

親師橋

珍愛生命

輔導主任 謝雅萍



在學校的課表裡並沒有一堂叫做生命教育的課堂，但生命教育重不重要呢？台灣大學哲學系教授孫效智在2017年的生命教育學術研討會上的專題發表中提到：生命教育的入門課程，為探討生命的學問，屬於永恆哲學的雋永關懷。可惜在一個重理工輕人文、重視經驗事物，忽視精神價值。影響所及，學生忽略人生意義與方向的探索，陷溺於各種欲望的桎梏，導致人生觀的空洞模糊，與價值觀的扭曲膚淺，忘了最根本的生命課題。

學校裡雖然沒有生命教育課，但是生命教育議題卻是當前重要的教育課題，因此生命教育議題均已融入各領域的課程內實施，讓孩子在領域課程學習中，也能探討與思辯生命教育的核心價值，思考人生的意義與方向，認真看待自己與他人的生命，不隨便對待或輕易結束珍貴的生命。



柔靜：自己的生命是自己的父母給的，他們辛辛苦苦地把我們養大，所以遇到困境時，我們更應該努力活著。假如，說真的像影片中一樣，我只剩一小時的時間，我會做什麼？我應該會和家人、朋友談心，希望他們身體健康平平安安。

凱升：我看完這部影片，我覺得生命是我們活在這個世上的動力，很多人總是到死亡的最後一道門檻，才會害怕，所以我覺得生命對我們來說是一個重要的東西，我們不能輕易結束生命。

品丞：生命是世界上萬物重要的東西，沒有生命就沒有萬物，沒有生命就沒有現在的我們。所以，生命是世界上最重要的物品，要好好珍惜生命。

嘉展：上天給我們生命就是為了讓我們找到生命的意義，不要想東想西的，要快快樂樂地過日子，可以學習知識，多交交朋友，參與活動，不封閉自我。

福麟：我們應該互相包容、幫助，並且向別人說謝謝！

前陣子看到許多有關年輕生命殞落的新聞事件，許多年輕人選擇結束自己的生命來面對所遇到的困難，看到這樣的現象，輔導室希望透過生命教育宣導提醒並強化生命的重要性及如何面對死亡及生活中遭遇的困境。透過簡報—你如何看待生命，引導提問帶領高年段學生思考生命的價值與如何看待生命這件事！再請學生填寫珍愛生命學習單，說說自己的想法與作法。希望在人生的道路上，學生能具備思考、分析、探索、深化再思考的能力，積極面對挑戰以解決人生的各種問題。

榮譽榜-新北市萬里區看繪本說故事比賽

高年級佳作 許精宸

高年級進步獎 楊嘉展

中年級進步獎 楊峻程



感謝愛心捐贈

- 1 新北市政府體育處「鞋力同行」跑鞋捐贈。
- 2 財團法人慶福社會福利慈善事業基金會捐贈
新北市萬里區公所關懷活動-冬季保暖衣送暖活動。
- 3 祥記實業股份有限公司，贈送本校手提包。
- 4 微星科技捐贈午餐經費。
- 5 石門觀明宮-贈鞋。
- 6 和光公司捐贈 酒精消毒機
- 7 楊家成會長 捐贈 酒精、雨衣

五個步驟，陪伴孩子長出因應挫敗的本事

文：陳志恆 心理師

雖說「人生不如意事十常八九」，但是「最好一件也別發生在我的孩子身上」。

有可能嗎？大概很難。我常遇到很多焦急的父母，向我分享孩子在學校裡遇到的困境，問我該怎麼辦？「我該幫孩子去向學校老師溝通一下嗎？」「我該幫孩子去跟欺負他的同學說一下嗎？」「我該幫孩子安排去參加課後補強的課程嗎？」「我是不是該勸我的孩子放棄這次機會好了？」「如果讓孩子轉學是不是比較好？」常常，家長們早已心有定見，只不過是想找人確認一下自己的做法而已。

比解決問題還重要的事情：因應問題

但是，我常會說，不要急著出手幫孩子解決問題。為什麼？第一，你能確定你的解決方案是最好的嗎？有很多我們大人自以為能幫上孩子的方式，對孩子而言卻是越幫越忙。第二，當你在最短時間內，幫助孩子剷除當前的困境，也同時移走了孩子從困境中學習的機會。人遇到了困難會設法去解決，這是很自然的事情，但如果是解決不了的事情呢？我始終覺得，比起解決問題更重要的，是能「因應問題」。

所謂因應問題，就是知道當前的困境並非一時半刻能夠移除，但仍有勇氣去面對，並能與困境共處，最終從中學習與成長，甚至超越困境。換句話說，若能在不危害自己或他人生命安全的前提下，讓孩子在挫敗中學習與成長，這比起讓他一帆風順地長大，還要可貴。

讓孩子感受到力量的陪伴

關鍵就在「陪伴」這兩個字。允許孩子用自己的方式去面對難題，只給予情感上的支持和鼓勵，非必要不過度干涉，背後的信念是：「相信孩子自有面對困難的能耐。」舉個常見的例子，孩子回到家，板著一張臭臉，說：「班上同學不喜歡我！上課分組都不願意跟我同組……」聽到這裡，你會怎麼做？「孩子，別擔心，我會處理！」接著一通電話打去給導師說清楚、講明白。或者，第二天一早衝到學校去向同學與師問罪。你會這麼做嗎？小心，你可能正在幫倒忙，同時也剝奪了孩子自己面對困難與解決問題的機會。

如果你是靜下來，問問孩子：「怎麼啦？」「發生了什麼事？」「我想多了解一點」然後不帶評判，就只是聽聽孩子怎麼說，接著同理孩子的情緒：「我知道遇到這件事，你感到很難過、很委屈。」最後詢問孩子：「那麼，你覺得，怎麼辦才好呢？」聽聽孩子想要怎麼面對這個問題。那麼，這個過程本身，就已經發揮陪伴的最大功能——帶給孩子繼續面對問題的力量。

陪伴孩子因應挫敗的具體途徑

身為父母，請堅實地相信一件事：「孩子自有其面對問題的能耐。」因此，大人要做的就是繼續給出支持，讓孩子感受到更多力量。具體而言，當孩子遇到困境時，家長可以透過以下途徑陪伴孩子更有力量地因應問題。

1. 傾聽孩子的處境：「發生了什麼事？」

一個正在困境中奮力掙扎的人，是很希望被看到、被關心的。這時候，家長只要用溫和的口吻問道：「怎麼啦？」「發生什麼事了？」「可以多說一點嗎？」「我想要知道多一點，好嗎？」引導孩子把事情的來龍去脈說出來。但過程中就只是聽，不評價、不說道理。記得，孩子最不需要聽到的，就是一道又一道「你該怎麼做」的建議。收起這些想幫孩子解決問題的意圖，只要傾聽就好。

2. 回應孩子的情緒感受：「這一定很難受」

聽了這麼多，當然不可能什麼都不回應。首先，也最迫切的，就是回應孩子在這個困境中的情緒感受，像是：「我知道，你一定很難受吧！」「心裡很委屈吧！你一定很希望同學能理解你。」「你已經很努力了，結果卻還是如此，一定充滿無力感吧！」「光是坐在座位上，就一定感覺很煎熬吧！」用同理的態度說出孩子的情緒感受，讓孩子感受到被充分理解，進而建立起關係連結。「知道有人懂我」這個念頭，本身就能產生力量。

3. 詢問孩子的解決方案：「那麼，你打算怎麼辦」

接著，多問一句話：「那怎麼辦呢？」「接下來，你會怎麼做呢？」也就是，讓孩子自己說說他面對問題時的因應策略與想法。只是，許多大人在聽了孩子的解決方案後，便忍不住大肆批評：「這樣行不通啦！」「難怪你會一直被困住！」接著滔滔不絕地說起各種自以為高明的方法，往往令孩子更感挫敗。家長要做的，是理性地與孩子討論，他所提出的解決方案中的利弊得失，該如何落實，怎麼做會更好。有時候，在這樣的討論下，會迸出意想不到的火花。

4. 肯定孩子因應問題的過程：「你是怎麼做到的？」

當然，孩子也可能雙手一攤，告訴你：「我不知道！」或者回答：「問題不可能被解決的。」這時候，家長可別急著信心喊話。請帶著好奇詢問孩子：「你是怎麼撐下來的？」「即使壓力這麼大，你仍然願意去面對，你是怎麼做到的？」我們開始將回應的焦點，放在孩子因應問題的「過程」中（有別於「結果」，也就是，問題是否被成功解決了？）那些「不簡單」與「難得」之處，目的是在讓孩子見證自己因應問題的能力，同時，也傳達出一份信任：「我相信，你是做得到的！」這是在陪伴孩子因應挫敗時，最強大也最不容易做到的回應方式。但家長若願意透過一再地練習，便會發現，總有辦法給出孩子一些肯定：

肯定孩子沒有放棄。肯定孩子願意面對。肯定孩子的求助行為。肯定孩子的積極態度。

肯定孩子願意採取行動。肯定孩子想要解決問題的企圖。肯定孩子的體貼。肯定孩子的投入心思。

5. 感謝孩子的信任：「謝謝你願意告訴我。」

「謝謝你願意告訴我」是句充滿魔力的話語。當孩子願意開口把心事告訴父母，正代表著對父母的信任，否則他大可以自己悶著頭去面對困難就好，何必對大人示弱。所以我們需要先感謝孩子對我們的信任，讓孩子知道我們感到被在乎，覺得自己是重要的。尤其是面對那些常講「不知道」「沒差」「還好」或拒絕溝通的孩子，要重啟連結與對話的途徑之一，就是當孩子願意多表達一點時（就算是說「不知道」也好），立刻回以「謝謝你願意告訴我」這句話，往往會讓孩子願意與我們分享更多。

「發生了什麼事？」「你一定很難受吧！」「那麼，你打算怎麼辦呢？」「你是怎麼做到的？」「謝謝你願意告訴我！」時常表達這五句話，便能在陪伴孩子因應困境的過程中，讓孩子感受到來自父母滿滿的愛與支持，即使害怕與無力，也願意堅持下去。你學起來了嗎？

心理師的悄悄話

比起解決問題更重要的，是能「因應問題」。所謂因應問題，就是知道當前的困境並非一時半刻能夠移除，但仍有勇氣去面對，並能與困境共處，最終從中學習與成長，甚至超越困境。

轉載自陳志恆諮商心理師粉絲專頁

生命教育

繪本共讀：《我永遠愛你》

「我永遠愛你」的故事圍繞著一個男孩和一隻狗。他們一起享受恬靜時光，但是狗的生命短暫，男孩看著他的狗-阿雅-一天天的老去，卻無法幫什麼忙。他能做的只是忠實的陪伴在阿雅身旁，所幸的是，男孩每晚入睡時，總記得跟阿雅說一句「我永遠愛你」。這句「我永遠愛你」，不知道阿雅懂不懂，可是在阿雅走到生命盡頭時，這一句話卻是男孩在傷心之餘心中最大的安慰。阿雅帶著男孩的愛靜靜的去了，男孩也因為自己及時付出了愛，才有辦法接受阿雅的老與死，才能靜靜、勇敢的療傷。

小朋友，讀完《我永遠愛你》這本書後，你會跟小男孩說什麼來安慰他呢？



一年忠班

羅承尉：我可以送你一隻狗嗎？讓新的小狗來陪伴你。

陳信安：我可以跟你一起玩，陪伴著你。

簡廷濤：不要難過，我陪著你。

曾宏恩：不要哭，這樣小狗會難過，我會陪你。

邱貞瑜：沒關係，你有跟小狗說我永遠愛你了。

二年忠班

李子旭：不要哭了，我會陪著你。

陳書惟：不要哭了，我會跟你玩。

張佳榕：不要傷心了，我會永遠陪著你。

林詩凡：不要哭了，牠永遠活在你心裡。

林怡希：不要哭了，我會永遠陪著你。

李雨倩：你要開心一點，阿雅在你心裡。

李雅雯：不要哭了，我會跟你玩。

陳信至：不要哭了，我會永遠陪你玩。

林明郁：不要哭了，我可以陪你一起玩。

三年忠班



江長恩：不要哭，牠會和你在一起的。

李宥承：牠永遠都在你心裡。

蔡德軒：沒關係，你只要永遠記得牠，我相信牠也會永遠記得你。

楊峻程：牠永遠在你心裡。

許翔彥：你不要傷心難過了，雖然牠已經過世了，但是你也能做夢做到以前的回憶啊！

張峻璋：沒關係，牠永遠都在你心裡。

黃家璋：不哭，牠會活在你的心理。

林韋杉：不要難過，牠永遠活在你心裡。

許茗榮：不要傷心，要勇敢的活下去。

郭芃瑜：牠永遠活在你心裡。



藝文作品

幼兒園主題創作「美味營養餐盤」



藝文作品

一年忠班



運用水彩顏料暈染背景，再利用壓克力顏料描繪玉米的莖與葉子呈現出立體感，最後貼上彩色紙條交織出的彩色玉米粒。



藝文作品

二年忠班



藝文作品

三年忠班

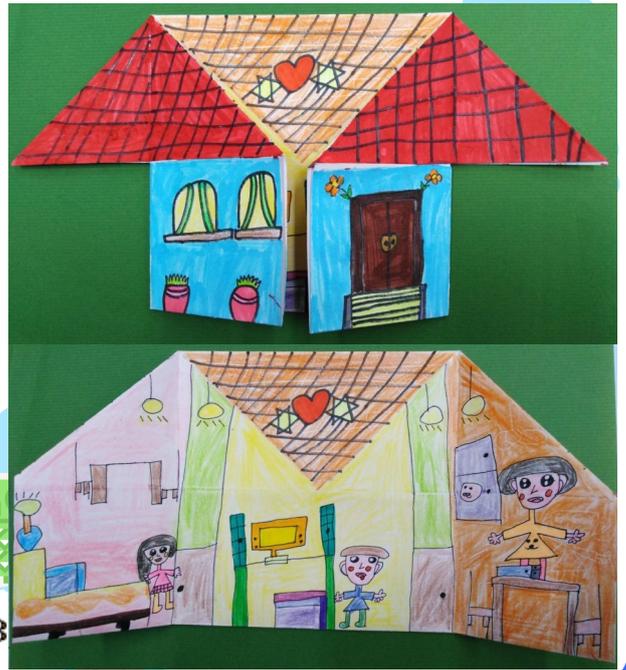


如果我有一支魔法棒 可以把我的家變成怎麼樣呢？家是孩子成長中的起點，透過美學教育引導讓孩子運用創意設計出心目中最想要住的房子，加入折紙的技能，讓學習融入生活，充實了孩子的學習經驗。

張峻璋



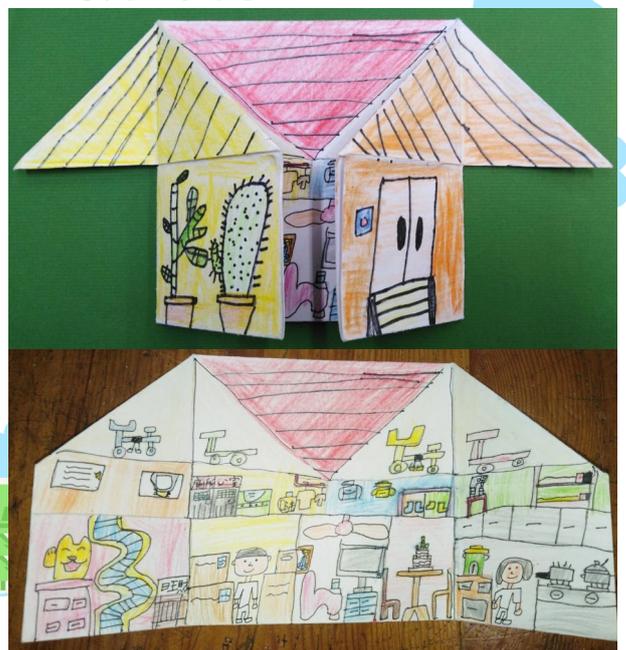
郭芃瑜



李宥承



楊駿程



生命教育

四年忠班主題創作：自然的生命轉換與再現之美

許軒倫 《大海》



「大海」離我家很近，所以我很喜歡海洋，在這片一望無際的海洋除了美麗之外，更可以讓我在这能輕鬆自在的游泳，好好享受與大海同在的時刻，此外更讓我體會到海洋也跟我一樣，是有生命的。

郭宥妤 《翱翔之鳥》



動物中我最喜歡鳥，因為在鳥的身上有著五彩繽紛的羽毛，使我看著看著也就感覺什麼煩惱也沒有了，由這活動讓我理解到，從每個動物的反應下，去認識到生命中也有許多美好的事物存在著。



楊祖恩 《草製屋》



房子原本都是木頭和草做的，因為我喜歡獨自一人小小空間，可以讓我盡情的釋放情緒。

侯嘉慰 《猴子》



在山林中的猴子會跑跑跳跳，而割一下樹木就會流出白色的汁液，彷彿是它的血。其實猴子和山林的樹都和人們一樣會呼吸，讓我感覺到生命的重要性，也讓我知道地球上的動植物，是與我們同在一起的。

何珮慈 《秋色山景》



因為這幅畫有運用到大自然的樹葉、樹根、種子來表現秋天林中的樹葉由綠轉黃，卻尚未自枝頭飄落，有種夏末秋初的感覺。希望在這作品的展現中，可以帶給大家了解到對大自然生命的可貴。



藝文作品

朱銘美術館

五年忠班 許心姿老師

朱銘美術館位於金山區，原本位是放置大型雕塑創作的地方，後來成立美術館。展示區域有美術館本館、太極廣場、人間廣場、遊客中心、室內展場、兒童美術區等，作品豐富。

以往都會覺得美術館給人很生硬、有距離的感覺，但朱銘美術館是可以讓大”鵬”友、小”鵬”友玩上一整天的美術館。朱銘老師成立這座美術館的用意是希望能開啓每位孩子心中藝術的種子，所以這座美術館的作品展出方式相當用心。朱銘美術館占地 11 甲，所有的作品位置都會依照地形來規劃，依山傍海的絕佳視野。

朱銘老師的創作非常多元化，喜歡將人生百態以及生活哲理注入到作品中，所以外表冷冰冰的作品都有震撼人心的元素，園區佔地相當廣，建議穿著舒適的鞋子一起進入朱銘老師的藝術殿堂

藉由專業導覽老師深入的解說，會更了解朱銘老師創作背後的意涵，這裡不僅開啓了孩子的創作種子，重新啓發我內心的創作欲望，這裡能找回自己純真的心，園區內不僅只有朱銘老師的藝術展示品，夏天還有開放戲水池，館內還有許多室內的互動體驗區，室內室外都有相當好玩的活動，所以，非常建議大家一定要報名導覽。

朱銘美術館參觀記

五忠 羅于真

今天是最期待的校外教學，我們前往位於新北市金山區的朱銘美術館，一到達美術館，我就看見遠方有一位導覽員緩緩朝我們走來，和善得導覽阿姨細心又風趣的介紹朱銘爺爺的作品。

朱銘爺爺的作品分為三大類：太極系列、人間系列和鄉土系列，導覽員阿姨帶領我們去瀏覽園區，一一的仔細介紹及解說，作品中讓我最有印象的是太極系列的—太極拱門，因為導覽員有演譯朱銘爺爺當時灑做此作品的概念，所以讓我印象深刻，除此之外，所謂好戲在後頭，最好玩的是最後的「偵探傘」，因為那是需要動頭腦的遊戲，當我解開密碼時我興奮的手舞足蹈，不但成功的完成了任務也獲得了精美的小獎品。

這次的活動我覺得很好玩，改變了我對美術館的印象，我以為所有的美術館都很無聊，可是，今天到了朱銘美術館一趟回來讓我了解不是所有的美術館都很生硬冰冷的，我非常推薦大家閒暇之餘不訪走一趟朱銘美術館，一定會讓你的生心靈都獲得滿滿的能量及收穫。

朱銘美術館參觀日

五忠 蔡雋博

今天是校外教學，我們到朱銘美術館，一進到館內我就聞道了藝術的味道，突然看到前方有一位面帶笑容很和善的阿姨向我們走來，原來，她就是我們今天的導覽員，她向我們介紹了許多關於朱銘爺爺的作品。

朱銘爺爺的創作分為三個系列，其中我印象最深刻的是—

太極拱門，它真的大得讓我目瞪口呆，很想在拱門面奔跑幾圈，但很可惜的是，由於現在不開放遊客進入展示區內，所以我們只好在拱門前，表演了太極拱門創作的概念，然後在前面拍照留念，欣賞完整個園區的作品後，我們就去吃飯了，吃飯時我邊想朱銘爺爺應該很辛苦，因為園區的佔地實在太大了，那麼多的作品，到底是花費了多少的心血及時間啊？

用完餐後，館方安排了一個有趣的遊戲，叫做”偵探傘”，我和同學一組，我們絞盡了腦汁，通過層層的關卡，終於破了關，也得到了館方送的小禮物，回學校的路程上我在想美術這麼會這麼好玩呢？跟我以前對美術館的印象完全不相同呢，以後有機會一定要請家人再帶我來。

藝文作品



朱銘美術館參觀記

五忠 李宸紘

我們到了朱銘美術館,之後,有一位導覽阿姨帶我們去參觀佔地非常大的戶外展示園區,首先導覽阿姨向我們大家介紹朱銘爺爺的作品分為三大系列,分別是太極系列,人間系列跟鄉土系列,對我來說印象最深刻的是太極系列,因為有很多不同的招式,不僅是一個人的還有雙人對打的。

導覽阿姨仔細的解說完所有朱銘爺爺的藝術創作之後大家都飢腸轆轆,肚子不禁的發出咕嚕咕嚕的聲音,於是我們大家興高彩烈的往用餐區吃飯啦!

用完餐之後劉老師就帶我們去玩”偵探傘”,大夥兒分完組後,就迫不及待的一起用衝去科學園區找答案,傘上的數字是 01、12 剩一個數字就是 2 了我們馬上就回去服務台跟阿姨講答案,我就說是 2,阿姨就給了我一個小禮物。

回程的路上,我在想朱銘爺爺應該很辛苦,付出了很多的心血才完成了這園區內的展品,所以我下次要叫家人帶我來朱銘美術館,換我當一位小小導覽員向他們介紹園區內的展品。

朱銘美術館參觀記

五忠 張祐庭

今天戶外教學,我們去金山朱銘美術館,我一走進朱銘美術館,一陣微風吹來,啊!是藝術的味道!和善的導覽阿姨細心的介紹著朱銘爺爺的三大系列作品,這裡的作品有三大系列:人間、太極和鄉土。她帶著我們走遍整個園區,所有的作品全部導覽完畢,我們就去用餐了,中餐是享用美味的便當。

接著我們去做”海綿人”大家手忙腳亂,發揮創意做出了屬於自己獨一無二的創作藝術品,接著我們就去尋寶了。還好最後有同學的幫忙,我才能完成任務,拿到禮物!

今天的戶外教學我覺得很好玩,可以讓我更了解朱銘爺爺的藝術創作的構思,其中我最喜歡的是太極拱門,因為我覺得它活靈活現的呈現打太極所產生的氣流場景,把太極的氣流呈現得栩栩如生,朱銘美術館很適合一家大小一起來來欣賞和遊玩,所以有空時,不妨到朱銘美術館來走走唷!



藝文作品

最好的禮物

六忠簡福麟

在我十歲生日那年，我穿上爸媽送給我的滑板鞋，跟著爸媽去到家外面玩，當時的我既開心又興奮！我滑了一小段路，突然，腳下一滑，整個人跌坐在地上，膝蓋流出血，我不由自主的大哭了起來，並且把手伸向媽媽，希望他扶我起來。可是，媽媽沒有扶我，不管我怎麼哭，她都不理我，最後我只好自己站起來。

我試著把腿伸直然後爬起來，可是因為太痛了，所以站不太起來，於是我慢慢用手撐著地，一點一點用那條受傷的腿站起來，當時我痛到冷汗一直往下流。到了最後，我終於站了起來，當然，我也迅速的伸開雙臂，努力保持平衡，就怕在站起來的同時，我再度滑倒。我站起來了！不過我不敢掉以輕心，立刻抓住爸媽的手，回家。

現在回想起來，我真該感謝爸爸媽媽，在我生日那天，送我一份珍貴的大禮，那就是~勇敢和堅強。



最好的禮物

六忠游凱升

很多人都收過禮物吧？沒錯！但收了過多的禮物後，你會不會對<收禮物>這件事產生厭倦呢？

我就收過很多禮物，但我覺得，任何禮物都比不上爸爸媽媽在我們一生下來贈予我們的禮物來得好！他們贈予我們生命、贈予我們一雙眼睛，讓我們可以看見這充滿著快樂的世界；贈予我們一雙腿，讓我們可以在這寬廣的世界上奔跑。

小時候，當我們做錯事，爸爸媽媽都會原諒你。但是，長大了，爸爸媽媽就不會再慣著你。或許，他們會真的狠下心來打你一下，但他們不會用別的東西打你，他們會用自己的手，因為那樣，你多痛他們就有多痛！打的時候，表面上他們會假裝很鎮定，但是看到你流下眼淚時，他們的心就如同針扎一般，刺著自己的心！這就是我們的爸爸媽媽…

我的爸爸媽媽有時候會說我是一個笨小孩，但不管他們怎麼說，我都知道他們是愛我的。所以，在未來的日子裡，我也會牽著爸爸媽媽的手，永遠不放開，因為我像他們愛我一樣，深愛著他們。

徵稿啟事：

親師橋是親師生溝通的橋樑，為讓家長也能共同參與，歡迎各位踴躍投稿。內容不管是生活分享、育兒撇步、閱讀心得或是親子教養都可以喔！

125 期徵稿日期：109.03.10

繳交方式：請將您的文章以電子檔方式 mail 至洪靜雯老師信箱 s8631034@gmail.com 或請孩子轉交紙本。

學校各項活動照片
放置在大鵬國小
FB 粉絲專頁，掃
描 QRcode 即可連
結。



新北市萬里區大鵬國民...

親師橋回饋問卷

<https://forms.gle/PRUxZUnzFNRzLg8i6>