

二〇二一年十二月十一日

靜思語五段式教學
初階課程——

一項議題

時間：早上八點十五分
至下午三點

學員：九十二位

分組：十八組隊

隊輔團隊：十九位

功能團隊：約四十位

地點：馬來西亞

九州十地線上

摘要

●馬來西亞分會首次
舉辦靜思語五段式
教學初階培訓課程
，三天線上課程，
讓學員收穫滿滿，
靜思語教學，在課
堂上能夠授業解惑
，達到內化外行，
自利利他的目標。

因緣

自二〇一五年開始，台灣本會教育團隊，每一年都蒞臨馬來西亞給予靜思語教學的指導與培訓，學員報名踴躍，但因為人數限制，許多學員無法參與，故向本會申請自辦初階課程，並請台灣老師給予指導，包括給予本地講師的培訓。

事前準備

十二月八日晚，四十
六名功能團隊，包含
隊輔，講師齊聚，學
習準確掌控線上視訊
功能，確保連線課程
順利運作。



攝影：余秀娟

● 大山腳王鈺媿師姊負責敲鐘提示時間到，多次嘗試後，最後發現用鋼湯匙敲鋼碗的音效最響亮、最清楚。



課程簡介

第一天的課程內容主要在於分享慈濟教育理念、靜思語和教學目標，靜思語五段式教案設計|體驗活動等，教案演示以及進行線上小組討論及教案實作。

講師簡介 | 吳美芬

師姊是新山在職教師，目前在人文學校擔任師資長，二〇〇一年開始接觸靜思語，今天和學員們分享慈濟教育理念 and 靜思語教學概念。



吳美芬
(在職教師)



慈濟委員
法号：慮芝

- 2000年在檳城师范学院受训，在佛学会讲师带领下，加入慈济环保志工。
- 2001年加入慈青，开始参与慈青活动，在儿童班担任班姐姐时开始接触静思语教学。
- 2003年毕业后被调派至柔佛新山，接触慈济教育志业，开始在青少年班带慈少，当队辅兼师资。
- 2014年因为人文学校社区化，承担其中一间人文学校分校校长。
- 2018年因为家业卸下校长岗位，回归师资。
- 2019年承担师资长至今

攝影：吳美芬

內容簡介——慈濟教育

理念離不開親師生的

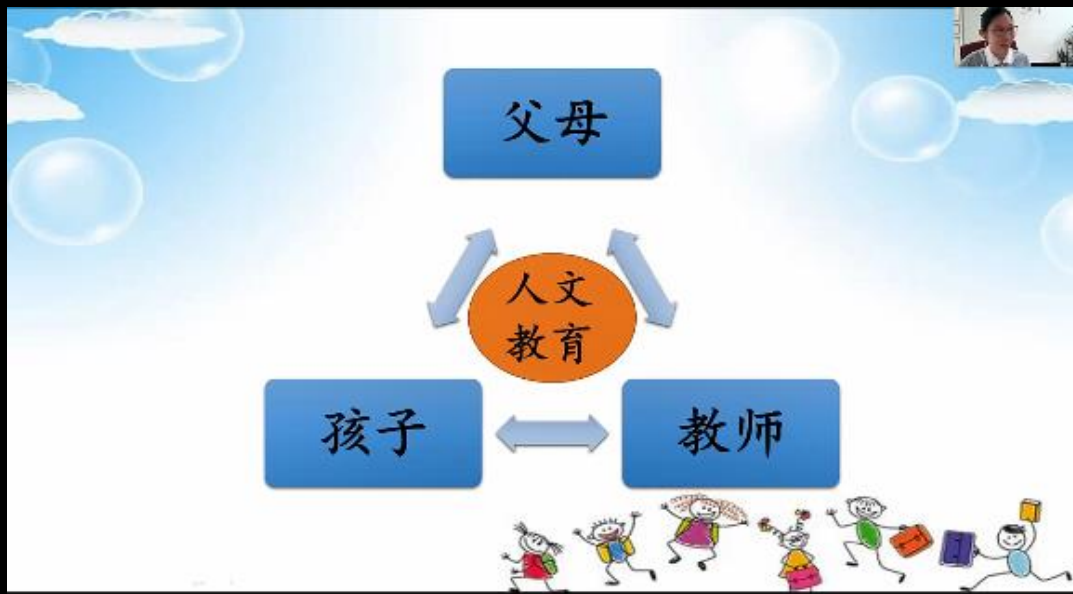
三角關係。故慈濟人

文學校以一親一子的

招生原則，達到生活

，品德，『全人』

『全程』的教育目標。



攝影：黃綉林

● 靜思語可融入環境教育，利用環保原

料做出靜思語牌子，

放在顯眼處。講

師舉例靜思語如何

改變個人的想法，

進而



● 學員們投入學習，
踊躍回饋講師。有
互動，有雙向交流。



攝影：黃綉林



2001年通过慈青加入慈济，
2011年受证。

曾经承担过协力组长，人文学校
队辅，师资长，及联络处负责人。
现任新山支会副负责人。

● 講師簡介——鄭安順（誠忍）師兄大學時期就接觸慈濟，至今已二〇年，曾擔任過人文學校隊輔，師資長，在教學上非常得孩子們喜愛，大家都稱他為安順。

● 內容簡介

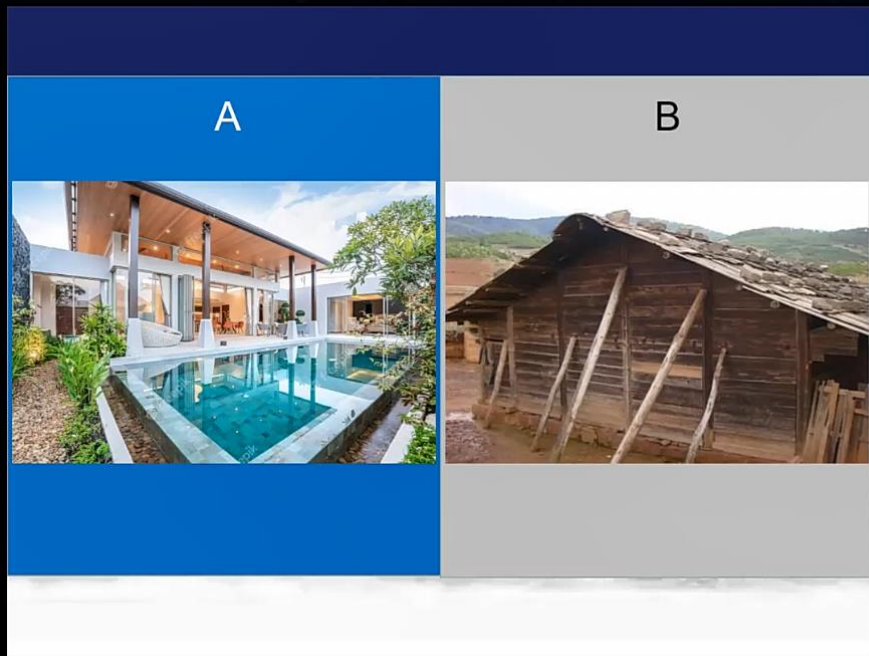
靜思語教學演示——
開始用了小孩都喜歡
的超級英雄！學員百
分百的配合，雖然是
線上，可磁場也不輸
於實體。





內容簡介—體驗遊戲

● 業鳳鳳師姊和朱從源師兄扮演四年級小朋友，兩人都很滿意自己抽到的圖卡，不願更換。

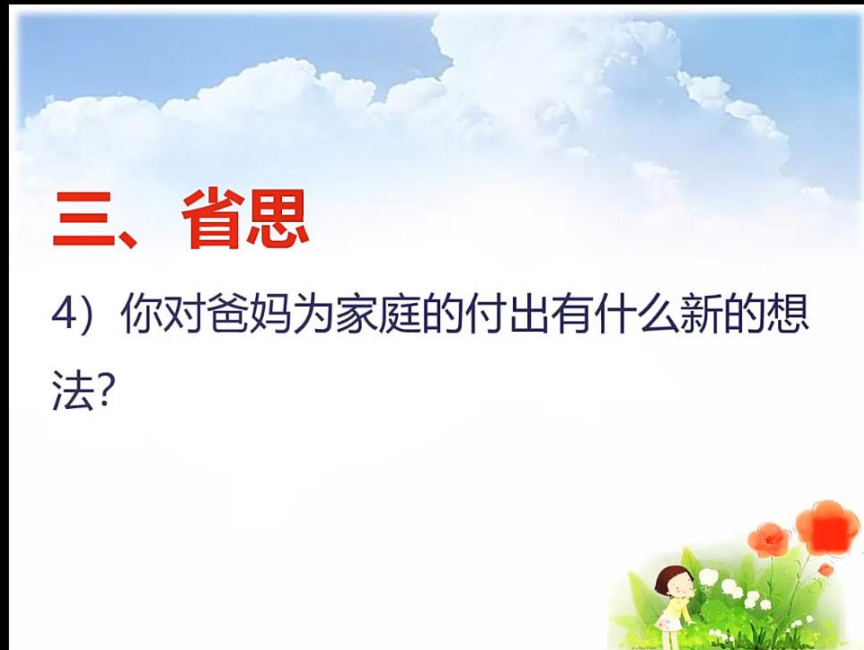




● 內容簡介—講述故事
慈濟人走入哈菲芝
家的故事，讓孩子
看到社會現象，再
連結自身生活經驗

內容簡介—省思

● 這個環節，與孩子們互動，引導孩子分享自己的生活體會。帶出靜思語：知福，惜福，再造



內容簡介—靜思

安順師兄講述自己年輕時，常常羨慕別人

的光鮮亮麗，後來上了這一堂課，才體會父母的辛勞，要珍惜所擁有的，待有能力時，一定要幫助別人。

17

四、靜思

以前我常常羨慕同學住大房子，坐大汽車，人家的爸爸都在大公司工作，媽媽都是穿的漂漂亮亮來接同學放學。同學一家人常常出國旅遊，衣服書包都是用名牌的，零用錢也多，可以常常請同學吃好吃的零食。

而我因為父親生意失敗，欠了大耳窿很多錢，家裡能賣的都賣了，房子車子都賣了，只是住在租來普通的房子，爸爸每天騎摩托車去上班，媽媽每天對我碎碎念，而我每天都需要走半個小時的路到巴士站，坐擁擠的公共巴士去上學。我常常想，為什麼我會生在這樣的家庭，而不是有錢的家庭呢？

上了今天的課程才了解，原來還有人的生活條件是這麼骯髒貧窮的，連一張床都沒有，還沒有錢上學！以前我總覺得媽媽很煩，可是原來沒有媽媽照顧的孩子是那麼可憐！我覺得很慚愧，我有愛我的爸媽，雖然生活不比別人富有，但是比哈菲芝叔叔的家庭幸福多了！如果我爸爸媽媽還健在的話，我會把自己的房間整理好，也分擔家務，聽爸爸媽媽的話，不再埋怨自己沒有富有的生活了。我也想開始投竹筒，幫助有需要的人！

靜思語五段式教學初階培訓課程



攝影：黃綉林

● 和學員們探討如何
實踐。切勿講得天
下無敵，做的時候
無能為力。

五、生活實踐

- 一、每天至少做一件能力所及的家务。
- 二、每天至少为爸妈做一件让他们感到幸福的事。
- 三、在能力所及范围内，每天做一件善事。



內容簡介 | 靜思語

● 學員 | 林蓮心說，最受用的靜思語 | 生氣是短暫的發瘋，因為以前自己脾氣不好，愛生氣，後來參與人文學校，才發現自己一直在發



● 講師提醒學員要在
慈濟官方網站學習
靜思語，才不會有
漏學或者誤學的問題

The screenshot shows a Zoom meeting interface. The main content is a presentation slide with a light blue background. On the left, a cartoon character of a woman in a red top and white skirt points to a large open book. The book has two pages. The left page is numbered '3' with a cartoon cat and contains the text: '靜思語是儒家的思想，重視倫理、崇尚品德。' and '世間有兩件事不能等：一是行孝，二是行善。' Below this is the text '青年靜思小語第12頁'. The right page is numbered '4' with a cartoon girl and contains the text: '靜思語是多元的教育，配合時代、歷久彌新。'. To the right of the slide is a video window showing a woman with glasses speaking. The Zoom control bar at the bottom includes icons for Unmute, Stop Video, Security, Participants (143), Chat (34), Share Screen, Record, Breakout Rooms, Reactions, and a red Leave button.

攝影：黃綉林



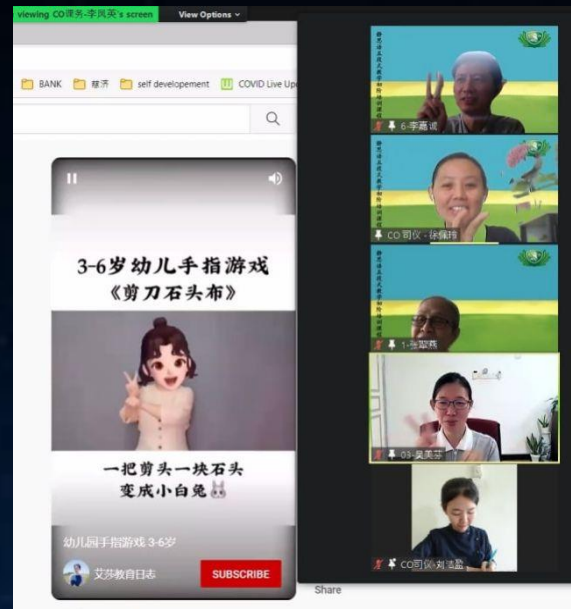
小休一團康

● 主持人 | 徐佩玲帶

動手部團康 | 讓學

員們樂開懷，線上

氣氛熱鬧又活潑。



攝影：黃綉林



《父母是孩子的“模”，老师是学“样”；以好模样，培育孩子正确的人生观。》

这句静思语改变了自己对亲子教育的观念。家就是每一位孩子的第一所学校。如果能让父母找到对的方法来教育孩子，每个家就会是幸福的家庭。

- 2012年因孩子的因缘加入大山脚人文学校。开始接触静思语教学。
- 2014年承担班师资兼副协力组长。同年参加静思语五段教学初级班。年底回台受证。
- 2015-2019年承担班师资长、协力、共修组长。

攝影：黃綉林

講師簡介——梁偉雄（
 惟皓）是經理主管，
 因為孩子因緣而加入
 大山脚人文學校，開
 始接觸靜思語教學。
 這次要跟大家分享體
 驗活動的設計的理論
 與技巧。

簡介 | 體驗活動設計

● 設計教案有如齒輪，需圍繞主題。體驗活動需生動，主動，有感受，有種以境示教，啟發思考的含義。



攝影：黃綉林



● 可以截取靜思語中的重點字句，作為設計的方向。設計項目如遊戲，角色扮演，繪畫，美術

体验活动的设计建议

如何写结语



體
驗
過
後
的
心
得
分
享
，
可
引
導
學
生
做
自
己
的
結
論
，
靜
思
內
省
，
有
所
感
受
，
反
思
進
而
做
出
正
向
的
改
變
。

体验活动教学示范

随意抽取卡

进行方式：
实体课



小組討論時間

● 十八個小組各自入進課室腦力激盪，依據大會給予的主題，學習設計教案，選出靜思語，擬定教學目標，並設計五段式裡面的體驗活動，作出結語



攝影：黃綉林

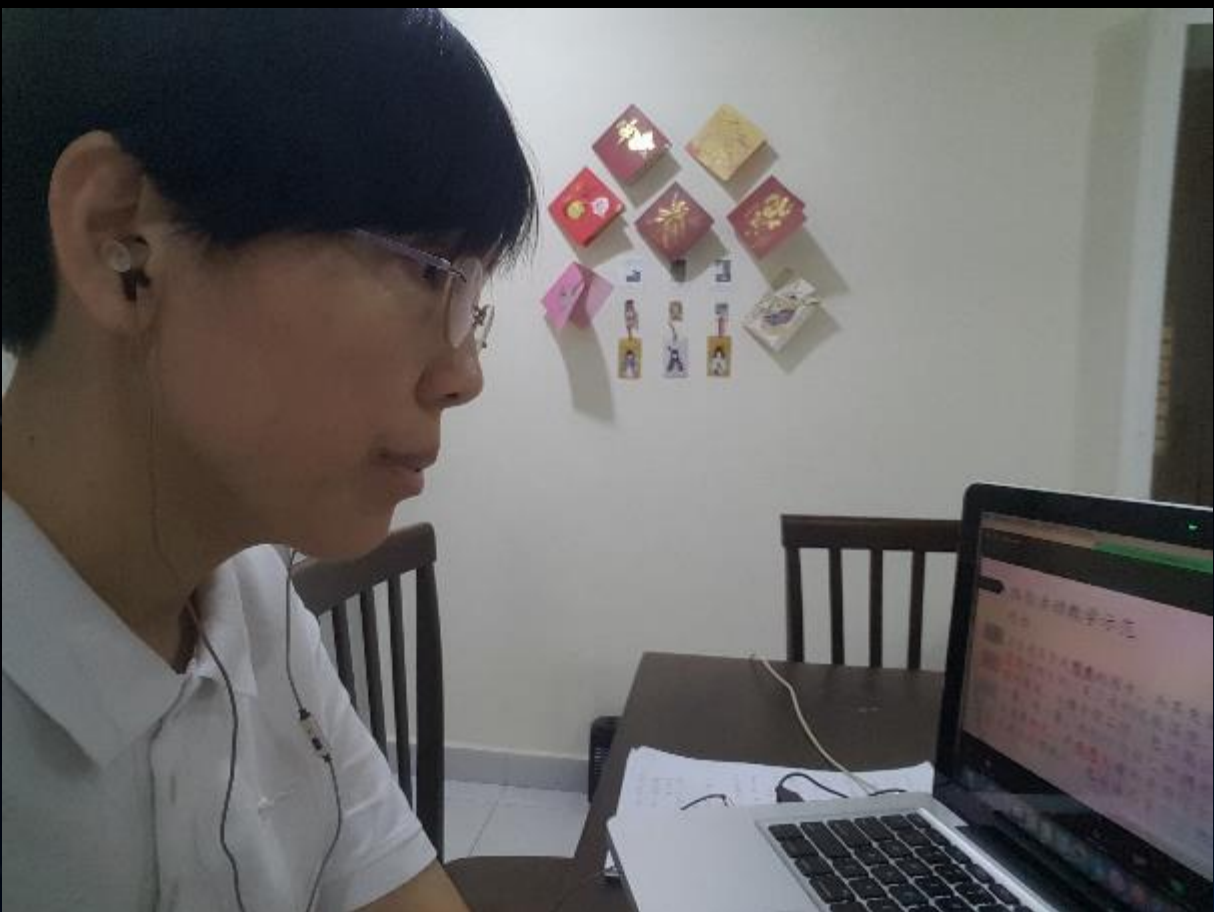
學習白心得

● 陳春佩師姊覺得今天的課程很豐富，老師的解說很詳細，內容排列循序漸進，搭配很多實例。上課有互動和小休，著實受益良多。



學習白心得

● 唐斯佳師姊覺得課程講解清楚，直入重點，生動活潑，加上很多例子和遊戲，內容簡易明了。



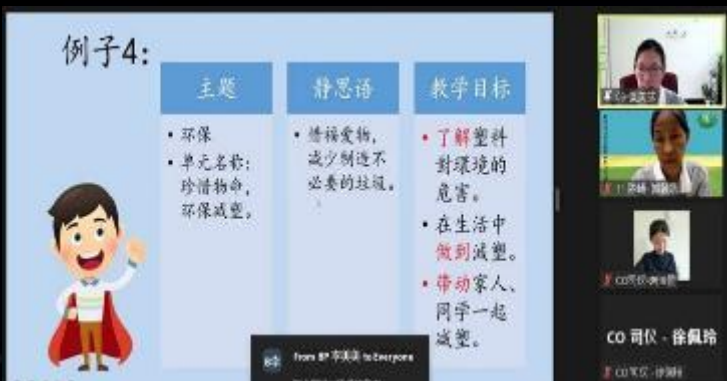
學習白心得

● 隊輔吳如英（慮苾）：
希望能把之前學到的
用來引導大家完成任
務，好好學習及應用
。自己也借機復習，
溫故知新。



學習白心得

● 隊輔謝麗娥覺得每一位講師都很棒，講解清晰。參與今天的課程，溫故知新，獲益良多。期待在陪伴組員們實作的過程，能實際的學以致用。



學習白心得

● 曾志鴻師兄——節目的
編排緊湊，課程內容
豐富紮實，對日後擬
寫教案幫助很大。對
於小休前的互動小游
戲也印像深刻。



學習白心得

● 莫壯秋師姐覺得講師們在課程內容配上很多實例，還有雙向交流，讓課程有趣易懂多了一層了解。



學習白心得

● 隊輔李美珍（慮定）師姐看到學員們從完全不懂要如何去設計教案，到今天課程後的實作學習，進步很多。



學習白心得

● 陳麗花（慈廣）第一

次承擔隊輔，有些緊張和擔心，心想盡力學習把本分做好。對課程學習也很有收穫。

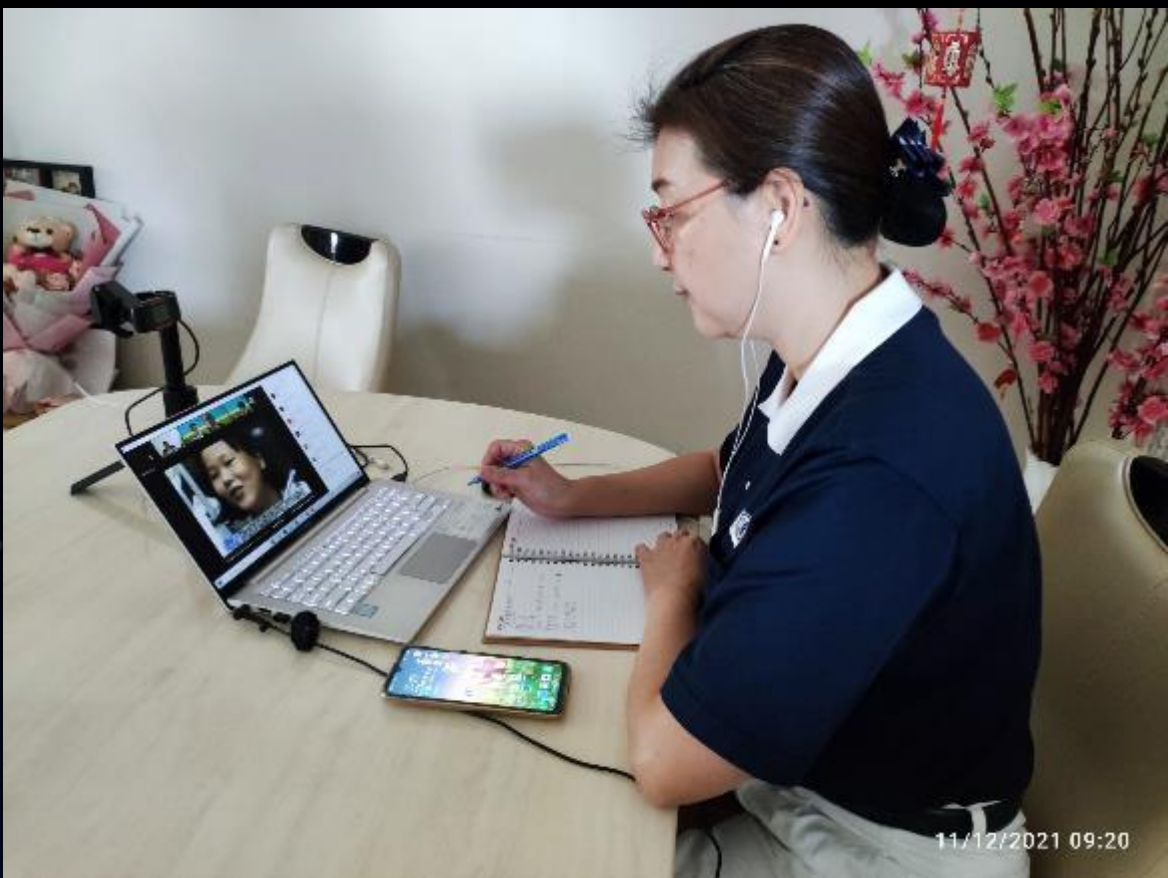


學習白心得

●甘慧敏師姊加入人文學校做隊輔有七年了，上課都是配合班師資帶動孩子學習。今天了解到靜思語教學如何達到教學目標。也看到教案演示的活潑與技巧，另外，團康能夠帶動氣氛。

● 感受到和孩子互動的
模式很重要。

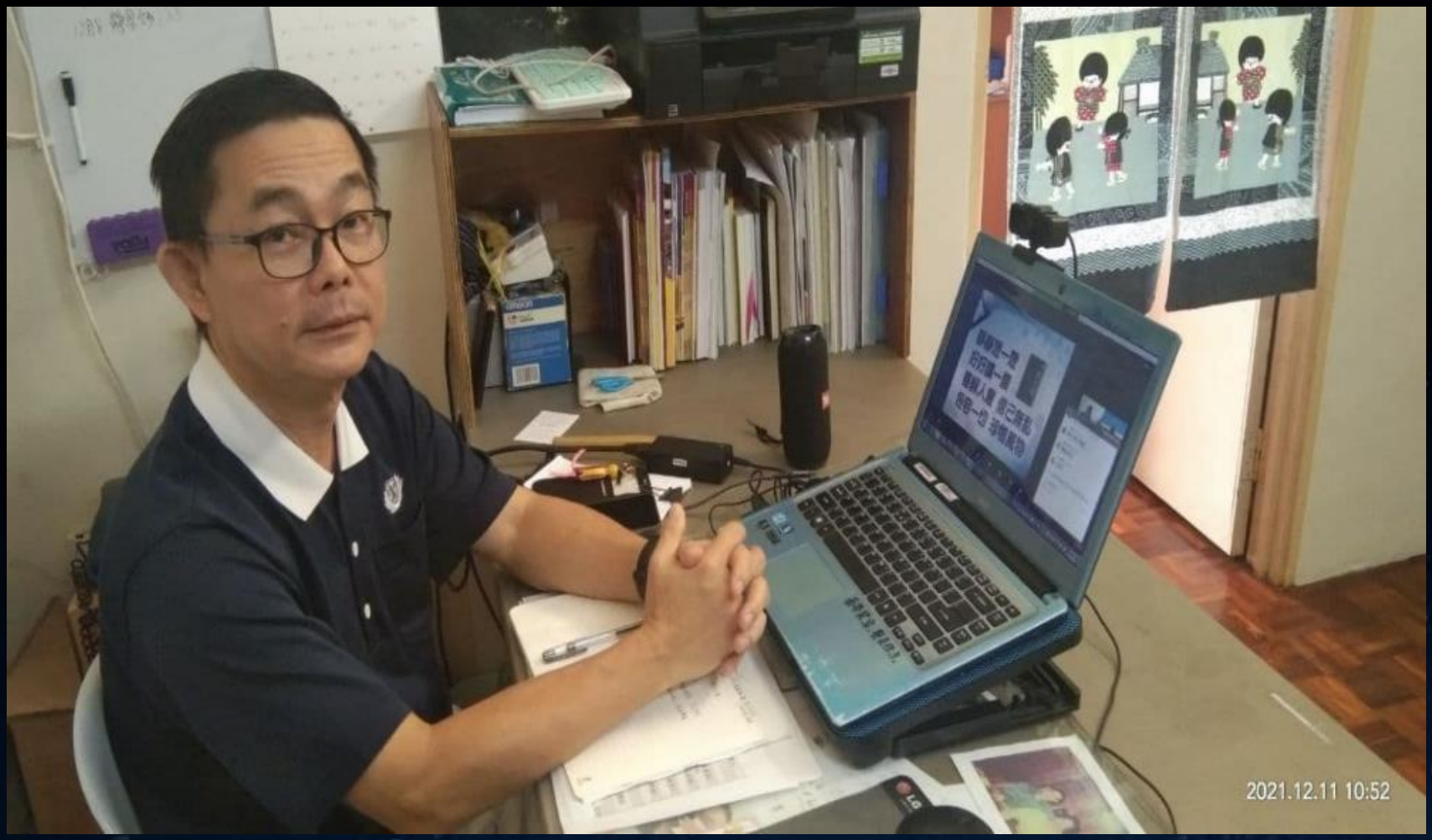
體驗活動設計的最後
，謹記用四個元素—感
受，反思，改變，觀
察，來寫下結語。



學習白心得

● 隊輔薛順義師兄和同修師姊一起參加這次的課程。因為事務繁忙，早上在家上線，下半段則轉到會所上線。感恩孩子的善解願意在補習老師家多等一個小時，也感恩組員，在分組討論時，各自發揮功能，補位承擔。

讓分組討論得以順利的進行。



學習白心得

●來自彭亨關丹陳雪霈
師姊感覺仿佛回到當
初執教的初心。美芬
師姊分享的『給七分
表現的孩子，十二分
的讚美』，讓她看到
自己的不足。課程中
具體地示範了如何設
計有效體驗活動和提
問的技巧來達到教學
目標。



靜思語教學中動靜態
的結合，也能讓孩子
們更有效率的進行自
我反思。這次課程對
她來說太有意義了。

學習白心得

● 隊輔李依玲師姊讚歎
組員們都很準時上線
，全程充分配合！尤
其組內一位八十歲的
師姊全場認真聽課，
還兩次開麥克風給予
講師回應，精進的精
神令人贊賞！

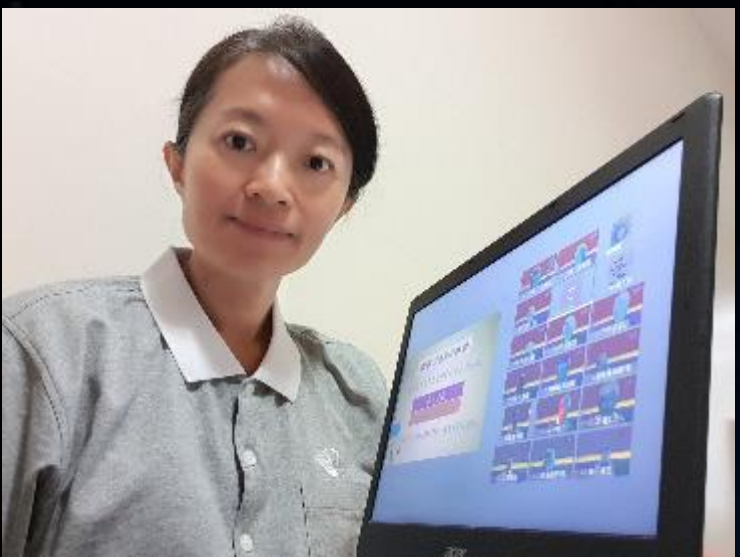


● 對於第一次要演示的教案雖然無法在一小時內完成，不過她相信組員們一定可以順利完成。



學習白心得

● 邱妮妮師姊了解到選擇的靜思語，最好簡短易掌握。教學目標和結語要契合，以觀察、感受、反思和改變的思維來做出結語。對編寫教案較能掌握了。



學習白心得

● 劉康文師兄——慈濟教

育不只是一味的傳授
知識，而要做到《傳
之以禮；育之以德；
傳之以道；導之以正
》。講師一一地分解
說明，教案設計，每
一步都要用心。



學習白心得

● 洪彩玲師姊 | 五段式

設計每個步驟都環環相扣，讓孩子有感受並產生共鳴，進而實踐在生活中。真的是缺一不可。以往上課都是用已經編排好的教案，今天在組討論時才發現編排課程不如想像中的簡單，

● 選擇靜思語和體驗活動必須依據孩子的年齡層為考量，以前需要花很多時間找靜思語，但今天講師分享了五個與靜思語相關的官方網站，收到這份禮物很



恭祝
上人

法體安康

常住世間

法輪常轉

馬來西亞分會

峇株巴轄聯絡處

負責人柯慈林

暨全體靜思弟子

恭敬頂禮