

十一年級
關懷家人

家庭關係的

後春秋時期



活動一 蓼莪詩廢，瓶罄壘恥

一 影片欣賞

《真人真事改編-阿嬤的衛生紙》



二 討論與分享

1. 片中的阿嬤怎麼了？
2. 面對阿嬤的病情，對主角產生什麼樣的影響？
3. 如果心愛的家人有一天忘記你，你想你會怎麼樣？你能為他做什麼？
4. 想一想家人互動的模式，可能會因為人生不同階段產生什麼樣的變化？
5. 試分享你與阿公、阿嬤互動的故事。
6. 當高齡化社會已成必然趨勢，伴隨而來的醫療和照護的問題，你認為可以怎麼做？



體驗活動

我最愛的你們

1. 寫下你認為重要的家人，包括現在所擁有的及未來可能擁有的，共20位（稱呼）
2. 依照他們在你心目中的地位，依次刪除其中的一部份，最後僅留下最後也最重要的家人（人數不限）。
3. 請分享為何選擇這些最重要家人的原因。

四 總結

家庭有各種組成方式，但「重要家人」在每個人的心中絕對有其不可取代性。

雖然每個人的選擇不同、取捨不同，但一定也有怎樣都無法割捨的情感，試著去覺察這樣日常已習以為常的珍貴情感，「樹欲靜而風不止，子欲養而親不待」，別讓遺憾發生在無法挽回的悲劇之後，從此刻開始擁抱那些曾對你的付出，試著回饋這樣的溫暖情意。

活動二

凱風自南，棘心天天

一

影片欣賞

《媽媽的理髮店》



二 討論與分享

1. 片中母女衝突的原因是什麼？
2. 女兒對媽媽的理解可分為哪些階段？為什麼？
3. 如果你是媽媽，你要如何面對女兒的不諒解？
可以採取什麼樣的處理方式。

三 影片欣賞

爸爸的置物箱



四 討論與分享

1. 片中父女之間有哪些感人的回憶？
2. 女兒對爸爸的態度可分為哪些階段？為什麼？
3. 「家家有本難念的經」，每個家庭的難題不同，談一談你家曾經遇到的問題。如果角色互換，你有沒有更好的解決方法。

五 體驗活動 傳愛

1. 回憶與家人間重要的互動，請寫下你最感謝他的事，及你們曾經發生的衝突。
2. 試著討論該如何面對解決這樣的衝突，感受當時家人的用心，並提出積極的建議。
3. 徵求自願者，現場直接Call out向家人表達感謝，並試著化解過去衝突所產生的心結，最後說出你對他的愛意。

活動三 常棣之華，鄂不韡韡

一 影片欣賞 《姊姊的守護者》

8月14日 姊姊的守護者



為了救姊姊而出生

二 討論與分享

1. 如果你是安娜，你會如何面對姐姐，你願意將自己的腎臟捐給姐姐嗎？
2. 如果你是父母，你要如何面對自己患病的女兒？對於家中其他的兒女又會採取什麼樣的態度？
3. 回想你曾經和兄弟姐妹發生衝突的原因，現在的你如何理解當時兩人之間的矛盾。
4. 如果你是父母，你會如何處理這樣的手足衝突？才能避免災難重演。

☰ 世界咖啡館 如何面對家庭常見的幾種衝突

1. 五人一桌圍坐。由一個人擔任主人 (Table Host)，其他人為意義大使「ambassadors of meaning」。
2. 由主人提出自己所困擾的家庭衝突，意義大使在傾聽後給予意見，說明自己可能採取的解決方法，每個問題有5分鐘對話。
3. 時間到時，除了各桌主人外其他人換桌；加入新的桌次，開始先前的程序。
4. 時間到時，再換下一桌並重覆先前程序。
5. 連續進行三回合的對話（發想→補充→擬定行動計畫），最後全體大匯談（發表）。

四 總結

家家有本難念的經，每個家庭的問題極其不同又極其相似，透過眾人的智慧，找到解決的方法，或破除個人的偏執，你會發現，很多時候困住自己的也是你自己。打開一扇窗，走出來，你會發現外面的世界鳥語花香。

活動四 執子之手，與子偕老

一 影片欣賞

《爸爸的筆記本-
把拔 你會陪我很久嗎？》



二 討論與分享

1. 片中的爸爸怎麼了？
2. 面對家中的爸爸離開了，媽媽的心情怎樣呢？
小明的心情怎樣呢？
3. 試著思考面對家庭重大變故與衝突時，可能出現什麼樣的情緒，該怎麼處理？
4. 如果你是爸爸，面對即將離開的事實，你會如何規劃家庭的未來生活？



體驗活動

幸福家庭大拍賣

1. 每人一張「幸福家庭要素標單」(附錄11-3)，先從中勾選最重要的五個要素，若有標單以外的要素可以添加。
2. 每人各自擁有籌碼10萬，可自由運用籌碼填寫金額在各項要素後面，總金額不得超過10萬，否則為廢標。
3. 開標時每項金額最高者得標，金額相同者，
4. 猜拳贏者得標。

四 討論與分享

1. 我最滿意買到什麼？為什麼？
2. 我最遺憾沒買到什麼？為什麼？
3. 若再做選擇時會是什麼選項？

五 總結

幸福的家庭都是一樣的，但不幸的家庭各有各的不幸。不幸的原因也許有千百種，但幸福的家庭往往都經過長期的思考和周詳的計畫，唯有對自己清楚的認知，才能看清楚未來的方向。

在原生家庭中也會歷經許多快樂與悲傷，但正因如此，讓我們學習、成長，瞭解自己真實的模樣，人生很難十全十美，但只要認清自己心中最重要的事，就能加以掌握，好好開創屬於自己的幸福家庭。