(104)學年度生命教育系列活動成果

私立正德高級中學輔導室 104.11.06

104學年度第一學期生命教育專題講座實施計畫

一、依　　據

(一)教育部國民及學前教育署高級中等學校提升身心障礙學生融合教育實施計畫

(二)本校104學年度輔導工作計畫

二、目　　的

透過講座引導學生省思生命價值，了解生命意義，進而規劃自己的生涯願景。

三、辦理單位

(一)主辦單位：輔導室

(二)協辦單位：教務處、學務處、總務處

四、參加對象

本校一、二年級師生

五、講座日期

104年11月6日（星期五）第5、6節

六、講座地點

本校禮堂

七、活動內容

(一)主　題：生命不要留白

(二)講　師：名演說家歐陽輝吉講師

八、講座經費：講師鐘點費及短程車資由104學年度第1學期「高級中等學校提升身心障礙學生融合教育實施計畫」預算支應。

九、預期效益：學生能珍惜生命，體會生命可貴，進而規劃自己的生涯近程及遠程願景。

十、本計畫陳校長核定後實施，修正時亦同。

生命不要留白

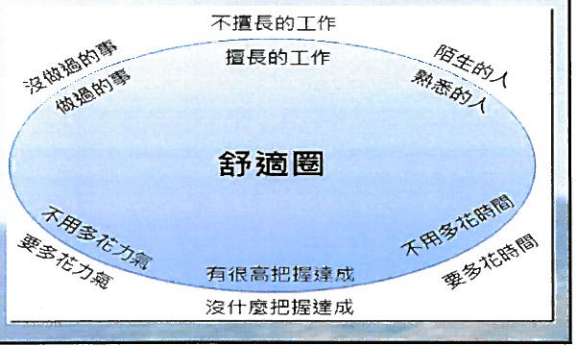
講師 歐陽輝吉

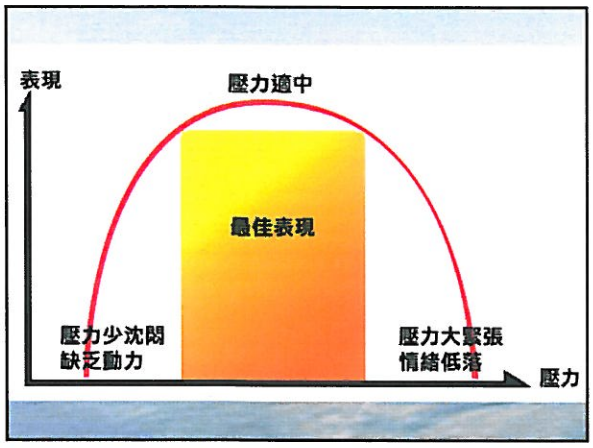
簡歷

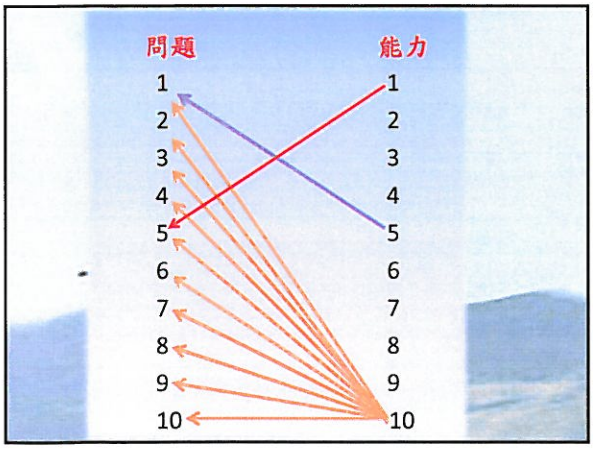
- 台南市口才協會二十五屆理事長、講師
- 好很好非常好南區秘書長
- 全國講師聯盟講師
- 晚會、音樂會、活動主持
- 婚禮規劃、主持
- 社區[illegible]
- 台南市社區規畫師
- IPMA 專案管理師



練習調整你的舒適區域







在哪裡跌倒從那裏爬起來

勤勞一定能致富

努力一定會成功

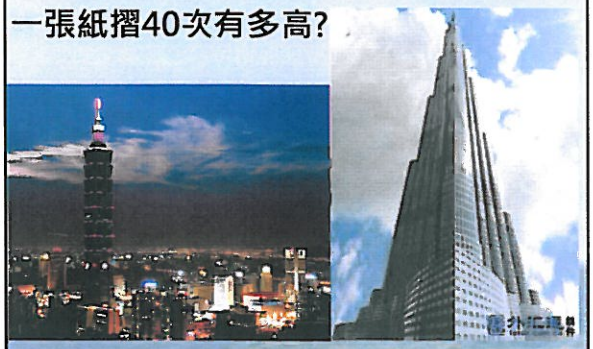
人很好寫

很難做

心很簡單

很難懂

一張紙摺40次有多高?



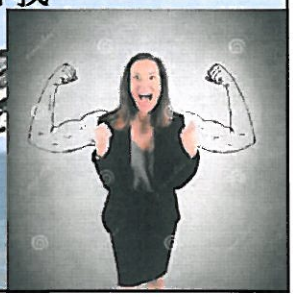
一張紙摺40次是20座杜拜塔的高度

內在的力量太大

內在的力量叫自我

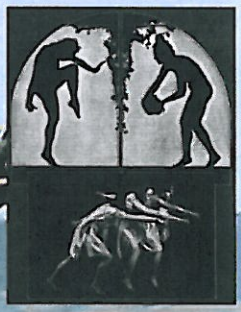
好的叫自信

壞的叫自卑



世界上有三樣給別人後自己反而會增加?

- 愛
- 恨
- 智慧



贏在自信心的兩個方法

勇敢的表達自己想法

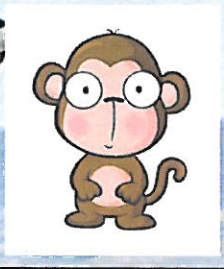
感受和尊重



和猴子不一樣的地方

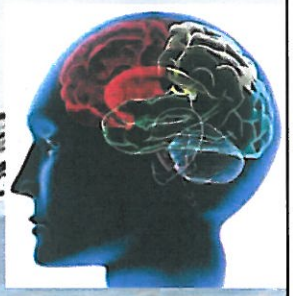
- 反省
- 行動





大腦很簡單

語言很複雜



表達的三大毛病

- 負面
- 抱怨
- 溝不通



沒有目標沒有責任感

懂得很多做的很少

承諾很多實現很少

被螢幕控制

什麼事都怪自己

眼神

不會笑

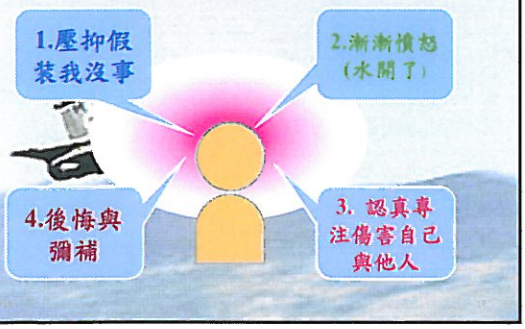


生命轉彎處常跌倒

那窟窿叫生氣!!



內心憤怒生氣的循環四部曲



世界上不變的三件事

時間

世界一直在變

不圓滿的事一再重複發生

心煩時記住三句話

會過去的

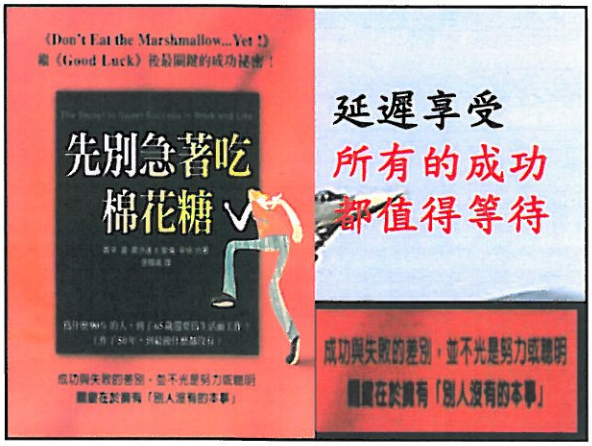


好很好非常好

努力+學歷+能力

會成功嗎 ？





延遲享受
所有的成功
都值得等待

成功與失敗的差別，並不光是努力或聰明
關鍵在於擁有「別人沒有的本事」



讀萬卷書不如
行萬里路



行萬里路不如
貴人指路

學會感恩



感恩出現
貴人連結人脈

身段越低的人身價越高

態度決定高度



六個特質

- 懂得感恩
- 興趣、專長
- 懂法律、誠信
- 表達能
- 助人的習慣
- 面對錯誤勇於承擔

學校沒有教的是挫折

挫折是成功最好的墊腳石



菁英米蟲的差別

當事情發生的當下，願意使出渾身解數解決問題的人，一定會成為菁英

當事情發生的當下，滿腦子想著如何推卸責任規避責任，一定會當米蟲

104學年度第一學期生命教育專題講座回饋表統計

感謝同學積極參加本次舉辦的活動。為了瞭解你對活動的滿意度及需求，特別設計了此份問卷。每個選項請依據你的感覺勾選，最後請寫下你對本活動的感想，填寫完畢請交予輔導室，謝謝你的參與！

講座主題：生命不要留白

講座時間：104 年 11 月 6 日(星期五)

問卷共回收 130 份，男生 43 份，女生 87 份。

內　容	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
1. 對於本次活動的內容，我感到有興趣學習與探討。	17. 69%	49. 23	30. 00%	1. 54%	1. 54%
2. 對於本次活動的內容，我覺得對我的學習有幫助。	20.77%	50.00%	27.69%	0%	1.54%
3. 我很願意再參與相關的活動。	20.00%	43.85%	32.30%	2.31%	1.54%

5. 活動中，印象最深刻的一句話：

- ✓好，很好，非常好
- ✓人生的自我，好的自信，壞的是自卑
- ✓不變的三件事:1. 時間，2. 世界一直在變，3. 不圓滿的事情
- ✓從哪裡跌倒不一定要從哪裡站起來
- ✓人很好寫但很難做，心很簡單但很難做
- ✓生命不要留白
- ✓努力一定會有成果
- ✓挫折是成功的墊腳石
- ✓算了，沒關係，會更好的
- ✓一張紙摺 40 次就相當於 2 座社拜塔的高度
- ✓遇到挫折時，不要做傻事
- ✓努力就會成功，唯然機率不高，但是會有經驗
- ✓人的內心是非常強大的
- ✓要勇於接受挑戰
- ✓成功的人找方法
- ✓不要像脆弱的樹一樣，被強風吹倒

6. 對於此次活動之感想或下次辦理活動之意見：

- ✓我覺得演講者說得很好，讓我知道有時遇到困難，可以從正面的角度去想，也許結果會出乎意料的好，而且就算結果不是太理想，這句話"好，很好，非常好”，也能讓人消除消極的態度，真的是很棒的一句話。

✓此次的活動讓我學到生氣四循環，人生的自我，不變的三件事，心煩時記的三句話，表達的三大毛病，沒有目標沒有責任…等，人生是自己的，把握每一天，不讓生命留自。
✓我覺得這次的活動很有意義，講師講了很多如何做人處事的道理，也讓高一的我懂了許多事情。
✓我覺得這一場演講非常有教育的意義。
✓這位講師講了很多的小故事，講了許多的大道理，我從出生到現在沒有聽過如此好聽的演講，我第一次這麼全神貫注的聽演講，這個演講真的是太棒了。
✓每個人的生命都是獨一無二的，因此更要重視生命，不論是遇到挫折或是遇到困難，都要好好的去面對，失敗了更是要爬起來，繼續往前走。
✓我認為這次的演講者很特別，以往大家都會告訴你:從哪裡跌倒就從哪裡站起來，但他卻說從哪裡跌倒可以從別的地方站起來，因為在那個地方跌倒，表示那裡不是你的專長。
✓人生要有規劃，不能留下空白，不然會浪費此生，該從跌倒的地方站起來；要成功就要有努力，但是努力不一定會成功，可是不努力就一定不會成功。
✓生命是自己的，要好好把握當下，不要做出後悔的事，生命就要彩色的，不要變成黑白的，要讓自己的生命活的多采多姿，不要一遇到挫折就被打敗了。
✓講師會下台跟學生互動，講話也很風趣，讓演講不那麼無聊，與我們分享他經歷過的事，讓我們有更多的想法，每個人生下來都有活的意義。
✓聽完這次演講，好像有什麼任何挫折都沒有關係了，彷彿這次的演講使我振奮了!一件事的成功不是一次的努力就能完成的。

慶一忠

104學年度第一學期生命教育專題講座回饋表

感謝同學積極參加本次舉辦的活動。為了瞭解你對活動的滿意度及需求，特別設計了此份問卷。每個選項請依據你的感覺勾選，最後請寫下你對本活動的感想，填寫完畢請交予輔導室，謝謝你的參與！

講座主題：生命不要留白

講座時間：104 年 11 月 6 日(星期五)

內　容	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
1. 對於本次活動的內容，我感到有興趣學習與探討。	☐	☐	☑	☐	☐
2. 對於本次活動的內容，我覺得對我的學習有幫助。	☐	☑	☐	☐	☐
3. 我很願意再參與相關的活動。	☐	☑	☐	☐	☐
4. 你的性別是：☐男 ☑女					
5. 活動中，印象最深刻的一句話：拓展你的舒適圈！					
6. 對於此次活動之感想或下次辦理活動之意見： 我認為這次的演講者很特別，以往大家都會告訴你：「從哪裡跌倒，就從那裡站起來。」但他卻說，從哪裡跌倒可以從別的地方站起來，因為在那個地方跌倒，表示那裡不是你的專長。另外我認為生後面有點看不清楚，然後秩序很差，都聽不清楚，希望下次能嚴格控管秩序。					

104學年度第一學期生命教育專題講座回饋表

感謝同學積極參加本次舉辦的活動。為了瞭解你對活動的滿意度及需求，特別設計了此份問卷。每個選項請依據你的感覺勾選，最後請寫下你對本活動的感想，填寫完畢請交予輔導室，謝謝你的參與！

講座主題：生命不要留白

講座時間：104 年 11 月 6 日(星期五)

內　容	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
1. 對於本次活動的內容，我感到有興趣學習與探討。	☐	☑	☐	☐	☐
2. 對於本次活動的內容，我覺得對我的學習有幫助。	☐	☐	☑	☐	☐
3. 我很願意再參與相關的活動。	☑	☐	☐	☐	☐
4. 你的性別是：☑男　☐女					
5. 活動中，印象最深刻的一句話：成功的人找方法。					
6. 對於此次活動之感想或下次辦理活動之意見：					
謝謝歐陽講師，讓我領悟了，時間，是一直在改變的，所以不要一直在心煩事中打轉，總要記住：算了吧！沒關係，會過去的這三句話；還有我們通常表達的方式，常常出現負面、抱怨，這些毛病會使我們永遠溝不通。					

104 學年度第一學期生命教育專題講座回饋表

感謝同學積極參加本次舉辦的活動。為了瞭解你對活動的滿意度及需求，特別設計了此份問卷。每個選項請依據你的感覺勾選，最後請寫下你對本活動的感想，填寫完畢請交予輔導室，謝謝你的參與！

講座主題：生命不要留白

講座時間：104 年 11 月 6 日(星期五)

內　容	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
1. 對於本次活動的內容，我感到有興趣學習與探討。	☐	☑	☐	☐	☐
2. 對於本次活動的內容，我覺得對我的學習有幫助。	☐	☑	☐	☐	☐
3. 我很願意再參與相關的活動。	☐	☑	☐	☐	☐

4. 你的性別是：☑男　☐女

5. 活動中，印象最深刻的一句話：青春不能留白.

6. 對於此次活動之感想或下次辦理活動之意見：

我對他的說的現代社會的小孩都被螢幕的控制感同深受，現代小孩們都在家裡玩手機、電腦，很少出去玩，所以我以後會常常出去打球，不會再一直留在家裡。

104學年度第一學期生命教育專題講座回饋表

感謝同學積極參加本次舉辦的活動。為了瞭解你對活動的滿意度及需求，特別設計了此份問卷。每個選項請依據你的感覺勾選，最後請寫下你對本活動的感想，填寫完畢請交予輔導室，謝謝你的參與！

講座主題：生命不要留白

講座時間：104 年 11 月 6 日(星期五)

內　容	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
1. 對於本次活動的內容，我感到有興趣學習與探討。	☐	☑	☐	☐	☐
2. 對於本次活動的內容，我覺得對我的學習有幫助。	☐	☑	☐	☐	☐
3. 我很願意再參與相關的活動。	☐	☑	☐	☐	☐
4. 你的性別是：☑男　☐女					
5. 活動中，印象最深刻的一句話：從哪裡跌倒就要從哪裡站起來。					
6. 對於此次活動之感想或下次辦理活動之意見：每個人的生命都是獨一無二的，因此更要重視生命，不論是遇到挫折或是遇到困難，都要好好的去面對，失敗了更是要爬起來，繼續往前走，而不是去結束生命，更是要好好珍惜生命，愛惜生命，好好的對待生命，讓生命更有價值，很棒的講座讓我了解到生命的重要性。					

104學年度第一學期生命教育專題講座回饋表

感謝同學積極參加本次舉辦的活動。為了瞭解你對活動的滿意度及需求，特別設計了此份問卷。每個選項請依據你的感覺勾選，最後請寫下你對本活動的感想，填寫完畢請交予輔導室，謝謝你的參與！

講座主題：生命不要留白

講座時間：104 年 11 月 6 日(星期五)

內　容	非常同意	同意	普通	不同意	非常不同意
1. 對於本次活動的內容，我感到有興趣學習與探討。	☐	☑	☐	☐	☐
2. 對於本次活動的內容，我覺得對我的學習有幫助。	☐	☑	☐	☐	☐
3. 我很願意再參與相關的活動。	☐	☐	☑	☐	☐
4. 你的性別是：☑男　☐女					
5. 活動中，印象最深刻的一句話：好！很好！非常好!!					
6. 對於此次活動之感想或下次辦理活動之意見： 我覺得這次的演講，對我來說也是很有義意的，因為我認同，生命中一定要有義意，不然活在這個世界也沒有用。 我以前也是一樣認為自己什麼都不會，是一個沒用的人，直到有一天，我找到我的興趣，之後就覺得生命充實了許多。					

104學年度生命教育海報創作比賽實施計畫

一、依據

本校104學年度輔導工作計畫

二、目的

透過海報設計比賽製作過程，引導學生思考生命的積極意義，進而感恩生命。

三、辦理單位

輔導室

四、參加對象

全校一、二、三年級在學學生

五、辦理方式

(一)比賽主題

1. 欣賞自己、關懷別人、心中有愛、珍惜生命。

2. 心懷感恩、生命有愛、世界處處溫馨。

3. 生命勇士、弱勢團體、永不放棄的生命故事。

4. 憂鬱情緒、自傷及自殺防治宣導。

5. 情緒管理、與壓力共處、心理健康宣導。

6. 交通安全、反毒、反菸、反檳榔、防範愛滋病宣導。

7. 其他符合生命教育、心理健康之相關內涵及主題皆可。

(二)參賽程序

各班先行初評，擇優參加比賽，一、二年級每班至少乙件；三年級則自由參賽。

(三)作品規定

1. 非現場比賽方式，學生自由創作，個人及團體製作皆可。

2. 作品應呈現生命教育之精神、內涵及特色，畫面不拘形式，電腦繪圖、電腦合成、手繪插畫、剪貼均可。

3. 比賽作品必須為自創之作品，不得盜用、抄襲他人作品或以他人作品參賽，違反者將取消資格並議處。

(四)報名日期:104 年 10 月 12 日至 10 月 22 日止,請將作品連同報名表繳交至輔導室。

(五)評審方式：由輔導室邀集相關教師擔任評審，主題契合與創意表現佔 40%，製作技巧佔 30%，內容充實度佔 30%。

(六)獎勵：錄取優勝六名，並視參加人數錄取佳作若干名，呈請 校長頒發獎狀，以茲鼓勵。

六、預期效益：學生能從實作過程激發創意，進而省思生命的美好及學習正向思考。

七、本計畫經 校長核定後實施，修正時亦同。

私立正德高級中學104學年度生命教育海報創作比賽實施計畫

一、依據

本校104學年度輔導工作計畫

二、目的

透過海報設計比賽製作過程，引導學生思考生命的積極意義，進而感恩生命。

三、辦理單位

輔導室

四、參加對象

全校一、二、三年級在學學生

五、辦理方式

(一)比賽主題

1.欣賞自己、關懷別人、心中有愛、珍惜生命。	5.情緒管理、與壓力共處、心理健康宣導。
2.心懷感恩、生命有愛、世界處處溫馨。	6.交通安全、反毒、反菸、反檳榔、防範愛滋病宣導。
3.生命勇士、弱勢團體、永不放棄的生命故事。	7.其他符合生命教育、心理健康之相關內涵及主題皆可。
4.憂鬱情緒、自傷及自殺防治宣導。	

(二)參賽程序

各班擇優參加比賽，一、二年級每班至少乙件；三年級則自由參賽。

(三)作品規定

1.非現場比賽方式，學生自由創作，個人及團體製作皆可。

2.作品應呈現生命教育之精神、內涵及特色，畫面不拘形式，電腦繪圖、電腦合成、手繪插畫、剪貼均可。

3.比賽作品必須為自創之作品，不得盜用他人作品參賽，違反者將取消資格並議處。

(四)報名日期:104年10月12日至10月22日止，請將作品連同報名表繳交至輔導室。

(五)評審方式：邀集相關教師擔任評審，主題與創意佔40%，技巧佔30%，內容佔30%。

(六)獎勵：錄取優勝六名，錄取佳作若干名，呈請 校長頒發獎狀，以茲鼓勵。

六、本計畫經 校長核定後實施，修正時亦同。

報名表請浮貼於作品後方，若不敷使用請自行影印!

生命教育海報創作比賽報名表		生命教育海報創作比賽報名表		生命教育海報創作比賽報名表	
班級：		班級：		班級：	
座號：		座號：		座號：	
姓名：	導師簽名	姓名：	導師簽名	姓名：	導師簽名

生命教育海報創作比賽結果

班級	姓名	備註	導師簽名
高中三信	廖堡寬/蔡侑哲/陳麒任	優勝	
資處二忠	邱宛柔/梁雅欣	優勝	
應英一忠	柯儀君/邱子菱/王心言	優勝	
應英一孝	謝郁萱	優勝	
高中一孝	黃于庭	優勝	
高中一孝	李玟儒	優勝	
高中三忠	林旻萱	佳作	
高中三仁	許庭胤	佳作	
高中二忠	林稚軒	佳作	
高中二孝	屈秋含/李馨儀	佳作	
應英二孝	謝育騏/許瑜芳/施佳瑩	佳作	
應日二孝	黃景妤	佳作	
資處一忠	周芷伶/周湘婷/呂弘雯	佳作	
應日一忠	洪佳筠	佳作	
國中一A	鄭名煒	佳作	

正德學校財團法人 輔導室 彰化縣正德高級中學

私立正德高級中學(104)學年度第一學期生命教育海報創作比賽照片













104學年度生命教育愛的跳蚤義賣活動實施計畫

一、依據

本校104學年度輔導工作計畫

二、目的

（一）增進師生珍惜有用資源，鼓勵再利用，並以實際行動響應環保理念並培養惜福的好習慣及好風氣。

（二）欣賞並珍惜感恩身邊的人事物，落實生命教育。

（三）發揮師生愛心、行善助人的義行，使學生從給予中體驗生命的珍貴意義，增進自我價值感。

三、辦理單位

（一）主辦單位：輔導室

（二）協辦單位：學務處

四、參加對象

全校師生

五、活動日期

104年10月29日（四）09:30-12:00

六、活動地點

園遊會會場

七、辦理方式

愛的跳蚤義賣活動

(一)由學務處之班聯會協助招募物品、幫忙整理及顧攤。

(二)募集物資條件為家中使用不到或甚少使用，其外觀、品質、性能仍優良，能讓有需要的人能再使用並願意愛惜的用品。

(三)所捐物品最後定價，由學務處班聯會統一標定。

(四)所捐贈之物品若未賣出，由輔導室統一處理捐贈至需要單位，不予退還。

(五)義賣所得一律捐贈財團法人中華小腦萎縮症病友協會。

八、預期效益

學生能珍惜所擁有的寶貴資源，隨時感恩並學會祝福他人。

九、本計畫經 校長核定後實施，修正時亦同。

10/29(四)生命教育愛的跳蚤義賣活動工作分配表

活動內容	時間、地點	負責人員		
10月19日(一) 募集物品整理	25 4人 12:40~13:05 團輔室	英二孝 曾宥駪	子一孝 柯嘉洋	商二孝 曾于珊
		高二忠 許家洳	日一孝 陳亭竹	
10月20日(二) 募集物品整理	25 4人 12:40~13:05 團輔室	商二孝 曾于珊	商一忠 許巧宜	日二孝 陳怡瑄
		英二孝 曾宥駪	處一忠 黃佩怡	
10月21日(三) 募集物品整理	25 6人 12:40~13:05 團輔室	高二孝 謝瑀韓	英一孝 黃譓譽	
		高二忠 許家洳	日一忠 梁容榕	
		日二孝 陳怡瑄	日一孝 陳亭竹	
10月22日(四) 募集物品整理	25 6人 12:40~13:05 團輔室	高一忠 李昀恬	高一信 黎瑋哲	
		商一忠 許巧宜	高一義 李境楷	
		高一愛 徐政浩	高二孝 謝瑀韓	
10月23日(五) 募集物品整理	25 6人 12:40~13:05 團輔室	高一忠 李昀恬	高一信 黎瑋哲	
		高一仁 鄭玟嘉	高一義 李境楷	
		處一忠 黃佩怡	高一孝 王語涵	
10月26日(一) 募集物品整理	25 6人 12:40~13:05 團輔室	子一孝 柯嘉洋	英一孝 黃譓譽	
		高一仁 鄭玟嘉	日一忠 梁容榕	
		高一愛 徐政浩	高一孝 王語涵	
10月28日(三) 場地佈置	90 8人 08:00~9:30 操場	子二忠 黃紹睿	子一忠 黃紹鈞	
		國際班 劉芷琳	高二愛 林雅筑	
		商二忠 江心綺	高二仁 楊巧榆	
		高一信 陳姿羽	英一忠 林昱廷	
10月29日(四) 義賣活動	15 4人 09:00~10:00 操場	高二忠 許家洳	子一孝 柯嘉洋	
		日一忠 梁容榕	日一孝 陳亭竹	
10月29日(四) 義賣活動	15 4人 10:00~11:00 操場	商二孝 曾于珊	商一忠 許巧宜	
		處一忠 黃佩怡	高一忠 李昀恬	
10月29日(四) 義賣活動	15 4人 11:00~12:00 操場	英二孝 曾宥駪	日二孝 陳怡瑄	
		高二孝 謝瑀韓	英一孝 黃譓譽	

高一孝、高一仁、高一愛、高一信、高一義

私立正德高級中學(104)學年度第一學期生命教育
愛的跳蚤愛心義賣照片



各班捐贈物品



園遊會擺攤



開始義賣囉!



義賣的狀況



服務隊炒熱氣氛



義賣盛況

私立正德高級中學(104)學年度第一學期生命教育
愛的跳蚤愛心義賣照片













財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會
Taiwan Fund for Children and Families

彰化縣私立家扶發展學園

NO. 0078332

實物收據 COMMODITY RECEIPT

日期date: 104. 11. 13

捐贈者	單位名稱(姓名)	正德高中	地址 Adress	
	統一編號(身分證字號)		電話 TEL	

摘要 Description	單位	數量	品項	備註
義賣品	箱	6	□全新 □二手 □其他	
			□全新 □二手 □其他	
			□全新 □二手 □其他	
			□全新 □二手 □其他	

主管：王愛光(B) 主任

經手人：陳淑鐘

＊法人登記證書登記簿第七四冊第十六頁第1879號
＊私立救濟育幼設施立案證書台省社字第零零陸號
＊所得稅法第十七條第一項第二款：
捐贈公益慈善機關或團體之捐款不超過綜合所得總額百分之二十者可扣除所得稅
＊捐贈實物之金額部分由國稅局認定(詳見背面頁說明)
＊捐繳單位統一編號：78627211

第一聯：(白色)給捐贈人 第二聯：(藍色)報主計處 第三聯：(黃色)單位報帳用
NO 0055001~NO 0105000 1000本 JS 102 2印

依印花稅法第六條第十四款之規定免貼印花稅票

簽蓋 Signed

彰化縣和美鎮彰美路5段160號

愛心廠商代收發票捐款證明

收到 正德高中 愛心捐獻 104 年 9-10 月份發票計 250 張，感謝 貴校全體師生們，特此證明無誤。

用：本證明僅作為愛心廠商徵信使用，不抵稅。

發票對獎獲得的獎金將作為本學園扶幼捐款之用，

捐款收據將以善心人士名義開立。



謝您的愛心，願意協助早期療育服務經費募款！

彰化縣和美鎮 TEL:04-7693336

104.11.13

敬謝

彰化縣私立家扶發展學園