



古詩今用 ---

唐、宋詩詞與當代生命教育
、社會情緒學習之對話



生命教育 人學探索
建立尊重，人是有情緒，
會思考，會獨立決策的。

生命教育 終極關懷
面向生死，分辨幸福與
道德，反思生命意義。

生命教育 價值思辨
面對倫理與道德議題，
具備理性討論能力。

生命教育 哲學思考
學習理性溝通，
培養思考與信念。

從唐、宋詩詞
探究古今生命教育與
SEL社會情緒學習

生命教育 靈性修養
人格修養，同理心，突
破困境追求幸福。



解讀並分析文獻

蒐集唐、宋詩詞文獻

社會情緒學習
自我覺察與管理，
社會知覺與人際技巧。



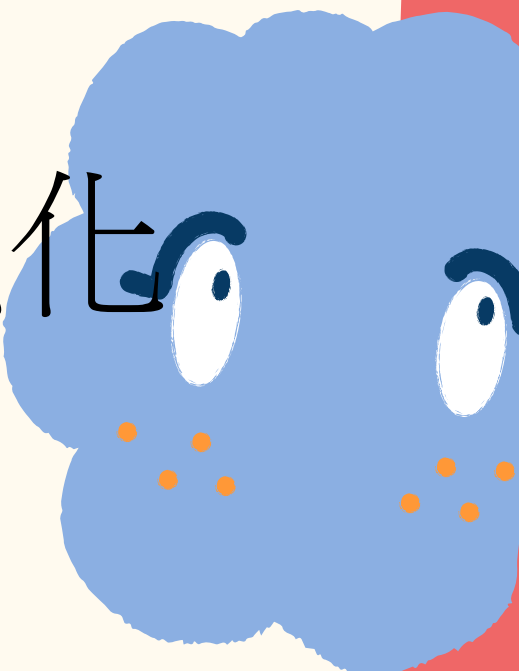
（研究一）生命教育與社會情緒教育的相互關係



生命教育： 反思價值、形塑價值觀、提升內省智慧。

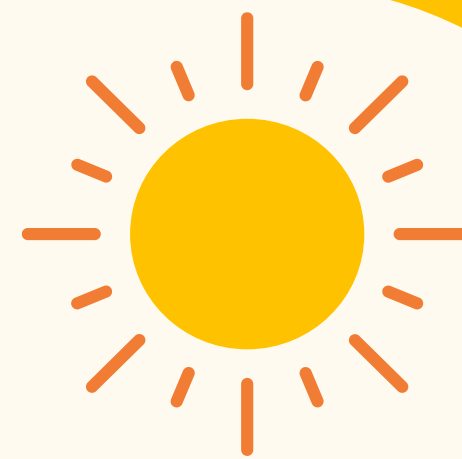
SEL： 養成自我覺察、強化人際互動。

兩者環環相扣，從認識自己出發，走向更有意義的人生





(研究二)



隱藏在唐詩宋詞中的現代生命
教育及社會情緒學習的理念



「江清月近人」，以一種跳脫框架，活在當下的心態突破困境。

唐・孟浩然
〈宿建德江〉

擁有轉念的能力是非常重要的，而這一切皆基於自我覺察與自我管理上，需要建立良好的內省觀念。

失意時的憂愁



唐・王維

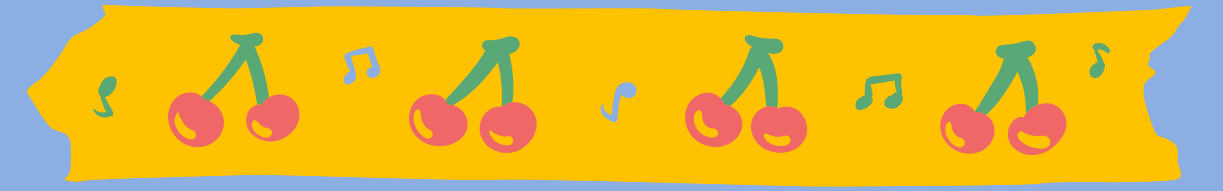
〈山居秋暝〉

〈終南別業〉



「隨意春芳歇」及「行到水窮處，坐看雲起時」寫的便是積極面對人生，當以為到了盡頭，無法再次前行時，此詩給出的答案，便是停下腳步，換個角度思考，便會看到不同光景。

遇到挫折時的困惑



努力爭取目標時，也要享受人生的百態，符合了靈性修養及哲學思考的意涵，思考自己真正想要的是甚麼，提早規劃搜索資源，為自己搭建通往夢想的道路。



宋 · 晏殊
〈滴滴金〉
〈漁家傲〉



面對生命時的悲傷

「時光只解催人老。求得淺歡風日好。」學習「終極關懷」的課題，發揮「自我管理」的能力，努力尊重自己的每一時光。

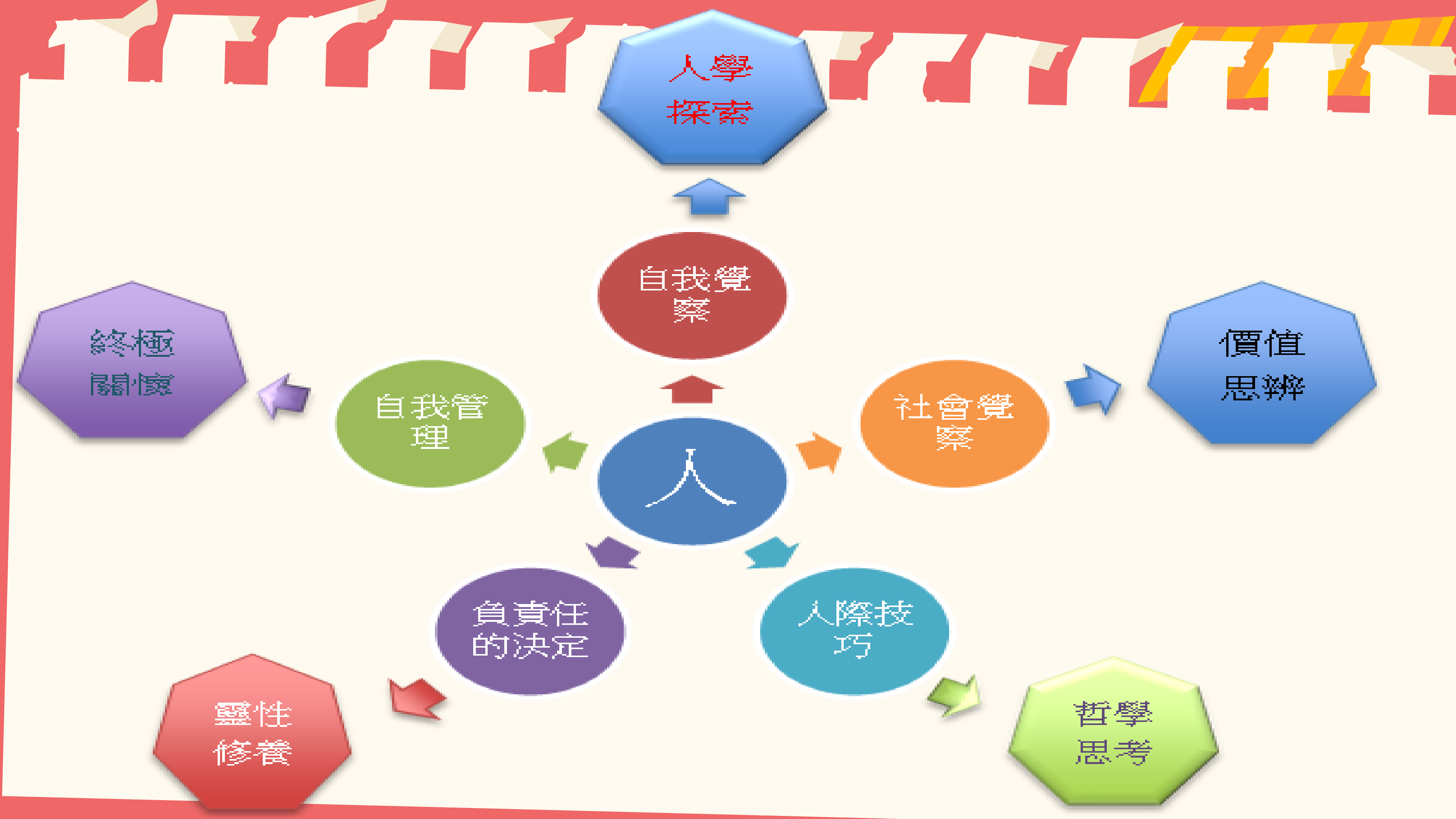
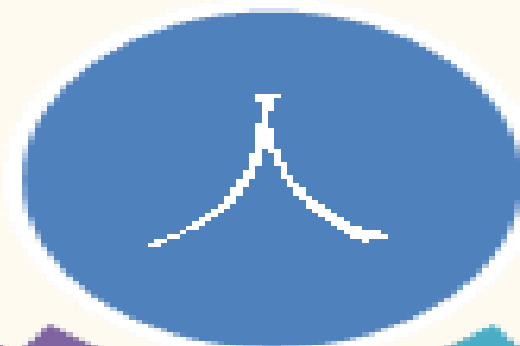
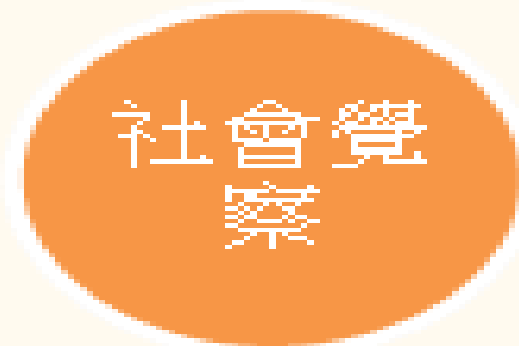
「千里音塵便疏隔，合有人相憶」，展現了對生命的「終極關懷」，對人際關係的處理技巧

宋 · 王安石
〈梅〉



覺察自己的自信

「遙知不是雪，爲有暗香來。」
表達了「自我覺察」的能力，
找到自己的亮點後，取得內心
與外界的平衡，管理自己的人生，
尊重自己的生命。



謝謝您的聆聽！

祝你有美好的一天。

