

投稿類別：社會關懷

篇名：

光華有品

作者：

沈宥綺。光華國小。五年甲班

沈織識。光華國小。五年甲班

林奕宸。光華國小。五年甲班

指導老師：

劉妙珮老師

辜淑娟老師

壹、前言

一、研究動機

在我們的班級裡，多數同學個性比較內向，對自己缺乏信心。課堂上，大家很少主動發言，也不太敢發表自己的想法，面對新的挑戰或活動時，我們常常會因為擔心失敗、害怕犯錯，而不敢嘗試。老師們不斷的鼓勵我們，希望我們可以勇敢一點、相信自己多一點。去年我們參與「品格學院」課程後，發現自己有些轉變，變得更加自信，不再那麼害羞，以前總是沉默不語的同學，現在也願意在小組討論中多說幾句話，更積極地參與小組討論。

當我們面臨困難或爭執時，我們學會以正向的態度思考，先傾聽對方的想法，再思考自己的立場和表達方式。這樣不僅可以避免不必要的衝突，也幫助我們找到更好的合作方法。

品格學院老師的教學方式生動有趣，讓我們在遊戲與活動中自然習得品格觀念，這樣的學習經驗使我們收穫良多，也感到喜悅。我們因此產生好奇，想要進一步探究學院創辦的初衷、課程設計的理念與方法，以及教師在教學過程中可能面臨的挑戰。

透過這項研究，我們希望能夠更全面地認識品格學院，並將這份正向學習經驗推廣給更多同學，一起實踐「Be Smart and Good」的精神。

二、研究目的

- (一)探討品格學院創辦的理念與目標，以及推動的背景原因。
- (二)探討品格學院授課老師對品格教育課程的設計理念、教學方法及實踐經驗。
- (三)以光華國小現職教師之訪談資料出發，探討品格學院課程對學生學習、行為、課程與教師支持度的實際影響，進一步歸納課程推動的優勢與挑戰，並提出後續實施建議。
- (四)了解學生在參與課程學習歷程中的實際感受以及在品格養成方面的學習成效。

貳、正文

一、品格學院簡介

花蓮品格學院是由宏達文教基金會創立的第一所品格學院，作為基金會推動品格教育的重要起點。自花蓮開始後，基金會陸續在雲林、嘉義、臺東及南投等地成立品格學院，擴大推動在地兒童及青少年的品格培育工作。因為「品格英語學院」已於 2025 年 8 月 1 日正式更名為「品格學院」，本研究所有內容都以「品格學院」稱之。

二、研究方法與流程

(一)研究方法與對象：

1、訪談法：採用訪談法作為主要的研究方法。此次研究以品格學院院長、品格教育課程老師、以及學校教師為主要的訪談對象，可以從不同層面深入了解品格教育的運作與挑戰。

2、問卷調查法：為了進一步了解學生對於品格學院課程的感受與回饋，本研究採用了問卷調查法。問卷調查針對的是南華國小、志學國小、中原國小美術班及光華國小五、六年級的學生，這些學生均參與過品格學院的課程。通過問卷調查，了解學生對於品格教育的看法、參與課程後的變化及課程效果的評價。

(二)研究流程：如下圖

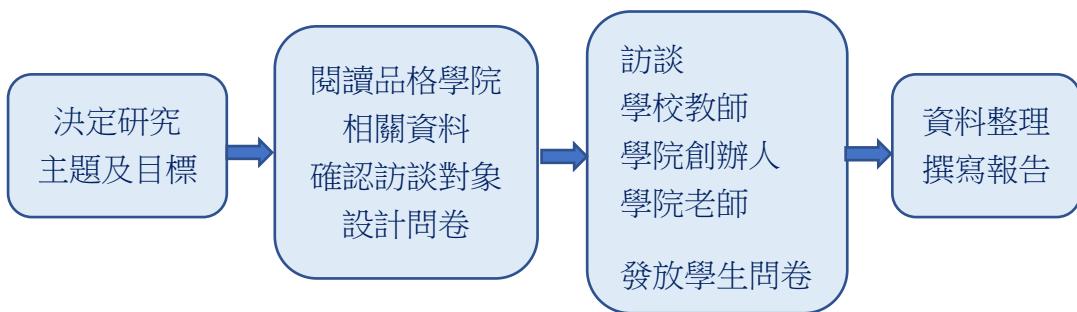


圖 1：研究流程圖

(三)訪談結果整理

1、訪問品格學院院長與授課老師，了解學院創立的初衷、課程設計理念，以及在教學過程中面臨的挑戰。以表格的方式整理訪談紀錄，清晰呈現訪談提問、受訪者陳述摘要與重點。

表 1 為院長訪談內容的統整歸納分析報告，涵蓋歷史背景、理念初衷、課程設計、推展過程與教育價值等面向：

表 1 品格學院院長訪談內容

主題	訪談摘要	重點歸納
一、品格學院發展歷程與背景		
品格學院歷史沿革	宏達文教基金會成立於 2002 年，初期從事兒童資助計畫，2004 年起轉向品格教育。2007 年與花蓮北昌國小合作成立品格學院，2008 年正式開課並引進外師授課。	1.2007 年成立品格學院 2.2008 年正式開課

二、辦學理念與教學核心		
成立初衷	希望孩子擁有正確價值觀與良好品格，相信「以善為本」的普世教誨，透過教育落實善的行為。	1.重視價值觀與品格養成 2.教育是實踐善的具體方法
學習目標	除了英文學習，更重視「做人做事」的道理。強調五大核心品格：感恩、負責、誠實、正向思考、自我管理(品格 123)。	1.教育核心為五大品格 2.品格養成比知識傳授更重要 3.好品格來自日常實踐與榜樣引導
品格 123 設計理念	結合「停、聽、看」靈感，設計出「品格 123」的簡單手勢與策略，幫助學生在情緒波動時做出好決定。	1.提供簡單可實踐的方法 2.強化學生自我管理與衝動控制能力 3.讓品格成為內化的反射動作
三、推動策略與實施成果		
為什麼選擇花蓮	花蓮縣政府主動邀請合作，作為第一個試辦點。推行成效佳，後續擴展至雲林、嘉義、台東、南投。	1.地方政府支持是推展關鍵 2.成功經驗促成其他縣市邀請
面對挑戰與調整	初期課程設計面臨困難，感謝北昌國小的支持。曾因學生跌倒深刻體會到安全與學習環境的重要性，強調學習應是快樂與被關懷的。	1.推動初期困難重重，需不斷調整 2.教育應兼顧安全、快樂與關懷
價值觀的實例教學	林肯：誠實與自制 曼德拉：寬容與領導 德蕾莎修女：關懷與奉獻	1.透過名人故事傳遞品格精神 2.孩子從中學習榜樣的力量
結語強調	好品格是人生做出正確選擇的關鍵，即使年紀小也能有影響力。從自我做起，成為帶來改變的榜樣。	1.每個孩子都能影響世界 2.好品格來自持續提醒與實踐

表 2 為品格學院授課老師訪談資料的統整歸納分析，從教學對象、教學設計理念、教育價值觀、教學現場挑戰、教師專業支持與團隊文化等面向，整理重點分析如下：

表 2 品格學院授課老師訪談資料

主題	訪談摘要	重點歸納
一、課程設計與教學理念		
教學年齡層選擇	選擇四年級至國中學生，因具備初步獨立思考與表達能力，能適應小組討論與五天四夜的課程安排。低年級學生未來可能透過調整課程參與。	1.四年級以上學生具備適當認知與自律能力 2.國中課程聚焦情緒教育 3.課程強調互動與團體合作
遊戲式教學法	遊戲提升學生參與度與學習動機。遊戲前先確立品格目標，再設計或改編活動。透過遊戲+討論+反思，使學生從行動中內化價值。	1.遊戲是學習媒介，不只是玩樂 2.重視「反思」與「討論」連結品格學習
品格教育優先	採用 PRIMED、SEL 與開放式學習理念，課程以品格為核心，是因為從小培養比長大改變來得有效。課程融合繪本、活動、故事討論等	1.品格教育是課程核心與理念根基 2.著重日常實踐與自我發現，非單純記憶
二、教師角色與教學動機		
為何選擇品格學院	體制內教學限制多，難實踐理想教學。品格學院提供更彈性與創新的方式來實踐價值觀教育，並以陪伴為主軸。	1.體制外教學自由度高能專注深耕品格教育 2.教師自覺「開啟品格之門」，後續仍需學校教師延續
教學挑戰與動力	在不同學校教學面臨記憶學生名字、交通與住宿等挑戰，但也因此累積多元經驗。與學生建立真誠連結，是教學最大的動力與價值來源。	1.建立師生關係需細心與耐心 2.真誠互動是品格教育的重要基礎
三、教師專業成長與團隊合作		
進修與支持	基金會提供定期進修與費用補助，教師亦可自由參與線上或實體課程。透過讀書會與交流平台共享教案與資源，提升教學力。	1.結合組織支持與教師自主進修 2.鼓勵學習 SEL 等當代教育理念，教學持續優化
團隊互動	外宿教學增進教師間情誼。教案討論中可坦率溝通與提出意見，重視對話與合作精神。	1.團隊文化以真誠、友善、溝通為核心 2.意見差異視為共同成長的契機

四、教學儀式與價值傳遞		
承諾書的重要性	學生與老師共同朗讀承諾書，不僅是儀式，也是一種自我提醒。即便文字可能被忘記，品格練習會逐漸內化。	1.承諾書象徵師生共同的價值認同 2.品格教育強調「持續成長」的信念
2、訪問光華國小三位現職教師，蒐集他們對學生參與品格學院課程後行為與態度改變的觀察之回饋內容進行統整歸納分析為表 3，分為五大問題面向：		
表 3 光華國小教師訪談資料整理表		
主題	共同觀點	個別觀點
學生參與品格學院課程的主要原因或期待	重視品格教育的重要性 三位教師皆認為品格教育是學校課程中較難系統性實施的部分，因此肯定品格學院能補足這塊缺口。	劉老師特別提到課程內容涵蓋「自信、同理心、正向思考」 張老師強調學生可體驗不同的學習方式與樂趣 莊老師除品格外，也重視課程中「英語學習」的成分
學生行為或態度的變化觀察	學生有正向行為改變 三位教師皆提及學生能運用「品格 123」技巧處理衝突，有助班級氣氛與人際互動。	劉老師觀察到學生專注力與學習效率明顯提升 張老師表示學生會主動思考爭吵是否必要 莊老師指出短期效果明顯，但需導師持續引導才能維持長期改變
課程對學校原有課程進度的影響	課程進度稍有影響 三位教師都認為對課程進度有影響，但接受程度不同	劉老師認為影響可控，且學生效率提升可彌補進度 張老師指出國語、數學進度會稍趕 莊老師認為影響無法忽視，建議改為寒暑假集中實施
對品格學院老師的教學方式滿意度	整體滿意 三位教師肯定品格學院老師教學專業與課程設計	劉老師強調透過遊戲與討論，引導學生自然學習品格 張老師認為老師像大哥哥大姐姐，讓學生輕鬆參與 莊老師肯定師資專業，但指出師生互動時間短，難以深入了解學生個別狀況

是否仍有意願協助學生申請課程	支持持續申請 三位教師皆表示願意持續申請或支持學生參與課程	劉老師認為課程能提升學生專注與解決問題能力 張老師支持學生如覺得有意義就應繼續參與 莊老師支持現行「一週一次」方式，但更推薦寒暑假營隊式教學以降低課程影響
----------------	----------------------------------	---

(四)問卷結果整理

我們將四所學校五個班級收集的 72 份問卷回饋進行統計分析和整理，非常同意為 5 分，非常不同意為 1 分，依此類推計算，算出每題的平均分數和標準差。

表 4 學生問卷分析

題目內容	平均值	標準差
1.我喜歡和品格學院老師一起用小組遊戲的方式上課。	4.5493	0.78343
2.跟品格學院老師聊天時，我覺得自己被信任。	4.25714	0.98104
3.和同學有不同意見時，我能尊重別人的想法。	4.12676	1.07375
4.我會嘲笑和我不一樣的人。	2	1.36277
5.上台分享或表演時，我能大方表達我的意見。	3.7	1.21126
6.遇到挫折時，我不會輕易放棄，我會想辦法解決。	3.98592	1.09407
7.遇到不開心的事情，我會換個角度想。	3.84507	1.24072
8.生氣時我會先想辦法讓自己先冷靜下來。	4.02817	1.12553
9.我在做決定時會思考這樣做是不是好品格。	3.85714	1.2105
10.我覺得好品格很重要，我想要成為一個好榜樣。	4.1831	1.11721
11.有時候，我覺得上課活動有點無聊。	2.84286	1.40036
12.我會推薦品格學院的課程給同學或朋友。	3.97183	1.07431
13.品格學院的課程有三種形式，你想參加哪一種？（可以複選，也可以選「都不想參加」） <input type="checkbox"/> 品格「帶狀課程」：每週一次，共八週。 <input type="checkbox"/> 品格「入校課程」：連續五天。 <input type="checkbox"/> 品格「五天四夜課程」：住宿五天四夜。 <input type="checkbox"/> 都不想參加	五天四夜課程 61% 入校五天課程 37% 帶狀課程 28% 都不想參加比例極低(僅 11 人)	
14.進行品格學院的課程後，知道具體該怎麼做	勾選率	

的品格勾選出來。(可以複選) <input type="checkbox"/> 專注 <input type="checkbox"/> 尊重 <input type="checkbox"/> 負責 <input type="checkbox"/> 誠信 <input type="checkbox"/> 感恩 <input type="checkbox"/> 自信 <input type="checkbox"/> 正面思考 <input type="checkbox"/> 品格 1 2 3	「品格 123」77% 尊重 65% 專注 63% 自信 61% 正面思考 60% 感恩 58% 誠信 56% 負責 54%
--	---

第 1、2、10 這三題學生普遍感受正向，顯示學生喜歡遊戲式的課程，與品格學院老師互動良好，也認同擁有好品格是重要的。

課程形式偏好上以五天四夜課程最受學生歡迎，代表學生更傾向沉浸式、集中式的學習，入校五天課程次之，顯示學生也接受短期密集型課程，帶狀課程相對吸引力較低，「都不想參加」比例極低，代表大部分學生願意持續參與。

品格認知與具體落實以「品格 123」獲得最多學生認同，專注、尊重、自信與正面思考等品格也得到多數學生肯定，整體顯示學生普遍有學習收穫，但不同品格面向的學習成效仍存在個別差異。

(五)研究反思

在品格課程的反思中，我們有很深的感受，覺得品格課程帶給我們很大的改變。透過課程的學習，不只是讓我們變得更有自信、更專注，也更懂得什麼是責任。最特別的是，我們每個人在個性和行為上也都有一些正向的改變，像是更願意發言、更能專心聽課，或是更主動去完成自己該做的事。這些進步，真的讓我們感受到品格課程不只是聽一聽，而是能幫助我們在生活中一步步做得更好。

參、結論與應用

一、研究結論

(一)品格學院創辦的理念與目標

1、品格教育應從小紮根：「品格學院」以「好品格，從自己開始」為核心信念，強調越早培養品格越能內化為習慣。院長的教育理念與實踐歷程顯示，教育不僅傳授知識，更應致力於培養人格。

2、品格學院核心學習目標不僅限於英語能力的培養，更重視學生行為模式的內化改變。學院強調五大核心品格（感恩、負責、誠實、正面思考、自我管理），並透過「品格 123」等具體技巧，協助學生面對情緒與衝突情境。這些設計顯示課程不僅注重知識傳授，更強調能力應用與價值觀養成。

3、品格教育不應只是課程的一部分，而應成為每位孩子日常生活的準則。品格學院透過深耕地方、創新教學與實踐反思，已成功打造一個值得仿效的教育模式。未來若能持續擴展受益年齡層、調整教學節奏、深化學校協作，未來能在台灣教育體系中，發揮更深遠的影響力。

(二)品格學院老師的課程設計理念

- 1、品格學院選擇國小四年級至國中為授課對象，是因其具備初步思考與溝通能力，適合進行住宿與互動式課程，可預期學習成效。
- 2、老師運用遊戲教學能提升學生參與與學習成效，並引導反思與品格實踐。
- 3、品格教育為課程核心，重視在生活中實踐各項品格。

(三)品格學院課程實施成效之學校教師觀點

- 1、品格學院課程能有效補足現有學校課程在品格教育的不足。
- 2、課程設計融合遊戲化與互動式學習，有效提升學生參與度與品格內化。
- 3、教學效果在短期內可見，尤以情緒管理與自信建立最為明顯，但長期影響仍需導師與學校協作延伸。
- 4、課程時間安排對學科教學存在困擾，未來宜以寒暑假營隊或非學科時段安排為主。
- 5、教師願意持續參與並高度肯定品格學院課程的價值。

(四)參與品格學院課程後的學生意見

- 1、學生對課程感受普遍正向，特別是對小組遊戲式教學與師生互動給予高度肯定。學生在課程中感受到被信任，並理解品格教育的重要性，顯示該教學模式有助於提升學習動機與參與意願。
- 2、課程形式偏好方面，五天四夜的住宿式營隊最受學生歡迎，入校五日課程次之。相較之下，長期帶狀課程雖參與度略低，但整體拒絕率極低，顯示大多數學生願意持續參與品格教育課程。

- 3、學生在品格認知與實踐面向展現明顯成長，尤以「品格 123」、專注、尊重、自信與正向思考等面向最為顯著。學校教師亦普遍認可課程對學生真正正面影響，並表示願意持續參與及合作。
- 4、不同品格向度之內化程度存在差異，可能與課程設計重點、學生個別差異或教學時間長短有關，顯示未來課程可針對較弱向度進行強化與補充。
- 5、從研究者對品格課程的反思中，可以明確看出品格教育確實對學生產生了深遠的影響。不僅在自信、專注、責任感等核心素養上有所提升，更在個人層面促進了多元且正向的發展。這些變化顯示，品格課程能夠有效觸及學生的內在動機，讓學生不只是「知道」什麼是好品格，更願意透過實際的練習與反思，把所學真正落實在日常生活當中。

二、應用與建議

(一)品格學院課程

- 1、為低年級學生設計課程。建議未來品格教育推廣可聚焦於國小二、三年級學生，此年齡階段課業壓力相對較小，接受新觀念的彈性高，有利於品格行為的養成與內化。
- 2、將「品格 123」作為情緒教育的基礎工具。「停一下、想一下、做決定」的簡單手勢與口訣，可應用於其他學科或生活教育中，成為校園中普遍使用的情緒管理策略，增進學生的自我覺察與自律行為。
- 3、持續追蹤學生行為變化。學生在參與品格課程後表現出正向行為改變，但品格的內化需要長期養成。品格學院可設計後續回訪課程，每學期定期回訪學生與學校，提供持續指導與支持。
- 4、不同地區與文化脈絡下的品格教育實施差異。可進一步探究在不同地區施行品格教育的困境與策略，如都會區、偏鄉學校、原住民地區等，了解不同地區學生參與品格課程後的回饋，並依據文化背景差異進行在地化課程設計研究。

(二)品格學院與學校協作

- 1、課程實施建議以寒暑假營隊模式為主，或彈性安排於非學科時段，避免影響主要學科進度，可以提高學校教師參與意願。
- 2、與學校教師建立合作機制，例如提供課後延伸教材、回流機制或品格教育相關研習活動，讓品格教學得以在學校延續，以支持學生長期品格行為養成。

3、實施二、三年級推廣課程，向下扎根，落實「品格從小做起」理念，擴大全面且持續的品格養成。

(三)學生問卷回饋

- 1、持續保留遊戲化與互動式教學設計，並強化小組合作機制，以促進學生人際互動與品格實踐機會。
- 2、優先推動五天四夜之沉浸式課程，提供學生集中且深入的學習經驗，同時視師資與資源狀況保留入校短期課程，以因應不同學校與學生需求。
- 3、建議未來研究可針對不同課程形式對學生學習成效的長期影響進行比較研究，例如五天四夜住宿型態與帶狀課程在品格內化的差異。

肆、參考文獻與資料

- 1.姚詠中（2018）。膽小鬼大頭。廣智文化事業。
- 2.賈桂林・伍德森（2021）。每一件善良的事情。維京國際股份有限公司。
- 3.吳錦勳（2021）。與孩子一同編織未來：誠致的 KIST 實踐經驗。遠見天下文化出版股份有限公司。
- 4.馬文・W・伯克維茲（2022）。「品格」決定孩子未來：品格教育 PRIMED 六大設計原則。時報文化出版。
- 5.路易絲・史比爾斯布里。世界中的孩子 3：為什麼會有種族歧視與偏見。親子天下股份有限公司。
- 6.品格教育該如何做起（2023）。

<https://player.soundon.fm/p/f5ef415f-481b-4374-a939-1dfb794d847e/episodes/d1a264e8-bf90-4148-991b-a1cf281b1515>

- 7.花蓮品格學院（2024）。

<https://www.cei.org.tw/tw/school/about/Hualien>

- 8.宏達基金會（2025）。

<https://www.htcfoundation.org.tw/>