

財團法人普仁青年關懷基金會
107 年度「大手拉小手~助學、育成暨引導計畫」勸募活動
募得款使用情形成果報告書

一、目的：

為協助全國弱勢家庭之國中生、高中、就學所需基本費用，減輕其家長之經濟壓力，以穩定學生及家長之心理並讓學生安穩就學，進而能完成學業。

二、期間：

核准勸募活動期間：自 107 年 2 月 1 日起至 107 年 12 月 31 日止

募款活動財物使用期間：自 107 年 2 月 28 日起至 107 年 12 月 31 日止

三、許可文號：

衛部救字第 1071360513 號同意辦理

四、募款活動期間所得及收支：

收入：

107/2/1~107/12/31（募款活動期間）收入 \$184,006 元+利息\$5 元

合計 \$184,011 元

收入	
107/2/1~107/12/31（募款活動期間）	\$184,006 元
利息收入	\$5 元
合計	\$184,011 元

支出：184,011 元

募款相關支出金額 \$1,172,989 元（勸募活動經費及手續費支出由本會自行吸收）

支出			
項目	募得款項 支應金額	本會自籌 支應	合計
其他支出： 1、季刊每本 30 元 X300 本 X4 期。 2、宣傳單張 5 元 X1,000 張。 3、郵寄季刊或文宣等，10 元 X1,200 份。 4、場地佈置、器材及茶水費...等。 5、影印、文具、郵電...等。	\$14,811 元	\$162,189 元	\$177,000 元
助學金(扶助國內 30 人弱勢家庭	\$0 元	\$480,000 元	\$480,000 元

之國中生（20 人*12 月*1000） 高中生（10 人*11 月*2000）之 助學扶助金，扶助期間自 106 年 1 月起至 106 年 12 月止共計一 年)			
活動費(辦理台北/高雄夏令營、 台北/高雄遊學、關懷訪視、相見 歡、學生成長團體活動及聯誼活 動等相關活動、引導計畫暨辦理 交流研習活動費用)	\$169,200 元	\$530,800 元	\$700,000 元
合計	\$184,011 元	\$1,172,989 元	\$1,357,000 元

淨收入\$184,011 元－支出\$184,011 元＝餘額 \$0 元

淨收入	
募款收入	\$184,006 元
利息收入	\$5 元
支出	\$184,011 元
合計	\$0 元

遊學台北活動

一、活動目的：

- (1) 透過遊學體驗的方式，帶領受助學生參訪，感受多元文化交流，增廣學生視野。
- (2) 透過參訪活動，協助學生拓展人際關係與應對能力。

二、活動日期與地點：

107 年 5 月 5～6 日，兩天一夜。第一天以西門町、3D 電影進行都會體驗活動，第二天到九份及黃金博物館文化知旅體驗。

共計 33 位清寒學子參加遊學台北活動，6 位後援會會友、6 位助學人、2 位董事及 2 位育成志工導師擔任寄宿家庭，共計 16 個寄宿家庭參與(接待學生回家住一晚及提供隔天的早餐，讓學生體驗家庭溫暖的氛圍)。

參加人員分享請參考普仁家園季刊第 64 期第 6 頁至第 18 頁



財團法人 普仁青年關懷基金會
Puren Youth Care Foundation

普仁家園

●用大手拉起青少年的希望●

2018遊學臺北



目錄

3 建構全方位的體驗學習

讓普仁的學生快樂成長

・本會執行長／蘇聰明

專題報導

4 普仁情 天使心

・本會專員／馮瑜 整理

助學計畫

6 跨出勇敢的第一步 2018遊學臺北

・本會社工／吳佩怡

7 2018遊學臺北 隊輔分享

・隊輔／劉芝吟、顏冠廷、劉蓋梅、劉智雄
廖晨圻

12 2018遊學臺北學員分享

・彰化縣立社頭國民中學／張泓海
・彰化縣立社頭國民中學／陳美好
・高雄市立六龜高級中學／邱慧琴
・彰化縣立芬園國民中學／洪綵翊
・臺南縣立東山國民中學／陳文嘉

17 Homestay愛很大

One night in 臺北 我們留下許多“愛”

・寄宿家庭／黃曉成、簡志成
・本會助學人／蘇美燕

19 用「愛」起航 學校關懷訪視

・本會社工／吳佩怡
・屏東縣立高泰國民中學教務主任／李宜靜

20 愛灑高泰-普仁基金會

・屏東縣立高泰國民中學校長／印永生

21 致謝普仁基金會

・臺中市立溪南國民中學輔導組長／林佳慧老師

22 感恩與感謝

・高雄市立六龜高級中學／李佳純老師
・彰化縣立芬園國民中學輔導組長／曾昱涵
・高雄市立甲仙國民中學／潘佳怡

25 推動品格50～學生品格分享

27 溫馨五月感恩卡片

育成計畫

29 育成小太陽畢業感言

・育成小太陽／何欣梅、張宛喻、龔靖婷
葉珈鈺、潘李維、卓仔凡、葉宇婷、簡宏諺
潘瑞琪、蔡承霖、張惠寧、侯國輝

引導計畫

41 圓孩子「轉動騎跡，從心起飛」夢

・龜山國中輔導主任／曾美娟
・輔導教師／葉豫璇、林子毓
・龜山國中替代役男／林士傑、張伯榆

後援會報導

44 浴火重生慈暉社

豐華再現新世代慈暉社

・普仁後援會前總會長／陳聰亨

45 普仁後援會高雄分會多納旅遊札記

・普仁後援會高雄分會聯絡組長／倪金樹

會務報導

47 普仁青年關懷基金會營運報告

48 普仁青年關懷基金會收支一覽表

49 普仁107年4～6月捐款徵信名錄

52 普仁4～6月足跡與活動紀實

54 普仁107年7～9月活動預告

跨出勇敢的第一步

2018遊學臺北

◆本會社工／吳佩怡

五月，進入一個蠢蠢欲動的月份，每年基金會總是用遊學活動揭開一年裡所有活動的序幕，因基金會活動總是廣受好評，於是自2017年開始，遊學活動，分別在臺北、高雄二地各辦理一場次。

本次活動51位小太陽報名，經篩選後共32位小太陽參加，4位育成小太陽擔任小隊輔的工作，此次很特別的是經篩選後的小太陽都是第一次參與基金會的活動。

普仁扶助的小太陽大多因為生活環境、經濟等因素，沒有機會四處體驗感受各個城市的風土民情、生活方式與人事物，延伸出來就是我們時常耳聞的面臨困難或是類似經驗時，學生們沒有太多的經驗或是想法去處理問題。因此，基金會每一次在規劃活動時，總是很貪心的想要設計很多活動，期待可以讓小太陽在活動過程中多一些多元文化的刺激，增廣視野，及體驗平日生活中體驗不到的經驗，協助小太陽在未來可以擁有更多無限的可能。

第一天當小太陽們在西門町著名的紅樓、西本願寺、美國街、刺青街——留下足跡與

歡笑，討論著他們所看所感受到的時下潮流；當他們在電影街排著隊等著觀賞電影、領取爆米花、飲料，直到看完電影，臉上帶著玩了一天有點疲累但是滿足的笑容；帶著第一次搭捷運的興奮一路上跟新認識的朋友們交談來到國父紀念館的立德餐廳，準備享用今晚的大餐及跟寄宿家庭見面。

一頓別具意義的晚餐在溫馨又熱鬧的氣氛下展開，而「寄宿家庭」的體驗又是遊學活動中一個非常重要的部分，因為這些小太陽們大多來自弱勢家庭，平日無法感受太多家庭溫暖，為了要讓小太陽感受溫暖、熱情、和貼心的寄宿爸爸媽媽、也希望這趟臺北之旅能跳脫一般旅遊住宿旅館的經驗，期待透過家庭式的照顧、以及人與人的互動，讓小太陽充滿愛的能量。而晚餐時間安排結束的早，也是要让小太陽們可以多跟寄宿家庭的爸爸媽媽們多一些相處的時間，感受到來自家庭的溫暖。第二天集合時，聽著這些小太陽的分享，我好像也跟著他們一起去了士林夜市、101大樓…等景點走了一趟，感受到寄宿家庭滿滿對小太陽們的愛呢！在此也要感

謝參與此次寄宿家庭陣容的寄宿家庭爸爸媽媽們，如此大方地開放自己的家，接納參與的每一位小太陽！

第二天，我們搭著遊覽車，浩浩蕩蕩的去九份，在黃金博物館中參觀及了解早期礦工生活，體驗了如何淘金，和隊友們討論為什麼都是一樣的做法，你淘出來的金沙怎麼比我多，和基金會的工作人員們展示著每個人金光閃閃的成果；中午吃著簡單的礦工便當，最後發揮每個人的創意把包便當的布巾綁在頭上、戴在手上；最後來到九份老街，與各地來的遊客摩肩擦踵的逛著，耳裡聽著不同的語言，嘴裡吃著有名的芋圓冰消暑。

看著小太陽們最後在板橋火車站要搭車回家的時候，在他們臉上發現了有那麼一點點不一樣，二天一夜的活動，在無形中默默的影響了他們，感謝許多人，默默的成就了這件好事，讓小太陽們可以透過活動培養潛能、發現原來很多事情自己也是可以做的到、想像的到的，進而展望未來、翻轉人生。

2018遊學臺北 隊輔分享

◆隊輔／劉芝吟

因為今年暑假沒辦法參加夏令營，所以遊學臺北的訊息一公告，我就馬上報名。這次的活動主要地點在西門町跟九份，西門町對我來說還算熟悉，但九份因為是第一次去的關係，除了期待，也告訴自己螺絲要栓得更緊。

板橋車站集合完畢後，我們一行人搭上捷運，來到第一天的主要活動地點~西門町，西門町是臺北指標性的流行商圈之一，帶著學弟妹們參觀西門紅樓、體驗時下流行的各種新事物，天氣雖然炎熱，但澆不熄我們的熱情！吃過中餐後，我們小隊在攝影師石大哥的提議下，來到著名打卡景點——美國街，美國街的一大特色是有豐富的牆面塗鴉，石大哥也在此為小隊拍下此趟臺北之行的封面。

今年由於小隊時間較長再加上去年的經驗，我們在西門巡禮結束後，找了一塊涼爽的空地休息，並且拿出準備許久的口袋遊戲讓學弟妹互動。我想，即使是短短的兩天一夜，也會有辦法讓他們在過程中熟悉彼此，留下印象。

第二天的掏金活動還有九份老街，我跟小隊員一樣都是新體驗，其中壓力最大的就是逛九份老街。第一對地形不熟悉，擔心回程會迷路；第二九份觀光客多，適逢日本黃金週帶來的人潮，真的很擔心小隊員被沖散……不過還好有阮姊跟隊，協助照顧小隊員和認路，讓我們能在預定的時間內回到集合點。

每次出隊對我來說都是珍貴的，每年的普仁夏令營總會看到這樣的回饋：「明年我還要來夏令營！」這次剛好要接送Home stay的兩個妹妹往返集合點，捷運途中跟她們有更多交流的機會，到了活動尾聲，我跟其中一位妹妹攀談，談話中透露了她覺得還可以再參加

其他普仁的活動，我覺得很開心，開心的原因不是因為覺得自己帶得很好，而是能把自己在普仁得到的愛，延續給年紀更小的他們。

兩天的活動結束後，我沒有累癱。不管是出隊前、活動中還是結束後，我都收到很多朋友的加油打氣，謝謝我的搭檔許同學、攝影師石大哥、還有阮姊幫我分擔很多工作，讓我在帶隊時能有喘息的空間。最後感恩普仁基金會給我此次的學習機會，暑假就要去東莞了，希望屆時可以帶著更多的收穫回來分享。謝謝大家，大家辛苦了！



在炎熱的天氣中，我們將自己的手浸到冰涼的水池中，體驗著淘金樂趣，還感受了地方特有的文化體驗，每個孩子臉上都掛著笑容，在歡樂的氣氛中感受這愉快的時光，我們在九份，這裡是我們遊學臺北中的最後一站。

很慶幸自己又能夠撥出時間參與此次的遊學臺北，結交了這一群可愛的小太陽們，今年這次特別的是來參加的每個學生都是第一次出遠門，來自四面八方的縣市參加普仁的活動，在第一次在板橋車站相遇、迎接他們的時候，從一開始的靦腆害羞，漸漸轉變為開朗、大方，能夠從他們行為舉止上看到轉變，雖然僅僅只有兩天，但是我真的因為能在他們身上看到轉變而為他們感到欣慰。

「以誠待人」，是去年暑假在東莞擔任SEVECO托管中心夏令營的助教時，我看到當地

老師在學生身上無私的付出、奉獻的體會跟感受，多麼希望我也有這樣的態度，並感染這兩天遇見的學生們。在西門紅樓前解散後，是我們第一次小隊自由活動，我也努力的炒熱氣氛，因為自己是觀光系的學生，我胸有成竹的帶著他們逛了周邊景點西本願寺，介紹了總督府後門、國軍英雄館等，還讓他們看了免費展覽，吹了一下冷氣，為了讓他們能夠稍微喘口氣不要因為舟車勞頓及天氣熱而累壞了身體，對待學生們就像普仁對待我們一樣視如己出，我們也負起責任照顧孩子們的安全。

令我印象深刻的是，第一天我帶他們去吃午餐時，告知大家我們的餐費額度是每個人150元吃中餐，結果那餐我們所花費的用餐費用為485元，包含我1個隊輔以及8個隊員們，平均每個人不到55元，我還再三確認問學生們會不會餓，吃這

些會不會飽，每個人都嘴硬說不會餓、會飽，他們真的很貼心，因為知道金錢得來不易，所以也不過度浪費基金會的金錢，後來我就把自己點的東西通通塞給他們吃，讓這群正值成長期的學生們盡可能的不要餓肚子，之後，因天氣太熱，我也帶他們去買了消暑的刨冰來吃。

在與他們聊天的過程中，發現他們的興趣及專長，在這短暫的兩天中我常常叨念他們，希望他們要堅持熱愛自己喜愛的事物，因為他們還小，還是能不怕失敗的探索每件事物的年紀，期許他們能找到所熱愛的事情，能有保持熱忱的興趣，是人生中一件非常重要的事情。

期待著下次見面還能穿著同樣的制服，期許下次見面是接下來的夏令營，希望還能再見到這群熟面孔，看到帶過的小太陽的成長茁壯，就是一種欣慰，能與他們相遇也是一種緣份吧。

最後感謝普仁基金會全體工作人員，還有志工們，奉獻了這些時間及精力來照顧我們，這次不同於以往的二個小隊，此次有四個隊伍，因為每個人有盡到自己的本分，還有很多低調默默付出的人，使這次遊學臺北大成功，謝謝你們。



◆隊輔／劉蓋梅

這是我第二次擔任遊學臺北的小隊輔，和第一次當小隊輔相比，這次的經歷帶給我的感受有著熟悉、也有著驚喜，不得不說我特別喜歡這次的小隊員，對於團體活動得不方便十分體諒，也對於安排的活動十分專注的參與。

有著第一次遊學臺北經驗的我，再帶一次小隊員對我來說不算很困難的事，許多時候都得心應手、游刃有餘，也因此有了心力來觀察我的小隊員們。我是個喜歡獨處的人，因此知道不是所有學生都喜歡團體活動的熱鬧，有些人喜歡享受獨自行動的安靜，但此次即使是個性較內向的小隊員，還是能開心的參與一整天的活動

。在這次活動中，挑戰我不愛權威但卻得站在小隊輔的角色帶領成員，每每回頭想對小隊員發號施令時就在心中多想一點有可能他們會有反應，看到他們順利平安的跟著預定行程走，這樣的經驗很是特別，格外讓我感到溫暖，覺得他們是一群體貼的學弟妹。例如我們這次的行程要在西門町逛街體驗文化潮流，我選了大多数人知曉的萬年大樓做為走馬看花的景點，而小隊員又有男有女，想要找那種大家都想逛的店是不可能的，也不能讓大家自由行動去逛各自想逛的店，最後，我依照著自己的喜好、以及我認為大家會喜歡的店做為標準，選擇我們要停下來逛哪些

店。我的原因是：如果是我的喜好，就不會有偏好哪個小隊員的問題，對於小對輔的厚臉皮要求，小隊員也不會有太多的意見。

依照結果來看，這個決定也許看起來很自私又自我中心，但做為做決定的人，卻能夠知道自私的決定並不是出於自私的起心動念，生活中很多我看不懂的事情，也許下次再遇到時可以用這種想法去換個角度思考。

這次很感謝基金會的工作人員，讓參與這場活動收穫滿滿的人不只小隊員，還有我這個小隊輔，再次謝謝遊學臺北活動帶給我嶄新的臺北體驗。

◆隊輔／劉智雄

在烈日當空的西門商圈，今天我很榮幸能夠作為普仁的一份子，於西門紅樓外拍下這幅別具意義的家庭照，以紀念這次「普仁基金會2018遊學臺北活動」的開始。

與普仁的緣份始於遊學臺北活動的兩星期前，基於師大公民教育與活動領導學系的課程要求，我與幾位系上同學需要到社福機構進行志工服務，在經過初步接觸後，我們瞭解

到基金會施仁布德、春風化雨的理念，也與我們的初衷不謀而合。

經過與普仁學生們的初步接觸後，我之前的疑慮一掃而空，因為普仁的學生們都自律守規，即使身處熙來攘往的臺北街頭，他們都懂得注意安全，移動時自覺的排好隊伍形式，也會留意馬路狀況，完全不需要我太費神照顧。

當晚餐時看到學生們能夠

自在地跟寄宿家長談天說地，我亦意識到自己已經結束一天隊輔的工作。我也在想，將來的我如果有能力與時間，亦要像寄宿家長們無私奉獻，為學生們帶來幸福，為學生們的健康成長出一份力。

翌日與學生們重聚時，他們都滿臉堆歡地訴說著昨晚與寄宿家長去哪裡玩耍，還有連比帶劃的描述寄宿家庭長什麼樣子，我可以感覺到學生們前



一天活動的疲勞都在寄宿家庭中
被溫暖治癒了，而他們臉上的
微笑也喚醒了我新一天的動力。

正如上述提及，參加活動的學生們都很守紀律，小隊輔只要細心點齊人數，負責小心顧好學生安全，且國中和高中的學生都已經很有想法，對於景點都有自己的體會，所以當隊輔的我沒有太多的左右，儘量讓學生們自行探索，我也希望學生們從這次旅程中有所得，滿足愉悅地回到家裡。

經過兩天一夜的遊學活動



，短暫卻又意義重大的相聚時光後，我更瞭解青少年志工服務的內容性質，也更明白現今窮困學生的就學、成長環境，的確需要社會的關懷協助。很感謝普仁基金會讓我有機會參

與這次舉辦的遊學活動，與普仁的學生一起成長，希望將來我能夠以更成熟的姿態與學生們見面，共同創造更多美妙回憶。

◆隊輔／廖晨圻

大三了，進入普仁也好長一段時間，繼多次的夏令營後，這是我第一次參加遊學臺北。第一次聽說遊學臺北是在我高中的時候，高中時的我心裡只想著學校生活，根本沒想要一個人離鄉背井北上活動。也算是彌補高中時的遺憾吧！所以想了想，就決定了我這兩天的知性之旅囉。

遊學臺北還有一大特點就是學員會有短暫的Homestay，體驗寄宿生活；而這兩天去了西門町、金瓜石和九份，算是大臺北地區的指標性地點；另外過去遊玩的經驗都是三五好友結伴出遊，所以這次當一個

「可靠的大哥哥」帶小朋友遊臺北對我來說真的是一大挑戰啊，畢竟小孩想的跟我想的都有很大程度的落差。再加上適逢日本大長假，可能會發生很多沒辦法掌控的局勢。剛好本次出活動遇到我自身狀況不好的時候，還好跟我搭擋的黃同學非常的carry，讓我輕鬆不少。

過往的夏令營，因為時間長、團體活動多，學員間容易會形成一股凝聚力，很自然地就會融入團體裡；反觀遊學臺北，僅僅兩天，行程又偏緊湊，我一度認為小孩子之間很難產生連結。不過成見就是要用

來打破的。即便大家來自臺灣各地，也很主動的參與活動和其他人打成一片。

活動前我一直在想，二天的活動，我要以怎樣的方式來帶領一個小隊？是要套用夏令營的模式呢？還是要另闢新的風格？不過後來想想就順其自然吧，現在的國中生都相對聰明、成熟，並不是需要大人一直在後面提醒和耳提面命的年紀。而結果也沒有讓我失望，我認為我接觸到的小孩們都充分展現了認真、積極和熱情。

進一步說，我願意帶活動的意圖其實來自於過程中反饋。我喜歡隊輔輕鬆的閒聊，我

喜歡和小孩東北西南扯一些無關緊要卻又很讓人放鬆的話題；更重要的是我很享受和大家一起完成一件事情的感覺。這一次出遊最大的收穫應該是，活動結束後有小孩私訊我，詢問未來的活動是不是都會出現。我想這就是即使身處水深火熱的學期間，我也要撥出時間來的最主要原因吧！

活動結束後反思自我，我必須承認我偶而會脫線，有時也沒有提起應有的熱忱和態度



，過程中或多或少的疏漏，都是由大家互相cover。因為有普仁的大家以及師大的志工同學

，這次活動才能夠順順利利的落幕！感謝所有的參與人員。





2018遊學臺北學員分享

◆彰化縣立社頭國民中學／張泓海

回想起上星期六日參加普仁基金會舉辦的遊學臺北活動，那時快樂的景象依然在我的腦海裡迴盪著，歷歷在目。那天早上我爸爸帶我去高鐵站，我便以輕快的腳步走到高鐵車廂中找自己的位子坐下，一彈指，高鐵飛快地到了板橋站，而我和另一個參加這次活動的同學也很地找到普仁的大哥哥大姊姊，認識自己小隊的隊員後，我們便移動到西門町，拍完全體大合照後開始小隊活動。我們第三小隊先到紅樓參觀紅樓的歷史及建築，到了中午我們去吃日式料理，每道料理都好好吃，讓我好滿足。之後我們去逛西門町，西門町有許多高樓大廈和人潮，非常的都市化，和我來自的鄉鎮截然不同，讓我覺得世界好大，而我只是隻井底之蛙。逛完西門町後各小隊便在一間電影院前集合，我們要去看3D電影，看電影時畫面中的影像會跑出來，好刺激！

看完電影後，我們移動到國父紀念館和寄宿家庭的爸爸媽媽一起享用晚餐，我們的晚餐是自助式的料理，許多豪華

的料理都擺在桌上，令人垂涎三尺。而我和另一位男同學的寄宿爸爸是李伯伯，李伯伯在用餐時和我們講他以前的故事，讓我們知道李伯伯以前的學歷……等訊息，我們也同時送感謝獎給寄宿家庭的爸爸媽媽，我和男同學以及李伯伯也拍了一張合照。吃完飯後我們和李伯伯一起回家，李伯伯和伯母很熱情的招待，這份熱情在我心中化為滿滿的溫暖，我便在這份溫暖中進入夢鄉。隔天早上，李伯伯做了漢堡給我們當早餐，再配上一杯豆漿，這份量十足的早餐為我們增添許多精神和體力，吃完早餐、準備好行李後，李伯伯讓他的女兒送我們到集合地點，就這樣我們告別了溫暖的寄宿家庭。

到了集合地點，每個人都笑容滿面，看來在寄宿家庭都很開心。人數到齊後，我們直接前往黃金博物館，到達目的地後一樣先拍大合照，接著就是小隊行動。我們這隊要去看日式建築，好像置身於日本一樣。各小隊參觀完後再到黃金博物館體驗淘金，依照工作人員的指示果真淘到一小粒一小

粒的黃金，淘完金後我們接著去吃著名的礦工便當，最後我們來到了九份老街，老街裡滿是人潮，我們小隊經過商量後決定要去吃芋圓冰，於是我們找到一間芋圓冰後各自點了一碗，坐著邊吃邊聊天，很開心。吃完冰後，走出老街準備回程囉。

回程時，我有些低落，覺得時間過好快，兩天一夜的快樂時光一下子就結束，還沒等我想完遊覽車就已經到車站了。大家各自道別、各自搭車回家，我向隊輔和志工們說再見後便上車了。在車上我回憶這兩天發生的點點滴滴，心裡的悲傷消失了，取而代之的是滿滿的感謝，感謝普仁讓我有機會參加「遊學臺北」、感謝學校老師協助我報名、感謝小隊輔和志工們的照顧、感謝寄宿家庭給我滿滿的溫暖，因為有這麼多人的付出，我才能在這次的活動中玩得開心，很慶幸能夠加入普仁這個大家庭，希望下一次的活動我也能夠參與到！

◆彰化縣立社頭國民中學／陳美好

知道自己能去臺北後，彷彿中了大獎似的，另一位要一起去臺北的同學更誇張，高興的在教室又跑又跳、手舞足蹈，好像自己是從千萬人中被挑選中的那一位。

出發當天，我來到了田中高鐵站，約好一起搭車的伙伴卻不見蹤影，依照他的性格不可能為晚到的。我就在月臺東走西走，還從旁邊的欄杆往下望，都沒看見他的身影。最後我上車了找位子時，才終於看見他。接著高鐵開了，離開了家鄉，朝著這幾天期待的地方前進。

出了車站，卻找不到普仁基金會的志工，緊張的在人群中穿梭，找了兩家便利商店，深怕自己錯過大家，但沒過多久就看到一位志工從便利商店走出來，才發現其他成員，我

們跟在後面，心裡的大石頭終於放下。

小組在西門町逛街時，小隊輔幫我們買了三碗冰，碗中的芒果安祥地躺在冰上，他的身軀覆蓋著琥珀色的糖漿，彷彿在睡覺，顯得非常可口。隊輔讓我們兩人吃一碗，那時我遇見一位和我超級談的來的國二學姊，我們聊著班上的趣事、聊著最想寫小人符送給他的那個人、聊著老師驚人的可怕事件，談天說地、有說有笑，孔子說過：「有朋自遠方來，不亦樂乎。」果然是真的。

接著我們去看3D電影，這是我第二次體驗，第一次是在校外教學。我拿著爆米花和可樂，找到位子後趕快坐下，燈光漸漸黑了下來，一幕幕驚心動魄的情節依序上演，有的情節讓人想衝進去電影裡幫忙一

起打倒壞人；有的情節讓人難過哭泣，不過最後的結局讓我很驚訝，結束的有點突然。

晚上到了寄宿家庭，叔叔阿姨、我以及另一位高醫學姊聊了許多關於未來的事情。張愛玲說：「九歲時，我躊躇著不知道應當選擇音樂或美術做我終身的事業，看了一張描寫窮困畫家的影片後，我哭了一場，決定做一位鋼琴家。」阿姨跟我們說了類似這樣的道理，我聽了之後覺得好無奈，不過生命中仍然存在著歡樂的事情。

謝謝志工哥哥姊姊，也謝謝叔叔阿姨，更謝謝寄宿家庭，因為有您們，我才能度過如此歡樂又難忘的週末，並擁有美好的回憶。希望之後高雄的體驗能再一次與隊輔相見。謝謝普仁基金會，也謝謝志工哥哥姊姊願意回饋基金會，我才能遇見您們，給我一個不一樣的週末。



星期六的早上老師先從六龜載我們到高雄火車站，再讓我們自己坐高鐵到板橋去參加活動。我們到板橋後，找到了普仁基金會的工作人員並報到集合，領了活動的衣服後去到自己的小隊認識其他夥伴，我們幾個從六龜來的同學都被分配到不同組，剛開始因為周遭都是不認識的夥伴，所以我只好自己默默的坐在旁邊，看著其他人活動，但經過隊輔的介紹及小活動後，我對我的同組夥伴們有比較多認識，也不覺得陌生跟無聊了。

接下來我們要去西門町，週末的西門町超人，中午隊輔帶我們小隊去了一間麵店，那家麵很好吃只是對我來說大碗了點，吃完午餐後，我們邊逛西門町邊走到待會要看電影的影廳集合，今天要看的電影是



《復仇者聯盟3》，讓我好期待。

晚餐的時候我們來到國父紀念館吃歐式自助餐，要與寄宿家庭一起用餐，接著是要去寄宿家庭過夜，結束第一天的活動。

第二天我們要去黃金博物館參觀，這天的天氣也非常好，走著走著就流汗了，終於走到了要體驗淘金的教室，體驗的時候我聽不太懂導覽員說甚

麼，但是在夥伴的幫忙下，我還是有淘到一些金沙。接下來要去吃中餐了，我們走到一間很像日治時代餐廳裡面用餐，而桌上的便當早就幫我們把便當一個個擺好，這便當看起來很特別，外面包了一件藍色的布，上面印滿了九份的特產還有景點，吃完後還可以帶回家做紀念。

結束黃金博物館的行程後，我們要移動到最有名的九份老街逛逛，到了九份老街後，四周都是外國人，因為聽到很多韓文，老街上人擠人、天氣又很熱，到處都有吃的喝的用的，讓我覺得新奇，逛完老街後就要去集合坐車回板橋，搭高鐵回高雄了，雖然捨不得回去結束這2天的活動，但還是要說再見，兩天的臺北遊學真的很好玩，希望下次還有機會可以再參加其他活動。



◆彰化縣立芬園國民中學／洪綵翊

美不勝收的風景從旁呼嘯而過~~謝謝普仁基金會讓我有機會第一次坐高鐵到臺北遊學！到板橋站下車時，走了一段的路，看到了一群大哥哥、大姐姐，他們笑盈盈的跟我們打招呼，最讓我印象深刻的就是冠庭姐姐~~我們第二組的隊輔。姐姐帶我們玩了自我介紹之記憶大考驗的小遊戲，也帶我們坐捷運前往西門町，西門町的商品應有盡有，使我眼花撩亂！

當看電影時間到了，我和大家一起拿著爆米花，帶著充滿期待的心情一起進場，過程中每當精彩時，我的心情也隨之起伏，但幸好旁邊的觀眾比我更加激動，我的眼淚才沒跑出來見人。

看完電影，我們到了立德會館吃晚餐，晚餐後，劉媽媽開車帶我們回家，劉媽媽很親



切地帶我們參觀房間後，我們又到了劉媽媽的好朋友陳爸爸家吃水果、聊天，吃完水果，劉媽媽帶我們去散步還有分享著故事和經驗，也一起到臺北大學的門口拍照留念！回到劉媽媽的家後，劉媽媽、劉爸爸送了我們小禮物，能受到您們的關心，真的讓我太感動了，謝謝您們！隔天劉媽媽陪我們坐捷運到西門站，在向她們表達我們的感謝後，回到第二組的伙伴隊伍時，冠庭姐姐送了一

張小卡給我，小卡寫著：會考加油、還有一些祝福的話語，讓我感受到姐姐對我們的關心和期待。

早上我們坐上遊覽車，再換公車前往九份的黃金博物館，除了做手工DIY活動，也到九份老街逛逛。一走進老街，就有種有點穿越時光的感覺，看著長遠、有歷史的店家，再看著前面歡樂的組員、姐姐、哥哥們，心裡莫名的不捨，快樂的時光來的快，去得更快，真的要好好的珍惜呀！

最後謝謝普仁基金會，讓我可以到臺北遊學，也謝謝劉爸爸、劉媽媽讓我寄宿在您們舒適又溫馨的家中！也謝謝冠庭姐姐帶領我們遊學臺北，謝謝您們。



活動第一天教練先載我們到嘉義高鐵站等其他同學集合，偏偏有一個同學不會認路，不知道怎麼搭車還跑錯地方，讓我們找他找了好久，還好後來順利搭上高鐵往目的地--板橋出發，到了臺北，我們先去找普仁的工作人員報到，換衣服後再分開到不同的小隊集合。

集合後我們搭著捷運去西門町逛街，每個小隊可以分開行動去吃飯、走走，隊輔姊姊帶著我們去麵攤吃麵，還說天氣很熱，所以帶我們去吃冰，吃飽後我們隨意走走逛逛，接著到電影院集合，準備去看電影《復仇者聯盟3》IMAX3D版，時間很快的就這樣過去了，出電影院已經晚上了。我們又搭著捷運去國父紀念館的立德餐廳，跟寄宿家庭一起吃晚餐，跟我們同桌一起吃飯的是寄宿家庭的阿姨，晚上我們回到寄宿家庭的阿姨及叔叔跟我們講了好多話，還有送我們筆記



本，隔天早上在等待阿姨準備早餐給我們吃的時候，叔叔還教我們靜坐，真是有趣的體驗，要離開寄宿家庭到西門町集合，阿姨還打包昨天晚上偷偷出去買的名產讓我們帶回家跟家人分享。

活動第二天我們去了九份黃金博物館參觀和體驗淘金活動，過程中雖然我很專心的聽解說員解說，也照著他說的步驟跟著做，可是我的那一瓶金沙怎麼好像沒有很多，不過我是不會被這點小挫折就打擾我的玩興，中午基金會幫我們

訂了礦工便當給我們吃，原來以前的礦工都吃這樣啊，還有一條便當包巾讓我們帶回家當紀念，真是個特別的體驗，最後一站到了九份老街，天氣實在是太熱，我們在那邊又吃起了消暑的芋圓冰，真是清涼爽快，最後我們回到板橋車站要準備搭車回嘉義了。

這2天的活動我過得充實又開心，感謝基金會給我們這麼特別的體驗，希望下次還有機會可以再參加其他的活動。



Homestay愛很大

One night in 臺北 我們留下許多“愛”

◆寄宿家庭／黃曉成

感恩連續兩年，有機會擔任普仁基金會遊學臺北活動的寄宿家庭，雖然是第二次接待小朋友，但心中仍然難免緊張，其一是不知道怎樣算是能讓小朋友感受到家庭的溫暖，其二是擔心有世代隔閡不知該聊些甚麼好呢。

這次接待的兩位小男生是來自高雄的賴易承與李茗緯，看到是來自高雄的同學，心中安定些許，因為過往曾在高雄求學兩年，也算是高雄的子弟，總是有些情感的連結。對兩位小朋友的第一印象是乖巧懂事，在晚餐的互動中，更感受到他們的天真與對未來夢想的期待，這兩位小朋友一位是高三，一位是國三，剛好都是學業上轉換的時間點，聽著他們

訴說對未來人生的規劃與想法，心中滿是感動。

飯後，問兩位想去哪走走，他們提議想去信義區看看，感受一下臺北的熱鬧街頭，就這樣我們從國父紀念館出發，沿著松高路經過香堤大道，轉個彎到臺北101下方，再從信義路轉回光復南路回到起點。過程，我們在街頭欣賞街頭藝人表演，看到各式不同的表演，就連我自己也感到精彩萬分。最後在經過Adidas101愛迪達籃球場，易承興奮的表示「原來這座球場在這兒啊！」，原本他跟同學都是NBA的球迷，我就幫他來張合照。



在與孩子的互動中，我覺得自己比較像是他們的大哥哥，像朋友般的相處方式讓我們自然許多，雖然易承習慣叫我為Home爸。第二天送兩位去集合後，回到家看到他們藏在我書桌的小卡片，打開後才知道，原本我所擔心的事情都不重要，真正重要是彼此真誠情感的交流，及當下相處的溫暖感動，替我們在生命中刻畫出美妙的時光回憶。

◆寄宿家庭／簡志成

我自己本身參與過普仁基金會臺北遊學的「寄宿家庭」，很訝異臺灣原來還有這麼多青少年是來自於單親、隔代教養、或是收入清寒的家庭。

這二年以來，我和我太太擔任了2次寄宿家庭，我的2個

幼兒園孩子也很投入，當起小主人也都有聲有色。這些孩子(我們稱呼為小太陽)大多是在偏遠地區就學(苗栗山區、屏東等等)，除了透過當天晚上基金會辦的聚餐活動了解彼此，更多的是讓小太陽們體驗在臺北都

會的生活型態(臺北市夜間的車水馬龍讓小太陽們的印象很深刻)，同時也透過我們生命歷程的分享，更擴展了他們對於世界的觀點與視野。

這幾次和這些小太陽的相處過程，有幾個很深的感觸。



第一，這些小太陽都是有助學人定期捐款扶助的，光是要拿到助學獎學金就必需要持續保持努力(每月按時繳交學習心得、每學期至少6小時的志工服務...等)，這對小太陽來說是一個正向的循環，會讓他們願意相信，成為更好的自己，是可以翻轉自己人生的。第二，在聚餐的過程中，這些小太陽都很聚精會神的聽著我們這些寄宿家庭爸爸媽媽的人生分享，看著他們發亮的眼神，或許不是每個細節在他們現在這個年紀

都能理解，但我知道他們是有收到這一群熱心爸爸媽媽們的願意與付出，善的種子已然在他們的心目中種下。

人生每個安排都是當下最好的安排。或許上帝給並沒有給他們好的背景、好的家庭溫暖，但因為有普仁基金會、所有助學的爸爸媽媽這樣的大愛，小太陽們其實並不孤單，當有一天回首來時路，小太



陽們會明白，上帝其實是想透過這些匱乏，讓小太陽們體會自助天助的道理，這會是他們人生一輩子最難得的禮物。

◆本會助學人／蘇美燕

這兩年孩子陸續離家，家裡兒子女兒房間也空著，恰巧基金會有寄宿家庭這樣的需求，我就毅然加入這個活動，當起Home媽這個熱情而時尚的角色！

為了讓孩子有個舒適的晚上，前幾日就開始忙碌地把雜物移到自己的主臥室，兩個房間換上乾淨舒適的床被單，稍加整理，擺上小植物，雖非豪宅但肯定是有份家的溫暖的啦！

去年接待的是兩位國中的小男生，有著帥氣、純真和小調皮，談話之間原來可是學校舞獅代表隊呢！並屢屢代表學校出賽，揚名國內外，酷哇！

眼神裡透露是一種豪氣與自信，至今難忘！連我也覺得自豪，原來孩子早已努力往自己的方向！

今年接待的是兩位國中美少女，見面那天，自己刻意畫點妝，免得Home媽變成Home阿嬤，造成第一印象的代溝。孩子們都是第一次自己離家，有些怯生，但也很懂事的應對，為了能和孩子有多一些說話的機會，特別安排次日早上一起去外面餐廳吃早餐，再送他們回到集合地點。離

開時，小女生貼心地各拿出自己塗鴉得活潑精美的卡片送給我，因為接近母親節，並祝我母親節快樂！頓時心裡突然溫暖起來ㄟ，真是不一樣的母親節！

謝謝普仁！讓我有機會當一個熱情的Home媽，給成長中的孩子一些溫暖，也讓我的人生變得更豐富多彩！



引導計畫研習會

一、活動目的：

- (1) 藉由交流分享凝聚秘書處與參與引導計畫學校及承辦人情感與共識。
- (2) 藉由交流分享支持鼓勵參與引導計畫學校及承辦人的用心與投入。
- (3) 藉由經驗分享提升參與引導計畫學校及承辦人的感動與動力。

二、活動日期與地點：

107 年 12 月 13~14 日，景聖樓湖畔飯店(南投縣魚池鄉中正路 58 號)。

共計 7 位校長、22 位老師及 4 位委員參加，藉由研習會增強創意教學知能及熱忱，並彼此交流分享計畫執行經驗，相互激勵支持，增強執行動力。

參加人員分享請參考普仁家園季刊第 66 期第 24 頁至第 33 頁



財團法人普仁青年關懷基金會
Puren Youth Care Foundation

普仁家園

●用大手拉起青少年的希望●

2018遊學高雄



107年冬季刊・第66期

91年9月15日創刊・108年1月20日出刊

目錄

3 從優秀到卓越 祈願普仁長青

· 本會董事長 / 林飛宏

專題報導

4 有您真好

· 本會專員 / 馮瑜整理

助學計畫

7 因為普仁，我從山區走進城市 用愛灌溉

· 本會專員 / 龔靖婷

8 2018遊學高雄

賞美景，擷新知。歡喜高雄行

· 本會專員 / 龔靖婷

9 2018遊學高雄隊輔心得分享

· 育成小太陽 / 楊翊珮、穆佳汶、穆佳沁

12 2018遊學高雄學員心得分享

· 學員 / 劉雅婷、洪瑜婕(大婕)、卓卉妤、陳香雪
鄭宇辰、洪瑜婕(小婕)、洪子涵、李虹儀

17 推動品格50～學生品格分享

育成計畫

19 知己知彼、掌握趨勢、提高競爭力

· 本會社工專員 / 吳玟樺

19 職涯工作坊心得～

從自傳履歷 開始整理自己

· 育成小太陽 / 洪濬嶸

20 兩天課程 愛用一生

· 育成小太陽 / 陳佩茹

21 掌握產業趨勢 打開職涯之鑰

· 育成小太陽 / 鍾筠涵

22 寫履歷有技巧 看面談有訣竅

· 育成小太陽 / 楊翊珮

23 適材適用 創造最大競爭力

· 育成小太陽 / 賴曉君

引導計畫

24 愜意的交流 滿意的回響

· 本會專員 / 蔡永鵬

25 學校交流研習會心得

· 陳姿君主任、林子欽校長、訓育組長鄭意柔、
吳英慶、莊佳蓉老師、莊孟融老師、曾美娟主
任、陳寶萍老師、林毓文老師、林易聖老師、
陳岳谷老師、林永生老師

後援會報導

34 普仁後援全會活動～新竹尖石大露營

· 普仁後援會台北分會會友 / 王念華

36 普仁後援會台中分會阿朗壹古道兩 日遊～東源水上草原、阿塋壹古道

· 普仁後援會台中分會會友 / 郭春香

38 普仁後援會高雄分會台南輕旅行

· 育成小太陽 / 黃柏誠

會務報導

39 普仁青年關懷基金會營運報告

40 普仁青年關懷基金會收支一覽表

41 普仁107年10～12月捐款徵信名錄

44 普仁107年10～12月足跡與活動紀實

46 普仁108年1～3月活動預告

愜意的交流 滿意的回響

◆本會專員 / 蔡永鵬

2018引導計畫學校交流研習會於12/13、12/14假南投縣景聖樓飯店如期舉辦，今年總共有7位校長、22位老師、4位委員參加。

為了辦好這次的研習活動，先跟梅老師討論會場、研習內容、師資等，撰寫好草案，再與召集人討論，我們規劃精彩的課程，也安排了不錯的住宿與餐點，希望能慰勞辛苦的老師們。也利用這樣的機會，讓老師跟委員們可以有面對面聊天的機會，委員們也可以因此了解學校的運作狀況。這次研習在12月辦理，目的就是想讓新舊老師們有了更深的交流，讓新老師比較不懼怕引導計畫行政執行相關事宜，而課程的規劃相對細膩，因為我們希望每年的研習會都可以讓老師們帶著滿滿的收穫回去。

這次邀請台北市教師研習中心諮商股兼任臨床心理師柯書林先生分享，從師生三角習題著手，也藉著各組實際經驗討論來讓老師們明白，如何傳達正能量。隔天的課程更則安排科丁聯盟協會理事長劉文堂

先生分享，他憂心台灣學子的未來，也希望藉此機會讓弱勢的孩子們，利用科丁程式語言提供學習的途徑，讓他們有一個不一樣的未來。

看著研習會慢慢進入尾聲，兩天一夜和這群辛苦的承辦老師們一起聊天聚會，不僅藉此聯絡感情，讓彼此的溝通更

加順暢，也讓基金會引導計畫能更順利運作。這次活動的回饋老師們都希望基金會能多安排心理課程，也希望這樣的活動未來可以多多舉行，能讓老師們如此肯定，也代表這次充電的研習會辦得頗為成功，讓永鵬有著滿滿的成就感，我們相約明年再見囉。



皮影戲社團有影了

◆嘉義縣立梅山國民中學 / 陳姿君主任

懷著探索的心情，踏上前往研習會的路上，沿途美景讓人忘卻平日繁忙，逐漸堆疊愉悅的情緒，直到日月潭文武廟前的目的地——景聖樓湖畔飯店。找尋不著會場位置的正確所在，我開始莫名的緊張，然後看見研習會場位置的安排，分組桌上陌生的名字更是讓人心生忐忑。然而這一切的不安情緒，在梅鳳珠老師以及蘇聰明執行長妙語如珠的開場下，一切煙消雲散。

熱情的招呼、親切的介紹，來自台灣各地的教育夥伴，

有的彼此互相熟識，像老朋友般閒話家常；有的侃侃而談分享，訴說團隊經營理念，交流著經驗與訣竅。分組內熱烈的討論及分享，聆聽彰化芳苑國中陳秀紹老師的舞龍團隊如何善用社群媒體之經營策略，也瞭解桃園龜山國中詹宜真老師如何帶領學生以騎腳踏車方式進行校際交流，在這許多優秀典範的刺激下，不少經營梅山國中皮影戲社團的新想法與新點子營油然而生。

柯書林老師幽默話語的演講，字字珠璣，精闢的甜甜圈

理論不僅是探索個人內心世界，更解除平日繁瑣工作的枷鎖，著實療癒心靈。劉文堂老師科丁語言程式的課程，在在讓人了解未來科技的重要，而精進科技技能成為當前最重要的課題。日月潭湖畔步道優閒散步中，沐浴在充滿芬多精的樹林裡，享受大自然的身心洗滌，祛除所有心中的繁瑣，真是一趟美好的心靈饗宴啊！

感謝普仁青年關懷基金會安排這麼棒的研習，讓我們從原本自己工作的窄小世界中跳脫，進入一個多想法、多資源的寬廣世界。研習中，來自四面八方的人脈累積，優秀團隊的經驗分享；研習後，團隊經營策略的傳承，校際之間的活動交流，這一切的一切，都將更加奠定梅中皮影戲社團在未來經營的基礎與理念。能成為「普仁大手拉小手」這個大家庭中的一員，真是榮幸之至。





學校交流研習會

讓心靈成長 讓熱忱增溫

◆嘉義縣大埔國民中小學 / 林子欽校長

今年是我第三年參加普仁青年關懷基金會交流會議，由於學校地處偏鄉、教師流動量大，每年的交流研習我都鼓勵教師踴躍參加。雖然校內教師不多，教學業務繁重，還是鼓勵承辦人與主任盡量能排除萬難抽空前往參加，因為在交流研習中，不僅是知識性的專業知能成長增能，也讓我們的教育熱忱增溫，更建立普仁夥伴間的互助關係，這樣的交流能讓我們感到幸福快樂。

很幸運的是107年度12/13、14日的研習，巧妙地避開我另外二場必須參加的研習活動，這份幸運的參與不僅讓大家專業知識成長，也讓我認識更多良善的夥伴。第一天上午報到後進行分組實作課程，討論協會提供五個問題(基本問題)，這樣的討論活動讓各校分享推動特色社團的創意和巧思。每個學校都有本身的優勢與限制，藉由不同的推動經驗，互相觀摩學習其他學校的成功經驗，不一定可以完全複製模仿

，但是我們可以避免重蹈覆轍。

下午的研習更加精采，邀請臨床心理師柯書林教授說明親師生的三角習題—我所知道的三國。「想太多」讓每個人都有許多煩惱，但是想太多不一定要變成想得少，只要想得通就可以解決問題。因此透過伙伴學校老師分享，帶領大家真正想通解決困擾，因為只有生命被看見，改變才可能發生。柯老師也在研習中闡述最近提出的甜甜圈理論，說明人與人之間，因為距離保有(看見核心)，如果距離不見了，核心也會消失，人與人之間的相處就會發生問題，最後產生困擾和煩擾。柯老師不僅說明做人的重要性，也試著請各組討論並提出實例來說明，以臨床心理師的角度來說明事件本末，鼓勵教師熱心投入。

晚餐後還有各校及基金會成員的交流活動，拉近了學員間的距離，這種非正式交流讓老師們互相學習鼓勵，像是朋

友一般。轉眼間夜就深了，為了明天活動的參與，只有數羊快速就寢才是王道。

第二天上午是認識日月潭的健走行程，延續第一天的知性研習，今天早上更像是體驗的心靈成長學習，散步、談心、認識美景。時間過得真快，因為下午還有本縣家長會長的座談聯誼會，只好請假先行離開。短暫的相處，就像久未見面的好友，幾句問候，讓我找到付出的動力，普仁就像是個大家庭，有你真好！

分享人生經驗 發揚普仁精神

◆嘉義縣立大埔國民中小學 / 訓育組長鄭意柔

今年是我第一年接行政工作，所以是第一年接到普仁計畫的業務，更是第一次參加普仁所辦的研習會，藉由這次的研習會我真的受益良多，聽到各位前輩的分享？我才了解到我學習的還有很多很多。

剛到大埔國中小接觸到普仁的第一個業務就是期中的核銷，再來就是明年度計畫的提出。對於一個行政菜鳥的我要提出一個計畫真的是只有『難』，所以非常感謝承辦人蔡永鵬先生的大力協助。針對我在研習會的心得以下分點述之：

1.藉由柯心理師的演講，我更清楚瞭解到在學校所遇到的角色彼此之間都是會循環的：教師、家長、學生-救援者、受害者、迫害者，這些都沒有所謂的絕對。柯心理師提到一點我非常的認同，對於那些高

關懷的學生他們不變壞已經是成功了，是我們的貪念，希望學生可以更好，並且即使離開了學校一樣會越來越好。有了這些貪念，讓我們老師從救援者轉變成受害者。改變心態，每件事、每個人都看他的本質，或許我們可以不再是受害者，研習會的演講讓我有不同的體悟。

2.透過綜合座談諸位前輩的分享，讓我對於普仁的業務更為熟悉，包含校際間交流的重要性。之前本校曾有與北埔國中交流的經驗，學生的反應都非常不錯，讓他們交到更多的朋友。也透過這次的交流，學生去教與他們年紀相仿的同學獨輪車，讓他們的自信心大增，對於學習也更有興趣。所以我也將這經驗分享給夥伴們，此外，聽了芳苑國中秀紹老

師分享如何透過社群將普仁的精神發揚出去，發揮到最極致，學長姊藉由社群分享經驗給學弟妹；就像普仁基金會的精神『大手拉小手』一樣，經驗的分享就像大手一樣拉著小手前進。而正在學習的學生也不單單只是把手心朝上接受恩惠，他們也透過服務學習發揮所學，到社區及機構表演回饋給社會大眾，讓他們也能將手心朝下。

研習會結束，我對普仁的業務除了更加熟悉也更有想法，可以將各位夥伴所分享的內容融入到本校，讓這些孩子能更了解普仁的精神，相信我也能在業務上更熟能生巧。感謝辦理此次研習會的夥伴，希望也能有多點機會參加相關的研習會，吸收別人的經驗也能分享自己的成果。

◆雲林縣立飛沙國民中學 / 蔡麗昭主任

學校與普仁基金會結緣多年了，去年開始接任教導，也開啟了與普仁的這段佳緣。這一年多的引導計畫執行過程中，確實思考了許多想突破的地方，這些困境竟能在湖光水色的研習會裡得到好多的提點與轉向思考。

仲平校長給予我的社團經

營外在支援系統建議，是在欣賞文武廟前的夜景投射燈光中；迷你小校的大埔中小學給予我的社團經營另類思考，是在佳餚美酒微醺中；秀紹老師給予我的社群經營建議，是在小組交心討論中；龜山國中夥伴的互相加油打氣夜談，是在暖呼呼的高級被窩中；王委員大

哥的人生歷練暢談如醍醐灌頂，是在氣喘吁吁的湖邊步道及日月潭紅茶間…

原來啊，普仁的團隊真是高招啊！讓人不知不覺充了飽飽的電，在陪伴青少年的路上繼續堅持！



感謝普仁青年關懷基金會安排這個研習機會，來幫學校老師充電，使得我們對大手拉小手的引導計畫有更深一層的了解並且成果豐碩。

科技達人劉文堂先生憂心台灣學子的未來，不吝分享用科丁的技術，並提供諸多研習的機會；講述未來世界的趨勢，要我們的孩子可以創造新型產品，創造新的價值，當個地主而不是當個工人。「科丁聯盟協會」就是一個由同學會產生的故事，劉理事長移民德國從事電腦行業數十年，曾擔任歐洲臺商會總會長，去年退休返回臺灣。參加同學會，商討應做些對國家社會有貢獻的事情。劉理事長發現國內的電腦程式語言教育，還留在專業科目的範圍，而在德國電腦程式邏輯編寫(Coding音譯為「科丁」)能力從小就很普及，因為這是未來社會主要行業的工作都須要具備的。所以，德國非常重視從小學就培養孩子學習Coding。於是，他提議推動臺灣的「程式語言教育」做公益，感性同學會變成了理性「科丁聯盟協會Coding Nations」，臺灣也多了一股電腦暖流。

柯書林先生針對心理的診斷面相，積極推動心理的建

設，使用方法按部就班地列出供老師參考，提醒老師們多多利用正面的思維，引導老師如何放鬆、調適自己；並針對加害者、受害者、救援者，提出心理學中的經典理論「卡普曼戲劇三角」(Karpman Drama Triangle)，對此有一套精闢的解釋。理論中將人際互動區分為三種角色：迫害者、受害者與拯救者。這三個角色可能同時套用在一個人身上，比方說，曾經被你拯救過的人背叛你，你從拯救者的位置落入受害者的感覺(雙重打擊感....)，只好回頭也扯一下他後腿。

概念一：受害者和迫害者一體兩面？

受害者最大的特徵，就是認定自己受了委屈。要是受害者傾向責備自身，便可能落入自我厭惡的情緒，並養成過度順從依賴的性格，從此難以脫離受害者的角色。

迫害與受害常常是一體的兩面，如何循環完全取決於當事人如何界定自身與他人的角色。

概念二：拯救者有沒有看不見的目的？

拯救者的特徵是對於弱者(不一定為受害者)有出手相

助的衝動，認為自己身負幫助對方的使命感。相較於迫害者與受害者，拯救者似乎是置身事外，並即時伸出援手的角色。但事實上，拯救者想拯救的，可能是他自己。

概念三：戲劇三角本身就是一種“自虐”的遊戲？

說我們會在其中不斷變換角色，直到頭昏眼花為止。然而所有的『受害』與『迫害』，卻大多是自己想像出來的。

三角理論的關鍵，就是一個「害」字。若是我們任由自己的角色變來換去而不自知，只會讓三角的輪迴越轉越快，最後彼此都狼狽不堪，每個人都是受害者。

也因為這次的機會，更認識普仁青年關懷基金會的引導計畫的精神與價值，也期望此次與各校之間的交流研習會，讓我們更懂得如何引導學生，讓他們更有自信開拓這些高關懷學生生命的另一扇窗。

這是本校第一次與普仁青年關懷基金會申請「大手拉小手引導計畫」，而我今年8月才承接新職務，對於普仁大手拉小手引導計畫根本一無所知，只能靠著前一位組長所留下來的資料接棒完成它；知道每月需要繳交社團心得，並書打上傳到普仁青年關懷基金會網站，每2個月必須繳交執行概況表並將相關資料傳至執行長、贊助基金會及負責該活動之承辦人。接踵而來的訪視及未來一年的計畫申請，對於新手的我來說真的是不知所措，非常感謝蔡永鵬先生耐心地提醒我，協助我完成，鼓勵我參加交流研習會與其他學校老師學習，也可以讓我更加了解普仁大手拉小手引導計畫的宗旨。

從接到通知公文到校長指派主任及我共同前往參加，我既興奮期待又擔心害怕，興奮期待可以和不同的學校學習，擔心害怕的是不知道該研習的流程及狀況。第一天我和主任一早就從學校出發抵達這兩天交流研習會的地點，帶著既期待又忐忑的心情踏入會議室，一聽到原來我和主任不是同一組，心中更是不安。會這樣的安排是希望我們可以多多認識不同學校的老師或主任，更在

每一組裡安排一位委員老師協助討論及帶領大家了解活動內容。在討論的過程中，我終於更了解「大手拉小手引導計畫」的精神是為了讓弱勢的孩子能有學習表現的機會，藉由一些社團活動建立他們的自信，對於自我的肯定，參與活動增廣自我的視野，並非以競賽成績為取向的計畫。雖然學生參加競賽獲得佳績是一種榮耀，可以從當中獲得自信及肯定，但是平常如果能有更多的機會讓學生展現，從平常小活動中漸漸的累積自我的肯定，就算在競賽中失敗，這失敗的經驗也會是他們寶貴的一課。

活動當中我們討論聯合各校不同的社團進行分享及體驗，可以讓學生自己主導所擅長去分享教導其他人，而自己也可以學習體驗到不同社團中的一些事物，增加自我對不同事物的視野。各校交流經驗是非常好的體驗，雖然要克服的問題有很多，但是可以先從鄰近或性質相同的學校開始進行。當天我立刻和主任討論我們明年可以試著讓皮影戲的孩子到護理之家、安養院或孤兒院表演，增加學生表演的機會，讓年長的長輩及小小孩能看到傳統皮影戲的美，也從中讓學生

懷著一份感恩的心，為社會付出一點點的心力；更討論著帶皮影戲去其他學校拜訪及分享學習。雖然這過程中會有許多的問題在等著我們，但我們願意陪著學生試一試。

最後一天的早上，普仁青年關懷基金會精心安排了環湖步道之旅，讓我們可以好好的欣賞日月潭的美，放鬆自己的心情，看看身邊的事物，整理好自己的身心，繼續朝著我們的目標前進。

從一開始的忐忑與焦慮，到後來與每個學校的老師及主任的交流對話，委員老師的引導，讓我們可以漸漸的融入這次活動，深深的感覺到就像一個大家庭一樣。在這次交流研習會中，我帶著滿滿的收穫及想法，回到屬於我的學校，希望在未來的一年，我能把所學習到的帶給學校的學生，感謝普仁青年關懷基金會辦理這次交流研習會，期待明年與大家的相遇。



汲取新知賞美景 研習會一兼二顧

◆彰化縣立竹塘國民中學 / 莊孟融老師

首先，要感謝普仁基金會給予竹塘國中弱勢學生的補助與關愛，讓我們有機會在學生求學當中適時的關心幫助弱勢學生。體貼的普仁基金會，對於執行計畫的學校給予更多的關懷，特別在12月舉辦研習，目的就是為了幫助學校順利的執行計畫，並且也讓老師與校長有更多的機會去了解解決執行計畫的困難處，同時讓老師們有互相交流的機會，分享彼此的經驗談。

這次在日月潭的研習是我第二次參加普仁的研習，也代表著計畫將進入第二年頭。研習的第一天，普仁基金會就把大家這一年來經驗或是即將遇到的問題彙整分組討論。在討論當中，有經驗豐富的老師委員會提供良好的意見給新進的學校老師，也在討論當中指出可以改進的方案或是建議。讓我們都能獲得良好的溝通與建

議。因為互相的交流也讓老師有機會小抱怨一下在執行上的美麗與哀愁。大家原來都有類似的問題，不過普仁基金會也一直鼓勵老師們的付出，肯定老師為弱勢學生所做的努力，參加研習好像也是讓執行計畫的老師喘一口氣放鬆一下。

下午第一堂課，便請頭屋國中林永生教練分享他在執行計畫上的點點滴滴，讓我們感受到孩子們的改變與老師的用心。下午第二節課安排了臨床心理的權威柯書林醫師為我們來講授甜甜圈理論跟倒三角形戲劇關係，幫助我們解決生活上的關係壓力。在林醫師幽默的講課當中，不知不覺學習到很多的技巧同時也解開許多生活上疑惑，讓我們感到無比的快樂，頓時壓力釋放十分輕鬆。

上完課人生從黑白變成彩色，更有動力。

第二天一早基金會便安排遊日月潭的行程，讓大家可以拍拍照、聊聊天、散散步欣賞美麗的風景，真棒的活動！在散步的過程中，也讓老師們互相交流彼此經驗，更讓學校與學校間取得資源機會，安排校與校的交流。

早上的一堂課邀請科丁聯盟協會理事長劉文堂先生來演講雲端的未來，告訴我們未來的發展與未來需要甚麼樣的人才，提供我們弱勢學生的學習機會，創造出成功的機會與價值。感謝劉理事長提供如此好的機會，讓弱勢孩子得以接觸新知。

最後，感謝所有的普仁基金會與計畫的老師們，在這兩天的研習給予滿滿的建議與鼓勵，結交更多有志的主任老師與校長。這種活動交流很被需要，可以的話常常舉辦是不錯的，期待下一次的交流。

◆桃園市立龜山國民中學 / 曾美娟主任

普仁基金會是個熱血的基金會，希望幫助高關懷弱勢學生的心，點燃其他有夢想老師的心，讓愛在這個社會流動！

柯書林心理師提及甜甜圈理論，提及「本意」及「嘴臉」，當本意被縮小隱藏時，嘴

臉容易變難看，溝通也變困難，人與人之間需要保持一點距離，來幫助溝通。這個理論讓我印象深刻，也思考在工作場域遇到的學生及家長，原來他們的本意縮小時，只看到親生間難看嘴臉的互動，甚至國中

生就不想跟家長溝通。

柯書林心理師又提及卡普曼戲劇三角，這讓我們參與此次普仁研習的夥伴瘋狂在生活中尋求印證。我們在各樣事件中，尋找受害者、救援者及加害者，受害者會吸引救援者，

救援者轉變身分變成受害者，如輔導老師或諮商心理師扮演救援者，在陷入其中時，就演變成受害者。在我們的家庭生活中，也可能上演卡普曼戲劇三角，我們需要保持覺察力，不要陷入卡普曼戲劇三角的角色中，柯心理師為我們延長工作壽命，讓我們可以充電再出發。

我一直有個夢想，希望幫低成就高關懷的學生看到自己，希望做一點事，讓他們能恢復自信心，重拾自己人生的希望，讓他們可以經由自己的努

力，完成以前他們認為自己做不到的事，學習如何面對挑戰，突破困境，創造成功經驗，告訴自己，只要我肯努力，沒有做不到的事。

我們都知道要幫學生圓夢，光靠自己一個人的力量是不足的，我深信，只要我願意站出來幫學生圓夢，必定會有很多天使來幫我的忙。普仁青年關懷基金會就是我們的天使，也是我們最大的支持力量。在我們最需要幫助的時候，他們熱血又充滿溫暖的大手，牽著我們這些急需奧援的小手，幫

我們度過許多艱辛的難關。

我知道或許我只是一支小小的蠟燭，但上帝召喚我並點亮我時，我必站在高處，照亮每個孩子，指引他們前面的道路。因這些孩子都是欠缺愛與關懷，才會變成高關懷的孩子！感謝自己也更要感謝一起打拼的夥伴，更要感謝普仁青年關懷基金會，您的愛給了這些孩子前面的光，讓他們能勇敢的面對人生的下一步路，幫孩子圓他們的夢，讓愛傳下去！

夥伴見面 親似家人

◆臺中市立東峰國民中學 / 陳寶萍老師

今年，我以期待放鬆的心情取代了去年戰戰兢兢的心情，來參加日月潭引導計畫學校的交流研習會。見到去年認識的普仁夥伴，大夥好像家人似的彼此問候鼓勵，心中充滿著溫馨的喜悅。

第一天的小組討論時間，很感謝邱宗泓委員在當中穿針引線帶領我們討論，提供了一個自由、歡樂的討論空間；也感謝我們這一組有經驗的夥伴們不吝惜的提供成功的經驗，以及解決問題的方法和態度；而其他組員也真誠的分享在校帶社團時所面臨到的困難。聽取著各校的社團經驗，有辛苦、有歡樂、更有期待，我感覺到

心中即將澆熄的熱忱，又再次被點燃了。

下午邀請到柯書林先生來分享親師生的三角習題，當他分享著卡普曼戲劇三角形-救援者、迫害者及受害者三者之間的關係，我的腦海也一一浮現在學校曾發生的事件，同時從中檢視自己的角色，及處理的方式是否恰當。另外甜甜圈理論，我覺得非常有趣，我說服自己為了能夠將事情圓滿完成，回去要多練習說些能讓當事者放下心防的言語。柯老師也透過夥伴的分享，引導我們理出突破困境的思維。

第二天劉文堂先生所分享的主題是國中科丁程式語言的

課程。聽他娓娓道來這一路走來的心路歷程，我覺得他不僅是一個成功的商人，更是個愛台灣的教育工作者。他看到了國家在經濟及科技的困境，也看到了教育政策的盲點，提出了踏實又具有前瞻性的解決策略，足以震撼教育界的框架。

經過兩天研習會的洗禮，我非常感謝普仁基金會的用心安排，有位夥伴說：「每一次來到研習會，就好像被打了一支大大的針。」的確，兩天的研習會再次恢復我們的心力，使我們可以帶著飽飽的能量回到各自的校園，迎接下一年的挑戰。



引導學生 發現幸福

◆花蓮縣立美崙國民中學 / 林毓文老師

在樂團，我總是帶著孩子站上夢想的舞台；在普仁，我總是深居幕後默默陪伴孩子即可。2018，對我來說是一大轉折。智翔，美崙國樂的鐵咖後援會長，轉戰教育處為更多的孩子服務；而我必須一肩扛下「大手拉小手」的使命。

研習結束離開會場的路上，索性將這兩天的心內話留在普仁的LINE群組，還記得當時話是這麼留的……

謝謝大家的照顧…智翔常常說起大家對他的好…我終於懂囉……謝謝你們…希望下次還有機會見到大家……歡迎大家來

花蓮玩…我們全家都很好客的。

美崙國樂是一個很溫暖的社團，我們不為比賽而比賽，為喜歡音樂而相聚，這裡有薪火相傳的情誼與穿越時空的關愛。每年人來人往，畢業一批老骨頭又來了一批熱血新生，生活常常在不捨離情與展臂迎新之間看見孩子的成長，卻好像真的忘了孩子長高又變壯了。我常常一頭栽進孩子的生活圈，卻忘了走出孩子的「童」玩圈，和志同道合的夥伴一起感受不同的熱血。

搭車回家路上回頭想想，

孩子的改變與溫暖，是因為一群關愛他們的人給予幸福的滋味，不會因為計畫承辦人的異動而改變。感謝在美崙，在普仁引導計畫的第六年有機會讓我參加因為忙碌許久而未曾參與的研討會，忘了工作的忙碌、忘了為比賽陪練的累、忘了初次見面的陌生、忘了還有更長的路要走，因為眼前所見的夥伴都有相同的信念—讓孩子受關懷之惠，用智慧為孩子們謀一種「幸福」的感覺，並能引導孩子們發現一雙看見幸福的眼睛。

◆彰化縣立芳苑國民中學 / 林易聖老師

12月13日起了個大早，滿心期待前往南投日月潭參與普仁舉辦的(交流研習)，一來是期待本次的研習課程內容，再來是可以和我們引導計畫學校的夥伴相見歡。距離上次第一次參加普仁在台北舉辦的研習，大概隔了5、6年之久。不過印象還是相當深刻，尤其記得上次是由本校舞龍隊分享經驗，離研習時間越近，秀紹學姊晚上加班時間就越拉越長，無非是希望呈現最好的成果給大家觀賞。當然，這次研習一開始

，透過永生老師的經驗分享，內心特別激動，畢竟每所學校任何一個團體、隊伍，從零開始，慢慢發芽，拓展枝葉，最後開花結果，看到孩子們臉上的笑容，逐漸地展現自我，過程再累再苦也都不算甚麼。關於親師生的三角習題，每個孩子都是不同的個體。對於我而言，這是時時刻刻都要面對的問題。感謝參與學校老師們的經驗談，以及柯書林老師的詼諧幽默的對答下，確實上了寶貴的一課。另外，國中科丁程

式語言，經由劉文堂老師仔細講解之後，課堂上，秀紹學姊已經默默地跟我說：或許我們的京劇鑼鼓可以加入試試看。這樣子看來，我只能使命必達了。最後，感謝普仁基金會籌備這次交流研習會，也感謝參與交流學校老師們的寶貴經驗及建議，本次研習會對我而言真的受益良多。不多說了，孩子們練習在等著我，夥伴們，我們一起並肩加油，衝啊！

在各個角落 撒遍善的種子

◆雲林縣立飛沙國民中學 / 陳岳谷老師

一年一度的普仁引導計畫學校交流研習會在南投日月潭文武廟前舉行，給大家一個充電涵蘊與能重整旗鼓再出發的熱活力。

感恩普仁對於每次活動的用心策畫與安排，這次能聘請陽明醫院柯書林心理師來進行一系列課程，對於我們引導計畫的老師來說，真的受益無窮。學校承蒙普仁的資助進行引導計畫，無非是要幫助弱勢學童，讓他們能在身心上能有所成長與進步，能有擁有樂觀與

健全的心念來讓自己多學習與成長。

老師的陪伴與教導是孩子們成就的最重要因緣，因此，藉由柯老師的經驗分享與心理學理論基礎的架構，讓我們身處第一線的老師能夠放空自己，讓緊繃的自己讓「杏仁核」轉成藍色的，以面對接下來二十一天的挑戰；也能適時蓄積能量，繼續為了孩子們奮鬥打拼。

因緣果報是不可思議的。我們為了孩子種下的一個善的

因，相信孩子在多年後會成熟了一個果。普仁基金會與學校引導計畫多年來一直持續幫助弱勢兒童，給予滿滿的關懷與愛，讓孩子們能在這良善的環境中有所成長，讓這些小太陽能自我肯定與進步。期許這些孩子在將來能發光發熱，進而能延續普仁的精神，讓這良善的種子能在社會各個角落中撒下，利益更需要幫助的人，也讓這良善的循環一直延續下去。

◆苗栗縣立頭屋國民中學 / 林永生老師

感謝普仁能夠辦理這次研習，讓我們執行計畫的老師們互相交流及充電，這次受邀分享這兩年執行的心得，備感榮幸。在分享的過程中，心中的情緒又再度湧起，曾經的努力雖然辛苦，在過程中與學生們一起朝同一個目標前進，並激發出解決問題的能力是美好的收穫。不但學生經由籃球改變了行為，也因為在乎而不怕困難去克服面對，不僅他們成長，我自己也收穫良多。

在研習的過程中，由委員們來領導我們，使我們激發出更多的想法，也同時提出在執行上的問題，讓我們彼此互助提供方法。而安排的講師—柯老師，更解除了我心中的遺憾，我們當老師的不能『太貪心』去要求每個學生都好，我們能看著他，已經功德無量了。

對於曾經讓一個學生退隊的我，看著最後他回到原本的生活圈，回到那以前未進球隊的樣子，心裡非常難受。但我

又不能為了一個學生而造成整個團隊的規矩被破壞，這樣拔河般的心境，讓我困住自己兩年。如今聽了柯老師的一番話，是該放下，往前，往前去帶領更多學生走向對的方向，指引他們有更好的成就。感謝普仁青年關懷基金會一直在協助我們，讓團隊運作得更順暢；也感謝大瓏企業股份有限公司連續兩年的認同幫助這些鄉下弱勢的學生，給我們一個舞台，能發揮我們的青春。