



www.20187.org.tw

#021期志工培訓

4月12日志工培訓心得

文/ 展團故事組整理 2009-4-24



學員心得分享：

思 煒：

來自思嫋無名的分享文章:

<http://www.wretch.cc/blog/swear0518/32358034>

愛你一輩子021期志工培訓結業感言

4/12.4/19兩個星期日我去了位於士林的福林國小參加愛你一輩子
志工培訓

愛你一輩子在做些什麼事呢?

簡單的一句話:教父母如何正確的愛孩子..

你可以愛自己的孩子甚至推己及人..愛別人的孩子~

愛你一輩子是個大家庭..溫馨充滿正向力量的大家庭^^~

我..23歲.未婚.無子女

參加愛你一輩子的動機是什麼?

當然是去愛別人的小孩~順便預習如何當個好爸媽?

打從國中開始我就立志要當個老師~

當初的抱負還沒有到我要將我滿滿的愛分給學生這麼偉大

唯一的念頭是我要當個跟你(當時的導師)不一樣的老師

我要當個願意承認自己過錯的老師

可見大人的一言一行真的會影響小孩子很大喔!

現在的我離教育之路可說是越來越近

看到的小孩越來越多~

年紀多些~漸漸可以理解當老師真的很不容易..當初老師的作為似乎有他的理由

但是現在當老師又要三頭六臂..對學生要做到不打不罵

我非常樂意多看看外面的世界..尋找更多更有利的資源

讓我更加接近夢想中的我~所以我來到愛你一輩子

上完12小時的培訓課更讓我發現我離不開這裡

看到爸爸媽媽們真心的分享人生點滴~真情流露

看到這個大家忘情擁抱.熱情寒暄為彼此加油打氣的大家庭

怎麼?我們不是才認識短短兩天而已

原來愛的力量這麼容易氾濫感染每一個人

黛媽咪.娟瑜老師.俐安老師.松根爸爸你們讓我看到最佳典範

我每天所作的事完全遠不及你們~但我會努力跟隨大家的腳步成長的

相信不久後的未來~就能再見到大家..再一起分享再次進步!

支持並成就台灣每一個孩子 by 思嫻 2009.04.20

詠晴：

4月12日 愛你一輩子之課後心得：

不知為什麼?!來到”愛你一輩子”的園地上課有一種~被感召來的感覺，心中有一種很澎湃很激動的情緒一直在蠢蠢欲動。果真，當輔導長翠楓介紹黛媽咪出來後，黛媽咪才講沒幾句話，我已經淚流滿面了，旁人一定會覺得奇怪，講師的話也還沒切入正題怎麼就哭成這樣，哭點很低吶(是不是有了小孩的女人哭點都很低)。我很清楚知道，這是一種感恩的抒發，感恩今天來這裡就對了，感恩我有孩子讓我有機會在這裡成長，感恩在這裡的成長能帶給小孩一些什麼？

好久沒有這樣上課充實自己了，我非常期待這一次的課程，講師講的內容都很生活化，大嫂(翠楓)說得沒錯，講師的內容不用去記什麼筆記，反而做筆記時會錯過更好的內容，用聽的就能讓你吸收進去了，黛媽咪的兩個小孩，似平常生活的例子，但都有它感動的地方，不管是老二的早熟懂事，還是老大的幼稚叛逆過程，都聽得我眼眶都是”保濕”狀態。尤其是老大的故事，更讓大家面紙都來不及拿出來了。

我覺得每個小孩都是一本書，為人父母只能引導他們如何讓故事內容順利發展下去，可精彩可平鋪直述，有歡笑有淚水，方向錯了就引導他歸正，不要刻意要他寫我們想看的內容，因為這就不是他了

我就是想學習如何引導我家的小两口。

到了吳娟瑜老師的課，我更大開眼界，已是為人阿嬤的吳老師，

還這麼有活力的在他的工作崗位上，可見他多熱愛他的工作。吳老師的幽默逗趣內容，讓大家都認認真真不會打瞌睡(因為是下午的課)

他更厲害的是還讓人歡笑中有淚水，而且現場學員的真實例子，也都一一的幫忙想辦法解決。

雖然那是別人的例子，但每個人也都很認真的幫忙想辦法、給建議。真的！當志工的先決條件就是要”雞婆”，大家討論成一片氣氛好熱絡，大家霎時之間變成一家人了，好溫馨的場面喔！這兩個講師講下來已是一整天了，我敢說~絕無冷場，根本沒有打瞌睡的時間，聽都來不及了呢！甚至還意猶未盡哩。

席間有一位63歲的阿嬤老師，她是一位非常可敬的退休老師，到現在都仍在為教育打拚，真的是退而不休。看她很憂心又很積極的在為南投推廣全家盟，讓我更堅定的告訴自己，這個團體不能少了我(聽起來有點肉麻)，南投那兒我無法幫上忙，至少在台北這兒可以出一點點力，除了有事無法配合之外，只要能配合的，有需要人手，我一定幫忙與分享。只是有時候不知到底是幫到忙？還是幫倒忙？我相信這裡可以讓我有能量去面對我的小孩我的家庭，有感於蕭執行長發起全家盟的感人之處，這麼義無反顧。以及校長有力的支持與用心協助全家盟的發展。還有每位幹部也都全心全意的為了全家盟在努力，講師也幻化為菩薩指引亂了方寸的爸媽，讓他們找到方向找到方法，裡的每一個人都是”愛人”，是”愛你一輩子”的人

也是愛這塊土地的人。說真的，我被這些人感動得很徹底，而且會被繼續感動著，我不諱言的想在這裡取到煩惱的解藥，我也非常願意為這裡付出我的一丁點力量，大家一起加油吧！

李永晴筆 2009.04.15

阿 婕：

感謝朋友的愛 傳一張志工的成長訓練的報名表給我 剛收到的時候還在想有時間可以去上嗎 一晃又過大半月 還是報名 內心有一股衝動要去 主題是 愛您一輩子 守護家園 課程安排完全是以親子關係為主

一看到親子關係 當然要去 不因為家中小天使變成惡魔 而是自己希望能夠學習成長 可以讓家園更好 內心的渴望更是強烈 無論如何 一定會排除萬難去上課

真是心想事成 星期五晚上 原本是要將小天使送去奶奶家 小天使不願意 晚上7點開始睡覺到星期六早上七點醒來 原因是擔心我趁他熟睡時去上課 一聽到我起床的聲音 一股兒爬起來 一早都是跟在我屁股後走來走去 看到小天使這樣 有一股衝動要放棄上課 但是理智告訴我 要放下 要放手 小天使長大了 可以和爸爸單獨相處一天 沒問題的 在溝通之下 我終於可以去上課

到了福林國小 懷著一顆好奇的心 報到 看到一個熟悉的名字 真好
潘姐也來了 真是有緣

有許有人知道這是一個為了讓親子關係更好 讓愛傳承下去的團體
透過志工訓練 把愛傳開來的團體

更是因為台灣的教育 讓許多孩子走上自殺 也讓孩子的學習過程充滿辛苦 學習的壓力 環境的變化

讓親子關係陷入危險 而這一群人為了讓親子關係更和諧 讓孩子找到快樂 讓孩子在喜悅中學習 不用補習一樣可以讀北一女 一樣可以上台大

在兩場的親子講座中 講師告訴我們說 不要以分數看小孩 身為家長 回到最初懷孕的喜悅 最初的愛

吳老師說 當初懷孕時 最希望肚中的小生命健康 快樂 平安 每一個母親都是希望小生命健康

當小孩越來越大時 卻忘記最初的愛 一味和鄰居的小孩比較 一味和同學比較 讓孩子在挫折中長大

失去自信 失去快樂 這是家長的錯 家長愛面子愛比較

在課程中 團體志工要我們一一自我介紹 為何來到這裡? 同學中起來介紹時 多半是希望可以學習如何和小孩相處 如何把小孩教養成一個天才 (哈哈 開玩笑的)

每一個家長都希望自己的孩子可以聰明 可以體貼 可以聽話 成績可以名列前茅 所以來學習成長

所以透過這樣的團體 學習成長 只希望家園更圓融 也看到這一些
家庭越來越好 因為父母愛成長 小孩也會愛成長

這是一個很棒的團體 急於跟大家分享 也希望大家可以透過這樣的
團體 讓家園充滿愛 讓每一個小孩在

愛的環境中成長

我相信台灣的家庭有這樣的團再推動 一定會更好 也知道有許多的
人 默默為這個國家得教育再努力

我們的小孩是幸福的

吳老師說：放下比較和計較 讓心更寬廣 讓孩子多做利他的事 讓
孩子多旅行 讓孩子發揮專長 這樣的孩子不會有憂慮症

感謝愛您一輩子---守護家園的團體 讓我有這樣的機會認識許多人
成為這團體的志工 有一群共同成長的朋友

祝福天下的小孩 家長 都幸福 喜悅

200090413

蔚 芳：



愛 你 一 輩 子

昨天終於去上了自己夢寐以求ㄉ課~愛你一輩子ㄉ受訓課程

相信還有很多父母都不知道有這麼一個有意義ㄉ民間團體存在

這也是我找了好久才找到ㄉ社團組織

本人在下無黨無派無宗教(除了是石門國小ㄉ品格志工媽媽外),

從未參加過任何一個社會社團(非才藝類)

這是我第一次參加ㄉ社團

感覺真的很棒

為什麼棒ㄋ？

如果你是一個想好好教育孩子ㄋ人(不論你是否為人父母)

你都該來參加這個社團

它是一個由熱心ㄋ家長們所組成ㄋ團體

而其動機就只不過是~讓我們跟孩子ㄋ互動更好 更明白孩子 也更能給孩子適當ㄋ幫助

你說是不是很棒

我常說學校唯一沒排ㄋ課程~就是如何做父母ㄋ課

所以大家都是照書養,或照自己ㄋ想法養,甚至是老一輩ㄋ養法

可是這些教養法真的適合您ㄋ孩子ㄋ？

我們自己也不是沒做過孩子

當孩子ㄋ我們,也常常父母說一我說二

討厭上學 討厭考試 也不愛寫功課

可是怎麼一當父母就很父母

孩子說二,你就罵他不乖

孩子不寫功課,不想補習你,就一直逼他

想當然爾,親子間ㄋ互動就很糟

但多數ㄋ父母都跟我一樣,

其實是貪心ㄉ

請您閉上眼睛想一下

當懷孕時,是否只希望孩子健康就好

但生出來時,又希望他(她)長得好看

上學時,也希望他(她)聰明伶俐,功課好

考學校時,真希望他(她)考上明星學校

出社會時,好希望他(她)在一流ㄉ公司上班或當老板

結婚時,最希望婚禮風風光光

好多ㄉ希望.....

如果您有可能是這樣ㄉ父母

在還沒陷入這無止境ㄉ希望中,趕快來這裡吧!

因為希望越多,失望就越大

有多少ㄉ孩子是在父母ㄉ期望中快樂ㄉ長大?

但又有多少孩子是在灰暗痛苦中度過?

昨天一整天ㄉ課,讓我這個愛孩子ㄉ媽又有了好多收穫

以現今ㄉ環境要養成一個好孩子真的不容易

(我ㄉ好孩子定義是身心健全~身體健康,心理健全,不悲觀,不抱怨

熱愛生活充滿希望 快樂與純真~每天笑臉迎人,喜歡生活,對事情
充滿喜悅與能感受

行為端正有教養~坐有坐像,站有站像,走路穩健,逢人便問好

不要懷疑我真的有見過這種孩子,不過,不是我ㄉ)

再閉上眼睛預想未來

您能接受孩子功課很好,卻只會念書以後對日常生活卻缺乏自理能力ㄇ?

或能接受你忙工作,孩子忙補習,結果對彼此ㄉ關心卻活像房東與房客?

或總是用自己ㄉ標準與要求來帶孩子,結果搞得親子關係日漸惡化?

太多太多您所心煩親子ㄉ事,我相信在這裡,您可以找到很好ㄉ專家
建議與資源

Jeanna :

各位媽咪及老師好:

感謝Albert 媽咪的努力,將大家的通訊錄做出來,這真不是件容易的事,但她做到了! 謝謝妳, Albert 媽咪!

寄這封信給大家，是要告訴大家一個很棒的訊息，要與大家分享我的感動：

有一個叫 全國家長團體聯盟(NAPO) <http://www.napo.org.tw>

愛你一輩子守護團 <http://www.20187.org.tw>

的團體，是由 洪蘭 教授擔任總團長，臨近科見幼兒園的士林福林國小李校長月娥，

則是台北市的團長(可參考"課後照顧幼吾幼以及人之幼--福林愛你一輩子守護學園的故事")，

以及多位榮譽領航員發起，自 2007 年成團至 2008 年底，在全國各縣市已陸續成立 18 團，

希望將其理念宣揚與落實，經由為人父母的我們，

讓我們的孩子有更快樂，更健康，與更優質的成長過程，

"讓我們承諾替孩子找到屬於他頭上的一片天，腳下的一片地（洪蘭）".

今天我參加了在福林國小舉辦的第21期志工培訓課程，聽到了 蕭執行長慧英，李校長月娥，

作家汪詠黛及吳娟瑜女士精彩的演講與帶領，心中的感動滿滿，數度落淚，

心裡想著這麼好的團體，回去要趕快與大家分享。

雖然你我的交集，我們 Tiger class 大班的孩子，才 6 歲左右，每個都極其優秀，

但問問自己，我們是否常氣孩子這，氣孩子那，急他不急他的，

心裡總想著教他(她)是為了他們好，這似乎已成了我們教養的免死金牌，

但可曾想過，我們不經意脫口而出的話，常會不知不覺刺傷孩子天真純潔的心靈？

這個團體邀約所有陪伴孩子成長的大人，回到生命原點思考教育，並且用心實踐"愛你一輩子":

愛: 愛心回原點 愛你 原來的模樣 讓你做自己

你: 寧靜多一點 讓你 身健康 心寧靜 人平安

一: 意義多一點 讓你 成為一個身心靈均衡的人

輩: 背書少一點 讓你 終身喜愛學習 靈活有創意

子: 指揮少一點 讓你 能獨立思考團隊合作 成為好公民

各位媽咪可以在其網站上讀/聽/看到更多相關有用的資訊，這個團體的成立，

不只讓我們可以做我們孩子的貴人，也讓我們有機會成為影響其他小孩一輩子的貴人，

最重要的，它在我們做家長的過程中，提供堅強的支援，將全國關心孩子成長的家長串連起來，

形成一股更強更善的力量，為我們的孩子做些事。

以上，請各位媽咪參考。

平安

Tim's Mom Jeanna

2009/04/13

春 淑：

寶瑩：你好！

謝謝你的關心，我有和幾位朋友談到我們愛團的課及介紹愛團的理念，也鼓勵他們能來參加。

關於這次的課程內容，我很敬佩黛媽咪，用自己小孩的真實成長歷程和大家分享，

並且鼓勵所有家長一定要記得初為父母時的那份喜悅與感動，

所以要回歸到愛孩子的那份初衷的愛，不要慢慢的變了。

要相信每個孩子皆有他不同的特質跟能力，帶給我們每個人的啟示也會不同，

期待我們的努力與宣導，能讓每位孩子都能健康、平安、快樂、幸福的成長。

春淑 感恩

美 珠：

有"成長之母"之稱的吳娟瑜老師 合照

201期志工培訓~4/12 分享心得

一早踏入福林國小，帶著一顆學習的愛與想要成長的心，當第一堂課黛媽咪的分享時，提到對兒子的無能為力，又內心充滿無限媽媽”愛”的想守護自己的寶貝，卻反而千穿百孔的讓兒子的不諒解與不被接受，那份隔閡那份鴻溝，是多麼的無奈與無力，卻又隨時已填充、已準備好力氣，只要兒子一聲呼喚，媽媽隨時可以立即張開雙手的飛到身邊，即使一路的批荊斬棘，這似乎是每個媽媽”偉大”的地方。

主講人：曾經是中國時報主編：汪永黛老師

在曾經歷經女兒的升學壓力與同儕的相處問題無法負荷而瀕臨在憂鬱症的邊緣時，我也多麼想痛哭一場，因為愛是一種治癒，也是一種傷啊，我忍著眼角的淚水，繼續傾聽黛媽咪的訴說.....

什麼問題都不及一個<家庭>問題,

我們要對小孩的期待回到原點, 其實就是只是健康、平安、快樂而已,

我們要當小孩的貴人, 尤其提到志工=貴人, 更讓我體會, 必須來”參與”愛你一輩子守護團志工的意義!

與黛媽咪合照 黛媽咪的幸福花園

是的, 天下父母心, 這就是”愛”的本質, 但當大環境不斷的變遷與變化, 社會價值不斷的被衝擊, 而其實就在成長中的小孩, 是最大的受害者, 如何分辨, 是對是錯, 什麼才是”對”的事, 對的方法, 政治的喧鬧與是非不明, 教育的改革不力與永遠的配套不足, 與充斥視覺觀感的享受、名牌的茫目追求, 而忽略真正的內涵與素養~

天下父母心, 如果再不站出來, 不能再只是”自掃門前雪, 不管他人瓦上霜”, 而他人瓦上霜, 也會不小心掉下來使我們路過的子女受傷的;所以多麼認同”愛你一輩子”的理念, 不能寄望教改, 因為大人觀念本身就很難改,

所以守護團志工是一股”善”的力量, 正在全省集結, 我只是一份”小愛”的水滴, 必流向”大愛”的河水, 這雖然是一個艱難的任務, 但聽到發起人的蕭慧英執行長還曾經是癌症病患時, 仍如此毅力成立了守護團, 因而感動了士林福林國小的李月娥校長~感動了洪蘭總團長~感動了吳娟瑜~黛媽咪也成為守護團的領航員, 想必未來更多更多.....。

我秉著對”愛家”的信念，所以陪著先生走過事業低潮，陪著高中女兒走過憂鬱，找回一個追尋青春快樂夢想的心，也陪著國中的女兒，找到她的繪畫興趣而自願努力投入美術班的升學考試，而就讀小三的儿子，他的聰明與調皮，更讓我發現，我在家庭裡扮演不可缺少的重要角色，也體會女人的心情要找到支持，找到情緒的出口與著力點，才能隨時填充力量，才能學習更多的包容與勇氣，這些的成長，想必都嘉惠我們的家庭，我們的小孩，愛你一輩子絕對不是口號，這份志工的參與，代表我們對”愛”的實踐。

主講者：國際演說家 吳娟瑜老師

謝謝021期的講師與志工前輩，就如吳娟瑜老師說：

「我們不能讓我們的小孩未來存在著”童年的忿怒”，

我們要對我們在意的人「講出我們的感覺，同時說出我們的需要」，

我們不再只為「生存」，在「生活」的互動學習領域裡，更要提升到「生命」的成長與層次

再一次謝謝您們；021期的志工與一起培訓的學員們；從此我們讓『愛』一個拉拔一個，從此讓我們彼此~一起守護、

一起愛家、一起實踐**愛你一輩子**

下次4/19~我們一個也不會缺席！

也期待每一個家庭都能擁有”一輩子的愛”與祝福

惠 君：

4/12懷著一顆好奇興奮的心情，從基隆直奔福林國小參加期待以久的「愛你一輩子志工培訓」。

報到時，迎接我的是一群穿著愛你一輩子白色T恤的志工群，個個笑容滿面，溫暖的問候有如回娘家般的熟悉。我被安排在第一組一入座輔導員寶瑩就熱情的招呼我，頓時就愛上這種親切感。會接觸到愛團要感謝讀書會會友淑美介紹，當我上網查閱之後雀躍不已——驚呼這不就是我要找的團體嗎？而今親自參與第21期志工培訓課程，打從開始觀賞電腦簡報與短片的過程中，我的心不斷被激盪與敲打，當下就決定要成為愛你一輩子的種籽及守護志工。

第一堂『愛』，邀請 汪詠黛 老師分享她在教養孩子中的心酸與苦盡甘來，聆聽的過程中學員都頻頻拭淚，以生命感動生命的故事，全場凝聚著一股股暖流。黛媽咪勉勵大家「每個人都有向上向善的力量」、「父母應該回到愛的原點--希望孩子健康快樂」、「我們都可以成為別人生命中的貴人」，這些叮嚀不就是生命最可貴的本質嗎。

第二堂是『你』，邀請的講師是在台灣被喻為女性「成長之母」的吳娟瑜老師，娟瑜老師以別開生面的方式入場，讓大家見識到了吳老師的精力充沛，完全看不出來是『祖母級』的年紀，老師運用個人的活力與有趣的對話帶動了全場的歡笑氛圍，講演的內容以「接受自我」、「說出Feel、講出Need」、「生存、生活、生命」的層次來頗析每

個人內在自我肯定與價值，當下有著如沐春風的感覺，娟瑜老師5000場演講的功力果真令人折服。

今天的兩堂課，透過彼此的擁抱與相互的鼓勵，我彷彿找回了失去已久的熱情與感動，歡笑與淚水是共同的語言。這次我也呼朋引伴邀約同事 姬 君一起來上課，也遇到了讀書會伙伴貞瑩，結識了有緣同組的淑娟、蔚芳、春淑，更願和所有21期的學員一起努力推動「愛你一輩子」、「友誼一輩子」理念，真是超棒。

敬祝愉快

021期 惠君

永 晴：

再次被感召來了

由於公婆這天出去旅遊

只好跟老公各帶一個小孩(老大2歲多老二1歲多)

我帶著老大陪我一起來愛團上課

老實說~心裡覺得帶小孩到這裡上課是件麻煩的事

因為很多不可預知的狀況

如要找媽媽或大喊大叫的吵

讓我不得不心生麻煩

這些林林種種的想像

幾天前就開始蘊釀著

到出門前還想著~不去好了

只是~說也奇怪

明明想著不去了

卻一直在做去的準備

一出門雨也停了

我很希望今天能順利的完成結訓

只能在心裡祈求老大乖一點

還好老大平常在家也很愛黏大嫂(翠楓)

有大嫂陪他玩也就不找媽媽了

我就放心上課去

來這裡上課的老師

幾乎都是用分享的

呂俐安老師也說了

她與她先生所學的專業知識

完全用不到他兒子身上

所以理論歸理論、現實歸現實

也讓我更覺得

在這裡聽不到不切實現的論調

只有令人動容的真實例子

別人的例子再再的提醒我

盡量不要重蹈別人的覆轍

孩子與生俱來的”生命種子”

是他們以後面對人生的本領

父母要用心去發掘這顆種子的本質

然後用心去引導

使得種子依著他的本質結成果實

這何嘗不是每位父母所求的

只是現在的教育體制下

父母的心被成績蒙蔽了

忘了孩子的本質是什麼

教育也變得目的論了

真的很可悲

要做到陳松根老師所說的

『全球教育、全球互動』

實在難上加難了

這兩天上課下來

深深的覺得~愛團對現今教育是一個非常重要的團體

藉由這樣的團體

為孩子把關

為教育把關

為社會把關

為世界把關

對我來說

為人父母是一項堅難的任務

要弘揚”愛你一輩子”的理念

更非一兩人所能及的

所以藉由結網、健網、串珍珠

來守護著這塊土地的孩子

我很幸運的

能提早知道這個團體的存在

讓我也為我的孩子盡一份心

行之有餘

我也不會吝於對其他需要關懷、幫助的孩子伸出雙手

愛團~我當它是我們為人父母的避風港

也是一座永不熄滅的燈塔

更是一座發電廠

把電傳給每位電力耗盡的爸媽

讓他們渾身是勁再出發

有正面能量面對孩子的無理

才能讓無理的孩子有正面的能量

這是息息相關、環環相扣的

我再次的感謝上天給我一個完整的家

讓我有機會成長

也要感謝大嫂(翠楓)

讓我有機會了解愛團

我也要把這個團體告訴我身邊的人

讓他們也跟我一樣~被拯救~哈

這是我的肺腑之言

李永晴98.04.24