



「2019 母親節·舞動媽媽放風潮」

園長游玉燕

還記得 04.13 慶祝兒童節「JUST 去野餐」，我們共同擁有的美好嗎？是一野餐闖關的玩想推手、全力以赴的海豚團隊、忐忑不安的天氣預報、突破 300 人的盛大野宴、歡愉激昂的闖關挑戰、感動溫馨的真實體驗..那些點滴、那些軌跡深深烙印。隨著活動落幕，玩想會緊接著開創史無前例的母親節慶祝活動--宣告「媽媽放風，爸爸+孩子 Let 's 瘋」開始..。

放風活動+ Let 's 瘋活動，背後支持的理念到底是甚麼？興時只是想讓媽媽在母親節享有真正放鬆的時刻，另一思維期盼帶給爸爸和孩子獨處的時光，一則增進情感交流，再則考驗爸爸的勇氣和耐力。但實際面臨的考驗，並不如想像的自然和美好，一開始媽媽的擔憂未曾停歇：擔心新手爸爸不曾單獨帶孩子出門、憂心一打二的親子情結老爸無法招架，更甚者還煩擾不上心的老爹可能會把女兒給搞丟；抑或一心就想跟著老公孩子一起出遊。聽著聽著除了極力破除心防，也只能會心一笑來回應身為媽媽的責任和擔心。

而媽媽的公開聚餐似乎也面臨挑戰，除了上述的不放心，或原有行程安排感到惋惜外；也有因著彼此的不熟悉而打退堂鼓，還有趁爸爸和孩子不在身邊，打理家務定要窗明几淨、井然有序；也沒缺少趁機外出辦事購物的媽媽，當然其中最辛苦的是母代父職的媽媽，一間扛起帶著孩子出遊的超級任務。

諸如以上種種，可想而知，最後的結果揭曉--關渡之旅近百人(在場的媽媽約 10 人)，而聚餐的主角卻一度從二十幾個人，直線滑落到只剩十二、三個。然生活原本就是一場創新的挑戰，活動持續向前開展，不因人數、不因天候、不因任一困難；活動一樣被推動著，在新思維的觸動下、大家移動不同的生活步伐、舞動真實的生活領受撼動多數爸爸和媽媽的心，願意一起體驗，一起

享受前所未有的經歷。我真心看見了齊力揮灑出不同生活色彩，享受不同以往的生命圖像，真美！

話說一早風和日麗陽光普照，滿心感恩好天氣好氣象，怎奈天公不作美，一到關渡自然公園才做好報到的預備，天空竟飄起毛毛細雨，心想能感受細雨紛飛的美景比起豔陽的炙熱也無不美好；沒想就在瞬間風雨大作，正式揭開對爸爸們的嚴酷考驗--如何應對這場突如其來的大雨。接下來的畫面，媽媽們或許熟悉或許未察--任務在身的爸爸急忙回車上取用裝備--或雨衣雨傘、或備用衣服；擔心孩子被雨淋的爸爸，聲聲呼喚享受雨中即景的寶貝不要玩水；一旁毫無準備的爸爸向售票處買雨衣，也有一打開背包叫著，啊！媽媽沒準備雨衣(發現問題了嗎?)。雨忽大忽小，又似有漸緩的趨勢，此時抱持正能量的爸爸、輕鬆自在的爸爸，心想反正等會兒都在室內活動，便帶著孩子撐起一把小傘勇敢向前邁進。

因著雙重的行程，無法繼續陪伴這群盈滿「愛和勇氣」的爸爸們活動，在返回與媽媽們聚合的途中，有一種來自內在的呼喚與感謝--真實感受到爸爸的超級無敵宇宙大能量，真心為這群爸爸感到無比的驕傲。為此心繫著回頭要和媽媽們討論一下，如何感謝這群媽媽口中的「神隊友？豬隊友？」此刻，爸爸因愛而勇敢的展現，真的值得媽媽們愛他們千百千萬回，也想著應該要頒發獎狀，獻上「有你真好」的美意。

想著念著，此際正為著我追趕時間的另一半，忽然開口：「那麼，你是不是應該補頒給我上百張的獎狀才是。」哈哈，是呀！身邊的這位爸爸，當孩子小時也常因為媽媽忙著工作、忙著活動，得歷經一打二「真槍實彈的磨練」...此刻肯定有著深刻領受；馬上以迅雷不急掩耳之勢獻上大大感謝。這一切都因著爸爸全然的愛和付出，才得以讓媽媽除了擁有內心的飽足，更能享受一種來自外在的豐盛和啟發。爸爸謝謝您！



教養的路上,我樂於學習

中河馬方凱媽媽

記不得有多久,沒有用文字來表達內心的感受。這次因為游泳老師的推薦,閱讀了「為孩子立界線」一書,邊看邊想竟有一種相見恨晚的感覺;書中有太多自己兒子在多年惡霸、無理時,而我不知該用何話語與他溝通,也常傻住跟著在大街上崩潰的解惑之道。

這本書引用了聖經內容來說明怎麼教導孩子,它給了我很大的力量,同時也是自己在生活與職場中的一本心靈雞湯;書中引領我學習用神的眼光面對而不是肉體的眼目,要對讓孩子受苦這件事放輕鬆些,正如聖經希伯來書 12:11 所說「凡管教的事,當時不覺得快樂,反覺得愁苦,後來卻為那經練過的人結出平安的果子,就是義。」我深刻記得兒子四歲左右,在幼兒園門口因為找不到拖鞋而大聲尖叫許久,那時我內心的慌張現在回想起來還是糾結;不願還有其他家長的側目只是手足無措不知道如何安撫。幸虧當時游泳老師耐心跟兒子溝通並深入了解他尖叫背後的原因,我見識到游泳老師的溝通方法與堅持,就在看這本書內容時,我感受到了異曲同工的效益!

(原來游泳老師把這本書的精華都真實的運用在生活中)

我先生曾經請我直接跟他說這本書的重點,我是這樣回他的:整本書都是重點,請你自己看..。而我深刻的領受,養育孩子最主要的目標就是培養他擁有未來人生美好順利的品格;且一個人的成長,正在於他一再地得到恩典和真理,你給予一個人恩典(不配得的好處)加上真理(結構),然後一再這樣做就會使這個人有最大的機會成為好品格的人。這正是我想要和大家分享的看見。



兩小無猜的情緒

幼白兔林秋美老師

遊樂場是孩子的玩樂天堂,更是孩子的最愛。這一天白兔小孩如往常般在遊樂場蹦跳玩樂,說時遲那時快,原本排在第一位的哆哆沒預警的被從後方繞到前面的噹噹搶了第一的神聖位置,瞬間哆哆整個情緒爆發,非常憤怒的對著噹噹尖叫口裡喊著噹噹-噹噹-,氣到整個人臉紅脖子粗。老師見狀,給了哆哆一個回應:「哆哆,你可以用力喊,將你的氣大聲喊出來。」就這樣哆哆一面追著噹噹,一面尖聲大叫噹噹-噹噹-,甚至氣到呸口水。老師請哆哆暫停呸口水,哆哆停下但持續大聲叫喊著噹噹,直到他將自己的情緒釋放到完,然後在一旁休息。此時老師向前詢問哆哆:「覺得有沒有好一些?還生氣嗎?」哆哆給了老師已經不氣了的正向回應,暫時結束了這場紛爭。

下午角落活動結束後,老師邀請孩子一起討論早上在遊樂場上的情緒案例,老師問孩子:「如果你是哆哆會怎樣?」孩子同聲道會很生氣。又問「那你會怎麼做?」大部分孩子的答案很清楚:「跟老師說」。老師說「可是你還是很生氣要怎麼辦?」頓時這群小小孩陷入困境,一個也說不出話來。這時老師請出哆哆,問他還生氣嗎?現在覺得如何?在哆哆點頭說好之後,開啟了白兔小孩的情緒心法大作戰。老師問孩子生氣時除了大聲喊叫把氣發洩,還可以怎麼做?用力搥地板如何?二寶說樓下鄰居會抗議?娃娃搥好嗎?晨寧說娃娃會受傷?..對幼白兔來說,這是一場情緒發洩的探索和學習,其中懷抱了孩子真真實實的情緒感受,很值得分享和討論。

較小孩子對於情緒的認知,高興、哭泣、生氣等最為熟悉,也很會表達這三種心情,卻不了解所謂的情緒釋放。愈小的孩子愈是直接的表達,高興哈哈大笑,難過大哭表達,生氣時除了大叫大鬧就更難表達或釋放,剛好藉由此次的案例,教導孩子如何將自己的憤怒表達出來,將自己情



緒正確且安全的釋放，讓孩子不會壓抑負面的情緒，知道釋放是可以被接受的，不會被責罵或處罰。大人如果可以引導孩子適時表達自己的負面情緒，學習釋放而不是壓抑，孩子心理才會健康，並且快樂的成長。



寫在故事前：

謝謝家長們在極短的時間受邀分享你們心中的溫馨故事。每一字每一句都滿載了愛、感謝和祝福；閱讀中深刻相信文字所傳遞的話語和信息必能留下甜蜜的記憶。篇幅上的每一個主題都是游泳老師試著用心閱讀和領受所下的名稱，希望能傳達出你們的意念於一二。

這一切都是孩子牽起的緣份，而成就這些美好的時光。再次感謝你們的參與和支持，是你們啟動大大的正能量，幸福洋溢。請讓我深深一鞠躬!!

遇見愛--以爸爸們為傲

中企鵝黃韻媽媽

三民幼兒園與玩想會，總是讓我這個新加入的家長無比驚艷。這次的母親節活動設計的創新與用心，更是在我心目中達到新的里程碑。

別的幼兒園幾乎千篇一律地安排孩子唱唱跳跳、獻上手作的卡片或畫作，然後，不免俗地來張相擁大合照。在三民園方與玩想會的慧點安排下，今年母親節則是跳脫傳統思維，讓爸爸們來帶孩子，給媽媽們小小的放空、交心時間。

因為黃韻的爸爸身體不適，我以「偽爸爸」身份混入此次的關渡自然公園行程，而有機會隨行觀察，我自忖應該是最中肯持平的見證人吧！真的！整個過程中，爸爸與孩子們都表現得一級棒！

不論是 DIY 面具、大啖披薩、或是跟著孩子在公園中趴趴走...，整個過程中，我不曉得孩子們腦子中有沒閃過想媽媽或「如果我媽在現場就好

了」的念頭，我全程沒有看到一個孩子碎念或嚷著「想媽媽」；也沒聽到哪個爸爸動怒或扯著嗓子喊：「某某某，你給我過來！」沒有任何慌亂與氣急敗壞，爸爸們展現的是優雅（或許站在有圖有真相的原則，我應該要戴著 GoPro 或是臉書現場直播）。

過程也看到與多暖心鏡頭。有的爸爸細心解說紅樹林的生態，跟著孩子透過望眼鏡找尋嬌客，彎下腰幫孩子綁鞋帶，細心地幫孩子調整面具長短，用完餐後仔細收拾、將垃圾分類，甚至還擦拭桌子，把場地恢復原狀。

除了「自立自強」，爸爸們也展現分工互助模式。因為不少爸爸「一打二」，幾位爸爸主動幫忙帶(看顧)別家的大孩子，讓身上扛著二寶的爸爸們不用擔心脫韁野馬的大寶「失聯」。一位爸爸還搞笑跟另一位爸爸說：「你的孩子在我手上！快拿錢來贖！」

持平稱讚了這麼多，還是不免要分享一個有趣的場景。當園長接近中午表示要離開關渡，跟媽媽們會合時，好幾位帥氣的爸爸展現異常的積極熱心、大聲高喊表示願意當司機載園長回民生社區。這樣的心意只被園長心領了。

可能是主辦單位「用心」感動天，雖然在出發的路上滂沱大雨，讓主辦與參與的大人小孩都有點小緊張，還好午餐後大放晴，大家有機會探索這塊美麗的濕地。從容、妥適的雨天備案，以及對孩子來說安全、舒適，又充滿互動與學習的園區選擇，我覺得也是此次活動成功的因素之一。因為人不在「媽媽區」，不曉得媽咪們的心情與

想法如何。希望分享小小的觀察，肯定爸爸們。不過，爸爸們可得小心，你們表現太好了！這樣的活動安排，以後可能會變成常態。



致帥氣爸爸 幼白兔.中企鵝廖晨安.廖昱晴媽媽



昨天一早爸爸帶著兩位小朋友出門，半路開始下起傾盆大雨，到了關渡雨下更大，便收到爸爸傳回來的抱怨影片。與其說是抱怨，更像幾個爸爸互相取暖，因為他們知道逃不了，這任務必得完成的。

看到爸爸們互相照顧彼此的孩子，提醒孩子不要淋雨、抱著走不動的孩子，心中覺得暖暖的。

媽媽們一邊聚餐，心還是在孩子身上，時不時看一下爸爸們傳回來的照片，看到孩子們的笑容（和偷滑手機的爸爸），感覺活動進行的很順利，心中終於放下大石頭，安心的大口吃飯喝茶。

回到三民迎接爸爸，先是收到孩子們大大的擁抱，再看到疲憊的爸爸，心中非常的以他為榮！一打二雖然對我們家的爸爸來說不是難事，但是原以為他會大肆抱怨今天很累，沒想到爸爸完全沒有抱怨，只說了句「好想哭」，我想他已經完全領會了一打二的真諦，享受與女兒們單獨相處的甜蜜時光，以後我會多多給爸爸機會重溫舊夢的！



幸福來自於「愛」 中企鵝白翹駒爸爸

今天是翹駒就讀幼兒園的母親節活動，有點類似「爸爸去哪兒」的電視節目~~爸爸帶著小孩參與活動，而讓平常忙碌的媽媽可以放風休息一下。

一早開車前往關渡的路上，原本晴朗的天氣突然下起很大的雨，我邊開邊想著：如果到關渡自然公園那邊，還是下這麼大雨的話，幼兒園與玩想會精心規劃的活動不就會泡湯??還好，到關渡自然公園沒多久，天氣又放晴了。

第一個活動是DIY彩繪烏面具，翹駒很認真觀察同學怎麼畫面具，然後再思考要怎麼畫，很努力的完成面具。吃過午餐後跟著同學們去戶外跑跑跳跳，翹駒一直很興奮的一路往前衝，雖然看到他跑跑跑，我總是很擔心他會發生危險，但是又想，以他的個性應該不會做出太危險的舉動，而且今天是跟著同學們一起玩，就暫且放下心，由他去跑跑，結果翹駒跑太累後，一直叫我抱他，並且指定使用「公主抱」的姿勢。大概快下午一點半時，他的同學們往回跑說要趕快回去看影片我藉機跟翹駒說：「大家都跑回去要看影片，你要不要一起跑?不然，你來不及看到精彩的影片怎麼辦?」翹駒點點頭，就下來跑回自然中心，我的計謀成功了，翹駒沒有再繼續叫我抱著他，我鬆了一口氣，畢竟他現在體重不算輕，如果再抱下去，我想我的腰會報廢。

看完影片之後，時間差不多要回去幼兒園，由於歸心似箭所以用最快速度開車回幼兒園與親愛的老婆相見(想把孩子丟還給媽媽，疑~);一進到幼兒園後，迎面而來的是久違未見的媽媽(疑~明明才幾個小時)，我感覺快淚流滿面了，今天半天的時間，終於體會到了平常老婆的辛苦與付出，辛苦你了，老婆，祝妳--「母親節快樂!」



正能量的祝福

中河馬馮晴媽媽

五月十八日爸爸和小晴的關渡行，是小晴期待已久的活動，每天跳躍地數算這天的來臨...一早起床，大喊:就是今天!!

差不多在父女出門沒多久，突然下起大雨，我心想...也許活動將會取消提前回家吧! 於是我拿起電話打探消息，沒料到老公開心地接起電話說:媽咪我們正在經歷暴風雨，好特別好開心哦，全身都濕了，原來暴風雨是這樣的，(這時小晴在旁邊笑得很興奮)，在電話這頭的我真的很感謝神隊友，不僅讓逆境轉順境，也使得小晴可以學習這樣的心態，原來風雨可以是亮點，也可以是祝福。

感謝三民舉辦的母親節活動，讓在餐廳的的媽咪們享受美味的餐點且分享彼此的育兒經，不時傳來關渡那頭活動的照片，媽咪們都笑得好開心這次機會下認識了不少其他班級的媽媽們，園長奶奶更是帶了拿手菜燉牛肉來和媽媽們分享，真是滿滿的愛。

最後重頭戲回到三民，媽媽們和爸爸孩子們會合，留下值得紀念的照片。小晴一見到我，就開始不停地說今天發生的事，仔細得就好像想媽媽也體驗一次，訴說時小眼睛閃亮閃亮...

我知道這天將成為小晴一生中難忘的美好回憶之一，也是我們全家的。



愛和陪伴，成就共同的美好

幼白兔.中河馬陳欣伶.陳昕妍媽媽

過去的這個週末，感謝三民、感謝我的神隊友，讓我真切的覺得...做一個母親，有大家的支持，好幸福。

過去的這一週我因著工作其實都不在家，隊友自個兒每晚哄孩兒睡，早晨要耐著性子對抗女孩兒們的拖拉和自己上班的壓力送小孩上學。星期六一早我熬了大夜回到家，只見他鬧鐘響了就張羅著一切出發去關渡自然公園，出門前還不忘提醒我趕快補眠。

雖然我實在是爬不起來參加媽媽們的午餐聚會，下午會合時又因為妹妹睡著了所以先被爸爸帶回家，一整天的活動下來我們參與得零零落落的，但美好不減! 我真心的感謝在育兒路上得到這樣多的夥伴:我的人生伴侶、三民的所有老師，還有許多家長們，亦師亦友、互相支持打氣，這個母親節很美好，也將這份美好，獻給你們。



在三民「美的邂逅」

大班蔡介清媽媽



「天下的媽媽都是一樣的」，最近介清常在嘴上哼唱唱這首歌..

簡單的歌詞，卻唱出為人父母的心聲：希望孩子在充滿愛的環境，健康快樂的長大。

在三民的三年，我們一家人擁有了這些美好，也希望孩子帶著這份滿溢的愛大步向前奔跑。也祝福全天下的母親母親節快樂

扶持的愛．更見喜樂

中企鵝吳禹辰媽媽



感謝玩想會辛苦有創意地策劃的本次母親節活動—爸爸去哪兒?媽媽放風去!

在收到本次的行程通知時，禹辰爸就很勇敢地說，你去吧! 2隻我都會帶走，反而是我有點

不放心的問禹辰爸說：需不需要我帶禹辰弟走? 爸爸依然帥氣地說：我可以!不過我還是邀請爺爺和他們一起去。我呢?則是放心地去參加午餐約會了，畢竟禹辰爸已經是超級奶爸了。媽媽的午餐約會很新奇，事先也不知會有那些媽媽參加抱著交朋友的心態過去，發現與不同班級的媽媽聊天其實也很好聊的，大家彼此交流著照顧孩子的經驗、日常生活的點滴，大家希望以後可以多辦媽媽放風的活動，例如：SPA、旅遊...等活動，歡樂的午餐聚會就結束了。與先生、孩子們的相聚時，才真正感受到原來爸爸的潛力真是無窮，活動中間完全沒有爸爸的求救訊息，孩子們於是也度過了一個愉快、知性的上午。離開三民，爸爸馬上就到附近診所看病了，原來，禹辰爸是抱病完成任務的，這讓我和孩子們都感動萬分，更愛我們的爸爸了!!



微笑餐桌 VS 暖心語錄(一)

今天自己帶孩子出去玩的爸爸們真的是超帥的!! 謝謝爸爸全心全意照顧小孩，讓小孩每天都開心快樂，爸爸辛苦了!! 謝謝三民的帥爸爸們，媽媽已充飽電。

愛的路上有我有妳

小龍貓陳睦潔爸爸

昨天難得的幼兒園戶外活動而且是限定由爸爸跟小朋友一起，讓媽媽好好的放個假。雖然不是第一次獨自帶小孩，卻是第一次獨自參加學校活動，也才體會到學校安排活動的用心，以及同學間的緊密情感與互動，更看到小朋友的所學與成長是如此的快速!

最後更有完全想像不到的大驚喜，除了與媽媽的相見歡外，還有一個大大的擁抱，可以體會到媽媽的擔心與感謝，不過這個擁抱在路邊還有一群觀眾，真是有點不好意思!



微笑餐桌 VS 暖心語錄(二)



謝謝我最愛的老公和最愛的兒子一起勇闖關渡自然公園，讓我可以真正的放風聊天，愛你們喔!!

爸爸我愛你.. 感謝你的付出..

希望奶奶可以組團帶小孩和爸爸旅行，媽媽一起去 SPA。希望媽媽們可以常常聚會做什麼都好。感謝游泳老師、親子玩想會為媽媽們辦這麼好的母親節活動，讓媽媽們能放鬆一下。今日的母親節活動，真的令人印象深刻。很感謝三民與玩想會，下次活動可以來露營一下。母親節快樂! 謝謝三民 VS. 親子玩想會。

創造「愛與感動」的團隊 大班/會長林逸軒爸爸

還記得半年前玩想會開會討論母親節活動，詢問媽媽們母親節最想做的事，在場許多媽媽都異口同聲的說最想要放風，想拋家棄子半天去放空喝咖啡聊一聊，而不是特別去做什麼或去什麼地方，在當下代表全體三民爸爸的我，為了展現三民爸爸們的體貼及氣度，決定讓媽媽們圓夢，雖然明知這是個不好辦的活動。

為了考量有許多爸爸們要一打二真的是不容易的事，而活動場地要能夠撐到五小時，同時又要容納超過九十人，又不能過度移動，又能讓這麼多人同時用餐，費用又不能太高，而且活動內容不能過於無聊要稍有教育意義，地點也不能太遠讓大家都能參加不論開車或坐捷運。又能適合各種天氣的變化，經過玩想會優秀團隊的開會推薦考量下找到了關渡自然公園。

早上一起來及出門天氣都還不錯，心裏安了一半，沒想到到了關渡開始下起傾盆大雨，大家躲在報到台有屋簷的地方，衣服跟鞋子都濕了，內心開始有些忐忑不安，沒想到看到旁邊孩子們反而看到下雨玩得超開心的，心也就放開跟接受了，而陸續報到的爸爸們，也展現出不畏艱難的態度，勇敢帶著孩子在雨中往園區內前進，看到這個畫面真是太感動了，我想這一刻孩子跟爸爸們都是永遠難忘的。

很感謝園區的老師們給了我們一個雨天很適合的教室，讓大家仍然可以盡情的玩樂追逐，我再次感受到，孩子只要跟同學們再一起，不用特別做什麼事或安排什麼事，自己就可以玩得很開心，我也跟園區的老師分享了為什麼我們今天會在這邊的原因，老師們一看說對ㄝ，九成都是爸爸。沒看過這麼多爸爸帶小孩，園區的老師們也覺得我們很特別很勇敢做了一件讓大家難忘的事，也很幫忙我們，讓我們午餐也能在很適合的地方享用，讓一切活動更圓滿。

這個活動是我擔任三民玩想會會長的最後一個活動，很感謝學校及各位家長孩子們，給我這個學習的機會，讓我們家度過很難忘的一年，也交到很多很棒的家庭朋友，不只是自己同班的，而是各班的，也從學校老師們學習到愛孩子教導孩子及付出的觀念，也很感謝一年來一起合作的優秀玩想會夥伴們，大家一起打破框框，挑戰沒人做過的事，為全體家長及孩子們留下美好的回憶，謝謝三民，謝謝游泳老師，謝謝大家。



Sanmin 母親節活動~甜蜜花絮~



敬祝全天下的媽媽，母親節快樂！