謝謝您，希望以後還能在上您的靜思語。
28	老師謝謝您上我們的靜思語，讓我學到了不要生氣，不然會變得很醜，我自從上過您的課後，每次要生氣時，都會想到您說的話，真是謝謝您，真希望下次還能上您的課。
29	靜思語讓我改掉很多不好的習慣，讓我學到要三思而後行，老師您教我們很多東西，也讓我們把錯的地方都改掉了，老師謝謝您，希望您還能繼續教我們。
30	老師謝謝您，因為您教我們這麼多的內容，我希望以後還能再教我們更多內容。
31	老師謝謝您十週的教導，我很希望能再給您教，老師因為您的教導，讓我活得多采多姿，因為靜思語讓我了解很多生活上的事情。

附錄十二 成員家長觀察孩子在家中五項品格行為的進步情形

品格內涵：責任	
成員	家長回饋內容
成員 1	首先要感謝林老師的用心引導，智凱最近在家做完功課會主動整理自己的書桌，也變得更會安排假日寫評量本，有時還會自己洗自己的衣服呢！
成員 2	會主動寫功課，及主動整理學用品。
成員 3	做事情時心情好會做得比較快，進步一點點，因為他很計較，寫太多時要交換條件，責任心方面要再加油。
成員 4	變得會主動寫功課，幫忙做家事。
成員 5	這幾天想努力有好表現，昨天主動幫忙做家事，又很認真寫作業，讓我好感動，希望能繼續保持下去喔
成員 6	祖榮會主動寫功課及完成自己的事，這方面很棒！
成員 7	會主動寫功課，整理自己的書包。
成員 8	變得會主動寫功課，安排時間完成自己的事，幫忙倒垃圾、洗餐盒。
成員 9	變得會主動幫忙家事，倒垃圾、寫功課不再拖拖拉拉，能在時間內完成。
成員 10	偶爾幫忙做家事。
成員 11	吃完飯會主動把碗放到洗碗槽，會幫奶奶按摩，睡覺時間較不正常。
成員 12	在功課方面有責任心，但在態度上不盡理想。
成員 13	有時主動、有時被動，脾氣比較不好，愛看電視希望能改好。
成員 14	變得會主動擦桌子。
成員 15	平時家事部分都會主動且做得很好，受到長輩的誇獎，自從上了品格教育課程之後，一些功課、安排自己的時間整理學用品都變得主動有進步喔！感謝老師的教導。
成員 16	變得主動寫功課和幫忙做家事。

成員 17	會主動幫忙家事，端菜、清洗碗筷、倒垃圾、也會主動寫功課。
成員 18	會主動將功課完成及幫忙做家事，但在主動安排時間完成自己的事這項表現比較差一點。
成員 19	寫功課會主動，其他還是被動。
成員 20	文馨上完品格教育之後，變得更會主動為家裡做事情，而不再推三阻四或抱怨連連，感謝老師安排此課程，讓我們的家庭更和諧，現在唯一所欠缺的仍須努力的是，知道但還不能主動身體力行的衝勁，相信十週後文馨一定更有責任心，也更懂得施比受更有福。老師謝謝您們。
成員 21	思好很有責任心，自己份內的事都做得非常棒。
成員 22	宜葶這兩週變得比較會主動會寫功課，但大部分時間還是需要家人督促，但最傷腦筋的是他不會整理書桌周遭的整齊與清潔，常需要家人幫忙，希望老師能繼續教導，讓他能對自己的事情負責。
成員 23	婉惠越大越有自己的意見，回到家根本就不想寫功課，要一催再催才要開始寫，不然就發脾氣，晚上睡覺也要人陪，實在是很傷腦筋。
成員 24	目前尚未察覺有明顯改變，將會用心觀察與注意。
成員 25	獨立性強，凡事都不用我操心，能主動安排自己的事。
成員 26	佳怡以前做什麼事都要我三番兩次的罵，才會心不甘情不願的去完成，最近自己的功課還有家裡很多事情，只要他有空都會幫我的忙。
成員 27	會主動自己寫功課，也會安排時間完成自己的事，好棒！
成員 28	在家中會講靜思語的故事給家人聽，會主動幫忙做家事，會更加主動安排自己的時間完成自己應該做的事。
成員 29	鈺淨在學校表現得讓人放心，但回到家就會比較怠惰，做什麼事都需要媽媽在旁邊催促，希望這個靜思語教學的課程能

	持續下去，才能真正改善孩子的品格。
成員 30	會主動幫忙做家事和買東西，也比較會整理書包和摺衣服。
成員 31	功課寫的速度有加快。

品格內涵：值得信賴	
成員	家長回饋內容
成員 1	智凱每次做錯事被處罰時，他會反省而且會誠實說出來，幾週來的品格教學，智凱常會將林老師所教過的靜思語在生活中掛在嘴邊，甚至抄下來，貼在書桌上呢，謝謝老師的教導。
成員 2	在這兩週的表現相當不錯，有自信、誠實，也勇於表達意見及看法
成員 3	偶爾會有小聰明，對媽媽沒有說實話，但只要媽媽略點一下，他便會坦白一切，希望緯豪對所有的事都不要隱瞞，因為一個說謊還要編更多的謊言，不能坦白便無法安心。
成員 4	自信心誠實的文聖有點害羞怕生，有時會怯於表達自己的意見及看法。
成員 5	有時後有自信又誠實、有時卻有些膽卻，一但提醒他靜思語說的，他就知道改善了。
成員 6	這兩週承威明顯特別的地方是，不管遇到任何感覺困難的地方，他會自己鼓勵自己說，我只要多想一下就可以解決了，我相信我是聰明的。自信心大大的提升。
成員 7	誠實不說謊，他會說出對事物的想法及看法
成員 8	自信心要再加油，表達意見和看法比較沒有意見。平常都會表達自己的意見，也會提供意見，但是有時做錯事會不敢主動承認。
成員 9	誠實不欺，就算犯錯也會勇敢承認。在誠實方面有待加強，但自信心的表現確實不錯。

成員 10	撿到錢會誠實告訴家長，有進步，他會說靜思語有說要...但自信心方面他是需要多加強的。
成員 11	自信心較缺乏，不易表達想法、被動
成員 12	在誠實和自信心方面我發覺進步很多喔！對誠實方面，文佑一直都很棒，自信心方面也一直會表達出自己的看法和想法，是很棒的成長喔！
成員 13	他做事很有自信也很誠實。孩子回家訴說著誠實花和說謊花的事，並告訴我說謊的後果，很慶幸能遇到這麼好的老師，老師您辛苦了，還記的入學時最擔心的就是孩子的自信心不足，我覺得這擔心是多餘的了。
成員 14	偉辰常說要為成功多用心，不要為失敗找藉口
成員 15	耐心有待加強，在最近的表現比以前有自信，而且會和我一起分享學校的事情。
成員 16	會勇敢表達意見及看法
成員 17	為人處事本來就應該誠實，任何人都會做錯事，但要勇敢認錯，真心改過，亭君在家難免犯錯，他都會即時改過，可說是一位好孩子了。
成員 18	大部分都很誠實，自信心有待加強。
成員 19	勇於表達自己的想法及看法
成員 20	平時誠實有自信，但偶爾會耍點小聰明，但大部分都 ok
成員 21	思妤這幾天表現優良，幫忙做家事，希望他能繼續保持下去
成員 22	怡婷對自己一向都蠻自信的，誠實度有還 ok 但就表達意見及看法方面，可能就比較退卻。
成員 23	琬惠較缺乏自信的地方是怕做錯事被爸爸罵。平常就很有自己的想法及意見，但是我覺得意見太多並不是好事情。
成員 24	勇於表達意見看法，容容對自己做的事情剛開始不敢講，但是後會愧疚的告訴媽媽，不過我希望當時就能清楚的說原因，不要沉默不語。

成員 25	有自信有自己的看法，感謝老師的指導，讓雅築越來越能表達自己的想法及意見。
成員 26	從小就是個不善說謊的小孩，而且超有自信的，家裡對他的教育就是品格排第一，因為我們非常害怕養出一個沒有品格的孩子，非常邪惡的孩子，等孩子長大以後，受害最多的也是父母，雖然他很貪玩，可是他真的有一顆非常善良的心。
成員 27	不知是不是時代在進步，小孩的表達也在進步，總覺得家齊的表達方式有點太過自信，讓我這個爸爸有點不太適應
成員 28	有自信、會完成所教的事情，並勇於表達自己的意見及看法。
成員 29	誠實部分一直都很好，自信心有點略顯不足
成員 30	比較勇於表達自己的意見
成員 31	多鼓勵自信心則增強，涵涵近日還表現得不錯

品格內涵：尊重	
成員	家長回饋內容
成員 1	智凱最近很棒，他要動哥哥的物品時，會先告訴哥哥或問哥哥可不可以借他。
成員 2	常說謝謝及主動問好
成員 3	平時就很有禮貌，唯有時心中有委屈時，情緒控制較不佳，容易流淚抗議，不能心平氣和慢慢說，我想他會慢慢進步的。
成員 4	家事有點會做了，有時較被動，平常有禮節不會亂插嘴，有進步。謝謝！
成員 5	慢慢懂得尊重別人，以前想說什麼就要人家聽他說，現在會等別人說完再回答，口氣也好很多，平時嘴很甜會常問好或說請謝謝對不起，只要生氣時控制好脾氣就可以。
成員 6	在尊重方面的表現尚有努力空間，不過已看出在進步當中，如見到親友會主動問好不用大人提醒。
成員 7	我本身對這方面就很注意，所以小朋友在這方面做得不錯。
成員 8	進步的地方就是會尊重別人說話時不插嘴，而且也有禮貌。

成員 9	會幫忙分擔家事
成員 10	以前常會想說話時，又碰到媽媽正與別人說話，總常忘了等一下便開始講，近兩週卻時進步不少會等一下並告訴我等一下我有話說，不會插嘴很棒！
成員 11	會聽別人說的話，會表達自己想說的事。
成員 12	文佑最近尊重方面有進步，比較不會有不尊重別人的情形了。
成員 13	會主動問好也會專心聽別人說話，但偶爾還是會發些脾氣
成員 14	最近比較會安靜聽別人說話，若要表達意見時也會等長輩說完才講
成員 15	會聽別人說的話，會表達自己想說的事。
成員 16	跟弟妹講話很大聲，會很大聲說出自己的感受，和很兇的罵弟弟或妹妹
成員 17	亭君很聽話常說謝謝您
成員 18	大部分會記得說，平常在學校的狀況也會告知
成員 19	偶爾會說對不起，愛頂嘴大聲講話
成員 20	文馨在外很有禮貌又會主動問好，但在家常跟父母頂嘴，不知如何是好。
成員 21	這兩周表現很好又很聽話
成員 22	宜亭比較會專心聽別人說話不插嘴，但仍不會心平氣和說出自己的感覺。
成員 23	平常就會講謝謝對不起，但是口氣還是有兇兇的感覺，講話太快容易得罪別人。
成員 24	比以前更用心聽別人說話，遇到老師或長輩在講時比較不會插嘴。會心平氣和說出自己的感覺
成員 25	會說出自己的感覺和想法有禮貌
成員 26	會專心聽別人說話不插嘴，也會主動問好，從小我們就教他學習尊重別人，

成員 27	有時會不替人著想待改進
成員 28	會主動跟鄰居的老爺爺問好，常會告訴父母心中的想法。
成員 29	短時間內恐怕還無法明顯的進步，品格教育還需老師長期的潛移默化
成員 30	這兩週做錯事情會馬上說對不起，也會表達自己的想法，其他的還需再加強
成員 31	比以前都有些許的進步，期待孩子越成長，行為思考都越有進步。

品格內涵：公平	
成員	家長回饋內容
成員 1	智凱是個有正義感的孩子，所以他也常常對事情有不公平的感覺，但經這幾週老師的教導，及靜思語的影響，最近他會說說心裡的不舒服，但很快就能撫平自己的情緒。有進步一點點
成員 2	能遵守遊戲規則，但遇到不公平的情形，態度有些剛硬，不通人情，但堅守公平若能態度恭敬會更好
成員 3	會遵守規則，但遇到自己認為不公平的情形時，態度有時仍需改善。
成員 4	一切照規則，很有態度風度不錯，自動平和。
成員 5	很懂公平原則，但不服輸的個性有時仍會有小心眼，但經過提醒靜思語裡說的道理後，他更能很快的調適並服從公平原則。
成員 6	爾汎是個中規中矩的孩子，一向都能遵守遊戲規則及遵守與家長的約定，本周更能愛護自己的妹妹，把福利社購買的餅乾忍住吃的慾望，帶到安親班與妹妹一起分享，這份心意很難得。
成員 7	在下象棋時能遵守規則，也會對破壞遊戲規則者提出糾正及導正

成員 8	公平對他來說只要對他有利的，他都會很遵守規定的做，有時候也會偷偷不遵守遊戲規則，就被罵了。
成員 9	沒有明顯的進步，遇到不公平的事會提出意見，之前剛硬態度有進步改正一些。
成員 10	和家人在看電視的時候，爲了公平起見，讓大家輪流看。
成員 11	遊戲中比較孤僻，刻意避開人群不善表達。
成員 12	文佑最近讓我發現他對父母爺爺奶奶都變得很有禮貌，是不錯的改變哦！
成員 13	表現得還可以，對於事前約定之遊戲規則會遵守，但遇到不公平時，有時態度會比較激動。
成員 14	他現在跟朋友玩都會遵守玩法，輸了也不會那麼生氣。
成員 15	好勝心過度強烈，得失心重
成員 16	遇到弟弟拿他的東西，會很生氣大聲的叫出來
成員 17	與哥哥打電腦時，爲了公平起見，兩人輪流打所以都不會起爭執
成員 18	在家裡日常生活中都會遵守規定的時間，對人態度都很恭敬。
成員 19	會把東西分給弟弟，千慈在家跟小朋友玩，都能遵守遊戲規則，遇到不公平的時候，也都會提出來，回到家裡也都會跟我說。
成員 20	懂得公平，但遇到不公平的情況，尙無法完全能態度恭敬的提出意見，這是較爲欠缺的。
成員 21	做得非常好
成員 22	能遵守遊戲規則，也會打抱不平。
成員 23	琬惠在家裡時有水果要分給妹妹時，都能很公平的平分成兩分，妹妹在吵時也會讓他。
成員 24	能遵守遊戲規則
成員 25	能遵守遊戲規則，這兩週較不會說不公平都對姊姊比較好

成員 26	長久以來，佳怡最常對我說的一句話，就是他心中住了兩個人，一個是惡魔、一個是天使，而他非常討厭心裡的惡魔，他用盡方法要把心魔除去，而當媽媽的我很高興把靜思語帶進孩子的心中，讓孩子知道是與非，看當孩子無形中愈來愈懂事，真的是我賺到了，賺到了一個會替別人著想的孩子。謝謝怡靜老師。
成員 27	現今的小孩真的事凡事要求公平，無論是做家事或父母對姊妹之間的公平，無形間而變成了些許的計較，如何的公平對待，真是一門學問。
成員 28	玩遊戲時已比較能遵守規則，且會告訴他人也應守規則。
成員 29	大部分都能做到公平，但有時會要求過於嚴格。
成員 30	跟小朋友會提出意見，和家人也是
成員 31	與朋友相處已能公平對待，不因一己之私而有私心

品格內涵：關懷	
成員	家長回饋內容
成員 1	近日阿嬤不舒服，智凱會主動向阿嬤問候，讓阿嬤也很高興。
成員 2	偶爾會對媽媽說辛苦了不要太累喔，若在客廳睡著了，也會拿背單幫媽媽蓋上，但有進步空間。
成員 3	有機會會和媽媽去做環保義工。
成員 4	偶爾會關懷妹妹
成員 5	展誼是個心軟的孩子，看到需要關心的人就會付出關懷，這兩周表現更好，會刻意在別人需要關心時，適時伸出援手
成員 6	在關懷別人方面，會學習與人分享和幫助別人，希望他能繼續保持下去。
成員 7	會鼓勵姊姊不要放棄要加油，也會對媽媽說安慰的話。
成員 8	關懷、鼓勵，安慰別人方面都要再加油，至於分享做得還不錯。
成員 9	姊姊的眼睛不小心被弄傷了會主動關心。

成員 10	偶爾會幫忙做家事
成員 11	會幫阿嬤按摩幫阿公掃地幫爸爸放洗澡水。
成員 12	在日常生活中都會去關心別人，與他人分享心得喔！
成員 13	在家會關心別人會安慰也會分享。
成員 14	喜歡幫老師作事
成員 15	會幫哥哥整理便當盒，會問爸爸上班是否會累，會幫阿嬤按摩。
成員 16	會關心他人，很貼心在家常常主動作家事，這兩星期最明顯進步的是學會鼓勵別人很棒喔
成員 17	在家時常關心和幫忙哥哥做家事及整理衣服，收拾碗筷倒垃圾。
成員 18	會關心他人，也會樂意分享大部分都做到了。
成員 19	近來感覺很樂意也有點雞婆，會幫班上的同學買文具類的東西，展現出幫助他人的意願。
成員 20	有一日媽媽洗時頭髮時忘了帶毛巾，正苦思無法擦頭髮時，此時文馨拿了兩條毛巾進來，剎那間感激在心頭，平常就是個滿腹熱腸的孩子。
成員 21	在家會關心弟弟幫弟弟溫習功課。
成員 22	小葶是個心地善良的孩子，會關心家人，有東西也會樂於與大家分享。
成員 23	小惠在平常就很會關心別人及安慰別人，當我心情不好時，他都會故意取悅我讓我開心，唯平常在講話時口氣不太好喔。
成員 24	會幫忙做家事，感謝老師的教導，雅築越來越會關心別人及鼓勵哥哥，非常貼心。
成員 25	會協助弟弟認琴譜
成員 26	長久以來我一直請他要用心看事情，要常感恩別人對我們的付出，而家宜是個善解人意的孩子，他很會安慰鼓勵同學，

	他最討厭以強欺弱，常爲了同學打抱不平。所以同學稱他母老虎，身爲母親的我很注意他的一舉一動一直提醒他要感恩。
成員 27	會幫小舅媽照顧小娃娃，像個大姊。
成員 28	會和他人分享她的喜悅，也會安慰媽媽想家的心情
成員 29	會與人分享玩具，會幫助別人。
成員 30	會關心家人的健康，會替家人分擔工作，與家人分享在學校的事。
成員 31	會主動關心人，也樂於幫助別人。



單元	教學觀察與省思
負責的好孩子	教學觀察： 1.讓每位學生各寫出一樣工作，再發表需要負責的事情，但是發現學生思考的時間很久，無法一一討論。 2.每位小朋友要寫出 24 小時要如何安排該做的事，也花太多時間。 省思： 第一次在試教班級上課，故事內容還不太熟，有時需要看著書的內容，以至於有些停頓。下次上課應要在更熟悉內容，體驗活動的安排需再做調整，否則時間一定不夠。家長回饋單改為每兩週填寫一次，而不在十週之後，免得忘記。 下次上課時： 一、在時間的掌握要注意。 二、故事內容要熟悉。 三、靜思、生活實踐，多一些討論。 四、配合故事再提出靜思語。 五、靜思語在體驗之後提出較恰當。
不找藉口 進步多	教學觀察： 1.有些小朋友書包是父母親幫忙整理，但大部分自己整理。 2.小朋友喜歡看影片，大家都聚精會神。 3.大部分學生對學習單的內容感興趣，只有少數幾個對寫字不喜歡。 4.發表很踴躍。 省思： 第二次上課比第一次更熟悉，學生也比較不陌生，還會告訴我靜思語教學五步驟呢！看 VCD 時小朋友很專心，喜歡體驗活動，所以他們希望體驗活動可以多一些，靜思語的語句與生活契合，解釋時道理學生很容易懂，另外發現小朋友很不愛寫學習單，下次應該先討論再一起寫。 如果上課時間不夠，應該可以利用中午午休時間找幾位

	學生進行訪問。
禮貌大賽	教學觀察： 1 小朋友喜歡做活動也喜歡看電視喜歡演戲。 2 和學生越來越熟學生的互動也越來越多。 3 學生開始表現活潑但也比較不專心。 4 下課時看到小朋友互相計較，口氣有些難聽，就及時予以制止。 5 有位小朋友很有個性，用的方式很奇怪，回答的內容有些故意。 6 靜思由全班一起念就不會有搶著念的情形。 7「五個我要」上課時記得很熟，可是不常複習可能會忘記。需請導師隨時提醒。 省思： 在和學生討論上玩靜思語的感覺時，有超過半數的學生希望回去會馬上有好表現，可見學生經過學習後，會在心理產生作用。學習單在第一節課就做解說，先觀察下星期再進行，這樣進行比較順。因此五步驟的順序可作調整。
不氣！不氣！不生氣	教學觀察： 1 體驗活動時玩得很開心，有點難以控制。 2.有一位小朋友故意用力，結果差點搓到同學眼睛， 3.糖果太小，有些小朋友不敢碰到對方的臉。 4.有些同學都不發表，對集點也興趣缺缺，不知是否會影響成效。 5.有一位小朋友竟然說：我是因為餅乾可以吃才不生氣的。 6.在故事講述之後再提出靜思語較恰當。 省思： 體驗活動全班做，所花的時間很長，以後可以請幾個同學示範就好。要在活動中維持秩序真是不容易，但只要學生能了解，適度的討論聲音，教學者應予以通融，此外教學者的態度，都是學生學習的榜樣，須隨時注意自己的身教。此

	外藉由活動告訴學生，不要用生氣解決事情，只要想成「他不是故意的」，就可以一笑置之，發現學生的接受度也比較高。爲了達到體驗效果，下次可以改用餅乾或其他的東西。
不輕視自己	教學觀察： 1 沒想到小朋友摺紙的能力不夠，光指導就花了很長的時間，又不想讓他們沒完成，好趕。 2.影片強調要有智慧判斷該做和不該做的事，和自信心的培養沒太多相關。 省思： 原先太高估小朋友摺紙的能力，以爲學生容易學會，可是第一教竟然只有一個學生跟上，爲了不要讓學生挫折感太大，下次可以改簡單一點的圖案，才能建立信心。雖然影片是屬於要有正確的判斷力，缺少對自信心方面的培養，只好再講一個愛迪生的故事提升學生自信心。
我是誠實的好孩子	教學觀察： 1.把靜思放在前面討論，舉其中的例子，學生開始回想，寫了好久好多，也花了不少時間，讓討論的時間不太夠。 2.有些學生不敢說出自己說謊的經驗。 3.孩子說謊的內容都不是太嚴重，例如因爲藥太苦，偷偷把藥丟掉、抄解答，偷看電視，偷哥哥姐姐的東西。 4.大家討論得很熱烈，有的還迫不及待告訴同學那就是自己，知道只要願意去改，已經不覺得丟臉了。 5.剛開始不懂爲什麼謊言像一朵盛開的鮮花，外表美麗生命短暫，經過影片欣賞，以及老師的說明才了解。 6.抽問學生之前教過的靜思語，發現大家都記得很熟。 省思： 雖然是五段式教學步驟，但也並非一成不變，配合內容的需要，可以適度的調整，會使整個教學過程更順。學生對靜思語由於已經了解內容，又每天反覆念讀，發現學生已經各個琅琅上口，小朋友也很喜歡念一直希望老師抽到自己。

	聽小朋友熟讀的樣子，似乎也感覺他們的進步。 要引導學生表達內心的感受，教學者要建立和學生之間的友善關係，學生才會勇於表達。
公平對錯	教學觀察： 1.原本由老師規定排隊方式，後來發現學生有自己排隊的規則。 1 利用簡報說故事學生聽得津津有味。 2 發小卡給學生做體驗卻讓學生不專心。 3 提醒學生規則不一定一成不變，但要改變規則需經過多數人同意，而且強調態度要恭敬不要剛硬。 4.原本有一個「射失十二碼」的影片，因教室不方便上網教學且時間不夠而取消。 省思： 由於使用簡報說故事，在架設單槍投影機時花了一些時間，有點耽誤課程，下次應提早準備。而「射失十二碼」的影片，也因教室不方便上網教學且時間不夠而取消，因此在器材的準備上需事先考量。 學生有時會有自己的想法，老師只要從旁引導，有時會有意想不到的結果。從學生排隊引起凡事都有規則，有些按號碼、有些按高矮、有些按前後、只要大家共同遵守就不會起爭執。學生對簡報教學覺得新鮮有趣，但教學者不要從頭讀到尾，否則顯得單調，須隨時停下解說或提問，甚至製造情境，學生會更喜歡。
我愛人 人，人人 愛我	教學觀察： 1 照鏡子的體驗，學生很喜歡，但動作表情有限。 2 有幾位學生在寫學習單時故意唱反調。 3 在班上有幾位學生對人態度很兇，有點欺負較弱勢同學，制止無效。 4.一連說了三個故事，學生有些會不專心。 5 在班級中有幾個成績較差較髒的學生無法被班上同學喜

	愛。 6 小朋友會互相影響，必須制止唱反調和鼓譟的同學。 7 常規不好的學生較多，逼不得以用扣卡的方式。 省思： 故事在精不在多，只要選擇一到兩個故事即可，多一些時間留下來做深度討論會更好。 班級中難免有些較弱勢的學生，經常會被同學排擠或忽視，要引導學生要愛每個人似乎沒那麼容易，學生會說因為他很髒，所以我不喜歡跟他做朋友，有些則是因為行為不好，同學不喜歡和他當朋友，所以在教學時，除了提醒學生要先做好自己該做的事，做個好學生之外，也要引導其他同學去欣賞別人的優點，老師引導的態度和技巧很重要，才能達到效果。
我有好心 做好事	教學觀察： 1.原本是以剪報時事引導，但和講述故事雷同，學生覺得有些枯燥。 2.小朋友討論如何當個被需要的人時，發表很踴躍，有些學生沒有被老師點名發表，有點失望。 省思： 剪報時事引導，和講述故事雷同，學生覺得有些枯燥，雖然學生也很喜歡，但是少了體驗的情境。三年級的小學生，非常熱心，很喜歡幫助別人，所以當提到如何做個被需要的人時，學生發表非常踴躍，可見三年級的學生，灌輸關懷的觀念是很恰當的。但是老師在提名學生發表時，最好讓每位學生有公平發表的機會，甚至有些不回答的也可以用點名的方式讓他們發表一些，使他們有參與感。
大家都是 好朋友	教學觀察： 1 要測試自己是否是個受歡迎的人，有些孩子很難承認自己的缺點，出現分數兩極的情形，但受歡迎的同學還是能找出受歡迎的原因（熱心助人、態度溫和、和人人都好） 2 要提醒學生受歡迎的原因，不要侷限在學業，多從待人處

	事上著眼。 3 手語教唱時間不夠，小朋友還沒學完，不知是否影響學習意願。 4 學習單上和同學相處的情形，有些學生沒有遇到或忘記了，後來稍做修改成以前或補習班的同學皆可以。 省思： 成績好的學生似乎是受歡迎的保證，教學者應該多灌輸學生行為習慣的養成，比成績好更重要的道理，成績好的學生也不能瞧不起成績較差的同學，只要有好的品性，都會是個受歡迎的人。
--	--



單元	教學觀察與省思
負責的好孩子	教學觀察： 1.第一次上課，學生對我呈現一副陌生的臉孔，不知道我到底要上什麼？所以每位學生上課的秩序很好，連體驗活動小組討論時都非常安靜守規矩。 2.講述故事時看小朋友聚精會神的模樣，看得出來學生很喜歡聽故事，還一直問：「這個故事是真的嗎？」 3.利用分組的方式，發現學生很喜歡，討論得很熱烈，雖然過程中有幾位學生沒有參與，經過提醒必須每位小朋友都要發表意見之後有改善。 4.靜思時因為需靜心思考，有些小朋友不愛思考，或靜不下來。 省思： 第一次在實驗組班級上課因為是第一次見面，花了一些時間介紹和了解學生，但因為在內容方面已較為熟練，在講故事上可以較為生動，而且故事內容很吸引學生，因此學生都很喜歡。體驗活動因為時間關係、可惜少了一些討論，但是因為是做活動，所以學生也很喜歡。在省思時，因為聽故事時學生很認真，所以回答得很熱烈；靜思時因為需靜心思考，該利用一些方法讓學生靜下心來。學生似乎不愛寫學習單，因快下課有點草草結束，學生有較弱的反應。
不找藉口 進步多	教學觀察： 1.體驗活動「主動整理書包」，也有些父母幫忙整理。 2.看 VCD 時小朋友看得很專心。 3.帶靜思語時剛好班上布告欄有張貼，平時很少學生會去念，但發現老師教的跟張貼的內容一樣也很驚訝。 4.在省思時的討論，學生發表踴躍，有時無法兼顧，學生會抱怨：「都沒叫到我」。 5.經過討論之後再寫學習單，小朋友比較會寫。

	省思： 第二次上課比第一次駕輕就熟，學生也比較進入狀況，也會告訴我靜思語教學五步驟呢！進行的過程很順利，只有在省思討論發表時，有小朋友因為沒被老師叫起來發表而有點不高興呢！在體驗活動發現雖然有些書包也是父母幫忙整理，但是還是得提醒學生，整理書包是自己的事，以後要學習自己整理，並為期一星期的自我管理，每天睡覺前檢查該帶的東西是不是都帶齊了，並記錄在聯絡簿上，希望藉此由家長協助指導孩子。
禮貌大賽	教學觀察： 1 體驗活動讓學生以表演的方式，小朋友喜歡 2 小朋友對靜思語的影片也很喜歡。 3.因為較熟悉，學生的表現越來越大方。 4 學習單可以在第一節課就做解說，先觀察下星期再進行，五步驟的順序作調整。 5.靜思的範例學生很喜歡念。 6.「五個我要」容易讀，學生一下子就記起來了。 省思： 體驗活動依舊讓學生很喜歡參與狀況很好，讓學生出來表演，更能實際感受，故事內容學生也很喜歡，省思與靜思的討論很踴躍，在生活實踐上，超過半數的學生舉手表示會希望馬上有好的表現，常面帶微笑、不插嘴、待人和善，讓自己成為有禮貌的人。以「五個我要」讓學生隨時自己提醒，可是不常複習可能會忘記，可以請導師隨時叮嚀。禮貌大賽時有小朋友故意說自己什麼都沒做到，不知是否會影響其他同學的想法。
不氣！不氣！不生氣	教學觀察： 1 參與體驗活動時互動非常好，學生感受到如何不生氣，但有學生抱著玩樂的心態。 2 在故事講述之後再提出靜思語，學生更容易理解。

	3.在進行省思時，學生針對故事內容提出自己的意見，知道當自己碰到不如意的事情時要如何轉念，發表得很踴躍。 4.靜思也從範例中提到自己以前曾經發生的狀況。 5.在寫學習單時，有些學生說好多可以寫怕不夠位置寫。 省思： 從學生發表的情形發下現代的孩子情緒管理事一項重要的課題，小朋友常常因為不如意的事情就發脾氣，甚至粗口，一句「生氣是短暫的發瘋，會醜化了自己」讓學生有很大的感觸，藉由活動告訴學生，不要用生氣解決事情，只要想成「他不是故意的」，就可以一笑置之，也發現學生有所體會。
不輕視自己	教學觀察： 1.在摺紙的過程中，學生很喜歡，聚精會神的學習，碰到較複雜的部分，會請老師慢一點，最後雖然有少數幾個沒完成，但是都想跟老師再拿一張紙學習，也達到想鼓勵孩子的用意。 2 小朋友很喜歡看影片。 3.在討論的過程中，小朋友很喜歡說「不要小看自己因為人有無限可能」。 4.有學生對同學的反應有反對意見時口氣很不好，教學者即時予以制止，予以扣點的警示也提醒該如何表達。 省思： 經過修正後，體驗活動讓學生比較沒有挫折感，甚至有學生說以前他本來不會摺紙現在學會了好高興，想不到自己也可以做到，可見這次活動也增加學生的自信心。
我是誠實的好孩子	教學觀察： 1 要學生寫出自己曾經說過的謊言，剛開始學生都不敢寫，經過引導才開始進行。 2.學生在討論時都能體會說謊的原因，也知道應該如何做，大家討論得很熱烈，有的還迫不及待告訴同學那就是自己，知道只要願意去改，已經不覺得丟臉了。 3.孩子說謊的內容也都不是太嚴重，和試教班級差不多。

	4.把靜思放在體驗的前面，舉其中的例子，先討論會使學生較容易回想，發表的比較多。 省思： 要孩子寫出自己曾經說過的謊言，剛開始學生都會有點害怕，似乎擔心面對自己的缺點，也擔心被老師罵，直到我一直提醒不會責罵，只是要你們面對自己曾經做過的事，能自我反省才會更進步，學生才慢慢釋懷。孩子說謊的內容也都不是太嚴重，和試教班級差不多，可見三年級的學生還是有著善良的本性，也比較容易引導。時間的規劃較為恰當。 今天整個教學過程很順暢，學生表現也不錯。4 學生在討論時都能體會說謊的原因，也知道應該如何做，
公平對對錯	教學觀察： 1 排隊的規則與方式由學生自己訂定，學生有些按號碼、有些按高矮、有些按前後，教師只要引導出凡事都有規則，只要大家共同遵守就不會起爭執。 2 一邊利用簡報說故事一邊討論，學生聽得很專心。 3 以五字訣做適當的提醒，學生都能了解。 4.下課時有學生私下問我：「因為被同學誤會不敢跟他講清楚，讓自己心情一直受到影響，不知如何處理。」 省思： 學生對於公平的觀念很清楚，但是對於規則的訂定較以自我為中心，會要怎樣就怎樣，並且會忽略對別人的態度，因此常會起爭執，從繪本故事中藉故事中發生的事情中，讓學生了解只要各讓一步，要求別人公平也要用恭敬的態度，衝突就不會發生，用故事來做提醒與引導學生很喜歡。 從學生私下找老師解決心中的困難，發現學生善良的本性與對自己的期許。
我愛人人，人人愛我	教學觀察： 1 用表演來做體驗，能引起學生學習的動機，學生很喜歡。 2 學生發表自己曾經被批評與讚美的心情，引起其他學生的

	共鳴。 3 學生提到班上會有同學搞小圈圈，經過開導，學生知道不能再有分別心。 4 學生討論得很熱烈，知道要主動釋出善意，才能得到善意的回報。 省思： 從學生發表與討論中發現，三年級的學生已經會有小團體的情形，因此有些較弱勢的學生成為班上被孤立的對象，然而小團體中也會出現帶頭的人，行為也較容易偏差，因此灌輸學生平等對待的觀念真的很重要。
我有好心 做好事	教學觀察： 1.學生對參觀顯得非常興奮，學生對殘障中心的事物非常好奇，一直提問。 2.學生對身心障礙者剛開始都會覺得害怕，又覺得他們很可憐，也知道要多關心他們。 3.有學生打小報告被同學罵，經過善意的提醒與規勸。 4.每次要學生說有做到的舉手，有做的有些也不敢舉手，怕別人笑，期他人常會扯後腿說「你有時候又沒有」，要特別提醒「有做就有做不用擔心別人說什麼」，敢舉手的都不多，不知成效是否正確。 省思： 帶學生參觀社會處殘障福利中心，事先要先聯絡，再行文通知，請派解說人員，學生都能更清楚也較有收穫，也不會耽誤時間。參觀時間學生沒能配合身心障礙者的生活作息，沒有實際和他們互動，有點可惜。學生對身心障礙者剛開始都會覺得害怕，又覺得他們很可憐，也知道要多關心他們。參觀體驗就占了一節課，剩下一節課要上講故事，省思、靜思、生活實踐、寫學習單，時間有點趕。 每次要學生說有做到的舉手，有做的有些也不敢舉手，怕別人笑，其他人常會扯後腿說「你有時候又沒有」，要特別

	提醒「有做就有做不用擔心別人說什麼」，敢舉手的都不多，不知成效是否有誤差。另外有學生打小報告被同學罵，學生的習慣不是一朝一夕就能改變，教學者要隨時觀察並視機予以機會教育，才能將品格教育徹底落實。
大家都是好朋友	教學觀察： 1.一開始學生還是會看重學業分數，作為受歡迎的主要因素。 2.受歡迎的同學跟試教班級差不多（熱心助人、和人人都好） 3.小朋友對手語教唱非常有興趣，利用手語歌將靜思語記得更熟。 4 在教手語歌時，CD 突然故障不能用，幸好及時改用 DVD 播放，但也耽誤一些時間，使後面的討論有點趕。 5.學習單的習寫，經提醒範圍放大，學生較容易表達，也能順利完成。
	省思： 對於教學，首先要能引起學習的動機，因此教學方式可以多樣化，但是事先的準備工作就會比較繁複，因此教學者除了要對教材熟悉之外，對教學環境及器材設備也要能充分的掌握，遇到突發狀況才能及時處理。 要指導學生關懷，教學者本身一定要以身作則，隨時對學生表現關心，多以正向積極的言詞鼓勵，讓學生在被關愛的環境下才能學習給人關懷。