

全國高級中等學校性別平等教育、生命教育議題融入教學 教案設計甄選活動-教案參考格式

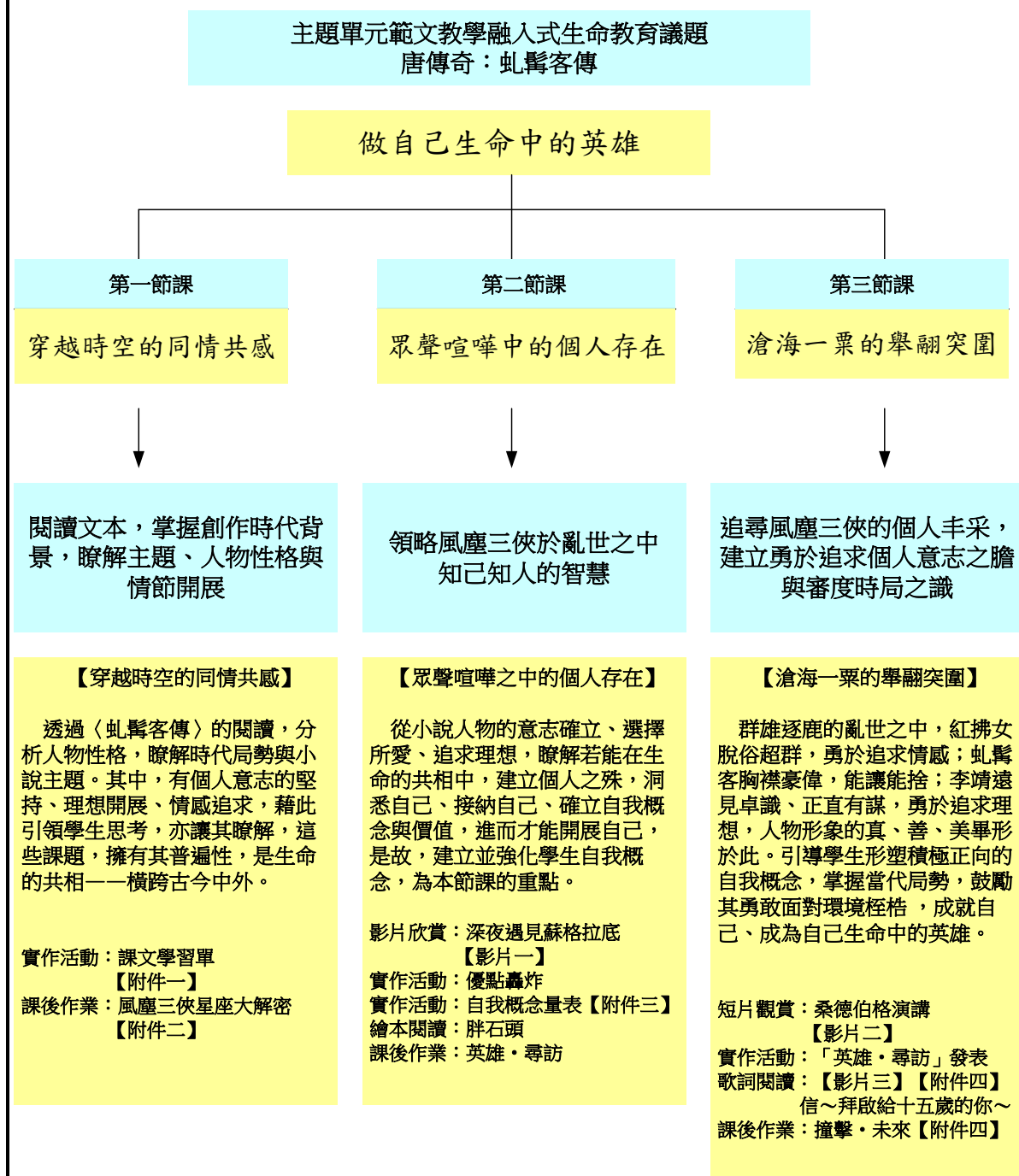
A 組（性別平等教育）

B 組（生命教育）

主題名稱	做自己生命中的英雄——由風塵三俠談起	教學時間	三節課
學科領域	國文科	教學對象	高二女生班
設計理念	<p>一、以翰林版高中國文第三冊為素材，〈虬髯客傳〉是唐代豪俠類傳奇中膾炙人口的名篇，對後來的武俠小說，影響深遠。杜光庭對「三俠」形象的塑造，各具丰采，反映了唐代中葉以後群雄競起、藩鎮割據所造成的社會動盪的局勢中，老百姓對那些不畏強權、本領非凡的英雄豪俠橫空出世的期望。本教案課程設計，欲藉由「風塵三俠」的俠義英雄形象，讓學生體會到風塵三俠的特質，並瞭解能為自己努力即為自己的英雄，進一步引導學生正視自我，建立正向自我概念；勇於追求自我，成就自己的生命。</p> <p>二、青少年時期是人生中重要的轉變期，高中階段的學生，他們開始獨自承受外界對他們的評價；開始接收到外界更多的期待與比較，甚至被認為應該學習獨立，並適應社會環境。同時，這群孩子們也開始藉由外在的訊息，試圖建構「我是誰？」、試圖找到真正的自我、試圖探索自己的可能性。根據人本主義心理學家 Rogers 定義，他說：「自我概念」(Self-Concept) 可視為個人對自己多方面綜合的看法。此看法中，既包括個人對自己能力、性格以及與人、事物之關係等諸多面向；也包括個人從目標與理想的追求中所獲成敗經驗，以及對自己所做的正負評價（張春興，2002）。</p> <p>三、研究顯示，自我概念積極正向者，自我價值較高，對於他們的生活感到肯定與滿意，在各種情境會表現的較有效率，進而能處在一種滿足與安全的狀態中。反之，自我概念負向的低自我價值者，內心則充滿不安全感，他們會預期嘗試只會得到失敗經驗，這些人多半是不快樂且對自己不滿意，進而較不敢去嘗試新經驗（張添洲，1998）。桑德柏格說：人生最大的陷阱就是你限制了自己，假設你毫無畏懼，你會怎麼做？是故，若能引導學生確立自我概念，也就是瞭解自己行為的原因，就能引導學生擺脫負面概念，築構更多的正面能量，使其認同自己，接納自己，進而願意且能勇敢為自己的生命努力。能為自己努力，即是自己生命中的英雄。</p>	教學人數	40 人
教材架構	本融入式生命教育教案以翰林版高中國文第三冊〈虬髯客傳〉為引導，並以普通高級中學「生命教育綱要」為融入式教學的設計準則，引導學生正視自我、理解自我，進		

而勇於追求自我，成就自己的生命、成為自己生命中的英雄。

為達成教學目標，以〈虬髯客傳〉為範文，進一步由認知、情意、技能三層面具體融入式生命教育精神。以下為三節課之課程架構。



教學準備書目參考資料：

教學準備

1. 《龍騰版國文課本教師手冊》
2. 《翰林版國文課本教師手冊》
3. Dan Millman，韓良憶譯。深夜加油站遇見蘇格拉底。臺北市：心靈工坊。
4. Don Richard Riso，彭淑美譯（1999）。善用你的性格型態。臺北市：遠流出版社。

5. J. Canfield & H.C. Wells，呂勝瑛譯。增進自我概念。臺北市：遠流出版社。
6. 方素貞（2003）。胖石頭。臺北市：國語日報。
7. 吳韻儀（2013）。臉書營運長桑德伯格教妳放膽・突破・挺身而進。天下雜誌，531，131-147 頁。
8. 林家屏（2002）。青少年自我概念與行為困擾之相關研究。國立成功大學教育研究所碩士論文，未出版。
9. 鄒文莉（2006）。教室裡的迷你劇場。臺北市：東南圖書。
10. 張添洲（1998）。自我概念-生涯發展與輔導的根基。技藝教育，21，7-10 頁。
11. 劉桂光主編（2008）。活出精采的生命—生命教育概論。臺北市：社團法人臺灣生命教育學會出版。

§教學準備網路參考資料：

1. 虬髯客傳@圓鈴老師的閱讀加油站。2012 年 9 月 22 日取自
<http://brighta294.pixnet.net/blog/post/67363038-%e8%aa%b2%e5%a0%82%e8%a8%8e%e8%ab%96%ef%bc%8d%e8%99%ac%e9%ab%af%e5%ae%a2%e5%82%b3>

§教學準備影音資料：

1. 維克多・沙爾瓦 Victor Salva（導演）（2010）。深夜加油站遇見蘇格拉底【DVD】。臺北市：台聖有限公司
2. 雪柔・桑德伯格 TED 演說：「為什麼我們的女性領袖太少」
<http://www.youtube.com/watch?v=paKJmy8jxw>
3. Angela Aki-《手紙～拝啓十五の君へ～》
http://www.youtube.com/watch?v=erGCAu_hFqM&feature=youtube_gdata

教學
目標

一、學科教學目標：

（一）認知

1. 學習小說內涵的基本原則及重點。
2. 瞭解本文的創作背景，以及情節與主旨之間的關係。

（二）技能

1. 掌握本篇小說刻劃人物的技巧
2. 能分析且領略本文運用對話、隱喻的技巧。
3. 能指出作者對於李靖、紅拂、虬髯客三人的形象側重點。

（三）情意

1. 培養學生知己、知人的觀察力，引導學生欣賞風塵三俠的優點。
2. 引導學生追尋風塵三俠之丰采，進而建立勇於追求個人意志之膽與審度時局之識。

二、本教案根據普通高級中學「生命教育概論」課程綱要，涵蓋核心能力主題與能力指標內容如下：

（一）核心能力主題

1. 核心能力一：瞭解生命教育的意義、目的與內涵。

2. 核心能力二：認識哲學與人生的根本議題。
 3. 核心能力八：瞭解人格統整與靈性發展的內涵，學習知行合一與靈性發展的途徑。
- (二) 核心能力內容
1. 1-1-3：生命教育探索三個根本人生課題：人為什麼活著？該怎樣活著？又如何能活出該活出的生命？
 2. 1-1-4：生命教育含攝三個向度：終極關懷與實踐、倫理思考與反省、人格與靈性發展。
 3. 2-2-1：有關人生意義、價值與目的的探求。
 4. 2-2-2：有關真理、美善及神聖的嚮往。
 5. 2-2-3 有關人性限度、潛能與修養的課題。
 6. 8-3-2 慈悲與智慧的提升。
 7. 8-1-1 說明人格統整的意涵在於身、心、靈與知、情、意、行等方面均能呈現一致與和諧，在道德上能知行合一。

單元目標	教學活動	時間	教具
1-1-3 生命教育探索三個根本人生課題：人為什麼活著？該怎樣活著？又如何能活出該活出的生命？	<p>第一堂課 穿越時空的同情共感</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 在李安執導電影《臥虎藏龍》中，俞秀蓮——一位行走江湖、身手矯健的女俠，為了找回一把被盜走的青冥劍，遇上了出生於官家的大小姐——玉嬌龍。兩人為了青冥劍，身手矯健，輕如飛燕，高手過招，這是俠女；金庸小說中，黃蓉的聰明機靈，小龍女的脫俗清新、張無忌的俠義氣概、楊過的深情不悔……。這些闖蕩於江湖中的俠義人物，哪些令你印象深刻？為什麼？</p> <p>(二) 唐朝年間，因友朋相遇，「晝宴夜話，各徵其異說」(《任氏傳》)，或是「會於傳舍，宵話徵異，各盡見聞」(《廬江馮媪傳》)，最後由長於敘事者整理成篇，錄而傳之，此可以馳聘想像，逞才使氣，其目的即在於將奇詭動人之故事傳示與人。加上唐代藩鎮跋扈，視朝廷如無物，仇殺事件頻傳，唯有寄望奇人異士解圍，乃湧現描寫豪俠之士及其俠義行為之傳奇作品，內容涉及扶危濟困、除暴安良、快意恩仇、安邦定國，而道家之神通異術，佛教之善惡報應，使豪俠小說更多采多姿，即是本文創作的時代背景。</p> <p>(三) 引導與提問：在你的心中，你認為何謂「英雄」？</p>	5 分鐘	
2-1-2	<p>二、發展活動——課文閱讀與討論</p> <p>(一) 運用讀劇活動熟悉文本</p> <p>1. 設計概念：「讀者劇場」簡稱 RT 或讀劇，它是一種以文學為主的發聲閱讀，利用口語闡述故事，和文學及觀眾交流，是最簡單的劇場形式。在讀者劇表的表演中，演員使用劇本，故事的情節是透過讀者劇</p>	15 分鐘	課本

<p>2-2-1 有 關 人 生 意 義、價 值與 目的 的探 求。</p> <p>2-1-2 有 關 真 理、美 善及 神聖 的嚮 往。</p>	<p>場的旁白及其它角色呈現出來。台詞是被「唸」出來的，而不是「背」出來的。故事是由讀者劇場讀者坐著或站在定點上直接唸給觀眾聽的。簡單來說，讀劇是一種應用戲劇詮釋文字的方式。藉此，期望讓學生讀劇可以增進學生閱讀流利度，提供學生機會分析語言以及對話意義，以戲劇方式增加文學認知及欣賞能力。</p> <p>2. 活動設計：將全班同學分成 5 個人一組，每人負責一角色，包含：旁白、李靖、紅拂、虬髯客、其他。以組為單位，分頭進行讀劇活動。</p> <p>(二) 課文分析與討論【附件一 課文學習單】</p> <p>1. 讀劇活動結束後，將以學習單為基礎進行文本分析。學習單設計依循文本情節開展，由簡而繁、由表象至主題的引導。</p> <p>2. 課文內容解析：就「人物刻劃技巧」、「小說主題與情節的關係」、「小說與時代背景的關係」進行討論。(學習單討論內容詳見 PPT)</p> <p>3. 文本分析結束後，並請發表個人對於小說中風塵三俠的看法</p> <p>三、課後活動----穿越時空的解密與對話【附件二 風塵三俠星座大解密】</p> <p>(一) 引言：有位深入研究蘇軾的學者，曾開玩笑說：「如果古人也信星座之說，我猜測東坡應是巨蟹座。」姑且不論蘇東坡到底是何星座？該學者依據他的作品及生平事蹟作如此的推論，饒富趣味。</p> <p>(二) 活動說明：閱讀完虬髯客傳後，風塵三俠的個性躍然紙上，極其鮮明生動，請依據以下十二星座特質的敘述，參照課文關於風塵三俠對話內容、語言風格、舉措行止的描述，嘗試判斷李靖、紅拂、虬髯客各是什麼星座？為什麼？分析完畢後，請寫出妳對該人物的正面評價。其次，若妳有機會與他對話，妳想提醒他什麼？或者想說什麼？</p> <p>(三) 小結：古今中外的文學世界，皆蘊藏的人類生命歷程中的同情共感，或許，在那個人物、情節發展中，我們曾經看到自己的影子，或者是自己心嚮往之的形象。閱讀作品，馳騁於文本的想像，落腳於實際的生活中，我們可以試著找到與生命連結的橋樑，賦予它屬於自己的意義。</p> <p>四、結語</p> <p>在〈虬髯客傳〉中，我們看到了諸多在生命中可能面臨的追尋，理想、佳偶、社會正義……；也看到了在追尋理想的過程中，可能遭遇到的困境，大時代的動亂、個人意志的抉擇難題、理想的重構……。當下的妳們，或者是未來，也可能即將面臨如此考驗，從文本中，我們讀到風塵三俠的精彩，我們也讀到了風塵三俠的處事智慧。</p>	<p>25 分 鐘</p> <p>2 分鐘</p> <p>3 分鐘</p>	<p>【附件一】課文學習單、PPT</p> <p>PTT、【附件二】風塵三俠星座大解密</p> <p>PPT</p>
<p>教學評量</p>	<p>課堂討論與省思、課文學習單【附件一】、風塵三俠星座大解密【附件二】</p>	<p style="text-align: center;">第一節結束</p>	

單元目標	教學活動	時間	教具
<p>2-1-2 有關真理、美善及神聖的嚮往。</p> <p>2-2-1 有關人生意義、價值與目的的追求。</p> <p>1-1-3 生命教育探索三個根本人生課題：人為什麼活著？該怎樣活著？又如何能活出該活出的生命？</p> <p>8-1-2 探索人</p>	<p>第二堂課 眾聲喧嘩之中的個人存在</p> <p>一、引起動機</p> <p>(一) 文本回顧：經由上一節課對於文本的討論，以及課後學習單的完成，風塵三俠的人物性格，絕非獨立存在於文本之中，在我們的生活中，亦可以得到強大的連結。引導學生聯想【學習單一】問題十二所指，三人曾經面臨的困境與課題。其次，鼓勵學生發表對於【學習單二】：判斷李靖、紅拂、虬髯客各是什麼星座？為什麼？提出對該人物的正面評價，以及想與他進行的對話。藉此讓學生瞭解到，每個人在性格上，可能都擁有不完美；每個人的人生，也會有共同性與個殊性，風塵三俠正是各自展現了自己的優點，進而朝向自己所想要努力的方向前進，最後呈現出脫俗超群，勇於追求情感的紅拂女、胸襟豪偉，能讓能捨的虬髯客；遠見卓識、正直有謀的李靖，</p> <p>(二) 提問：S.H.E.〈SHERO〉歌詞裡說：「妳可以／我可以／為自己赴湯蹈火／的 SHERO／像女王／揮舞著／驕傲披風」如果說，所謂英雄，指的就是能勇敢為自己赴湯蹈火，成就自己的生命。那麼，在文本的世界，風塵三俠可以稱得上是英雄，妳覺得他們具備了哪些英雄的特質？在他們身上，妳是否看到自己的影子？</p> <p>二、發展活動----妳是誰？妳以什麼姿態存在？</p> <p>(一) 影片欣賞：《深夜遇見蘇格拉底》片段 (Peaceful Warrior)</p> <p>1. 引言：奧運體操選手丹米爾曼是大學裡的風雲人物，他擁有人人稱羨的完美體能、優秀的學習成績、家境富裕，然而卻在每個晚上都被惡夢驚醒。在某天深夜又被惡夢嚇醒的丹走進一家 24 小時營業的加油站，他遇見一位身懷絕技並充滿智慧的神祕老人。同時，一場的大車禍，使得丹的奧運夢碎了，醫生已宣布他不能再是體操選手了，也許往後都得以輪椅代步，人生跌至谷底。這位被丹米爾稱為蘇格拉底的老人，讓丹車禍之後，才真正感受到對體操的熱情與投入。最後，丹米爾在奧運場上的三連翻，成功地突破他人對自己的桎梏，真正地體會到蘇格拉底想告訴他的：Where are you? Here. What time is it? Now. Who are you? This moment. 認識自己，接納自己，生命中每一刻，都能真誠地感受自己的存在，享受當下，如此，就是屬於自己的戰士。</p> <p>2. 提問：丹擁有了令人稱羨的一切，他有天賦與自信、家境富裕、成績優異，外表瀟灑帥氣，永遠不缺女朋友，過著理應幸福美好的人生，但他卻常常半夜驚醒，睡不著覺，輾轉難眠。妳呢？妳</p>	<p>8 分鐘</p> <p>2 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>	<p>PPT、【附件一】、【附件二】</p> <p>PPT</p> <p>PTT、【影片一】</p>

<p>格不統整得原因，以正本清源，如人生觀與人生體驗的膚淺、知性與感性的分裂、靈性的無明等。</p> <p>1-1-2 給生命教育及探索生命之根本課題並引導學生在生命實踐上達到知行合一之教育。其內包含的人生觀的深化、價值觀的內化知情意行的人格統整與靈性之發</p>	<p>快樂嗎？妳是否自己能夠透澈地知道自己是誰，能踏實地感受自己所擁有的生活？是否知道自己該以什麼樣的姿態面對眼前的生活？妳是誰？</p> <p>(二) 自我概念量表【附件三】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 概念說明：根據人本主義心理學家 Rogers 定義，他說：「自我概念」(Self-Concept) 可視為個人對自己多方面綜合的看法。在此看法中，既包括個人對自己能力、性格以及與人、事物之關係等諸多面向；也包括個人從目標與理想的追求中所獲成敗經驗，以及對自己所做的正負評價。 2. 活動說明：進行「自我概念量表」【附件三】，此量表內容將自我概念二分為內在我與外在我，其中內在我包括生理我、學業我、能力我與情緒我；外在我則包括家庭我與學校我。得分愈高者表示自我概念愈正向、積極，得分愈低則表示愈負向、消極。 3. 小結：Rogers 認為「自我概念」由社會我、理想我及現實我所組成。「社會我」是他人對自己的看法，「現實我」是對自己從現實中看到的自己的想法，「理想我」是對希望自己是怎麼樣的人的看法。幾種自我概念越一致，個人則擁有較好的自我概念，滿意於自己的型態。反之，則擁有較不良的自我概念，對自己有比較多的不滿。因為它不僅影響我們的行為，也影響我們對生活滿意度。對自己有正向看法的人在各種情境會表現的較有效率，對於過去的經驗以及自我都會感到滿意。是故，瞭解自我概念可謂是了解自己的核心任務。 <p>(三) 自我認定與優點轟炸----認識自己</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 理念說明：每個人面對自己的存在，偶爾，會有盲點；偶爾，也會出現質疑；偶爾，更會放大自己的缺點，進而限縮自己的優點。希望同學能透過此活動的分享，認識自己與他人眼中不同的優點長處。 2. 活動說明：四個人一組，圍成一圓圈，發給每位學生五張便利貼，先請學生自己先寫出一個自認為最好的優點，也寫出自認為自己最需要改進的缺點，貼在自己身上。其次，再請小組內其他同學分別寫出彼此的優點，貼在對方身上，盡量以不重複為原則。最後，大家一起分享認定對方擁有該項優點的原因與想法，並請大家提出對於對方認定自己需要改進缺點的建議與看法。 3. 小結：有時候，每個人都害怕面對真正的自我，但那卻是唯一的一個地方，可以找到自己真正所需要的。唯有不逃避自己，真正認識自己的優點，接納自己的缺點，才能夠更坦然、昂首闊步地為自己努力。透過這項活動，或許妳也可能會發現，自己心中「以 	<p>10 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>	<p>PPT、【附件三】自我概念量表</p> <p>PPT、便利貼</p>
--	--	---------------------------	---------------------------------------

展。	為」的缺點，在別人眼中卻是另一番別緻的風景。		
2-2-1 有關人生意義、價值與目的的探求。	<p>(四) 繪本閱讀——《胖石頭》</p> <p>1. 理念：雖學生已為高中生年紀，但幾次嘗試過後，發現學生對於繪本語言質樸的呈現，能擁有更多回歸本心的體會。是故，期望藉由本繪本的閱讀，讓學生瞭解到，只要扮演好自己的角色，認真、踏實、樂在其中，即是生命中最獨一無二的自己。</p> <p>2. 提問：小豬仔的演出成功嗎？他得到什麼樣的評語？主角和配角哪個重要？若妳可以選擇，在這齣戲中，妳想扮演什麼樣的角色？</p>	5 分鐘	PTT、繪本
2-1-2 有關真理、美善及神聖的嚮往。	<p>三、課後作業：英雄·尋訪</p> <p>(一) 引言：自我價值的建立，源於自我概念的 formed，接納自己，進而改變。所謂接納，並非消極地逃避改變，而是在接納的基礎之上，進而更積極創造各種突破與改變的可能，進而建立擁有個人意義的價值觀。每位妳認為的成功人物背後，他們都擁有他們的故事，值得我們學習，更值得做為我們積極創造各種可能的典範。</p> <p>(二) 作業內容：群雄逐鹿的亂世中，紅拂女脫俗超群，勇於追求情感；虬髯客胸襟豪偉，能讓能捨；李靖遠見卓識、正直有謀，勇於追求理想，人物形象的真、善、美畢形於此。分組尋找一位妳所認為的女性人物，所謂英雄式的人物，不一定是在媒體、公領域焦點下的光鮮亮麗，回到 SHERO 歌詞，只要是能勇敢為自己赴湯蹈火，成就自己的生命，就是屬於自己的英雄。找到妳認為的英雄，瞭解他的故事，為同學講述他所經歷的人生起伏，可能是外在環境的困頓，或內在自我的質疑，分析他的特質，說說她的故事，並藉此提出自己受到感動、值得學習之處。</p>	2 分鐘	PTT
1-1-3 人為什麼活著？該怎樣活著？又如何能活出該活出的生命	<p>四、結語</p> <p>《深夜加油站遇見蘇格拉底》中，老人說：「A warrior is not about perfection, victory, or invulnerability. He' s about absolutely vulnerability. That' s the only true courage.」（戰士無須盡善盡美，不需要常勝不敗，不必刀槍不入，戰士很脆弱，那才是唯一真正的勇氣）人們有時候會有許多行為無法解釋，他們會求助宗教、星座、占卜……，目的是為了幫自己的行為、幫自己的處境找到一個解釋，唯有如此，才能夠獲得心靈之平靜。解釋，可以建構；自我，可以重組，端賴自己能否確立自己的存在，唯有確立自己的存在、相信自己，才能擁有穩固的根基面對外在挑戰。</p>	3 分鐘	
教學評量	課堂討論與省思、自我概念量表陳述【附件三】		
參考資源	【影片一】深夜加油站遇見蘇格拉底、繪本《胖石頭》		
第二節結束			

單元 目標	教學活動	時間	教具
8-2-2 靈性發展的重要性在於導引出內心深處的洞察力與對生命意義的研究、突破生命的有形限制、開啟人類的美好特質、提昇生命的境界 2-1-2 有關真理、美善及神聖的嚮往。	<p>第三堂課 滄海一粟的舉翮突圍</p> <p>一、引起動機</p> <p>現代著名精神分析學家阿德勒（Alfred Adler）曾說過：「真正的人生意義這張底片，是在個人犯錯或遇到障礙時，才會彰顯出來的。」</p> <p>讀了〈虬髯客傳〉、看了《胖石頭》的故事，進行了「優點轟炸」、「自我概念量表」，最後接下來妳能在桑德伯格的演講中，又看到了一些從未發現過的自己，又或者更堅定了自己未來的信念。擁有了信念，面對未來、面對理想，或許妳還需要的是當下更多一點的勇氣。</p> <p>二、影片欣賞----桑德伯格（Sheryl Snadberg）演講片段</p> <p>（一）引言：現任臉書營運長桑德伯格，是一位女性領導者，哈佛大學經濟系、哈佛商學院 MBA 畢業，曾經擔任美國財政幕僚長 GOOGLE 全球線上銷售和營運部門副總裁，從她在面對家庭、事業，以及社會環境對女性領導人的印象，看她如何勇往直前、挺身而進。</p> <p>（二）提問：從影片中，妳看到了什麼？</p> <p>三、課堂發表----英雄·尋訪</p> <p>（一）活動說明：希望透過課堂之後的資料蒐集、同學們的分享，瞭解這些妳口中的英雄人物，他們所經歷的點點滴滴，無論面對自己、面對未知的環境，這些妳認為的英雄人物背後，他們都擁有他們的故事，他們之所以為英雄，難能可貴的是，在這當下，他們知道自己要什麼，也知道自己為誰，也比我們擁有更多勇氣，這些值得我們學習，更值得做為我們積極創造各種可能的典範。</p> <p>（二）活動進行方式：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 全班同學 4 人為一組，請各組同學指派一位同學，上台與同學分享妳們以為的英雄人物，告訴我們他的故事、所經歷的點點滴滴，以及妳們對他的評價與想法，採自願制。每組 5 分鐘，共 4 組，未上台的組別，請以書面報告呈現。 2. 報告結束後，再請同學們針對以上人物發表意見，提問：他們是否擁有共通點？面對困境的時候，他們如何應對？當下同學們所共同面臨的困境，又有哪些？ <p>四、安身立命，舉翮突圍-----信～拜啟給十五歲的你～【影片三】</p> <p>（一）閱讀歌詞：【附件四】Angela Aki 在 30 歲的生日時，媽媽交給她一封信，原來是 Angela Aki 十五歲時寫給「未來的自己」的一封信。歌曲的首段是 15 歲時的自己寫給未來的信，中段「未來的自己」又回信給 15 歲的自己，如此跨越時空的喊話既獨特又深刻。</p>	2 分 鐘 10 分 鐘 20 分 鐘 5 分 鐘 8 分 鐘	PPT PPT、 【影片二】 PPT PPT PPT、 【影片

8-2-1 靈性發展的內涵是全人，包含身心靈三個部份。	<p>(二) 說明：我們每個人在不同的階段，或許都會遭遇低潮而不知該往何處去。回首過往，有可能已是雲淡風輕，也有可能仍歷歷在目，但卻也驕傲自己勇敢走過。放眼未來，又是一波又一波的輪迴，但就像蘇格拉底帶著米爾曼一起爬山的三個小時，丹非常快樂，我們必須肯定在這點點滴滴的過程中，所經歷的成長與學習，我們也必須相信自己的獨一無二，真切地感受自己的存在、相信自己的獨特，其實是一種態度；感受到快樂幸福，進而能勇敢迎向人生，也是一種生活姿態</p> <p>(三) 課後作業：【附件四】試著寫一段話給 18 歲的自己，說說現在自己的樣態、想想這兩年的經歷、談談未來的可能，進行屬於妳自己的回顧與展望、自己的個人宣言。</p>		三】、 【附件四】 撞擊·未來
1-1-3 人為什麼活著？該怎樣活著？又如何能活出該活出的生	<p>五、教師總結</p> <p>電影《阿甘正傳》中，阿甘的母親總說：「生命就像一盒巧克力，你永遠不知道會吃到哪一個 (Life was like a box of chocolates. You never know what you' re gonna get.)」《深夜加油站遇見蘇格拉底》書中亦云：「每一行動都有它的代價和歡樂之處。你如果兩面都有所體會，就會變得既合乎實際，又能為你的行為負責。唯有如此，你才能自由並有意識地做出勇士的選擇，也就是：去做，還是不去做。」一位成功者，要先相信就會看到；一位平凡者，要先看到才願相信。</p> <p>金庸在〈三十三劍客圖〉將〈虬髯客傳〉推為武俠小說的鼻祖，他說：這篇傳奇為現代的武俠小說開了許多道路。有歷史的背景而又不完全依照歷史；有男女青年的戀愛；男的是豪傑，而女的是美人；有深夜的化裝逃亡；有權相的追捕；有小客棧的借宿和奇遇；有意氣相投的一見如故；有尋仇十年而終於食其心肝的虬髯漢子；有神秘而見識高超的道人；……有神氣清朗、顧盼煒如的少年英雄；有帝王和公卿；有驢子、馬匹、匕首和人頭；有弈棋和盛筵；有海船千艘甲兵十萬的大戰；有兵法的傳授……所有這一切，在當代的武俠小說中，我們不是常常讀到嗎？我們讀到紅拂女、虬髯客、李靖，能勇敢為自己赴湯蹈火，成就自己的生命，大無畏的精神讓人盪氣迴腸。更藉由同學的報告分享，看到當代的許多女性，以個人柔軟纖細的感知，呈現勇敢堅毅的力量，藉此，希望同學們能建立正向的自我概念，試著掌握當代局勢，最重要的是，要勇敢面對環境桎梏，勇於勾勒自己的理想藍圖，堅定自我信念、為自己努力，開展獨一無二的自己，如此就是自己生命中的英雄。</p>	5 分鐘	PTT
教學評量	課堂討論與省思、【英雄·尋訪】報告、【附件四】撞擊·未來		
參考資源	【影片二】桑德伯格 (Sheryl Snadberg) 演講、【影片三】MV--信~拜啟給十五歲的你~		
第三節結束			