



愛你一輩子守護團

www.20187.org.tw

#大天使講座

{大天使023場} 王懿行老師&幸福家庭師團隊： 繪本玩教養 親子對話無障礙

- 愛園丁024場：王懿行老師、幸福家庭師團隊-吳錦芳、劉淑敏
(幼老共學桌遊帶領人、後青春繪本講師)
- 時間：2023年5月20日(六) AM 9:00-12:00
- 主辦單位：臺中市南區托育資源中心
- 講題：繪本玩教養 親子對話無障礙
- 地點：臺中市南區南門里瑞光街33號 南門里活動中心



在5月20日這個特別的日子，愛園丁王懿行講師率領錦芳及淑敏幸福家庭團隊，特別到了台中市南門里活動中心，以「繪本玩教養 親子對話無障礙」為主題，與社區里民做交流。活動中除了以怪獸媽媽繪本與民眾分享外，還有宣導寧靜家庭543及愛的語言，同時也透過桌遊遊戲互動，整個過程溫馨熱鬧，讓台中社區民眾更進一步了解愛你一輩子....

講座流程：

繪本《怪獸媽媽》：

怪獸媽媽好愛好愛她的寶寶，她想把世界上最好的都給寶寶，並且永遠保護他。

但寶寶一出生，怪獸媽媽就開始擔心，一下擔心寶寶被河水沖走、被大野狼吃掉，一下擔心細菌害他生病……這個世界處處充滿了危險，還是回到媽媽的肚子裡最安全！

於是，怪獸媽媽放心的帶著肚子裡的寶寶大步前進。一路上，為了讓好奇的寶寶認識世界，她不斷把自己看到好東西統統吞進肚子裡。

可是有一天，寶寶發出了求救聲，而怪獸媽媽卻無法回應他，這究竟是怎麼回事呢？





波隆那入選插畫家貓魚第一本自寫自畫的原創繪本。她說當初因為帶孩子時「累死人了，恨不得塞回肚子裡！」的想法，而誕生了這個故事。她以自己為藍本，創造出可愛的怪獸母子。故事真切的表現了母親孕育生命時的欣喜，以及對孩子滿滿的愛與保護之情，同時也探討了當孩子漸漸長大之後，母親也得學習慢慢放手讓孩子獨立，讓孩子親自去嘗試和體會這世界的一切。

一個充滿母愛與哲思的故事，
學習與孩子牽手一起，
勇敢面對世界、探看世界。





一、主題:寧靜家庭543 / 懿行老師

呼吸，微笑，步步安樂行

作者：一行禪師

吸氣，我讓身體平靜。

呼氣，我微笑。

安住在當下此刻，發現平靜與喜悅。

每當你看著一顆橘子或樹葉或麵包的時候，都可以深入透視它，

在其中看到宇宙萬物。

深入觀察事物，看清改變自我與轉化環境之道。

從己身開始，在當下的這一刻創造和平，在每一口呼吸，也在跨出的每一步。

<https://24h.pchome.com.tw/books/prodi/DJBP3J-A900C7RNU>



1.好好呼吸就能自癒:介紹心寧靜五步驟，練習心寧靜三分鐘。

影片連結:  心寧靜一分鐘 心道法師

<https://www.youtube.com/watch?v=sUWeKZSLOC0>



2.好好說話_語親近四句話: 謝謝你、對不起、請原諒我、我愛你。

- 練習非語言溝通:邀請一位阿公和一位年輕的爸爸上台, 距離80公分面對面站著, 眼神交流、在心裡默念其中的一句話, 專注地執行一分鐘的時間。
- 而「台下」的社區夥伴們同時也「專注的禁語」看著台上的兩位男士, 也在心裡默念其中的一句話。
- 進行台上、台下的心得分享

講師心得:

會場一片寂靜, 大家的專注配合讓我十分感動。體驗一分鐘的非語言溝通-「愛在心裡口難開」。我做了簡單的民調, 結果發現大部分

的人都是選擇：謝謝你！顯而易見的，台灣是個富而好禮的社會，感恩的心情特別容易表達，在社區裡有意義的連結著好關係。

問起台下的社區夥伴們，如果一對父子見面，通常會發生甚麼情況？

大家異口同聲的回答我：「吵架！」(呵呵！好有趣喔，怎麼會這樣呢?)

問起台上的阿公，他的回答是：「我沒有兒子，只有兩個女兒，我不是說女兒不好喔！是沒有兒子可以吵架。」「剛才跟這位年輕的爸爸對望時，心裏充滿感謝和滿足。我感覺跟這位年輕人很投緣，相信他一定是位好爸爸。」(充滿慈祥的眼神一邊分享，一邊投望著身邊的年輕人)

年輕的爸爸接著回應 (帶點遺憾的表情和低沉的聲音)：「我很小就沒有了爸爸，在心裡一直有個黑洞。今天和阿伯眼神對望時，心情有點激動，有種被愛包圍的感覺，溫暖的、包容的、鼓勵的。」(眼睛裡泛著淚光)

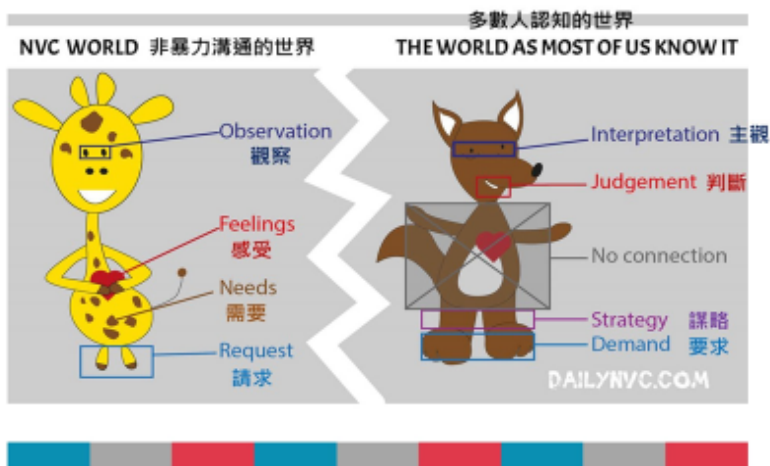
3.愛的語言-非暴力溝通演練

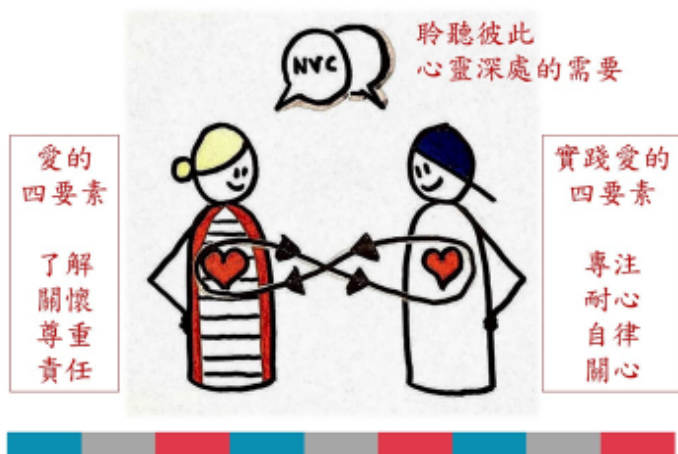
體驗(角色扮演)：繪本[《好消息 壞消息》](#)裡的兔子和老鼠。



討論: 心裡有話說不出來、情緒語言裡聽不出來隱藏在背後的需求、親密關係裡的溝通要怎麼改善?

練習: 非暴力溝通的四要素





結語：打開心門，更能善解與包容，自覺覺他的練習，首先要了解：

- 1.每個事件的背後都有一個成長的契機，等待被發現。
- 2.每個行為背後都有一個需求，等待被滿足。
- 3.每個情緒的背後都有一個積極的意義，等待被了解。

二、經驗分享：亦師亦友的親子關係 / 錦芳老師

錦芳心得：

今天的體會是準備的資料太多了，所以沒有辦法跟學員增加互動，倒是因為個人的親子的教養一些經驗，提供給現場夥伴親子互動方式，特別強調父母要「**身體力行、以身作則**」，同時突顯品格重要性，增加跟孩子的互動，平時多多擁抱，表現出關心與支持，讓孩子發揮自己的天賦，用熱情來成就他一生，讓孩子體會什麼是有意義的人生；所以過程中有一些媽媽也感受到怎麼樣讓孩子跟家庭的互動能夠變得更好，參與的家長們，都能從內容中，吸收了一些親子教養的方式，所以過程中獲得許多爸爸媽媽正面的回饋，覺得是深入社區推廣美滿幸福家庭與寧靜生活的很好的互動方式，相信他們對以後孩子的教養應該有些許幫助。感謝南門里的何里長及台中社會處，能夠共同來促成這個活動，能夠深入到社區來其實也是一個很好的契機，相信以後能帶動更多的人參與，讓親子教養的活動成為社會和諧的力量。

創造祥和社會

教育的內涵與重點

- 教:上所施,下所效,所謂上行下效,以身作則。
- 育:不是給他一大堆知識與技能,是以做人為根本,讓他心善、語善與行善。
- 教育兩大重點:第一是「長善」,善靠教育引導出來;第二是「救失」,救他的習性,改他的壞習慣。

● 成長的喜悅

平安與健康的期盼
在愛裡同行





花東單車187
公里挑戰

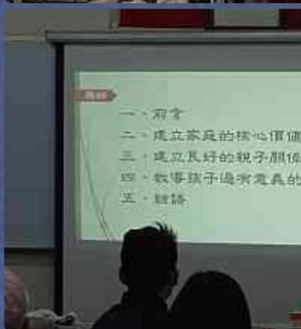
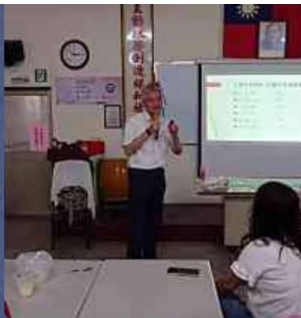


● 爸爸的祝福

To隆暉：畢業快樂！

恭喜隆暉圓滿完成多彩多姿的大學生活，爸媽以你為榮！求學期間無論在課業、社團及人際互動上，均有傑出表現，可謂充實愉快；尤其欣慰的是，找到未來服務人群的方向，養成自律、利人及團隊合作精神，相信是為下一階段生活與學習，奠定良好的基礎，爸爸深深祝福你。誠如台大校訓：敦品勵學、愛國愛人；家訓：誠樸務本、靜省謙卑、行善積德、和順勤實。願你踏實築夢，以利益眾生的胸懷，用你的熱情與恆毅力，創造屬於你自己的一片天。再次祝賀畢業快樂！

爸爸錦芳祝福2022.5.21





三、遊戲中的親子共學 / 淑敏老師

淑敏心得：

很高興在520這個特別的日子，也是我生日的這一天，參與這場親職講座服務，把我去年學習的「幼老共學桌遊帶領人研習課程」的成果和心法正式派上用場。

「親子共學桌遊樂」單元，我跟台中鄉親好友們分享二個適合幼老同樂的桌遊：

1.桌遊《籤籤入扣》-尋求平衡感的緊張與籤板掉落瞬間的刺激，讓全場氣氛熱絡起來。

2.桌遊《這樣玩不失智》-融合人際互動與記憶練習，在享受遊戲樂趣的同時達成「三動」學習力，即腦動、身體運動與人際互動，可以快速讓大家身心交流互動同樂。現場看到媽媽帶領小小孩、女兒陪伴老媽媽、年輕人協助長輩們，幼老三代同桌共遊和諧愉快。







可見想要建立良好的親子關係，玩遊戲也是一個很好的方法，透過體驗相信大家感受到了其中效應。今天的課程內容豐富充實，個人非常喜歡懿行姊帶領的寧靜家庭543及繪本故事角色扮演橋段，其中我也學到了很多，和團隊一起做中學是一件快樂的事！





四、結語：

寧靜心定，家庭和諧、社會就安定。讓我們做個三好行動家，多多說好話、做好事、存好心。







主辦單位提供簡章/fb資訊：

臺中市南區托育資源中心

親職講座



繪本玩教養，親子對話無障礙

寧靜家庭543

- 心寧靜5步驟
- 語親近四句話
- 愛的語言-非暴力溝通演練
- 淨、簡、美的幸福家庭儀式
- 雙向交流：

三好行動家：說好話、做好事、存好心

王懿行 老師

現任：

愛你一輩子教育關懷協會理事
全球心寧靜推廣總會副秘書長

曾任：

台北市家長協會理事長
台北故事協會創辦人

活動日期：112 / 5 / 20 (星期六)

地點：臺中市南區南門里瑞光街33號
(南門里活動中心)

活動時程：

08:50~09:00 報到

09:00~12:00 講座時間 & 溝通演練

連絡電話：22612088

報名請掃我↓



參加對象：家長、主要照顧者或有興趣者，限額40名

指導單位：臺中市政府社會局

承辦單位：社團法人香柏木健康關懷協會

協辦單位：南門社區發展協會 / 南門里辦公處



家是講愛的地方

有品質的陪伴，是需要練習

好好說話更是重要

這次邀請幸福家庭師王老師的團隊

用繪本玩教養，讓親子對話不卡關

實際示範如何能拉近親子關係的步驟

並帶領家長們一起演練

把握難得的機會喔！

❶心寧靜5步驟

❷語親近四句話

❸愛的語言_非暴力溝通演練

❹淨、簡、美的幸福家庭儀式

❺雙向交流：

三好行動家：說好話、做好事、存好心

課程主題：繪本玩教養，親子對話無障礙

課程講師：幸福家庭師 王懿行 老師

主辦單位：臺中市南區托育資源中心-臺中市香柏木健康關懷協會

參加對象：家長、主要照顧者或有興趣者，限額40名

費用：免費參加

課程時間：112年5月20日(星期六) 9:00~12:00

課程地點：臺中市南區南門里瑞光街33號

(南門里活動中心)

👉報名連結：

<https://www.beclass.com/rid=274b05363fcbf832d9ec>

本次活動感謝 #南門里辦公處 何里長大大協助及支持 🍌🍌🍌

❤️溫馨提醒: 本次活動不提供托育服務

!!【注意事項】

- 1.報名後會寄發通知EMAIL, 請務必確認Email, 若在收件夾找不到信件, 請至垃圾郵件中尋找。
- 2.報名後因故不能參加活動時, 請務必在課程開始前一天取消報名或於週二至六來電04-22612088告知, 不接受臨時請假。
- 3.本活動為臺中市政府社會局補助, 需呈報活動成果及宣傳, 如不同意使用個人肖像授權, 請於課程活動前主動告知。

#免費家長培力課程

#臺中市政府社會局補助

#臺中市南區托育資源中心

#臺中市東區托育資源中心

#臺中市香柏木健康關懷協會