

人權小撇步

兩公約溝通式教學法



A stylized globe with a thick black outline, featuring a simplified map of the world in light gray. The globe is surrounded by numerous thin, radiating lines, creating a sunburst or light effect.

人權小散步

兩公約溝通式教學法

台灣人權促進會 出版

目次



寫在前面 P.4

動動你的身體與腦袋，擺脫刻版的人權教學法 P.6

人權教育的八個基本原則

好講師的條件

ADIDS 教學法

認識聯合國人權機制 P.15

第 1 課：世界人權宣言 P.21

第 2 課：公民與政治權利國際公約 P.32

第 3 課：經濟、社會與文化權利國際公約 P.47

第 4 課：發展權利宣言 P.59

前述公約及宣言中文全文 P.67

11 個可以靈活運用的劇場教學活動 P.100

附錄 P.106

附錄 1：延伸閱讀與書單

附錄 2：兩公約施行法全文

關於作者 P.109

人權教育錦囊 (Human Rights Education Pack) 的六位作者 V.S. 台灣人權促進會



寫在前面

這本小冊子的出版契機，是受到亞洲人權教育資源中心 (Asian Regional Resource Center for Human Rights Education, ARRC) 一系列的人權教育培訓跟教材所啟發。台灣人權促進會的工作人員，有幸在 2004 年之後，多次參與 ARRC 與亞洲人權與發展論壇 (Asia Forum for Human Rights and Development, FORUM-ASIA) 的培訓活動，我們深深體會到這些教學方法的好處。

以往台灣長期隔絕在聯合國人權體系之外，聯合國的人權公約、機制，不要說一般人沒聽過，就連人權工作者、NGO 都很陌生。但是目前用不到，就表示我們不需要了解嗎？這樣下去恐怕我們會越來越自外於普世性的人權體系之外。

2009 年 3 月 31 日，立法院通過聯合國〈公民與政治權利國際公約 (International Covenant on Civil and Political Rights, ICCPR)〉與〈經濟、社會與文化權利國際公約 (International Covenant on Economic, Social and Cultural Rights, ICESCR)〉之後，各界開始對於所謂的「聯合國人權公約」產生了更高的興趣與覺醒。法務部也辦了一系列「人權大步走」的教育推廣活動，但對象只限公務人員，內容也以專家宣講為主。

因此台灣人權促進會決定在這個時間點，推出這本小書。我們以亞洲人權教育資源中心於 2003 年出版的 Human Rights Education Pack (譯為《人權教育錦囊》) 為梗概，經過增寫、編輯、轉化之後，先推出其中關於〈公民與政治權利國際公約〉與〈經濟、社會與文化權利國際公約〉的部分，集結成這本小冊。

這些教學方法的特色，主要有以下：

● 提供給提倡、宣揚人權及人權教育的人：

這套教材提倡的是 training for trainers（給講師的訓練、針對講師的培訓），有別於一般向大眾介紹基本人權概念的講義，它想像中的讀者是有意推廣人權、或從事人權工作的人。它也一再強調，「教育是人民解放運動不可或缺的一部分」，人權教學／學習的目的，不只是了解到這個議題就足夠，要能夠激發改變現狀的策略與行動。

● 內容在於介紹聯合國人權公約與體系：

這套教材不是介紹一般性的人權概念，它是在介紹與推廣聯合國人權公約及體系。ARRC 所提供的人權教育，除了普遍性的概念以外，另有一大部分是在介紹，有志於人權的人，如何運用聯合國公約跟機制，來保障人權。因為人權 NGO 其實慣常、熟習引入聯合國的壓力來監督鞭策政府，對於國際人權標準的認識，也是必要的功課，只可惜台灣受限於非聯合國一員，無法正式運用，但仍有補充基本認識。

● 教學方法強調建立「我」與「人權公約」的關係

這套教材不是只是供給關於人權公約的「知識」。它的目的是要透過一連串開放、自發參與的教學方法，讓每一個個人，在經歷這一趟學習之旅後，會發現、體認到「我」跟「聯合國人權公約」是非常有關係的。所謂的國際人權公約，並非遠在天邊，與我無關，非常菁英的東西，「人們的經驗和生存情境決定了人權的狀態」，人權是與我、與每一個人的生存情境相關的，把每一個「我」的生命經驗跟對於平等、正義、尊嚴的想像，整合起來，那就是「世界人權宣言 (Universal Declaration of Human Rights)」所揭示的價值。這套教材的目標，不只要談人權概念，更要談「我與人權」的關連。

這本小冊是一顆探路石，我們也期許這套教案是由大家一起累積的公共財。我們日後會持續根據每次使用這套教材的實際教學經驗、以及現場學員的反饋，來持續修改、補充這套教材，希望能夠教學相長，「改良」出最適合台灣使用與推廣的一套教學法。



動動你的身體與腦袋， 擺脫刻版的人權教學法

人權教育的八個基本原則

學習是一個交流的過程。傳統的學習方法，交流通常是單向的，老師是教學的中心，方式是演講，學生就由聆聽來學習知識。但是人權教育，對象不只是校園中的學生，還廣及不同社會背景的一般人。人權既然是要造成解放，就要強調學習過程中，學員的自主性。學習人權的方式，應該是讓學員從自己體會到的客觀現實中，去發展人權的觀念。

亞洲人權教育資源中心出版的《人權教育錦囊》一書第六章提到，真正開放與參與式的人權教育，要包含八大基本原則，包括：

1. 以經驗和活動為中心來進行學習

這種教學活動的重點，應該是學員對客觀環境的批判性了解，以及人權如何在那樣的環境下運作。學員過往的個人經驗應該作為討論的基礎。以學員為中心的教學活動，應該帶出學員的這些個人經驗。也就是說，教學活動應該提供學員表達、共享經驗與知識的管道。

2. 指出問題

講師應該試著挑戰學員既存的知識，指出問題讓學員發現回答中的不一致性。這樣的過程可以使學員更思考得更深入，達到邏輯上的一致、與實證的連貫。

3. 參與式學習

這種教學方式，不管是釐清觀念、分析重點、進行活動，都要鼓勵大家一起進來參與、提出貢獻。讓學員面對彼此的經驗，是一種方法；讓學員的經驗跟想法，互相

去擴大、證成、或反駁彼此。

4. 對話式學習

只是把學員的既存知識引導出來，並不夠。更重要的是讓他們用自身的知識和其他知識來源，包括事實、數據、資料做比較，並獲得綜合性的看法。

5. 分析性的思考

很重要的是，講師跟學員應該一起辨識、指出學員的回答中，有哪些共通原則與主題。講師應該要一直追問「為什麼」跟「怎麼」會如此。這樣會刺激學員思考為什麼、跟事情怎麼會變這樣。學員也應該要一直被追問，事情被後的共通性、或如何互相影響；講師要幫助學員看穿事物表面，更深入的思考。

6. 好的人權教育是一種治療

除非我們自己享有人權、在我們的每日的經驗中，人權是我們生活的基本原則，不然我們是無法宣揚人權的。內在個人的、私我的面向，跟外在結構的面向，在我們生活經驗中是互相關連、影響的。解放式、開放式的人權教育，會讓我們去看見、感覺到、映照出並啟發他人跟自己，並且行動。每個人都在乎、爭取自己的良好生存 (well-being)，解放式的人權教育，是去宣揚個人的良好生存。

7. 以策略性思考為導向

只有批判跟分析的態度，無法改革社會。人權教育應該引導人們確立改革目標，並且持續思考具創造性、策略性的方法，來達成該目標。

8. 以目標與行動為導向

人權是行動－反省－行動的循環，不是一蹴可幾，而是經年月累。進步是一步一步得來的。解放式的人權教育，教導人們如何立下具體而可達成的目標，同時讓人們根據自己所立的目標來計畫和組織行動。

《人權教育錦囊》中再三強調：

學習者應視為學習過程中創造與再造知識的夥伴。教師是這個過程中的輔導員，而非既定人權知識的唯一來源。人權知識可以以科學方式被闡述，但人們各自的觀察與詮釋，也是人權知識的重要來源。人權教學，必須綜合以上不同的學習管道，讓人

權教育更容易被理解、也更與生活相關。這也意味，獲取知識，是每個人的權利。人權教學會考慮到學習者自身的潛能，尊重他們的尊嚴，而這種尊嚴也正是人權的精隨。

人權教育者必須認識到，人權是一個動態和發展性的概念；會隨著時間，獲得新的深度和生命。人權無法從人類社會的動態中抽離、被抽象地討論。人權研究是對人類社會、對人類爭取「有意義之存在」的研究。人權是從人們對於和平、正義、自由的渴望中產生的。人們的經驗和生存情境決定了人權的狀態。

好講師的條件

人權教育者應該是知識的輔導者，而非老師。人權教育者的功能，是提供學員機會，反思他們自己的知識和經驗，引導他們對話，並從經驗中產出對人權的知識。

人權教育者採行的是開放式的、參與式的公眾教育。這種教育的目標有：

1. 打破人們沉默的文化：引導出有關人權的既有知識和經驗；
2. 刺激學員思考及理解個人經驗：擴展、驗證學員既有的知識，帶領學員透過對話，批判的檢視他們對人權的既有知識；
3. 培力學員掌握自己的人生：題供管道，制定具體的行動方針，改變所身處的個人和社會環境，以充分享有人權

要達成以上的目標，重點就是「引導」(facilitation)。人權教育者不是傳授者，而是引導者 (facilitator)。

圖一：當一個好的引導者的態度和技巧

技巧 1：支持

鼓勵參與、特別是對那些不習慣分享的人，有時需要對提出來的意見表示同意。

技巧 3：告知

講師應該是提供資訊的人，在提供所需資訊時也釐清疑問，強調重點，時時提醒小組討論目標與議程等等

技巧 5：評估

持續評估活動的進度，必要時要總結、做重點，以和善態度提醒那些沒有參與學員，讓成員都參與這些評估

技巧 2：啟動

以輕鬆的活動破冰，開啟活動與對話。打破學員之間的尷尬與沉默。挑戰學員，讓他們反思。

技巧 4：規範

注意要讓所有人都能參與。要制止獨佔發言的人、鼓勵沒有發言的人。要引導討論方向、掌握時間跟秩序。



態度：

1. **有信心：**熟悉主題、充分準備
2. **尊重他人的意見和情緒：**
不強加意見、注意聆聽、不可粗魯愛現
3. **發揮友愛、開明與同情共感：**和每個人做朋友、記下學員的名字、對所有意見保持開放並加以考慮、取得大家的信賴、真誠以待
4. **具創意：**尋找各種方式讓大家願意分享、鼓勵具創意的參與方式、維持學員間的良好互動

圖二：引導技巧的「做」與「不要做」

- 活動開始前，先跟學員培養默契
- 使用各種有趣的活動、或音樂來破冰，讓學員多談談自己
- 了解學員的期望，把他們的期望融入活動架構中
- 活動要鼓勵學員參與討論。活動的選擇要視學員的年紀、自我意識的程度、文化背景而定
- 創造自由、愉悅且具彈性的環境
- 提供學員各種參與管道，讓他們可以反映跟交流意見。比如設立一個「自由發言牆」等等。
- 鼓勵學員一起評估活動的效果。從學員指出的優缺點來改進未來的教學
- 注意時間。要有效掌握時間避免討論過久
- 不要假設學員對主題一無所知
- 不要用專有、技術名詞，要用大家都聽懂的口語白話文
- 減少用講者身分發言，說明時要盡量短而清晰。
- 避免少數人獨佔性發言。在學員中選出幾個人，在小組討論中止時要帶動討論
- 不要和學員爭辯。只要提出問題來挑戰他們的想法就好。重點不在說服他們接受你的想法，講者的角色在於綜和討論。接受活動的討論結果，即使不合你預期

Dos
做

Don'ts
不要做

圖三：做活動之前要注意的事情

人數

教材的內容，適合以高中、大學及社會人士為對象。大概 15-25 人的團體，成效最好。過小的團體，無法促成充分、各種意見的交換與討論。過大的團體，學員的參與會分散，有些人會被埋沒在大團體之中。

場所

1. 場地實體上要有利於活動進行，氣氛上要有開放之感。
2. 座位最好是環狀，而非傳統教室型。
3. 用各種海報、DM、剪報來裝飾場地，讓場所本身就是學習的資源。
4. 留一個牆面當成自由發言牆，或設留言信箱，鼓勵學員表達評論與反應。

三件活動開始前要做的事

認識成員

要設計活動讓成員可以輕鬆的互相認識。比如進行傳球遊戲，一邊唱一首歌一邊傳球，歌停時拿到球的要自我介紹等等。

立下規則

活動參與必須要有成員間的互信與互相尊重。很多個人經驗、信念、意見的分享會有意想不到的狀況。必須要先讓學員共同立下規則，比如發言時間、尊重他人發言等等。另外一個重點是保密，這個活動中說的不會傳到外面去。

了解期望

先了解學員參與的動機，可以問以下的問題：

- 為什麼要參加這個活動？
- 希望從活動中獲得什麼？
- 希望能在活動中貢獻什麼？

列出學員的期望，講師可以了解活動是否有達成這些期望。學員也可以在活動中加入他們的觀點。

ADIDS 教學法

ADIDS 是《人權教育錦囊》所設計的教學法。所謂的 ADIDS 是：

Activity 活動：

每一個教案都以活動來起頭。活動的目的在於引導出學員既有的經驗跟知識。或者幫他們了解與課程目標相關的概念，讓參與者創造、或再造與主題有關之經驗的影像和感覺。活動讓參與者覺得他們是討論的中心。他們的經歷，也就是跟人權有關的情境，就是討論的起點。

【運用 **A** 的小秘訣】

1. 在活動之前，準備好活動所需的材料。
2. 在腦海中先演練過一遍活動的流程跟步驟。
3. 推演學員對活動的可能反應，有些反應可能會讓活動無法繼續下去，必須要先想好怎麼樣可以把學員引導回活動的目標上。
4. 講師不是演講者，所以你的表現也不能像演講者一樣。你必須要友善、謙虛、隨和。你必須展現自信但也相當開放，引導學員發表意見跟分享經驗。你要讓學員尊重你，但也願意和你分享意見。
5. 不要僵硬的站著，可以走來走去，注視學員以鼓勵他們參與。學員可能覺得內容太難或無聊，但他們會因為你的鼓勵與可親，配合完成活動。
6. 不要發號施令，堅定但要有禮。
7. 在乎學員的感覺和需求。如果他們需要破冰才會放得開，那可以用一些小遊戲或音樂來促成氣氛。

Discussion 討論：

討論是教學活動中反思和觀察的階段。教案中在這個階段中所列的問題，是用來鼓勵學員反思他們在活動中的經驗。平常，我們把經驗視為當然，只有當我們有意識的去檢視這些經驗，才能以不同角度來觀察並獲得洞見。學員的經驗就是討論的內容。

【運用 **D** 的小秘訣】

1. 講師只要提出問題、鼓勵學員說出他們的感覺跟思考，不要跟他們爭論。儘管不同意，你必須尊重他們的意見。
2. 提問來引導他們參與討論。學員願意分享他們的經驗、信仰和意見，就是訓練課程的成功。訓練的目的在於拓展他們已經知道的，能夠引導出這一步，就能更進一步了解他們內心所想的。
3. 記住學員的發言評論，進一步發問，使他們反思這的意見的長處和不足。

Input 講解、輸給：

講解是為了擴充學員的知識。講師發表、介紹跟學員經驗相同或不相同的見解。這種知識的輸給是從人權角度來檢視學員的經驗。這也可以視作一個「收納、歸納」學員經驗的動作，把他們的經驗貼上各種適當的人權標籤。

【運用 **I** 的小秘訣】

1. 了解你的聽眾。提供見解時，針對他們關心的議題來舉例，而不要一直講你關心的。不要塞給學員太多內容，讓他們發問，你再進一步提供資訊。
2. 千萬不要只是複誦你的筆記。利用工具比如 PPT、表格、圖片等等來講解。這些工具上也只要標出大綱，而不是全部的內容。
3. 講解時保持目光跟學員接觸。不要表現得好像演講家或專家，保持自信就可以。
4. 保持敏感。如果查覺學員覺得無聊，停下來詢問他們到目前的看法。
5. 走動，不要只站在一處。但也不要走動太多干擾學員。
6. 口語化，盡量不用專有名詞。

Deepening 深化：

深化是用來呈現並解決學員之間、學員與講師之間，不同觀點的衝突。

【運用 **D** 的小秘訣】

1. 講述完見解跟輸給資訊後，讓學員提問，澄清可能有的疑問。
2. 講師跟學員交換想法時，注意學員所回答的，是否有達到課程的目標。如果有，就提問強化他們已經理解的。如果沒有，提問來挑戰他們根深蒂固的想法。
3. 提出可能與他們堅信之事衝突的問題時，避免語帶威脅。

Synthesis 綜合：

綜合是用來幫助學員總結在前三個階段（活動、討論、深化）中得到的觀點。

【運用 **S** 的小秘訣】

1. 在進行前面的階段時，要在腦中記住學員與課程目標相符或不符的反應。重點不是要接受或拒絕這些反應，而是最後要總結這些反應，讓學員能夠了解她們的意見和深信背後的假設跟意涵。
2. 強調那些與課程目標相符的回應，感謝這些學員提供意見。
對於與課程目標不符的回應，也要加以承認。
這是為了不要疏離提出這些意見的學員。
這些學員的看法與立場仍有可能回心轉意。
3. 以從活動中得到的啟發來結束課程，加強印象。
4. 讓學員舒展筋骨，表示一項工作完成了。
他們和你一樣辛苦。



本書教案強調讓學員有較多時間討論，若時間有限，講師可以彈性將「深化」跟「綜合」兩部分整合，簡單進行。



認識聯合國人權機制

** 本文部分摘錄自《人權字典》，2007 年 6 月，東吳大學張佛泉人權研究中心編撰、教育部出版。

聯合國與聯合國的人權部門

聯合國是在二次世界大戰後，1945 年 10 月 24 日由 51 個國家共同成立，這些國家承諾透過國際合作以及集體安全來保障和平。今日幾乎所有國家都是聯合國會員國，至 2010 為止，聯合國總共有 192 個會員國。當一個國家成為聯合國會員國，即象徵該國同意並接受聯合國憲章 (United Nations Charter) 所規範的義務，憲章乃規範國際關係基本原則的國際條約。

根據聯合國憲章的規定，聯合國的設立具有四項目的：一、維持國際和平及安全；二、發展國際間之友好關係；三、共同合作解決國際問題以及提倡對人權之尊重；四、構成協調各國行動之中心。

各會員國享有平等主權，聯合國並非一個超國家組織或世界政府。然而，聯合國能夠提供解決國際衝突的方案，以及針對高度歧見的事務研擬方案。

聯合國設有六大機構，其中除了國際法院 (International Court of Justice) 設於荷蘭海牙 (Hague) 之外，其他五個：大會 (General Assembly)、安全理事會 (Security Council)、經濟及社會理事會 (Economic and Social Council)、託管理事會 (Trusteeship Council)^①、秘書處 (Secretariat) 皆位於美國紐約的聯合國總部。

2006 年之前，聯合國的人權事務主要由經濟及社會理事會下的「人權委員會 (Human Rights Commission)」所管轄，但因其功能不彰，聯合國於 2006 年 6 月在「大

會 (General Assembly)」下另設人權理事會 (Human Rights Council)，取代原本的人權委員會。

2006年成立的人權理事會，主要功能有：評估會員國的人權紀錄、起草國際法案。人權理事會每年聚會三次，一共聚會十週，成員國共有 47 國。原本期望理事會能由較多人權紀錄優良的國家組成，但是目前中國、埃及、巴基斯坦、沙烏地阿拉伯等國也仍在理事會中具有席位。

聯合國祕書處下還設有聯合國人權高級專員 (High Commissioner for Human Rights)。聯合國人權高級專員設立於 1993 年，主要職務是提供祕書處的職能，來支持聯合國下的各種人權機制運作。人權高級專員在全球皆有地方辦公室。人權高級專員在聯合國祕書長的授權下，為聯合國人權議題的發言人。

● 國際人權法

聯合國大會於 1948 年 12 月 10 日通過「世界人權宣言 (Universal Declaration of Human Rights)」之後，一連串的國際人權公約、文件，也隨著人權進展陸續通過。其中有些具有法律約束力的國際人權法 (international human rights law)，如主要的聯合國人權條約；有些屬於國際習慣法 (customary international law)，如世界人權宣言；另外大部分的聯合國準則 (guidelines)、原則 (principles)、宣言 (declarations)、建議 (recommendations)，雖沒有法律效力但卻有高度道德約束力 (an undeniable moral force)。

這眾多的國際人權文件中，最重要、最受到舉世肯認的，當屬「世界人權宣言」與現有的聯合國九大人權公約。

● 國際人權憲章

〈世界人權宣言〉與〈公民與政治權利國際公約〉、〈經濟社會文化權利公約〉兩項公約被合稱為「國際人權憲章 (International Bill of Human Rights)」。
〈世界人權宣言〉是人類史上第一份由多國肯認的文書，揭示了所有國家、所有人必須達致的普遍人權標準，言明了人類應享有的最基本權利。隨後的 ICCPR 與 ICESCR 兩公約，除了分別深入闡述〈世界人權宣言〉已經觸及的「公民與政治權利」與「經濟、社會、文化權利」；也包括了一些〈世界人權宣言〉所沒有談及的額外的權利，如財產權、囚犯的權利、及對少數族群之保護等等。