

# 目錄

- 2 前言—孩子成功需要推手  
■ 黃文綺

## 心靈花園

- 3 關鍵時刻—從台灣看北歐  
■ 徐建穎
- 7 讓孩子學習自己說故事  
■ 陳月文
- 9 父母學程 幸福的起點—閱讀與書寫  
■ 黃文綺
- 12 光寶社區認輔的多元閱讀書單  
■ 光寶社區認輔督導團
- 13 看到向善、向上的力量  
■ 吳銀玉

## 多元視野

- 15 全球視野 帶孩子看見另一片天  
■ 吳銀玉·黃文綺
- 17 一場文學、書寫與美學的相遇  
■ 趙凡誼
- 20 幸福在眼前  
■ 黃儒玉·郭家蓉·陳淑嫩
- 22 跨出校園—從成人教育理論看光寶志工團隊  
■ 張哲綸&劉曉葦
- 23 杜拜趣事  
■ Richard.c
- 24 與蘭嶼孩子共讀繪本  
■ 林世瑛
- 26 看見自己的可能性  
■ 汪季參

## 家庭加油站

- 27 尋回親子共讀的樂趣  
■ 洄瀾
- 29 花蓮文學漫遊  
■ 廖羿全
- 31 品味在地文化—打開茶箱的故事  
■ 曾至賢
- 33 原鄉遊學記—布農族巒山部落行  
■ 陳麗珍

## 生命調色盤

- 35 抉擇—尋回幸福  
■ 波斯菊

## 共同走過

- 37 我走在家族排列的路上  
■ 葉子
- 39 傳情到曲冰  
■ 李靜瑜
- 40 美麗的蝴蝶緣  
■ 吳彩霞
- 42 自由的想望  
■ 蔡幸容
- 44 空大趕考 外孫也緊張  
■ 謝尹瑩
- 46 風雲再起  
■ 文婉
- 49 豐收的喜悅  
■ 蔡麗香
- 50 給孩子另一片天  
■ 邱馨儀
- 51 回首—雲淡風清  
■ 樸之
- 53 相約—美麗幸福的夏天  
■ 李如梅
- 54 愛在芝山  
■ 陳芸
- 55 遇見多元文化  
■ 林千乃

## 補給站

- 56 孩子，我應該留什麼給你？  
■ 謝淑美
- 58 都市叢林中的身心靈桃花源  
■ 世界宗教博物館
- 59 社區認輔志工培訓課程總覽  
■ 光寶社區認輔督導團
- 封底裡：豐富多元的分享  
封底：心靈書寫 書寫心靈



## 前言

# 孩子成功需要推手

◎黃文綺

我們總是在當了父母後，才學習如何當父母的，然而父母對孩子的期待幾乎不需要學習就已存在，濃厚的愛加上深深的期望，傳統的望子成龍望女成鳳，數千年依舊，只是走過傳統，在2007的新世紀之中，孩子能否成龍成鳳，已不是傳統科舉就能決定的，當前各種媒體傳來的訊息，父母們警覺到，想要孩子成功，最重要的關鍵，不在孩子身上，而在父母身上，究竟身為新世代父母，能做些什麼？又該具有什麼樣的視野呢？正是本期耕心園想要傳達的。

二〇〇一年，歐盟會議提出未來教育應提供民眾具備終身學習的『八大關鍵能力』，包括：1、母語溝通能力；2、外語溝通能力；3、數學、科學與技術的基本能力；4、資訊技術能力；5、學會學習；6、人際交往、跨文化交往能力以及公民素養；7、企業家精神；8、文化表達。

再對照台灣九年一貫的十項基本能力：瞭解自我與發展潛能，欣賞、表現與創新，生涯規劃與終身學習，表達、溝通與分享，尊重、關懷與團隊合作，文化學習與國際瞭解，規劃、組織與實踐，運用科技與資訊，主動探索與研究，獨立思考與解決問題。是否發現其中的連結？

此外聯合國教科文組織在一九九八年國際教育會議便已提出「學習的四個支柱」：學習

知的能力（learning to know）：學習基本知識與技能。學習動手做（learning to do）：培養自主學習與終身學習的能力。學習與他人相處（learning to live together）：具備世界公民素養、國際觀與文化了解的能力。學習自我實現（learning to be）：展現天賦潛能、實踐個人的責任與目標，成為熱愛生活、有道德的社會人。

有句古語叫做「知行合一」，在此做個轉換：認知—行動—合作—統整，如果我們能夠從認知學習開始，並且付諸行動，與人和諧合作，最後彼此互惠達到個人的統整，或說成功，豈非美事。

若是每位家長都有這樣的體悟和行動，那麼自然能夠教養出成功的下一代，畢竟成功的定義在個人，而非他人。

讓家長們明白現在正是關鍵時刻，需要有開闊視野，並從在地化的了解開始，才能走向國際，因此本期文稿中，提供許多具體而微的事物，鼓勵家長培養個人閱讀和書寫能力，並且回到最單純的親子共讀，才能讓孩子有閱讀的動力和持續力。

而在多元視野、家庭加油站單元中，有親近原住民部落、在地文化品味的自然真實，共同走過單元一如過去分享生命中的喜悅和感動，這些都是我們親身經歷可以留給孩子最美好的事物。



# 關鍵時刻 從台灣看北歐

◎徐建穎

## 優雅地享受生活

2006年七月英國萊斯特大學教授懷特(Adrian White)發佈的『世界快樂地圖』報告(World Map of Happiness)，丹麥在全球一百七十八個國家中，列名快樂國家的榜首。同年荷蘭有一項針對九十個國家進行的研究，結果也顯示丹麥人是世界上最快樂的民族。而在北歐五國當中，芬蘭是全世界最有競爭力的國家，挪威是全世界最適合居住的地方(黃世嘉，北歐魅力I. C. E.)。

然而我對北歐的羨慕，是他們的孩子上課時間相當的

短，但卻有著非常好的學習效果；成年人平均工作時間不長，但國民所得、生活水準卻相當的高；我還羨慕他們的生活充滿了智慧、創意、優雅，在慢活中懂得享受生活。

當然北歐是屬於福利國家，我並不認為要全盤地抄襲或模仿他們的制度，但是可以撿選出一些值得學習的地方，一些適合我們國情、民族性的制度，使得我們好還要再好，尤其是我們婦女同胞能夠使上力的，能夠帶來一些普遍性成長的作法。

譬如說：讓孩子從小就養成閱讀習慣，父母的觀點不

是競爭力=學歷=成績=功成名就，孩子們擁有健康平衡的生活；依孩子的性向、興趣選擇未來出路；推展全球化的視野；享受優質的生活等等，都是值得我們仿效的。

## 自小閱讀的優勢

在近年國際經濟合作組織(OECD)的調查中，芬蘭已經不止一次登上最佳學校教育冠軍的寶座，芬蘭學生的閱讀、邏輯、數學與自然科學能力，都是世界一流。

何以芬蘭是教育界世界盃的金牌得主呢？根據調查芬蘭的父母從小就有在家閱讀、唸

靠著不斷的吸收知識，打造我們優雅的生活環境，  
在時間的長河上，一點一滴的努力累積…



報給孩子聽的習慣，讓孩子在  
家中種下喜歡閱讀的種子；尤  
其是父母抱著孩子唸繪本給他  
聽時，配上生動的圖片和悅耳  
的聲音，讓孩子感受到父母的  
愛和喜悅，孩子們長大了自然  
而然就喜歡閱讀，因為每次閱  
讀就感受到父母無條件的愛。  
所以芬蘭的孩子有百分之四十  
認為閱讀是他們最喜歡的休閒  
活動。

我個人的育兒經驗也有相  
仿的結果，在我家老大還是嬰  
兒期，我就買了繪本唸給他  
聽，他還會自己翻閱；直到  
一、二歲的時候，我就常常赴  
圖書館借繪本唸給他聽；當他  
自己看得懂的時候，所借的書  
就已經不夠他看了，因為每一  
張借書證一次只能借十冊書，  
我先生因此也辦了借書證，只  
為了多借二十本書給他看，他  
從此就大量的啃蝕書本。

所以自小他的語文理解能  
力就鍛鍊得非常的強，小學階  
段的任何一個科目都難不倒  
他；那時我覺得教養孩子很容  
易，因為我從來沒有看過他寫  
功課，對他來說，功課是幾分  
鐘就能完成的事情，非常輕鬆  
簡單，每次下班回來只要在  
聯絡簿上簽個名字就OK了。  
我記得好長一段時間，我正在  
廚房煮菜，他就會端著一張小  
板凳坐在廚房的一隅，唸書給

我聽，我知道他很想跟我分享  
書中的許多故事，都是他認為  
精彩、有趣、好玩的故事。後  
來他小學畢業、升上國中、高  
中、考上大學，從得到市長  
獎、議長獎，一路唸到台灣大  
學，都還蠻順遂的，也從不讓  
我操心。

到我生老二的時候，一方  
面是工作壓力大的關係，常覺  
得時間不夠分配，一方面夫家  
也認為孩子吃得飽、喝得足，  
自然而然就會長大了，因此  
沒有認真地唸繪本給老二聽，  
所以他到小學階段，學習ㄅ  
ㄆㄇ時非常的吃力，唸書也唸  
得非常緩慢，也不太懂得書中  
字句的意思，我花了加倍的時  
間在教他國語、數學、社會、  
自然，花了整個晚上的時間在  
陪他寫功課，我甚至認為他可  
能有學習障礙，我才知道教養  
孩子的困難。

整體看來，老大因為從小  
就養成閱讀的習慣，所以相對  
的花在學校功課的時間就比較  
少，效果卻非常的好，也就像  
芬蘭的孩子一樣；而老二沒有  
從小培養閱讀的習慣，就需要  
花加倍的時間來克服唸書、寫  
功課的問題，效果卻沒有老大  
好。所以父母們，如果要讓孩  
子能夠輕鬆愉快的上學，從小  
就要培養孩子閱讀的習慣喔！

## 如何造就有膽識的孩子

從父母的教養態度而言，  
芬蘭的父母雖然從小就教孩子  
們閱讀，但卻不把學業當成唯  
一，寒暑假為孩子安排各種  
學習生活技能、戶外旅遊，或  
是游泳、滑雪、運動的夏令營  
等活動，使教育的目標不只在  
成績，更在健康的生活（天下  
雜誌2005年教育特刊）。在天  
候嚴寒時，無懼暴露孩子於戶  
外，所以在北歐有一個很特殊  
的街景經常可見，明明很冷，  
父母卻把內載嬰兒的娃娃車丟  
在路旁，自己跑進店裡購物或  
喝咖啡，他們不怕孩子冷到，  
刻意鍛鍊他們的體魄。在挪威  
也是，父母不擔心孩子在懸崖  
邊追打嬉鬧，他們認為保護孩  
子遠離危險，不如教他們如何  
面對危險。（黃世嘉，北歐魅  
力）

反觀我們的父母大多把孩  
子照顧得非常週到，每週安排  
了各種補習和才藝學習，雖不  
想讓孩子的童年失去歡樂，卻  
又怕他前途黯淡無光？孩子的  
時間大多被安排得滿滿的，不  
但緊湊而沈重，孩子愈來愈少  
餘裕能夠自主玩樂、創造，加  
上承受太多父母的注意力和服  
務，孩子變得無可奈何，死氣  
沈沈，不覺得求知是快樂的，  
也缺乏對知識的熱情。



愈來愈多警訊顯示，過度規劃的生活，正侵蝕孩子的身心，讓他們變成『飼料雞』。另外，父母又擔心孩子的安全，不敢放任孩子自己遊樂，所以孩子的勇敢與冒險無從鍛鍊起，因此漸漸地養成了許多沒有膽識的孩子，草莓族是否也是我們這一代的父母所造就出來的呢？

### 協助孩子生涯規劃

能夠想像一個畫面：學生家長學期末只收到一份『四格成績單』，上面沒有國語、數學、社會、自然的分數，也沒有老師的評語，更沒有排名。而那四個格子，是由孩子自己用寫或畫完成的，上面分別是『最喜歡的事情』、『最討厭的事情』、『最擅長的事情』以及『最希望學習的事情』。這份四格成績單，正是丹麥每學期末老師與家長面談的根據，重點不是成績，而是孩子的發展、個性以及與同學的相處。所以他們的孩子從小就不斷地探討自己的性向、興趣及能力，連老師與父母也都非常看重。

而我們的國小學生，連才藝都要補，國中生平常上課到下午四點，再加上一堂課後輔導，延後到五點才放學，國三生還要參加晚自習直到晚上九

點才回家，連父母也要跟著辛苦排班，但學習效果呢？我想這樣的安排，連喘息的機會都沒有，反而失去了孩子的健康和快樂。

難怪台灣孩子的身體質量指數（BMI值）、柔軟度、肌力肌耐力和心肺耐力都表現不佳，且逐年退步；根據教育部對國小學生健康狀況調查，小學生體重不合格率（過重、過輕、肥胖）高達42.7%，小一齶齒盛行率則為68.2%，12歲學童平均齶齒2.7顆（日本2.4顆、新加坡1.0顆），小六視力不良率超過五成。又根據2004年兒童福利聯盟發表的兒童心靈貧窮現象調查，近五成孩子常常或有時覺得不快樂，四成的孩子覺得自己不受歡迎，超過一半的孩子不願對人訴說心事。（康健101期，2007年4月）

丹麥之所以是世界上最快樂的民族，正因為他們的核心價值是『人人平等』，就連丹麥的女王也要自己上超市買東西，為貫徹平等精神，丹麥各級學校不選模範生，十二歲以下沒有成績單，老師與家長鼓勵孩子發展天賦，不鼓勵比較。

丹麥孩子在這樣的環境長大，有安全感又有自信，懂得傾聽自己內心的聲音。高中畢

業後不急著進大學，花一年的時間旅遊或當義工來思考人生，在這個不求快的社會，孩子有時間、空間去探索世界。小學與國中經常安排孩子參觀各種行業，讓他們有機會瞭解職業特性，選擇自己的最愛。當農夫也好，當工匠也妥，這就是丹麥的價值體系，因此丹麥因為『入錯行』而不快樂的人大大減少，所以丹麥人的快樂，其一是來自選擇的權利。（商業週刊1001期）

在全球化的影響下，世界是平的，競爭不再有地域限制，台灣青年要和全世界國家的人一起爭取工作機會。也因為變動性高，知識、技術汰換速度極快，光比成績不會世界第一，高學歷的人也不一定會被回饋以較高的薪資和尊重。因此我們必須明白「大公司，好學校，通往好工作的梯子消失了。」（村上龍，工作大未來），更要思考『競爭力=學歷=成績』『競爭力=學歷=功成名就』的主流價值觀是否已經過時了？

### 關鍵時刻的關鍵能力

「適性發展」是北歐人教育小孩的根本觀念，也是父母們在孩子進入青少年時期的重要工作，幫助孩子找到自己的性向與興趣，並且提供他們發

展這部分潛能的機會。他們鼓勵每個人是獨立而特殊的，所謂「與眾相同」地「與眾不同」，每個人都是「一樣的特別」。工作大未來的作者村上龍說：從十三歲到二十二歲期間，孩子既有旺盛的好奇心，也有邏輯思考能力，又沒有社會壓力，可謂孩子探索興趣的黃金十年。我們的父母要摒除對孩子的過度照顧、過度安排，說教太多而身教太少，要好好的幫助孩子找到自己的性向與興趣，才是最重要的事。

另一方面靠著不斷的吸收知識，打造我們優雅的生活環境，在時間的長河上，一點一滴的努力累積，相信我們社區愛、厝邊情美麗的願景，在我們有生之年就可以實現。

台灣要發展成更高附加價值的經濟體，不是靠超時工作，而是要努力讓生活變得更美好、更有品質，北歐的終身學習、參加合作社及經驗分享團體，是我們可以仿效的地方，可以讓我們生活及工作得更智慧、更有創意、和更為優雅。我們的媽媽也要成為一群熱愛學習、樂於分享、擁抱世界的先進媽媽！從自身開始影響家人、社區、學校，甚至更擴張到影響先生的工作、職業，發揮人際間彼此互助、關懷、同理、支持的精神，運用

經驗分享團體及讀書會的方式，把台灣人需要的共同合作，互助互惠互利的生命共同體開展出來。

而在宇宙浩瀚知識的寶庫中，又要學習什麼才能夠引領孩子在瞬息萬變的社會走出康莊大道呢？我們可以參考在二〇〇一年，歐盟會議確定提出關於成人教育應提供民眾具備終身學習的八大關鍵能力，包括：

數位學習的能力、學習如何學習的能力（時間管理、解決問題、蒐集資訊、有效運用資訊的能力，具體而言，是管理個人職業生涯的能力）、人際互動、參與社會的能力、創業家精神（能夠擁抱改變、勇於創新，能夠自我設定目標、策略，追求成功）、文化表達的能力（能夠欣賞創意、體驗各種美感經驗，例如：音樂、文學、藝術等），以及母語溝通能力、運用外語溝通的能力及運用數學與科學的基本能力。

上列是一般性的學習原則，最重要的，我們還是要考慮自己的興趣性向，以過去數十年的經驗為基礎，選擇適合自己走的一條路。

北歐今天的榮景來自過去的遠見，同樣的，他們也在為未來的十年、二十年做規劃，我們更該為台灣的未來作規劃。如果我們今天不讓自己往更美好的世界去努力，當我們年老時，我們會待在一个不喜歡的地方，那種不舒服，可能遠超過今天苟且的快樂。

(作者為光寶文教基金會社區認輔主任)



透過不同的故事遊戲，讓孩子學習勇於思考、表達，並做自己的主人

# 讓孩子學習自己說故事

◎陳月文

## 緣起

社會變遷愈來愈迅速，來自各方面的資訊愈來愈氾濫，身處這股難以抵擋的洪流中，如何保持清明，不被洪流淹沒；如何知道自己所需，也知道如何取得所需，將是個人成功與失敗的重要關鍵。

而知道自己的需要，不人云亦云，則需要有獨立思考能力，且須具備個人創造力，才能獨樹一幟的擁有自己的天空。

在這樣的思惟中，我跟孩子們玩故事遊戲時，著重培養孩子自己學習、自己思考、自己表達的能力，期望引導孩子成為具備獨立思考能力，以及具備個人創意的獨立人。

原先，我設計了許多活潑的故事遊戲，希望透過不同的故事遊戲，引導孩子們作多元的思維與表達。

很開心的是，跟著我玩過一段時間故事遊戲的孩子，多半都能朗朗表達自己的意見而不再羞怯。但我同時也發現了一個原先沒有關注到的問題：有些孩子雖然能大方無懼的說出他的故事，但不管玩的是什麼遊戲，他的故事內容卻都大

同小異。

我意識到，問題的原因是，那些孩子的生活體驗太少了。他們必須有更豐富的內在，才能真正浸淫不同遊戲的樂趣中。

但我並不是那些孩子的父母，也不是那些孩子的學校老師，我無法有諸多時間有效的協助那些孩子的學習與成長。於是我想到了，可以運用圖畫故事書來豐富孩子的見聞與思維。

當我開始想要運用圖畫故事書來輔助教學時，我很努力的去思考，圖畫故事書除了可以拿來跟孩子們說故事之外，還可以如何運用。

當我仔細思考圖畫故事書的特質，並沉浸在一本本美麗的圖畫故事中，我意識到，自己過去多半以文字作者的角度在閱讀圖畫故事書，只把書中的圖像當成印證文字敘述的輔助。

我於是試著用孩子的眼光去閱讀圖畫故事書，我先不讀文字，只是看圖，我努力去體會畫圖者經營一頁一頁圖像的心意，去感受畫者想要對我說的話，然後去想像畫者在書中傳遞的宗旨、意趣……。我

發現，這樣的閱讀，遠遠比我只是讀文字、用圖去印證文字的讀法更豐富、更深邃而更有趣。

經過細細的思維之後，我規劃出三種不同的圖畫書遊戲，加上原來的「自己創作故事」，成了四種不同的故事學習。

## 之一：看圖畫書說故事

以圖畫精美、內容豐富的圖畫故事書為媒介，讓孩子透過看圖、詮釋圖、分享彼此意見等過程，學習建構自己詮釋圖像的能力，以及自己的表達能力，培養出以自己為主體的閱讀能力。

過程中，孩子不但受到書中美的圖像的陶冶，也在學習詮釋圖像與表達自己的意見中，學習整理個人思緒、分享彼此意見、尊重不同看法，並接受了作者在書中所傳遞的思維精粹。

同時，透過「看圖畫書說故事」活動，亦能達成以下功能：

- 培養孩子美感能力。
- 建構孩子感受與詮釋圖像能力。
- 培養孩子邏輯思考能力。

- 培養孩子表達能力。
- 讓孩子喜歡書，樂於進入閱讀世界。

## 之二：故事思考

以訊息豐富的圖畫故事書為媒介，在閱讀過程中，提出適合討論的話題，讓孩子發表個人意見、分享彼此看法，並透過討論書中議題，加深加廣孩子對該議題的了解，以及個人邏輯思維能力。

為了避免純粹口語的討論，讓語言智慧能力較強的孩子一直領先，語言能力稍差的孩子一直落後，甚至噤聲不語，課程中會讓孩子先將個人的想法畫出來，再互相分享。

由於過程中經過畫圖這種較直接、也是孩子較熟悉的表達方式，因此，在分享時，孩子不會因別人的意見而迷失自己的原創意見，輪到自己表達時也較有所依循。

同時，透過「故事思考」活動，亦能達成以下功能：

- 利用繪畫與討論，引導孩子進入作者經營的故事情境。
- 讓孩子將想法畫出來，將思緒定格，可免分享時忘記。
- 讓孩子經由思考與搜尋相關經驗，加深體驗深度。
- 經由相互討論，延伸孩子的相關經驗。
- 經由互相分享，凝聚團體共

識，增長適應團體能力。

## 之三：故事心理

以心理成長類的圖畫故事書為引導，讓孩子聽過故事以後，彼此認領書中角色，將書本當劇本演出來。

孩子演過戲、角色扮演之後，再互相分享、討論各角色的思維、行為原因與感受。

經由角色扮演，讓孩子更認識自己，並學習由一向的自我主觀，轉而體會其他角色的客觀情境；學習以同理心去思考用不同方式處理問題的可能，進而增強團體適應能力與人際關係。

同時，透過「故事心理」活動，亦能達成以下功能：

- 利用演戲的方式，進入作者的思考世界。
- 演戲過程中，孩子學習放鬆自己，融入團體。
- 經由角色扮演，孩子得以深入作者的內心思維。
- 經由角色扮演，孩子學習體會他人的想法與感受。
- 培養孩子同理心，增強人際關係。

## 之四：自己創作故事

利用看圖說故事、接龍說故事、畫圖說故事、改編故事等多元故事遊戲，活潑生動的引導孩子自己思考、整理、創

造屬於自己的故事，並表達出來，與同學分享自己的創思。

經由自己的創思語言表達，孩子的創意漸被激發；經由一再的上台分享故事，孩子的表達能力漸次成熟；經由分享他人的故事，孩子也擴展了個人思維；也透過不同的故事遊戲，讓孩子自己創作屬於自己的故事，也強化孩子個人的創造力。

同時，透過「自己說故事」活動，亦能達成以下功能：

- 讓孩子學習自己當故事創作的主角。
- 讓孩子學習運用腦海中的寶藏。
- 啟發孩子發展自己的創意和獨立思考能力。
- 引導孩子學習建立自己的邏輯思考能力。
- 培養孩子的表達能力。

## 結語

上述的四個階段，讓孩子從最簡單的仔細觀察、認真思考、學習表達開始，一步步啟發自己的思維，一步步學習整理自己的思緒，一步步學習表達自己的想法。

當孩子從小建立起勇於思考，勇於表達的習慣之後，面對未來的生活與學習，才可以自在的做自己的主人！

(作者為資深兒童文學作家)



# 父母學程 幸福的起點

## ◎黃文綺

# 閱讀與書寫

很多時候，書寫與閱讀是幫助我們釐清脈絡的好方法，讓我們可以看得更清朗，思考更透澈～李俊明（風格之競@曼谷）



### 書寫心靈的感動

生命中的頭二十年，一直寫不出動人的文字，每回讀到同儕所寫令我動容的文章，總是會想「為何我寫不出來？」，這樣的疑惑，終於在歲月走過，歷經生命的淬煉，淚水、歡笑、悲傷、苦楚、思念、心疼…種種複雜交織的真實故事之後，有了答案。

動人的文字，往往是用生命經驗換來的，但又是什麼讓生命故事，得以透過簡單文字，讓他人動容？就個人的體驗，每當心有所感，提筆寫就對了，把每一個當下的感受，如實記錄下來，不需要太多思考和華麗文藻堆砌，需要的是

給自己一個時間和空間，即使只是十分鐘、二十分鐘，聆聽自己內在的聲音，不停的寫、不停的寫…。

「今夜在友人處，結識另一對攜女而來的夫妻，那個父親看著女兒的一舉一動，臉上滿是驕傲，做母親的笑著自己的先生，只為女兒的一句『爸爸節快樂』和兩個吻，做牛做馬都甘心情願，做父親的也毫不諱言自己是如何有女萬事足…。我欣羨的看著他們父女，忍不住憶起亡父，當年在我的婚宴送客時，如何眼眶含淚卻又帶笑望著我，那一刻在廿五年後的今天，仍然歷

歷在目，而每一回憶那一刻，都叫我又是心酸又是幸福，那夾雜父女情的思念和追憶，令我總忍不住讓淚水奪眶而下，不是難過，而是感念父親的愛，好深好深，尤其是在自己歷經為人母，孩子也長大的如今，更深刻的了解為人父、人母永遠牽掛著子女的心情。」

這一段不到三百字的書寫，分享的是親情，卻有好幾個不同層次，透過簡短文字中，真實人物和場景的交替，從一個單純的女孩到女人到母親，寫出過去、現在，以及即使物換星移，卻永遠存在的愛。

## 書寫的重要性

書寫其實就是如此簡單，把內心的念頭付諸紙筆，書寫什麼？有人問。你的想法、思考、疑惑…那些在腦海中百轉千迴，卻常常沒有機會、不敢說的話，都可以是書寫的一部份。

為何而寫？再問。為自己的渴望、名利、不說不快、憤怒、遺憾、快樂…，那些時時在腦海中閃過，卻又不敢面對的，透過書寫得到釋放。

只是如此嗎？又問。當然不只是如此，當你開始下筆、不停，便會發現，原來書寫的背後，隱藏著真實的自我，那個帶著面具的我，當書寫出來，並勇敢的分享出去，秘密不再是秘密，一切有了出口，於是開始有些不一樣的感覺，讓你更想要寫，想要多說些，讓人多看些，也因而察覺自己的改變，自己的不為人知，到為人知，就像周哈理窗中那個秘密我，透過書寫逐漸縮小，那個公開我逐漸清晰、成長，在過程中，甚至於可以讓盲目我的眼睛擦亮，轉變為公開我，不知不覺中潛在我躍然而出。

這正是何以光寶社區認輔志工培訓，在近年來將自由書寫的課程引入，其實從早期的

培訓，我們便要求志工們在期末要交課程記錄，甚至有些是逐字稿，志工們雖叫苦連天，但幾年下來，有不少夥伴回饋在做課程記錄時，更清楚課程中講師想要傳達的訊息，同時透過記錄，讓志工不只是上課而已，在課後也因做記錄時的反芻，讓課程中的經驗體悟更深層的內化。

除了記錄之外，進一步要求志工們要寫課程心得，乃至請講師們出課堂作業，讓夥伴不只是上上課，還必須要有些學習壓力，如今更直接將「自由書寫」課程帶進培訓中，因我們在這些年的親身經驗，以及看到志工夥伴們的表現，相信每個夥伴的能量，只需要一點點機會、一點點激發、一點點觸動，也因此上過自由書寫的夥伴們，透過紙筆成為詩人、作家，展現出自信。

光寶認輔夥伴們的表現，和商業周刊第1012期所載：「人的大腦神經元基本上是『用進廢退』，讀寫訓練，都是大腦主動獲取知識及整理知識；寫作，是心智綜合能力的展現，它至少牽動三項能力，包括觀察感受力、想像創造力以及邏輯思考力。也因此，寫作最能活化大腦，促進神經迴路高度聯結」（吳錦勳）不謀而合，夥伴們在不斷閱讀和書

寫過程中，越多創意表現。

## 心靈灌溉～閱讀

然而書寫的背後，是有些醞釀和準備的，醞釀需要時間，換言之，我們的年歲和生命經歷都是資源，另一個重要的元素是閱讀，長期和大量的閱讀極其重要。

記得有回和朋友聊天，她提到小孩平常很愛看書，有時候，一群孩子在一塊玩，她的孩子不跟人玩，只是抱著書看，一副很有學問的樣子，可是她每次問孩子書中說些什麼？或有什麼心得，孩子都回答不出所以然，她真懷疑孩子都沒吸收……，那個被媽媽擔心的孩子才不過小二。

我們要用什麼樣的標準來判定『吸收』的層度？眼前看不出來的成果，並不代表沒有吸收，許多事情是需要時間醞釀的。我在國中時，因寄住姑媽家，表姐的書成了我的良伴，雖然卡夫卡、赫曼赫塞等名家作品在那個年紀來說，其實很難體會的，但是從沒有人問我吸收了什麼？讓我很輕鬆的沈浸在閱讀中，多年來也一直保持閱讀的習慣，如今提筆對我來說很容易，如果要問我的吸收？我想：早年沒有壓力的閱讀是很重要的灌溉！



## 現實層面

根據《遠見》2007閱讀大調查：「近八成國人認為看書重要，但花在看電視和上網的時間是看書的9倍，450萬、1/4國人不看書，平均一年只花1375元買書，遠落後香港5855元」。

該調查中也顯示，扣除掉升學考試不算，五成七的台灣民眾認為讀書會帶來「增廣見聞」，28.8%認為「放鬆心情」，也有15%民眾認為讀書會增加競爭力。

從年齡層分析發現，兩成六的18到24歲年輕族群透過讀書來培養想像力，33.8%的30到34歲民眾希望閱讀來增加競爭力。

而有趣的是「大部分的民眾都認為，讀書是一件很重要、也很有意義的事」，但調查的平均數據卻是台灣民眾一個月只看1.72本書。

長期做兒童故事、思考與閱讀推動的毛毛蟲兒童哲學基金會，今年推出一個「讀寫教室」的課程，基金會執行長侯秋玲針對這些調查統計，有些不同的切入點，她提到「我們一直在統計中小學學生閱讀的時間、書籍數量和讀後心得的份量，但閱讀的品質如何？孩子透過讀書，究竟了解了什麼

樣不同的世界？概念上有多少拓展？視野上有多少提升？面對生活中的問題和挑戰又有多少助益？可能很少人問問他們、跟他們談一談，讓這些閱讀經驗更深化、豐富他們的生命」。

這也是光寶社區認輔一直鼓勵團隊志工，要從多元寬廣的角度閱讀的主因之一。透過閱讀提升視野，培養豐富而敏銳的觀察和思考點，團隊共同閱讀一本書，並以讀書會方式交換經驗做深廣的探索。從多數是媽媽的志工們自身做起，才能夠去引領孩子，台灣的閱讀品質不僅止於向下紮根，也需要從每個家庭、每位父母的觀念著眼。

## 回流教育～人生新目標

多年來我們一直鼓勵志工團隊要有系統的學習，規畫階段目標，團隊夥伴們上了三年、五年、九年的培訓課，究竟學到些什麼？在這瞬息萬變的年代，我們需要看到社區認輔團隊，不只是人數、年資的增加，還要看到團隊呈現的品質，團隊夥伴的視野是否除了孩子、家庭，還提升到社會、環境、世界，在面對網路新世紀的衝擊時，夥伴能展現出什麼樣的融入態度，生命寬度又如何？

夥伴們常在課堂的分享、團體互動時，再三表達參與認輔團隊是他們家庭生命周期，乃至婚姻困境，或親子衝突的辛苦中，最美好的相遇，也以持續留在團體中佐證，但是當部份夥伴願意嘗試成為帶領人，開始更積極規畫人生新目標，進入回流教育，把握每個學習機會，從志工變為種子講師時，總會讓部份參與多年，卻守著方寸的夥伴只能羨慕和嘆息。

這並非我們所想看見的，我們期待夥伴們以實際行動佐證，包括讀書會共讀與討論，回流教育再進修書寫出自己的故事，最簡單的是每學期末的回饋心得，耕心園的投稿，進一步的是夥伴們自我挑戰，跨出框框展現出生命的光彩，這些不只是願景，是真實行動，一切從閱讀開始，因閱讀的感動而產生分享和書寫的動力。（作者為光寶社區認輔督導）

### 參考資料：

- 1) 江逸之 (2007·8) 遠見雜誌。
- 2) 侯秋玲 (2007) 讀寫教室的探究對話，毛毛蟲兒童哲學基金會。
- 3) 吳錦勳 (2007) 越寫，越聰明！商業周刊第 1012 期。

（編註：光寶文教基金會網站的討論區已開放，志工夥伴們的生命書寫隨時可以被看見。）

# 光寶社區認輔的多元閱讀書單

「除了愛情，沒有事情像閱讀這樣讓我們覺得，遲來的開始，也可以如此美好。即使愛情，也沒法像閱讀這樣讓我們覺得，越界之舉，可以如此新奇。」

~ 郝明義 / 越讀者

## 〔96年度下半年閱讀書單〕

No	書名	作者	譯者	出版社
1	如何閱讀一本書	艾德勒·范多倫		台灣商務印書館
2	越讀者	郝明義		Net and Books
3	夾縫中的族群建構	孫大川		聯合文學
4	流離尋岸	夏曉鵬		台灣社會研究叢刊
5	問對問題，找答案	尼爾·布朗 & 史都華·基里	羅耀宗	商智文化
6	文化智商	布魯克斯·彼得森	張小海，尹甯寧	良品文化
7	自慢	何飛鵬		商周
8	大崩壞·人類社會文明的明天	賈德·戴蒙	廖月娟	時報文化
9	越旅行 越裡面	陳文玲		心靈工坊
10	北歐魅力	黃世嘉		天下雜誌
11	海洋遊俠	廖鴻基		印刻
12	海洋行旅	范欽慧		天下雜誌
13	說來聽聽—— 兒童、閱讀與討論	艾登·錢伯斯	蔡宜容	天衛
14	左腦攻打右腦	吳心怡		大塊
15	以母愛為名	路易斯·舒承霍弗	闕旭玲	天下
16	狂野寫作	娜姐莉·高柏	詹美涓	心靈工坊
17	誰說沒人用筷子喝湯	楊茂秀		遠流
18	打開茶箱的故事	曾至賢		清涼齋
19	陳黎情趣散文集	陳黎		印刻
20	台灣文學部落格			網路部落格
21	黑潮三部曲、重回海洋記錄片			公共電視

閱讀永遠為我們開著一扇窗戶，一扇門。

# 看到向善、向上的力量

## 「築愛鄰里 百年計劃」之推愛行動

◎吳銀玉

星星不因其光僅勝於螢光而怯於出現 ~ 泰戈爾

### 誠摯的呼籲與盼望

我的父親來自福建，因著家鄉生活的貧困和祖母遷移到越南討生活，又因著戰爭的發生，在年輕的時候就和他的母親分離，單身來到寶島台灣。如今，父親已經九十歲了，身邊有三個女兒和四個外孫，這是他這一輩子最感溫馨和滿足的時刻，台灣的安定生活療癒了他年少家破人亡的傷痛，也讓他享受到天倫之樂的美好。

在社區認輔的大家庭裡，許多夥伴的父母也和我的父親一樣，因著國共內戰被迫離開了自己生長的故鄉，遠離了童年、記憶、初戀和摯愛的家人，來到寶島落地生根。有些夥伴的祖先早在三、四百年前，冒著生命的危險渡過黑水溝，華路藍縷在台灣開創家園。不論是早來或晚到，甚至更早居住在這裡的原住民同胞，或是近年因婚嫁遷徙來台的東南亞籍姐妹、大陸籍弟兄

姐妹們，我們「選擇」落地生根在這塊土地上，乃是我們深愛她、敬愛她，對她充滿著願景與希望。

隨著時代發展的軌跡，今天的台灣正在蛻變，跟以前有很大的不同。而我們也必須很驕傲的面對我們多元族群的組成，那是出於我們共同意願的選擇所組成的。是一群有不同歷史背景、記憶、經驗、生活、夢想的人，共同經營的國度。我們多麼的渴望、企盼和所有的人都能共同攜手深耕我們的家園，擁有美善的社會環境，而不是被囚禁在過往歷史的種種傷痛之中，彼此相互的仇恨、鄙視、看不對眼；而是要不斷地更新、與時俱進，讓每個人都能盡情發揮所長貢獻台灣。

法國新科總統Sarkozy在他的就職演說中說：「國家認同不需抹滅記憶」，而是建立在個人以國家認同為基礎的自我認同上。成為台灣人，

是希望多元的參與能一加一大於一，而非小於一。兩岸關係是一個令人心疼的歷史特殊案例，也讓原本該相互疼惜的自家人開始質疑彼此的信念與價值觀，動搖了團結與和諧。十幾年來，這樣的質疑與口水論戰，已經把我們和下一代的美好前程消耗殆盡，終至讓台灣淪落為亞洲四小龍之末。面對堪慮的前景，我們每個人都應拋棄成見與怨懟進一步省思，並責無旁貸的承諾和參與，將台灣的未來，當作是齊心追求的共業。

在這裡，我想誠摯的邀請深愛台灣、關心台灣、關心下一代及全球和諧發展的弟兄姐妹們，讓我們攜手同心，秉持「築愛鄰里」的精神，除了「自掃門前雪外，也要他人瓦上無霜」的共識，發揮「社區愛、厝邊情」的力量，相互疼惜、相互扶持，讓台灣和好永續。希望不久的未來，我們會如許自豪——台灣是世上最美

好的國家！

## 看到向善、向上的力量

詩人泰戈爾說：「星星不因其光僅勝於螢光而怯於出現。」

一個理想的塑成，都是由一些最平凡、最微小的事，慢慢磨鍊出來的。

十年前，一群家庭主婦因孩子進入小學就讀，選擇走入家庭和孩子共同學習、成長；並且走入校園，成為學校的愛心志工，她們有些是來自張老師、生命線和社會局的助人志願工作者，因多元社會發展的需求，開始在學校有計畫的投入社區認輔工作，企圖在志願服務的助人工作上朝向更專業的領域發展，以達成有效的助人服務和家庭教育父母學程培訓計畫；也因這群人的理想與願景加上基金會的全力支援，屬於台灣本土模式的社區認輔全人志願服務就此誕生。

在邁入社區認輔運作第十年的今天，我們看到許多的認輔志工在參與培訓課程中，體認到學習的重要性而積極投入回流教育，不僅成為孩子學習的榜樣，也型塑了學習型家庭的氛圍。同時，也看到部分遭逢難題的家庭（如：親子教養、婚姻關係、婆媳關係、創傷和家暴……等），憑藉著認

輔課程的協助及團隊夥伴的相互扶持和激勵，而滋長出生命的能量，為自己的家庭帶來了新生的氣象。除此，也聽見部份志工夥伴，體悟到其生涯規劃與專業學習不足的聲音，而對系統化的進修課程有著熱切的期待。

面對知識經濟的全球化時代，學會「再學習」的新能力，是家庭、學校和社區教育三贏的起點。「築愛鄰里百年行動計畫—光寶社區認輔感恩交流研討會」，期望傳遞助人助己的社區認輔全人志願精神，以短、中、長期的終身學習規劃，激勵所有的團隊夥伴清楚的找到自己的生命意義和方向；找到經營家庭、陪伴孩子的不同視野、觀點、態度和獨一無二的閃亮方法，讓生命發光發亮；找到自己的定位和生命價值，化身為飽滿的種子，將推愛的行動散播在社區與校園的每個角落！

### ●社區認輔的理念

- 1) 展開生命潛能，推動全生命教育。
- 2) 營造學習型家庭，成為終身學習的實踐者。
- 3) 深耕社區志願服務，發揮社區愛、厝邊情。
- 4) 協同合作資源整合，扮演關鍵的夥伴關係。
- 5) 多元文化、人文、環境深度

學習與關懷。

### ●社區認輔的特色

- 1) 實用導向的課程安排：課程設計依據認輔志工生命發展週期，做短、中、長程規劃。
- 2) 落實「做中學、學中做」，讓理論與實務結合。
- 3) 在地化的學習與服務。
- 4) 建構預防、發展與矯治機制，達成助人助己的志願服務工作。
- 5) 台灣本土模式的社區認輔全人志願服務。

### ●百年行動計畫與目標

- 1) 預定民國一百年社區認輔達到百所學校目標。
- 2) 長期培訓社區認輔種子講師百名，深耕社區志願服務。
- 3) 積極鼓勵每位志工回流教育，完成家庭生活應用相關學分100學分。
- 4) 結合民間企業、機構與團體，發揮整合優勢 扮演關鍵的夥伴關係。
- 5) 寒暑假城鄉人文、環境深度學習與關懷。

社區認輔能夠邁步朝向第十年，要歸功於歷年來默默耕耘於社區學校的認輔志工和學校行政支援及老師們相互協助的成果；更要感謝提供機會讓我們學習服務的孩子們，讓我們得以看到生命美善與真誠的對待和展現。

(作者為光寶社區認輔總監)