

Life Skills

談綜合活動「家庭生活活動」、「家政教育實習」之教學

國立臺灣師範大學人類發展與家庭學系 林如萍副教授

將「Sewing & Cooking」視為「家政」之同義，
是錯將「手段」當「目的」的嚴重謬思！

在 Betty Lamp* 不滅的火焰中，我們看見家政的精神與教學目標

回顧「九年一貫課程」一路走來，就國中階段來說，截至今年已走完三年一輪。然而，綜合活動在國中階段實施，爭議最大的「分科教學」？或「領域統整」？於國中教學現場仍屬各自表述。作為師資培育機構的教學與研究者，這幾年來，也同時以「家政專長」的身份，參與推動九年一貫課程「綜合活動學習領域」之相關委員會工作，我常常要面對：「課程精神理想」與「教學現實環境」二者不同的挑戰。於是，「釐清政策規範、分析理論確立核心價值、發展可行策略」是我對自己訂下的「行動指針」與「角色期許」！在台北市綜合活動輔導團的邀約下，將自己以一個「家政人」，走過「綜合活動領域」發展的一路思考與大家分享，野人獻曝！但也衷心盼望激發對話，澄清理念，產生不斷創新的教學。

一、政策規範之釐清：「家政」在九年一貫課程中的定位

九年一貫課程綱要草案公佈之初，現場的國中家政教師從一開始對家政定位的不瞭解，至今，多數教師已十分清楚：「『家政』是綜合活動學習領域的一環」，但事實上，應更進一步仔細推敲「家政」在九年一貫課程綱要中的定位，方能掌握教學之設計。

1. 「家政活動」是綜合活動內涵之一

依據九年一貫課程綱要中對各學習領域的界定，「『綜合活動』學習領域的範圍包含各項能夠引導學習者進行實踐、體驗與省思，並能驗證與應用所知的活動。原國中小的輔導活動、童軍活動、家政活動、團體活動等，因頗能符合本領域的課程目標，故包含在本學習領域的範圍內」（教育部,2003）。

2. 「家庭生活活動」是綜合活動學習領域之「十大指定內涵」之一

「綜合活動學習領域」中揭示了「十大指定內涵」，該十項「…十分重要的教學活動，學校必須進行相關課程的規劃與教學，不能省略、刻意淡化或稀釋」（教育部,2003），十大指定內涵中之「家庭生活活動」，旨在：「在家庭與學校活動中，培養與實踐基本生活能力，透過個人、家庭、學校與社區的互動，增進家人關係，體察愛、被愛與關懷」。



3. 「家政教育」議題之「家政教育實習」應於綜合活動領域中執行

依據九年一貫課程綱要中有關六大議題的陳述，「家政教育議題」中清楚指出：「家政教育內涵為國民教育階段學生必備的基本家政素養，也是學生統整各領域知識應用於生活的知能。因此『家政教育』學習內涵包括兩部份：一為融入七大學習領域，另一為家政教育實習。……有關家政教育課程實習（包括家庭與生活管理活動、飲食生活活動以及衣著生活活動等三部份）課程安排在二至九年級，其中二到四年級為每學年 4 節，五至八年級為每學年 24 節，九年級每學年 20-24 節的學習時間，於綜合活動領域中執行，所佔時間應不少於學校領域總教學時間之 1.25%。」（教育部,2003）。具體來說，九年一貫課程中家政教育作為一個議題，除被動地以融入方式呈現於七大領域之教學，更清楚指出：「家政教育實習」應於綜合活動領域中執行，換算其最低規定，以七年級為例，每學期不得低於七節課（領域學習節數 28 節×每學期上課 20 週×1.25%=7 節）。

綜前述分析，「家政」在九年一貫課程中的定位，若聚焦於綜合活動學習領域來看，「家政」是綜合活動學習領域所包含的活動之一，是學校必須進行的十大指定內涵之一，且依規定綜合活動領域每學期均應進行「家政教育」議題中之「家政教育實習」。

二、分析理論確立核心價值：家政教學之核心價值

十九世紀，在Ellen H. Richards女士的倡導下美國興起「家政」運動，這位麻省理工學院（Massachusetts Institute of Technology, MIT）首位的女性教授，她關注當時社會上有關食物營養、兒童保育、公共衛生、消費、及女性權利等議題，並極力倡導應用科學及管理概念於家庭生活之改善，歷經多次會議（Lake Placid Conference）討論凝聚共識，1909成立了「美國家政學會」（American Home Economics Association），其主要宗旨即是「改善生活」（林如萍，2003）。回顧家政領域發展之初，當時的家庭普遍資源不足，「飲食」、「經濟」等具體生活條件的改善是最迫切與重要的，因此食物營養、烹調、家庭管理等教導便成為家政教育中重要的內涵。於是，一般人對「家政」的印象便停留在「Sewing & Cooking」，並視之為女子持家技能的訓練，此實為「錯將手段，當成目的」的謬誤！若進一步探究當時的時空背景與教育內涵，便能體會家政教學之核心價值，並非僅是「技能」的教導！

1. 以「應用科學」出發，「改善生活」為目標：「創新、服務、做中學」之家政理念與精神

以家政領域中「家庭管理」的教導為例，早期課程聚焦於「家務工作」、「居家設備」、「家庭護理」、「家庭簿記」等實務操作，以期協助女性工作的角色。在

第一次世界大戰前後的時期，大學開始以「住宅實驗室」的做法來教導學生學習並實際應用家庭管理的技巧，即所謂的「實習住宅」(Practice House)(Gross, Crandall, & Knoll, 1980)，此實為「作中學」理念的具體展現。再者，受到管理領域研究發展之影響，應用科學管理 (scientific management) 中的「工作簡化」(work simplification) 的概念，興起「家務工作簡化」，以其透過家務效率提升生活品質；繼之，二次大戰期間，由於人力短缺，不論是工廠、農場或家庭中，工作簡化的概念受到矚目與重視，1943 年美國的家政推廣服務體系，透過「普渡工作簡化研討會」(The Purdue Work Simplification Conference) 訓練大批家政推廣人員，將「家務工作簡化」推廣至鄉村地區，幫助農家克服人力不足的困難。其後「家務工作簡化」的概念被應用於特殊需求的對象，以協助其生活適應等復建工作。1948 年，美國心臟病協會成立「心臟廚房」(Heart Kitchens)，為心臟病患者發展節省時間、體力，合宜的廚房設備與訓練課程，使其能如一般人一樣於家庭中製備三餐，其後亦發展出協助不同殘障者 (如：關節炎、半身不遂等) 的各類設備與訓練，嗣後更逐步發展為協助殘障者的復建工作 (林如萍，2005)。由家政教育中有關「家庭管理」的教導，可以看出教育的目的並非僅是家務工作技能的訓練，而是透過應用科學方法，強調實地應用的「作中學」，協助人們「改善生活」，而由此例更可見「家政」堅持的理念與精神--「創新、服務、作中學」。

2.學習「生活技能」，裝備日常生活所需技能之知識與能力

隨著時代與環境的改變，「家政」亦力圖符應現代家庭的需要，90年代面對學科分化及大學相關科系之發展需要，美國之家政學會更名為「家庭與消費科學學會」(American Association of Family and Consumer Sciences, AAFCS)，並倡導「生活技能」(life skills) 的教導，主張：生活技能是「日常生活所需技能之知識與能力」(AAFCS, n.d.-b)，生活技能課程對於協助學生發展以達到他們理想的生活，以及強化社區組織而言是十分重要的。整體來說，「生活技能」是一多面向之概念架構，凸顯了各年齡層個體的發展任務，為個體自我成長、適應生活所必需學習的，亦能促使個體成功地經營生活，因此生活技能的種類會因目標群眾的需求而有所不同。美國的全國家庭與消費科學州管理者協會 (National Association of State Administrators for Family and Consumer Sciences [NASAFACS]) 依據家庭生活所需的知識與技能，以及在相關職業生涯成功所需的知識與技能，建構發展出一套完整的「家庭與消費科學教育國家標準 (National Standards of Family and Consumer Sciences)」，此標準提供了一個符合個人準備在社會生活，以及生涯預備的參考體系，其中「家庭與個人」方面的學習是每位學生所必須的基礎，課程的重心便是「生活技能」的學習，包括十六項學習內涵，其中之七項則被列為核心項目 (NASAFACS, 1998) (表1)。



表1 美國家庭與消費科學教育標準：「家庭與個人」之主題

1.職業、社區與家庭的連結	2.消費與家庭資源
3.消費者服務	4.兒童教育與服務
5.設備管理與維護	6.家庭
7.家庭與社區服務	8.食物製備與服務
9.食品科學、飲食學、及營養學	10.旅館、觀光旅遊與休閒
11.住宅、室內裝潢	12.人類發展
13.人際關係	14.營養與健康
15.子女養育	16.織物與服裝

資料來源：AFFCS (1998)。

對照來說，AAFCs提出「生活技能」的內涵與「九年一貫課程綱要」中的「家政教育議題」主要內容架構十分相近。另一方面，也可見其受美國60年代開始，教育改革提出之「關鍵能力（key skills或key competencies）」概念的啓發，以「能力」為中心發展教育方案的策略。事實上，此與九年一貫課程改革的核心精神之一「學會帶得走的能力」是相呼應的。AAFCs並以11、12年級（高二、高三）學生為對象，發展了「生活技能」課程內容，闡述青少年階段應具備之生活技能的內涵（表2）。

表2「生活技能」課程內容：以11、12年級學生為對象

1. 自我評估--人格 / 能力與天賦 / 興趣
2. 價值、目標--定義 / 需要、想要 / 價值與目標的來源
3. 資源分析--人力資源：知識、技能與能量 / 物質資源：時間、金錢、社區
4. 與他人的關係--溝通：語言、非語言、肢體語言、阻礙因素 / 關係：家庭、朋友、婚姻、親子
5. 高等教育/職業--中學後教育 / 職業 / 就業
6. 金錢管理--支票 / 預算 / 銀行服務 / 貸款及投資利率
7. 消費者教育--購物的指引及技巧 / 保證書 / 消費者法律、消費者投訴機構 / 保險 / 休閒時間 / 交通運輸
8. 住宅--租屋 / 購買住宅 / 合法性
9. 食物選擇與製備--營養 / 菜單設計與預算 / 採購技巧 / 簡單餐點製備
10. 衣著--計劃與選擇 / 衣物選購 / 衣物保養與維護
11. 健康維護--需求 / 費用 / 種類 / 健康檢查
12. 服務學習--需求評估 / 適當的計劃與經驗
13. 職業技巧與機會--職涯探究 / 職涯選擇 / 工作場域的技能

資料來源：林如萍，(2005)。

三、發展可行策略：設計符應綜合活動領域精神之活動課程

於綜合活動學習領域來看，「家庭生活活動」、「家政實習」的教學設計應如何進行，方能落實綜合活動的領域精神與目標？

1. 「整合」與「生活應用」

就「家政教育議題」的課程目標來看，其強調：「『家政』是一整合而實用的課程，學生從家政活動中，體驗實際生活，學習基本生活知能」，並舉「飲食」為例，指出：買菜、點菜、餐會時的人際互動，可整合語文與數學知能；烹調活動則整合了物理、化學中有關營養、能源、餐具等材料科學、以及美學等知能；對飲食口味、嗜好與飲食文化的認識，則又與地理、歷史等有關（教育部，2003）。換言之，透過活動而達成「統整」與「應用」是教學設計的重點。「統整」指的並非僅是各領域所學知能的綜合，更是「知識、態度、技能」的統整。因此，以「飲食」為題的家庭生活活動設計中，除安排學生動手實際進行烹調活動，並體驗營養、甚至物理、化學知識在生活中的實際應用，進一步引導學生反思「飲食與健康生活」的關聯，進而能應用於每日生活之中，力行健康飲食。如此一來，「烹調活動」的重點不再只是教導「技能」，而是「生活技能」的實踐，「能知、能思、能行」成爲此一「家庭生活活動」終極的教學目標！

一個國一的孩子，在動手包水餃的活動中，聽了有關「除夕夜」吃水餃稱之元寶的傳統中國飲食文化，透過自己動手作的過程，體驗了洗菜、切菜、剁肉、調味等，學會基本的烹調技能，而在水餃下鍋時，他對於「水餃浮起，就表示熟了」的說法產生好奇，透過觀察「水餃剛下鍋，下沉鍋底，煮熟則浮起」的現象，他進一步搜集資料，寫下了一則由包水餃體驗「浮力原理」的小詩（附錄一），呈現了他「包水餃、學物理」的有趣體驗。

2. 掌握「活動課程」之精神：活動「內容」與活動「方式」交互運作

由前述例子，突顯了家政教學設計的另一個關鍵，老師需能掌握「活動課程」之精神！具體來說，活動課程的體現是由活動「內容」與活動「方式」交互運作而成，因此特別強調：「活」的開放性與多元性、「動」的參與感受與實踐性、「課程」的組織性。透過教師引導學習情境，提供多種可能的思考，所有學習者在學習情境中合作、選擇和組織，展現自由思考的興趣。以「經驗學習圈」（Experiential Learning Cycle）的模式來看，要達到行爲的改變或學習的轉移，首先需藉由活動提供學習者對某些事物具體的學習經驗，然後透過教師的導引，學生得以反思活動中的所見所聞、親身感受的經驗；接著，教師運用技巧，帶領學生思考活動中的種種經驗，與實際生活有哪些關聯與相似之處，將學習的經驗普遍化與抽象化；最後，引導學生思考個人在活動中的體驗與省思，可以如何應用

於生活，並鼓勵其作出行為改變的承諾，產生學習的轉移（蔡居澤，2003）。當個人產生學習的轉移，除了得以進一步地反饋、實踐於真實生活之外，這樣的過程（體驗→反思→形成通則→應用）是不斷循環發展的。

具體來說，在家政教學中，老師如何能透過活動而達成「統整」與「應用」的教學目標？活動「內容」與活動「方式」是交互相關，共同運作而成，老師除了安排符合學生興趣與生活經驗的活動之外，學生實際體驗的反思引導更是重要。因此，包水餃不是要學生「照著食譜」作，老師需引導學生動手作，更要引導學生思考過程的關鍵因素「是什麼？為什麼？」，以及「未來還可以如何？」的聯想與應用。於是從此，動手為自己準備餐食不再困難，而阿基米德的「浮力原理」也不再抽象與遙遠，真正成為生活中的應用，如此，也許我們可以期望：孩子學會真正「帶得走的能力」！

參考文獻：

一、中文部份

- 林如萍(2003)。鄉村生活促進—以生活技能為導向之整合策略。行政院農業委員會九十三年度農業人力資源之研究計畫(93農科-1.6.4輔-#1)。
- 林如萍(2005)。家庭資源管理的發展。載於林如萍、周麗端、徐達光、柯澍馨、唐先梅合著，*家庭資源與管理*，台北：空中大學。
- 教育部（2003）。九年一貫國民中小學課程綱要。台北市：教育部。
- 蔡居澤（2003）。活動課程教學基本策略之探討。翰林文教月訊，6，3-6。

二、英文部份

- American Association of Family and Consumer Sciences (2004). *Life skills course description*. Retrieved December 15, 2004, from <http://www.aafcs.org/resources/framework.html>
- Gross, I. H., Crandall, E. W., & Knoll, M. M. (1980). *Management For Modern Families* (4nd.). New Jersey: Prentice-Hall, Inc.

*註：貝蒂油燈 (Betty Lamp)，為殖民時期家戶常見之照明用具，此燈之名源於德文 "besser" 或 "bete," 意即 -- 「to make better」，家政學會於 1926 年以其為學會標誌，象徵其「改善個人、家庭及社區生活」的宗旨。



附錄一：阿基米德煮水餃 (師大附中國中部 162 李宇璿)

又白又胖大水餃，逐一下鍋沉鍋底；
浮力浮力顯魔法，
排開水量是浮力，煮熟變大浮力增；
浮力現象處處有，
阿基米德愛洗澡，曹沖機智稱大象；
洗澡游泳稱大象；
學習物理樂趣多。

