『慈馨家生涯探索的故事～實現夢想的啟程』

迎向挑戰，邁向未來

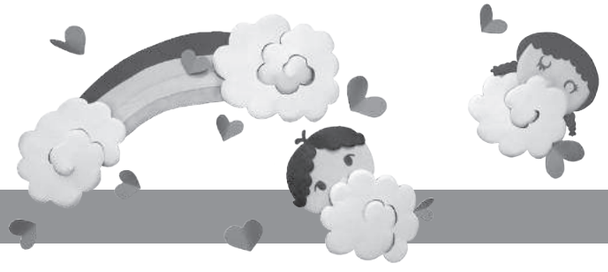
生活中，充滿了挑戰，因為有挑戰，才成就了學習的豐富性，因為有了學習與練習，才有更期待的未來。在家裡的孩子，每一個都是生命的勇士，為自己的生命故事努力。

日常生活中透過獨立能力的培養，練習生活自理的能力，練習的過程，總是不容易的。「我不會，我不要學了！」「老師，我根本做不到，算了啦！」這樣氣餒、懷疑的聲音總是會出現，因此，除了生活中的陪伴外，也希望透過活動的設計與參與，連結相關資源協助及增加孩子生命的韌性。

永不放棄的挑戰，一段陪伴自己的人生路程

馬拉松運動，除了能夠增強體魄外，更能夠磨練堅持的生命韌性，因此透過參與「台中舒跑杯活動」，陪伴孩子於運動休閒中，貼近自己的身體，用自己的雙腳跑過台中市區，認識自己居住的城市，享受流汗健身的舒適感。

除了舒跑杯活動，孩子們也參與「石岡馬拉松」、「惠明迎光馬拉松」，向自己挑戰，挑戰路程更遠，困難度更高的馬拉松。競賽的路程中，和自己的身體對話，挑戰自我並鍛鍊自己生命的韌性。有孩子說，跑到越後面，雙腳的痠痛越強烈，好像已經不是自己的腳，有一種想放棄的感覺，但是我一直跟自己的腳說，「再撐一下！再撐一下！加油…最後終於跑完了！」取得獎牌，孩子坐在終點旁，擦拭著身上的汗水，開心的笑著說。



完成競賽後，開心的合影

準備開跑前，暖暖身體也暖暖心裏

人生不一定一路平坦，陡峭崎嶇一樣充滿力量

結合台中市登山協會，帶領孩子們至台中大坑風景區，挑戰陡峭的三號登山步道。這個步道是用一塊塊結實的木頭鋪設而成，除了坡度陡峭外，因為棧道皆是原始的木頭，走起來容易滑腳，需拉住一旁的繩索，才能走得穩建。踏過每一個木筏棧道，可能因為路滑而不小心摔倒，雖然過程中，有害怕、有懷疑，但是孩子們並沒有放棄，反而找到讓自己不跌倒的方法，並且堅持到底完成。

挑戰完三號步道，孩子們一起來到郭叔叔野生猴園，認識自然生態以及猴子的生活型態，帶著尊重的心一同關心這片我們居住的土地。吃著幸福的午餐，享受大自然的環繞。午餐期間，孩子們直說「怎麼這麼好吃！」「老師，我要再吃一碗！」食量比平常多，原來，付出努力後的成果，成果是甜美的。

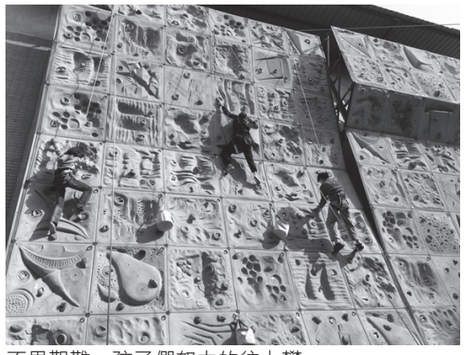
挑戰完登山步道，來認識猴子的生態

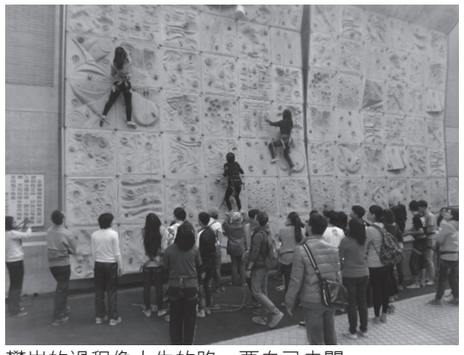
吃著幸福的午餐，享受大自然的懷抱

攀岩體驗教育，迎向跳戰，超越自我

我們與「國立彰化師範大學社區諮商及潛能發展中心」及「海星少年關懷協會」共同合作，帶領家裡的孩子參與一整天的體驗教育活動。著裝後，孩子們認真的聽著講解，對於攀岩的初體驗，有許多的未知與害怕，在引導員、師長的鼓勵與陪伴下，總算踏出嘗試的第一步。有孩子邊爬邊尖叫；也有孩子堅持要攻頂，即使到最後全身都快沒有力氣了；更有孩子嘗試過後被嚇哭，但透過輔導員、老師的陪伴，重新長養出自信與力量，後來自願擔任安全確保員。

辦理過許多次體驗教育活動的海星少年關懷協會人員說：「自己陪伴過許多小朋友、青少年，今天看到慈馨的孩子，有很不一樣的感動，那就是慈馨的孩子們都充滿生命的韌性，也較能夠堅持到最後！」


不畏艱難，孩子們努力的往上攀


攀岩的過程像人生的路，要自己去闖

活動前彼此先自我介紹互相認識

活動結束後孩子們分享今天的學習

人生充滿了挑戰，自信展現無限可能

人生充滿了學習與挑戰，只能靠自己的雙手與雙腳去經驗、去努力，這一路可能輕鬆容易，也可能遇到困難，或是需要堅持到精疲力竭的一刻。而師長們只能在過程中，給予陪伴、鼓勵和支持。陪伴孩子們面對挫敗，鼓勵孩子們堅持與勇敢，因為人生不可能一帆風順；教導孩子們如何面對挑戰，溫養孩子們的復原力和合作力、自信力，並且帶著這些能力，迎向人生的每一段精彩！

【知識補充站～攀岩運動的好處】

1、**強化體力：**
攀岩要利用繩索來承受自己體重，並與地心引力對立，在體力訓練上可達到強化效果。

2、**加強身體協調感與柔軟度：**
攀岩能訓練孩童的肌肉發展，並增進手、眼、身體之協調，這也是攀岩的關鍵能力。

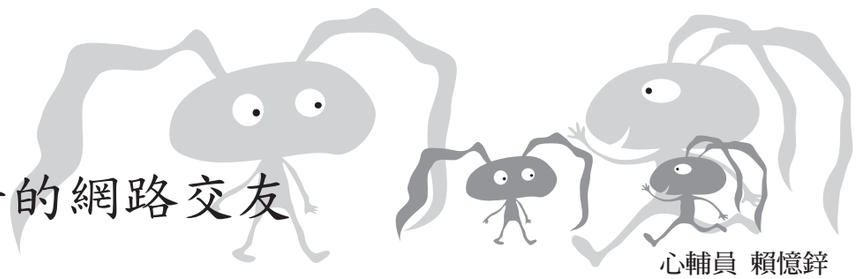
3、**集中注意力：**
攀岩時需要將集中力放在雙手與雙腳，這股全神貫注對青少年的學習有很大的幫助。

4、**加強平衡感：**
攀岩重視平衡感，移動時須牢記「三點不動一點動」的口訣，對尚在發展身心、手足平衡感的青少年，可訓練及加強自我平衡感。

5、**增進自信與成就感：**
攀岩者能勇敢攀登各式岩壁，面對難度與挑戰，心性自然要比一般人沉著自信。完成攀岩運動後，自然有成就感。

6、**激發進取心**
當自己靠著攀登繩承負重量、「掛」在高高的岩壁上時，是放棄、還是繼續堅持？此時需要勇氣、意志力、榮譽感及自我超越的決心。

註1：摘錄「台灣外展教育基金會-權衡攀岩」、「新北市運動達人-攀岩」網路資料。
註2：凡患有心血管疾病、氣喘、癲癇、懼高症或其他身體不適者，請勿攀登。



談孩子的網路交友

心輔員 賴憶鋅

本家近年來，透過小家性別教育團體及性別信箱活動的實施，創造與孩子討論性別相關議題的空間和機會。這些活動旨在尊重孩子對於性的好奇，也重視孩子關於性的想法。藉著性別教育專欄，我們也想與大家交流相關經驗和訊息，本次專欄談論的是「網路交友」。

隨著科技的進步，各式手機產品普及，網路交友已成為青少年熱門話題，因為網路的無遠弗屆、方便和匿名性，讓人與人在網路上更容易結交朋友（即網路交友），以及快速發展成為男、女朋友關係（即網路戀愛）。然網路交友與網路戀愛看似簡易，却暗藏多處危機與陷阱，因此涉世未深的兒童及青少年，容易成為受害對象。

新聞案例：14歲少女因和姊姊起衝突，受臉書動漫社團網友邀約，不告而別地離家出走，父母親操心奔波，透過媒體與警方的協尋，經十多天才在山上的鐵皮租屋處找到少女……（東森新聞，2015年4月26日）

類似新聞近年頻見，當身為家長或照顧者，得知孩子開始交網友、談網路戀愛，該怎麼辦？我們建議：家長和孩子兩方之態度、價值觀應互做了解，並教導孩子自我保護之法：

1.先深呼吸，並帶著欣慰的心情迎接孩子長大，交朋友與談戀愛本是青少年發展的正常歷程。

2.以關心接納的態度取代一味禁止，與孩子保持友善溝通的管道，方能在孩子遇到交友或感情困難時，作為其傾訴對象，給予適時的協助。

3.以開放的視野，靠近孩子的網路世界，多多接觸孩子所從事的網路活動，如社群網站、網路遊戲等，也可邀請孩子分享網路中看見及發生的趣事，瞭解孩子在網路上的人際關係和行為。

4.教導孩子自我保護與身體界線的概念，並建立談戀愛行為界線的共識，例如哪些談戀愛行為是現階段年齡可以接受、哪些則是不能踰越的行為、性的法律規範、性的風險（如懷孕、性病）等。

5.在日常生活中，運用新聞報導、電視劇及電影等媒材，與孩子討論網路交友及網路戀情相關的話題，建立孩子清楚、正確的網路交友觀念，例如：

(1) 不任意告知網友你／妳的真實姓名、電話、居住地址、學校及照片等個人資料。

(2) 和網友見面時，你／妳務必找朋友陪同前往，並且約在明亮、人潮多、交通方便的公共場所，也應拒絕來路不明及離座後未吃完的食物、未喝完的飲料。

(3) 避免和網友有金錢上的往來。

伴讀～與孩子一起成長

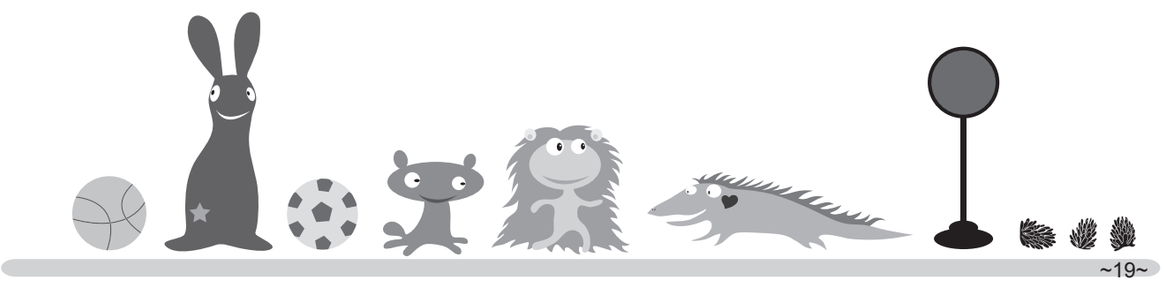
志工 李勤如

記得一開始會到慈馨，是因為學校服務學習的課程。服務前，先到慈馨認識環境，也了解孩子的狀況。接著負責志工業務的振杉老師詢問我，擔任伴讀志工的想法，那時的我，心裡只有一個念頭「我可以嗎？」，第一次在慈馨服務是陪伴院裡五歲的小孩子。當時，我的心裡只充滿擔憂，內心想著「天呀！這麼小的孩子，我要怎麼跟他溝通呀？！」可是，當孩子充滿笑容，碰碰跳跳的走進來跟我問好時，我想這應該沒問題了吧！

初期，伴讀過程需要和孩子有所磨合，孩子會有鬧情緒的時候，而我也有不知道怎麼應付的狀況，可是相處久了，越來越熟悉彼此，總是可以了解對方在想些什麼。記得有一次，念故事書念到一半，我看到孩子眼神飄移，我就問他：「你要喝水嗎？」孩子就跟我說：「你怎麼知道我想喝水？」。這種默契是透過一次次伴讀所培養出來的。看著孩子一次比一次進步，從初期的鬧脾氣，到現在能夠自動自發詢問「老師下次我們要聽什麼故事？」看到他滿足又期待的笑容，心裡真的是開心。

不知不覺，在慈馨陪伴孩子的時間已經快三年了，孩子從聽故事，到主動分享故事；我也從一個大二的學生，到準備大學畢業。這三年的伴讀過程中，成長的並不是只有孩子，我也跟著他一起成長，自己彷彿回到了天真的童年，跟孩子一起開心的笑著。孩子！老師希望你永遠都記得這個笑容，記得我們一起成長的過程。

註：勤如老師陪伴孩子三年的時間了，每一次都帶來特別的繪本故事書，陪伴孩子說故事，豐富孩子的學習與視野。偶然的機會，本家社工好奇的詢問，繪本故事書的來源，才知道原來是勤如老師和媽媽一起幫孩子挑選的。課程結束後，她就把繪本送給慈馨，希望讓更多孩子能夠閱讀，豐富學習經驗。



拔菜趣體驗

總務組長 李冠葦

【緣起】

103年3月，一位游先生來電表示：「有位賴董事長發心做公益，要把一塊地開闢為菜園，用自然的方式耕種，蔬果收成之後送給有需要的團體，他請我做菜園管理員，協助做這件事，所以我就想到把營養健康的食材送給慈馨。」從此，每有收成，游先生便親自運送新鮮蔬菜與孩子們分享。

後來，有個機緣，游先生提到讓孩子一起到菜園體驗拔菜的樂趣。我們覺得有意義，樂於促成此事，因此討論規劃了「田園之樂」體驗活動。

【實作體驗】

我們將體驗方式，納入親子共遊、親子同作的概念，因此以「小家」為單位，安排各小家輪流到菜園體驗拔菜、除草、摘果　。一開始還想這群孩子們在城市待久了，要他去菜園幹粗活兒，不知能否做得下去？

活動當天晴朗無比，孩子們頂著大太陽，拿起工具試著當小農夫，但不多久，孩子就見識到太陽是多麼地有「威力」，農作是多麼的「不簡單」，真切地感受到「鋤禾日當午，汗滴禾下土」的辛勞了！

我們發現孩子雖然喊熱、喊不懂農事，但好奇、活潑的赤子之心，在觸摸田園蔬果後，便轉換成熱情與動力了。

拔菜前，叔叔帶著孩子認識蔬菜

阿嬤也會教我們怎麼拔菜

甩掉菜根的泥土

怎麼拔草？看我的！

【田園樂】

從師生間的交流、對話，以及孩子們的反應，看見孩子們對「拔菜趣」的體驗。

孩子：「老師，這菜可以拔嗎？」

老師：「哈哈～這是草啦！不能吃的啦！」

孩子：「老師，這個草怎麼看起來特別奇怪？」

老師：「哇，這是葱！別拔錯了喔～」有孩子拔菜拔著，忽然大叫：「老師！好恐怖，有蜈蚣！」

老師：「那是馬陸，你看，他身體是硬硬的，還會捲起來喔！」

有孩子拔著拔著累了，就選擇休息，找起瓢蟲、菜蟲，或玩起來轉移疲累。

有孩子拿著A菜、茄子、花椰菜　，跟蔬果來給合照，當個開心的小農夫。

【賦歸】

孩子出門前，有人開心，有人愁眉不展，但經過兩小時後，踩在努力過的土地上，每個人的心情與表情，都有了開展。或許是吸收了大地的負離子，所以精神特別好；或許是流汗後，有著令人滿意的採收成果！

看我拔的萵苣菜，好大顆喔！

趁紅莧菜還很嫩，我們趕快採收！

我們拔了滿滿一框的菜喔！

我們與A菜一起合照吧！

仁者翦影

編輯小組

樂善好施的張國強伉儷

99年張國強與李月瑛夫婦不經意路過慈馨，入門一問，得知這裡有一群需要照顧和陪伴的孩子們，遂萌生慈憫之心，自此與慈馨結下善緣。國強老師先擔任志工老師，教導孩子彈吉他，月瑛阿姨則協辦慶生會活動；103年其女兒右昕加入，以攝影專長，為孩子們拍攝個人及小家寫真，美麗又有特色的照片令孩子非常開心和珍惜。而孩子們與「國強叔叔、月瑛阿姨、右昕姐姐」互動親近，宛如另類家人。

我們所認識的張國強伉儷，為人親切、急公好義，長期關懷弱勢團體。帶著感佩之意，立夏這天，我們特地拜訪他們，進一步了解家庭關係對他們的影響，以及為何從事公益活動，而持續的動力為何？

國強老師表示其父母育有四名子女，父親任職空軍長年在外，母親為了家庭，遂於眷村開雜貨店營生。母親雖愛子女，但因工作忙碌，無法照顧周全。國強老師於少年時期，富正義感，曾為朋友仗義而險傷人，惟當時心生一念「我若傷人觸法，母親怎麼辦？」遂住手！之後雖在朋友中獲得「卒仔」臭名，但未曾辜負母親。國強老師自稱年輕時愛跳舞、玩音樂，但婚後學佛聽到梵唄，覺得梵音乃音樂精髓，可得平靜能量，遂一改聽流行樂曲習慣。機緣下，國強老師度母學佛，並一起共修談論生死大事，而其母彌留之際正念分明，往生殊勝，此事讓國強老師學佛更為精進。月瑛阿姨則家境小康，父母慈愛、五姊妹及兩兄弟感情和樂，子女受母親影響逐一學佛。婚後月瑛阿姨為婆婆往生事蹟所感，促使其度父學佛之決心，自此娘家固定共修念佛，已六年矣。因夫妻兩人信仰相同，且常懷悲心，助人為樂，故布施行善、護持道場，不遺餘力。國強老師表示，學佛前後最不一樣之處，在於能反觀及自省所為是否合宜？

問起夫妻公益行善之緣由，倆人皆表示是「因同理心產生行動力」！所以聽得公益基金會及弱勢團體需要協助，便當仁不讓，如：到伊甸基金會協助做月餅，到十方啟能中心協助餵飯及義賣。又如：女兒就學期間，協助戶外教學運作及照顧學習落後者。

這幾年夫妻倆人所做之事頗多，而印象深刻者有三：

其一是月瑛老師曾帶婆婆至十方啟能中心做志工服務，而婆婆看見身障孩子種種困境，不禁感慨道：「孩子只要健康就好，不必要求成績名次啊。」

其二是被褓母長期餵食安眠藥長大的國中生，因藥物導致腦力退化，學習亦受影響。後來在夫妻倆人鼓舞及同學協助之下，逐漸恢復信心。在一次學習分享中，這個孩子說：「我到今天才感受到我是有用的人！」月瑛老師聽之既心疼又感動。而對方在奮發努力下，現已大學畢業，至今仍與國強老師一家人保持聯絡。

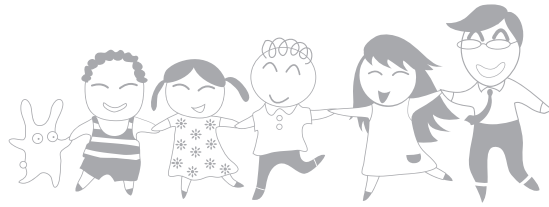
其三是自女兒小學三年級起，夫妻倆便大力協助班級事務與活動，然當時於公不私，以整體為主，反而忽略了女兒個別需求。五年級女兒從菁英班轉至一般學校，才展開快樂容顏；思及此事，國強伉儷還有隱隱的不捨。所幸女兒國小、國中成績雖不出眾，然高中起逐漸顯現藝術優勢及才華，並陸續領取獎學金至大學畢業。夫妻倆表示，或許是女兒個性樂觀，歷經不一樣的受教環境，反而使其翻轉茁壯、有更多的自我成長。而我們看到的是夫妻倆注重孩子身心發展，而不是成績分數，所以孩子即使在校遇到挫折，回家得到父母滿滿的愛，心情也轉好了。也因為父母的良好的身教及豐厚的愛，給予女兒溫養能量，遂使其更自信、獨立。

國強與月瑛夫婦倆人個性大不同，但因信仰相同，理念相近，且伉儷情深，所以彼此能互相欣賞，並截長補短！國強老師說：「月瑛最大優點就是行動，不等別人動作，就先釋放善意。她的主動關懷和熱情能感召人，而我常被她的熱忱感染，於是就以組織、辦理活動的強項，協助月瑛一起圓滿。所以個性不是問題，能欣賞對方優點，彼此才能創造成長的機會和空間。」而月瑛老師表示：「自己講話很直接，有時會不得體，但都是出自一番好意，所以謝謝大家給我照顧和服務的機會！」她還說：「我喜歡跟慈馨分享各種人事物、食物和表達關心。看見孩子們吃得開心、過得快樂、歡喜地與我擁抱、關心我的健康，就是給我最大的回饋和動力！」

末了，談及對慈馨孩子的勉勵，國強老師說：「孩子你們受到老師這麼多的愛，以後要用同理之心分享出去。記得取之於社會，回饋於社會。或許老天爺給你的身世是不公平的，但是來到慈馨是好的開始。」還有，國強老師也鼓勵青年人透過旅行，體驗不同生活，未來如有能力可以出國，因為能把視野放寬～「你看到的會是全世界，而不是只有台灣！看待事情的角度會更多元與正向！」月瑛阿姨則說：「不好的都會過去，希望孩子們能快樂成長！也希望孩子們面對現實！往前看！社會資源及慈馨老師們給予那麼多愛和照顧，自己要勇敢，要學習承擔與負責。」最後，國強老師表示：「很欣賞、也很佩服慈馨老師對孩子的那份愛，老師們太辛苦了，期盼和祝福您們能創造圓滿的人生！」

綜觀國強伉儷樂善好施的仁心義行，我們深信他們必能如聖人所言：「仁者壽」，也相信「積善之家慶有餘」，宜乎其家庭代代孝慈，和樂融融。

104年畢業生畢業感言



編輯小組

今年慈馨家的應屆畢業生，從幼稚園到高中，計有14位。

而本家為了慶祝他們完成階段學習，特地規畫畢業旅行，並於晚會中邀請他們談談各自的學習與成長。這群畢業生心懷喜悅，對一路陪伴的老師及好友表達了感謝之意，對未來也表達了不同的想法，以下節錄內容，與大家分享。

【幼稚園】

小布丁翔：在幼稚園我有很多好朋友，每天都很快樂。現在畢業了，我最開心的是，就要讀一年級了，耶！

【國小】

小萍：我會記得老師教我的待人處事道理，以及和同學一起的歡樂時光。雖然畢業了，大家還要要保持聯繫喔。

小彭：畢業了，我期待又緊張。期待的是自己可以當大哥哥了，緊張的是上國中會遇到什麼事？還有，我讓很多老師生氣、難過，謝謝您們都很認真用心的教我。接下來我會努力讀書和改過，讓自己愈來愈好。

阿胡：感謝所有老師教我做人處事的道理，升上國中我準備當一個懂事又認真的大哥哥，並學習阿豪哥哥模範，教導弟妹。

小恩：我才轉學一個月，和這裡的老師、同學不是很熟悉，但我謝謝大家的照顧，並祝福大家快樂。現在我很期待上國中，雖然有功課壓力，但我覺得國中生活會很有趣。

【國中】

阿婕：雖然捨不得離開國中朋友，但為了要學習更多的獨立能力，我會加油和努力的！

阿鈞：畢業是每個人必經的過程，期待高中能交到新的朋友，以及有新的學習。

阿傑：畢業讓我有一些難過，因為要和好友們分離，但我相信緣分會持續下去的！感謝一直關心我的慈馨家人們和同學們，我愛您們！

仔翔：因為畢業後我即將返家，所以這次畢業典禮和畢業旅行，我充滿期待和感謝。謝謝每位老師的陪伴，讓我更茁壯，讓我懂得用不同角度看世界，讓我學到反省、懂得分享與謙虛。我會將所有點滴回憶裝進我的人生行囊中！

阿展：我打從心裡謝謝曾幫助過我的人，您們的關心、陪伴和教導我都收到了。還有，這三年我學習到：「助人為快樂之本！」、「己所不欲，勿施於人。」謝謝大家。

阿躍：俗語說：「活到老，學到老。」畢業了並不是可以輕鬆了，要準備迎接下一個新階段，而且要更加努力與學習。

【高中】

阿睿：高中三年，我學到美容、美髮、彩妝、整體造型…等專業知識，也學到人際互動和團隊合作的重要。進入大學後，我將加強專業實力，並以「造型師、新娘秘書」為努力目標。此外，感謝所有教過我的老師們，讓我學習了事情的對與錯，真的很開心，我愛您們！

兔兔：我覺得高中的成績好壞不是重點，最重要的是在高中三年，要找到自己的目標，並學會為自己負責！

阿玲：感謝慈光和慈馨的老師們陪伴我成長，從小學、國中到高中畢業，都有您們的祝福，點點滴滴說不盡，您們是我最重要的家人！

師生之間的 叮 叮 噹 噹

資訊管理員 王元鼎

【素葡萄？】

大德送了一批樹葡萄，孩子們對它感到好奇。

老師便對孩子們說：「那些是樹葡萄，吃了補血，可以讓身體更健康喔！」

這時，小豬疑惑的看著老師說：「素葡萄？葡萄還有分葷的和素的嗎？」

說完，旁邊的人都哈哈大笑。

【救人的記號！】

冠葦老師看見小勳手臂黑青了，就關心他怎麼了？

小勳：「因為阿晨的手被玻璃刺進去了。」

冠葦老師聽了，百思不解地看著小勳。

小勳：「因為啊……阿晨他的手被玻璃碎片刺了，但是怎麼拔都拔不出來，他就跑去找老師幫忙。後來，老師就把阿晨的手按住，我也幫忙壓住阿晨，然後老師使出好眼力，用攝子一夾…。」

旁邊阿新接著說：「剛開始阿晨還邊夾邊喊叫，終於，阿晨不叫了，玻璃刺也夾了出來！只看見阿晨全身都濕了，分不清楚是汗水還是淚水。而身旁的小勳卻頻頻喊痛，原來……剛剛阿晨不叫的那一刻，是阿晨咬住了小勳的手臂了……！」

冠葦老師：「喔，原來黑青是小勳救人的記號啊！」

一路走來。。。。。

教育長 吳碧霞

申請物品，首要了解物品使用狀況，不讓孩子浪費。孩子如果習慣奢華，一旦遇困苦環境，將很難渡過，希望能給孩子勤儉的觀念。如毛巾舊了未破，就拿來做抹布，平時須有憂患意識。平常我們以身教，遇事時講道理，生活教育就是點點滴滴累積出來的。孟子云：「可以取，可以無取，取傷廉；可以與，可以無與，與傷惠。」意即拿取和給予需要智慧，莫傷害了廉潔操守與施恩美意，可做為大家參考。

民國78年09月15日教保會議

人的成就，往往由恆心、毅力來完成。如習氣改變須貫徹訓練，又如原則的堅持不輕易動搖，而方法上可變通。我們為了解決孩子的困擾，要接受孩子，堅持原則，靈活應用方法。

如果關心孩子而得不到回應，這與「信任關係」有關，我們在團體中，若能坦誠相見，不但有安全感，而且可共患難。最後以論語「好學近乎知，力行近乎仁，知恥近乎勇，天下之達德」來共勉。

民國79年12月21日教保會議

儘管時代在變，資源與專業在持續增廣加深，從慈光到慈馨，精神上是一脈相承的。

本頁所呈現的，是過去教保會議的紀錄摘要，想給大德的，是「一路走來」的真實狀況。