



親師橋

第四十一期 / 生命教育

發行人：許文勇

出版者：新北市淡水區新興國民小學

策劃：許毓峰

執行編輯：鄭詔月、吳慧珍、劉宜欣

顧問：林志男、王一梅、張瓊煒

地址：新北市淡水區新興街123號

美編設計：睿澄視覺設計有限公司

出版日期：104年6月

大自然裡的生命哲理

生命緣起，美好的邂逅

春夏的腳步已經悄悄的來臨，不知道你是否看見木棉樹上含苞待放的花苞，正蓄勢待發，準備飛上枝頭；你是否也注意到了最近校園裡又開始喧鬧了起來，原來是一群鳥兒，正在高歌迎春呢！

記得前些日子曾經看過一篇文章，叫做《陪蝸牛散步》。蝸牛的步伐是緩慢的，要一個急性子、生活緊張忙碌的人陪一隻蝸牛散步，無異是一種折磨與痛苦，但也因為蝸牛的慢吞吞，才讓一個整天忙碌的人有機會去關照身邊美好的事物，原來花兒是這麼香、鳥鳴是如此甜美、好久沒和親人好好聚聚了，這時才恍然大悟：竟然是「蝸牛陪他散步」！

人是一種複雜的生命體，其行為無法以邏輯推論而得知，有時是「身不由己」；有時卻「逍遙自在」；有時只能「苦中作樂」；有時卻要「忙裡偷閒」，邊沁的功利主義：以成就大多數生命的快樂為善，只要不要影響他人，而讓別人痛苦，慵懶一下又何妨！

自從1991年參加鳥會活動，曾擔任解說義工開始至今，已經整整二十個年頭了，在這六千多個日子裡，大自然中的鳥兒，一直都是我最好的朋友，從牠的身上，我學會了謙卑、尊重與無私，還有著更多的感動與樂趣！

「人脫離自然越久，人心就會變得越野蠻。」這是大陸一位著名的作家沈從文所說的名言，心中常在思考這句話的涵義，是呀！生活在都市叢林裡的人們，每天過著庸庸碌碌、神經緊張的生活，待久了就會有問題產生，若能利用假日好好安排一下正當的休閒活動，調劑一下身心，對生活是很有幫助的。在此告訴大家一種最優質、廉價、俗擱大碗的休閒活動，那就是到大自然裡賞鳥吧！

生活中的精靈，賞鳥記趣

臺灣的鳥種將近500多種，種類與數量繁多，實無法一一盡述，在此列舉二種有趣的鳥兒，包括最近引起廣泛注意的小白鶴來訪、春季家燕的回臺繁殖做介紹，希望透過簡短的說明，能夠請君入甕，拋磚引玉，從此讓您認識更美好的自然生命世界。

遠方的珍貴訪客，小白鶴的造訪

新北市的金山清水溼地是候鳥南遷的第一休息站，常常有一些珍奇的候鳥到此休憩，尤其此處常有稀有的鶴類鳥種大駕光臨，如：西元2007年的丹頂鶴家族、2013年的蓑羽鶴及最近的2014年的小白鶴的造訪，最令人驚豔。

此次幼小的白鶴不知為何緣故與家族走失，獨自一隻飛抵金山，或許是初生之鳥不畏人，小白鶴在金山居民及愛鳥人士的悉心照顧之下，逐漸健康長大，身上的灰斑逐漸消失，臉上眼睛附近的紅色標記越來越明顯，每每看著牠飛翔、覓食及玩耍，都令大家目不轉睛，驚喜連連，過去臺灣從來沒有這種鳥出現的紀錄，小白鶴的到來，的確造成不少的轟動，更可喜的是看見國人保育觀念已日趨成熟，公部門與民間環保團體及當地農民的三角合作，讓小白鶴能夠平安、沒有太多的干擾之下在此休息成長，等待南風吹起，能夠飛回北方的家，與家人團圓。除此之外，筆者也發現在小白鶴出現的

遠方的珍貴訪客，小白鶴的造訪
(賴秀碧老師攝)



校長 許文勇

兒童節慶祝活動



水田附近，常有一隻黃色小狗默默趴在馬路上，似乎也是幫忙守護著小白鶴，真是令人稱奇！如果想要一睹小白鶴的風采，現在就可以驅車至金山的清水溼地，好山好水好風景的人鳥和諧景象，一定會讓你印象深刻，感動不已。

春天回台繁殖的家燕大軍

每年春季三月中旬，夏候鳥的家燕便會從南洋地區北返回臺灣築巢繁殖，通常都會在民宅的屋簷下築巢，所用的材料主要是泥土與唾液、細草相混。聽說家燕如果在家裡屋簷下築巢，代表這裡的風水好、是福地，亦會帶來福氣，所以大家也樂的讓牠自由自在的築巢，儘管牠的排泄物會造成異味與髒亂，但是民眾還是蠻歡迎牠們的。根據筆者的觀察，家燕築巢並沒有一定的方位及條件，且親鳥會沿用自己去去年築的巢，其他子鳥就得自己想辦法囉，一對親鳥一次可以生下3~5顆蛋，從三月至九月的北返期間，大概可以繁殖二次，也就是順利的話可以生下6~10隻幼鳥，所以每當九月要南返時，家燕大軍會集結於五股溼地地區，成千上萬隻的家燕聚集之後，一起返回南洋去過冬，壯觀奇景，不可錯過。

家燕英姿



相遇的開始，新鮮事不斷

以上略舉二則鳥的生命故事，就讓我們一起與鳥兒為友，以大自然為師。別忘了，有空的時候，帶著全家人一起去親近牠、愛護牠，可愛的牠可是從來不會令人失望的唷！

展現自信風采

看見生命亮點

社團成果發表展現自信與創新

學務主任 王一梅



田徑隊健兒參賽情形



柔道隊比賽情形

「成功的條件在於勇氣和自信，而勇氣和自信乃是由健全의思想和健康的體魄而來。」——科倫

新興國小自創校以來即以「自信、尊重、創新」為本校的願景，期望能夠培育出有自信、能尊重、會創新的新興好兒童。因此無論在課程的教學或是活動的安排辦理上，都盡可能提供多元的舞台讓孩子發展優勢智慧，讓每個新興的孩子都能「展現自信的風采，看見生命的亮點。」。

學校除了成立多項校隊，如：柔道角力隊、桌球隊、田徑隊、樂樂棒球隊、排球隊、躲避球隊之外也成立了舞獅及節奏樂隊這2個社團讓孩子能利用在校時間學有一項專長。除此也在學生放學後開立多元的課後社團，如：元智科學社、彩繪捏塑班、直排輪、圍棋社、擊樂社、珠心算、跆拳道、美術創作社、北科大科學社、多媒材捏塑班、烏克蘭麗麗、真理大學足球班、跆拳道、扯鈴社、微笑桌遊班、籃球社、香頌小提琴、親子讀經班、多媒材美術班、快樂非洲鼓、彩繪故事屋……等，藉由提供多元的選擇讓孩子能多方面體驗，進而發現自己的優勢智慧。

新興的孩子能動能靜，無論是校內的活動，如：熱舞大賽、五子棋大賽、三對三籃球賽、小藝人表演、小小生態導覽員、社團成果發表會以及運動會的大會操、大會舞表演。或是對外的比賽及活動，如：一信寫生比賽、珠心算比賽、健康小學堂、環保知識擂台賽、柔道角力賽、桌球賽、樂樂棒球隊、排球隊、躲避球隊、班際大隊接力比賽、班際健康操比賽、藝術節踩街活動……等。孩子的表現總是能讓人眼睛為之一亮，禁不住要大聲喝采。

新興的孩子自信滿滿，新興的孩子生命無限光采。



六年級熱舞比賽



五年級熱舞比賽



舞獅社團



烏克蘭麗麗社團



扯鈴社團



珠心算社團



校內五子棋大賽



小提琴社團



小藝人表演—小提琴



六年級班際樂樂棒比賽



快樂非洲鼓社團



小藝人表演—電子琴演奏

一大清早，張開的第一眼就看到和煦的陽光，溫柔的叫醒了我，一切梳理好後，走到學校路途中，聽到鳥兒清脆的叫聲歡迎著我，走進校園的第一步，看到了散發清香的樟樹開滿了黃色的小花，地上滿是綠意盎然的青草，彷彿意味著春天已經來了。



拔黃鵪菜

老師今天下午帶我們到校園實地探查，我看到了蝶園裡開滿了各式各樣的花朵，吸引著五顏六色的蝴蝶來採蜜，也招來了勤奮的蜜蜂來吸花蜜，我目不轉睛的盯著這些使花朵充滿生氣的小生命；還看到正在交配的樁象，透露出春天的氣息；而幾棵原本光禿禿的樹木，已不知不覺煥然一新，大樹們都穿上了綠芽大衣，紛紛向我們招手致意，似乎邀請著我們加入這場「春之舞會」，而我們也笑盈盈的接受了這場邀約，靜靜聆聽這首「春天之歌」。這首好聽且美妙的歌曲，使我的心漸漸沉澱了下去，繼續慢慢欣賞這些大自然之美。

接著，老師帶著我們到掃區裡，讓我們更加仔細的觀察植物，還讓我們試著拔黃鵪菜。原本我都不知道要把整株草連根拔起，只會拔莖，不會拔根，這時地上突然出現一堆不知名的蟲，更嚇得我連碰莖的勇氣都沒有了。後來看到同學們把一株又一株的黃鵪菜拔起，使我鼓起勇氣伸手去拔，「一二三——拔！」果真就拔起了，這時候我內心的快樂是旁人無法體會的。接著又拔起第二株、第三株和第四株時，突然，「啊！」子馨說「有蟾蜍！」我一聽到，馬上把手鬆開，趕緊跑去避難，唯恐蟾蜍追來。等到拔完了十株以後，我就開始觀察，我發現地上有長得看起來很好吃的蛇莓，有一堆生機盎然的青草，還有，子馨拔出一株非常大的羊蹄，使我大開眼界。

這次對春天的探訪，使我覺得，原來，春天那麼快就到了！平常我總是在家裡讀書，在學校上課，從來都沒察覺到現在已經是春光明媚，風和日麗的好天氣，在不知不覺中，春天已經悄悄來臨！如此溫暖，如此美麗！春天，我最喜歡了！

養蝶記 206梁芝綾

早自習或生活課的時候，老師有時候會帶我們去蝶園抓毛毛蟲和蝴蝶。

有一次我們在「阿勃勒」的樹上發現有好多「水晶粉蝶」和「淡黃蝶」，還在「華他卡藤」上發現「淡小紋青斑蝶」，我們把毛毛蟲帶回教室飼養，在養的過程中，我們幫牠清便便、摘葉子給牠吃，看著牠一天天的長大，心裡覺得好興奮。

時間一天天的過去，毛毛蟲就變成了蛹，又過了一個禮拜，蛹就變成漂亮的蝴蝶了。

我們全班一起把蝴蝶放到蝶園去，還跟牠說祝福的話，最後看著牠自由自在地在花間飛翔，心裏覺得很開心！

愛就是……

610郭品儀

愛，就是內心會感受到無比的幸福、溫暖。對我而言，愛就是陪伴，身邊無時無刻都有人陪，讓你不會覺得無聊、空虛；愛就是一句關心的問候，當你不舒服或心靈受創傷時，只要一句關心的話語，心情會好轉許多！

愛就是——陪伴。只要爸爸一有休假，前一天都會事先計劃好明天的行程，而我呢！幾乎不會缺席，除非要上課。我認為，可以和親朋好友一起出去玩，不管做甚麼事情，我都覺得很開心！那做自己喜愛的事就更不用說了～比如說騎腳踏車，我有時候興奮到不用騎就一直狂流汗，媽媽都說我太亢奮了！

愛就是——一句關心的問候。還記得剛開始加入田徑隊的時候，跑步不小心跌了一跤，學長、姊們不時就會跑來關心我，雖然傷口很痛，但心裡卻有說不出口的溫暖，無比的開心！像最近我人不舒服，智琪三不五時就會到我身旁來關心我，雖然表面上沒什麼幫助，但我內心是喜悅的，我非常感謝她！

其實在生活中，處處都充滿了愛，仔細想想，當警察、消防員、導護志工……等，也都是愛的表現！為什麼警察要開我們罰單？為什麼消防員要滅火？為什麼導護志工要幫忙指揮交通？這些都是為了我們著想，他們沒有義務要花那些時間顧慮我們的安全！這都是因為有愛。

所以表現愛，不一定要花大錢！而是要體會對方的感受，多多關注他人的想法，「愛」很簡單！一句問候、一句關心，甚至一分鐘的陪伴、或媽媽的愛心便當，都可以簡單讓對方感受到底什麼是「愛」！有了愛，就可以讓社會變得更溫馨。愛，應該就是這樣吧！



發現蝴蝶幼蟲



準備放養蝴蝶

觀察蝴蝶

★新興國小★ 世界人權日 活動紀事

人權教育輔導團教師 鄭偉辰

每年的12月10日是世界人權日。

二次世界大戰後（1948年12月10日），聯合國大會通過並發表了世界人權宣言，並宣佈所有的人均生而自由，在尊嚴及權利方面處於平等地位。1950年，聯大決定將每年的12月10日定為世界人權日，而且這份宣言至今已被翻譯成200多種語言了。

新興國小在去年（2014）的世界人權日前也進行了為期一個月的「人權鋒面」活動來慶祝以及紀念這個重要的日子。活動分為四個階段：

第一為「百本人權好書書展」，興光三閱圖書館收集並購置百本人權好書在主題書展示區展示並提供借閱，讓新興的學生們更認識人權。

第二，我們進行了「別讓你的權益睡著了～生活中的人權」的活動。孩子們對照桌上的人權宣言立牌找出相對應的條款完成人權狀況題學習單，完成的人還能參加抽獎活動呢！

緊接著，是「老師開講」上學就是一切——勇敢的小鬥士馬拉拉。11月27日這一天，在圖書館的階梯互動區，偉辰老師透過時事議題與孩子們分享，國際議題以馬拉拉的故事為例，國內議題則以沈芯菱「一元柳丁」的故事為例，讓孩子知道爭取人權是不分大人小孩的喔！

最後，在世界人權日當天，我們舉辦了「有意見，「聲」出來！」孩子們只要跟圖書館的老師索取一張人權樹葉，寫下自己的想法，再將它貼在圖書館的第二棵主題樹上就能讓大家聽到你的聲音了。

這些宣導人權的系列活動的是由鄭偉辰老師與閱讀推動教師陳韻如老師共同策劃的，活動以中央人權教育輔導團定的主題「有意見，聲出來」為核心，提供相關人權百本繪本供學校孩子自由閱讀。透過老師開講，人權學習單，引導孩子更深入認識人權概念中的兒童表意權，並提醒孩子在表達意見前要「以尊重及同理心為前提」。兩位老師希望透過這些在本校圖書館——「興光三閱」一所進行的活動，能讓新興國小的學生能夠更了解人權的概念。

本校四年三班盧彥君同學很感謝老師帶全班一起去圖書館閱讀有關人權的書籍，讓他們班的同學能知道人權的重要。校長也表示，期望透過此次的教學活動，讓新興的孩子們能夠更瞭解人權的意義以及尊重他人的重要性，也希望能藉此涵養未來公民素養與啟發人權關懷情感，讓世界往更和諧、和平的方向邁進。



生活中的人權—學習單任務



生活中的人權—學習單任務



老師開講—勇敢的小鬥士馬拉拉



人權書展海報



人權書展



有意見，「聲」出來！

從「一日媽媽大作戰」 體驗生命的美好

611導師 林月梅

「天下的媽媽都是一樣的，喔～天下的媽媽都是一樣的……」這是六一一教室裡傳來的練唱聲，湊近一看，哇！孩子怎麼個個都成了「大腹便便的孕媽咪」。

母親節前，輔導室精心策畫了一系列感恩活動，不管是感恩卡製作、感恩主題曲的教唱、感恩體驗……校園裡處處瀰漫濃濃的感恩氣息，而「大腹便便」這可是六年級的獨享體驗！

週二整天課，看著孩子各個挺了個逼真的肚子，跑班上下課，連抬餐桶等粗活也沒人吭聲。午睡時間一到，我開放自由決定睡姿，教室裡開始出現小插曲，「肚子那麼大，趴著快不能呼吸！」「躺著要翻身很困難耶！」體育課前，孩子異口同聲問：「體育課也要帶著肚子嗎？」「那當然！」我回答。看著心不甘、情不願、顛顛童稚的背影，哈！我知道體驗活動真的發揮作用了！

為了不讓體驗僅止於此，在班級中，我開始進行課程延伸。語文課，當孩子被賦予了超神祕的任務——當起偵探「柯南」，在一週內秘密觀察並寫下媽媽的四個獨有特質，而這「四最」結合卡片製作，讓一張張的卡片彷彿載滿著孩子對媽媽的無限謝意與愛意。

除此之外，綜合課我帶孩子規畫一個大驚喜，把主題訂為「母親節感恩同樂會」後，孩子異想天開的分組開起「愛心商店」：「美甲組」負責美化媽媽最操勞的手；「按摩組」負責消除媽媽一年365天的疲累；「下午茶組」端出一杯杯養顏消暑的水果茶，讓媽媽當起貴婦；「綜藝表演組」獻上「老媽的一天」大戲，用搞笑歡樂的方式呈現媽媽的辛苦。

感恩同樂餐會當天，佈置、招待、主持、善後……都是孩子一手包辦，他們的創意與用心讓教室彷彿成了五星級的自助式用餐區。當音樂一下孩子獻上大合唱，接著播放回顧影片——「精彩時刻，因為有你」，最後送上精心創作的手工卡片……孩子的真誠徹底打動了現場媽媽的心，媽媽們一個個感動落淚，我想這眼淚一定是欣喜的，欣喜自己眼中的小毛頭此刻真的長大了。感性之後，輪番上場的愛心商店更讓全年忙碌不打烊的媽媽們一圓當貴婦的夢。這場感恩同樂會就在笑到捧腹流淚的感恩大戲中畫下美好的句點。

這個母親節，我只是「點火」的那個人，孩子們卻從一日媽媽體驗的省思後，決定集思廣益，運用合作學習的方式，送給媽媽一個不一樣的母親節禮物。我想生命教育可以不用是教條宣導，「體驗式的學習」更能銘記在孩子的心中許久。從孩子一張張的體驗學習單中，我除了看見孩子與自己的對話，那是一種成長；更看見媽媽們寫給孩子的回饋，那是感受生命成長的喜悅。生命教育是需要體驗的、是鮮活的、是有溫度的、是親師生一起建構的。能在畢業前，帶著611的孩子進行這一場生命的饗宴，我絕對是最幸福的老師！



媽媽體驗大作戰



貴賓級的待遇—獻給媽媽



母親節感恩同樂會



感恩同樂會—成功



611蔡易享



611賴奕丞



611朱可涵

新興附幼 20 周年 精彩校慶表演



司令台前

生日蛋糕

進場

新興國小104年度 推動生命教育活動內容一覽表

自信 尊重 創新

7

項別	實施項目	內容	時間	對象	主辦	協辦
一	校園安全講習及演練	1.聘請專家學者蒞校演講示範。 2.消防安全及防災演練。	3月及9月	全體教職員工及學生	總務處	學務處 導師
二	獎的就是你	生命教育有獎徵答。	每學期6次	全校學生	輔導室	各處室
三	多元文化展	配合校慶辦理多元文化展及相關多元文化教育、體驗活動。	4月底至5月初	全體教職員工生及家長	輔導室	各處室
四	母親節感恩活動	1.配合慈孝感恩月及母親節，規劃感恩體驗活動。 2.活動計劃另訂。	母親節前二週至母親節當週	全體學生	輔導室	各學年
五	學藝競賽活動	壁報比賽。 心得寫作。 國語文比賽。	6月 10月 12月	學生自由報名參加	輔導室 教務處	各處室
六	生命教育專題演講或展演	配合畢業週活動，聘請傑出校友或專家學者專題演講。	6月	全體師生	學務處	教務處 輔導室
七	融入各科教學活動實施	於教學中配合實施生命教育，藉以建立學生正確積極的人生觀。	融入課程計畫與教學。	全體學生	教務處	教師、 輔導室
八	新生入學活動	協助小一新生及家長適應學習階段的轉變。	8月	小一新生及家長	輔導室	各處室、 新生導師
九	健康檢查及預防接種	1.聯繫衛生所及醫療院所辦理健康檢查。並知會家長，追蹤處理。 2.由本校聯繫衛生所辦理預防接種。	9~10月	小一新生	學務處	健康 中心
十	生命教育月	配合教育部每年生命教育計劃活動進行規劃。	10月	全校	輔導室	各學年
十一	特教宣導活動	配合特教月規劃特教體驗活動。 辦理教師特教知能研習。	12月	全體學生	輔導室	各學年
十二	提供相關諮詢服務	心理衛生諮詢。 轉介資訊提供。	全學年	全校	輔導室	醫療 系統
十三	教師生命教育研習	聘請專家學者專題演講。 由輔導室提供有關資料研讀。	每學期一次	全體教師	輔導室	教務處 學務處
十四	憂鬱、自我傷害防治宣導	配合健康及綜合等課程實施宣導。 聘請專家學者專題演講。 專輔教師入班宣導。	每學年1~2次	全體學生	輔導室	導師
十五	生命教育圖書文章、影片欣賞	選購圖書影帶供學生閱讀欣賞。 編撰生命教育文章提供學生閱讀。	每學期2~4次	全體學生	學務處 輔導室	教務處 導師

獎的就是你~生命教育有獎徵答優良作品



307 黃子寧



305 張禹凡



303 陳彥好



110 蔡正法



102 蔡依庭



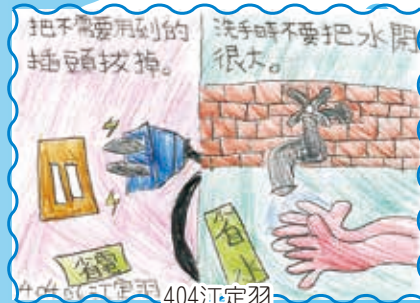
101 楊翔安



101 吳子恒



202 蘇玉潔



404 江定羽

身為學校心理師最常被問到的是「如何管教」的問題，孩子們有各種列舉不完的「症頭」：不寫作業、亂打同學、偷拿東西、說謊騙人、不上學…等等。好希望可以針對每種症狀有對應的特效藥，讓每個孩子都恢復成無瑕可愛的小天使。固然有很多的理论可以幫助我們去思考孩子「怎麼會變成這樣」。但是要協助孩子最重要的並非理論而是一個足夠寬闊穩固的「心理空間」。

之前的親師橋「如何陪伴孩子渡過情緒風暴」一文中我曾談到：接納孩子的情緒、反映孩子的情緒、協助孩子表達而非宣洩情緒。這三點可以說是所有教養中最核心的原則。身為父母、老師最重要也最辛苦的挑戰，就是在孩子「卡住」的時候陪伴他渡過。這需要大人預備好自己的心理空間才做得到。

為什麼明明我們心裡很愛孩子，但是出口的是貶低嘲諷，出手的是責打推開？因為我們的心理空間沒有「撐」出來，無法容納愛流動在其中。我們需要四根柱子把空間撐起來。

第一根柱子：調整自己的頻道。

停下來，深呼吸，對自己說「把心打開」（不只是想，而是真的在心裡面對自己說好幾次，甚至說出口也行。）此刻我有很多情緒想法，但我願意先全神專注在我的孩子身上，就像我第一次看到他那樣地好奇，期待著我們之間會有什麼樣的故事。

第二根柱子：全部收進來，慢慢再整理。

有狀況的孩子並非「製造麻煩者」而是「遇到麻煩的人」，在聽孩子說話的時候，把「修理的工具」先收起來。常用的工具：挑語病、機會教育、挑剔禮貌、早就跟你說了、抓不一致說謊。專注於收集能讓你理解孩子心情的訊息，包括他的眼神、他的表情、他說的話、他沒說出口的心情。像一個好捕手那樣把球壞球都先接起來，引導孩子下一球投得更投入、更精確。當我們試著不打斷、不評價，熱切地看著孩子，孩子會願意說很多心裡的話，這才是精華，不要專注於雜訊。其他事情可以之後再教。



604張婷婷



406陳亞竺



611賴奕丞

第三根柱子：欣賞一座博物館。

他可以憤怒到摔桌椅，同時也可以溫柔到照顧弱小的同伴。他可以如此的散漫好像什麼都不在乎，同時也可以忘我地投入一件事情。他的執拗讓人氣到不行，但他的堅持又讓人好生佩服。內在的特質並無全然的好壞，只是反應在不同的狀況底下有不同的樣子。試著去找到孩子在暴怒之下的傷心、倔強背後的脆弱、害怕以外的勇敢。惹人生氣或令人頭痛的孩子，收到的回饋往往也都是他自己令人生氣或煩惱的樣子。如果能看見孩子珍貴的另一面，引導孩子也看見自己的價值，孩子反而會能照顧自己或是更有動力去成長。人只有在相信自己裡面有好東西時，才會願意給出好東西。而這樣的相信，可以從你先給他開始。

第四根柱子：照顧自己愛的需求。

身為父母或教師是非常不容易的事情。我們的外在環境有很多令人焦慮的新聞，充滿評價及不友善的對待。如果你願意作一個能陪伴小孩的大人，那麼你也要立志善待自己，滋養自己。下午茶、旅遊固然是一種方式，但更好的是，不時停下來覺察、接納自己的情緒，找到能接納傾聽你，能彼此創造愛和溫暖互動的伙伴。平常好好照顧自己的內在小孩，才能在眼前的小孩需要愛的時候，給出一個準備好的心理空間——陪伴。



507馬試蓉



502李昀樞



409張子綺



611林燕慈

親愛的家長和小寶貝們
您最喜歡親師橋裡的哪一個部分呢？

請把它寫下來，開學時再將剪下來的截角放在輔導室的抽獎箱

我們會在朝會裡進行抽獎活動喔！

我最喜歡的是：

我是 年 班 姓名