



www.20187.org.tw

#微風講座

2022微風講座

松山國小志工研習-

愛你一輩子：支持並成就每一個孩子

文 / 098期班長 謝昕庭

編輯 / 官網編輯小組 2022-10-12

愛你一輩子微風講座

講題：《愛你一輩子》支持並成就每一個孩子的生命

日期：2022年10月12日(三)

時間：AM 9:00~11:00

主講人：蕭慧英

講座聯絡人：098期班長 謝昕庭



愛你一輩子：
支持並成就每一個孩子的生命

愛你一輩子
蕭慧英





【愛你一輩子—支持並成就每一個孩子】課後心得 /謝昕庭

《緣起》

當家長會會長在上學期末提出需求，歡迎大家針對下學期的家長會志工研習營推薦志工進修課程及講師，腦海裡立即浮現「愛你一輩子」。猶記6、7年前，曾參與過「愛你一輩子」親子教養相關課程，當時和夫婿兩人紮紮實實地上了兩天的愛團志工培訓課程，深深被「愛你一輩子」的理念所感動！這一套課程涵蓋了自我成長、親子教養到家庭經營的範圍，非常適合作為松山國小家長會志工研習營的內容，把這麼棒的理念跟志工夥伴們分享，是多麼美好的一件事啊！

《因緣》

於是在常委會議裡面大力推薦，加上蕭執行長提及與松山國小的淵源，早在2016年與松山國小家長會前翁會長合作，邀請都柏林青少年音樂家弦樂團在松山國小表演廳舉辦「支持並成就每一個孩子公益音樂會」(慶祝愛你一輩子十週年)，那是一次與松山國小家長會非常成功且美好的合作經驗。而6年後有此機緣，能再次讓松山國小家長會與「愛你一輩子」公益團體再次串連，把「愛你一輩子」的美好理念宣揚出去，也算是一次意義非凡的合作契機呢！

《過程》

非常感謝蕭執行長在百忙之中，撥冗親自擔任講師授課，真是志工們最大的福氣！雖然將原本兩天的課程濃縮為兩小時，但在講師深厚的講演功力，透過輕鬆詼諧、深入淺出的帶領，不論是實際案例分享或是小組互動討論，都能讓我們完全投入、專注享受這兩小時的充電洗禮，也再次喚起我心中那久違的悸動！

講師授課內容，讓我產生共鳴的重點包括：

(一) 愛：愛心回原點。愛你原來的模樣，讓你做自己。

從心遇見愛，首要應先「愛自己」，透過不斷成長與學習，把最好的自己奉獻出去！

愛要先穿透自己>>愛要傳遞出去>>愛要穿透對方

愛 自 己	接納自 己	愛要表達	愛他原來的模樣 ，讓他做自己	接納對方	讓 愛 流 動
	認識自 己	發揮創意		認識對方	
	珍愛自 己			珍愛對方	

(二) 你：寧靜多一點。讓你身健康、心寧靜、人平安。

「寧靜」意謂「心寧靜，語親近，身恬靜(淨、簡、美)」。養成常說「對不起；請原諒我；謝謝你；我愛你！」的習慣。

(三) 一：意義多一點。讓你成為一個身心靈均衡的人。

1.活出有意義的人生	
2.成為身心靈均衡的人	身：身體健康
	心：心情(感性)、心智(理性)
	靈：靈性，來自生命的源頭

(四) 輩：背書少一點。讓你終身喜愛學習，靈活有創意。

1.帶著孩子一起做	包含生活瑣事
2.尊重天賦自由	做自己喜歡的事，做自己擅長的事
3.接受多元智能	包含語文、邏輯數學、自然觀察、空間、肢體、音樂、人際、內省等智能

(五) 子：指揮少一點。讓你能獨立思考、團隊合作，成為好公民。

1.何謂「品」(3個口)	(1)會思考(2)有感覺(3)有行動
2.如何陪伴孩子成為有品之人？	(1)多使用問句，培養孩子養成思考的習慣 (2)了解孩子怎麼想？怎麼看？(多聽他說)
3.做孩子的伯樂！（欣賞他、肯定他、陪伴他找到自己的光芒）	

《課後心得》

下課後，聽到好多志工夥伴回饋給我：「謝謝妳！這個課程好棒！」；「講師講得很好！聽到很多好棒的觀念！」；「謝謝妳的引薦，在這個課程裡面獲得很多啟發！」...等。非常開心自己成就了這一樁美事-美好且有價值！感謝6、7年前「愛團」的灌溉，經過了這麼多年「愛」苗仍在心中滋養！感謝自己的起心動念成就了這次的課程連結，讓「愛」苗散播出去，盼望未來在志工的家庭裡開枝散葉，讓愛流動，生生不息！

感謝蕭執行長一路走來對理想的堅持，讓一些原本在教養路上迷失或不知所措的父母，藉由這樣的課程，心靈鑰匙被開啟了；心智雷達被連通了，彷彿久旱逢甘霖般的令人欣喜與感動！「愛你一輩子」的理念，我將奉為圭臬，讓我和我愛的家人的生命因而更加美好與豐盛！再次感謝講師-蕭執行長帶給我們一個豐盈又溫馨的上午，讓與會的志工們都帶著滿滿的愛與能量回家，有您真好！



以下為參加家長心得回饋：

本次課程讓您覺得受用的是：

- 學會開始欣賞自己讚美自己
- 愛原始的自己
- 好好愛自己
- 放開手讓孩子學習獨立思考

- 新的想法跟感受～可以再反省自己
- 愛孩子原來的模樣
- 心寧靜一分鐘
- 要多稱讚自己
- 我怎麼這麼棒！我們怎麼這麼棒！
- 愛要即時說出口有行動
- 愛你一輩子
- 支持並成就自己與他人

給講師的話：

- 謝謝 蕭執行長為我們上一堂充滿愛的一課，最後我起立唸著螢幕上的一封信，哽咽幾乎不太能出聲，很感動，也很有信心自己會把愛表達地更好。
- 雖然課程時間短暫，但講師仍然很精彩地將「愛你一輩子」的觀念傳遞得很清楚，而且課堂氣氛掌握得很棒！知性又不失詼諧，在輕鬆幽默的氛圍中，就把智慧傳遞給學員了。真的是一堂非常棒、非常有價值的課程！謝謝老師！🙏❤️
- 老師的分享真的讓我很受用
- 謝謝老師，老師很棒
- 感恩老師發掘新路來松山國小上課！收穫良多！
- "希望我以後能夠像執行長一樣，越活越學習更多，更愛自己"
- 講得很好 很有親切感...很棒

- 感恩老師的“心”教育
- 謝謝你讓我們省思，需聽孩子的意見，不要想指示孩子成為我們或我們想要的他
- 謝謝老師讓我們了解愛的意義和價值 🍷🍷🍷





