

| 中 | 心 | 德 | 目 |

| 班 | 會 | 討 | 論 | 題 | 綱 |

## 誠信

言行一致，遵守與家人、師長、同學的承諾。

1. 你曾經在哪些情況下做到「言行一致」？
2. 你希望自己在哪些方面更做到言出必行？
3. 你有過「沒做到承諾」的經驗嗎？後來是怎麼補救的？

### 三民週記事

#### 【共同部分】

10/24 臺灣光復暨金門古寧頭大捷紀念日(補放假一天)

#### 【國中部】

10/20 國中班際大隊接力預賽(5-7 節)

10/20-10/31 八年級性向測驗施測(輔導課@電腦教室)

10/21 八年級生命教育講座(第 1 節@逸仙堂)

### 【專題討論】言行不一 & 迫在眉睫的氣候危機

2025 年聯合國氣候變化綱要公約「第 30 次締約方會議」(Conference of the Parties, COP30) 將在下個月於巴西貝倫 (Belem, 亞馬遜雨林門戶之地) 展開。2024 年全球均溫已超過工業化前水準 1.55°C, 已極度逼近 1.5°C 臨界線; 另外 COP30 的舉辦, 也恰是 2015 巴黎氣候協定 (The Paris Agreement) 簽訂後的 10 年, 因此使今年的 COP30 更顯具意義。

#### ◇為什麼「巴黎氣候協定 (The Paris Agreement)」的 10 周年那麼重要？

因為巴黎氣候協定, 相較於之前的氣候協定 (如 1997 的京都議定書), 具有本質上的不同。過往的氣候協定, 都會設定一個固定的期程來達成目標, 期程到了, 就會失效, 需要重新制定, 如在京都議定書中, 締約國要在 2008 至 2012 年間, 溫室氣體需較 1990 下降 5.2%; 但, 在巴黎氣候協定中, 更強調期持續性, 提出了「國家自主貢獻」(Nationally Determined Contributions, NDC) 機制, 由各國從 2020 年起通報其氣候行動, 並透過每五年提交一次更新、具延續性的「國家自主貢獻」, 逐步增加減排幅度、採取更廣泛的適應措施, 從而實現各國制定的「碳中和」或「淨零碳排」目標。

而在今年, 各國需在第 3 期國家自主貢獻計畫 (NDC3.0) 中, 明確規劃 2035 年的減碳目標。面對逼近的 1.5°C 臨界線, 各國的減碳目標可說是極具其重要性!

#### ◇氣候變遷離我們很遠嗎? 有我們發聲的空間嗎?

「HOW DARE YOU!」這句話在 2019 年從一個年僅 16 歲的瑞典女孩—葛莉塔·圖白 (Greta Thunberg) 於美國紐約聯合國氣候行動峰會中脫口而出, 狠批各國減排力度不足。

早在他 9 歲時, 一次在課堂上觀賞氣候變遷紀錄片, 葛莉塔意識到環境問題非常嚴重, 然而授課老師卻在課後告訴同學: 「下周老師要請假去紐約參加婚禮。」這讓他驚覺: 面對氣候變遷, 掌握世界、聲稱要解決環境問題的「大人們」, 是如此言行不一, 不把「孩子們」的未來當作一回事。大人口口聲聲說重視氣候變遷, 但卻極少願意改變生活方式。

面對這樣的氣候危機以及大人們言行不一的現實, 2018 年 8 月 20 日, 葛莉塔決定罷課, 直到 9 月 9 日瑞典大選之後才上學, 他要求瑞典政府根據「巴黎氣候協定」減少碳排放量。後續更在各大公開場合, 倡議氣候變遷的相關議題。

#### ◇那我們呢?

這次的中心德目「誠信」, 我們強調「言行要一致」, 面對氣候變遷, 或許我們都知道該怎麼做, 但做不做得又是另外一回事。日常生活中, 你有哪些作為, 是有助於減緩氣候變遷? 又有哪些作為是會加劇氣候變遷? 怎麼做可以去予以避免呢?

★資料來源: (資料來源較多, 故字體較小, 請參閱學校網頁上之電子檔)

—巴西主辦 COP30 氣候峰會 盼凝聚全球行動共識 | 中央社 2025.10.13 <https://pse.is/89djg8>

—我的罷課孩子救未來? 少女葛莉塔的「瑞典叛逆學」 | 轉角國際 2019.03.28 <https://pse.is/89djaf>

—格蕾塔·童貝里 | 維基百科 114.10.20 搜尋 <https://pse.is/89dejb>

—減碳高手基本功》COP 是什麼? 京都議定書、巴黎協定一次搞懂 | ESG 永續思維學院 2023.01.10

<https://pse.is/89df5q>

—什麼是巴黎協定? 全球氣候協議通過 8 年 控制升溫 1.5 度成效如何? | 綠色和平 2023.10.13

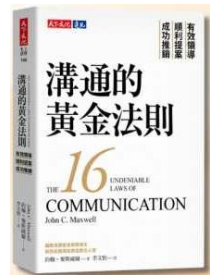
<https://pse.is/89dfd9>

周澄/為何沒有「實效」的巴黎氣候協議仍是一大進步? | 報導者 2015.12.18 <https://pse.is/89djlm>

【好書報報 X Podcast】：

《溝通的黃金法則》X 天下文化 Podcast 讀本郝書 EP20

— 給高國中生的溝通密碼：言行一致的力量



←天下文化 Podcast 讀本郝書 EP20 QR code

### 內容簡介

書中強調，內容為「王」，溝通為「后」。不論是要激勵員工、在會議上發言、進行部門簡報、教育學生、向一群人宣布消息、上台演講，或是在日常生活和人交流，唯有善用溝通方法，才能有效達成目的、發揮最大影響力。

書中提出的 16 個溝通法則是極為實用的原則，在 Podcast 中，主持人把這些法則歸納成三個「言」字的溝通重點，言行一致、言簡意賅和言之有物。而在這裡，我們會聚焦討論「言行一致」！

#### ■ 什麼是「言行一致」？

所謂「言行一致」，講白了就是要身體力行。我們必須只說自己能做到的事情，並且傳遞自己做得到的訊息，這才是最有效的溝通方式。如果你自己都做不到，卻要求別人做，這不是很可笑嗎？言行一致要求我們成為一個真誠的溝通者，而非完美的溝通者。我們需要以身作則，成為一個好榜樣。畢竟，我們常說「言教不如身教」，因為你的行動其實已經在溝通了。

#### ■ 有什麼例子呢？

想想我們身邊的例子：許多父母親會要求孩子吃飯或上廁所時不要玩手機，但他們自己卻照樣在做。當父母親自己都在玩時，他們等於間接傳遞了一個訊息：「玩手機好好玩、好有趣」。這時，你再怎麼禁止，都是沒有說服力的。

還有一個例子，就像那些年長的鐵人三項參賽者，他們用親身完成超長距離比賽的榜樣，來說服後輩去挑戰。正因為他們已經做到了，他們的話語才具備強大的說服力，讓人感受不到任何違和感。

#### ■ 自己或是身旁同學有沒有類似的例子呢？

感受到「言行一致」的力量了嗎？你自己身上或身邊有沒有類似的例子？可以跟同學們分享，讓他們一同感受到「言行一致」的力量！

【你知道嗎？】「臺灣光復紀念日」是什麼？歷史事件、紀念意義一次看！

(資料來源：BAZAAR、維基百科)



「臺灣光復紀念日」又稱臺灣光復節或普遍稱為光復節。行政院人事行政總處 114 年確認將 10 月 25 日「臺灣光復暨金門古寧頭大捷紀念日」納入國定假日，為首度於該紀念日放假。

#### ► 歷史事件：

1945 年，日本於第二次世界大戰戰敗後，臺灣地區的受降典禮，於 10 月 25 日上午 10 點在臺北公會堂（現為臺北市中山堂）舉行，同日，臺灣省行政長官公署正式運作，機關處所設於原臺北市役所（即現今行政院院址）。翌年（1946 年）10 月，臺灣省行政長官公署頒佈命令，首次將此日定為「光復紀念日」，此後，此一節日則以「臺灣光復節」名義，載入中華民國法定節日

#### ► 紀念意義：

**結束殖民統治：**紀念 1945 年臺灣脫離日本長達 50 年的殖民統治，結束了「日治時期」。

**民族勝利：**在傳統論述中，它被視為中華民族對抗日本侵略勝利的具體展現，是收復失土的民族情感象徵。

**紀念古寧頭大捷：**自 2025 年起，此節日與 1949 年的「金門古寧頭大捷」合併紀念，旨在同時紀念國軍在戰役中的貢獻，確保國家安全。

在放假的同時，你對臺灣又了解多少呢？再進一步思考「光復」是誰的「光復」？在臺灣歷史發展的過程中，我們對國家的認同與此節日的訂定有一致嗎？

發行單位：新北市立三民高中學生事務處 發行人：彭盛佐校長

總編群：陳玫琪 劉昌政 鍾瑩平 出刊日期：114 年 10 月 20 日