

專論

社區媽媽教室與生活素質之提升

陸光

——本文爲作者在省社會處與實踐家專合辦之媽媽教室學術研討會中之講詞

一、社區發展旨在提高生活素質

社區發展是促進社會變遷的一種過程，包括經濟、社會、教育、文化等不同的範疇，運用政府與民間的力量，共謀國家建設的加速與人民福利的增進，依照七十二年修正社區發展工作綱領的規定：「社區發展由社區居民基於共同需要，有效運用各種資源，從事綜合建設，以提高社區居民生活素質，並由政府予以行政支援、技術指導。」其主旨在謀社區居民生活素質之全面提升，符合世界潮流及時代需要。

二、媽媽教室是社區發展的動力

社區發展工作主要分爲公共設施建設、生產福利建設及精神倫理建設三類；工作應有靈魂，一切首重精神；際茲經濟發展快速物質生活富裕之時，精神倫理建設，尤爲重要。社區媽媽教室之設置與其活動之展開，被列爲精神倫理建設之首要項目，

其重要性可知。社區媽媽教室有人員，有組織，有訓練，有活動，不僅可以推動精神倫理建設，並可建議規劃推動其他各項建設及協助維護擴大其他建設成果，實爲推行社區發展工作之核心與動力。

三、提升生活素質媽媽教室最爲有效

媽媽教室是謝前副總統擔任省府主席時所倡導，認爲「媽媽是一家之主」，「教育一位媽媽等於教育一家人」，推行以來，績效宏大。從社區發展來看，她是推行社區發展的重要工具，從社會教育、農業推廣、文化建設等各種不同的施政角度來看，也同樣是一種有力的工具。我們用以提升國民生活素質，最會有效：一、她是媽媽們的組合，帶有傳統的受人敬愛的力量；二、媽媽是一家之主，負責日常生活的安排；三、媽媽是家庭成員互動的核心，發生上下左右聯繫溝通的功效；四、她的決定，可以透過現成的家庭組織、社區組織而擴大社會的影響；五、她的設置，分佈四方，可使生活素質的觀念與行動向下紮根向外推廣。

媽媽教室本身是一種社會組織的有機體，透過

社會教育親職教育等方法，促使每一成員彼此相互學習影響，進而產生改變思想、態度、智能及行爲的動機，最後達到提高成員本身生活素質的效果。如從工具的觀點來看，她像一輛載貨的卡車，必先充實教學活動的內容，裝滿生活素質的貨物，才能發揮作用，展開服務。

四、生活素質觀念與實務的介紹

生活素質觀念的引進，已有多年，實際行動的推進，則自民國六十九年八月明德基金會成立生活素質研究中心開始。四年以來，此一觀念已經傳遍都市鄉村，並爲各級政府首長所接受列爲施政目標，一般社會大眾亦已逐漸認同合力追求。茲將生活素質的觀念與做法，略爲介紹說明：

(一)生活素質的本質是追求更好更美的生活：經濟學家談經濟發展可分若干階段：羅斯托五段的說法最常用：傳統社會、預備階段、起飛、趨向成熟、大眾消費階段；現在有人再加上後期工業這一階段。社會學家談社會進步可分成遊牧社會、農業社會、商業社會、工業社會，現在有人加上服務業或

資訊業社會。從民生史觀來看，人民的生活不外是爭取生存、安定生活、講求舒適、注重享受，這些都着重在物質層面；現在追求生活素質，注重精神，講究生活的意義，生命的價值，開創和諧的眞善美的新境界。

(二)生活素質的研究成爲一門科學的新學術：人類生活因經濟發展獲得許多福祉，有人認爲可以經濟指標衡量福祉；部分經濟學者發現，它亦帶來公害、犯罪等損失，應另建國民福利淨額的指標加以衡量；社會學者認爲社會發展關係人民福祉，應訂社會指標加以衡量；此外心理學家認爲應重視主觀的感受；環境保護學者認爲應強調生活環境；社會工作者或文化工作者或主張重視人際關係或主張重視藝術欣賞。因此對於生活素質的研究，已經成爲一門新興的彼此不可分的科際整合的學術。生活素質研究中心成立後的研究工作，亦重科際整合。

(三)生活素質的推進已與公共政策相互結合：生活素質是由經濟發展，生活水準，社會福祉，社會指標，快樂滿意等觀念演變綜合而來，最早它是一種觀念，一種人性的覺醒；經過研究之後成爲一門新的學問；這種觀念經人提倡傳播成爲一種運動；基於大眾的認識與要求，政府依此定爲公共政策，作爲施政的目標。美國總統詹遜於一九六九年第一次向國會正式提出社會報告，是爲各國公共政策與生活素質結合的開端，嗣後各國即追求全面的實踐，並不斷的調查、檢討、改進，以使公共政策符合民之所好好之，民之所急先之的原則，促進全民生活素質的提升。

(四)生活素質的層面及其內容日見擴大充實：生活素質的定義，由於研究者出發點與背景的不同，頗不一致，簡單的說它是「每一個人在他們的重要生活層面中所感受到的快樂或滿足的程度」。從層面來說，各國的趨勢都是由少而多，現在約可分爲家庭人口、醫療保健、教育訓練、工作就業、經濟生活、住宅環境、社會福利、公共安全、交通運輸、社會參與及文化休閒十一大類，將來可能再行擴大至宗教生活等層面。大類之下尚有類、項、細項及各別的指標，力求詳盡深入。各種生活現況，除有實際數據作爲客觀指標外，並用意見調查方法根據人民對各種生活看法，建立主觀的指標。過去重視滿意程度，現在兼顧重要程度、優先程度、迫切程度等力求內容充實。生活素質可從小我來看，也可從大我來看，彼此稍有出入，生活素質的指標，過去依其對生活的利害影響，分爲正指標與負指標兩類，現在並研究訂定每一種指標的基準點，說明正中有負或者負中有正。可惜主觀指標與客觀指標尚未能整合，各層面的指標，也未能綜合成一個總的指標。

(五)生活素質的普遍提升尚待各方配合努力：提升生活素質觀念與行動的推廣，首在研究發展，希望專家學者加強調查研究分析規劃的工作，建立一套適合國情的理論架構，測量掌握我國社會發展的趨勢；次爲宣傳報導，利用大眾傳播媒體及地方領導人士，熱烈推介正確觀念，明白辯正行爲是非；三爲政府積極倡導，明確訂入公共政策，如期達成預定目標，按照人民意見反映，檢討政績改進缺失

。第四仰賴全民參與，希望個別熱心人士，積極參與，先由自我實踐，再行影響週圍，各級有關民間團體，尤應領導參與，社區發展協會、消費者基金會、環境保護協會、更生保護會、少年輔導委員會、工會、以及爲數衆多影響力大的社會福利機構、社區理事會、媽媽教室等，都宜領導組織成員，率先參與，方能早日促進全民生活素質之提升。最近各國爲了謀求不同羣體的生活素質的提升，並有工作生活素質，學校生活素質，生態生活素質等理論與實務的推行，彼此分工合作，可更有助於人類福祉全面的增進。

(六)生活素質的精緻部分只是那麼一點點兒：前面介紹了一些生活素質的知識，也許愈說愈遠了。現在從個體的家庭的觀點來說，生活素質反映在日常的生活之中，就像精緻文化對廣博的通俗文化一樣，只是極小的突出的一部分。各人的日常生活，以食、衣、住、行、育、樂來說，每天的活動有幾百種，但涉及生活素質的，實在只有一點點。試以吃爲例，我們照樣的吃，照樣的講究營養；但如能想到家中有老年有幼兒，食物製作注意調配，便是生活素質；再以衣爲例，我們照樣的買，照樣的做，照樣的穿，但如能想到它的實用性和本人的身份，購置的不浪費不暴露，便是生活素質。又以工作爲例，有些人天天上班，心中罵老板怨同仁，想跳槽追尋成就，他如能想到成就就是自己創造的不是可以找來的，他便決定先在現在的工作崗位上好好表現，創造自己的成就，這也是生活素質。我相信生活素質的提升，只是透過知識與行動，在既有的生

活基礎上，加上那麼一點點兒發光發亮的東西，並不斷地實踐。

五、媽媽教室可與生活素質

水乳相融

媽媽教室是以家庭倫理為基礎，運用成人教育方法，實施親職教育、促進自我成長，並帶動社區居民變化的一種民間組織，與生活素質運動，可以相互結合，因為它們相通之處很多。

(一) 追求目的相似：媽媽教室活動目標，依照設置目的，在求家庭生活的倫理化、科學化、藝術化與生產化，生活素質的提升，同樣追求經濟的充裕，人際的和治，辦事的科學，生活的美化。彼此理念相同，做法亦可相通。

(二) 工作基礎相同：媽媽教室以家庭倫理為基礎，促使家庭主婦獲得美好之教育與服務，進而調適親子關係促進家庭和睦融洽。生活素質層面雖多，却以家庭為其基礎。我國歷次有關生活素質調查結果，多以「家庭和睦、婚姻幸福」列為生活滿意程度最高的項目。兩者應共同努力維護家庭的組織。

(三) 部分功能相通：生活素質，從層面來分，計有十一大類，正如前述，依生活性質來分，可分作個人、家庭、機關、社區、社會五種類型。媽媽教室以改善家庭生活為主，包括家庭人口、醫療保健、經濟生活、住宅環境及文化休閒等五大層面。媽媽教室為求家庭生活的改善，必須加強保健、居住、休閒、增產等功能；同時亦即帶動了生活素質的提升。

(四) 均有整合作用：媽媽教室旨在加強親職教育，自與家庭生活有關；媽媽教室設於當地學校之內，亦與學校生活有關；媽媽教室屬於社區發展工作項目，更與社區生活有關。因此媽媽教室具有將學校生活面的教育訓練、社區生活面的環境保護、公共安全、社會福利、大眾運輸等功能與家庭生活面的各種功能，一起整合全面推動的作用。同時亦促使部分羣體的生活素質與全民的生活素質，彼此整合，全面提升。

六、媽媽教室提升生活素質

應有活動重點

媽媽教室在提升生活素質行動方面，可以分為三個層次，一是追求真實知識，引發改變動機，二是身體力行不倦，力求自我實踐，三是積極協導他人，決不獨善其身。最重要的一層，在乎加強教育的功能，亦即發揚媽媽教室的教學的真諦。

教育之推行，首重內容，次重方法，三在活用

(一) 教育方法，應該力求活潑變化，不可呆板；如以學校教室上課方式進行，亦非不可，但宜少用，並注意成人教育特色，將時間分為三段，開頭可以介紹灌輸為主，中間誘導隨意發言激盪，最後希望能尋得共識結束。總之，不僅注意教育者的盡責，更注重學習者的滿足。

(二) 教育內容，原以親職、保健、休閒、技藝、家政為主，均應繼續進行，茲從生活素質觀點，再

加重點說明：

1. 堅持夫妻互愛互諒的情操，培養家庭和睦溫馨的氣氛，發揚父慈子孝的傳統。
2. 注意家庭健康教育，培養衛生習慣，強調預防重於治療的原則。

3. 扶正教育子女觀念，重品德，顧實用，注意因材施教，不可揠苗助長，不宜期望太高。

4. 培養勞動神聖觀念，工作不祇為了賺錢，更是為了充實個人生活的意義，並盡社會的責任。

5. 運用企管原理，改善家庭經濟生活，不祇注意生產，並重消費分配的合理化。

6. 學習室內裝潢佈置，美化家庭空間，推行社區整潔活動，改善社區生活環境，人與自然，怡然共處。

7. 本著胞與物懷的天性，人溺己溺的同情，量能出錢出力，適時救助他人。如果自己困難，也應該坦率運用社會福利資源，協助本人自立。

8. 推行守望相助制度，彼此照顧，防制竊盜；一般青少年的不良事件，並應注意勸告，防患惡化。

9. 學習交通規則，注意行車安全，社區車輛停放，應有共同守則，不僅方便，並求秩序。

10. 增加個人藝文知識，培養正當娛樂嗜好，參加團體休閒活動，調劑平時繁忙生活，但應設法能

與家人共享。

11. 國人生活改善，知識提高，每喜關心公衆事務，應該講解社會參與的意義與作法，鼓勵從事社區發展工作，提升當地居民生活素質，勿祇偏好政治參與，引起地方派系爭執。

12. 人生際遇，每難逆料，有時不妨研究宗教靈修，但不可迷信，並體會任何宗教，旨在與人爲善。

(二) 教學活用，在使媽媽們即學即用，提高學習興趣，發揮教育效果。活用的作法，包括教育前教材收集場所佈置的參與，教育時動手製作、角色扮演、自我檢討等類活動在內。主要的是學習後在公私生活各層面如何應用。對本人的或對內在的改變，容易實行，對他人的或對外界的改變，較爲困難；依照行爲改變的理論，團體的壓力可以增加改變的助力；教育後的活用，應該繼續運用媽媽教室團體的力量，加以推動，例如社區整潔活動，交通整理活動，參加寫作練習，糾舉少年非行，參加社區服務等等，如由團體出面參加，即可一呼百應，運用所學，進行改革。

七、媽媽教室提升生活素質

成功之條件

媽媽教室提升生活素質成功，就是媽媽教室的成功，使媽媽教室的內涵與活動更爲充實，也就是社區發展工作的成功，達到了提升社區居民生活素質的目的。但是要使媽媽教室的工作成功，也有四項條件，必須具備：

(一) 鼓勵大眾踴躍參與：媽媽教室的活動，不祇有賴媽媽們本人積極參與，並且要發揮影響力，促使家人參與，社區領導人士參與，社區老年、婦女、少年各種羣體及一般大眾參與，像滾雪球一樣，由少而多，使大家都具有生活素質的觀念，並肯改善日常生活中不當的行爲。

(二) 動員社區各種資源：媽媽教室活動，爲社區發展重要工作項目，需要足夠經費與人才的配合，工作才能展開。社區理事會應協助動員社區內的人力物力財力與智慧予以支援。尤其是教育工作的推動，更需要學校、社教、及文化建設機構，給予講員的服務。

(三) 爭取公共政策支援：推行社區發展工作爲政府重要措施，提高國民生活素質更是各級政府施政口號，除了個體的生活素質的改善或可反求諸己以外，總體的全面的生活素質的提升，有賴各項公共政策的決策與投資。媽媽教室推行家庭計畫，社區衛生、地方治安、環境保護等有關生活素質的活動，亦即協助有關公共政策的執行，政府宜增列社政

單位經費，使能編製教材、印刷教本、購置教具，分送各單位使用，並撥發相對補助經費，促使媽媽教室活動，普遍展開。

(四) 促進彼此聯繫觀摩：社區媽媽教室既爲各地推行社區發展工作，提高居民生活素質之核心，除由各自根據地方需要選擇重點以多采多姿的作法，各自創新辦理外，並應促使各社區媽媽教室之間，能作橫的聯繫，彼此觀摩比較，鼓舞情緒，學習新知，彼此競爭，促進全面全民生活素質之提升。

八、結語

提升社區居民生活素質爲社區發展的主要目的，社區媽媽教室的設置爲推進社區發展工作的主要核心。兩者之間，理念相同，功用相通，生活素質雖有個體或總體之分，但自個人家庭與社區之範圍而言，彼此可以密切配合，媽媽教室爲工具，生活素質爲內容，媽媽教室爲手段，生活素質爲目的，兩者結合，相得益彰，如能得到媽媽們的熱烈參與，文教機構的積極贊助，社區資源的普遍動員，公共政策的大力支援，當可於短期之內，提升個人的，家庭的，社區的甚至全面的全民的生活素質，使臺灣地區成爲一個富而好禮、敏而好學、安而且和的社會。(本文作者爲師大教授暨明德基金會生活素質研究中心副所長)