

# 風樓心語

第 63 期

※校內刊物，不對外發行※

## 本期要目

- ※愛的小語： .....P.1
- ※生命的力量：靜下來... .....P.2
- ※年輕真好： .....P.3
- ※幸福學堂： .....P.4
- ※偉大女性：柴契爾夫人... ..... P.5
- ※土商加油站： .....P.6
- ※有志竟成： .....P.7
- ※教與養：忍住疼惜學會放手 ..... P.8
- ※家有一寶： .....P.9
- ※好片欣賞： .....P.10
- ※好書欣賞： .....P.10
- ※分享園地： .....P.11

## 《生命教育—攝影比賽作品欣賞》

作品名稱：說·聽·故事

獎項：士林高商慶祝

61週年校慶【以愛之名，改變世界】攝影比賽—第二名

作者：二年 20 班陳昱仁

指導老師：攝影社王佳淦老師

創作理念：母親唸故事給小孩聽，兩者之間表達出一種親情之溫暖。以平視的角度，讓照片呈現出小孩子的高度，以小孩的角度觀看母親。



## 《生命教育—好歌欣賞》

### 母親，我愛您！

◎作詞/林保勇、王夢麟 作曲/王夢麟

北風吹 雪花飄滿地 寒夜孤燈下 只有我母親  
 一付針 線團擱在地 窗外銀光閃 她在織毛衣  
 皺紋的慈顏 老花的眼鏡  
 一針一線 充滿了愛心與關心  
 啊...母親 啊...母親... 我愛您

南風吹 芳草綠大地 屋外樹蔭下 又見我老母親  
 淚涔涔 興奮在心底 飄泊十餘年 今朝回故里  
 皺紋的慈顏 老花的眼鏡  
 她的笑容 充滿了愛心與關心  
 啊...啊...母親 母親... 我...愛您...

【<http://www.youtube.com/>】



## 《愛的小語》

### 老師的叮嚀—不要怕、只要信

◎文/輔導教師姜金桂

又到了高三、高四的同學們要畢業離校的日子，也是你們要面臨升學選校、人生抉擇的重要時刻。

同學們常常會來輔導室，討論未來升學、就業的問題...。有一位男同學說：「畢業後不升學，...要去學技術（車床），將來可以順利就業、工作！」有一位女同學說：「我的爸、媽不同意我離開臺北...，我只能選擇臺北的學校就讀...！」又有一位女同學說：「我的媽要我留在臺北，我偏不要...！」...。聽著同學們不同的想法，一時之間還不知如何去回應，只能放在心上，默默地為你們祈禱...。

的確，同學們的人生，是你們自己要去經歷的；父母、師長們只能陪伴你們一時，不能代替你們去走。只要下定決心，「不要怕，只要信」、「忘記背後努力面前的，向著標竿直跑」，我相信：不管你們的選擇是什麼，將來一定就能成功。祝福大家！

發行人：黃寶瑾

發行單位：臺北市立士林高商輔導室



## 《生命的力量》

### β. 靜下來 才知道人生要什麼

◎文/洪蘭

一位老師，很憂心地對我說：現在的孩子，越來越浮躁、靜不下來，他們無法完整的聽進一句話，常常只聽一半，有時中間漏掉，頭尾不銜接也不自覺，所以做事會出錯。甚至有些大人也是一回家就立刻把電視打開，不管看不看，一定要有聲音，沒有聲音就會心慌。她問：這種無時無刻都要有聲音陪伴、不能靜處的情形該怎麼辦？

英文 alone 和 lonely 雖然都是一個人，但意思很不同；你可以在很多人的場合，覺得寂寞，或是獨自一人而不覺寂寞，端看你的修養。一個國家，若是大人、小孩都定不下心來，社會會躁動不安；難怪報紙天天有 road rage（路霸），按一聲喇叭就要下車砍人的新聞。中國人一向喜歡熱鬧，好像喧鬧就是有人氣，其實「寧靜才能致遠」。

#### 靜下心才能專注，聽見內心的聲音

1996年，北京的佛樂團去德國參加「世界宗教音樂節」。他們的節目排在日本的「尺八（即洞簫）」獨奏之後。當大陸的團員在後台大聲喧嘩時，日本的演奏者默默的在角落打坐，他的兒子在旁侍立。快開演時，日本音樂家徐徐起身，他的兒子托著一個繡有族徽的禮服跪在他面前，他向族徽行禮後，兒子恭敬地幫他穿上禮服，這一切都在無聲中進行。他穿好禮服後，走向舞台中央，跪坐下來，低頭一言不發兩、三分鐘。所有的觀眾都感受到這個沈默的力量，大家都安靜下來，屏息凝氣的等待。

當日本音樂家把「尺八」放到嘴邊，開始演奏時，那個嗚咽聲彷彿從遙遠的時空深處傳來，讓人產生「前不見古人，後不見來者，念天地之悠悠，獨愴然而涕下」的感覺。整個舞台就他一個人，吹著在中國絕大部分地方都已失傳，只保留在「南管」中的洞簫，沒有任何的伴奏，沒有任何的陪襯，卻一點都不冷場。當他吹完，起立行禮時，觀眾如夢初醒，掌聲久久不歇。

輪到大陸團上場表演時，他們有笙、管、笛、木魚，加上鼓、鑊鈸和鑼，是正宗的佛教音樂，他們也演奏的很好，但是效果卻不及日本的獨奏。會後一個歐洲學者說：「在日本的尺八中，我聽到了禪意，在中國的音樂中，我只覺得吵，不見佛意。」這個吵趕走了佛教音樂應有的悠揚。

我們常常忽略了「靜」的重要，現在許多教室都配有擴音器，怕坐在後面的學生聽不見，其實，「專心」才是聽見的主要原因。有一次，我去一所國中演講，在走廊上就聽到各班級的授課聲，為了要蓋過隔壁班的音量，老師只好開的更大聲；擴音器不但不能幫助孩子學習，反而造成干擾。其實聲音越大，孩子越不需要專心聽，就越聽不見；反而是聲音不大時，為了要聽見，大家都靜下來。50年代的教室，沒有麥克風，而且一班有64人，不像現在小班才30人。我們也一樣讀完了中學，沒有少聽到什麼。

我們要想辦法讓孩子把心靜下來，靜下來，才聽得見天籟；靜下來，才聽得見自己內心的聲音；靜下來，才知道自己的人生要什麼。【轉載自：《遠見》322期 2013.4.】

## 《愛人愛己》

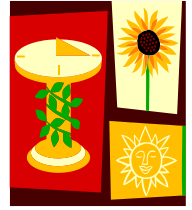
### β. 順境 善待別人 逆境 善待自己



人生路上，要學會「善待他人」，也要懂得「善待自己」。「善待他人」，可以讓人生走得更遠；「善待自己」，可以讓生命活得滋潤。無論是善待誰，其實都是溫暖在流轉，都是愛在延宕，最終，施及別人，惠澤自身。

在順境的時候，想著去「善待他人」。己順，示人以平和；己達，示人以謙恭；己喜，示人

以沉靜。即使沒有那麼高的境界，至少可以做到不張狂、不招搖、不炫耀。善待，有時候就是一個親切的姿態，就是一種溫和的態度。心胸寬廣，不是指能裝得下幾個自己，而是指可以盛得下多少個他人。旋馬之地（指極狹窄的地方），接納他人無數，一定是這個世界上最善良的心。善待，本質上就是一種心疼。當然了，一個人，心疼了別人，也會被這個世界心疼。



處於逆境的時候，要懂得「善待自己」。網路上有一句話：「人生就像心電圖，當你活得一帆風順的時候，說明已經掛了。」這也是在提醒我們：誰都會遇到困難，誰都會遭逢坎坷，生命這條長河，有些暗礁和險灘，是繞不過去的。但無論發生甚麼，都要記住：如果這個世界沒人疼惜你，你要疼惜自己；沒有人看得上你，你要看得上自己。

是的，若能懂得始終對自己好，生命就永遠沒有失敗。善待自己，就是要學會寬恕，不在過去的錯誤中糾纏；就是要學會退一步，不在不能得的欲望中掙扎。你能寬恕多少、能退多少，實際上，就是善待了自己多少。善待自己，其實，就是與自己和解。一個人若能不跟自己較勁，處處放自己一馬，就是置心靈於曠野，給心靈以自由。

心靈鬆綁了，就是對自己最大的善待。【轉載自：《錫安日報》<http://www.ziondaily.com/>】

### 《嘉言集 1.》

如果仇恨不能讓昨天變得更好，只會讓明天變得更糟，那麼仇恨就沒有任何意義，只是徒然折磨自己罷了！若能停止咀嚼痛苦，把目光放在快樂的事務上，我們就能漸漸忘記過去的陰霾，看到明天的希望！~ 黃桐《人生就像茶葉蛋，有裂痕才入味》~

### 《年輕真好》

## 必. 送阿嬤急診… 她狂奔 23 公里趕考

◎文/邱立雅



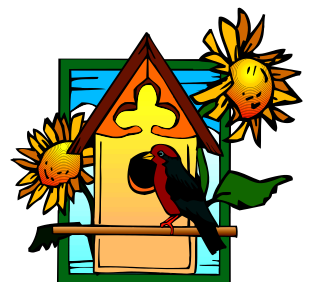
花蓮縣瑞穗國中 3 月 29 日段考，一年級女生田曉琪當天凌晨護送阿嬤到 23 公里外的玉里慈濟醫院急診，沒錢搭車返校，只好挨餓淋雨，狂奔 3 小時趕考，邊跑邊喝雨水解渴。當這名「超馬女孩」結束「半程馬拉松」衝進教室考試的瞬間，同學歡聲雷動。

「跑 10 公里就虛脫了！」田曉琪說，自己雖然讀過體育班、練足球，但一下子長跑 23 公里也會腿軟，剩下的 13 公里全靠意志力，每一步都很沉重。但不斷想到她曾對全班承諾：「我要好好振作、重新開始！」考試也這麼硬撐，結果一交卷就累癱。

田曉琪父母都在桃園工作，她留在花蓮瑞穗負責照顧曾祖母、祖父母和小六的妹妹，課業因此落後，頑皮行為也讓校方頭痛。上學期末，導師張如慧氣她家境辛苦卻不好好讀書，在全班面前狠狠痛罵，同學哭成一團，讓田曉琪決心振作。

3 月 29 日凌晨，田家阿嬤喘不過氣，搭救護車到玉里慈濟醫院急診，田曉琪照顧到天亮，突然發現包括書包在內什麼都沒帶，仍決心無論如何都要返回學校考試。當天一早 7 時，天空飄雨，田曉琪餓著肚子，先打電話向導師報備可能遲到，再沿台九線跑向瑞穗國中，幾個連續上、下坡和急轉彎，已渾身濕透、渴得受不了。她仰天張嘴喝雨水解渴，放慢速度繼續前進，還路過三民和大禹兩個派出所，因為臉皮薄，不敢請警察載，繼續苦撐，幸好 10 時踏進校門，趕上國文科考試。

「她回來了！」全班 27 名同學看見田曉琪，驚訝又開心，趕緊塞麵包、零食讓她補充體力。張如慧算出玉里慈濟醫院到學校約 23 公里，相當於 400 公尺操場跑 58 圈，路程還要隨舞鶴台地起伏，比跑國道半程馬拉松的 21 公里還遠還累。「天啊！妳從玉里跑回瑞穗！」張如慧說，看到田曉琪氣喘吁吁出現時，感動得快掉淚。【轉載自：102.4.2.《聯合報》】





## 《幸福學堂》

### 必. 你就是婚姻裡的最佳主角

◎文/周麗端

各位公主與王子，想要享受美好的婚姻生活，得先瞭解從單身到婚後會有哪些角色裡的轉變？如果在婚前先做好心理預備，婚後夫妻間衝突就會減少。

#### 家庭裡的多元角色

想要扮演好在家中的角色，就必須先了解婚後在家庭裡，需要扮演哪些角色。依據社會學家艾文奈（F. Ivan Nye）（引自蔡文輝，2007）提出婚後在家庭中有八大角色，分別是：家務角色、養家角色、育兒角色、教育子女角色、親屬角色、娛樂角色、慰藉角色、性角色等。家務角色通常包括清掃、洗衣、餐前準備、餐食製作、餐後收拾、家計帳目等；養家角色主要為負責賺錢養家，育兒角色則為負責子女的生活起居照顧；教育子女角色則是教導孩子社會規範與行為、學校課業；親屬角色是婚後與原生家庭及與親屬網絡的聯繫，並維持互動與相互支持關係；慰藉角色是了解與幫助家人，並聆聽家人的心聲與傾訴；性角色則是滿足夫妻雙方的性需求。預備要進入婚姻的公主與王子，或許已經開始盤算，哪些責任該歸屬於我？哪些責任該歸屬於對方？而眾多角色中，如何協調家庭經濟負擔、分擔家務，常是最先被關心的。

#### 共負經濟 利家理財觀

夫妻的經濟如何分擔，常是踏入婚後首要考量的議題；根據行政院主計處（2013年）人力運用調查：女性婚後育有6歲以下子女仍持續工作比例，大幅增加。此數據顯示兩個意義：一、越年輕的已婚女性，婚後維持工作比率增加。二、雙收入家庭越來越普遍。但夫妻兩人都工作，家庭經濟是否夫妻兩人共同負擔？從《幸福學堂》來賓中，所做的初步意見調查顯示：一些女性希望將所得留做私房錢，而男性希望妻子所得作為家用。如此不同的觀點，常是婚後最重要的衝突來源之一。家庭經濟該由誰負擔？傳統上認為：應當由男生負擔養家的重責大任。當今社會還是這樣嗎？雙收入家庭已是社會發展趨勢，因此家庭經濟負擔的大原則，已漸漸轉為「夫妻雙方共同負擔」。但如何做到雙方都能接受的共同負擔？這是一門大家都要學習的大學問呢！

當然夫妻共同負擔不是指放在天平上，一人出一半，而是經過夫妻協調。如果雙方收入相差不大，也許可以考慮設立一個共同帳戶，夫妻分別提撥相當金額存入帳戶，支出大小家用。若夫妻二人收入有落差，經過討論之後，各自提撥一部分收入，存入共同帳戶也可行。當然，不分你我的金錢處理方式，只要雙方都能接受，也沒有不可以。不過如果婚後有一方選擇在家育兒，也不是就只能被動地向另一方伸手要錢。依據臺灣現行法律，《民法：夫妻財產篇1018-1條》，清楚說明：「夫妻於家庭生活費用外，得協議一定數額金錢，供夫或妻自由處分」。此外，車子、房子該登記在誰的名下，也是經常引起夫妻衝突的議題。其實若有足夠的婚姻承諾，登記在誰的名下都該是以家庭的最大利益來考量，為了要降低婚後因財務引發的衝突，需要在婚前不斷學習與討論，婚後持續溝通與調整。

#### 共理家務 親近樂趣多

夫妻共組家庭後，另外一個容易產生磨擦的角色，就是家務與育兒工作了。家務怎麼分擔？婚前就需要清楚討論。根據2011年教育部公布「中小學生做家務」調查發現：有二成五的學生不會幫忙做家務，而且年紀越大，越懶得幫忙。該調查還發現：家事當中以「倒垃圾」是唯一男生做得比女生多的項目，甚至有近七成學生，不會幫忙清潔家中衛浴。



家務工作該怎麼分配？首先要了解婚後有哪些家庭家務需要料理？包括飲食、衣著、居住、交通、娛樂、教育、經濟、家族情感聯繫、保護與照顧等。一般人把家務工作當作負擔與懲罰，避之唯恐不及；事實上，家務工作是愛家人的表現，因此家務可以讓家人關係更親近。例如：準備三餐是為家人健康把關、整理家庭環境是為舒適生活空間努力、將家裡布置成夢想的家園也有很多

樂趣。而在育兒的過程中，孩子常常給父母貼心的話語、貼心的行為，例如：「爸爸、媽媽你很棒」、「幫爸爸、媽媽捶背」、「給爸爸、媽媽擁抱」等，不但能消除工作上的壓力，更能讓夫妻間的情感不起衝突。為什麼我們都不喜歡做家務？因為從小做家務都是被父母處罰的工作，因此不開心。事實上，家務有許多正面的力量，從正面力量看家務，就不再是惱人的負擔，而是愉快的家庭活動。

總而言之，在婚前若未能清楚勾勒婚後角色的轉變，將造成諸多適應不良。要成為婚姻裡的最佳主角，需要從家人互動歷程，加上參與學習等相關資源運作，產生正向力量，婚後的王子與公主，自然就能過著幸福快樂的日子！【轉載自：《好消息》月刊 200期 102.4.】

## 《偉大女性》

### β. 柴契爾夫人 英國政壇獨領風騷

◎文/中央社



在英國和國際間深孚人望的英國前首相「鐵娘子」柴契爾夫人（Margaret Thatcher），今天早上中風發作辭世，享壽 87 歲。生前民調肯定她不但是英國第一位女首相，也是英國最偉大的首相。以不輕易妥協的「鐵娘子」形象深植人心的柴契爾夫人，1979 至 1990 年間擔任首相，主要政績包含：1982 年帶領英國在「福克蘭戰役」中獲勝；與美國前總統雷根並肩合作，結束冷戰；以及加入「歐洲聯盟」但保持英國的自主性等。

1925 年 10 月出生於英格蘭東部林肯郡商業小鎮格蘭森（Grantham）的柴契爾夫人，執政逾 10 年，是 20 世紀英國任職最久的首相，也是英國歷來唯一擔任此要職的女性，在位期間領導保守派大刀闊斧變革。1979 年 5 月 4 日，柴契爾夫人提著她註冊商標的手提包，穿著第一套後來有如她制服的藍色套裝，入主唐寧街首相府。自那天起，她以直截了當的言詞和鋼鐵般的強勢統御男性屬下，領導英國走向她想走的方向。

英國少有首相的姓名被拿來為主義命名，她是其中之一。所謂「柴契爾主義」主張的是個人、自由和終止階級之分，還有減少國家的控制，提倡民營企業，以及打破相信集體權力的一切事物，由工會以至前蘇聯集團。英國民眾認為：柴契爾夫人遠離政壇多年後，影響力仍持續「發威」。當年她將國營事業私有化的政策，促使英國走向市場經濟，迫使工黨放棄老舊的社會主義，開創了英國經濟的全新局面。

柴契爾夫人上台後不久，就面臨在位期間最嚴厲的挑戰：1982 年，阿根廷占領了英國在南大西洋的遙遠屬地福克蘭群島。英國出兵奪回福克蘭群島，柴契爾夫人聲望飛升，保守黨隨後在 1983 年的大選擊敗工黨，接下來很快陸續對付礦工、工會和由左派控制的倫敦市議會。在國際上，柴契爾夫人也迅速贏得超過她在國內獲得的推崇和尊敬，並與美國總統雷根建立緊密的聯盟關係，與前蘇聯進行冷戰對抗。不過，柴契爾夫人最後栽在歐洲手裡。儘管她協助「歐洲聯盟」友邦在 1987 年成立單一市場，始終對歐洲有所疑慮，終於在保守黨內部引發「宮廷政變」，由梅傑取而代之繼任首相。

她雖以作風強悍的「鐵娘子」著稱，但跟隨她 20 年的貼身保鏢曾表示：柴契爾夫人曾為他擦拭鞋上的髒物，還整理過執勤保鏢的房間，令他「揪感心」。退休保鏢史崔文斯（Barry Strevens）曾公開他陪伴柴契爾夫人不為人知的點滴，讓世人認識「鐵娘子」溫柔與體貼的一面。史崔文斯說：1978 年他被指派擔任當時在野的保守黨黨魁柴契爾夫人的保鏢，和柴契爾夫人相處數週後，就臣服於她對下屬的貼心與個人魅力，並轉而開始崇拜她。

2003 年 6 月，柴契爾夫人的夫婿柴契爾爵士去世，享年 88 歲。兩人結縭逾 50 載。柴契爾夫人因年歲增長健康狀況惡化，晚年曾發生過數次中風，2005 年醫生建議她不宜再公開發表演講，後來健康持續惡化，罹患老人失智症，但她堅忍不拔的保守主義，重塑了 1980 年代英國政壇風貌。【轉載自：102.4.8.《聯合新聞網》】



## 生涯輔導篇



### 《士商加油站》

## 必. 面對孩子的生涯選擇，父母要知道的事

◎文/王玉珍

許多國九和高三學生在面臨生涯選擇時，都曾感到不知如何是好；對家長來說，或許也有過想幫忙卻不知如何幫忙的情況。或許這時是缺乏相關的資訊和技巧，但也有可能是有些想法隱微的阻礙了我們進行決定，我們可以稱其為「生涯迷思」。以下分別談談生涯選擇和可能的迷思。

### 「最好的」未必是「最適合的」

許多人都認為：要找一個「最好的職業」，找一個「最好的高中」，找一個「最好的大學和科系」。為了這些目標，學業學習變得是最重要的事。其實，在生涯的這條路上，有時「最好」的並非是最「適合」的。有些校系，孩子讀來雖能得心應手，但可能唸得不開心；有些則發現自己的特質並不適合。雖然我們父母有所期待，但是這些期待，若是為孩子量身打造的，必然更能貼近孩子的樣貌。像是一個正義感十足的孩子，若能到一個能發揮這個特質的地方；一個渴求能關注美感、表達美感的孩子，若能到一個能接觸藝術與創意之處，展現自己，發揮特質，想必能獲得極大的快樂和滿足，或許這也就是人生最為幸福的一件事。

不過，對生活經驗並沒有那麼多的學生而言，有時找到「適合」的選擇，的確非常的不容易！甚麼是適合的選擇，可以從兩方面努力：一方面是注重孩子的「自我探索」，孩子們平時喜歡做甚麼，不喜歡做甚麼？個性是外向或沉靜？重視甚麼？擅長的能力有哪些？另一方面則是「外在環境的了解和掌握」，像是對校系的了解，那個校系的特性是甚麼？未來出路有哪些？要求的特質或能力有哪些？孩子符合嗎？

### 「生涯探索與抉擇」是一個持續歷程 不是一件做完就結束的事情

從上述問中，你可能會發現，到了國九或高三再來面對這些問題，其實太緊迫了。「生涯探索與決定」是一個歷程而不只是一個決定的時刻。「幫助孩子認識自己」可以從小做起。像是讓孩子有多方面試探自己的機會，以及多從生活中觀察孩子，也鼓勵孩子自我觀察。另外，萬一孩子進到這個校系後，才發現這並非是他最喜歡的地方，這時父母和孩子可能都會很挫折、也很矛盾要不要轉換。換個角度想，雖然轉換可能比別人花較多的時間，但至少逐漸確定甚麼是自己想要的，甚麼是自己不想要的。不要認為孩子的決定是錯誤的，至少這次的決定幫助我們更認識自己，而下一個決定一定會更好。從轉換中孩子會逐漸更能掌握自己，凡走過的必留下痕跡，過程中的學習也是寶貴的。

### 生涯測驗 並非萬靈丹

孩子在學校都會作生涯相關測驗，像是「興趣測驗」、「性向測驗」等，這些資訊都有助於認識自己。不過對測驗要有正確的認識，不能依賴測驗結果能告訴你正確的答案。測驗結果並非萬靈丹，若你期待測驗能告訴你最適合的選擇，往往這樣的期待會讓你感到失望。我們可以將測驗當成是一個探索的工具，面對結果時用一個開放、好奇的態度，讓輔導老師帶著孩子，從測驗結果中探索自己。同時在測驗解釋結束後，多蒐尋相關的職業或科系資訊，這樣能獲得的資訊就會更多，對自己的了解也將能更為深刻。

### 整合多項資訊 再作決定

除了測驗之外，也須問問孩子的導師和專任老師，了解孩子的學習和生活表現，這些資訊可以幫助父母看到孩子不同於家裡的表現。多製造機會讓孩子有嘗試評估自己的機會。或許孩子某些方面表現並沒有太好，但其他方面卻很厲害。這樣的過程中不只能讓孩子能從這些經驗中知道自己是怎樣的人，更重要的，不會只從一個單一的面向評估孩子，像是學習表現，若學習表現不佳的孩子，在這裡很可能就認為自己是一個一無是處的人，十分可惜。若能從多方面去認識孩子，



孩子也能從中建立對自己的信心。

### 「學業」以外 仍有許多重要的學習

不要忽略「軟實力」的重要。在現今社會，愈來愈強調所謂的「軟實力」。這是指除了工作特定技能外的一般職能，像是「溝通技巧」、「團隊合作」的能力、「情緒管理」的能力、「抗壓性」...等等。有過工作經驗的家長們都知道：職場上的挑戰多需要這些能力，像是「如何向雇主溝通自己的想法？」、像是「遇到棘手臨時的問題要如何處理？」、像是「如何面對和因應巨大的工作壓力？」...等。「探索孩子的生涯抉擇」和「培養孩子的軟實力」同樣重要。

親愛的父母，若能適當的引導、陪伴孩子，孩子就能從跌撞中有力量站起來，能在迷霧中能有所忍耐的走出來，找到適合自己的道路，經營自己的人生。您不要輕忽自己在孩子心中的分量！【轉載自：《臺北市教育e週報》第 597 期 102.3.13.、第 598 期 102.3.18.】



### 《嘉言集 2.》

懶惰人哪！你去察看螞蟻的動作，就可得智慧。螞蟻沒有元帥，沒有官長，沒有君王，尚且在夏天預備食物，在收割時聚斂糧食。懶惰人哪！你要睡到幾時呢？你何時睡醒呢？再睡片時，打盹片時，抱著手躺臥片時，你的貧窮就必如強盜速來，你的缺乏彷彿拿兵器的人來到。~《箴言》第七章 6~11 節 ~



### 《有志竟成》

## 2. 八年級生進職場 愛王品 怕 22K

◎文/張益勤

《Cheers 雜誌》調查：今年首度進入職場的八年級生，最嚮往的企業依然是去年拿下第一名的王品集團；而且近 8 年來，觀光餐飲和百貨批發等服務業，吸引力持續攀升。反觀科技製造業只剩下台積電，顯示新鮮人的選擇「由硬到軟」。另外，八年級生也比七年級來的實際，最怕 22K，拿到不合理的薪資。

八年級生首度進入職場，《Cheers 雜誌》調查：最受青睞的企業前十名，王品餐飲連續兩年拿下冠軍，接下來是統一企業和誠品。觀察近 8 年的排名，不難發現：新鮮人喜好的產業轉移，排行前十大企業只剩下台積電一家科技製造業，一般服務業的比重卻占了超過三成。

統一超商人力資源部長謝慶勳表示：招募新進員工確實比以前容易，而且在工作上也比較有自信，像是超商實習，也不像過去擔心遇到熟人。中國信託銀行全球人力資源處副總黃淑芬也認為：八年級生重視感覺，影響就業傾向，因此她們透過「幸福講座」和「幸福御守」等小禮物，替員工創造生活的小確幸。

另外，首度進入職場的八年級生，最擔心不合理薪資，看重工作福利；相較於七年級生重視工作的成長性和發展機會，八年級生顯得更為實際。調查顯示：有 56.1% 的新鮮人認為第一份工作不可能高過「大學 2 萬 6」、「研究所 3 萬 2」的平均水準。但是調查發現：有七成的企業願意付出超過 3 萬元的起薪，甚至大部份的企業給薪落在 3 萬到 3 萬 5 之間。

統一超商人力資源部長謝慶勳鼓勵年輕人：不要看輕自己的實力。晶華集團人力資源部副總劉富美坦承：餐飲的起薪不如金融業或是零售服務業，但是飯店業提供制服和三餐。建議新鮮人：如果有熱情，不妨先入門，展現對企業的價值。中國信託銀行全球人力資源處副總黃淑芬建議：學校應該讓新鮮人認識各行各業，年輕人也要儘早認清自己願意接受的挑戰，選擇一個適合自己的工作，減少觀望的時間，並且有耐心地在工作中學習進步。【轉載自：102.3.14.《國立教育廣播電台》】



## 家庭教育篇

### 《教與養》

#### 忍住疼惜 學會放手



◎文/李枝桃

一位媽媽，看到學走路的孩子被東西絆倒、在地上哇哇大哭，立即衝上前去抱起他，並假裝打那件東西，說：「壞壞！」然後疼惜地哄小孩。一個像小霸王的孩子，哭鬧著要買這、買那；父母束手無策，馬上掏錢購買。一個孩子，把同學的東西丟在地上、與同學起了爭執，回家告訴媽媽；媽媽就不分青紅皂白到校理論、並要找對方算帳。上課不認真的孩子，把成績不佳的責任歸咎於老師教學不力，家長立即投訴校方，質疑老師的能力…。

#### 別讓愛矇蔽理智的雙眼

說到這類有關寵溺孩子的事例，可能數不盡、說不完；以前當我聽到這類事情時，也會氣憤地數落這些父母的不是。但自從我當了母親後，面對自己的最愛，往往要忍住疼惜、看著孩子跌倒後自己爬起來、忍受挫敗、學著成長、面對自我…，這是一門艱辛的功課。我知道「愛會矇蔽理智的雙眼」，也知道「愛會讓人亂了方寸」，更知道「愛會讓一個母親的世界縮小到只有她與孩子」。

- 因此，我時時反思、並學著做一個理智的媽媽。多年前，為女兒寫下了「愛妳的 10 件事」：
- 一、當妳還在我的子宮裡，我便開始為妳寫日記，一寫竟寫了 10 幾年。
  - 二、為了讓妳了解自己的成長，我幫妳做了個「寶貝盒」，裡面有妳的肚臍、胎毛、第一件衣服、第一顆掉落的牙齒…。
  - 三、當妳跌倒時，我選擇忍住著急，不去扶妳，鼓勵妳自己勇敢站起來。
  - 四、當妳拿著國語考卷給我看時，我高興地接受妳考 47 分的事實，不在乎自己是老師。
  - 五、當妳與我鬧脾氣時，我放下握緊的拳頭，先到外面吹風、整理心情，然後回來給妳一個鬼臉。
  - 六、每天晚上故意擠上妳的床，與妳天馬行空地聊 1 個小時。
  - 七、當別人忙著出國到處玩時，我卻帶著妳到安養院、到奶奶家，讓妳體會付出的喜悅。
  - 八、當用餐完畢，在一旁指導妳清洗碗盤、擦抹桌子。
  - 九、當妳「基本學力測驗」放榜時，擁抱哭泣的妳、告訴妳：成績不能改變「妳是媽媽最優秀的女兒」的事實。
  - 十、當妳喜孜孜宣佈交男朋友了，我放下緊張、誠心地接納他，因為我信任妳。

#### 孩子終將在挫敗中成長

前些時日，女兒在職場上遇到一些狀況，我原可插手協助，但我選擇讓她自己處理，畢竟她要從學習及挫敗中成長。我把心情書寫在臉書上，立即獲得許多朋友的迴響，大家大談放手的智慧與時機，我看著看著…卻心虛起來；因為寫的是很堅強，但夜深人靜、想起孩子的境況，仍充滿擔憂。看著孩子辛苦的下班回來，仍然不捨；幾次想出手，硬生生的把手縮回來。

我終於發現：要一個母親堅強地「放手」，原來是如此悲壯、如此不容易呀！【轉載自：《泰山真愛家庭》第 69 期 102.4.】

### 《親子之間》

#### 家長 你也是「孝子」、「孝女」嗎

◎文/林庭儀

可能是受到少子化影響，現在許多家長都將兒女捧在手心中長大，盡可能地滿足孩子的需求。有人打趣地說：現在的家長，都在「孝順」自己的孩子。但也發現：當這些「小王子」、「小公主」到了學校這個小型社會時，似乎無法自己負起行為責任，而父母們也只能無奈又心疼地在後面替孩子「擦屁股」、收拾殘局。





身為輔導人員，當我們通知父母並告知孩子出現問題行為時，常聽到這類「孝子」、「孝女」型父母，一把鼻涕一把眼淚的跟老師哭訴孩子如何的不受管教、講了也不聽，似乎對於管教孩子已經無計可施；當然，老師們也會同理父母的無力感。但一轉身私下詢問孩子時，卻會驚訝地發現：有些家長卻會在事後為了安撫孩子受傷的心靈（或是不知如何開口），不敢直接與孩子討論事情，總是無法及時的給孩子機會教育；更有甚者，當家長開始試圖和孩子說教時，孩子一大吼回嘴，家長便默默的吞忍下來，頓失家長管教的威信。時間久了，孩子自然變成家中的小霸王，家長也覺得無力可施。



反觀「孝子」、「孝女」型父母常會很失望地認為自己為孩子盡心盡力，卻沒得到應有的尊重而對孩子有所抱怨。而我最常告訴這類型父母的話就是：「放手讓孩子負責！」如果孩子做錯事情，換來的是父母來校「幫孩子道歉」，甚至「為孩子求情不要受處罰、不要被記過」，那孩子又有什麼機會學到去「為了自己行為負責」？甚至認為：這是父母或是其他人本來就「應該」的工作。

近來，也發現許多開學許久、從未到校但沒中輟的「失蹤學生」，詢問家長後常會得到「他今天不舒服請病假」、「他昨夜鼻塞睡不好、要休息一天」…等等回應，但事後卻會發現：可能是學生「不想上學」、「玩線上遊戲熬夜」…等原因。「孝子」、「孝女」型父母因為心疼孩子會因沒來校被記曠課甚至中輟，「只好」幫孩子請假，但時間久了又看不慣孩子一直翹課，只能兩手一攤說「叫不動孩子」；而孩子也習慣了擺爛，遲早父母會為自己出面解決問題，兩邊不斷互相增強這樣的行為，自然會不斷維持下去。

父母，若是你要孩子養成負責任的個性，絕對不是先替他負責，然後突然又放手，希望他能自然而然地學會負責任。從小就要忍心放手，讓孩子試著去解決自己的問題，和孩子討論如何解決衝突或彌補錯誤，畢竟「餵他魚吃，不如教他如何釣魚」！【轉載自：《臺北市教育e週報》第 597 期 102.3.13.】

## 《家有一寶》

### 家庭教育求助 專線全國統一



◎文/鄭諺鴻

「清官難斷家務事」，不過，家庭出問題，「全國教育中心專線」可以幫助你！教育部宣布：只要撥打「4128185」，無論身處臺灣任何角落，室內電話皆可撥打「4128185」、手機撥打「02-4128185」，將由受過輔導訓練的志工提供諮詢服務。

民國 102 年是「家庭教育年」，「家庭教育諮詢專線」由全國家庭教育中心受訓的志工老師為民眾服務，盼藉由支持陪伴，與民眾渡過生命低潮。民眾若有家庭問題、婚姻溝通、兩性交往、自我調適、親子關係、人際關係或溝通問題，皆可來電諮詢，不需額外支付諮詢費用。

教育部說：每次諮詢時間約 30 至 50 分鐘，將依個案調整，原則每週一次，每位個案都會由同一輔導志工持續提供協助。專線志工都經過一年以上的培訓，需通過好幾階段甄選，才能上線服務，志工會遵守輔導倫理，對話內容全面保密，保障求助民眾隱私。

根據統計資料顯示：以成立時間最久、服務區域最廣之社區輔導機構的「生命線（1995 專線）」、「張老師（1980 專線）」和「家庭教育中心（885 專線）」為例，不僅近年來服務的數量持續上升，家庭問題如夫妻的情感維繫、親子的溝通互動等，是各專線服務的主要內容，許多民眾因家庭相關問題的困擾，而透過專線電話尋求諮詢和協助。

全國「家庭教育諮詢專線」的服務時間為：週一至週六上午 9 點至 12 點、下午 2 點至 5 點，週一至週五晚間 6 點至 9 點，週日及國定假日休館，另於語音系統內說明。詳細內容可洽「教育部家庭教育網」中查詢，網址：<http://moe.familyedu.moe.gov.tw>。【摘錄自：102.4.10.《臺灣立報》】



## 心靈成長篇

風樓心語  
第六三期  
第十頁

### 《好片欣賞》

片名：《水蜜桃阿嬤》  
出版日期：2007  
片長：48 分鐘  
出品：商業週刊  
監製：金惟純、俞國定  
製作人：王文靜  
導演：楊力州  
製片：朱詩倩  
攝影：吳耀東



### 劇情簡介：

海拔 1,360 公尺高的新竹尖石鄉的泰崗部落，有一個老婦人，短短半年之內，女婿、兒子媳婦受到生活的逼迫相繼自殺，留下 7 個 5~12 歲仍在學齡階段的孩子。老婦強忍悲痛、打起精神，與老伴攜手在山崗上種植水蜜桃等蔬果作物維持家計。努力挺著、撐著，就是要讓孩子們能夠完成學業，能展開屬於自己的人生旅程。

在這小山崗上，孩子們哭了，她慈愛地給予撫慰；孩子們餓了，她上山幹農活養家；孩子們過生日，她去山谷為孩子摘野花。撐起一家的粗壯身影，在山崗上看著手機裡的錄像掉淚、卻顯得佝僂，這是她思念孩子們的方式。她是「水蜜桃阿嬤」，靠著種植年收入僅 3 萬 5 千元的水蜜桃，養活 10 口之家，雖然「娛樂」離她很遙遠，但「一家人」的情感，卻成為她五味雜陳中化不開的甜蜜負荷。

《水蜜桃阿嬤》是楊力州導演於 2007 年的作品，雲霧繚繞的泰崗部落、7 個孩子和兩個老人的偏鄉故事，在媒體的推波助瀾下，在臺灣激起了一股旋風；集全臺淚光的關愛與資源，翻山越嶺、紛至沓來，再次地見識到媒體的力量是如何的波瀾壯闊。看著一波未平一波又起的暖流，一道道的往泰崗部落湧去，心中某些塵封已久的元素，漸漸釋放...。【轉載自：<http://tw.movie.yahoo.com/>】



### 《好書介紹》

書名：《逆·進 阿基師》  
作者：鄭衍基  
出版社：平庫立馬媒體科技  
出版日期：2013.03.25.  
語言：繁體中文  
ISBN：9789868851245  
裝訂：平裝  
定價：320 元

### 內容簡介：

誠如書名《逆·進 阿基師》所表，今日我們所看到，總是能夠急中生智、處事進退有據的阿基師，並不是生來就擁有這些好資質和能力；甚至當年的他，為了進入廚師這一行，還差點掀起了家庭革命。而進入職場後的他，更是不時遇到排擠、抹黑甚至嚴重的刀傷、切傷...；然而阿基師非但沒有被這些逆境擊潰，反而從中找到另一個方向往前進。他總以「直徑不可行，拐個彎誰知道不會是另一片好風景」的心態，努力堅持對自我的學習和要求。

本書中，將以 24 則阿基師一路以來讓他刻骨銘心並發人深省的故事，跟讀者述說從「少年基仔」如何成長為現今讓大家尊敬喜愛的「阿基師」，同時更橫跨教學、飲食文化、觀光、娛

發行人：黃贊瑾 發行單位：臺北市立士林高商輔導室

樂等各領域！

### 本書特色

阿基師向來有「三代御廚」之稱，更是眾多民眾心中具有正向、激勵人心的指標人物。不同於以往的食譜書呈現，这回阿基師要以數 10 年來在職場中的酸甜苦辣為要，以及和家人間的情感交錯為輔，讓所有讀者瞭解「阿基師的人生哲學」。為夢想而受傷，永遠值得驕傲！不要遲疑，開創屬於你的偉大航道吧！



### 名人推薦：「逆境」與「逆進」的深思 三立電視總經理/張榮華

透過電視節目欣賞阿基師做菜，舞鍋弄鏟之間，就讓食材翻滾跳躍，行雲流水的節奏真是好看！阿基師的新書《逆·進 阿基師》看阿基師在人生舞台上顛仆起伏，逢逆進修的轉折，過程實在精采，不輸廚藝。

絕大多數的人，在面對自己求學或是就業的時候，總是祈求並嚮往能一帆風順，在按部就班中邁向成功。過程中或是遇到外力挫折、或是不公平待遇，不免怨天尤人、甚至於消極以對。《逆·進 阿基師》這一本阿基師的人生小故事，卻明白的說明了「逆境」會在無從預料時出現，就像阿基師當上飯店總主廚時，卻遇上 SARS 危機一樣；甚至有時候更需要主動去迎向「逆境」，就像阿基師為了提昇自己的能力，以餐廳主廚的身分進入大飯店再做三廚一般。

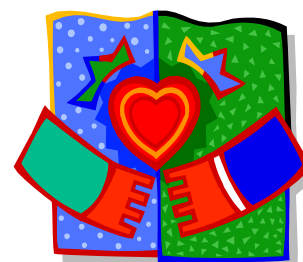
不管是主動或是被動的離開「舒適圈」，阿基師總能夠逢逆進修，在逆境中學習及修行，更進一步超越自己，邁向成功。這一本書真是值得年輕學子、社會新鮮人、甚至是企業經營者細心品味的一本好書。【轉載自：<http://www.books.com.tw/>】



### 《分享園地》

## β. 風樓心語 62 期一回饋與分享

- ◎看完〈蕭敬騰愛與呼吸一樣簡單〉一文讓我學到：愛心和善行是做不完的，以後我遇到清寒、罕見疾病、盲人及老人…等，我一定會伸出援手幫助他們。也希望我付出的愛心與關懷，能讓他們過得舒服、快樂，因為「愛是永不止息」！（107 劉芝吟）
- ◎玩「電玩」玩到入迷？是有可能發生的事！看了〈孩子愛玩電玩怎麼辦？〉一文，讓我想起：小時候，爸爸為了阻止哥哥沉迷電玩，就跟他比賽，爸爸全部都贏他；所以，哥哥就不玩了。哈！哈！這真是一個好方法！（114 莊薇如）
- ◎看完〈面對婚姻女比男卻步？〉一文，真是覺得：對現代女性來說，「婚姻就是愛情的墳墓」；就算彼此愛得很深，但當要面對「生小孩」、「照顧公婆」、「經濟問題」…時，總是會讓人要退一步思考。或許…，自己不結婚，比較好吧！…？（116 劉懷珉）
- ◎看完〈我的未來不是夢〉的歌詞，我對自己的未來，更有信心了！相信只要勇敢去追尋、享受其中的過程，以後就不會後悔自己沒有去做過！（220 王韻筑）
- ◎我喜歡「被家人愛著」的感覺！看了〈多給一點愛被愛的小孩更獨立〉一文，讓我更加確定。但愛的定義很難拿捏，經過很多事情之後，我發現：父母對我的愛，真的要等到他們閉上眼睛時，才能真正放下；而我愛我的家人，亦是如此。感謝你們，願意等待一個不歸的我！（222 呂家瑜）
- ◎〈愈運動愈成功〉這篇文章，讓我感觸良多。即使現在面臨大考的壓力，我仍然找時間運動、放鬆，就算在學校裡短短的 50 分鐘體育課，我也盡可能在操場上跑一跑、走一走！這樣能使我在學習上更專注，所學的也更容易吸收。（301 盧沅露）
- ◎有些事，不是「看到希望，才堅持」，而是「因為堅持了，才看見希望」！看了〈楊恩典：相信你能成功就能成功〉一文，我更確信：人的每一步，都是需要堅持和相信，為了邁向成功的路，必須先相信自己；外在的壓力，是把自己送往成功之路的推手！（304 吳咨諭）



★. 本（63）期風樓心語所有內容，均登載於本校輔導室網頁（輔導室→生命教育→出版刊物—風樓心語），歡迎上網瀏覽。