

親子自我探索心靈成長

｜第六堂｜

108核心素養的時事對話～疫情和缺水

防疫期間，光寶文教基金會推出「親子自我探索心靈成長」的六堂課，透過簡單手作互動及親子的心靈對話，創造美好的家庭時光。



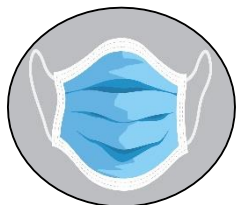
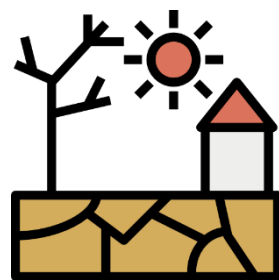
進步主義教育學家杜威，提出

「從做中學」(learning by doing)，他認為學習的成就來自於學習者與環境間的互動，在互動中所產生的知識，對學習者才有意義。



我們所吃的每一口食物和水都來自土壤、森林和自然宇宙的運行，人類原本應有的心理健康狀態，和大自然是息息相關的。

2021年5月，covid-19疫情在台灣爆發社區感染，疫情升至三級警戒，家長與孩子在家自學、分流上班。在防疫的同時，台灣面臨半世紀以來，最嚴重的乾旱危機，許多水庫的蓄水量不到20%，有些甚至低於10%，重創民生與經濟....



疫情與缺水嚴重影響國家與人民深遠，挑戰著每個人的應變和心理調適。如何正向思考、重新設定、進化，讓我們一起探尋疫情過後的生活新方向。



透過生活經驗的覺察與相關文章共讀，共同探討缺水、疫情升溫的嚴峻課題，將真實生活與學習結合，藉由108核心素養的自主對話，親子對話共同提出應對的方式，並實踐社會參與面向中的公民意識。

在親子開始討論之前，可以準備近期相關的時事文章與資訊，做為討論對話的依據。親子可以從生活經驗或從媒體資訊開啟對話，覺察或看見生活有哪些改變或變化。



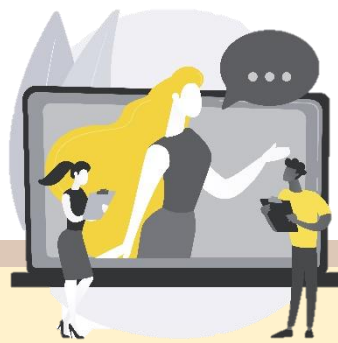
首先，關於缺水的議題討論。可以從生活經驗的覺察問問孩子，像是：以前暑假都會有颱風，有颱風就會下雨，你有發現去年(2020年)沒有什麼颱風嗎？你覺得颱風不來可能有哪些原因呢？



《讓水暢流》作家西格爾 (Seth M. Siegel) 說：

「全球水資源危機的最大問題，

不在氣候或技術，而是我們人類的態度。」

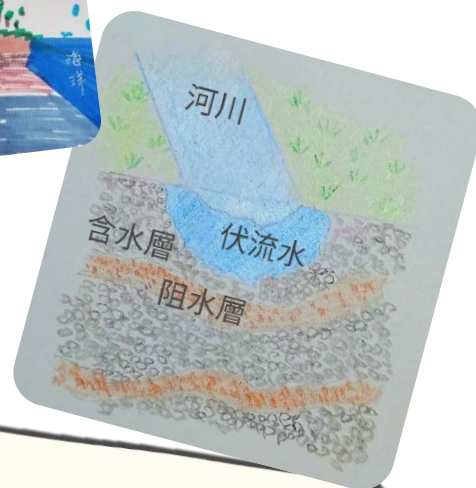
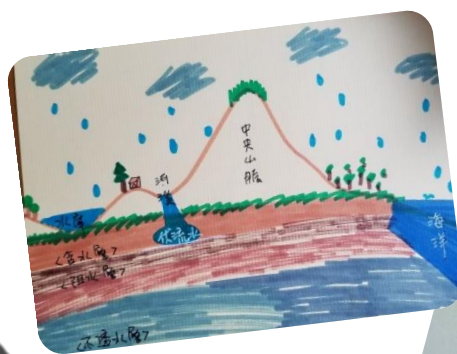


關於水資源及缺水的議題，

建議親子可以從「氣候與地理環境」面向討論。

討論的過程中，可以透過便利貼、心智圖、
照片聯想等方式，共同討論與觀察缺水的影響。

例如...



台灣缺水情況嚴峻，可能與哪
些原因有關？

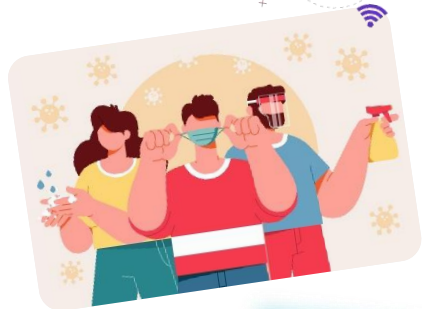
對於台灣的缺水課題，我們可
以做哪些事，進一步珍惜水資
源？

親子也可以透過共讀時事新聞
報導等相關資訊，獲得更多探
討的訊息。例如：什麼是「伏
流水」或是認識沙漠國家以色
列省水的奧秘與故事等。

接著，是大家最近很有感的疫情議題，可從以下三個方向來討論：

1

疫情之前，你的生活樣貌是什麼？



2

疫情之後，自己與家人的生活有哪些改變及影響？

面對這些改變，你有哪些情緒感受？

從中，疫情又教會你哪些事呢？



3

在疫情中，我們可以做哪些事情
照顧自己的身心健康？



愛的叮嚀

不同年齡層的孩子，我們可以有不一樣的活動方式喔！

學齡前的孩子

親子可以一起創作「台灣水庫旅行地圖」的活動與遊戲。



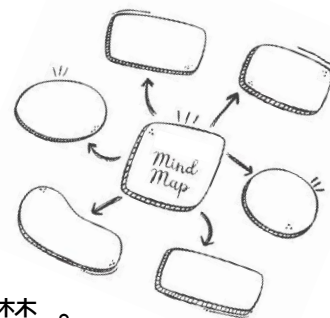
國小中、低年級的孩子

可以運用繪圖和剪貼的方式進行。



國小高年級和國中的孩子

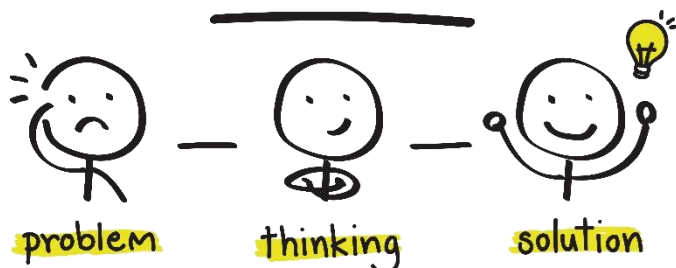
親子可以透過心智圖讓議題的討論及對話更具體、清楚。



生活即是不斷的在嘗試與調整中找到平衡點，期待從生活中學習，建立孩子核心素養的能力，在面對未來多變的社會環境時，也能從多面向思考找到各種可能解方、迎刃而解。

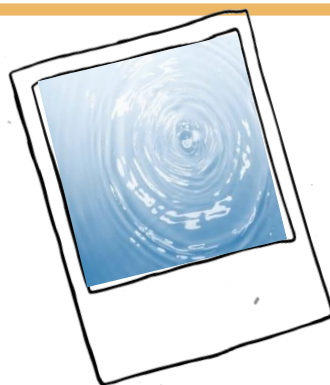


IDEAS



親子生活對話與探索：關於水資源的秘密

親愛的大朋友、小朋友，你經歷過沒有水可以用的生活嗎？
沒有水是不是很不方便呢？沒有水對我們的生活影響很大，
因為我們人體有7成的成分是水、很多工廠也需要水才能運作；
如果沒有水，我們的生活跟經濟都會受到嚴峻的考驗。



『你有看到今年(2021年)臺灣水庫見底、好多地區缺水的新聞嗎？
你有發現去年(2020年)沒有一個颱風登陸台灣嗎？』

『水對我們生活很重要，你有想過我們的水資源怎麼來的嗎？』

『台灣缺水情況嚴峻，可能與哪些原因有關呢？』

『對於台灣的缺水課題，我們可以做哪些事，進一步珍惜水資源？』

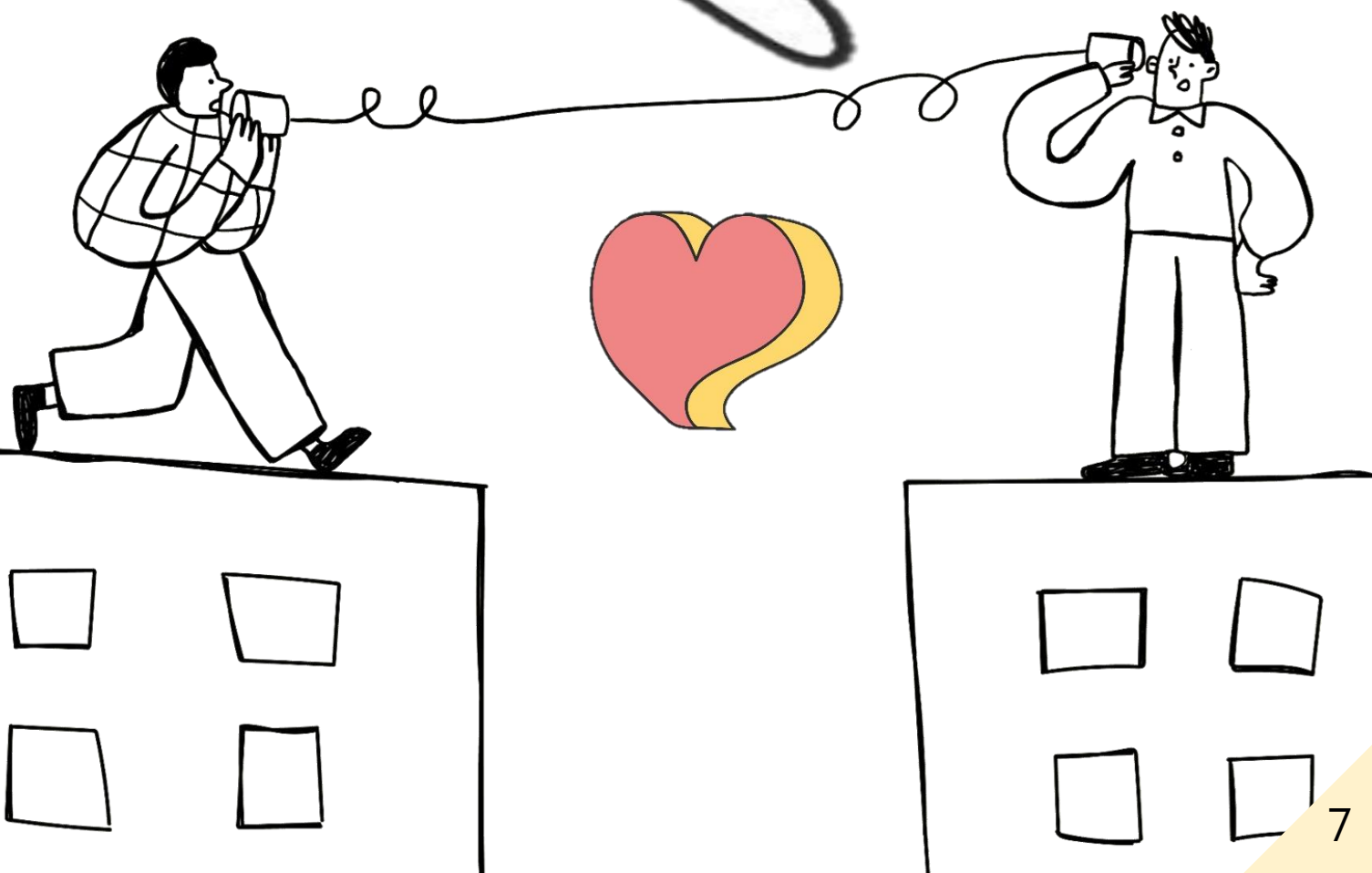
『沙漠國家以色列有一套省水奧秘，讓我們一起來解密！』

『伏流水被視為可開發的資源，伏流水是什麼呢？』

親子生活對話與探索：疫情新生活

親愛的大朋友、小朋友，2021年因為疫情升溫，我們的生活突然產生好多變化，還來不及準備好就要調整適應新的生活模式，回想起來真的很不容易，你是怎麼做到的呢？可以透過心智圖或是照片聯想等方式，彼此分享唷！

- ☀️ 回想一下…疫情之前，自己的生活樣貌是什麼？
- ☀️ 疫情之後，自己與宗人的生活有哪些改變及影響？
- ☀️ 面對這些改變，你有哪些情緒感受？
- ☀️ 要適應這些變化很不簡單，你有發現自己有哪些成長或學習嗎？
- ☀️ 最後…你覺得我們可以做哪些事情照顧自己的身心健康呢？



「親子自我探索心靈成長」系列課程

企劃、製作 / 財團法人光寶文教基金會社區認輔小組

圖片來源 / <https://www.freepik.com/>、
<https://pse.is/3kj674>

參考資料 / 教育部國民及學前教育署108課綱資訊網、
用數據看台灣網站、今周刊新聞

特別感謝 / 社區認輔講師陳碧雯及家人、林秀貞及
女兒徐妤瑄、游靜如、葉馨惠。

社區認輔志工劉雅惠及兒子翁啟華、張
淳嘉及兒子洪翊甯、廖子晴及女兒蔡其
臻、王岱菁及兒子林宗昕。

許明玉及女兒張逸恩、張柔恩。