

生命教育



英二乙

07 王心沿

20 張彤芯

27 游玉瑜

目錄

1.人與自己.....	3
2.人與他人.....	4
3.人與環境.....	5

生命教育

一、人與自己

認識生命是學習中最重要的課題，每個人都是一個個體，所以每個生命都是獨一無二的，沒有人能被誰取代。我們應該要懂得欣賞自己與發揮特點，並從中認識自己。首先，內在的認識自己是要尋找自己的優、缺點，再來就是發揮自己的優點，改正自己的缺點。優點能使我們對自己更有自信，適當的發揮能得到自我肯定，找到人生的意義。缺點則需要改進，而這過程中能促使我們進步、使我們成長。外在特徵是即使不是我們所希望的，但因為改變不了仍然要去接納，外表早在我們出生之前，上帝就安排好了，其餘就看我們怎麼想、怎麼克服這些不滿意，創造更有深度的人生。

生命——是上帝賦予的，是父母給與的，每個人都應該有顆純淨的心，珍惜自己，不做傷害生命的事。面對生死問題必須樂觀面對也必須謹慎思考，要有積極的人生觀，不停的創造出最好的人生，讓自己活得更有價值。

在創造自己的自我以及自己的本質時同時也是在對自己的生命負責，要真誠的面對難得的人生機會，經過三思，通過自己的決定，下定目標，過一個自己想過的人生，做一個心目中想成為的人。而思考存在之道，當

能更明白與掌握自己的存在，不再受人、事、物干擾，為自己的存在確立方向，就能準備好開始邁向目標，繼續向前，為自己找到生命的意義與存在的價值。

二、人與他人

每個生命，都是上天獨一無二的創造，都有其尊嚴與價值；並且這樣的創造絕非偶然，而是要去經驗更多生命的美好與完全。生命教育中的「人與人」，是幫助每個人看見自己原本就是獨特且不同的，在與人相處上需要彼此的尊重與互相欣賞，讓人際關係更和諧。

在日常生活中，團體生活到處可見，像是：家庭、班級、社團、朋



友圈、同事、小組等等。在團體裡，就必須用到人與人的之間的定義，每個人一定很想融入在團體裡，更團結，但是會因為某些原因，造成團體中‘相處上的爭執及衝突。在相處時，應該帶著尊重及包容，不能因為個人情緒，導致整個團體產生衝突，像是：當台上的人正在發言時，台下的

人應當給予尊重，而不是與其他人交談，即使是輕聲交談，不論是誰，都不想這麼被不尊重。當團體之中，相處上產生了不愉快，應該立即解決，而不是等到其他人發現你們之間關係變質了才處理，這樣的效果，反而更不好。

以上的例子，是我在團體中體會到的，也很剛好，符合生命教育中「人與人」的例子。生命教育很重要，尊重自己、尊重他人、認識自己、肯定自己、尊重生命、欣賞生命、愛惜自己、勇於面對挫折……等等。在日常活中，都是必須的，且更了解自己生命意義的價值。



三、人與環境

人生活在這個世界上，也使用著地球資源。但人們常常忘了珍惜這個世界，也有意無意的破壞了它，等到發生了災害或資源減少、不夠用時，才警覺要補救。人類佔全球生物總數並不是最多的，但人類帶給地球的傷害卻也是最大的，因此，如果我們可以將自己的能力用在這個世界，即使

是小小的心力，當全民的力量聚集在一起就會成為一股強大的力量，也會為這世界帶來長遠且美好的影響，這也是人類存在的意義和義務。

我認為台灣可以為地球做很多努力，像是大氣、土質、森林、海洋、保育...等。

一、大氣改善方面～

我們能做的事：

◎提高能源效益標準。

◎以課稅方式鼓勵工商業使用更乾淨的、更安全的科技。

◎研發、改進新產品，以替代氟氯碳化物及其他有害臭氧層的物質。

◎處理飄越國界的酸雨，須由各國有計畫的交換資訊，訓練專家，實施國際汙染的控制標準。



土質方面 ~

我們可以做的事：

- ◎ 對於山嶽與沙漠的生態系統設立全世界的資訊中心，並確定何處正遭受洪水與土壤侵蝕等等的危害或威脅，擴充世人對這方面的知識。
- ◎ 提供環境教育給農民，使其知道如何改變耕種方式。
- ◎ 善用土地，不汙染土地，種樹以保水土，以此防止沙漠化作用。
- ◎ 制定法律以保護瀕臨危險的地區。

◎訂定計畫，以確保旱災的災民得以生存。



森林方面～

我們可以做的事：

◎多多種樹。

◎非常需要有關森林的實用知識：做計畫的人往往連森林裡樹木的大小與種類等等基本知識都缺乏。

◎森林的產物需進一步研究：例如木材、水果、堅果、染料、藥品、塑膠等等。

◎把已損的林地重新植樹。

- ◎培育對環境壓力承受力較強的樹種。
- ◎應鼓勵各地區的工商業設立地區性的、小規模的林業經營。
- ◎先砍後燒以求農地的農耕法須加限制，最後目的在終止。
- ◎木材浪費要降至最低。原先以焚毀或丟棄的方式處理的木材，都需找尋方法做有效利用。
- ◎城市地區的種樹計畫要擴充。



海洋方面～

我們可以做的事：

- ◎海岸地區須由各國和國際保護，並制止其環境遭受破壞。

- ◎汙染者須為其所造成的損害付費。使用清潔方法者，應得到報償。
- ◎限制由船上移入海中的物品，禁止移入有害廢物以保護海洋生物。
- ◎訂定捕魚量限制。（只捕捉成熟大魚，小魚應放回大海，以免滅絕。）
- ◎鼓勵由各地區當地的、技術熟練的人捕魚。
- ◎有瀕臨絕種危險的魚類禁止捕撈，直至它們恢復正常數量。

◎禁止破壞性的捕魚法，如
毒魚、炸魚等；開發新的
捕魚法，以做替代。



保育方面～
我們可以做的事：

◎成立生物多樣性全球資訊庫。

◎保護生物多樣性！各國政府在做環境與發展規劃時必須把它考慮在內。

◎給原住民機會，使他們在保育生物多樣性的工作上有所貢獻。

◎在將貧窮國家的產物經濟做商業利用時，要確保貧窮國家可以平等分享其利益。



◎對已損壞的棲息地加以保護和修復；保育瀕臨絕種的物種。

◎水壩、公路、發電廠等等重大的計畫，必須慎做環境衝擊評估。