

附件三

## 私立文興高中 111學年度 公開授課教學省思

授課日期:111年 9月 27日 星期四 第3節

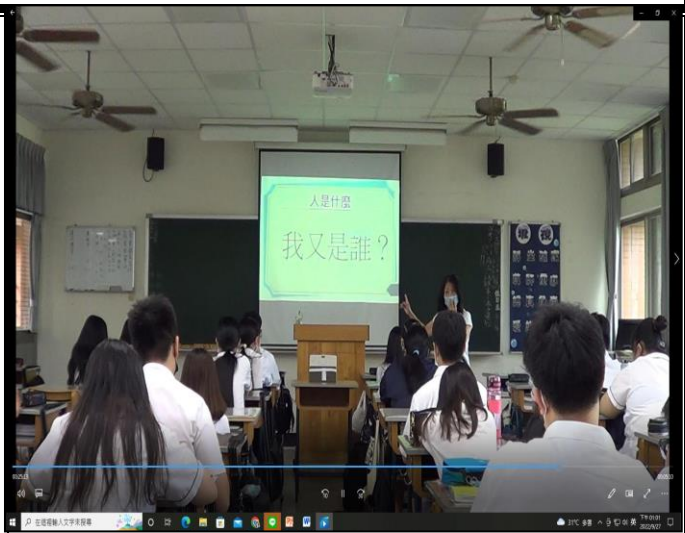
班級：高二孝

授課教師：黃玉湘老師

### 上課照片



自製人學探索自我超越 PPT



帶入核心主體人是什麼？我又是誰？



分享韓國偶像天團 BTS 的演唱與聯合國演講



分享典範的運動員勵志故事~畫面為小戴

## 教學省思

01. 本單元談論自我、人我、人學探索，能結合學生自身的生活經驗，頗能達到素養導向的教學目標。
02. 提供許多貼近學生的各領域(尤其是運動界，演藝界)典範人物的生命小故事，確實與學生內在感知產生極大共鳴，頗能引起學生對人是什麼，我是誰，想成為什麼樣的自己的深層思考。
03. 課前問卷先了解學生的先備靈性，也就更容易引領學生進入核心思考。
04. 學生屬性不一，對於需深層思考的議題，需考量不同屬性班級，議題討論深淺調整問題。
05. 運用ee-class設計評量繳交作業，便利又能有助於學生學習歷程學習成果備份，然有近半數學生未能如期繳交，雖後續提供紙本作業但似乎影響學習時效性，宜針對部分學生屬性盡可能及時提供紙本評量工作單。

## 學生學習單

### 自我探索與成長 學習歷程

文興高中二忠06周宜靚

#### 學習目標

我們生而為人，做為地球的主宰  
可是為何我們會成為人?  
我們又想成為什麼樣的人?  
而我們又該如何成為我們想做的人?

#### 學習與收穫

Characteristics

- 自己擁有/欠缺那些特質  
自己曾投入在甚麼區域
- 心中的典範人物
- 南韓天團BTS在聯合國的這場演說哪一段話最讓你印象深刻
- 你覺得什麼是愛自己? 愛自己和自私

#### 自己擁有/欠缺那些特質

我認為我擁有的特質是堅持，即便自己的天賦沒有別人這麼充足，但是在努力的過程中我也學習到很多東西，雖然可能要比別人多花上幾倍的時間去達成，不過那種成就感是無法比較的。

#### 自己曾熱情投入在甚麼區域

小時候打羽球的過程中明顯跟別人是同一個出發點，但是看著別人一次次進步，心中難免焦慮，不過堅持是會有回報的，也許它不會來的那麼早，不過它遲早會出現的。當它來臨時會有一種極大的成就感，那種歡喜感是難以言喻的。


#### 心中的典範人物

Jeff Bezos  
即便是在公司虧損的情況下，成為眾矢之的的Jeff Bezos依舊堅持著自己的原則及方向。Jeff Bezos寫給股東的第一封信，標題便是巨大的「重點在長期」，Jeff Bezos認為，如果我們進行的事情需要三年，那必定有許多的競爭者，當我們願意投資七年的時間，我們的競爭者將微乎其微，Amazon願意花五到七年的時間來播種，並等待著他們成長，Jeff Bezos的座右銘是「固執的願景、靈活的細節」！Jeff Bezos擁有人所不及的膽識及耐心，他永遠在預見未來，而不被當下所限制，這就了屬於他的Amazon傳奇。

#### 南韓天團BTS在聯合國的這場演說哪一段話最讓你印象深刻

Like most people, I've made many and plenty mistakes in my life. I have many faults, and I have many more fears, but I'm gonna embrace myself as hard as I can. And I'm starting to love myself gradually, just little by little.  
→世界上的每個人都會犯錯，大到領導者小到平民百姓，就連看似完美無瑕的偶像們也一樣，所以我們要學會愛自己，因為只有自己先愛自己，別人才會愛你。

## 自我探索與成長學習歷程

班級	高二〇	姓名	〇〇〇	座號	〇〇
課程類別	部定必修 ■校訂必修多元選修 探究實作				
課程名稱	單元一、人學探索·人格統整·自我超越				
授課老師	黃玉湘				
<b>學習目標</b>					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 藉由典範人物的生命故事，引導學生思考人是什麼？我是誰？我想成為什麼樣的人？我要如何成為我想成為的人。</li> <li>2. 進一步探索生命的價值與意義，思索生涯選擇。</li> </ol>					
<b>內容概述</b>					
請簡述本單元的學習內容約 50 字左右					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 透過觀看許多優秀運動員、藝人的生命故事反思自己是誰，以及自己的獨特性、與眾不同的地方。</li> <li>2. 看達賴喇嘛分享自私和愛自己的區別。</li> <li>3. 從角落生物其角色投射意象來認識自己。</li> </ol>					
<b>學習與收穫</b>					
<p><b>1. 你覺得自己擁有（或欠缺）哪些特質？再試想，你自己曾經熱情投入在什麼領域那是什麼樣的心情？</b></p> <p>可能是從小接受音樂的洗禮，以致我對於音樂有敏感的指標，我能清楚的知道任何音符的音域及音高是否正確，我能清楚的知道那個音是準還是不準，在當時不少人對於我的絕對音感有特別的期許，也因為有它幫助，讓我在音樂的道路上能頗有心得。每當我在練琴時，那種感覺時間停止的幻想油然而生，恍惚間，世界上只有我與我的鋼琴、我所創造出來的音樂，那種感覺並不是每每的，它便是彈琴的奇蹟，一個替我詩人。沉浸在音樂的世界，是件很事，你就像是一位舞者，帶領著大音樂中起舞，那舞姿真是讓人覺得雖然練琴常常遭受像雷擊般的挫折難，但努力過後的芳香，真的特別</p> <p>每有任何一個個體是不勞而穫者，努力不一定會成功，但你不努力永遠只是個在原地打轉的物體，請</p>					
					
<p style="text-align: right;">都有抒發的幸福的家在這陶醉，及磨感動。的成功力，你燃燒自</p>					

己的靈魂散發出亮麗的花火吧！

2. 請寫出一位你心目中的典範人物？並寫出典範的理由？

我很崇拜唐鳳。

不單單是他的聰明才智，而是他的努力及付在他求學的階段，在他小時候，都是靠自己一步去自學去理解，再難再深奧的電腦，他也能輕鬆解，英文也是講得嚇嚇叫，真的，並不是一句天才已，天才也是努力過來的。我希望我也能像他一堅持的定性，去完成我的夢想，變成我想成為的



出。他一步的去理才而般有這人。

最

3. 南韓天團BTS在聯合國的這場演說哪一段話讓你印象深刻？為什麼？



「如此，你、我，我們都失去了名字，我們都變得像鬼魂，但我仍有一個感官，那就是音樂」，在物質富裕的時代，有太多誘惑和事物，導致我們容易迷失自己，雙眼被蒙蔽，不知道我們是誰，但發覺自己喜愛的事物，靠這個喜愛的事物看見世界，能讓我們找到自己的定位，不再像是鬼魂一樣。

4. 你覺得什麼是愛自己？愛自己和自私的差別是什麼？(可參考以下影片)  
愛自己和自私之間的區別~達賴喇嘛

我覺得愛自己就是可以讓自己變得更好，尊重自己、有自制力，不奢外在的管

束就可以把自己做的很好，好好的過生活。自私就是任何事情都只想到自己，

沒有替別人著想，甚至危害別人的權益。而兩者之件最大的不同就是自己的所

做所為會不會傷害到別人。如果是「只以自己」的自私自利的方法，那是無法在群體社會生活的。



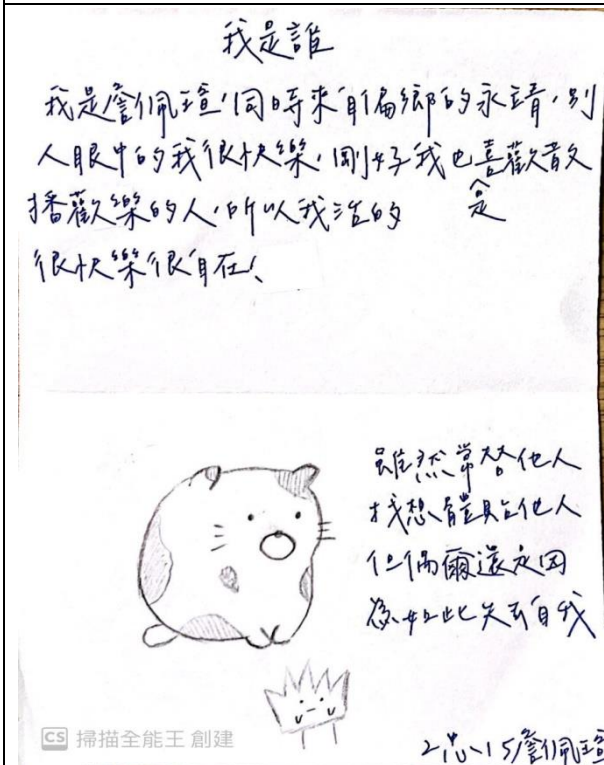
5. 請談一談這一單元讓你印象最深刻的上課內容是什麼？為什麼？



畫角落生物。角落生物其實很反映我們現代人，讓我們尋找一個與我們相似的角色繪畫，過程中會發現在人際上的問題，或者我們可以了解癥結點。而且畫之前我們得先思考什麼是「我」，知道自己是獨一無二的。

我是誰?我想成為什麼人?這讓我又重新去認識自己，被遺忘的初衷，又浮現腦海，讓我又瞬間明白起我該如何做，腦中的雲霧被太陽的絲絲陽光照亮，我，又重新更認識自己了呢!

## 佐證資料



## 心得與反思

我是誰!我想成為什麼樣的人!人生又是如何!人生必定是個艱辛的路程，沒有誰天生出來就是個完美無缺的個體，在人生的道路上，經過波折、扭曲的低潮困惑，有人覺得他是一項惹人厭的命中注定，而去逃避、害怕它，但當你去正視它而不去逃避，便能知道他是一位天上降下來的人生恩師，它提前教導你，讓你體會人生的苦悶，酸甜苦辣，誰不是到頭來尋獲清香呢!我是誰!!我只是個正在接受人生考驗的小孩，尚未接觸與體會社會的險惡、人心的恐懼。我想成為一位不讓我自己後悔的人，雖然目前還有很多事情我還沒有能力去完成，但在未來的某一天，我一定能成功，這是我對於我的期許!!

生命的價值不在於你賺了多少錢；考了多少分數，我覺得生命是一個奇蹟，是一個讓你創造出屬於自己夢想的禮物，發揮自己的才能，善待自己的生命，每個個體都有它的故事以及漂亮的火花，等著我們去創造它，對於我來說，像是讀書，不單單只是為了考上好大學，為了成績而以...而是能讓我學習更多的新知識，讓我去創造出我個人的奇蹟，天才並不是天才，而是他，有努力過去尋找自己的「奇蹟」

我很感謝這次老師提點我們，讓我想起我的初衷，就像天上降下的恩師般，讓我在迷茫時有幸與你相遇，緣分真是一項神奇的機緣，您在我的生命中創造出了一條連接我們緣分的彩虹，是多麼美麗及動人，希望我能藉由此課堂能讓我更明白我的夢想以及我未來的生命故事想怎麼創造。我是誰!我的夢想!一切的想法都來自於「奇蹟」。

## 1. 孩子，請你回想..在暑假中你最常做的事或生活重心是什麼？有什麼收穫？

## 14 詹佩瑄:

跟家人相處 平常總因生活繁忙、課業壓力大，在家裡能跟家人好好相處的時間總是少之又少，因此透過暑假這段寶貴的時光，和家人們一起去個小旅行，一起談心，都是非常值得回味的記

附件三

憶，這個暑假收穫到了許久不見的快樂和溫馨

09 陳宥同:

在暑假中，我會看看電影，每一部電影想說的都不太一樣，每看完一部電影，可以讓我和角色產生共鳴，有不同的價值觀，也可以讓我感到放鬆。

19 蕭映佩:

因為暑假爸媽還是要上班沒什麼出去，所以大部分時間都待在家裡，不過有第一次的體驗坐上重機的感覺，很舒服。

33 鄭秉承:

運動 要維持每天都動真的真的是非常難的一件事 一定會有某幾天想偷懶 一旦休息了一天就會有第二天 學習堅持到底的精神 不管在哪方面 到後來都會有很棒的成果 就好比堅持運動一個月下來身體真的變的不一樣變得更好 還能減肥

## 2. 請舉出一件在暑假中讓你覺得『幸福的事』？為什麼？

14 詹佩瑄:

和朋友一起打羽球 運動是一件快樂的事，況且疫情肆虐，見到朋友的時間也是大大的縮減，因此能跟許久不見的好友一起切磋球技，還可以認識許多熱愛羽球的球友，大家因為一個羽球而聚在一起，是種緣分也是種令人感到幸福的事情

09 陳宥同:

和家人或朋友出去玩的時候，和他們在一起不管做麼事都會非常的開心。

20 鍾佳晏:

對我來說追劇是一件很幸福的事，因為追劇能讓我的心情感到愉快，看到虐的地方會覺得很傷心，看到甜的地方會覺得很開心，情緒會跟著裡面的劇情而變化，這就是追劇的樂趣。

07 張閔雯:

我最幸福的事是看到自己親生媽媽，媽媽在我剛出生沒多久就病死了，暑假我有去拜他！！！！

16 劉庭嘉:

暑假期間，我參加了兩個不同的營隊，認識了不同地方的人，體驗了我從沒經歷過的事，不僅令我收益良多也更加開拓了我的視野，對我而言是非常特殊的經驗，也是一件幸福的事，我從沒想過，可能在我人生當中還會與這些看似跟我毫無瓜葛的人有所牽連，甚至是成為朋友。

32 鄭乃嘉:

與同學出去玩。 這樣可以遠離課業、家人，盡情與同學交談，忘卻生活的壓力，好好享受一天。

19 蕭映佩:

跟著家人一起騎重機到南投山上爬山，因為我是第一次坐重機，真的很涼，雖然有曬傷，不過真的很開心。

23 林家成:

漫長的暑假中，令我最幸福的是不外乎就是坐在電腦前。或許很多大人都覺得這是件浪費時間的事，但就是這浪費時間的事讓我體驗到人生的美好，讓我體驗到時間的流逝。看著遊戲中的腳色慢慢變強，就會讓我有成就感，讓我知道我花了這些時間是值得的。

22 宋昌諺:

睡覺。就學期間常常會需要讀書時間，會壓縮到睡覺時間，而在暑假可以睡到自然醒真的是一件很幸福的事情。

附件三

03 吳瓔芳:

看小說 能沉浸在一個一個的故事中,有時候就好像我跟著故事中的主角一起經歷了那些事

28 張翔荏:

去畫室學畫 雖然我沒有很會畫,但老師都會耐心地指導我,而且我們也會聊天,去畫室真的很開心。

08 許庭瑜:

阿公出院!真的好開心😊❤️☐

37 謝閱宇:

**3《將軍令》歌詞中「你相信什麼,你執著什麼,你就是什麼」在閱讀歌詞時也請你聯想自己的經驗.....這些經驗如何影響你的想法....如果是你,你相信什麼?你會執著什麼?**

10 陳羿岑:

我相信付出能有收穫,從課業做為例子,有讀書的分數通常都比較高,不讀書的大部分都偏低。而生活中的經驗,應該是和媽媽打賭,如果排名前十就帶我出國玩,為了這獎勵我苦讀兩個禮拜,只不過這獎勵到現在都還沒領,因為疫情。我會執著於自不自由,我非常討厭被拘束,不過在家長眼裡我挺讓他們放心的,所以不太擔心這問題。

14 詹佩瑄:

我相信努力總有一天會看到成果,無論時間長短,過程總能收穫許多美麗的果實 我會執著於對的事,我認為做對的事情很重要,或許旁人不懂你為何堅持,但相信自己,做就對了

17 劉晏禎:

我相信世界 執著自己追求的

09 陳宥同:

我相信只要不斷的努力,就一定會有收穫,就算過程可能會不太如意,可能會很艱辛,也可能需要花很久的時間,才能得到自己所追求的,但我還是會想執著下去。

11 陳郁文:

有認真付出過努力,就能達成目標,完全沒有努力過,真的不會有任何一絲成果,感覺命運是早已被決定好的,但靠後天自己的努力,還是可以被翻轉。相信自己,執著命運。

20 鍾佳晏:

我會選擇相信自己,首先要給自己設立一個目標,然後努力的去朝目標前進,要相信自己是可辦到的,這樣就會離自己的目標越來越近,不管旁人是怎麼說,要為自己而活。

07 張閱雯:

我相信親情永遠不會背叛自己

16 劉庭嘉:

我相信只要有付出就會有成果,那怕可能不是你所想像的,但經驗也是一種收穫。 我會執著於我感興趣或是喜歡的事物,那怕成功的機率微乎其微仍想奮力一搏。

32 鄭乃嘉:

我相信「努力」,因為我認為「努力是不會背叛自己的」。 我執著於「生活」,因為我討厭一成不變的生活,所以我希望每天我都可以活得多采多姿,在有限的能力內,盡情去挑戰目標。

35 蕭仕丞:

我相信我對別人好,別人就會以禮待人。雖然有點天方夜譚,但我希望我是那個有正能量的人,影響我周圍的人。

附件三

03 吳瓔芳:

我相信世界上不是只有好人,大到電視上常有的犯罪的報導,小到多數人的袖手旁觀 我沒有什麼執著的東西,可能在當下我會對一種東西很執著,但過了一段時間我就會覺得他不值得我那麼執著

37 謝閱宇:

我相信人的命運都是注定的,沒人可以擺脫命運的掌控,努力改變命運之人以為脫離了掌控,其實只是為其增添不同的片段,到了最後還是會步入名為命運的道路

18 蕭宇庭:

我目前非常相信做事前計劃這件事,原本我是一個做事前都不計畫一切順其自然的人,但在經歷無數次任務無法完成的事件後我深深的意識到計畫是多麼的重要 所以我現在在做一件事之前我都會很執著一定要有一個計劃,簡單的計畫也行,反正整件事一定要在我的腦袋裡有一個雛形

01 丁彥綺:

我相信只要認真的去讀書或完成自己所設立的任何目標,不管再困難的事都會達成。我會執著於對一件事情的真相,我會打破砂鍋問到底,直到我真正了解。

**4 請試著列出至少三個你覺得身為『人』的原因和證據。**

**1.我是人,因為.....**

**2.我是人,因為.....**

**3.我是人,因為.....**

29 陳韋辰:

1 我是人,因為我總是在想很多事情 2 我是人,因為我可以創造很多事情 3 我是人,因為我有很大的同理心

10 陳羿岑:

1.我是人,因為有道德倫理。在動物世界裡,兒子搶走父親的老婆很常見,但人類世界裡,這會被世人所恥的。 2.我是人,因為會去思考人生的意義。動物們每天想的都是如何活下去,或者如何生存,不會思考生命的價值是什麼;而人類當中,一般人會去想如何規劃人生,而哲學家們會更深入了解為什麼,再加上人類會反省。 3.我是人,因為我們有文化和文字。我們人類會記錄生活中發生什麼事,並且演化出一套完整的系統,構成當今社會。我們會為了需求而發明事物,但動物明顯不會,牠們頂多使用工具。

14 詹佩瑄:

1.有情感:身而為人,我能感受到許多人與人相處所碰撞出來的種種情感,也因為有情感,所以每個人獨一無二 2.有明辨是非的能力:身而為人,我能明辨是非,我能清楚什麼事該做的,什麼不該做,也因為如此,世界才会有秩序 3.有選擇的能力:因為身而為人,我能選擇做什麼事,才能讓自己的未來離夢想更近一步,也因為如此,選擇也主宰著我們

09 陳宥同:

1.我是人,因為我會有快樂、幸福的時候。 2.我是人,因為我會感覺到難過和悲傷。 3.我是人,因為我對未來會有夢想,有想要完成的事。

11 陳郁文:

1.我是人,因為我能感受到幸福以及喜怒哀樂等情緒 2.我是人,因為我有愛人與被愛的能力 3.



附件三

我是人，因為我有思考的能力

20 鍾佳晏:

1.我是人，因為人會表達自己內心的想法 2.我是人，因為人會說話，會彼此溝通包容 3.我是人，因為人是獨一無二的個體，每個人都不一樣

32 鄭乃嘉:

1.我是人，因為我有夢想，我會思考、替未來打算，並渴求一個高品質的生活。 2.我是人，因為我會反省，我會懊悔過去做得那些錯事，希望那時可以做的更好。 3.我是人，因為我會學習，我會從課本上學習、從錯誤中學習，並不斷精進自我。

03 吳瓊芳:

我是人,因為我有身為人最基本的感情,廉恥心,同理心..... 我是人,因為我不會讓本能操控我 我是人,因為我懂得思考

28 張翔荏:

1.我畫故我在 2.我還拿著筆 3.我還在呼吸

08 許庭瑜:

我是人，因為我會思考。 我是人，因為我有辨別是非的能力。 我是人，因為我會書寫文字、學習語言的能力。

37 謝閱宇:

1.我是人，因為我有神在創造人類時所添加的慾望及智慧 2.我是人，因為我長得跟世俗所認定的人類樣貌相同 3.我是人，因為我覺得我是人

03 吳宜庭:

1.我是人，因為有慾望，為了追求自己想要的而去努力。 2.我是人，因為有創造力，會跳出很多想法來達到一些標準，像科學家想讓生活變好發明出很多物品。 3.我是人，因為有自覺，確實了解自己的優缺點，會自我要求、學習。

18 蕭宇庭:

1.我是人，因為我擁有倫理道德，在我的認知裡有許多生物是不具備倫理道德的 2.我是人，因為我們擁有理性，動物們都是尊崇自己的本能去行動的，但我們在尊崇本能前還會有一道名為理性的門讓我們有時間可以去思考我們所要做的是是否正確 3.我是人，因為我們擁有理想，動物們一生大概都是以生存與傳宗接代為目標而活著，而我們不同我們有理想與夢想活著這件事不只是為了活著，我們還會有許多超越生命與金錢的事讓我們去思考去達成