



輔導期刊

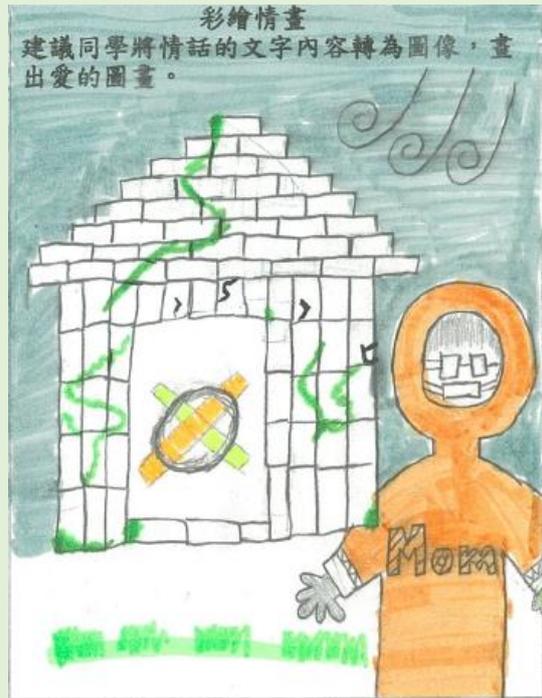


新北市三重區永福國小

第 109 期



302 何崇宥



609 葉秀軒



208 何灝莢



本期主題

愛家行動

發行人：蔡明貴

主編：朱桂芳

顧問：賴文遠、王義成、鄭博元

執行編輯：顏嘉慧、劉雅玲、劉錦蓉、侯雅齡

出版日期：2023年6月

出版者：新北市三重區永福國小

永福人輔導期刊目錄

第 109 期

永福五大願景：活力、自信、有夢、創意、尊重

願景	議題	主題	撰稿編輯	頁碼
活力	家庭教育	我的愛家行動【學生徵稿】	永福人編輯群	1
	感恩教育	1-2 年級 3-4 年級 5-6 年級	1-6 年級學生	
	戶外教育	遠足趣~鄉土踏查【學生徵稿】	永福人編輯群	34
鄉土教育	1 年級 5 年級 6 年級	1.5.6 年級學生		
自信	環境教育	國際教育&多元文化【活動花絮】	顏嘉慧	49
	生命教育		資料組長	
自信	家庭教育	善用阿德勒 4C，維持關係 SO EASY	劉佳綾	54
	學生輔導		專輔老師	
有夢	情緒教育	六年回顧之畢業回憶【學生徵稿】	永福人編輯群	57
	生命教育		6 年級學生	
	學生輔導	正向教養煉金術	陳盈帆	63
家庭教育		專輔老師		
創意	家庭教育	感恩有您~108 期家長回饋	全校家長	67
	生命教育	【家長參與講座照片】		
創意	資訊教育	隨手就可以閱讀	林純青	74
	閱讀素養		課研組長	
尊重	情感教育	淺談校園中的人際關係	賴嫻婷	81
	學生輔導		生教組長	
點選文章標題，可快速觀賞內文				

本期主題

愛家行動



新北市三重區永福國小

我的愛家行動【低年級徵稿】

永福人 編輯群

低年級學生、家長

四月份，永福國小辦理「慈孝感恩」活動，透過班級導師指導學生進行「愛家行動九宮格」，藉由孩子的具體行動，讓平常付出與服務的家人感受到孩子們的愛，也期許永福的孩子們能培養感恩家人、為家人服務的好習慣。我們一起來欣賞可愛的孩子認真完成的作品。

這是我愛的媽媽



這是我愛的爸爸



10818 林好桐

感恩話語：

媽媽：謝謝媽媽每天上班，買東西給我們，謝謝您！辛苦了！

爸爸：我的爸爸像超人，每天帶我去上學。我愛爸爸，您辛苦了。

家長的貼心話：

寶貝桐，媽媽希望你認真讀書，好好長大，當個有禮貌的小孩，我們都很愛你。



愛家行動學習單

2年2班座號: 18 姓名: 林淑辰

讓感恩及服務成為我們的好習慣，一起用愛的行動來祝福及感謝身邊所有的人。請用心完成下列「愛家行動九宮格」，並請家長簽名見證囉！

1. 愛的抱抱 家長簽名: 林淑辰	2. 捶背+按摩 家長簽名: 林淑辰	3. 說家人的優點 家長簽名: 林淑辰
4. 獻唱一首歌 歌名: 踏山河 家長簽名: 林淑辰	5. 說感恩的話 家長簽名: 邱淑燕	6. 分享一件趣事 家長簽名: 林淑辰
7. 家事分擔 內容: 收衣服 家長簽名: 林淑辰	8. 家事分擔 內容: 折衣服 家長簽名: 林淑辰	9. 創意感恩行動 內容: (說故事)

愛家行動學習單

2年5班座號: 191 姓名: 杜青璇

讓感恩及服務成為我們的好習慣，一起用愛的行動來祝福及感謝身邊所有的人。請用心完成下列「愛家行動九宮格」，並請家長簽名見證囉！

1. 愛的抱抱 家長簽名: (手)	2. 捶背+按摩 家長簽名: (手)	3. 說家人的優點 家長簽名: (手)
4. 獻唱一首歌 歌名: (小城夏天) 家長簽名: (手)	5. 說感恩的話 家長簽名: (手)	6. 分享一件趣事 家長簽名: (手)
7. 家事分擔 內容: (聽語音) 家長簽名: (手)	8. 家事分擔 內容: (折衣服) 家長簽名: (手)	9. 創意感恩行動 內容: (做可愛搞笑動作) 家長簽名: (手)



10105 葉宥騏

感恩話語:

媽媽:謝謝您每天照顧我和妹妹,天天煮好吃的飯菜,陪著我們成長。

爸爸:謝謝您認真賺錢,讓我們買各種東西。

家長的貼心話:

謝謝懂事的宥騏,都會在媽媽忙碌時陪妹妹玩,教她功課,也會帶著妹妹收玩具,把自己的份內事做得很好,是媽媽最棒的小幫手喔!



10120 賴佑倪

感恩話語：

媽媽、奶奶：謝謝奶奶每次都帶我去洗頭。謝謝媽媽每次帶我去吃好料。

爸爸、爺爺：謝謝爺爺每次帶我去公園玩。謝謝爸爸次帶我去散步。

家長的貼心話：

親愛的佑倪，很開心妳來到我們身邊當我們的家人，生活中因為有你而感到歡樂。謝謝妳時常當家事小幫手和照顧妹妹，有妳貼心的幫助真的很棒唷！



愛家行動學習單

一年 9 班 座號：15 姓名：葉雲非

讓感恩及服務成為我們的好習慣，一起用愛的行動來祝福及感謝身邊所有的人。請用心完成下列「愛家行動九九宮格」，並請家長簽名見證囉！

1. 愛的抱抱 家長簽名：葉雲非	2. 捶背按摩 家長簽名：葉雲非	3. 說家人優點 家長簽名：葉雲非
4. 獻唱一首歌 歌名：() 家長簽名：葉雲非	5. 說感恩話 家長簽名：葉雲非	6. 分享一件趣事 家長簽名：葉雲非
7. 家事分工 內容：() 家長簽名：葉雲非	8. 家事分工 內容：() 家長簽名：葉雲非	9. 創意感恩行動 內容：() 家長簽名：葉雲非

愛家行動學習單

一年 一 班 座號：5 姓名：葉智騏

讓感恩及服務成為我們的好習慣，一起用愛的行動來祝福及感謝身邊所有的人。請用心完成下列「愛家行動九九宮格」，並請家長簽名見證囉！

1. 愛的抱抱 家長簽名：沈進尼	2. 捶背按摩 家長簽名：沈進尼	3. 說家人優點 家長簽名：沈進尼
4. 獻唱一首歌 歌名：() 家長簽名：沈進尼	5. 說感恩話 家長簽名：沈進尼	6. 分享一件趣事 家長簽名：沈進尼
7. 家事分工 內容：() 家長簽名：沈進尼	8. 家事分工 內容：() 家長簽名：沈進尼	9. 創意感恩行動 內容：() 家長簽名：沈進尼

這是我媽媽



這是我爸爸



10724 蕭兆宣

感恩話語：

媽媽：謝謝您每天照顧我、陪我玩、教我寫功課、帶我去上學和接我放學。

爸爸：謝謝您每天賺錢養我們，照顧我們，還把家打掃這麼乾淨。

家長的貼心話：

你要一直健健康康的長大唷！媽媽愛你！

愛家行動學習單
 一年一班座號：20 姓名：賴佑倪

讓感恩及服務成為我們的好習慣，一起用愛的行動來祝福及感謝身邊所有的人。請用心完成下列「愛家行動九宮格」，並請家長簽名見證囉！

1. 愛的抱抱 家長簽名：林靚鏡 賴亨碩	2. 捶背按摩 家長簽名：林靚鏡 賴亨碩	3. 說家人的優點 家長簽名：陳琳芸 林靚鏡
4. 獻唱一首歌 歌名：(有去A) 家長簽名：林靚鏡	5. 說感恩話 家長簽名：林靚鏡 賴亨碩	6. 分享一件趣事 家長簽名：林靚鏡
7. 家事分擔 內容：(桌子) 家長簽名：林靚鏡	8. 家事分擔 內容：(毛巾) 家長簽名：林靚鏡	9. 創意感恩行動 內容：(平安喜) 家長簽名：林靚鏡

愛家行動學習單
 一年三班座號：27 姓名：張維忠

讓感恩及服務成為我們的好習慣，一起用愛的行動來祝福及感謝身邊所有的人。請用心完成下列「愛家行動九宮格」，並請家長簽名見證囉！

1. 愛的抱抱 家長簽名：有維忠	2. 捶背按摩 家長簽名：張維忠	3. 說家人的優點 家長簽名：有維忠
4. 獻唱一首歌 歌名：(小王) 家長簽名：有維忠	5. 說感恩話 家長簽名：有維忠	6. 分享一件趣事 家長簽名：張維忠
7. 家事分擔 內容：(洗水果) 家長簽名：張維忠	8. 家事分擔 內容：(吸地) 家長簽名：張維忠	9. 創意感恩行動 內容：(平安喜) 家長簽名：張維忠

這是「我的爸爸」 正在



這是「我的爸爸」 正在



10701 陳宣宇

感恩話語：

爺爺：謝謝您每天都會準時接我放學。

奶奶：謝謝奶奶每天都教我功課怎麼寫才

對。

家長的貼心話：

我的孫子是個好孩子，雖然有點不專

心，但很聽話。

愛家行動學習單

2 年 8 班 座號：23 姓名：何韻茵

讓感恩及服務成為我們的好習慣，一起用愛的行動來祝福及感謝身邊所有的人。請用心完成下列「愛家行動九宮格」，並請家長簽名見證囉！

1. 愛的抱抱 家長簽名：林	2. 捶背按摩 家長簽名：林	3. 說家人的優點 家長簽名：林
4. 獻唱一首歌 歌名：(為我勇敢做媽媽) 家長簽名：林	5. 說感恩話 家長簽名：林	6. 分享一件趣事 家長簽名：林
7. 家事分擔 內容：(桌子, 垃圾桶) 家長簽名：林	8. 家事分擔 內容：(洗衣服, 送衣服) 家長簽名：林	9. 創意感恩行動 內容：(一張畫) 家長簽名：林

愛家行動學習單

1 年 5 班 座號：21 姓名：張品安

讓感恩及服務成為我們的好習慣，一起用愛的行動來祝福及感謝身邊所有的人。請用心完成下列「愛家行動九宮格」，並請家長簽名見證囉！

1. 愛的抱抱 家長簽名：張	2. 捶背按摩 家長簽名：張	3. 說家人的優點 家長簽名：張
4. 獻唱一首歌 歌名：(小兒歌) 家長簽名：張	5. 說感恩話 家長簽名：張	6. 分享一件趣事 家長簽名：張
7. 家事分擔 內容：(桌子) 家長簽名：張	8. 家事分擔 內容：(收拾) 家長簽名：張	9. 創意感恩行動 內容：(未加工) 家長簽名：張



10915 葉芸菲

感恩話語:

媽媽:謝謝媽媽煮飯給我們吃、辛苦洗衣服,還有做早餐給我吃、接我們回家和叫我起床。

爸爸:謝謝爸爸努力工作,我們才能出去玩。

家長的貼心話:

親愛的寶貝,媽媽很開心,在小一下學期,妳的自律和學習能夠漸入佳境!未來學習的道路還很漫長,希望妳能不計較輸贏得失,凡事盡力,一天比一天進步就好;不要害怕面對困難,媽媽永遠在妳身邊支持妳,愛妳!



親子談心互動區

※學生填寫：畫下兩位你要感謝的家長人，並寫下你要感謝他們的內容。

<p>這是我爸爸</p>	<p>感恩的話語：</p>
<p>這是我媽媽</p>	<p>感恩的話語：</p>

106 陳滂琳

家長的貼心話：

滂，請勇敢嘗試新事物，發揮妳的創造力和想像力，與人相處要尊重他人、關心他人。學習之路是漫長的，相信妳會愈來愈好。



點我回目錄





20218 林佩辰

感恩話語:

阿嬤:謝謝阿嬤每天煮好吃又豐富的晚餐給我們吃,有空心菜、蝦子還有肉,配著又香又甜的紅茶,真是人間美味。

姑姑:謝謝姑姑會問我想要什麼,就會買給我;如果我頭髮變長,就免費幫我剪頭髮,也會把我的頭髮洗乾淨。

家長的貼心話:佩辰個性活潑,笑口常開,是家裡的開心果,有妳在的地方常常充滿歡笑,願妳臉上總是充滿笑容。

20306 張家偉

感恩話語:

媽媽:媽媽,我愛您。謝謝您把我養得這麼大,但是您離婚之後,我好想您,希望您可以和好。

爸爸:謝謝您帶我去看醫生,如果您沒有帶我去的話,我的病就治不好。

家長的貼心話:

歡迎來到地球這個遊樂場,這個世界很大很大,這個旅程上有歡笑,也會有悲傷,但當你活在當下,珍惜身邊所擁有,時刻感恩,便會發現很多幸福!



20417 李芊璇

感恩話語:

媽媽:謝謝您每天辛苦的照顧我,幫我準備三餐,用心的陪伴我、讓我渡過美好的時光。

爸爸:謝謝您每天辛苦的賺錢,常常帶我出去玩,讓我快樂的成長。

家長的貼心話:謝謝我的寶貝,每天帶給我驚喜與快樂,願你平安快樂、健康成長。



20418 白滢若

感恩話語:

大阿姨:您就像我真正的媽媽一樣,從我一出生,都是您在照顧我,我很感謝您的照顧哦!

大姨丈:謝謝您在我剛出生時,就請假帶我跟大阿姨一起出去玩,我非常謝謝您跟大阿姨一起陪伴我哦!

家長的貼心話:妳是一個貼心又懂事的小孩,所以我們不得不愛妳哦!





20424 黃旼熏

感恩話語:

媽媽:謝謝您每天辛苦的照顧我、幫我準備學用品,用心的陪伴我,讓我快樂的長大。

爸爸:謝謝您每天辛苦的賺錢、讓我安心的成長。

家長的貼心話:

旼熏寶貝,平安開心、快樂在學校學習喔!貼心的女兒,希望你快樂、健康地成長喔!

20617 郭芝岑

感恩話語:

媽媽:謝謝媽媽每天辛苦的上班,每天幫我簽名,希望您可以當個最幸福的女人。

阿嬤:感謝阿嬤每天做出美味的食物、幫弟弟洗澡,什麼事都幫我們做,真的非常謝謝您!

家長的貼心話:

親愛的芝岑,希望你平安健康、快樂的長大,做一個性格美好、受人喜歡的孩子,媽媽愛妳。

親子談心互動區

※學生填寫：畫下兩位你要感謝的家長人員，並寫下你要感謝他們的內容。

<p>這是我媽媽</p> 	<p>感恩的話語：我有一個溫柔細心的媽媽，含辛茹苦撫養我們長大，我想在這裡和媽媽表達「我愛媽媽」，祝媽媽健康康、平平安安。</p>
<p>這是我爸爸</p> 	<p>感恩的話語：謝謝爸爸不辭辛勞的努力工作，扛下家計，讓我們過著不愁吃穿的生活，謝謝爸爸的付出。</p>

家長的貼心話：

謝謝寶貝為爸爸、媽媽做了很多貼心、暖心的舉動，我們也很開心擁有這麼可愛乖巧的小甜心，謝謝妳在母親節給我和爸爸這麼棒的禮物和祝福。



愛家行動學習單

二年四班 座號：24 姓名：黃啟薰

讓感恩及服務成為我們的好習慣，一起用愛的行動來祝福及感謝身邊所有的人。請用心完成下列「愛家行動九九宮格」，並請家長簽名見證囉！

1. 愛的抱抱 家長簽名：周偉如	2. 捶背+按摩 家長簽名：周偉如	3. 說家人的優點 家長簽名：周偉如
4. 獻唱一首歌 歌名：(我們一起學貓叫) 家長簽名：周偉如	5. 說感恩的話 家長簽名：周偉如	6. 分享一件趣事 家長簽名：周偉如
7. 家事分工擔負 內容：(曬衣服) 家長簽名：周偉如	8. 家事分工擔負 內容：(掃地) 家長簽名：周偉如	9. 創意感恩行動 內容：(幫媽媽陪拉下) 家長簽名：周偉如

愛家行動學習單

二年六班 座號：19 姓名：鄧子紋

讓感恩及服務成為我們的好習慣，一起用愛的行動來祝福及感謝身邊所有的人。請用心完成下列「愛家行動九九宮格」，並請家長簽名見證囉！

1. 愛的抱抱 家長簽名：鄧子紋	2. 捶背+按摩 家長簽名：鄧子紋	3. 說家人的優點 家長簽名：鄧子紋
4. 獻唱一首歌 歌名：(感謝) 家長簽名：鄧子紋	5. 說感恩的話 家長簽名：鄧子紋	6. 分享一件趣事 家長簽名：鄧子紋
7. 家事分工擔負 內容：(疊衣服) 家長簽名：鄧子紋	8. 家事分工擔負 內容：(擦桌子) 家長簽名：鄧子紋	9. 創意感恩行動 內容：(感謝卡) 家長簽名：鄧子紋

親子談心互動區

※學生填寫：畫下兩位你要感謝的家長人，並寫下你要感謝他們的内容。

<p>這是我媽的!</p> 	<p>感恩的話語:</p> <p>謝謝媽媽給我 我吃得又 美味謝謝媽媽的 陪伴當我到 會一直愛我 您讓我覺得好</p>
<p>這是我爸爸的!</p> 	<p>感恩的話語:</p> <p>謝謝爸爸幫我 風 接我上下學 謝謝您帶我 們出去玩 吃美食有您 的愛 讓我覺得快 樂又安心 我愛您!</p>

家長的貼心話:

謝謝孩子的陪伴，有你在的地方，都是美好的回憶！愛妳。



點我回目錄



我的愛家行動【中年級徵稿】

永福人 編輯群
低年級學生、家長

四月份，永福國小辦理「慈孝感恩」活動，透過班級導師指導中、高年級學生進行「愛的語言五項任務」，藉由肯定家人的話語、服務家人的行動、製作精心的禮物、交心的陪伴時刻與身體的接觸，讓平常付出與服務的家人感受到孩子們的愛，也期許永福的孩子們能培養感恩家人、為家人服務的好習慣。我們一起來欣賞这群懂事的孩子用心完成的作品。

309 武思好

304 陳柔芊

愛家行動學習單 3年9班 座號: 26 姓名: 武思好

愛的語言	1	2	3	4	5
項目	肯定的話語	服務的行動	精心的禮物	交心的時刻	身體的接觸
簽名蓋章					

- 第一種：**肯定的話語**：請親自對照顧你的家人說出你對他（們）的感謝，並且說出家人的優點來讚美你的家人。
- 第二種：**服務的行動**：學生在家中協助做家事，如：掃地、摺衣服、擦桌子、倒垃圾等，分擔家務。
- 第三種：**精心的禮物**：請設計一個小活動或製作一份小禮物、小卡片來表達對長輩的感謝。
- 第四種：**交心的時刻**：找個時間，讓親子可以一起進行一項活動，如一起閱讀、遊戲、談心或運動。
- 第五種：**身體的接觸**：給長輩一個充滿愛及溫暖的擁抱，並跟他（們）說：「我愛您！」。

給您的情話(學生部分)
建議同學將心中想對長輩表達的感謝話語，結合想像力，使用譬喻法，將平常的溫馨互動，具體描述出來。
例如：您像口罩，為我們擋下有害的細菌和病毒，避開了可怕的事物，給我們滿滿的安全感。

親愛的 爸爸，我想對您說：
謝謝您像高山一樣守護我，讓我平安健康長大也像我燈塔一樣指引我方向，讓我知道自己該做什麼事更像我朋友一樣陪伴我，和我談心，給我滿滿的鼓勵和信心，謝謝爸爸每天用心照顧我！

彩繪情畫
建議同學將情話的文字內容轉為圖像，畫出愛的圖畫。

家長回饋
親愛的孩子，我想對你說：
繼續加油努力喔！寶貝，妳是最棒的～～加油！加油！

愛家行動學習單 3年4班 座號: 22 姓名: 陳柔芊

愛的語言	1	2	3	4	5
項目	肯定的話語	服務的行動	精心的禮物	交心的時刻	身體的接觸
簽名蓋章					

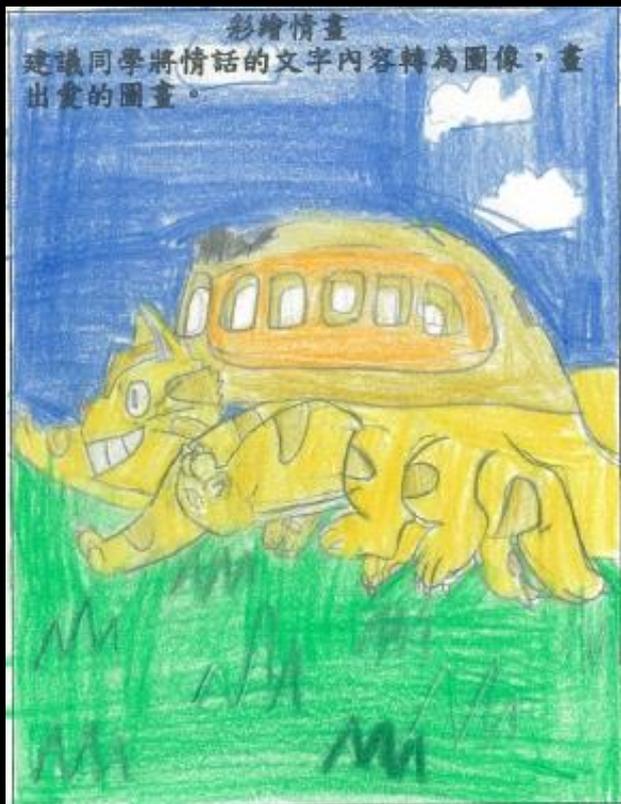
- 第一種：**肯定的話語**：請親自對照顧你的家人說出你對他（們）的感謝，並且說出家人的優點來讚美你的家人。
- 第二種：**服務的行動**：學生在家中協助做家事，如：掃地、摺衣服、擦桌子、倒垃圾等，分擔家務。
- 第三種：**精心的禮物**：請設計一個小活動或製作一份小禮物、小卡片來表達對長輩的感謝。
- 第四種：**交心的時刻**：找個時間，讓親子可以一起進行一項活動，如一起閱讀、遊戲、談心或運動。
- 第五種：**身體的接觸**：給長輩一個充滿愛及溫暖的擁抱，並跟他（們）說：「我愛您！」。

給您的情話(學生部分)
建議同學將心中想對長輩表達的感謝話語，結合想像力，使用譬喻法，將平常的溫馨互動，具體描述出來。
例如：您像口罩，為我們擋下有害的細菌和病毒，避開了可怕的事物，給我們滿滿的安全感。

親愛的 媽媽，我想對您說：
我覺得您的飯很好吃，我想要每天都吃您煮的飯，您就像全家的天使守護我們全家人，讓我們健康康康的長大，您讓我們衣食無缺，每天都帶我們去上學，每天晚上都在打掃家裡，媽媽媽媽我要謝謝您！

彩繪情畫
建議同學將情話的文字內容轉為圖像，畫出愛的圖畫。

家長回饋
親愛的孩子，我想對你說：
要好好保護自己平平安安長大，對自己的行為負責，變成有責任感的大人哦！



302 何崇宥

親愛的爸爸，我想對您說：

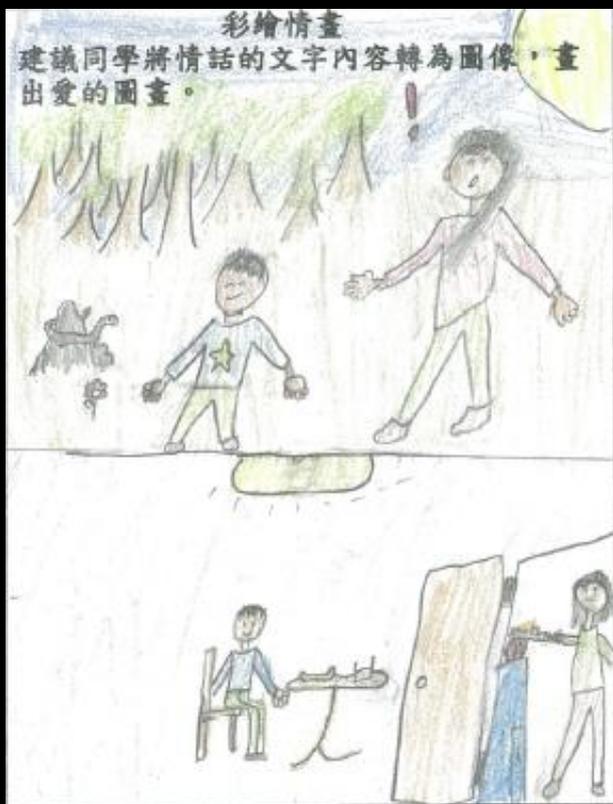
您就像我們家專屬的龍貓公車，帶著我們到處遊玩，增長見聞，讓我有一個美好的童年。

親愛的孩子，我想對你說：

你是一個溫暖且善良的孩子，遇到同學有困難，你會勇敢的出手相助，還會貼心的安慰他，希望你能夠一直保持下去！



303 黃品勛



親愛的媽媽，我想對您說：

我覺得您像我的天使，守護著我的生命，擋住危害，不讓我受傷，還會帶我去運動，為我付出了很多心思。謝謝您，我愛您。

親愛的孩子，我想對你說：

寶貝一號，謝謝你給媽媽滿滿的愛，祝福你平平安安，身強體壯，帶著善良的心實現自己的夢想。



303 翁晴玟

親愛的媽媽，我想對您說：

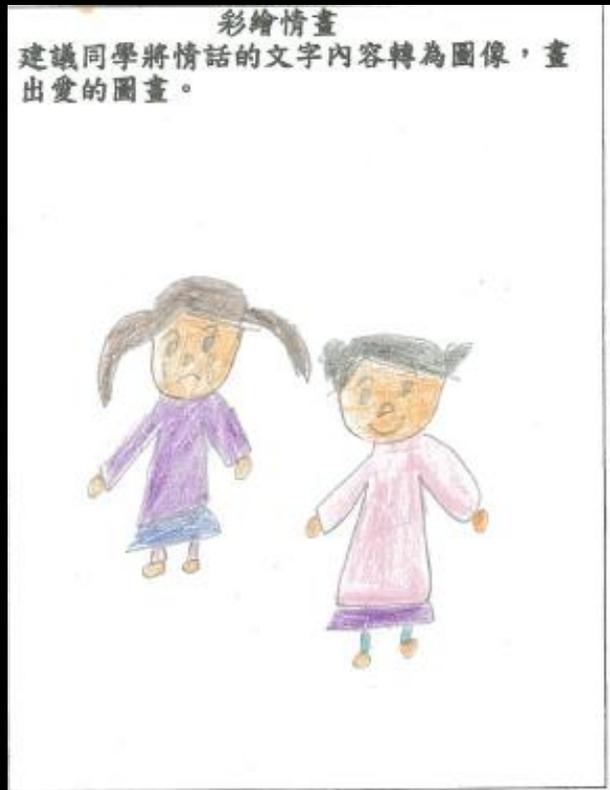
我和哥哥有時會讓您生氣，真的很對不起。為我們買東西時，您都沒為自己買；您很少陪我們玩，無法陪在我們身邊，我知道因為您要上班。但是，我們還是很愛您，祝您身體健康。

親愛的孩子，我想對你說：

親愛的寶貝，媽媽雖然忙工作，沒有太多時間陪你們，但是媽媽還是很愛你們的。只要一有時間，媽媽還是會陪你們玩喔。



304 李欣霓



親愛的媽媽，我想對您說：

謝謝您這些年以來的照顧，我覺得您就像我們家的避風港，讓我們不會被起欺侮，也不會受委屈。最重要的是，如果我有什麼功課不會，你都會教我或查資料。如果我的眼鏡度數上升的時候，您都會嚴肅的跟我說：「你的近視度數這麼高，不能看手機。」我覺得您是最棒的媽媽，謝謝您。

親愛的孩子，我想對你說：

你永遠都是媽媽的寶貝，我會一輩子當你的避風港。你很棒，知道媽媽對你都是用心良苦，你真的很懂事，媽媽也謝謝你。

304 吳歆詠



親愛的媽媽，我想對您說：

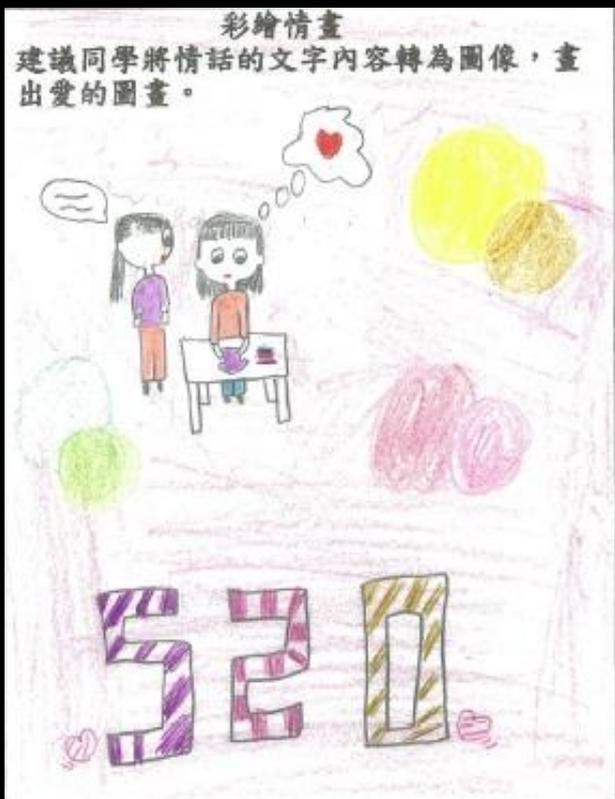
您就像一條溫暖的棉被一樣，讓我們全家溫暖。您每天辛苦工作的樣子，我都記得清清楚楚。自我出生以來，第一個看到的人就是您，謝謝您為我們付出那麼多辛勞，我愛您！

親愛的孩子，我想對你說：

歆詠，妳是一個貼心善良的孩子，媽媽很幸運能有妳當我的女兒，希望妳能開心健康的長大。我愛妳。



306 周庭榆



親愛的媽媽，我想對您說：

您像老師，每天教我們新的事物，用更好的方法解決生活中的大小問題。我真的很愛您。！

親愛的孩子，我想對你說：

勇敢接受挑戰，用心感受每天發生的新事物，當一個快樂的人！



307 吳丞涵

親愛的媽媽，我想對您說：

謝謝您把我們養育長大，教導我和弟弟許多大大小小的事情。您每天幫我綁頭髮，幫我們檢查每天的功課，謝謝您，您辛苦了，祝您和爸爸平安健康。

親愛的孩子，我想對你說：

丞涵，爸爸媽媽希望你能盡力去學習學校所教導你的一切，體會在學校的樂趣，保護自己，平安健康。



310 江文廷

親愛的媽媽，我想對您說：

您養育我長大，我會陪您變老。您是世界上最關心我的人，您也是世界上我最愛的人。媽媽，您辛苦了。

親愛的孩子，我想對你說：

文廷，在學校裡不要和別人打架，努力學習，快樂成長，做一個德、智、體全面發展的好學生，加油。

我的愛家行動【4年級徵稿】

愛的語言五項任務：藉由肯定家人的話語、服務家人的行動、製作精心的禮物、交心的陪伴時刻與身體的接觸，期許永福的孩子們能培養感恩家人、為家人服務的好習慣。

愛家行動學習單 4年7班 座號：3 姓名：林裕淮

愛的語言	1	2	3	4	5
項目	肯定的話語	服務的行動	精心的禮物	交心的時刻	身體的接觸
簽名蓋章	林振銘	林振銘	林振銘	林振銘	林振銘

- 第一種：肯定的話語：請親自對照顧你的家人說出你對他（們）的感謝，並且說出家人的優點來讚美你的家人。
- 第二種：服務的行動：學生在家中協助做家事，如：掃地、摺衣服、擦桌子、倒垃圾等，分擔家務。
- 第三種：精心的禮物：請設計一個小活動或製作一份小禮物、小卡片來表達對長輩的感謝。
- 第四種：交心的時刻：找個時間，讓親子可以一起進行一項活動，如一起閱讀、遊戲、談心或運動。
- 第五種：身體的接觸：給長輩一個充滿愛及溫暖的擁抱，並跟他（們）說：「我愛您！」

406 鍾宛嬛

411 葉晏禎

愛家行動學習單 4年6班 座號：20 姓名：鍾宛嬛

愛的語言	1	2	3	4	5
項目	肯定的話語	服務的行動	精心的禮物	交心的時刻	身體的接觸
簽名蓋章	鍾	鍾	鍾	鍾	鍾

- 第一種：肯定的話語：請親自對照顧你的家人說出你對他（們）的感謝，並且說出家人的優點來讚美你的家人。
- 第二種：服務的行動：學生在家中協助做家事，如：掃地、摺衣服、擦桌子、倒垃圾等，分擔家務。
- 第三種：精心的禮物：請設計一個小活動或製作一份小禮物、小卡片來表達對長輩的感謝。
- 第四種：交心的時刻：找個時間，讓親子可以一起進行一項活動，如一起閱讀、遊戲、談心或運動。
- 第五種：身體的接觸：給長輩一個充滿愛及溫暖的擁抱，並跟他（們）說：「我愛您！」

給您的情話(學生部分)

建議同學將心中想對長輩表達的感謝話語，結合想像力，使用譬喻法，將平常的溫馨互動，具體描述出來。

例如：您像口罩，為我們擋下有害的細菌和病毒，避開了可怕的事物，給我們滿滿的安全感。

親愛的媽媽，我想對您說：
您就像山，是全家頂大的靠山。
您也像太陽般的溫暖給我們對等的熱情與愛。為我們做家事，您就像
是家裡的天使，溫柔、美麗為家
努力！

彩繪情畫

建議同學將情話的文字內容轉為圖像，畫出愛的圖畫。



家長回饋

親愛的孩子，我想對你說：
宛嬛妳總是不讓媽媽操心，是個體貼的孩子。
我愛妳♡啾咪♡沙朗嘿啾♡

愛家行動學習單 4年11班 座號：17 姓名：葉晏禎

愛的語言	1	2	3	4	5
項目	肯定的話語	服務的行動	精心的禮物	交心的時刻	身體的接觸
簽名蓋章	葉	葉	葉	葉	葉

- 第一種：肯定的話語：請親自對照顧你的家人說出你對他（們）的感謝，並且說出家人的優點來讚美你的家人。
- 第二種：服務的行動：學生在家中協助做家事，如：掃地、摺衣服、擦桌子、倒垃圾等，分擔家務。
- 第三種：精心的禮物：請設計一個小活動或製作一份小禮物、小卡片來表達對長輩的感謝。
- 第四種：交心的時刻：找個時間，讓親子可以一起進行一項活動，如一起閱讀、遊戲、談心或運動。
- 第五種：身體的接觸：給長輩一個充滿愛及溫暖的擁抱，並跟他（們）說：「我愛您！」

給您的情話(學生部分)

建議同學將心中想對長輩表達的感謝話語，結合想像力，使用譬喻法，將平常的溫馨互動，具體描述出來。

例如：您像口罩，為我們擋下有害的細菌和病毒，避開了可怕的事物，給我們滿滿的安全感。

親愛的媽媽，我想對您說：
您就像我們的OK繃，當我難過時會任
意聆聽我的想法聽我哭訴，還會在適當的時候逗
我開心；當我生氣時，會去了解我為什麼生氣並想方
法讓我轉換心情，而不是直接罵我；當我與同學
會來我旁邊教我，或是陪在我身邊和我一起思考
解決困難，讓我每天都開開心心快樂。

彩繪情畫

建議同學將情話的文字內容轉為圖像，畫出愛的圖畫。



家長回饋

親愛的孩子，我想對你說：
謝謝妳一直以來都是個不用讓爸爸媽媽擔心，的好孩子，每天聽妳力
真學校的事也常常讓我開懷大笑，消除一天的疲累，和你一起的每一天也都很快樂



405 許綺芹

親愛的媽媽，我想對您說：

謝謝您每天都辛苦的工作，晚上還是要洗碗、曬衣服和折衣服，忙著做許多家事。雖然您很忙，您卻還是會撥空陪我玩樂高。媽媽，您辛苦了！我永遠愛著您。

親愛的孩子，我想對你說：

綺芹寶貝，一個貼心懂事的小孩，讓我在平日下班後及假日有喘息的空間，絕對是我最得力的小幫手。謝謝你，我也永遠愛你。



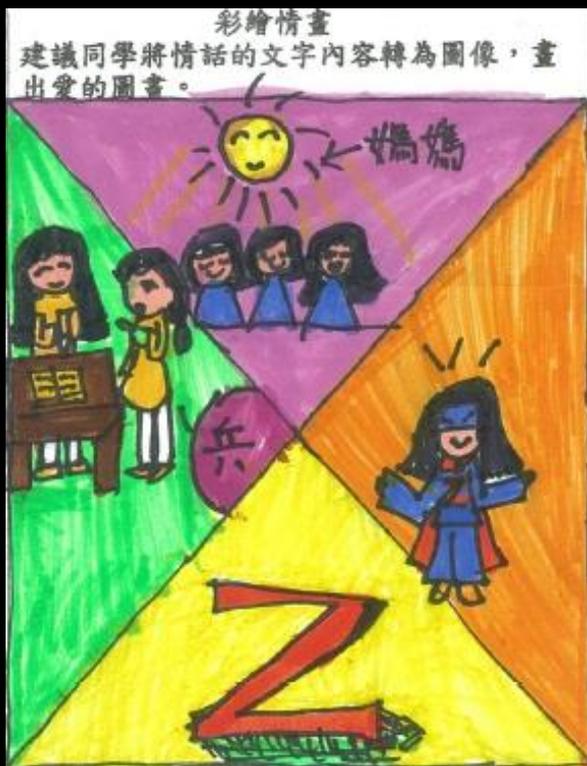
405 施欣好

親愛的媽媽，我想對您說：

謝謝您每天照顧我，讓我感覺很溫暖，您就像我們身邊的超人，幫我們整理衣物、曬衣服，幫我們買生活用品，辛苦您了。謝謝您陪伴著我，讓我感到很安心。

親愛的孩子，我想對你說：

欣好，媽媽希望你健康長大，媽媽永遠愛你！媽媽永遠當你的超人。



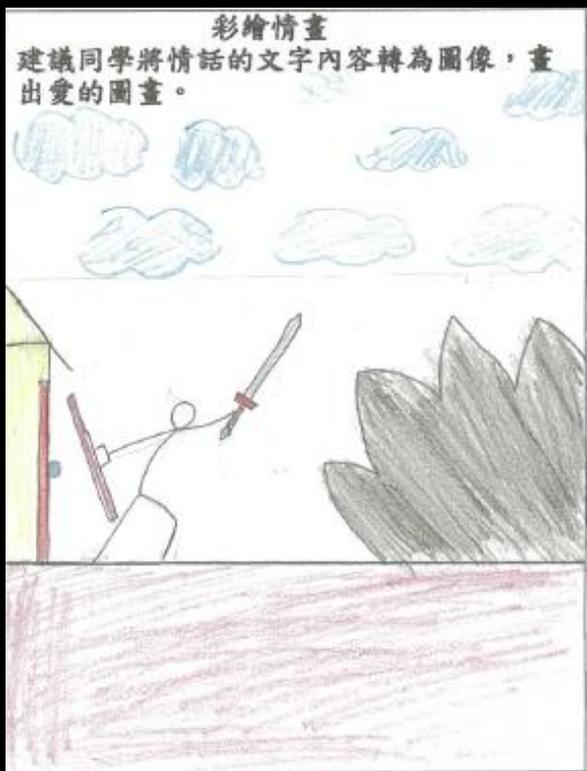
406 王于瑄

親愛的媽媽，我想對您說：

謝謝您！您就像和煦的太陽，讓我們感到無限的溫暖，您也像一本字典，當我有不認識的國字時，您都會耐心的教導我，使我學習得更好，幫助我考試滿分。您也像一塊磁鐵，每當有困難或危險時，您會立即幫助我，挺身而出，您是我心目中的英雄人物！

親愛的孩子，我想對你說：

感謝你的貼心，媽媽深受感動，謝謝于瑄 baby！



407 林裕淮

親愛的爸爸，我想對您說：

爸爸，我覺得您像勇往直前、無所畏懼的勇士，為我們斬除有害的事物，並建立一個溫暖的家，讓我們有個溫暖的避風港。謝謝您，有您真好。！

親愛的孩子，我想對你說：

孩子，在爸爸的照顧下，請盡情張開你的雙翼，勇敢飛向遙遠的前方，爸爸會一直守護你的。

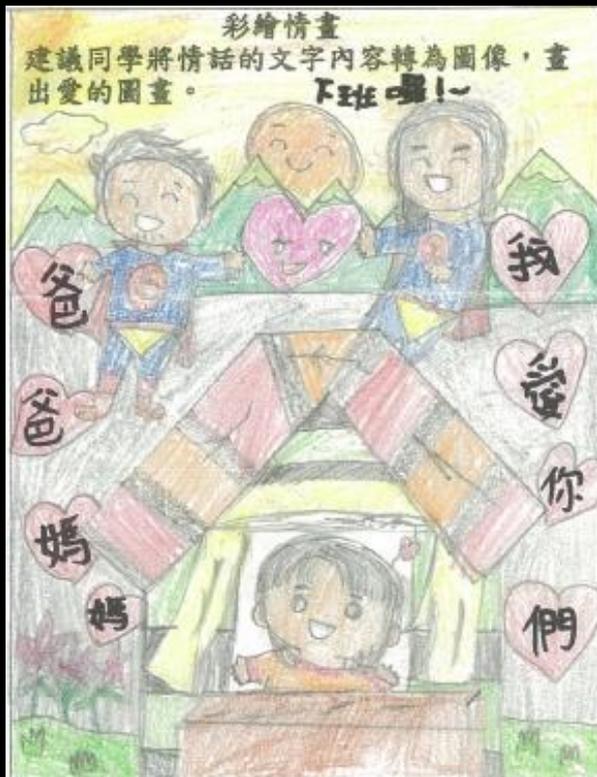
407 郭瑀晴

親愛的爸爸媽媽，我想對您們說：

謝謝您們每天賺錢給我們上學、吃飯，接我們上下學，煮飯給我們吃。雖然有時候會罵我們，但您們都是為了我們好。您們像外套一樣保護著我們，謝謝您們每天的付出，辛苦您們了。

親愛的孩子，我想對你說：

親愛的瑀晴～妳能來當媽媽的女兒，爸爸媽媽都覺得是很大的福氣。你貼心、窩心又細心，是個很棒的孩子。爸爸媽媽希望你每天快樂，開開心心成長，愛你啲！啾咪。



409 陳品君

親愛的爸爸媽媽，我想對您說：

您們就像偉大的英雄一樣，英雄保護人民，而您們是保護這個家，給了我滿滿的愛和安全感。

親愛的孩子，我想對你說：

媽媽的寶貝，看著你慢慢長大，真的覺得時間過得如此快，未來你或許會遇到新的難題，但別忘了，你還有爸爸媽媽。遇到問題，我們一起解決喔！



411 林恬卉

親愛的阿嬤，我想對您說：

您就像哆啦A夢，為我們大家煮美味可口的飯菜，買好吃的餅乾給我們吃，把家裡打掃得乾乾淨淨。我們做錯事時，會教導我們應該要怎麼做才是對的。謝謝您為了這個家所做的付出，給了我們一個充滿溫暖的家。

親愛的孩子，我想對你說：

阿嬤希望你平平安安，健康長大。



412 林禹瑄

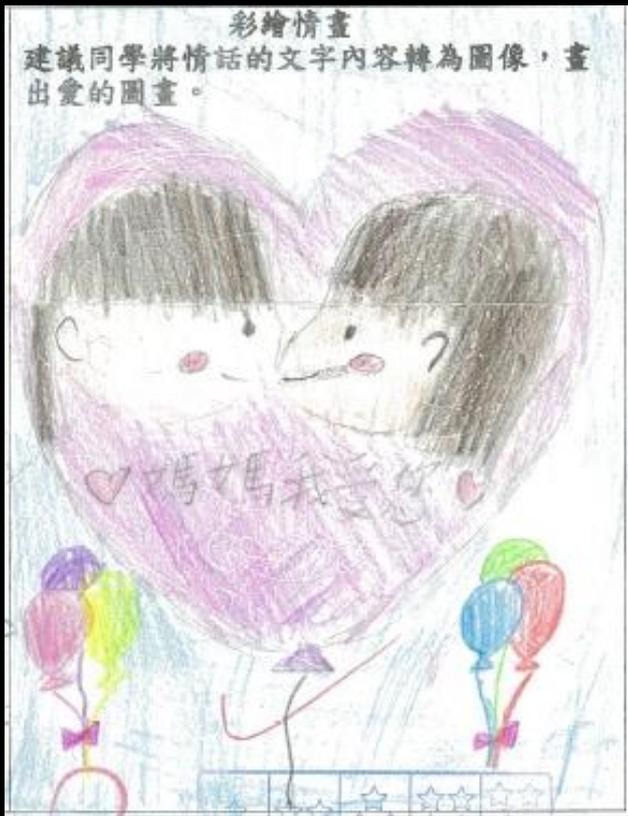
親愛的媽媽，我想對您說：

在我有需要的時候，您就像仙女，幫我變出需要的物品，讓我們在學習的路上有了陪伴；您又像電腦一樣，當我有不會的功課時，您都會教導我，您辛苦了！

親愛的孩子，我想對你說：

妳總是認真負責的完成所有的事，貼心的對待家人、同學，難怪不管是家人或同學們都很喜歡你，愛你喔！寶貝！

412 黃已軒



親愛的媽媽，我想對您說：

您像鬧鐘，每天叫我們起床，讓我們不會睡過頭；您像司機，每天載我們上下學，讓我們不會遲到；您像廚師，每天煮飯給我們吃，讓我們不會餓肚子。媽媽，我愛您！

親愛的孩子，我想對你說：

親愛的已軒，謝謝妳平時總是貼心的幫媽媽的忙，認真負責的面對學校課業，是媽媽心中最棒的小幫手，愛妳啲！



點我回目錄



我的愛家行動【5-6年級徵稿】

愛的語言五項任務：藉由肯定家人的話語、服務家人的行動、製作精心的禮物、交心的陪伴時刻與身體的接觸，期許永福的孩子們能培養感恩家人、為家人服務的好習慣。

愛家行動學習單 5年2班 座號: 16 姓名: 侯念岑

愛的語言	1	2	3	4	5
項目	肯定的話語	服務的行動	精心的禮物	交心的時刻	身體的接觸
簽名蓋章	洪心	洪心	洪心	洪心	洪心

- 第一種：肯定的話語：請親自對照顧你的家人說出你對他（們）的感謝，並且說出家人的優點來讚美你的家人。
- 第二種：服務的行動：學生在家中協助做家事，如：掃地、摺衣服、擦桌子、倒垃圾等，分擔家務。
- 第三種：精心的禮物：請設計一個小活動或製作一份小禮物、小卡片來表達對長輩的感謝。
- 第四種：交心的時刻：找個時間，讓親子可以一起進行一項活動，如一起閱讀、遊戲、談心或運動。
- 第五種：身體的接觸：給長輩一個充滿愛及溫暖的擁抱，並跟他（們）說：「我愛您！」。

501 李品萱

508 何丞皓

愛家行動學習單 5年1班 座號: 16 姓名: 李品萱

愛的語言	1	2	3	4	5
項目	肯定的話語	服務的行動	精心的禮物	交心的時刻	身體的接觸
簽名蓋章	劉君儀	劉君儀	劉君儀	劉君儀	劉君儀

- 第一種：肯定的話語：請親自對照顧你的家人說出你對他（們）的感謝，並且說出家人的優點來讚美你的家人。
- 第二種：服務的行動：學生在家中協助做家事，如：掃地、摺衣服、擦桌子、倒垃圾等，分擔家務。
- 第三種：精心的禮物：請設計一個小活動或製作一份小禮物、小卡片來表達對長輩的感謝。
- 第四種：交心的時刻：找個時間，讓親子可以一起進行一項活動，如一起閱讀、遊戲、談心或運動。
- 第五種：身體的接觸：給長輩一個充滿愛及溫暖的擁抱，並跟他（們）說：「我愛您！」。

給您的情話(學生部分)

建議同學將心中想對長輩表達的感謝話語，結合想像力，使用譬喻法，將平常的溫馨互動，具體描述出來。

例如：您像口罩，為我們擋下有害的細菌和病毒，避開了可怕的事物，給我們滿滿的安全感。

親愛的媽媽，我想對您說：
您像太陽，讓我的生活總是充滿了陽光；您像超人，為我打理生活中的大小事；您像天使，溫柔無比。媽媽辛苦了！我愛您！

女兒 品萱 敬上

彩繪情畫

建議同學將情話的文字內容轉為圖像，畫出愛的圖畫。

家長回饋

品萱寶貝，真心為你，爸爸總是真心且主動付出愛與關心給親愛的家人，超棒的寶貝

Superwoman

愛家行動學習單 5年8班 座號: 6 姓名: 何丞皓

愛的語言	1	2	3	4	5
項目	肯定的話語	服務的行動	精心的禮物	交心的時刻	身體的接觸
簽名蓋章	林	林	林	林	林

- 第一種：肯定的話語：請親自對照顧你的家人說出你對他（們）的感謝，並且說出家人的優點來讚美你的家人。
- 第二種：服務的行動：學生在家中協助做家事，如：掃地、摺衣服、擦桌子、倒垃圾等，分擔家務。
- 第三種：精心的禮物：請設計一個小活動或製作一份小禮物、小卡片來表達對長輩的感謝。
- 第四種：交心的時刻：找個時間，讓親子可以一起進行一項活動，如一起閱讀、遊戲、談心或運動。
- 第五種：身體的接觸：給長輩一個充滿愛及溫暖的擁抱，並跟他（們）說：「我愛您！」。

給您的情話(學生部分)

建議同學將心中想對長輩表達的感謝話語，結合想像力，使用譬喻法，將平常的溫馨互動，具體描述出來。

例如：您像口罩，為我們擋下有害的細菌和病毒，避開了可怕的事物，給我們滿滿的安全感。

親愛的媽媽，我想對您說：
您就像神力女超人一般的保護著我，記得以前我差點跌倒，媽媽及時把我扶起來並對我說下次小心，您還會煮色香味俱全的飯菜讓我吃得又安心又快樂，您就是我心中最棒的神力女超人。

彩繪情畫

建議同學將情話的文字內容轉為圖像，畫出愛的圖畫。

家長回饋

親愛的孩子，我想對你說：
看著你健康、快樂的長大，認真學習所愛的事物上，就是我最大的安慰與回報！我愛你，寶貝

50120 陳禹希

親愛的媽媽：謝謝妳每天幫我洗衣服、煮飯給我吃、教我寫功課，您像天上的太陽給我溫暖，也像大樹為我遮風擋雨，是我生活中不可或缺的重要角色。

親愛的孩子，我想對你說：

謝謝我的寶貝，讓媽媽能每天看到你開心的笑容，豐富了我們的家庭氣氛。如果可以，不要常常對媽媽大小聲，那會更好喔！



50124 吳庭儀

親愛的媽媽：您就像是我的手機，只要有不會的知識，您就會馬上回應我，就像手機裡面的 google 大神一樣，給了我滿滿的安全感和正能量。

親愛的孩子，我想對你說：

你是我的寶貝，可愛又貼心！媽咪希望你一直平安健康、快樂幸福的成長。

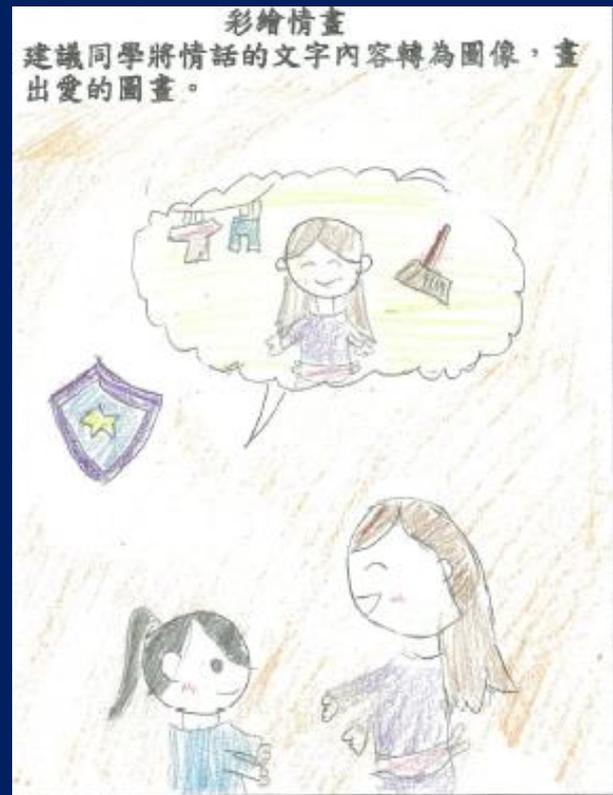


50216 侯念岑

親愛的媽媽：媽媽就像是堅強的盾牌，為我擋下危險，每天保護著我，為我做許多事，我想謝謝媽媽。

親愛的孩子，我想對你說：

謝謝乖巧的念岑，未來的每一天也都要認真的學習、平安成長。



50512 許芷寧

親愛的父親：您就像太陽，幫我照亮了前途，點亮了我的心房，也帶給我更多的希望。您利用自己的休息時間來工作，卻把那些錢花在我們的身上，而不花在自己的身上。雖然偶爾會花大錢，卻又是花我們的身上，非常謝謝您的付出。

親愛的孩子，我想對你說：

希望妳的童年能開開心心、沒有壓力地成長，也希望妳能培養好的生活習慣，更希望妳能無憂無慮長大。

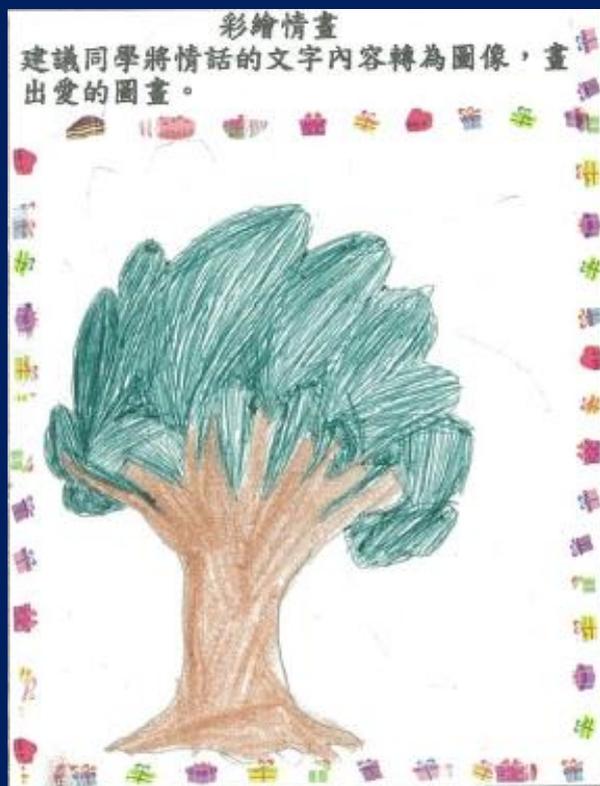
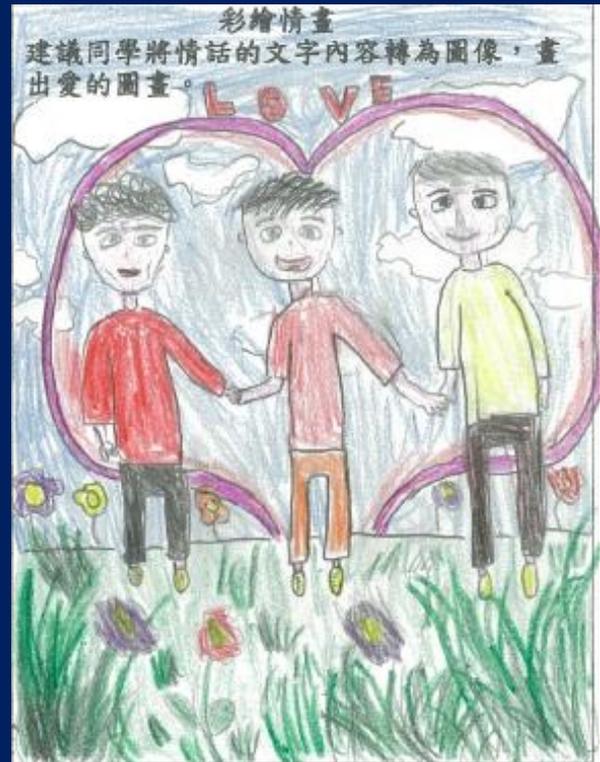


50510 陳立洋

親愛的外公、外婆：謝謝外公，每天早上都騎機車載我上學、幫我做早餐，您就像最勤勞的蜜蜂一樣，幫我做很多事。謝謝外婆，在我衣物破掉時，總是能將它修好。你們在我傷心時會安慰我，只要有你們在，我就覺得非常快樂、幸福。

親愛的孩子，我想對你說：

親愛的孫子，我們的幫忙能讓你學業進步，也是我們的光榮。希望你的學業進步、更上一層樓。



50704 陳品叡

親愛的媽媽：謝謝媽媽每天辛苦賺錢，讓我們吃飽，讓我們衣食無缺。您就像一棵大樹，為我們遮風避雨，教導我們避開可怕的事物，謝謝媽媽！我愛您！

親愛的孩子，我想對你說：

希望寶貝你能養成自動自發、負責任的態度，凡事不用提醒就能完成，少讓父母擔憂。良好的閱讀、生活習慣養成，將來會大大受益，人生會更順遂，加油！你可以做到的！

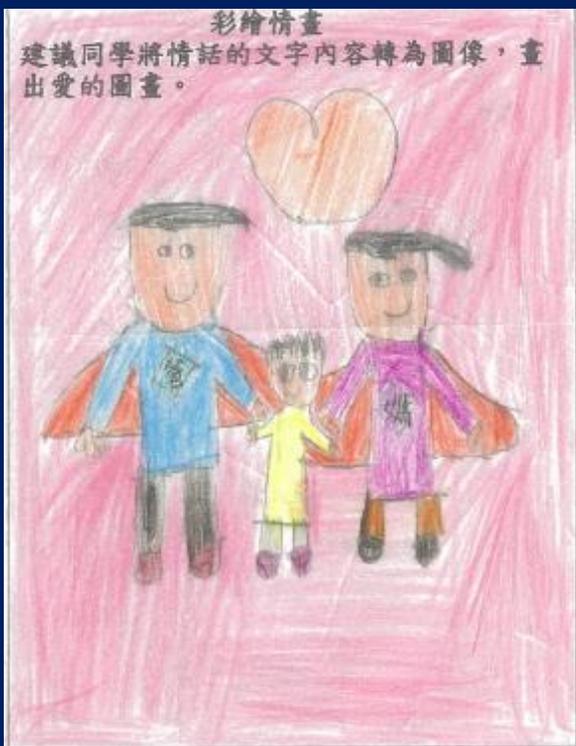
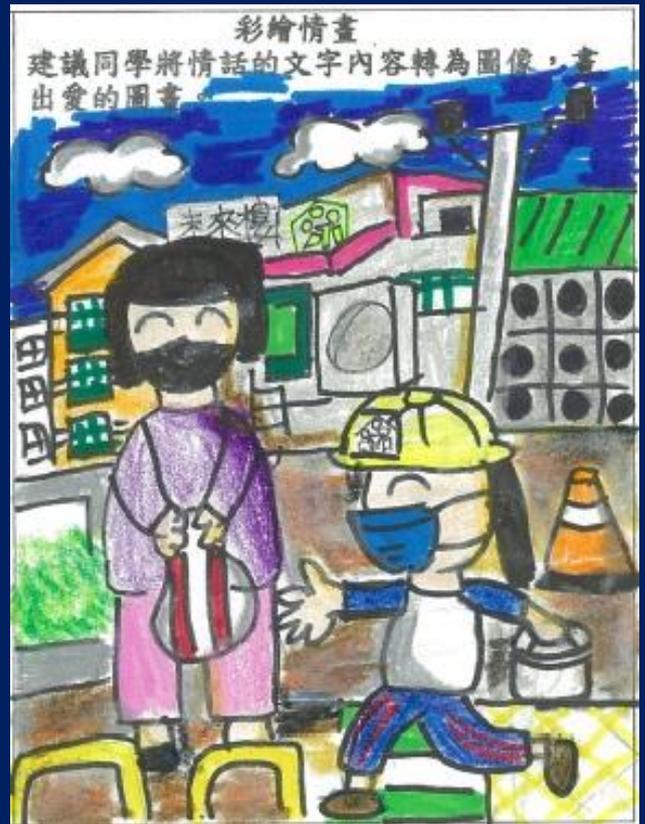
50924 王詠淳

親愛的媽媽：

您溫暖的雙手每天抱著我，給我溫暖；每天煮飯給我吃，給我幸福；經常拿好吃的東西在校門口等我，和我一起走去安親班，給我安全感。媽媽也是我的避風港呵護著我。謝謝您每天陪我，我愛您！

親愛的孩子，我想對你說：

貼心的詠淳，妳長大了。記得只要有努力就有收穫，還有機會是留給準備好的人。媽媽以妳為榮，妳是我的驕傲。



51010 朱冠亦

親愛的爸爸、媽媽：謝謝您們每天都幫忙我，尤其是媽媽，每天幫我們準備食物，就算您已經累了，也會等我寫完作業。而爸爸則是每天送我上課，幫我們賺錢。您們就像超人，在我有困難時就會幫我。

親愛的孩子，我想對你說：

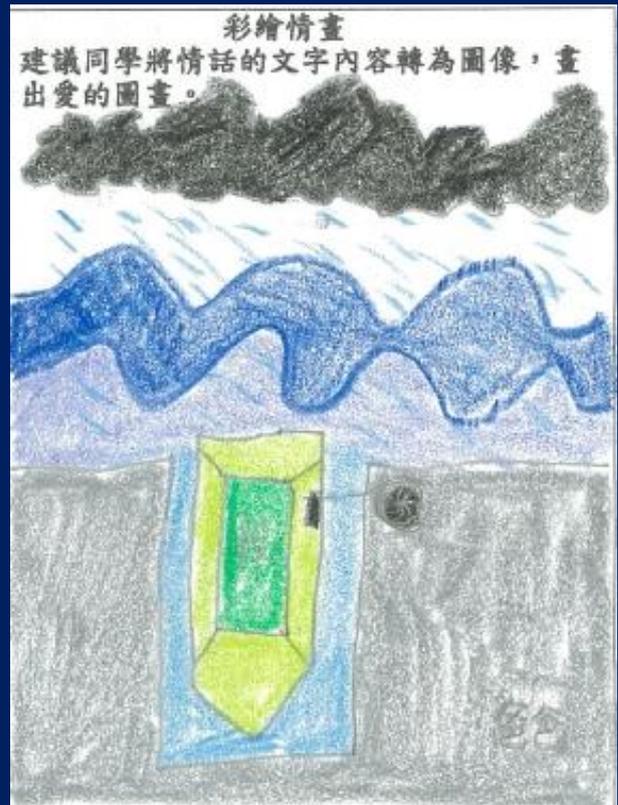
有你這個自動自發、體貼的兒子，我覺得很幸福，願你能開開心心過每一天。

51109 盧奕安

親愛的爸爸：您像我的避風港，在危險的時候為我遮風擋雨，讓那些危險不會靠近我，給了我一個溫暖的家。

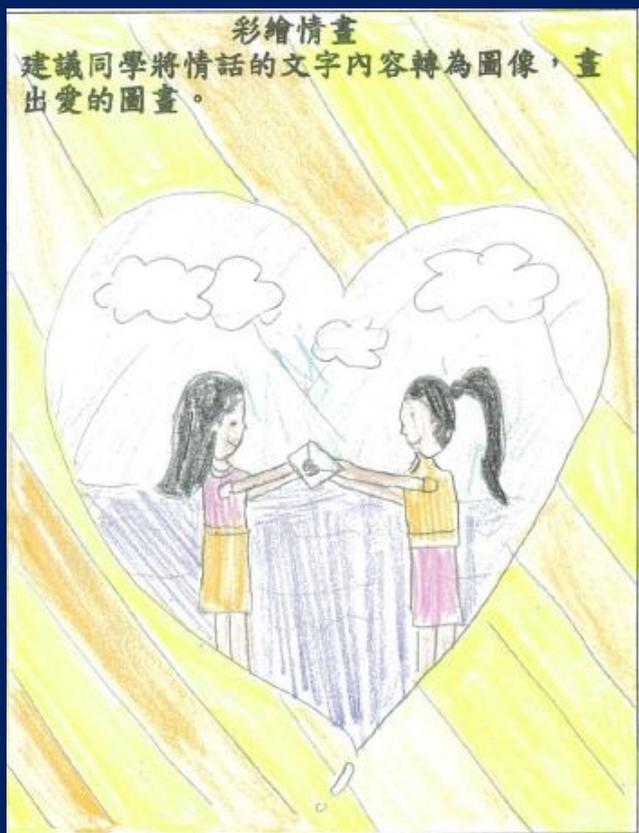
親愛的孩子，我想對你說：

很高興你來當我的小孩，未來的日子希望你身體健康、平安長大、學業步步高升。



[點我回目錄](#)





60620 蔡忻芸

親愛的媽媽：

您像老師，教導我生活中大大小小的事；您像醫生，在我生病時照顧我；您像警察，無時無刻不在保護我的安全；您也像一顆小太陽，照亮我的每一天。

謝謝您！

親愛的孩子，我想對你說：

希望你可以平安、健康、快樂的長大。

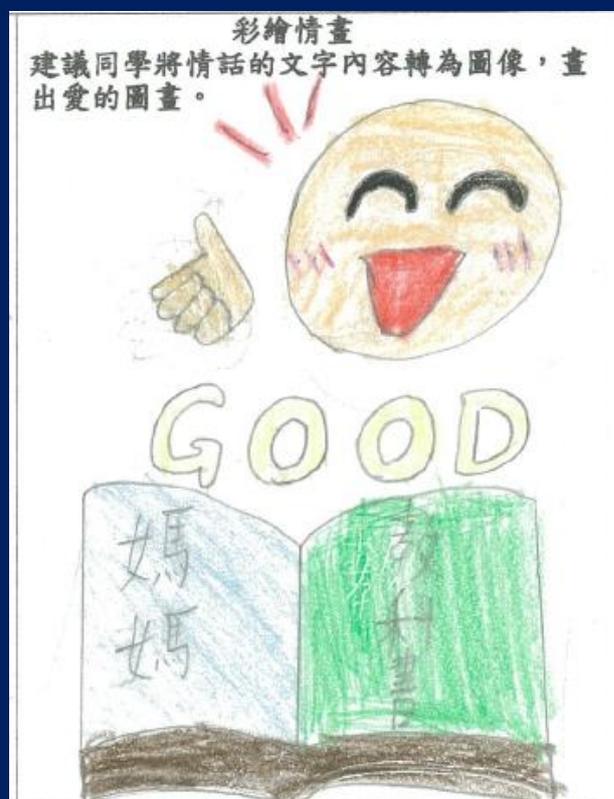
60610 林恆宇

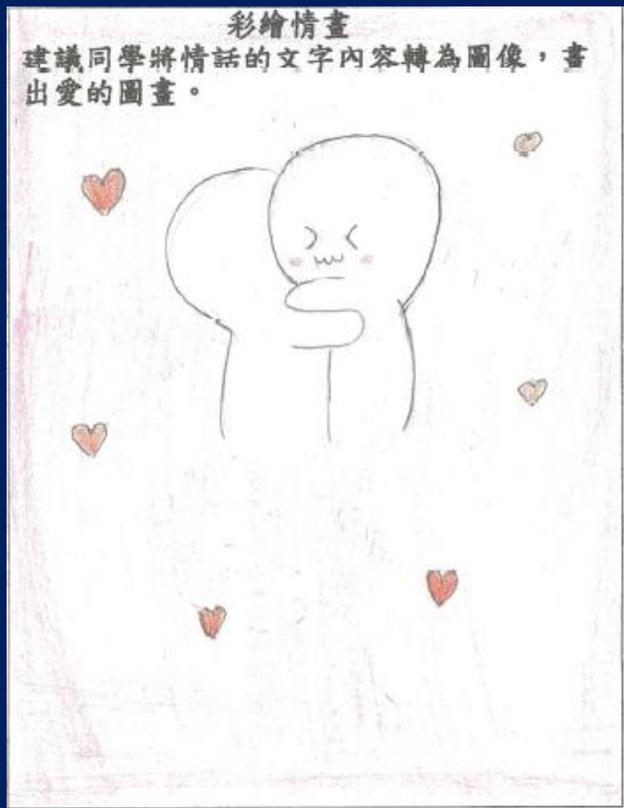
親愛的媽媽：

謝謝媽媽幫我複習考試的範圍，您就像教科書一樣，教我知識，讓我學習。在我不會的時候，也會教我、幫助我。

親愛的孩子，我想對你說：

凡事最困難的是有勇氣去嘗試，家人是你最佳的後盾，我們都會陪著你。結果也許失敗，也許成功，但過程中獲得的經驗及同伴，是最可貴的！





60616 邵宥禎

親愛的媽媽：

您像是直升機，整天為了照顧我忙碌個不停，到晚上才能休息。謝謝您讓我在學習的路途中不再感到孤單。

親愛的孩子，我想對你說：

宥禎：

恭喜妳即將畢業，這兩年多來，妳的努力、認真，我都看在眼里。雖然辛苦，但請記住：「一分耕耘，一分收穫。要怎麼收穫，先怎麼栽。」加油！

60812 蔡秉翰

親愛的媽媽：

我覺得媽媽像一個鬧鐘，每天都工作到半夜才回來，隔天早上還要起床幫我們準備早餐，我們出門去上學，妳沒有馬上去睡覺，而是去晾衣服，有時候還要出門去買菜，幫我們準備午餐。謝謝媽媽那麼用心照顧我們，我以後會乖一點的。

親愛的孩子，我想對你說：

媽咪希望你成為一個熱心助人、懂得對自己的言行負責、堅持該有的精神、不會半途而廢的孩子，最重要的是平安健康的長大，我最愛你了！





60824 陳芊錡

親愛的媽媽：

您像最厲害的「GPS 導航系統」，在我遭遇挫折而迷惘時，指引我方向，讓我不會迷路；您也像大海，從出生到現在一直給我養分，孕育我、包容我，從不間斷。謝謝您在生活中不眠不休的照顧我，非常謝謝您！

親愛的孩子，我想對你說：

原來，媽媽在你心中那麼厲害，雖然這GPS 偶爾也有故障的時候。謝謝你平日擔任媽媽的小幫手，讓許多事能事半功倍的完成，愛你！

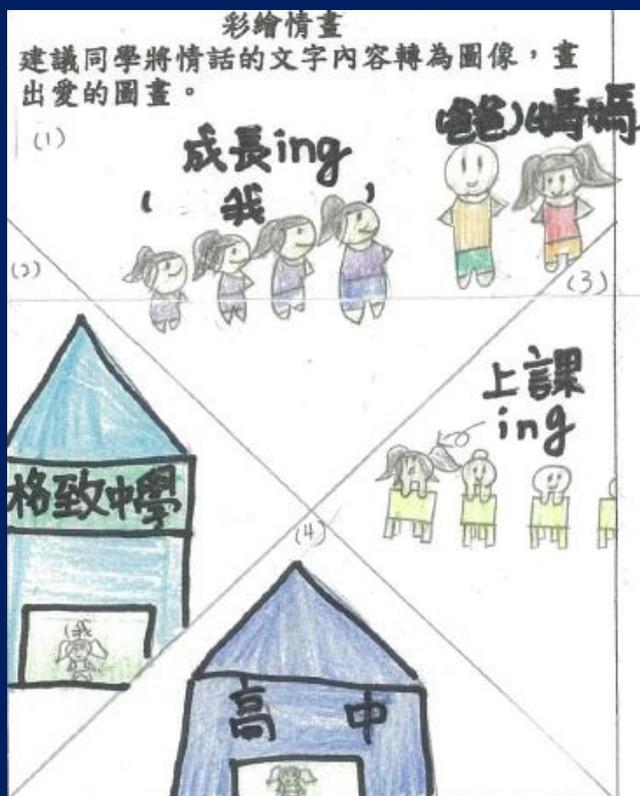
60823 盧宥岑

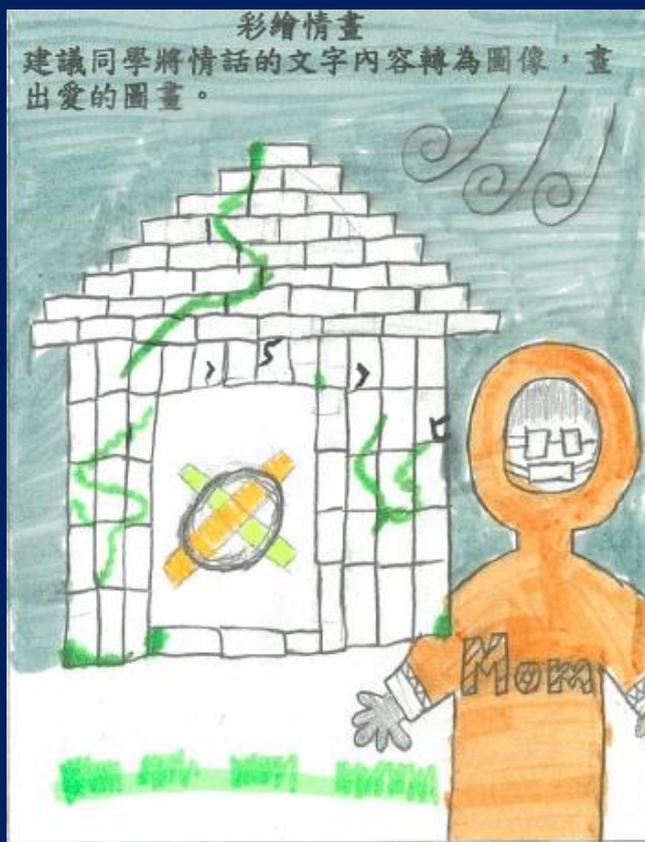
親愛的爸爸、媽媽：

你們就像是創口貼一樣幫助我、保護我，不讓病毒來感染傷口；也謝謝你們在我需要的時候支持我、陪伴我成長。現在我將升上國中，以後我會好好上課、考上好高中，好好報答你們。

親愛的孩子，我想對你說：

要勇敢、勇於承擔、成熟、理智、勇於表達，一切都是該學習的。





60919 葉秀軒

親愛的媽媽：

您像外套為我遮風，帶給我溫暖的感覺，給我滿滿的安全感。雖然妳時常會唸我，但我知道妳是為我好，謝謝您！

親愛的孩子，我想對你說：

秀軒，妳一直是媽媽得力的小助手，會幫忙洗碗、倒垃圾、洗衣服，媽媽以妳為傲。



[點我回目錄](#)



遠足趣~鄉土踏查【1年級徵稿】

資料組長顏嘉慧 整理
美術老師王義成主任 評選
低年級學生、家長

在3月25日風光明媚的週六，永福國小一年級十個班學生與家長，在班級導師的帶領下，學生從學校出發，步行到學校附近的三個公園-永福公園、力行公園及永盛公園。途中，導師、家長們與愛心志工群沿路照看班級學生在馬路上的安全，到了公園後，孩子們和同學都在公園使用各項遊樂設施，大家都玩得不亦樂乎，甚至到了返校時間仍流連忘返。

以下是可愛的一年級學生留下當天活動的圖畫，我們一起來回味吧!



101 王于菲：

我和小朋友一起在永盛公園玩遊樂設施，我覺得玩溜滑梯最有趣！

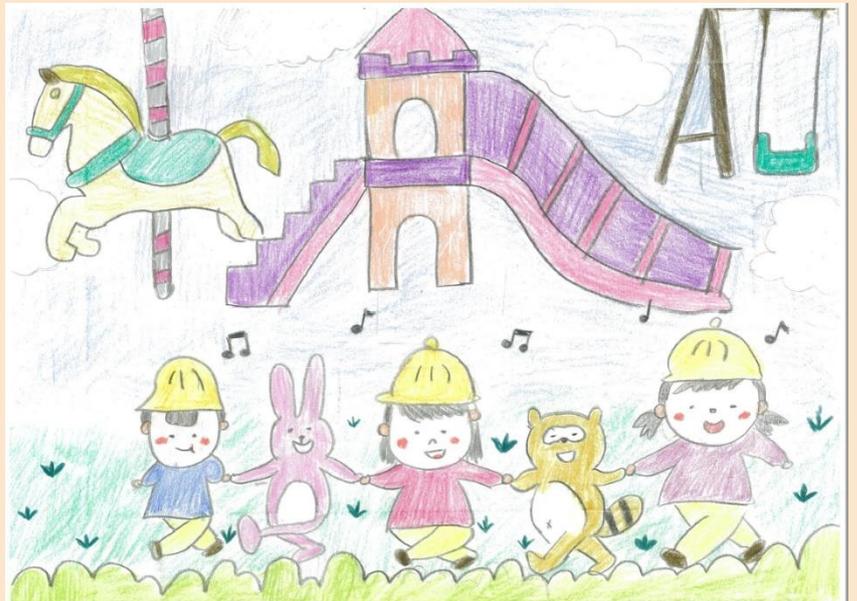


102 陳沛豪：

我和同學在永盛公園玩
躲貓貓。

104 許雁柒：

我在永盛公園玩遊樂設
施，真的好有趣！老師
還帶我們參觀閱覽室。



105 洪緬芸：

我們大家一起去全聯買
東西，可以自己挑餅乾
和飲料，我覺得買東西
好有趣！



107 杜俞薇：

我和同學在永盛公園
玩跳繩。



108 鄭安綺：

我和同學在永盛公園玩
單槓、溜滑梯和盪鞦
鞦，我還在公園看到翹
翹板。



109 胡又文：

我和同學在永福公園
玩單槓，我覺得最有
趣的是玩跳繩。





109 曹沂安：

我們在永盛公園玩溜滑梯，我覺得最有趣的是撿花送給老師。

110 林宇頡：

我和同學在永盛公園跑跑跳跳、玩鬼抓人，我覺得玩遊樂設施最有趣！



110 陳俞彤：

我在永盛公園玩盪鞦韆，我和同學在這裡看到四個圖騰。我覺得最好玩的是溜滑梯。



【特別收錄】 以下是班級作品欣賞，感謝 101 和 105 班老師提供學生作品。

105 張榕容

春季遠足
 一年級班 2 號姓名: 張榕容

一、時間: 3 月 25 日

二、地點: 力行公園、永福公園、全聯福利中心

三、參與人員: 105 師生和 5 位家長

四、行程規劃:

第一站我們先來到: 力行公園
 我玩了: 翹翹板 溜滑梯 盪秋千
 其他: 捉迷藏

第二站我們來到: 永福公園, 我帶了: 100 元, 在這裡我買了: 牛奶, 總共花了: 38 元, 還剩下: 62 元。

第三站我們來到: 全聯福利中心,
 我玩了: 翹翹板 溜滑梯 盪秋千
 其他: 捉迷藏

五、我的感想:
 我要謝謝: 老師, 我的心情: 開心



105 張嚴文

春季遠足
 一年級班 2 號姓名: 張嚴文

一、時間: 3 月 25 日

二、地點: 力行公園、永福公園、全聯福利中心

三、參與人員: 105 師生和 5 位家長

四、行程規劃:

第一站我們先來到: 力行公園,
 我玩了: 翹翹板 溜滑梯 盪秋千
 其他:

第二站我們來到: 永福公園, 我帶了: 100 元, 在這裡我買了: 牛奶, 總共花了: 52 元, 還剩下: 38 元。

第三站我們來到: 永福公園,
 我玩了: 翹翹板 溜滑梯 盪秋千
 其他:

五、我的感想:
 我要謝謝: 同學, 我的心情: 開心



101 葉恆潔



101 林靚軒



點我回目錄



遠足趣~鄉土踏查【5-6年級徵文】

永福人 編輯群

高年級學生

在3月25日風光明媚的週六，永福國小五年級和六年級班級學生與家長，在班級導師的帶領下，學生從學校出發，步行到新北都會公園野餐和遊戲。用完午餐後，六年級學生接著到先嗇宮進行寺廟文化的體驗與導覽教學，廟方人士用心地幫學生準備「紅龜粿」的製作活動。當天高年級學生都經歷了豐富充實且收穫滿滿的一天，感謝高年級導師及科任老師的帶領，大家都很辛苦呢！

以下是高年級學生返校後的文字紀錄與感想：



50204 林晟煜

這次遠足，我們從永福國小走到大都會公園，再前往先嗇宮，路程大約四點七公里。沿路上看到許多早餐店、來來往往的車子，到大都會公園時，老師說：「安全第一。」要大家結伴行動，我跟好朋友玩了跳跳床、瀑布溜滑梯，還在魚的肚子裡睡覺。

當我們走到先嗇宮時，李乾龍董事長開始他的演講，其中讓我學習到，先嗇宮的花磚是日治時期的古物，也是北臺灣現存最大片的花磚牆。

這一次遠足真好玩，希望可以再辦一次。

50201 謝騰翊

我覺得這一次的遠足讓我學到了很多，不但讓我看到三重的樣貌，也讓我看到了三重是一個那麼好的地方。

我在遠足的途中看到許多林立的建築物，到了大都會公園的時候，我才知道這裡是一個多麼棒的地方，原本我還以為大都會公園只是一個普通的公園。雖然我聽過了好幾遍，但是還不知道那裡到底是個什麼樣的地方。

先嗇宮的歷史很悠久，不但有日治時期留下來的花磚，還有第二次世界大戰時所被打出來的彈孔。



50218 周靖純

在這一次「永」續三重，幸「福」遠足的活動中，沿路上看到了許多色彩鮮豔的花朵，每一株都十分美麗。

到了大都會公園，我們開心的玩耍，在熊好玩樂園中，有好多個溜滑梯，我全部都玩了一次；接著走到先嗇宮，到了目的地才知道，原來先嗇宮已經有 280 年的歷史了。

這是一次充滿人類文明的旅途，這次的活動不僅讓我們了解歷史，也讓我們有多運動的機會。

50219 唐采彤

這次遠足的路上，看到很多小廟，也欣賞沿途的小花小草，到大都會公園時，我和朋友們一起去玩了許多不同的溜滑梯，玩累就休息吃東西，非常享受呢！

在先嗇宮學到那裡是拜神農大帝，外面的兩面花磚牆是日本引進的。我覺得最特別的是「對場作」，那是兩位師父比誰比較厲害的活動。讓我印象最深刻的不是在大都會，而是在先嗇宮對面的百草公園，我和朋友們在那裡玩得很盡興，因為有一座非常大又好玩的溜滑梯，我本來想在百草公園待久一點，因為很有趣。

希望我們學校有機會再舉辦遠足的活動！



50619 洪敏璇

三月二十五日的遠足，學校準備了很久，最終我們五年級去了！這次遠足的特點是用走路的，一路上導護媽媽和警察隨處可見。

首先到了大都會公園，由於我怕高，所以當同學們去玩滑草時，我在悠閒的休息；接著，去了百草公園，公園內的設施雖然不大，但也讓同學玩得不亦樂乎；最後，來到終點站「先嗇宮」，我們在先嗇宮享用李爺爺為我們準備的食物，飽餐一頓。

我從這次的遠足中更認識臺灣的古廟，印象最深刻的是有九條栩栩如生的龍雕刻在牆上。最後，謝謝神農大帝的保護，讓我們平安完成這次的遠足。

50617 張淨琮

星期六時，我們去遠足，途中看見好幾個志工媽媽、警察和老師，他們都在維護我們的安全。走著走著，走到了大都會公園，大家停下腳步，在這裡停留一個小時，有些人上廁所，有些人裝水，有些人玩遊樂設施。

我們接著前往下一站：百草公園。在那裡，有滑梯、秋千……。最後，我們來到了先嗇宮。帥氣的太鼓隊在門口迎接我們，李董事長也準備了好吃的麵包、飯糰、紅豆湯、魚腥草茶、紅茶等。

那天，我吃得飽飽，期待下一次全校性的校外教學。



50606 周景翔

三月十五號星期六學校舉辦遠足，這趟旅程需要十分的毅力和耐力，也需要很好的肺活量。沿路上太陽很大，大到我睜不開眼睛。

到了大都會公園，大家都期待體驗各個遊樂設施，但是快樂的時光來去匆匆，下一站行走的目標是先嗇宮。

李爺爺告訴我們先嗇宮的歷史和建築的設計理念，這趟旅程很累，讓大家精疲力盡，校長一定是看到我們很累，才讓我們有兩節課的時間休息吧！

50609 劉紘誌

遠足當天，大家異常興奮，因為早上其實是下雨的，後來才變晴朗。遠足路途間，我看到很多便利商店和各式各樣行人與汽車，還走過了地下道及天橋，之後到了大都會公園。

在那裡我玩到最好玩的滑草，因為滑下去時，會越滑越快，所以很好玩，還有玩到跳床和溜滑梯，玩完後才去先嗇宮。

在先嗇宮廣場前，李爺爺和我們說了一些關於神農大帝的事，讓我認識了原來神農大帝是因為嚐百草嚐到毒草，所以臉才變黑的。



51126 高子婷

我沿途上看到了許多在大馬路上奔馳的汽車，到先嗇宮之前，原本街上幾乎都是高樓大廈，到後來慢慢變成了只有一至三樓的老舊獨棟房子。

抵達目的地時，已經大約十一點多了，肚子餓了，腳也快要斷掉了，幸好只有腳軟而已，可說是「不幸中的大幸」呀！

進去先嗇宮後，我看到了神農氏大帝，後來才知道神農大帝為了以前貧困的百姓們，試吃各種草，祂多次中毒，也沒有放棄。

這個永不放棄的精神，值得每一個人學習。

60103 陳軒翊

三月二十五日星期六，我們高年級要去大都會公園和先嗇宮。路上，我看到許多夾娃娃機店，還經過一間廟叫「聖祐宮」。走過地下道之後，還看到大型運動場。一路上我們有的聊天，有的開玩笑。終於到了大都會公園，老師說：「可以玩一小時，去去去。」我們就像脫韁野馬似的，大玩特玩一番。之後，我們又到了先嗇宮。李乾龍董事長為我們講解先嗇宮的歷史，說先嗇宮上面的坑洞是戰爭時被大砲打中的，讓我驚訝不已。



60225 蕭宇健

陽光燦爛，一大早，五、六年級聚集在愛奇兒廣場整裝待發。老師及主任各自提醒大家注意安全後，活動正式開始。走著走著，來到了力行路地下道，裡頭略顯髒亂，懸掛在頂端的告示牌早已發黃。走了許久，終於來到第一站——大都會公園。我們去到熊猴森樂園，裡面不僅有超大的滑草斜坡，還有溜滑梯、盪鞦韆等遊樂器材，大家玩得十分盡興。十點二十分，我們前往終點站——先嗇宮。剛到時，陣陣擂鼓聲從廣場傳來，定睛一看，原來太鼓隊早就先到了。宮主介紹先嗇宮是市級古蹟，最著名的有「對場作」及北臺灣最大片的花磚牆。現場還有紅龜粿師傅讓大家大飽口福。雖然回程有些許不順利，但是還是一趟收穫良多的遠足。

60304 蔡靜修

遠足前，大家都聚在校門口準備出發。首先經過地下道，到二重國小的沿途，到處都是高樓林立，偶爾經過幾條斑馬線。過了不知多久，終於到達二重國小休息。而在經過許久之後，終於到了我遠足最想去的地方——大都會公園。當老師一宣布能開始玩時，我有如脫韁野馬般快速奔向遊樂設施，盡情玩耍。要集合時，我反而覺得點不捨。再來要去參觀先嗇宮，先嗇宮主要祭拜神農大帝，還有「對場作」的特殊設計。活動結束，我們搭上遊覽車，開心的結束了遠足。



60626 李千慧

在遠足那天，除了看見路邊的建築、一條條的馬路之外，還看到許多來來往往的行人。那些路人們看到我們也會熱情的和我們打招呼，讓我見識到真正的臺灣之美。到了目的地之後，除了永福國小的學生以外，幾乎沒有什麼外人。在老師宣布可以開始玩的時候，原本安靜的大都會公園瞬間熱鬧了起來。到先嗇宮的時候已經是中午了，所以大家在聽完一輪解說後，所有人都迫不及待的吃著先嗇宮提供的午餐。吃完後大家又跑到對面的公園玩，度過了充實的一天。希望上國中後也能參加類似的活動。

60616 邵宥禎

這不是我和同學第一次去遠足，但卻是經驗最特別的一次。一早，我們到學校集合後，便先從學校步行到大都會公園。途中我們經過力行地下道，期間還幾度走錯路。到大都會公園後，主任交代了一些事情，就讓大家自由活動了。在活動期間，有人玩公園的遊樂設施，有的人坐在草地上野餐。因為時間的關係，我們只能短暫停留，接著就出發到先嗇宮。沿途大家說笑笑。到達目的地時，看到學校的太鼓隊迎接我們，現場還有議員準備零食給我們吃，我最喜歡的是熱狗麵包。吃完之後我們到對面的神農百草公園，那裡有很多溜滑梯，往上一層有很多繩索和小石頭，我們幾個就在那一起玩石頭。原本還要到下一個公園，但是因為下雨，所以只能直接回學校。神農百草公園真的很好玩，有機會的話，我還想再來！



60704 郭靖宇

當我想起遠足當天所發生的事，心中就不自覺感到快樂。那天最讓我印象深刻的事，是在大都會公園的時候。我還記得那時我一到就立馬衝過去滑草皮；滑完後，又跟同學手拉手的滑下去，玩到身體差點翻過去，我們玩得不亦樂乎。玩完各種設施後，我們起身前往下一個地點——先嗇宮。在那吃飽喝足後，我們前往離先嗇宮不遠的百草公園玩。玩了很長一段時間後，天空下起了大雨，彷彿是在提醒我該回去了。回程時天上的雨一滴滴落下，也像是叫我珍惜這段與同學相處的歡樂時光。

60720 簡好紋

這次我們遠足的目的地是新北大都會公園和先嗇宮。出發前我還想著：「回家後腿會不會斷掉？」、「會不會秒睡？」之類誇張的問題。到了大都會公園，我和同學玩得很開心，我們一起奔跑、散步、攀岩、分享零食。要去先嗇宮的路途中，有很多同學一直在唱歌呢！走到先嗇宮，我們吃完午飯，就立馬去對面的公園玩爆遊樂設施。而我在跳舞，或跟我的閨密聊天。看到同學那麼瘋、那麼嗨，我也很開心。這次遠足真的很棒，除了能體會全程走路郊遊，還能跟同學的友情加深呢！



60827 陳玟綺

三月二十五日是我們遠足的日子，我前一天已經設好鬧鐘，等待遠足當天的來臨。遠足當天，我早早來到學校，大家都十分興奮的聊天。出發時，大家腳步一致的朝校門前進。我們邊走邊和路上的叔叔阿姨們打招呼。到了大都會公園，我們去玩滑草，接著在空地上跑跑跳跳，累了就坐下來吃東西。玩得差不多了就前往先嗇宮，廟方的志工早已準備了午餐供我們享用，我們就在旁邊的公園吃著美味的午餐。就在這時，天氣驟變，我們只能先回學校，結束這美好的一天。

終於到了 3/25 了，期待已久的遠足之旅終於到了。「立正——一、二！向前看齊！」沿路上我看見很多間早餐店、大大小小的路口、很多紅綠燈。在大都會公園裡，有超多溜滑梯，每個都很有特色，還有一大片草原可以滑草。下一站，先嗇宮。我們先看了表演，再進廟裡取用午餐。哇！有紅豆湯加湯圓、糖果、餅乾。老師一一解說廟裡雕刻的意思，每個雕刻都有特別的意義。謝謝學校給我這麼好的機會可以親近大自然，這真是美好的一天。



點我回目錄



國際教育&多元文化【活動花絮】

資料組長 顏嘉慧整理

週三下午【模擬聯合國】課程-111.10.5~112.5.10

授課教師：張雅伶老師、詹凱翔老師



兩位老師總是用心準備每週課程，讓學生可以學到許多寶貴的知識。永福的孩子真的很有福氣！



112.1.7 及 112.5.15 本校學生參與新北市模擬聯合國大會，和教育局科長及外交部前大使合影。



1/30-2/10 辦理【快樂學泰語】寒假營隊課程

體驗泰國飲食文化-

製作涼拌青木瓜絲、泰式奶茶、泰式煎餅

體驗泰式藤球及童玩、學習泰國文字



2/9 辦理異國文化親子一日遊-桃園忠貞新村參觀體驗
園區導覽、異國服飾穿戴體驗及品嚐阿美米干



點我回目錄



善用阿德勒 4C，維持關係 SO EASY！

專輔教師 劉佳綾

個體心理學的創始者阿德勒 (Alfred Adler, 1870~1937)是著名的新精神分析學派學者，在 Adler 的理論中，他認為人的行為都有其社會目的，最終追求的就是歸屬感、價值感，以及自己與他人有連結，即便是小孩子也不例外。且 Adler 提出每個孩子心中都渴求「4C」，只要照顧養育孩子的大人們掌握這些原則，就能培養出孩子的正向心態，減少不當行為。阿德勒認為人只有在能夠感覺到自己有價值時才會獲得勇氣。



●阿德勒提出每個孩子心中有 4 個渴求：

- 1.有連結 (Connection)：感到有所歸屬、覺得自己有一席之地
- 2.有能力 (Capable)：自制自律，有能力自立，負責任
- 3.有意義 (Counts)：有貢獻，感到有價值，相信自己帶來改變
- 4.有勇氣 (Courage)：有信心面對挑戰，會克服害怕，有抗壓性

●身為家長或教師進行 4C 原則的簡要說明

1. 有連結 (Connection)：鼓勵合作互動的行為 (一起討論)，提供正向注意 (不做比較，指出優勢與關注)，表連接納 (雖然不同意觀點，但我理解你的想法)。
2. 有能力 (Capable)：著重進步的部分，聚焦努力的過程非結果與錯誤，看見孩子行為背後的邏輯。
3. 有意義 (Counts)：製造機會讓孩子覺得自己有用，提供真實回饋 (孩子知道自

己的貢獻帶來的改變)。

4. 有勇氣 (Courage)：不要求完美，不比較，指出孩子的優勢或是特殊亮點。

●日常生活，身為教師或是家長，如何著手進行 4C 原則呢？



1. 在討論生活中的問題時，可以給予孩子們互相討論的時間與空間，大人則是關注當下孩子的投入與表現，在想法方面若是與大人預想的不太一致，則可以表達出接納的態度，例如：我不太能完全按照你所想的去做，但我可以接受你的想法與我不同。

2. 當孩子願意嘗試一件事情，這件事情可能是挑戰孩子原本的能力所及範圍時，建議可以去放大看見進步與做得到的部分，多鼓勵多嘗試，多去看見孩子努力的過程，例如：我發現你第一次嘗試可以做一步驟，第三次就可以做到三步驟了！

3. 不將任何的成功視為理所當然，說出孩子實際付出的行為，為自己或是為團體帶來的影響或是改變，讓孩子感覺到自己的價值，例如：因為每天你能夠檢查門窗與關燈，才能守護我們班級環境的安全。

4. 發掘優勢能力與特殊亮點，例如：打掃時的細膩可以看出小肌肉發展的真好！能關注不同同學的學習狀況，表示你的觀察能力很敏銳！

●專輔教師將阿德勒 4 C 原則融入於團體輔導中的歷程與收穫

在每一次的團輔活動中**建構連結**，提供每個成員正向關注，且即便成員表達了不適當言詞，仍盡量理解其家庭背景成因，感受到被老師接納。活動進行時，適時看見與**培養能力**，聚焦成員在活動過程中的付出與努力，著重每一個進步，幫助孩

子建立自信。賦予意義的重要，領導者會適時製造機會，讓成員都能展現自己的能力，以及努力嘗試，過程中給予真實回饋，讓孩子知道自己貢獻的價值。最後，給予勇氣維他命，首先領導者需要先服用，提醒自己每個孩子都是特別且獨一無二，每一次活動表達感謝與指出孩子的特殊亮點。

專輔教師將【探討阿德勒 4C 原則運用於團體輔導對家庭變故兒童情緒支持之影響】投稿並發表於 2023 阿德勒年會暨研討會，將知識運用於實務教學現場，並在研討會中持續精進學習，將阿德勒心理學帶回學校，期許家長與教師能一同感受阿德勒的理念。



點我回目錄



六年回顧之畢業回憶【6年級徵文】

永福人 編輯群

高年級學生

親愛的六年級同學，畢業在即，六年的國小生活將畫下美麗的句點。請你回想一下從一年級到六年級，哪一個年級的回憶讓你印象最深刻？請你將心中記憶最深刻的回憶化做文字，當作一種告別童年的紀念。最後祝福你活在當下，成為心想事成的自己。

以下是即將畢業學生的回憶：



60221 曹以心--(五)年級回憶

五年級那年，此起彼落的歡呼聲從操場上傳出，穿著號碼衣的選手屏氣凝神的聽著裁判按下發令槍。槍聲一出，選手們使出渾身解數之力，奮不顧身的向前跑去。比賽前，我們花費了許多節課的時間練習，果然，有努力就有回報，我們終於在最後一棒逆轉勝，獲得了第三名。這也是令我印象最深的一次運動會。



60225 蕭宇健--(五)年級回憶

疫情高峰剛過，當時學校都已經開學，我們也迎來了高年級第一學期。期中考時，大家渾渾噩噩的，彷彿還沒從四年級的大停課中醒來。期末好些了，同學們都回到了原本的水準。當然，兩者之間的運動會我們也

沒有放過，不斷練習傳、接棒，也和各班事先切磋。在大家的努力下，我們奪下第三名的佳績。

時間快轉，來到了第二學期。一開始，一如往常上課、考試，但期中考後，就慢慢變得不對勁了。疫情一波未平一波又起，是的，停課了，一停就是快一個月。線上課的效果不太好，期末成績不盡人意，大家只得好好預習，迎接最後兩個學期。畢業在即，大家調整好心態，微笑迎接下一個階段的到來。



60224 洪唯穎--(六)年級回憶

在我六年級時，有一個「大手牽小手」的活動。在那個活動裡，我和剛來到陌生環境的學弟妹互動著。我們一起掃地、閱讀，我還幫她複習國語。她送了我一封信，她的字雖然不好看，不過我卻看得出她的用心。想當初我一年級時，也有跟學姐玩了一兩節課。那時，是學姐帶領我閱讀，現在則換成我帶領學弟妹了！



60325 李俞璇--(高)年級回憶

我印象最深刻的時候是五年級的大隊接力和六年級的營火晚會。五年級時，有一位很認真的老師，只要有時間，就會帶我們班去練大隊接力。雖然很辛苦，但付出是值得的，我們獲得了五年級大隊接力「冠軍」，開心

的流了眼淚。

六年級的畢業旅行，有一個活動是「營火晚會」。一開始不知道那是什麼，但到了當天，我才知道那是我一輩子都不可能忘記的活動。晚會雖然很嗨，但卻讓很多學生都暴哭了——晚會的前面先唱歌、跳舞，中間是與同學互動，後面則是讓全體學生都坐下來，邊聽歌，邊唱歌。但那些歌不是瘋狂的，而是讓我們靜下心來，想想——該珍惜彼此了！



60412 蕭名宏--(五)年級回憶

記得一年級我抱著忐忑不安的心情來到永福國小，一轉眼六年了。我最想回到五年級的那場比賽，好好享受當時全班凝聚在一起的氣氛。

那場樂樂棒球剛開始落後，全班慌了手腳。此時老師喊著：「享受比賽，加油！」好像魔術師的魔法咒語，整個學校充滿了我們的加油聲。關鍵一球像長了翅膀一樣，劃出了一道完美的弧線，打出了滿貫砲。最後我們贏得勝利。

光陰似箭，轉眼間我要畢業了。在這裡的六年回成為回憶，成為讓我無法忘懷的回憶。

60620 蔡忻芸--(一)年級回憶

想當初我剛進這所學校一年級的時候，還是一個什麼都不懂、什麼都不會的小孩子。因為一年級的老師和同學包容我的不好之處，我才能在那個班級學到許多我不會的事。現在我常常想起一年級和好朋友一起玩捉迷藏、鬼抓人。不過我現在已經六年級了，比從前更加懂事，沒辦法坐時光機回到過去，只能獨自回憶童年的時光。如今，我即將畢業，我想對永福國小和所有老師說一句話：「謝謝你們陪伴我度過了小學六年的時光，讓我學會許多事，辛苦了！」



60820 劉詠晴--(六)年級回憶

畢業將近，六年轉眼之間就過去，其中有許多令人念念不忘，至今仍歷歷在目的回憶。在這之中，有一件我一輩子也不會忘記的事——畢旅前的「分房事件」。當時全班都在慶祝的時候，有一件事正在悄然發生。畢旅前的分房，令人既緊張又期待，但分完房後，有一位同學居然叫她的朋友退出！我不僅覺得不可思議，也覺得她的朋友太可憐了。但是她朋友不但沒有生氣，還成全她，讓她開心。事後我去問她朋友沒關係嗎？她說：「沒關係呀！大家開心就好，我沒關係啦！」聽完之後，我覺得她也太善良了吧！這種人，一定是人間中的天使！

60824 陳芊錡--(四)年級回憶

看著教室後方「第六名」的錦旗，讓我不禁回憶起四年級充滿著我們歡笑與淚水的「大隊接力」。還記得蔓薇老師在比賽前用堅定的語氣說：「我們不求第一名，但是老師希望大家盡全力跑。」這句話彷彿像一顆定心丸，讓我頓時充滿了勇氣。輪到我上場時，便有如脫韁野馬般往前衝，一心只想把接力棒順利傳給下一位同學。就這樣，經過大家的團結與合作後，我們班終於如願以償得了第一名，運動會也在大家的歡笑聲中結束了。雖然四年級已成為了甜美的回憶，但我還是會記得跟大家一起相處的時光。



60903 黃益惟--(六)年級回憶

這六年以來，我記憶最深刻的回憶是六年級的畢業旅行。還記得畢業旅行第二天晚上的營火晚會，那時候大家很興奮，內心澎湃不已，營火晚會結束後有人哭、有人笑。我們回到飯店後，我和同行的同學一起玩枕頭大戰，我們四個人真是超嗨的，留下了美好的回憶。

這六年以來，我印象最深刻的就是六年級的畢業旅行。還記得三天兩夜的畢旅，我和同行的同學度過快樂的時光，尤其是第二天的歡樂晚會，是大家印象最深刻的回憶。當晚會快結束時，主持人播放了令人難忘、憂傷歌曲，讓現場的六年級學生紅了眼眶。希望可以再一次回到六年級開學的時候！



點我回目錄



正向教養煉金術

專輔教師 陳盈帆

隨著教改後實施零體罰政策及大眾對心理健康議題日益重視下，「正向教養」這個概念也成了近年來熱門的新興教養模式，而這學期筆者正好有幸在永福校內擔任親職教育講座的分享人，與家長們一同討論這類型的議題。講座題目為「正向教養煉金術」，這樣的主題



設定看似於在不容易的親職教養路上能給予家長特定的解方，但如若我們細看每個家庭，其實每位孩子的個別差異及成長環境不同（如家庭成員的組成與變動及經濟條件），我們不難理解到個殊性的差異仍是存在的。因此在談到正向親職教養的正文前，也想與正在閱讀此篇文章的家長有個約定—在教養的漫漫長路上，我們試著**開放心胸、保持彈性地一同學習、成長與討論**。因此本篇文章欲先從實務經驗及心理學的觀點談原生家庭在正向教養上的重要性，最後再談及正向教養的大原則與可行的實務做法。

一、從實務經驗的角度論家庭重要性

筆者在與兒童進行輔導工作之前，多是與成年初期即成年初顯期的成人進行諮商晤談工作，意即年齡上大約是大學至三十歲前的階段，觀察蒐集來的議題不外乎是在人際或親密關係上發展的不順利、情緒困擾（憂鬱、焦慮）、生涯的未定性（學業挫敗感、求職擔憂等）。總括來說，這些令人不悅的議題背後之核心自我信念為：自卑/我不夠好，再繼續探究下去，十有八九我們都會談到自己的早期經驗（記憶），也就是我們的原生家庭。

二、為什麼家庭中的「早期經驗」如此被看重？從心理學的觀點論家庭重要性

直覺思考，家庭是第一個撫育我們長成的環境，與家庭成員間的互動模式、被主要照顧者教養的方式以及家庭中所處的社經地位，除了是我們對自我認同的基本來源，也會影響我們對他人的看法與感知，更甚是更宏觀地影響我們如何看待社會、生命的態度。再者，筆者亦欲從心理學的觀點來談生命初始所在地—原生家庭如何影響人類在心理需求、性格及與環境互動的重要性。

(一)需求階層理論

心理學中有一個著名的金字塔理論，由心理學家 Abraham Maslow 所提出，意指個體身心發展順利的需求，而當人類活著的生命需求需逐層被滿足時，方可達至對自我抱負、理想實現的需求。依階層是各類所需被滿足的需求，分別為：生理需求、安全需求、愛與隸屬需求、尊重需求及自我實現。由此可知，在個體早期應是由家庭所提供的基礎需求滿足方能促使其穩定向上發展。

(二)Freud 性心理發展理論

此理論提及在個體各個階段發展的需求若未被滿足，則可能造成日後成長中在性格上的缺陷。舉例來說，嬰兒透過吸吮、咀嚼等方式來探索世界，此時的口腔活動未被即時滿足，日後長大成人可能會透過負向的酗酒、吸菸方式取代，而在性格上也容易不信任他人，拒絕發展親密關係；在兒童一到三歲之肛門期階段則是練習自我控制（攻擊、負向的情緒）與自我欣賞的能力，如若未被滿足，在性格上則可能造成倔強、吝嗇以及缺乏三思而後行的謹慎；來到了學齡前期三到六歲的性器期，開始探索自己的性別並對自我性別產生認同，如若不然則會讓自己與他人在相處上無法坦誠互動。Freud 強調生命的前六年是心性發展上的關鍵時期，故而舉例上述三個兒童發展階段。



(三)Erikson 社會心理發展理論

Erikson 提及個體在發展上的挑戰與社會環境互動有關，在各個年齡層上皆有任務必須通過，如果通關不利，則可能造成個人心理上的壓力與不適，成為心理社會危機。

直至今日，此心理社會危機理論已提出人的生命歷程中會有九個危機，但本文中簡單舉例從嬰兒期截至國小學齡階段可能會發生的心理危機，依序為：不信任、個性害羞、特質退縮內疚及自我價值感貶低。由此可見，如若前一個階段的危機未被解除，則會延續影響生命歷程的下一階段，這也是此理論主要的論點。

綜上所述，無論是從直觀看法或是心理科學角度論之，再再印證原生家庭所帶給個體的早期經驗對於人類在心理發展上影響甚深。

文章閱讀至此，既然家庭的早期經驗對個體的發展影響深遠，那身為家長的我們，該怎麼做呢？

三、 正向教養的大原則與可行的實務做法

不曉得各位家長是否跟筆者對於正向教養的觀念有過同樣的迷思與困惑？對於「正向」一詞意涵的理解是讚美與鼓勵，但心中也會不斷冒出明明學齡階段（含）之前的兒童其實是需要建立許多規範與管教的 OS，不約束與懲處能夠教得動嗎？上述的觀念大方向沒有錯，面對孩子的正確行為我們需要增強鼓勵，在偏差行為上也確實需要管教懲處，只是如何有具體的作為？

以下以一個情境題舉例（改編自〈言語治療師 Ana 正向育兒 X Lia 日常〉臉書粉專）：晚上 10 點是小明上床睡覺的時間，父母答應他最晚要在九點半結束正在玩的線上遊戲，然而小明卻食言，未在與父母約定好的時間內結束線上遊戲，被父母制止後開始出現耍賴哭鬧的情緒。面對此情況，做父母的該如何解套？筆者在此分享可能執行的具體方式。

下列的教養方式皆是以**堅定的態度**作為出發點。

(一)同理孩子被剝奪玩樂的情緒：

我知道現在不能玩讓你很生氣，要不要媽媽陪你一下？

(二)訂定父母在教養上的底線：

1. 準時睡覺很重要。
2. 履行承諾亦重要。
3. 為此事哭鬧我覺得沒什麼大不了的。

所以我的底線是，小明需要遵守承諾。

(三)底線與後果的關聯性高低：

例如：如果你現在不結束遊戲，晚上就不要睡覺了（這個底線與應得的後果關聯性低，因為不合理，你不可能讓孩子不去睡覺，因此要避免說出不可能獲得的後果，也預防孩子認為你訂下的規矩毫無章法可言）。

(四)如果孩子情緒仍激動，第一步先讓其冷靜後再說明可能後果（所以預留冷靜時間是必要的，九點半結束線上遊戲到上床睡覺間還有 30 分鐘）。

(五)如果孩子還算冷靜，說明可能後果。

例如：如果現在不準備睡覺，明天早上起床會很難受，還記得之前也是這樣嗎？

(六)當施行後果時，絕對不能因為孩子哭鬧而妥協！！！！

例如：避免說出「好吧！再讓你玩 10 分鐘...」的退讓用語。需要從小就設定好規矩，並比孩子還堅持，否待孩子長大愈有自我意識時可能將愈難溝通。



(七)待這件事落幕後，以開放式的問句

和孩子聊聊事件的經過，藉此加深事件前因後果的印象，並也保持彈性和孩子討論，倘若再遇到類似事件時我們可以怎麼做，讓孩子為自己的行為負起責任，而這個責任是有選擇性的（因為是雙方一同討論而非權威式的命令）。

由上述可知，筆者漸漸理解正向教養原則的幾個重要方向並非僅是一味稱讚與鼓勵，而是堅守底線、予以後果、多陪伴、盡量做到不打與少罵、不溺愛及在旁說風涼話等。

育兒是一條艱辛且漫長之路，孩子也是我們甜蜜的負擔，既然是艱辛漫長之路亦是負擔，因此這世上就沒有完美的父母，只有夠好的父母，這句話也是英國心理學家 Winnicott 所倡導的觀念，只要我們願意覺察、開放與調整每一堂與孩子「相處中學習成長」的必修課，我們即是稱職的父母！讓我們一起在教養孩子途中共勉之～

參考資料：

臉書粉專 <言語治療師 Ana 正向育兒 X Lia 日常>

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100064042751376>



點我回目錄



感恩有您~108 期家長回饋

資料組長 顏嘉慧 整理
全校家長

感謝全校家長對於永福人輔導期刊的肯定，有了各位的鼓勵與打氣，編輯老師將更努力整理學生們的徵稿資料，也希望學生及家長持續支持期刊，能夠仔細閱讀每一個版面，祝福您教育孩子路上順利幸福、闔家健康平安。

108 期家長留言在永福一家人臉書上共有 36 則留言，以下節錄 12 位家長的留言：（摘自永福一家人臉書 <https://cc.yfes.tw/5>）



10825 蔡沛均媽媽-

謝謝永福國小大家的用心和整理出很棒有資訊的期刊，閱讀完後很有收穫也能運用在日常生活中也能和孩子討論，而孩子回來說畫作品有得到禮物也很開心，也能看到其他學生孩子們的用心作品，讓孩子感受到自己收到重視和肯定，謝謝老師們的用心。



10925 許宥蓁媽媽-

謝謝學校讓小朋友發揮創作可刊登在學校輔導期，分享作品讓我們家孩子可以透過同學畫的內容了解如何保護眼睛。在飲食中那些食物也能攝

取葉黃素，知道不能常看 3C 產品，要保持良好書寫坐姿光線也要充足。



20902 廖宥榮的家長-

感謝學校老師們的用心，透過期刊讓家長們也能走進孩子們的校園生活，也感謝學校的號召、提倡，讓家長們和孩子一起來運動、保護眼睛。孩子們很落實在生活中，想到用計數器，坐在書桌前 30 分鐘、要起來休息或活動 10 分鐘。

謝謝學校時常透過期刊分享親職教育文章，讓家庭教育和學校教育能夠一起成為孩子生長的養分～



20721 郭允欣媽媽-

感謝學校及老師們，看的出來學校對於孩子的帶領孩子們的用心，我的寶貝每次回來都會跟我分享在學校的生活點滴，也謝謝老師們能以不同活潑的方式教學陪伴孩子們成長，很榮幸這次我的寶貝作品能刊登上校刊，原本只是平常的作業，居然也有機會能刊登上去，真的很替她開心，也謝謝老師能夠讓我的寶貝有這樣的機會被刊登在期刊上🍀！



30614 甘庭瑜家長-

感恩資訊的發達，讓我們可以快速及方便地看到學校的用心及孩子的努力，在期刊中能看到自己孩子的作品更是令人興奮不已！期刊中的內容也很豐富，其中的大手護小手令我印象深刻，也透過了文章照片內容讓我們看到了傳承的感動！

感謝學校、感謝所有老師、家長及學生們共同創造這 112 頁的美好！



30213 林曉摯媽媽-

謝謝學校和老師們很用心編排這本期刊，老少咸宜，寓教於樂，處處可見精采的內容，精心策劃的主題，讓孩子們一起參與創作，讓孩子們表達出自己的想法。我陪孩子一起共讀，從同學們的入選作品裡，分享如何護眼的方法，真的很棒，我們很喜歡，希望可以把它落實在生活中。

感謝學校和老師們的付出，您們辛苦了！



40610 家長-

永福人輔導期刊，讓大朋友、小朋友都可以輕鬆瞭解學校大小事。不管什麼主題，都可以讓我們自己有小省思。每一張作品都是小朋友花費很多心思創造出來的。其中我和小孩最喜歡的主題是保護眼睛，看著一年級

小朋友畫的畫都好可愛，還有家長一起分享，讓我們更要多運動接觸大自然，不要被 3c 控制。



40318 陳沛蓁媽媽-

感謝學校用心！孩子跟我喜歡大手牽小手的活動。我的小孩是小一生，剛進到校園難免感到陌生，有這個活動，讓孩子感覺到很溫暖有大哥哥跟大姊姊的教導與親切。

從輔導期刊中，看到自己孩子在校作品很開心，讓家長與學生一同欣賞各同學的作品與文章，也是一種親子共賞活動♡



50201 謝騰翊家長-

謝謝校方及老師的用心，透過輔導期刊可以更了解，學校的教育理念，還有推動的宣導內容，最重要的是~可以看到許多學生們優秀的作品，超棒的!是一份可以和孩子們一起閱讀的好刊物!



50624 周昕灃家長-

謝謝學校的各位編輯老師，和各年級小朋友踴躍投稿作品，可以讓各年級的小朋友和家長一同閱讀和欣賞。其中我和小朋友最喜歡的文章是:跨

越性別，勇敢追夢這篇文章。在這多元的職業和環境裡，去探索孩子的性向和喜歡做的事情很重要。

文中的媽媽告訴主人公,只要是妳喜歡的就努力去做,當然孩子也不負眾望在比賽中拿到修車領域的金牌!!這很讓人省思，主人公的媽媽也不會因為「修車」這個而跟她說這是男生做的，女生當什麼「黑手」，只告訴她：這是妳的人生，沒有人可以阻擋你想要走的路!!太棒了！希望我以後也可以做到像這位媽媽一樣。



60306 黃宥善家長-

每次的輔導期刊都很讓人驚艷，感受的到學校老師及學生用心，每個作品都可以看到同學的創意一目了然知道作品所要表達的方式，每期的期刊都很讓人期待 🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷🍷



60412 家長-

學校的輔導期刊內容豐富多元化，除了同學們精彩的作品，也有很多關於教育、健康……等等的題材，讓親子閱讀從中獲益良多，也讓家長知道學校的活動。最後謝謝老師們用心編輯這麼棒的期刊！

感恩有您~家長參與親職講座

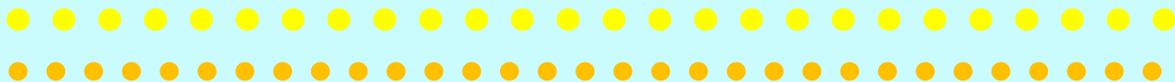


感恩有您~家長參與親職講座



每位家長都 DIY 完成擴香石~~

[點我回目錄](#)



隨手就可以閱讀

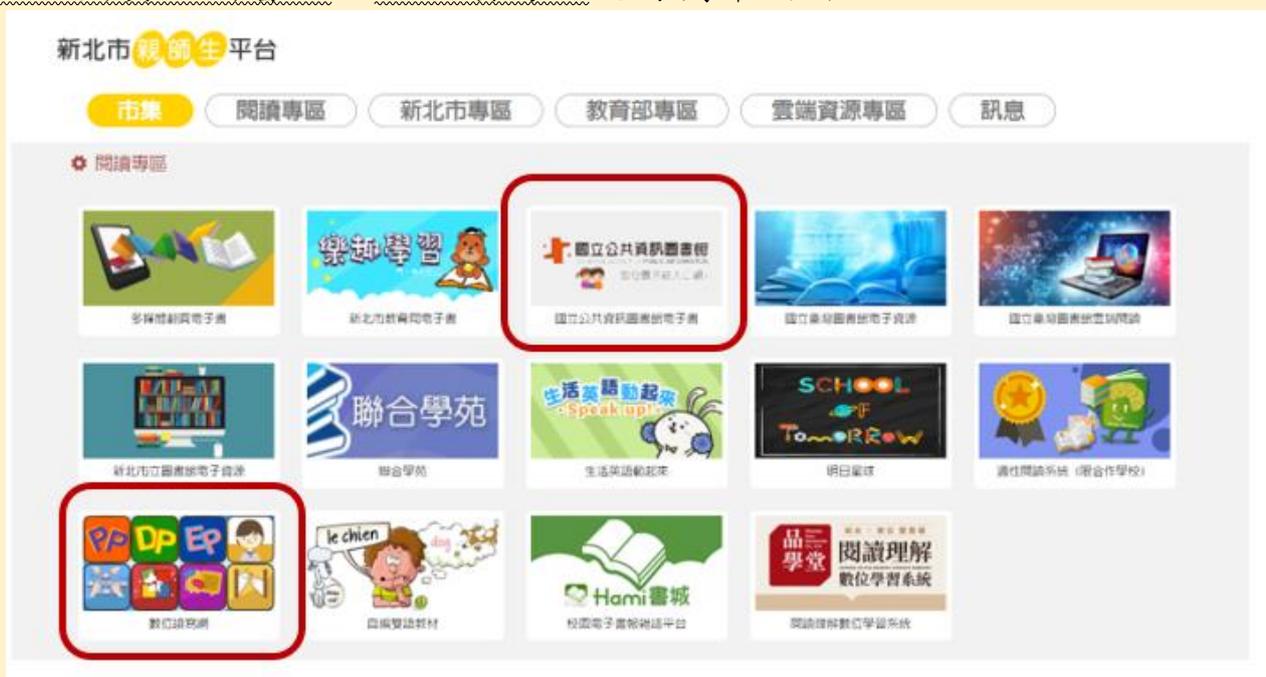
課研組長 林純青

閱讀是一種重要的學習工具，對於個人成長、語言發展、知識累積等方面都有著重要的作用。閱讀能力更是一切學習的基礎，關乎孩子的心智啟發與終身學習的能力。我們都希望孩子能經由閱讀接觸到很多知識，透過閱讀發展出對世界更寬闊的理解。但事實上，閱讀並不是一件「自然而然」就可以學會的事，更不是隨著年齡增長或只要有上學，就理所當然發展出來的能力。

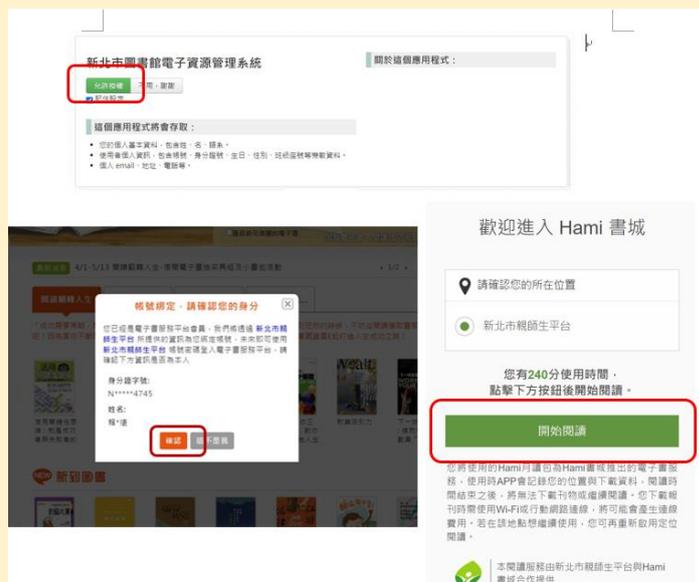
隨著科技的進步，閱讀途徑相對顯得多元，不再局限於紙本閱讀，家長可以透過不同的平台陪伴孩子進行閱讀活動，例如電子書閱讀器、手機、平板電腦、電腦等等，讓孩子在任何地方和時間都可以進行閱讀。

在此就藉由親師生平台介紹幾個登入方便又實用有趣的閱讀平台，內容包括：電子報、電子書、電子雜誌、各類學習影片、線上互動課程等，不只推薦給孩子增進閱讀素養，也相當適合家長自我成長唷！

首先使用學生帳號登入親師生平台並往下選擇*閱讀專區，此次將針對國立公共資訊圖書館、數位讀寫網進行簡單的介紹。



為什麼要透過親師生平台呢?從親師生登入的好處是統一使用學生帳號即可暢遊內設的網路平台，不需要再進行繁瑣的註冊工作。第一次登入閱讀平台時只需要先進行帳號綁定的確認工作，按下允許或確定鍵就可以直接串連登入到該網站。



◎國立公共資訊圖書館



國立公共資訊圖書館的登入頁面就是各類的熱門書籍，線上開放免費借閱的電子書共有 387776 冊，您可以依分類找到自己或孩子有興趣的書籍進行借閱。一般書籍借閱可使用 15 天，若是熱門書款則需要預約，以上資訊都可以在首頁右上方的個人書坊查詢。



然而國立公共資訊圖書館真正值得尋寶的是國資圖首頁裡面的數位資源。**語言學習與檢定**內有語言學習資料庫跟語言檢定資料庫，讓你可以輕鬆跟著影片學習第二外語，也能進行模擬測驗，包括：空中英語教室-影音典藏學習、PELAPELA 日本語學習資料庫、Easy test 線上學習測驗平台-JLPT 日本語模擬測驗系統、空中美語-NEW TOEIC 新多益測驗系統等。

兒童樂閱讀內有兒童繪本、影音資源跟圓夢繪本資料庫，提供家長超強的隨身行動閱讀保母，超過 5 千種中英文兒童繪本、故事書免費線上看，輕鬆享受數位閱讀的樂趣。**兒童繪本專區**包括：FunPark 童書夢工廠、TumbleBooks 互動英文電子書、格林咕嚕熊親子共讀網電子書資料庫。其中特別推薦格林咕嚕熊親子共讀網，內容為格林文化出版社歷年出版的精選繪本，古今中外的大師，與來自各地的世界級插畫家，聯手將最動人的故事、最精緻的插畫，結合優質的聲音、豐富的動畫，為孩子演出一本本續



紛的閱讀之旅。影音資源裡有音象兒童動畫影片教學資料庫、Food 超人影音教學庫、文化音像數位資料庫(風潮音樂)、線上視聽媒體中心(VOD)、視界電影院公播大平台。

期刊報紙就比較適合家長們使用，提供豐富多元的電子期刊資料，包括理財、科技、語言、時尚、生活、娛樂、家居、藝文、親子、運動等超過 200 種電子雜誌，可以在家輕鬆享受閱讀雜誌的樂趣。

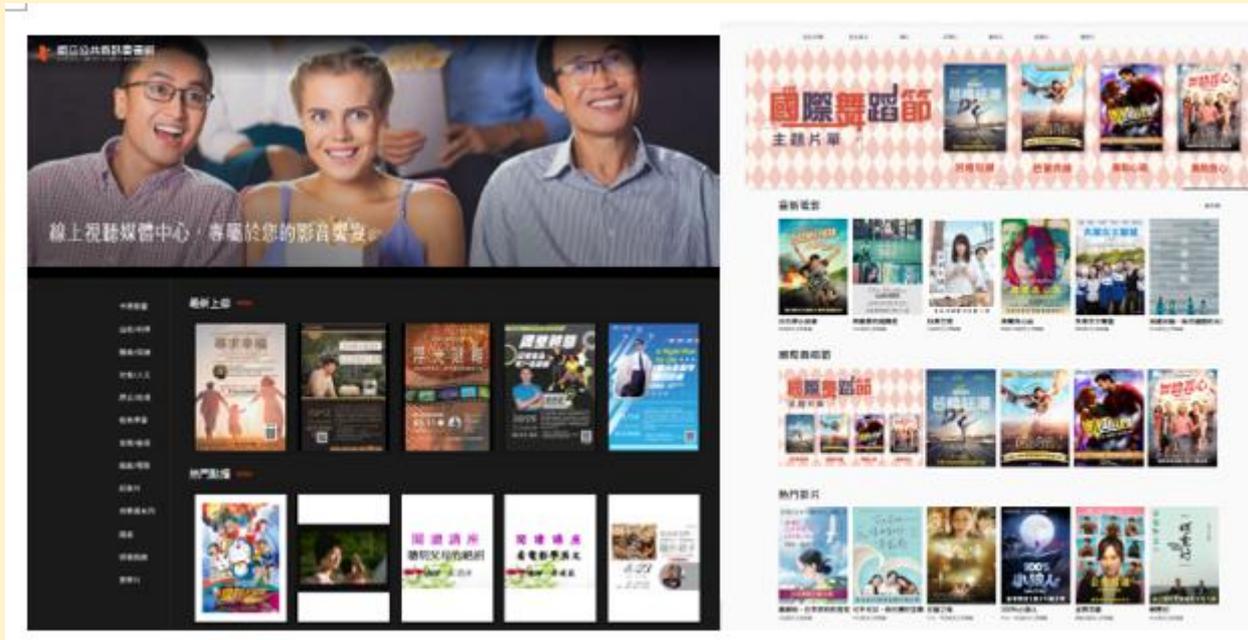
KONO for Libraries 精選誌資料庫裡有今周刊、理財周刊、Bella 儂儂、men's uno 男人誌、一手車訊、行遍天下旅遊月刊、PC home 電腦家庭等包羅萬象。

AEB Walking Library 電子雜誌裡有 HouseFun 好房網雜誌、遠見雜誌、彭蒙惠英語、常春、哈佛商業評論等熱門刊物，均為最新一期。



天下雜誌群知識庫收錄《天下雜誌》、《康健雜誌》、《Cheers 雜誌》、《親子天下》創刊迄今的內容，及《專刊知識庫》、《天下英文》、《天下調查中心》合計 7 種知識庫，內容涵蓋財經、管理、教育、健康、職場、數位科技等領域。

最後要推薦的是電影休閒，沒有訂閱 NETFLIX 或 Disney+也沒關係，線上視聽媒體中心(VOD)與視界電影院公播大平台能提供您各種優質影片，其中線上媒體中心提供超過 5,600 部影音資料可即時收看，或以隨選點播的方式，透過瀏覽器連上本資料庫，即可欣賞講座直播及精選影音節目。而視界電影院公播大平台是全國首創將公播版電影放上線上串流的平台，致力推廣電影教育、公播觀念，讓民眾看到合法且具有教育意義的電影。



◎數位閱讀網

另外一個強力推薦的平台是數位讀寫網，這是由財團法人台灣閱讀文化基金會所建置，主要鼓勵學生透過引導式平台，由運用注音符號開始，達成閱讀與表達等能力，進而展現高階批判思考，可選取、判斷、統整線上資料，培養線上數位閱讀素養及自主學習能力。





在**基礎讀寫**裡每個主題皆可選擇難易度，可分為**快打高手**-練習打字、**句句實言**-語詞重組、**長話短說**-閱讀完短文後寫出摘要、**讀出滋味**-閱讀短文後選出代表文章的關鍵詞。



在**深度讀寫**裡有各種不同的主題文章，同時滿足不同學習興趣的孩子，在閱讀後進行閱讀理解測驗。**多**文本題組依照不同的難度，孩子可以自行選擇有興趣符合能力的文章，選擇文章後根據文意理解會有搭配的學習任務，同時也有參考答案可以比較。



課文主題延伸以學科領域閱讀為主，搭配四~六年級的不同的學習領域，輔以社會情緒表達、人際關係、生命教育等議題納入命題元素，以促進自主學習為目標。

最後是 SDGs 與國際閱讀評量 (ePirls、PISA) 的相關文章閱讀與理解測驗，SDGs 內容包含搭配「2030 永續發展目標」17 項核心目標的文章。國際閱讀評量-ePirls 是數位閱讀素養，模擬網路閱讀的情境，讓孩子使用電腦做閱讀評量的測驗，包括孩子在網路上搜尋、找資料並整合成知識的過程、PISA 評比內容則是涵蓋閱讀、數學和科學三個領域，每三年一次、輪流針對一個主要學科領域做詳細測試。藉由以上兩個單元，讓孩子與國際接軌，感受世界教育的共同趨勢。



數位閱讀的優點在於方便性、節省空間，讓讀者能夠隨時隨地存取內容，不再需要攜帶大量實體書籍，減少了紙張使用。以上兩個平台資源豐富多元，希望透過這次的介紹，大家可以試著上去探索學習。

[點我回目錄](#)



淺談校園中的人際關係

生教組長 賴嫻婷

學校其實就是社會的縮影，對於人與人之間的溝通協調向來都不是容易的事，也一直是孩子在各學習階段的重要課題。因此孩子在校的人際關係萬不可輕忽。成人世界裡職場會面臨的一切，其實孩子們在校園中早已不陌生。試想你在職場需要哪些能力？

和同事、主管溝通表達的能力
理解並尋求在職場的生存之道
面對衝突與挑戰的應變能力
調適挫折與負面情緒的心理素質



提倡實用主義的美國教育家杜威提出

「教育即生活」、「教育是經驗不斷的重組

與改造」。機會教育正是學校教育的核心，我們透過每一次的事件，讓孩子從經驗中學習為人處世的道理。低年級孩子的生活相對單純，才剛接觸校園中的「社會規範」，重點在**養成良好生活作息**，像是準時到校、聽鐘聲分辨上下課時間、上課發言前先舉手、不隨便離開座位、保持自己座位整潔等等；人際關係議題則是**學習如何跟同學和睦相處、尊重他人保護自己**。較常出現的問題經常是「物我觀念」不清導致紛爭，像是會發生使用別人的東西沒有經過別人的同意，或是私下贈與跟買賣零食文具等行為，甚至會衍生借用他人物品不歸還、損壞他人物品卻沒有責任感，以及造成偷竊等偏差行為。

中年級孩子逐漸成熟有自己的想法，不僅在學習上要面臨更多挑戰，待在學校



的學習時間也加長了，以**適應課業、與同學相處的人我分際**為主要議題。常見的是在**遊戲時任意變換規則或是身體界線不清發生衝突**，通常老師會引導孩子釐清事實並教育他們和別人溝通應對，在老師的引導下，孩子能學會清楚的自我表

達與面對突發狀況的應變能力。

高年級學生身心各方面都逐漸成熟，重要他人也由父母親逐漸轉移到同儕團體，此時**建立正確的交友方式與情感教育**就顯得非常重要。父母與師長要花更多時間貼近孩子、傾聽他們內心的想法，適當引導並共同解決生活中的難題，可預見的問題也能迎刃而解。情感教育簡單來說就是理解自己內心的想法，並**用適當的途徑合宜表達自己的情感與需求**。例如：面對喜歡的人能用體貼與協助帶給對方舒服的感受，若對方拒絕該怎麼釋懷與紓解自己的情緒；遇到自己不喜歡的事情能勇敢且清楚拒絕，『我不喜歡……，請你不要這樣做』，孩子在每次的事件中都在練習成長，若老師與家長能**適時給予關心和陪伴**，相信孩子也能更勇敢面對人生的每一次挑戰。

點我回目錄

