

## 讓孩子的生命發光

園長游玉燕

親子魔法講座進入尾聲，一對爺爺奶奶匆匆走出教室，見爺爺手撐著腰說著：「這把老骨頭，坐起小椅子來真是不行了！」話鋒一轉嘆道：「我們家連第一個條件都做不好，孩子怎麼好！」當下自己趕緊為沒能即時關照致歉，同時簡單回應爺爺的擔心，道別前用了意文老師的箴言：「誰先知道誰先做」做為一起努力的方向，過程中真心感受爺爺奶奶照顧孫子的溫暖心意。感謝意文老師帶來充滿智慧又實用的講座，會後也引發許多教養的共鳴，隨即在各群組招兵買馬向淘寶買書，可見家長們對於教養的求知慾和熱忱遠遠超過想像。

首先要特別感謝玩想會的團隊合作及值星長宇宙媽（程星媽咪）的用心規劃及推動，當天座無虛席且個個專注融入。豐盈的饗宴滿載「實做的分享和教養的關鍵」以下試著將所學及當天的講座重點整合為一，以饗未能出席的家長：

### 一、先談意文老師的「太極說」

焦點諮商不斷強調「正向思考」。兩極是「相生」、「互補」的，不是對立而是融合一起黑中有白、白中有黑；它帶領著我們願意看見事情的全貌，它讓我們看見不同的態度，產生不同的結果。「縮小了黑點，就能擴大白點，看見正向意義的力量。」父母在面對孩子行為表現時，如能善用此觀點，必能建立好的親子關係，進而化解孩子的行為問題。

### 二、讓孩子生命發光的關鍵..

**1.與父母親有好關係：**夫妻關係穩定和諧為首要，強調身教對孩子的影響力，嘗試了解並看見孩子的階段發展。傾聽並善用溝通（溝通絕非是一種溫柔的說服或指令）而是真心和孩子有來有往的討論，看見孩子的需求；給自己「真誠且專

心與孩子談話」的機會，因為真誠和專注可以承載雙方的檢討和期待，避免不該有的衝突和傷害。運用五種愛的禮物「①愛的抱抱-擁抱帶給孩子安全；②讚美和肯定-每個人都需要，且必須要具體正確的說；③相處的精心時刻-孩子需要專心聆聽和與之獨處的父母；④為孩子做點事-參與孩子的生活，偶而為孩子做點事讓孩子感受被愛；⑤有形的禮物。」最後，謹記「沒有愛，就沒有管教。」

**2.得到賞識：**當孩子發光時，通常是被賞識的時候。因此多給孩子正確的讚美，且讚美是建立在孩子的努力上，而非聰明。意文老師提供的讚美方程式「**孩子的名字+孩子做好的具體行為+你的感受+詢問孩子怎麼做到的**」是絕佳的練習。尤其是最後問孩子怎麼做到的，能再一次建立孩子的自我價值，無論如何一定要善用它。

**3.有自信與擁有自我價值：**自我價值感是生存的那一刻就存在的，讓孩子明白「無論發生任何事，你永遠都是我的孩子。」正是一種無條件的愛，不斷在良好的親子關係和正確的讚美中，讓孩子擁有自信。

**4.對未來有憧憬與盼望：**建立生活的穩定和秩序感，因為孩子需要穩定的生活和有規矩的界線；相信孩子能，他們就能，用尊重、傾聽、支持、陪伴，幫助孩子自信快樂的成長。

最後以意文老師受訪時的分享：「思維的改變、觀點的改變、口語表達的改變，或是行為上的改變.....小小的改變往往會促成生命本質的改變，讓人得以跳脫悲傷，拋開失落，放下憤怒和怨懟，看見生命中珍貴的亮點，進而使之發光。」來成就自己，也做為自己和孩子成長歷程中的努力--善用正向能量的愛和看見，讓孩子的生命發光發亮。



## 正向鼓勵的魔法力量 幼白兔陳青如老師

這學期帶的是全三民最萌最可愛的寶貝!開學至今兩個多月,我看見每個孩子都有安定的情緒,並且做到快樂來上學!這是最開心的事!我看到每個孩子不斷在進步!在“勇氣”主題下每個孩子都在挑戰自己,開學到現在白兔小孩勇敢挑戰和爸爸媽媽說再見!剛開學時每天這些孩子像無尾熊一樣黏在爸爸媽媽身上不願意下來!每天早上在校門口總要奮力的拉扯一番!如何讓孩子接受來上學呢?第一和孩子建立情感,去同理陪伴他們!第二是協助孩子建立友伴關係,同儕的影響是很大的!透過遊戲活動的進行孩子們開始彼此熟悉起來加上老師每天表揚好寶寶!表揚每個孩子有進步的地方來強化上學意願,看見自己是很棒的!孩子們因為被賦予正面的能量而開始變得很勇敢很有力量!你可以在他們的臉上看到--我很棒!我是好寶寶!

第二個挑戰的就是“我不挑食我可以把飯菜吃光光!”整個白兔小孩有八成都是挑食的,每天吃飯讓老師傷透腦筋,這些寶貝除了要餵還大都只吃白飯!每天倒掉的飯菜比吃進去的還多,我們用盡可能的辦法-講各種和不挑食有關的繪本,蔬果體驗,烹飪課(做很開心,吃很痛苦),好寶寶表揚...只看見進步緩慢,有一天突然想到了饑餓30的畫面,立即和晨安媽媽借來世界展望會月刊,並且也從網路下載了影片,我還想到曾經去參觀弘化懷幼院看見那群孩子每天把飯菜吃光光,因為感謝別人的幫助!和孩子們一起分享了這些,我看見他們開始改變了,勇敢的吃掉便當盒裡的飯菜!並且問我什麼時候可以帶他們去非洲看看黑人小孩?我可以帶餅乾和水給他們嗎?更讓我感動的是孩子們互相幫忙餵菜(不敢吃下菜的孩子)!連著一個星期白兔班沒有倒掉廚餘喔!原來要改變孩子要先感化他們的心!生命能夠改變來自於愛,激發孩子想要去幫助這些非洲孩子而願意先幫助自己!我再次看見當一位老師的價值和義意了!

在這短短的兩個多月裡,我看見孩子們的進

步!每個孩子都有他與生俱來的特質及優勢,啟發孩子看見自己,讓他有力量去做到幫助自己(突破自己所不敢的)再伸出手去愛別人,老師及父母帶給孩子什麼!孩子就會成為什麼樣的人!我相信沒有教不好的孩子!是我們相不相信他們可以做到!因為每個孩子都是神派來我們身邊的天使!不是嗎?



## 蠟筆工廠遊記 小海豚龔極俐媽媽

自從報名後,極俐每天都在問這星期要去蠟筆工廠嗎?要搭遊覽車嗎?因為這是極俐第一次搭遊覽車。在他的印象中,街上的遊覽車長很高,像站在天橋上可以看很遠,可以看到很多車車,而且還會高高地移動,這樣景色也一定會很有趣。

六點四十五分起床後不賴床,馬上吃早餐,前往三民幼兒園,上車後發現遊覽車裡有好多熟悉的小朋友,有宣宣、毛毛、孝孝、青霖,和同學搭車感覺好像繪本裡大家搭校車上課一樣,沒想到更特別的是遊覽車裡竟然還有電視,上面有播放卡通,一切都好新奇,就算很早起,路途中還是捨不得睡一下。

突然間有人發出驚訝的聲音,前方有一座由巨大蠟筆搭建而成的城堡,我們到了蠟筆的家!

下車後我們一起在蠟筆工廠前面拍照,相比之下顯得人變得好渺小,接著進入教室,大家都在那邊做彩色筆,可以拿榔槌敲破色筆頭,還可以把棉花放在顏料槽裡,讓整個棉花喝很多顏料水,變成各式各樣的彩色筆,喜歡的顏色也可以做好多支,極俐一口氣做了三隻黃色彩色筆。

接著是最期待的蠟筆DIY,選好喜歡顏色的蠟筆粉,放進小杯子中。排了好久的隊伍終於輪到我們,把蠟筆粉放進台灣造型的模具中,接著大力士極俐幫蠟筆加壓,好險早上有吃很多早餐,才有力氣幫忙做蠟筆。加壓完後還有旋轉大輪子幫忙蠟筆脫模,脫模後獨一無二的蠟筆完成

了。在等待下一個DIY課程的空檔，小朋友們都在舞台上奔跑跳舞好歡樂。接著坐在立安旁邊觀看蠟筆製作的詳細影片介紹，看著平日使用的蠟筆是如何生產的，對於從小喜歡餅乾模具的極俐更是覺得興奮。最後和宣宣還有大阿立同桌製作滾珠珠圖畫，把彈珠沾色，滾來滾去，用平時很少可以拿的吹風機吹乾，就完成美麗又自然的滾珠圖畫。

中午用餐後緊接著到傳藝中心，在車上沒有小朋友睡著，大家興奮地一路聊天。下車後，發現原本陰涼的天氣轉為溫暖，這時搭配上一支霜淇淋感覺會更幸福，感冒的極俐也想融入大家，所以就以毒攻毒，放縱地吃吧！走著走著，聽到河畔有人喊著「搭船餵魚！」，最喜歡餵魚的極俐

怎麼會放過此機會，原本有說好要留一些給同學餵，卻豪邁地整把撒光光。在集合的路上遇到大阿立還有宣宣，三個人開心地牽手轉圈跳著舞。歡樂的時光總是特別快，大家都依依不捨地離開，手牽手上



了遊覽車，回程中大部分的人都睡著，而極俐還把握機會觀看電視，直到和所有同學們分開後，才在飯桌上吃到睡著，結束這充實快樂的一天。



### 童言童語--幼白兔

有一天coco和裕文坐在一起，  
coco發現裕文手上有熊熊維他命糖，  
coco想起了老師教的：你可以和我分享嗎？  
裕文回答：不可以！  
coco這時大聲的喊著：你要愛別人！  
(兩人各拉著糖果袋一角)，你要愛別人啦！



## 小小孩變大了，我們變好了

大綿羊楊立言·小企鵝楊元岡爸爸

小孩出生後，我們夫妻倆仍在異地打拼，沒有太多時間跟機會可以陪在小孩身邊，也一直被身邊朋友們戲稱為“最爽的雙寶爸媽”。直到兩年前衣“緊”還鄉後，面對這兩個調皮的小子成了我們每天必須面對的顫慄時刻!!

每晚光處理他們吃飯、洗澡、睡覺，半條命都快沒了，但也因為這樣，我們睡眠的時間提早了(不追劇的時候)；小孩食物要少油少鹽少糖，我們吃的東西稍稍變得健康了(稍稍是因為晚上會偷偷買宵夜~~哈)；不想讓小孩習慣要喝飲料，所以我們自己喝飲料的頻率也降低了(只能利用上班時間享受)。

兩年間，帶著他們去了很多過去不曾去過的地方、看了巧虎舞台劇、不知道玩了多少次水&沙、踢了多少次球、騎了多少次腳踏車、溜了多少次冰，也因為這些，我們的體力漸漸變好了，感覺像是又回到了18歲(自己說)。

反觀這兩個大任(天將降大任於斯人也)，周末回家可以從6點睡到短針走360度到現在不管怎麼操回家還是可以撐到9點10點，還要躺在床上brothers' talk一番才入睡；吃的東西越來越多樣化&國際化；操控的家電產品越來越多(投影機掛在天上也已無法阻擋他們自行開機)；還會跟爺爺奶奶告狀帶回家的好吃水果沒分他們吃，看著他們接觸的事物及表達事情的方式與口吻漸漸長大，心中也會感念如此可愛的模樣也將漸趨漸遠。但無論怎麼變，唯一不變的，就是每天一家人相處時的笑聲。



就讓你們繼續變大，

我們繼續變好，這個家庭變得更緊密吧~~~



## 親子魔法講座

小河馬陳昕妍爸爸

感謝親子玩想會舉辦這次座談會，再次教導我們，對小孩讚美不以成果論斷，而是她經歷過程的正面回應；除了讚美她好棒，還要問她如何做到，這會讓小孩回想自己的行為，再次強化正向行為的記憶，也得到再一次的鼓勵。

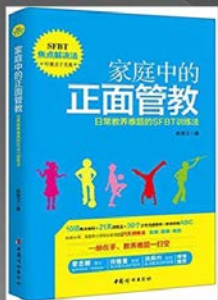
昕妍跟欣伶是我們的愛，是大家的寶貝，在她們身上我們付出也收穫，有她們是我人生重大的意義。身為昕妍媽媽的豬隊友，感謝她是個善良與耐心的媽媽，積極回應兩隻小豬的高需求與破壞力，沒有用母親權威去施壓與控制，反而把小孩當作大人，耐心相信她們能做出正確的選擇。

一個來自溫尼考特的觀念：「假如母親在維持自己價值觀時，可以等待小孩發展出自己的價值觀，那回報是很大的。你讓小孩發展自己的自主權，這就是在幫助他。雖然你們的權利會衝突，但總比強迫小孩聽你的話來得好（另一種極端是完全沒有主見放縱小孩，這也毫無用處）」



我也期望自己能這樣實行。





**線上讀書會**

意文老師本身是青少年心理諮詢師，從事青少年問題諮詢工作20餘年，接觸了大量青少年成長問題案例。她除了講座還用寫書體現，將多年的學習及經驗所得透過出書教導正向能量的教養方式，散播美好的生命印記。在講座後，玩想會再一次發揮學習的大力量，目前已有多位家長購得「家庭中的正面管教」一書，想來這是多麼難得的機會。在這兒誠摯邀請大家參加「線上讀書會」，透過線上的閱讀討論與分享，開展自己生命中的教養曙光，讓孩子能因著我們的成長而持續發光。

三民母親玩想會熱情邀請

線上讀書會～掃描二唯碼即可加入

## Sanmin's 感謝

11/23 (星期四)  
一個充滿正能量的美好夜晚，讓我們有機會透過精華濃縮的講座來審視親子互動中的生命歷程，能深刻體認到家庭和親密關係對孩子的意義與影響。感謝玩想會的群策群力，感謝家長的熱情參與，當天還有幾個祖父母特地出席，深受感動。立言爸爸和昕妍爸爸在會後的迴響，更讓我們見證到爸爸超強的行動影響力，值得效法。此刻看到一股正向的教養能量持續蔓延中....



一個充滿正能量的美好夜晚，讓我們有機會透過精華濃縮的講座來審視親子互動中的生命歷程，能深刻體認到家庭和親密關係對孩子的意義與影響。感謝玩想會的群策群力，感謝家長的熱情參與，當天還有幾個祖父母特地出席，深受感動。立言爸爸和昕妍爸爸在會後的迴響，更讓我們見證到爸爸超強的行動影響力，值得效法。此刻看到一股正向的教養能量持續蔓延中....



## Sanmin消息

邀請您熱情出席，12/23 (星期六) 上午熱鬧歡樂的「聖誕親子園遊會」



### 2017 聖誕親子園遊會

★活動時間：106.12.23 (六) 09:30~11:30  
★活動地點：新中公園 (新中街、富錦街口)  
★集合時間：9:30 新中公園集合

★活動流程：簽到領取闖關卡→親子聖誕舞曲→親子闖關集章→領取禮物

★親子闖關：  
 \*聖誕寄信 \*聖誕祝福  
 \*套圈幸福 \*心心相印  
 \*禮物疊疊樂 \*一路響鈴聲  
 \*聖誕勾勾樂 \*歡樂保齡球  
 \*唱繞地聖誕 \*聖誕老人基地

敬邀親子同來共享歡樂時光！

★當天遇雨活動取消，延至聖誕節當天，在園內師生同樂。

三民幼兒園暨親子玩想會 敬邀