



覺醒父母，放飛的日子

園長 游玉燕

五月是浪漫溫馨的時節，也是感恩的季節。

2018年三民的母親節，首次成就媽媽們的VIP獨享活動：「露」出對媽媽的愛。揮別直升機魔咒，給一段媽媽集體手作舒緩身心的放鬆時刻，父子、父女為慶賀母親節共舞的畫面，至今還縈繞腦際。

2019年母親節活動升級為2.0版：「爸媽兩相思～媽媽放風去+大小孩 let's 瘋」--完美達成爸媽分隔兩地的創舉，媽媽放風享受美食，同時考驗一群爸爸獨力陪伴孩子的勇氣和堅毅。

2023年在後疫情下，特別感謝玩想會創想，終於又迎來讓媽媽們全然放鬆的聚合：「愛在母親節--媽媽聽書喝咖啡、爸爸親子手作」。話說全然放鬆，當天還是有三、四位媽媽帶著老二出席，且言談中盡是教養；明明說著要放鬆，要回應自己的內在，但腦子想的、口中說的盡是孩子的畫面，全然是心口如一的展現。(竊下反思，應是游泳老師的錯，沒事來本《覺醒父母》打擾大家，藉此致意喔！)

畫面再度回到五月14日溢滿歡樂笑聲、座無虛席的咖啡廳，當天40多位媽媽加上幾位小寶貝的高出席率，一度讓已經包場的我們擔心位置不夠、招待不周。最終，在盈滿時尚又柔美的氛圍中，伴著濃郁的咖啡香，佐以美味的早點，此起彼落的熱絡討論，回映一幅美麗的畫卷，畫面裡一群媽媽心靈交融，傳遞兼具知性、感性、理性的美麗流轉。

緊接著展開各組的分享，明顯可以看出不同年齡層的媽媽心聲。依抽籤序，中企鵝媽媽首先登場，一開始就談到教養關鍵，原生家庭在教養路上的影響，如何跳脫框架，重要的關鍵在於反思與善用策略，並談及手足教養、父母的情緒覺察；也藉機分享在覺醒父母讀書會上的奶奶智慧傳

遞：「對著哥哥說，我永遠愛你比妹妹多3年。」是不是很受用啊！

幼幼白兔的教養完全從育兒角度出發，最是可愛又憂心，下班後專屬親子完整的互動時間，是帶孩子洗澡，還有睡前故事。藉此時機和孩子聊聊天，分享學校的點滴、體會孩子的情緒、感受孩子的需求，相關的疑惑和問題，盡在此時一一解決。可說是媽媽的全能時間，更是溫潤親情的美好時光。

來到大班媽媽的分享，話一開啟幼小銜接的議題就討論的沸沸揚揚。在安親班的選擇上，一句「是爸媽的期待？還是孩子的想望？」作為思考的脈絡，而最難能可貴的是，媽媽們彼此間的經驗傳承，還有強大的資源提供與實質支援，彼此成就最強的后盾。當然更重要的是學習看見孩子的本質和需求，成就媽媽們的「智慧」和「選擇」，分享中滿是期盼和祝福！

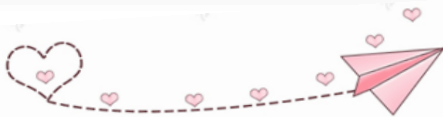
小龍貓的話一開啟，分享寶貝一諾平日的暖心喊話：「我們三民超好的，你們的學校都沒有我們三民好。」字字打進心坎兒，頓時心都被融化了！接著探討家長們最常遇到的教養議題：「堅持和界線」，如何在社會文化的衝擊下，安定自己的教養信念和價值觀，父母除了不斷成長，更重要的是溝通和策略的運用，透過小小的行動裝置，設定時鐘響，還真能解決孩子想繼續留在公園玩的難題，真心為媽媽們鼓掌喝采。

哇！時間過得真快，正享受著精彩的分享，我們竟被催場，另一頭的爸爸和孩子們已經準備好驚喜候著。接著由小蝴蝶媽媽鼓舞著翅膀道出：每個孩子都會有不同的氣質跟不同的需求，如何和孩子溝通的是重要的學習議題；緊接著忙碌的幼蜜蜂媽媽也振翅分享媽媽們的覺知意識：臺北市的小孩不用怕營養不良，關於孩子不睡覺的問題，也是從懷孕的那一刻就覺醒了；而關於孩子情緒崩潰時，該怎麼解決？想必是未來值得繼續

探討的議題。

走出咖啡廳，懷抱著父母的覺知，當親子相遇相擁的那一刻，找回你和孩子的內在連結，成為孩子最佳的心靈成長夥伴。祝天下的媽媽們--母親節快樂！永遠給自己、也給孩子一雙飛翔的翅膀，翱翔無垠的蔚藍天空。

註：公園的告白驚喜，就交給與會爸媽分享喔！



畢業旅行的生命能量

園長 游玉燕

台灣繪本教父郝廣才說：「大人該讓小孩瞭解，只要他們想要，他們能夠用最大的翅膀來飛翔！」大人要讓孩子的翅膀變大，以孩子初次離開父母的護翼，獨立踏上畢業旅行的征程，自是最美的回應和詮釋。

在前往頭城農場的途中，孩子們忽地看見天空飛翔的老鷹，當下隨機和孩子們談起老鷹帶小鷹學習飛翔的故事。當老鷹在教導小鷹飛翔時，會帶牠們到山頂上學飛，老鷹會鼓勵小鷹給牠信心，也會勇敢放手，放開小鷹讓牠自己展開翅膀練習在空中飛翔。當時的情境氛圍正巧迎來故事背後的隱喻，引領孩子感謝爸媽願意相信他們，相信他們可以照顧自己，可以安全的探索、快樂的玩，

藉以增進孩子們的自信心和自我價值，以此拉開畢業旅序幕的同時，也讓孩子有機會親身經歷並體會自己的獨立和勇敢。

在畢業豐富多元又緊湊的活動中，老師們給予孩子安全的環境探索、充分的信任；給予孩子穩定和支持，鼓勵孩子體驗一次又一次的挑戰：如何拉起大大的七彩泡泡、如何完成一件創意的拓印T恤、又能靜心安定完成香草娃娃；如何齊心合作完成一片富有濃郁香氣的披薩、在啟動玩水的時刻，也能投入意志發揮最強的爆發力，挑戰水的急速上升，享受大夥兒驚聲尖叫的樂趣。在夜晚循著暗黑的山路參加螢火蟲婚禮，對於害怕黑暗的孩子，從緊緊被孩子握住的雙手，全然可以感受到孩子內心的懼怕，值得肯定的是孩子一面叫喚害怕，一面隨著隊伍前進，在山壁樹叢之間收穫螢火蟲閃閃亮光的祝福。隨後在導覽老師的讚美聲中，回到農場的一隅繼續接受高難度彩繪天燈的挑戰，看著大家七手八腳毫無章法，就在天燈騰空飛翔的那一刻，在微曦的火光中，照見了孩子臉上的喜悅和成就，真美！

回轉住宿的路上，傳來了一個清晰期盼的聲音「我好想今天可以過生日。」正是孩子的想望，啟動了外出尋找蛋糕的奇遇，感謝導覽老師的全力協助，因著時間已晚，最終收集到大小不一的22個布丁，為孩子築起夢想的生日蛋糕。第一次感受不同時空的誠摯祝福，合手祝福孩子們永遠平安健康，勇敢追夢。

一群孩子踩著陽光的舞步，認識林間的花花草草，餵養豬、牛、羊，摘取番茄的大自然生態探索，盡享大自然的資源。說不完的樂事，行不盡的旅程，最後在探討喜歡和老師或爸媽同遊的議題中，孩子以「何謂自由—做自己想做的事，也要考慮別人的感受」，為精彩的畢業畫上圓滿的句點，寫下珍貴難忘的生命篇章。



★ 愛在母親節

媽媽又去放風了  中企鵝班 白翊萱媽媽

感謝游泳老師·老師們·玩想會會長與幹部們·策劃了今天 05 / 14 的母親節活動。

今天早上我踏著愉快輕鬆的步伐·前往延壽街上的 Ciao Blone cafe 咖啡廳·想起了四年前的母親節活動·當時翊駒是念中班企鵝班·當年會長~逸軒爸帶領著玩想會幹部們大膽策劃了史無前例的“爸媽兩相思~大小孩 let's 瘋+媽媽放風去”·讓媽媽們光明正大的拋夫棄子·在延壽街上的“微笑餐廳”享用午餐·而爸爸們帶著孩子們前往關渡自然公園參加活動。



當時·因為翊萱才一歲八個月大·還沒受到幼兒園的洗禮·而且翊萱很黏我·加上翊萱爸爸覺得他無法一打二·所以我背著翊萱一起到微笑餐廳享用午餐。翊萱爸爸開車載著四歲一個月大的翊駒在傾盆大雨中·前往關渡自然公園參加活動·最後下午·媽媽們與大小孩們都回到三民幼兒園會合·輪到我與翊萱爸爸相見歡時·我立馬給他愛的擁抱·也謝謝老師們為我們拍下甜蜜紀念打卡照。

今年的母親節·翊萱也是念中班企鵝班·翊駒已經是國小三年級的小哥哥·由會長~阿比媽媽帶領玩想會再次策劃讓媽媽們暫時忘記老公與孩子們的“愛在母親節”活動·我又再次跟媽媽們嘰哩呱啦·喝咖啡與享用美味的三明治·游泳老師準備了討論話題讓我們跟大家分享·還有護手霜當作母親節禮物·現場媽媽們熱絡聊天·也

聆聽上台媽媽們的分享。

翊萱爸爸則在早上 9:30 帶著翊駒與翊萱到幼兒園·各家爸爸與孩子在老師們的教導下·用愛手作禮物~花朵玻璃杯或項鍊·要給媽媽們一個驚喜母親節禮物。

當 10:40·媽媽們從咖啡廳走到富錦二號公園·一個一個接受各家爸爸與孩子送給的禮物·還有觀看愛的宣言與照片牆。我相信·媽媽們的心跟我一樣·感受到老公與孩子給的溫暖與幸福感。

我們從翊駒到翊萱念幼兒園的這幾年·一直選擇留在三民幼兒園的原因之一就是~~讓孩子與我們在超級無敵霹靂有愛的三民幼兒園成長·讓孩子與我們擁有愛的美好回憶·再次感謝幼兒園的老師們與玩想會·有您們真好!!



感恩的母親節·滿滿的感動

幼白兔班 黃星霏媽媽

從加入三民這個大家庭後·只要有活動·能參加都會參加·很喜歡這樣的凝聚力跟分享氛圍。這次母親節的活動·讓爸爸獨自帶孩子手作·媽媽放鬆喝咖啡聊天·這麼好的活動很希望老師在多多舉辦!這次聽到其他媽媽分享大班生整個幼兒園生活都在疫情之中渡過·以往三民每個月的活動都因為疫情而取消了·聽到實在覺得很可惜·期望現在幼幼班的星霏以及同學們·希望未來不要再被疫情所困·希望大家未來都能有健康的生活·我們要一路跟著三民的腳步·期待每個月的活動·期待下一次的相聚。



媽媽們的放風咖啡母親節

天鵝班劉詠妍/龍貓班劉詠碩媽媽

今年的母親節感觸有點深，因為是姐姐最後一年在三民的母親節，更因為是疫情後可以有活動的母親節，媽媽其實有點期待，卡片跟一朵小花就足以收買媽媽



澎湃的心！沒想到今年還有媽媽放風咖啡，大家聚在一起聊聊小孩的事，聊聊升學的事，得到了很多資訊，認識了很多家長，意猶未盡！最後壓軸的相見歡，看到小孩的那刻，雖然只是短短一小時，知道小孩在另一邊努力做著要給我的禮物，爸爸不止顧小孩也事先準備了卡片，遠方小孩笑著呼喊媽媽，我也跟著笑了出來，覺得心都融化了。謝謝玩想會以及三民用心籌辦母親節，好多好多溫暖的回憶以及令人鼻酸的感動，都讓這個特別的日子更美好！



企鵝寶貝歡慶母親節

中企鵝班 王蕾茵爸爸

自從蕾茵和媽咪收到學校安排的母親節活動通知後，大小都很期待母親節的到來！當時間越逼近時，蕾茵回來還透露將會送媽咪一個小包包唷！終於來到母親節這一天，謝謝三民幼兒園安排媽咪們可以到咖啡廳悠哉地吃著早餐，並與同學的媽咪們交流，後來到了公園，看到寶貝親手縫製的小包包、還有手工貼花玻璃杯、到



後來看到寶貝和爸比一同祕密準備的卡片已貼在公園的牆上，真是給了媽咪著實的驚喜呀！由衷地感謝玩想會及老師們精心地籌備母親節活動，給了我們全家一個難忘的母親節呢！真是辛苦玩想會及老師們了～

很快的，蕾茵即將在今年的大班畢業典禮上表演並給予大班的哥哥姐姐們祝福，相對地代表蕾茵也即將接手邁入大班囉～家長們及寶貝想到這都好捨不得三民唷！期許寶貝們在接下來的大班裡，更加珍惜及享受在三民學習的幸福日子囉！



手作串珠代表我的心

幼白兔班 蔡宜璇爸爸

在母親節當天參加了玩想會舉辦的母親節活動，爸爸們負責準備照片彩蛋以及陪伴孩子們製作串珠項鍊與手鍊，送給平日裡辛苦照顧全家人的媽媽。

平常在家手作活動都是媽媽帶著做比較多，這次帶宜璇串珠，也發現她小手靈巧了許多！完成後大家到公園集合，將禮物送給媽媽，一家人一起看照片牆，心中湧現許多拍攝照片當下的回憶。



在公園裡孩子們玩得很開心，難得大家可以拿下口罩，終於看到平常宜璇口中的同學本人，也很高興能與同學家長們聊聊天。

謝謝玩想會提供這次機會讓我們向媽媽表達感謝，也增進了親子互動以及同學、家長間的交流往來。



母親節活動



幼蜜蜂班 洪妍臻媽媽

感謝親子玩想會的幹部們精心策劃母親節的活動，三民幼兒園的老師們熱情地支持與投入，讓爸爸們在教室陪伴小孩做手做，媽媽們能在咖啡廳好好地聊天享受不被打擾的咖啡時光，

渡過這個溫馨又特別的母親節。

在咖啡廳和蜜蜂班的媽媽們聊天時，媽媽們各個熱情又大方，不吝於分享自己育兒上的心得或崩潰日常。像是聊到育兒上最恐懼的事，從小孩精力旺盛總要玩到 11 或 12 點才肯睡，或是小孩們常常情緒崩潰愛生氣，到日常管教問題常常忍不住吼小孩等等話題，媽媽們聊到匣子都停不下來，但聊完有種暢快感！

有一句俗諺“ It takes a village to raise a child.” (養育小孩需要整個村子的力量)。育兒的過程需要許多同伴，也需要前輩們經驗與智慧的引領，更重要的是小孩的精力無限，單靠一個家庭要養育孩子真的很吃力。謝謝三民的游泳老師和玩想會將家長們串連起來，讓彼此交流，成為家長們最需要的小村子。



★ 畢業旅行之放飛孩子的故事

愛與勇氣的畢業旅行~

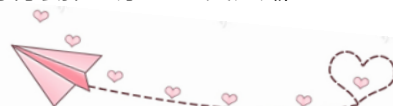
天鵝班 賴怡芬老師

睽違已久的畢業旅行終於成行了~今年是在三民第一次帶畢業班，也是第一次帶孩子們去畢業旅行，和孩子們的心情一樣又緊張又期待，還記得剛和孩子們說要去畢業旅行時，有些孩子因不會自己洗澡、洗頭，從沒離開過父母外宿而緊張害怕不想參加，有些孩子在家中開始練習自己洗澡、洗頭，晚上自己一個人睡覺...等，大家不因此而膽怯，反而化為實際的行動，不斷地練習並突破自我。

畢業旅行是孩子們第一次離開父母外宿，象徵長大獨立，事前練習自己洗澡、洗頭、睡覺、整理行李、記得物品擺放的位置和父母的電話號碼，做好完全準備後，我們帶著勇氣和大家滿滿的愛及祝福出發囉！

兩天一夜的畢旅，我們一起手作並品嚐美味的披薩、用自然的素材(葉子、香茅和薄荷)拓印 T-shirt 和製作香草娃娃、觀察認識農場裡動、植物生態之美，沿路看到山棕、樹鵲、觀察分辨豆娘和蜻蜓的差別、發現山豬走過的足跡、大白斑蝶奇特金色的蛹、採番茄...等，打開我們的視野，體驗並感受大自然的奇妙與美好。夜晚我們一起彩繪天燈和放天燈，看著天燈冉冉升到天空，期許每個人的願望都會實現，有著探險精神的我們，帶著手電筒夜遊，幸運的我們還參加了螢火蟲的婚禮，並為 5 月壽星慶生，獻上滿滿的祝福。豐富有趣的畢旅，以孩子們最喜歡的玩水活動畫下美好的句點，這些美好的回憶將永存在我們彼此的心中。

畢業旅行讓孩子們學習獨立和負責，走進大自然學習並體驗新事物，彼此互相合作關懷，培養團隊的凝聚力，創造歡樂的學習經驗，謝謝爸爸媽媽們的信任，讓我們有個開心且充實的畢業旅行~孩子們也用行動證明自己長大囉！





畢業旅行的成長體驗

天鵝班 陳亮熙媽媽

關於畢業旅行，大約是在一年前聽說有這個活動，一開始還不知道是家長不用參加的活動，後來知道了才驚呼怎麼這麼好，老師們也太強大了吧，



於是開始興致勃勃地教化小孩要學會自己洗澡擦屁股等生活自理能力，小孩一開始抗拒，只好交給扮黑臉的爸爸，果然就順利執行了。收拾行李呢，雖然亮熙先前有收拾行李的經驗，但是我是很沒技巧的用囉嗦的方式叫他收，就是重複吼10遍「衣服牙刷，襪子呢？內褲呢？放進袋子裡！」。而這次畢旅前幾天，看到老師發下的行李清單，清楚易懂，還有勾選小方格(多貼心!)，這次收拾行李就變成了愉快的親子活動。在出發前一天晚上，我特別跟亮熙說，你就好好睡覺，不用擔心睡過頭，媽媽保證會叫你起床，爸爸也說，睡過頭也沒關係，爸爸開車帶你去追遊覽車，可能是這樣，亮熙就安心睡到了快七點，開啟精神飽滿的畢業旅行。

接下來因為家長沒參與就快轉到隔天接小孩的時間，那天我特別準時到校門口去接亮熙，門口已經佔了幾位殷殷切切的家長們，有趣的是還有全家列隊歡迎的搞得場面很隆重，我們就邊聊邊等遊覽車，等到遊覽車終於停好，輪到亮熙下車時，他一下車看到我就緊緊抱住我的大腿，還有點眼眶泛紅，喔喔真的是媽媽的小寶貝。回家之後，亮熙的感想是，其實蠻好玩的，只是晚上可以有爸爸媽媽陪更好，或是回家睡也不錯(說著說著又要一個抱抱)。另外，也嘰哩咕嚕的說著看螢火蟲的時候跟他牽手的楷勛跑掉了，好黑有點害怕，自助餐很好吃，只有宏林敢去餵那隻老山羊

等等小點滴。總之，這次畢業旅行真的有很多好玩的回憶，也是一個難得離家的體驗，最重要的讚嘆老師們完成這個辛苦的任務，感謝老師們。



孩子第一次離家過夜遊

天鵝班 劉允瀚媽媽

感謝疫情終於到了盡頭，許多三民行之有年的活動也一一重新啟動。當阿比從學校得知5月將會有兩天一夜的畢業旅行，他的心情每天都相當雀躍，隨著時間的到來，他更是興奮的常常晚上就在整理畢業旅行需要準備的物品，我們看著他開心的模樣，也滿是歡心與滿足。

在出發前一兩週，阿比突然學會自己洗頭，驕傲的在浴室大喊：【我會自己洗頭了，也不怕水了!】，還要我們進浴室，見證他的成長。從那天開始，阿比幾乎都是自己洗頭洗澡，孩子長大就是一個契機、一個瞬間的事，我們需要慢慢來急不得。



在一起整理畢旅的衣物時，我讓阿比自己選擇衣服搭配及哪天要穿哪一套，阿比選好衣服，在夾鏈袋上寫下號碼及自己的名字，有模有樣的，真是可愛，也好想知道下一次他的離家出遊會是甚麼樣子呢？

兩天一夜的畢旅一下就結束了，看到老師分享的照片，我們猜阿比一定玩得樂不思蜀，完全沒有想爸爸媽媽，果然回家問他，他一付【為什麼要想爸媽?】的不解臉孔，哈!

回家後，阿比嘰嘰喳喳的分享這兩天的趣事，我也迫不及待的一直問他這兩天我好奇的事，突然覺察到，孩子想說的和父母想知道的是完全不一樣的事，於是，就讓阿比說他想說的，看他神采飛揚地分享著，我們想知道的事也不這麼重要了。

撒下獨立的種子，勇敢出發」

天鵝班 林艾蕤媽媽

記得在上學期末家長座談會後聽到游泳老師說：「疫情如果持續鬆綁，孩子們可能可以去畢業旅行了！」

那天回家後我跟艾蕤提了這件事，結果發現她焦慮的心情大於開心的期待...。後來



慢慢跟她聊天發現，她的焦慮來自於「不會自己洗澡怎麼辦？」、「我不會洗頭髮怎麼辦？」、「沒有媽媽陪我睡覺怎麼辦？」、「如果很想媽媽又不能打電話的話怎麼辦？」。後來幾個月，我們花了一點時間努力練習：自己洗澡、自己洗頭髮，等到她真的學會後，發現艾蕤開始有了要去畢旅的小期待！但是，最困難的是她對媽媽的依賴：那一種每天晚上一定要躺在媽媽身邊才睡得著的安穩，從出生到現在都沒有離開家裡過夜的挑戰。

隨著畢旅時間的靠近，老師們開始事前準備，我發現艾蕤又開始「提到畢旅就焦慮」，她說：「其實我可以不用去沒關係！」、「不一定要去畢旅才能畢業啊！」、「媽媽：我去畢旅的時候妳跟妹妹會想我嗎？」...，除了用力抱緊她，給她信心幫她加油，也一直告訴她：「妳去畢旅，我們都在家裡會很想妳的等妳回來哦！」。就在出發前一晚，她抱著我大哭：「媽媽，我雖然想跟同學玩，但我不想去，因為我會很想妳！」，媽媽只好安慰她：「如果妳去了發現真的很想我們，那我跟爸爸就開車去接妳回來！」，出發當天早上，艾蕤要踏出家門時也害怕的哭了，這時候媽媽有點鼻酸，我的孩子怎麼就這樣長大了，已經要去幼兒園的畢業旅行了.....，但整理好心情後，她還

是勇敢一起出發去學校。

我們一群家長約好了要幫孩子送行，早早就到了學校等待，排排站的一群家長好像又回到孩子上學第一天站在校門口遲遲不想離開也放不下心的那群爸媽。看著孩子們一個一個拖著行李箱，背著自己的背包，用力跟爸爸媽媽揮手道別的時候，我在每個孩子的眼裡看到了勇敢！隔天回程，我們這一群家長又是早早等在學校門口，想捕抓孩子們下車的表情，下車後艾蕤立刻抱著我說：「媽媽我很想妳！但是我有忍住沒有哭！」親愛的孩子，我們真的以妳為榮，妳真的長大了！妳做到了自己都覺得會做不到的事情，勇敢又堅強！

我們真的很幸運，疫情終於到了尾聲，孩子們才能有這次的畢業旅行！也非常感謝學校與游泳老師用心安排超級豐富的行程，還有一直不斷傳來照片讓家長們安心！最重要也最感謝的是FayFay老師和凌君老師在學校對孩子自理能力的訓練，讓他們可以安全也很盡興的完成這次獨立的旅行！最後預祝恭喜勇敢長大的天鵝們即將畢業，展開下一個人生旅程！





平平的畢旅

天鵝班 張淵平媽媽

如果爸爸不浮誇，平平大概半年前就開始心理準備要去畢業旅行，雖然戒尿布失敗，勇敢的平平還是帶著姊姊五年前傳承的行李箱，踏上一生一次的幼兒園畢旅。

我們都知道平平生性樂天，從不讓負面情緒超過十分鐘，姊姊最喜歡平平爽朗的笑聲，總是能為家裡帶來無盡的歡樂，所以這次要離開兩天一夜，我們在家最期待，也是平平出門前全家叨叨念念的，就是晚上九點要打電話給爸爸，平平大概唸了超過 20 次爸爸的手機號碼，其實他早就背好，是我們把期待化成耳提面命的訓練，期待他以後背數學公式也能這麼信手拈來。



然後到了當晚九點，全家守著爸爸的電話，因為夜遊回來晚了，連寫功課的姊姊也每寫兩分鐘就抬頭問「打來了沒？」全家像等著中獎 call out。千呼萬盼中，結果是「媽媽」的 line 響起(of course)。是 Fay Fay 老師！然後有張害羞的臉湊了過來，回答著不超過三個字的句子，旁邊熱情的同學們忍不住過來幫忙回答，把螢幕塞滿一張張可愛的小臉，我們等一個晚上的那張臉卻越來越遠，然後索性就離開畫面跑去玩了，剩下的同學開始想跟姊姊聊起來，只是還得留點時間給下一組殷殷期盼的家人，我們想像平平玩得開心，在和 Fay Fay 老師的感謝聲中，結束了平平第一次自己和家人最遠的對話。

很奇妙的感覺啊，科技的發達讓距離越來越近，也許哪天即使隔著螢幕，也能感受到另一端的溫度、觸感、氣味。

視訊聊天不夠嗎？當然不夠，隔天接完平平去安親班接姊姊，姊姊一上車就溫柔地喊了一聲「弟弟～」，然後平平撒嬌地鑽進姊姊的懷裡，這美好的氣氛洋溢在車裡，何止是溫馨接送情而已，手足情深的美好讓車艙變成高壓氧艙，吸一口讓人年輕十歲不為過，爸爸滿足地關上後車門，走回駕駛座開門，只見兩姊弟又突然開始打鬧起來...，嗯，剛剛忘了拍給他們看，他倆那個久別重逢的擁抱了。



童言童語：

日期：2023 年 05 月 23 日

天啊！！這小子要去畢業旅行了☺

爸爸：「你會不會想我們，會打電話給我們嗎？」

平平：「阿！我如果沒有想怎麼辦？」



Sanmin 消息：

時間：112.07.01，9：30-11：30AM

地點：民生活動中心四樓集會堂

歡迎蒞臨 第40屆畢業典禮

蛻變

天鵝班 蔡宏林爸爸

Time flies~

永遠記得宏林入學是 107/09/24~

為什麼會記得這麼清楚呢？因為 09/23 是宏林生日，也就是說滿兩歲我們就迫不及待的把宏林送到三民去 XD



然而，五月宏林竟然已經體驗完他人生中的第一個畢業旅行以及接下來準備迎接他第一個畢業典禮。

這五年的美麗時光，我很確定的是宏林在三民非常的幸福的成長。

我和太太都覺得在宏林和弟弟辰宜非常幸運。因為他們在三民享受了充滿愛與關懷的環境中長大。更讓人羨慕的是竟然在幼稚園的階段就可以參加畢業旅行。真心謝謝學校的用心！讓小孩第一次學習獨立的寶貴經驗。無疑的，這次的旅遊中，宏林是最大的受益者。怎麼說呢？除了兩天可以開始和同學玩耍和分享吃零食、以及不會被爸爸念東念西之外，宏林成功的戒掉晚上睡覺包尿布的行為。

宏林是屬於比較小心謹慎的孩子，之前在和他溝通這一部分時他都會很害怕如果半夜尿濕怎麼辦呢？即使我們給他鼓勵和信心，他總是怕怕。而我們也說沒關係，等你準備好我們再來試試即可。結果在畢業旅行的夜晚，謝謝丹丹老師給予宏林的鼓勵和信心，宏林第一次嘗試就成功。宏林自己也非常的開心。

一直很感謝三民幼兒園給予小朋友的愛的教育以及指導。我也相信在三民畢業的小朋友，心中都充滿了愛和信心去迎接他們璀璨的下一站。



畢業旅行

天鵝班 劉詠妍媽媽

覺得與有榮焉覺得有點得意，親戚朋友們知道小點有兩天一夜的畢業旅行沒有家長隨同全都不可置信，畢業旅行不是小學才有的嗎！？大班這麼多人老師願意帶出去照顧嗎？是的，三民幼兒園的老師就是做得到，而且畢業旅行是傳統喔，每一屆都會有的！



出發前幾天媽媽內心還是出現許多擔心害怕的小劇場，相反地孩子們的心情隨著日子接近越來越雀躍，小時候畢業旅行最期待的是什麼呢？就是帶很多好吃的餅乾跟同學們分享，想買好多零食塞滿包包，看著滿滿的行程，會不會沒時間吃呢？吃東西的時候會不會記得洗手呢？帶太多會不會增加小孩的重量，這就是媽媽吧，在滿足小孩的願望和現實中不斷找到平衡點。

姐姐離家的那天晚上，弟弟化身偽獨生子，下課後帶他去公園遊玩，去餐廳吃飯，他想吃的不用留一份給姐姐，坐在爸爸的肩膀上不用跟姐姐輪流，也許他已經習慣跟姐姐打打鬧鬧，突然覺得受寵若驚，但身為父母的我們只想多給他一些特別的愛。

遊覽車預計 5 點到達，媽媽差一點就趕不上了，家長們很興奮的對著遊覽車拍照錄影，旁人大概是想不透吧！但這一刻實在是太值得紀念了，在小點出現在錄影畫面時媽媽很興奮的大叫小點的名字，但下一秒突然發現自己認錯人了！是帽子跟褲子都一模一樣的同學，怎麼會這麼巧，這麼糗呢，哈！待我找到本人，也沒有預想中的衝過來擁抱媽媽，小點看到我很害羞，黏著游泳老師不肯放手，這就是近鄉情怯吧！弟弟倒是熱情又害羞的在旁邊喊著姐姐。

兩天一夜就這樣結束了，相信這段旅程在小點的幼兒園生活又劃下更深刻的印象，謝謝三民老師們付出很多的心力以及熱情在陪伴孩子們身上，有你們真好！

成長的第一步：畢業旅行孩子～你準備好了嗎？

天鵝班 蔡宗宸媽媽

「老木，我們要去畢業旅行歐」
「好啊，什麼時候，我來看看要怎麼請假」
「沒有啊，你們不用去，小孩子去就可以了」

噔噔噔噔(心中的驚嘆號不斷冒出來)

畢業旅行出發前一個月前就開始記在心



上，(在老師提點下)開始盤點自己會什麼，還不會什麼，「我會自己洗澡」；「我會自己洗頭」；「我還會整理行李」；「我可能會抱不動行李」，討論行李內容的時候，從感覺要把整個家搬走，「我要帶枕頭」；「我要帶娃娃」；「我也要月亮枕」到「沒關係不用娃娃，因為我只是出去玩」；「少放一點，這樣我可以帶禮物回來給妳」，然後從「可是我不敢跟別人睡」到「沒關係，我可以找我同學就不怕了」。

從知道要去畢業旅行到出發前一天的每一天，回家後總是會有一小段話題繞著畢業旅行轉，開心地要去玩，開心要搭大巴士，開心要去玩水，好多的開心和期待，也參雜著好多的不安和擔心。

轉著轉著，時間就來到了出門前一天，要先準備把行李帶去學校，提著有一點重量的行李，想幫你拿下樓，你說「老木，我長大了可以自己拿歐」，「那你再說一次 媽媽幫你拍(錄)下來」，哪天你拿東西又說很重的時候，再撥出來給你看一下好了(媽媽心機好重 XD)。

出發當天，你怕遲到來不及上車，破天荒的在25分鐘內完成了每天要花快50分鐘才能完成的事情，這實在是跌破媽媽眼鏡....

兩天一夜的旅行結束後，準時到校門口準備接

你回家，看到我的那一剎那，你扁嘴帶哭聲的說「我好想妳」，媽媽心裡知道，那個打了勇氣力量在身上的孩子，要回家充氣了。

回家後，你很開心地在敘述著你們一起做過的事情，聽著你快樂地說著過程，我知道這個快樂的記憶，將會是提供給你勇氣和力量的來源之一，當以後面對不確定或擔心的時候，我相信這個記憶將會是一個很棒的充氣站。

從小小的一個小娃，慢慢的在這四年間長大，有點傷感，卻又很多感動和開心，看著你在這裡開心地長大，在大家的陪伴下慢慢地從小獸要化成人形，屬於你的成長樹正在緩緩的茁壯長大嘍！

孩子，你準備好了嗎，讓我們陪你一起往下一段旅程邁進。



怎麼辦？

去了一趟畢業旅行就像換了一個孩子回來！？

天鵝班 陳廷釉媽媽

柴柴是一個怕生、怕陌生環境的小孩，畢業旅行前夕說：「我不想去畢業旅行，我會害怕！」畢業旅行當天：「我好緊張喔！」。

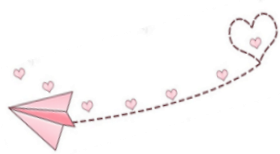


就在這兩天特訓後，之後陸續發生了神奇的事情，以前總是要跟著大人屁股跑的她，喝喜酒時，在那麼大的空間、那麼多的人潮，柴柴竟同意爸爸出來接晚到的媽媽，而她一個人留在喜宴現場；媽媽有天假日不在家一整天，通常假日起床第一個就吵媽媽陪他出去客廳玩，卻從家裡的監控看到這個孩子自己一個人起床坐在客廳沙發，翻翻自己的運筆練習，自由自在的走動，也因為畢業

旅行剛好藉這個機會學著自己洗澡、刷牙，以前總是懶惰的他，都要我幫他刷牙、洗澡，現在可以跟著媽媽站在鏡子前一起刷牙，還能幫媽媽洗澡沖水，尤其洗頭的部分變得超細心，以前總是水亂噴，流的媽媽滿臉都是，現在可以細心的用手遮著，洗到耳朵還會幫你把耳朵折起來，問他畢業旅行晚上怎麼有辦法自己睡著？因為他睡前動作有夠多，要按摩臉、手、背、腳，他輕描淡寫的回說：「我就躺著一個很舒服的姿勢，就睡著了！」，總之發生了很多就像奇幻之旅一樣嚇到媽媽的事情，沒想到一趟畢業旅行離開平常習慣的地方跟家人之後，可以換得變得更獨立、更負責、更能溝通、更好協調、更細心、更貼心的小孩回來，謝謝魔法的三民帶領著魔法的老師，就像變了魔術般把小孩都變好了！老師簡直成為孩子們生命中的貴人，讓孩子們全能發展、不受限制發揮、勇敢嘗試但又不失規矩！

故事的最後，分享一下柴柴畢旅回來很高興的說：「畢業旅行好好玩！我還要去！」聽完真捨不得讓他離開三民，希望三民之後可以有直升的國小讓小孩可以跟著有愛的老師久一點！（這個願望會不會太大哈）

我不想上學!!



天鵝班 聶宇芯媽媽

這大概是我 2020 年每天早上都會聽到的一句話，其實這句話整整聽了快一個學期，每天早上就跟[早安]這句話一樣稀疏平常。

宇芯就跟一般小寶貝一樣，上學的头兩天覺得好玩、有趣、好多人，這對獨生女，家族裡又是第一個小孩的他來說，真的新鮮，相反的從小就在大人們的關愛跟呵護底下，也是相當陌生且不再是焦點；進小海豚的第一天回家就哭出來了，接下來的每一天可想而知相當辛苦，對宇芯對家長對老師都是，每天看到老師傳在群組的照片眼

睛都腫到心疼，哭到頭髮都是濕的，記得第一次的座談會，凌君老師分享著這是他第一次遇到難度這麼高的班級，每每哭成一片哀嚎的比例太高，效應太強，一不小心就一個哭就個個跟著哭，此時的我也覺得還好小孩嘛！結果老師轉過頭來對著我說：宇芯尤其，常常造成群哭



效應!! 那時候最特別的就是，我感覺得出來每一位三民的老師很快就都認識宇芯，對她的各種關心、各種聊天、每天早上試著轉移她注意力，讓她進入校園。甚至同學都對她試各種關心，希望她不要再想媽媽想回家了，直到有一天她跟我分享同學，我很開心她開始認識並聊起幼兒園生活，每天我都會問問她今天還有誰我還沒認識的嗎？

每天的{我不想上學}還是掛在嘴邊，但分享越來越豐富，每天忙於工作的先生也在日常中發現宇芯的生活，過的越來越不一樣，小海豚在適應，中海豚在學習生活，大天鵝開始管理自己的生活，管理大人，把學校的教學完全應用在生活中，每每有人問起我們幼稚園好嗎？我們總是很開心又肯定的說，三民重視生活教育，但也不忽略學習，各項平均的分享及教育每一位孩子。

非常重情感的她，快樂、受傷每天都會很有感觸的跟我說，有的時候同學很想要她的東西她也想分享，好朋友想要她陪，她會請我晚一點點來接她(真的一點點大概晚 10 分鐘)，同學的生活她每天也沒有少分享，畢業旅行更是跟好朋友緊緊牽著。

每個家長對於孩子的期望不同，很慶幸的是我跟先生對於一起選擇了三民有共識，這三年多來的不止是讓宇芯去學習，很多時候我們也重新在學習，已經可以想像進入小學的宇芯，應該會常常拉著我去三民門口看一看喔！



★ 玩，原來是這麼重要的事

第 37 屆畢業生 林詮展媽媽

我想，正在看著玩想家刊物的您，想必是非常幸運的，因為我們都幫孩子選擇了三民這個大家庭！

我的孩子從三民畢業，現在是小學三年級，因為我們住在內湖，所以較少有機會回到三民，近期再訪，孩子在門口很緊張的張望著，深怕老師已忘記自己，小小的身軀有著大大的



期盼，結果很快的就被游泳老師發現，孩子很開心自己沒有被遺忘，老師還很關心他小學的表現與暑假營隊的安排，還因他獲得學業的獎狀而欣喜，身為家長，我內心滿是感動，孩子的顧慮是多餘的，三民總是張開大手歡迎我們回家，說也奇怪，媽媽我竟然也有一種回娘家的喜悅！

剛念三民幼兒園時，因為身邊朋友的小孩很早就開始學習注音或英文單字，我們也曾經擔心是不是該提早做些甚麼學習，畢竟千古名言「要讓孩子贏在起跑點」這句話總是讓父母有著沉甸甸的壓力，但老師回答我，這年紀的孩子就是要大量的玩，並從玩當中學習，玩對孩子來說非常重要，等到要升國小一年級的暑假再學習注音符號就已足夠，這句話讓我印象深刻。

所以最後我們尊重三民的教育專業，我們放手讓孩子大量的玩，我們除了參加三民的玩想會辦的各種親子活動，還帶孩子到處去露營和出國旅遊，透過在旁觀察，我發現玩這件事，原來是可以訓練他獨立思考與解決問題的能力，因孩子要自己思考該怎麼跟人互動、融入團體，當自己的模式無法融入時，該怎麼調整，在調整的過程中

提升自己，因而獲得自信與成就感。我始終相信，孩子會靠自己的能力去解決與同學互動的問題，家長可以給一些空間和時間，除非有立即的安全疑慮，我們其實可以不用心急在第一時間就去干預孩子的互動情形，因為過度的保護，就會讓孩子失去探索自己的能量！

從觀察孩子的成長過程，我們也跟著一起成長，原來學習不該生硬刻板的覺得某些項目才是學習，學習是全面性的從知識、態度的各種學習，我們總是想要多給孩子什麼，卻忘了很多能力是孩子本身就具有的，只需要從生活日常中去喚醒。我們的年代可能只要側重考試就好，但孩子的這個年代，似乎更多元也更倚賴他們本身的人格素養，更需要倚賴自己的能力，所以三民幼兒園提倡的中心思想：愛與勇氣，從孩子本身產生能量，就是非常重要的觀念。

我們重視孩子學業、鋼琴或圍棋的表現，但我們更重視他心靈的強壯程度。我們期許孩子，自己能夠獨處，在孤單中安定；能夠與人互動，在團體中不失去自我；在面對競爭時，保持自信積極的態度；在面對壓力時，保持彈性；在面對挫敗時，擁有復原的能力。這些可能不是單純學習甚麼學科可以獲得的，也可能不是我們可以直接教導的，又或者我們身為家長也都還在學習的，但這些是孩子從生活中、從玩當中可以學習因而精進的。

我們很幸運，在孩子人格養成的重要時期，選擇了三民，透過三民的帶領，我們才能明白原來孩子需要的特質，是可以自己去獲得的！



★ 烹飪課

滷味飯，滷出一鍋的幸福

幼蜜蜂班 張乃文老師

孩子們最喜歡最期待的課程來啦！這是蜜蜂班第二次的烹飪課，有了上次的經驗，大家更加期待這一次的滷味飯。

一開始在討論食材的環節，孩子們對滷味是什麼都不太了解也沒什麼反應，剛好阿姨煮了滷豆乾，就跟孩子們介紹滷味就是用醬油來煮的一種方式。



接著開始準備把食材切成好入口的形狀，孩子有了之前的經驗，都非常熟練的使用蛋糕刀，這一次給孩子小小的挑戰，香菇切碎以及豆乾切片，一開始對切碎、切片的概念孩子都不太了解，老師握著他們的切，切下再一起觀察切片與切塊的形狀，孩子們真的很厲害，帶著練習一次就能自己慢慢對準慢慢切片，並且使用刀子的姿勢也非常正確，簡直就像一位小小的廚師呢！

當全部食材都準備完畢，邀請孩子們一起將食材放進滷汁中，大家都一直說好餓好餓喔～但其實剛吃完點心沒多久哈哈！滷的過程教室滿滿的香氣，孩子們雙眼閃著星星的一直望向鍋子，不斷地問：「好了嗎？可以吃飯了嗎？」看他們可愛的模樣，連我也跟著期待起那鍋滷味。

吃飯時，孩子們都吃的津津有味，看到自己切的、撥的菜都很開心的和老師們分享，好多孩子還要了第二碗，吃著自己煮的午餐，孩子們臉上幸福、自信的表情，渲染到了老師們心中，很喜歡烹飪課帶來的美好時光。



★ 兒童節活動「朱瑞福的游泳課」後續-

蜜蜂班王岑宇/天鵝班 王紹宇媽媽

因為紹宇即將上國小，想要參與活動讓紹宇看看有什麼反應！表演當天不只紹宇認識的孩子們都喊著紹宇媽媽，覺得孩子們也太可愛了吧！！

表演中的勇敢口訣應用在平常的生活中超好用！紹宇是位比較細心並且比較注重安全的孩子，所以對於運動場上的繩索會比較不敢嘗試，於是乎～媽媽一開始先爬到最頂端，並且在頂端念著勇敢口訣，紹宇一步一步的也爬到我身邊，著實令人感動！！



參與孩子的活動得到的反饋遠遠比比孩子多很多呢！

