



主編的話



生活就是體驗，有體驗才能分享美好！

星空下的秘密(二)「隨手玩創意-快樂玩一夏」的主題，打開了我們的心靈，小孩無意間的童言童語總讓人開懷大笑，成長過程中總是不斷的經歷體驗，希望這本刊物帶給大家更多分享與交流，感受生活的美好。

最後感謝所有投稿的家長和畫圖的小孩，更要謝謝副編惠真、友芳的校稿，有您們真好，主編是我的初體驗，但我們如期完成了任務！...^-^

辣椒班 承紘媽媽 秀容

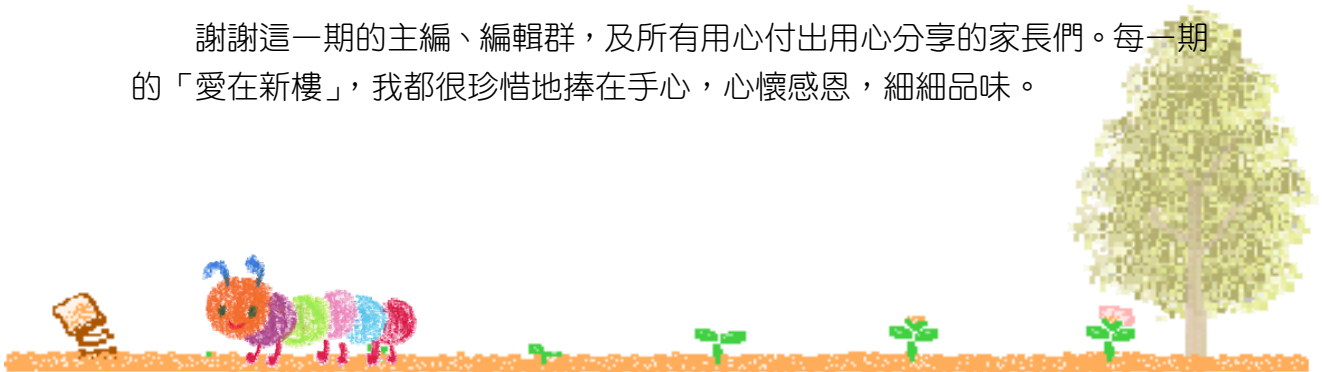


園長的話

「星空下的秘密(二)」延續了上一期的議題，是有感於特殊需要孩子的內在需要需用心正視它，那豈是短短的篇幅所能道盡的，惟有透過更多的了解與看見，一點一滴的學習，才能真正做到全心的接納！

曾經看到一本遊戲治療的書上寫著：「如果我們可以幫助孩子在遊戲過程中了解自己的感覺，他們的問題就會好一點」，也就是身邊的父母、老師多一些傾聽、觀察、了解，再與孩子討論，引導他覺察到他的生氣、傷心、挫折等內在的感覺，他們的問題就會越變越小，這是一條漫長且艱辛的道路，希望我們一起努力學習，成為這些孩子身邊的天使，讓這些孩子知道，他們是好孩子，生命是有盼望的。

謝謝這一期的主編、編輯群，及所有用心付出用心分享的家長們。每一期的「愛在新樓」，我都很珍惜地捧在手心，心懷感恩，細細品味。





孩子的困難你看到了嗎？

文·想分享的人

今年一月，我參加了台中豐樂教育機構辦的課程「如何與有挑戰性的孩子及特殊需求的孩子工作」，一位從澳洲請來的老師 Babara 老師，她是位專攻特殊教育的華德福老師，但她在上課之初就告訴我們，她認為不應該用特殊兒童來形容孩子，因為本來每個人，生來就是特別的，而這些我們所謂的特殊孩童比較適合用「具有挑戰性行為的孩子」來形容，這句話馬上就進到了我的心裡。讓我來跟大家分享一下課程中的大綱，因為不是記錄逐字稿，所以沒辦法每個字都來自於原文翻譯，是經過我自己的吸收和了解所作的解釋，希望大家能有所收穫。

老師告訴我們：「在人出生之前，靈性是處於一個優美、單純、純淨的環境，這個環境中，每個等待降臨的孩子都在這樣的環境中充滿安定和安全感，在更早以前的地球也是這樣的環境，隨時代的變遷，我們身處的環境越來越不同了，有些孩子在母體內就開始感受到這樣的環境變動，對某些孩子來說，這樣的環境和他們曾經接觸過的環境差異太大，他們受到了驚嚇，這個驚嚇讓孩子出現許多行為上的困難，某些孩子會退縮到自己的世界以保護自己，有些孩子則是以過動、焦慮、反抗…等等的行為來表現，但最根本的原因多是因為在降臨的過程中，孩子受到了驚嚇，這些孩子多是敏感型的孩子，他們有不同程度的敏感，有的聽覺敏感、有的觸覺敏感，但每個孩子表現出來的敏感行為又不盡相同。但，同樣的是，他們都是需要被成人幫助的孩子，他們需要大人觀察、了解、包容，讓他們在溫暖、安全的過程中和這個對他們來說充滿驚嚇的世界裡，重新建立和世界的連結。」

有學員問（以下用「問」與「答」來簡述）：「班級上有個孩子，情緒常常處在不穩定的狀態，有時候在散步的過程中，他就突然動手打人，或是孩子們在玩的時候，會動手搶別人的玩具，班上的小朋友許多都不喜歡和他相處，我也對他很頭痛。」

答：「這個孩子應該有觸覺上的敏感狀況，同時和人之間的界線也需要被幫助，有些孩子從出生時，他皮膚的感覺就像是有著許多的傷口，這個傷口不是我們能夠感覺的到，每個人的周圍都有一層保護層，這個保護層的範圍大小每個人都不一樣，就像是有人走向你，剛開始你還會覺得安全，但隨著他越來越近，一直近到你想要後退時就是他觸碰到你的保護層了，每個人會想要退的距離都不太一樣，就是保護層的範圍不一，有些孩子就是這層保護層出了狀況，上面有著許多洞，這讓他常常感到不舒服，就像是你身上有許多傷口的感覺，這會讓孩子感到不安，所以有時當旁人碰觸到他時，就好像是碰到他的傷口一樣，讓他非常痛和不舒服，因此他也就有很大的反應，這是其他人沒辦法理解和感受到的，但如果我們現在了解到這樣的孩子有這樣的狀況，我們就知道如何可以幫

助他。」

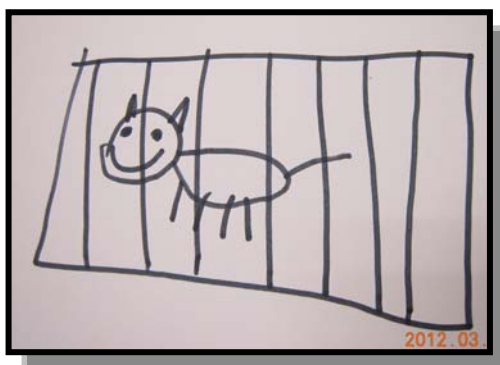
問：「我們如何幫助這些保護層有傷口的孩子呢？」

答：「在人智學書中有提到，可以用『營養澡』來幫助這類型的孩子，就是用檸檬、雞蛋、蜂蜜和牛奶，加在澡盆裡給孩子泡澡，這可以幫助孩子產生一層隱形的保護膜，讓他可以修護自己的傷口，減低他人碰觸時的不適感。」

問：「那孩子常常會碰撞到別人或是不經別人的同意就拿其他人的東西是怎麼回事呢？」

答：「這個狀況通常是這個孩子的身體界線不清楚，和觸覺需求大。有些孩子很需要大量的觸覺刺激，因此他會不自覺的去觸碰他人，也因為身體界線的感知出了狀況，所以常常會碰撞到旁邊的人事物，也無法感覺到他人的身體界線，因此常會引起其他孩子的反感，通常這類型的孩子也會有許多追求刺激的行為。我們可以多給他觸覺上較安全的刺激，例如：毛毛蟲捲，就是用大的布(最好是舒服的棉布)將他像毛毛蟲似的包裹起來。或是多給他深層的觸覺刺激，例如：擁抱。這類型的孩子很需要透過擁抱來感覺自己的身體界線和他人的身體界線。」

在 Babara 老師那兩天基礎課程中，她告訴我們，一位了解孩子的成人，需要培養隨時能將孩子的情況**掌握在自己手中**的能力，隨時要將孩子的圖像放在心中，作任何一件事情時先將孩子可能出現的行為想一下，這樣發生狀況時才不會措手不及，但也不是發生的時候心中產生一種「我就知道會這樣」的情緒，而是先思考一下有沒有什麼方法可以預防。她用(揉麵團)這件事情來帶領我們**思考和體驗**，第一天是我們自己體驗當孩子，感受揉麵團時每一步驟中我們產生的想法和感覺。第二天我們回復成人的身分，在揉麵團前，先思考在哪一個步驟我們的孩子會遇到困難或是出現挑戰性的行為，在我們思考的同時，也想想當孩子出現那些行為時，要怎麼因應，甚至要怎麼預防孩子出現那些行為。這跟我去上很多的治療課程都不一樣，很多的治療課程教我們利用集點、團體規範...等方式來矯正孩子的行為，而 Babara 老師則是教我們**思考並預防**孩子的行為，在每一天的進行中，



圖·棉花糖班 楊曜嘉-被關起來的貓咪



圖·兔子班 楊曜禎-房子、樹、人

作為成人的我們，應該先思考，這一天當中，什麼時間什麼事情會讓這個容易出現狀況的孩子，出現一些不適當的行為，而我們做為保護者的成人，可以先做哪些預防措施，讓他比較不容易發生無法控制的行為。例如：有些孩子觸覺敏感的，那他在和麵粉時可能就會排斥那種黏黏的、又粉粉的感覺，那你可以先跳過這個步驟直接給這個孩子一顆和好的麵團讓他揉。有的孩子肌耐力不好，那他在長時間出力揉麵團時，就有可能會沒耐心進而有情緒，身為有感知的成人，我們可以在適當的時間(他開始速度變慢)請他去當小幫手摸摸其他人的麵團，或是幫忙其他的事情，讓他的肌肉有適當的休息一下，再回來繼續挑戰。

當然每一天不可能都像我們所想的進行，但有事先做好心理準備，對於突發事件發生時也比較不容易有情緒反應。每一次的事件發生時，都是給我們一次了解孩子和幫助孩子的機會，了解孩子在什麼樣的情形下會發生這樣的事件，他背後可能的原因是什麼？孩子沒睡飽、孩子觸覺太過敏感或是觸感需求太多導致身體界線不清楚…有種種的原因可能導致我們的孩子出現許多具挑戰性的行為，例如：打人、推人、大叫、惡作劇…等等，在行為表面來看，這是有問題的，但更深層的去探討，就會了解孩子在什麼地方需要幫助，在對的地方協助他們才可以真正的改善這樣的行為，同時這樣的態度也會傳遞給孩子，讓他對生命的感覺是美好的、是包容有安全感的，才能真正的讓我們的孩子成為一個快樂、正向的人。

後記，對於這個「營養澡」，我有著許多的問號，蛋不會熟掉嗎？但是，抱持著實驗的精神，開始了營養澡之旅，我可以告訴大家，蛋不會變成蛋花(除非你用非常熱的水)，也不會有怪味(反而有蜂蜜淡淡的香味)。也上網查了一下資料，可以一星期進行一次，我稱這樣的泡澡為「天堂澡」，孩子會很期待這樣的泡澡時間，至於到底有沒有改善觸覺敏感的狀況呢？等下次你遇到我的時候再問我吧！因為等到那時候，我應該已經進行了一段時間，也比較可以跟各位報告成果了。

阿姨節



阿姨節

龔龍班 子睿

晚餐時刻，子睿說：「媽媽，為什麼世界上有母親節、父親節、教師節，就是沒有“阿姨節”？」
媽媽說：「阿姨的生日就可以慶祝啊！」
子睿說：「要“阿姨節”來紀念阿姨的辛苦。」
小阿姨，含著淚光夾菜，微笑著一口接一口！



謝謝新樓幼稚園

翼龍班 昱承爸爸媽媽

每個孩子是父母心中的寶，而新樓幼稚園，真的把所有父母的孩子當成自己的寶，這是為什麼我們很放心的把孩子交給新樓幼稚園。在這個大環境，大孩子會幫忙照顧小孩子，而小孩子會學習照顧更小的孩子，這種不分齡的教學，讓孩子得以更自然的成長，彷彿以前傳統大家庭兄弟姊妹互相照顧的環境。

猶記得三年前的夏天，昱承剛上學的第一天，隔著窗子，偷偷地觀察他是否適應新環境，當時很擔心，因為完全不能融入。一群小孩圍繞著老師，聽老師說故事的當時，昱承卻完全狀況外，獨自遊走於教室各角落，接下來的幾天，分離焦慮呈現出來，還好有惠婷老師的幫忙，適時的安撫了這段陣痛期。

昱承一開始的行為，讓我們當父母的有點擔心，懷疑他是輕微的自閉，也很慶幸我們決定提早讓他從小班讀起，讓問題得以提早獲得專業的協助。惠婷老師善意的提醒及協助，讓我們勇敢的去正視這個原本不是很在意的問題，經過一連串的評估，領了一張發展遲緩的診斷證明，讓專家有機會提早介入，解決了未來可能的學習障礙，這短短兩年不到的時間，昱承的學習狀態、表達能力、生活自理能力等等，進步的非常大，甚至在就讀大班的這一年，他也可以像別的孩子，在門口跟爸爸說再見，很自在的自己走進學校，這是另外一種自信的表現，而且還可以幫忙紓解同班小朋友的分離焦慮，新樓幼稚園的老師，真的把昱承教的很棒。

昱承在新樓幼稚園的三年，讓惠婷老師、美菁老師，以及慈實老師教導，除了小孩的成長，我們當父母的也從中跟著學習成長，這是很不簡單的一間學校，大人也跟著一起受教育，學習如何看待並尊重自己的小孩，完全脫離傳統的威權式教育，偶爾在言行中，會用印象中被對待過的方式，很嚴厲的對待昱承，但是隨即從小孩的眼神中，立即發現自己方法的不適當，這是我從新樓幼稚園得到的教育，很感謝諸位老師的付出及分享，讓我們大人小孩都一起成長。

每天接送昱承上下學，從一開始的緊張兮兮，擔心昱承的分離焦慮、擔心上班遲到、擔心感冒或腸病毒的傳染，到現在每天很自在安心的讓昱承自己進學校，很開心的看著玩了一身沙子昱承背著書包走出校園，一路上分享學校生活，嘰嘰呱呱說個不停，我們三年前的選擇，選擇新樓幼稚園，在昱承的成長過程，是正確的，謝謝新樓幼稚園！



與注意力不足過動症 (ADHD) 兒童互動的技巧

翁敏嘉臨床心理師 (新樓醫院身心內科兒童身心發展中心)

有做到 待加油 還沒開始

- 先了解他的疾病主要是因為**生理因素**，造成其自我控制能力較低的情形。因此一般管教孩子的方式，效果常常不佳或很短暫。
- 盡量從**鼓勵正面行為**做起，聚焦在孩子負面行為只會一直帶給自己及孩子莫大挫折感。
- 互動前先確定孩子有在聽，可用手輕拍或拉他以引起他的注意。
- 多多**具體讚美**讓孩子明白你所期待他表現出來的行為。
- 利用即時的獎勵與稱讚效果較好，時間間隔如果太長孩子會忍不到那時或早已忘記了。
- 多多利用**視覺**的代幣（獎勵）制度，也可利用團體的競爭力，需留意的是**每個孩子**有他自己的基礎點及目標。
- 訂立行為契約簡單明瞭，需要**小孩確實能配合並達到**目標，先從單一及容易的地方做起，重要是**孩子要有信心**自己可以做到。
- 注意小孩增強物喜好的改變，可以多溝通。
- 把工作或功課分段執行，必要時需降低困難度或減少工作量。
- 養成視覺或聽覺線索的提示，建立或利用時刻表、清單、便利貼、計時器……等可提醒孩子的工具可盡量利用，並教導孩子可以自己使用以訓練獨立。
- 鼓勵孩子遇到問題可以停下來想一想，還有沒有其他好方法，以免孩子過於衝動，並培養其獨自解決問題的能力。
- 指正孩子時小心用語，誤傷及自尊心，最好先肯定好的地方，再帶出需要具體改進的部分，一方面也可以增加孩子的配合度。
- 面對我們的孩子需要**多練習稱讚，降低自己的標準**，勿與別的孩子比較，勿要求完美。
- 管教需要有**彈性**（考慮孩子症狀造成的困難），並且也需要**堅持**。
- 減少環境的刺激量，因為孩子容易因無關刺激而分心。
- 盡量不要打罵，容易造成孩子沒自信，或認為自己不好，可利用扣除點數或剝奪權力等其他方式處罰。親子關係好時，甚至只要臉拉下來孩子就會很難受了。
- 小心不要因為一時生氣，就否定孩子所有的表現。
- 給與孩子**責任感及勝任感**，讓他當小幫手。
- 當情緒衝過頭時（自己或孩子），必要時先隔離以免做出後悔的事。
- 先同理孩子情緒，再處理問題解決。
- 可多多利用**角色扮演**來練習人際情境，可知道孩子困難在哪。
- 把握孩子**感興趣與動機高**的活動，其症狀會減輕許多，考慮運用在未來出路及專長培養。

關係好，來溝通，一起來，用技巧！要加油，不比較，放輕鬆，不煩惱！



我們來了解肯納症(自閉症?)

翁敏嘉臨床心理師（新樓醫院身心內科兒童身心發展中心）

代表人物

愛因斯坦、牛頓、天寶葛蘭汀(Temple Grandin)

肯納醫師(Kanner 1943)發現。美國精神疾病診斷準則：

1. 社會性缺損（至少具有下面兩項症狀）
 - 使用非語言行為來互動有障礙
 - 難發展出與其發展水準相稱的同儕關係
 - 缺乏自發的分享(快樂、興趣、成就)
 - 缺乏社交或情緒相互作用
2. 溝通上的障礙（至少具有下面一項症狀）
 - 口說語言的發展遲緩或缺乏(未伴隨以另外的溝通方式)
 - 引發或維持談話的能力有障礙
 - 刻板及重複使用語句，或使用特異的字句
 - 缺乏多樣且自發的假扮或社會模仿遊戲
3. 侷限重複的行為、興趣及活動(至少具有下面一項症狀)
 - 侷限的興趣，可能是強度或對象異常
 - 固定的常規或儀式行為
 - 刻板重複的身體動作
 - 持續專注於物體之一部分

給重要他人的建議

- ✓ 先接納孩子與眾不同的生理特質，也就是他一直會以如此獨特的眼光或方式來看世界。學習用正向及欣賞的角度來看他，例如是固執還是有毅力？
- ✓ 勇敢面對孩子的困難，瞭解及同理他，積極地一起想辦法因應。越早的介入，越可以協助孩子未來擁有獨立、快樂且適應的生活。
- ✓ 解決問題時不要用自己的腦去取代孩子的腦，因為生理特質是如此不同，協助孩子擁有獨立思考或生活的能力。
- ✓ 好的親子關係是最基礎也是最重要的資源，任何發展需要以此為底，建立一個良好的溝通平台，以維持安全的依附品質。當孩子跌倒了，他(她)可以用他的方式來找你，安慰夠了就會再出發。你與他的互動是他看世界的原型，你想要他用甚麼態度來面對世界？
- ✓ 不是物競天擇，適者生存，是上帝揀選你及你的孩子，來告訴世俗的人，何謂無條件的愛。



我們來了解亞斯伯格症

翁敏嘉臨床心理師（新樓醫院身心內科兒童身心發展中心）

代表人物

音樂家貝多芬、莫札特、童話作家安徒生

吉爾伯格醫師(Gillberg 1991)提出的診斷標準:

1. 社會性缺損（至少具有下面兩項症狀）
 - 難以跟同儕互動
 - 不在乎與同儕接觸
 - 無法解讀社會性訊號
 - 出現不適當的情緒及社會行為
2. 興趣狹隘（至少具有下面一項症狀）
 - 拒絕其他活動
 - 反覆執著於單一事物
 - 偏向機械性記憶
3. 遵照固定常規和興趣的強迫需求
 - 影響到個人日常生活的每一部分
 - 影響到別人
4. 語言能力的獨特性（至少具有三項症狀）
 - 語言發展遲緩
 - 表面上看似完美的語言表達能力
 - 學究風格的正式用語
 - 奇特的腔調
 - 理解能力缺損，包括錯誤解讀字面及隱含的意義
5. 非語言方面的溝通問題（至少具有一項症狀）
 - 使用的手勢非常有限
 - 肢體語言顯得笨拙或不適切
 - 臉部表情極少
 - 不恰當的臉部表情
 - 呆板且怪異的眼神
6. 動作笨拙
 - 手眼協調不理想

符合社會性缺損標準，加上至少四個其他標準即為亞斯伯格症

給重要他人的建議

- ✓ 先接納孩子與眾不同的生理特質，也就是他一直會以如此獨特的眼光或方式來看世界。學習用正向及欣賞的角度來看他，例如是固執還是有毅力？
- ✓ 勇敢面對孩子的困難，瞭解及同理他，積極地一起想辦法因應。越早的介入，越可以協助孩子未來擁有獨立、快樂且適應的生活。
- ✓ 解決問題時不要用自己的腦去取代孩子的腦，因為生理特質是如此不同，協助孩子擁有獨立思考或生活的能力。
- ✓ 好的親子關係是最基礎也是最重要的資源，任何發展需要以此為底，建立一個良好的溝通平台，以維持安全的依附品質。當孩子跌倒了，他(她)可以用他的方式來找你，安慰夠了就會再出發。你與他的互動是他看世界的原型，你想要他用甚麼態度來面對世界？
- ✓ 不是物競天擇，適者生存，是上帝揀選你及你的孩子，來告訴世俗的人，何謂無條件的愛。

可多利用的網路資源：

Facebook--「幫助高功能自閉與亞斯伯格」
網站--「南方璀璨的星星」





十二感觀-觸覺

兔子班 浚豪媽媽 絢雲

各位家長好，最近出版的華德福教育新書「給彩虹橋上孩子的見面禮」，裡面有提到「十二感官」，剛好去年上課有上到這一方面，在此分享上課筆記節錄，大家可以對照著書看，以增進更多了解。以下是我上課的筆記。對於十二感官，三月份出版的新書「地球上的天堂」裡將有更多的介紹。

現代社會生活充滿著各式各樣的聲光產品，除了家庭中最常看到的電視，包括 DVD、幼兒影音教育、卡通、WII 等族繁不及備載的聲光設備。一般大眾都知道看「太多電視」對孩子不好，但對大部分的人而言，電視已經是生活中的必需品。所以，要完全不看電視，對有些人而言會覺得矯枉過正。

大家心裡都想著：「看太多電視固然不好，但電視也有它的功能性，小孩也能學到東西，沒有必要完全禁止接觸吧？」。

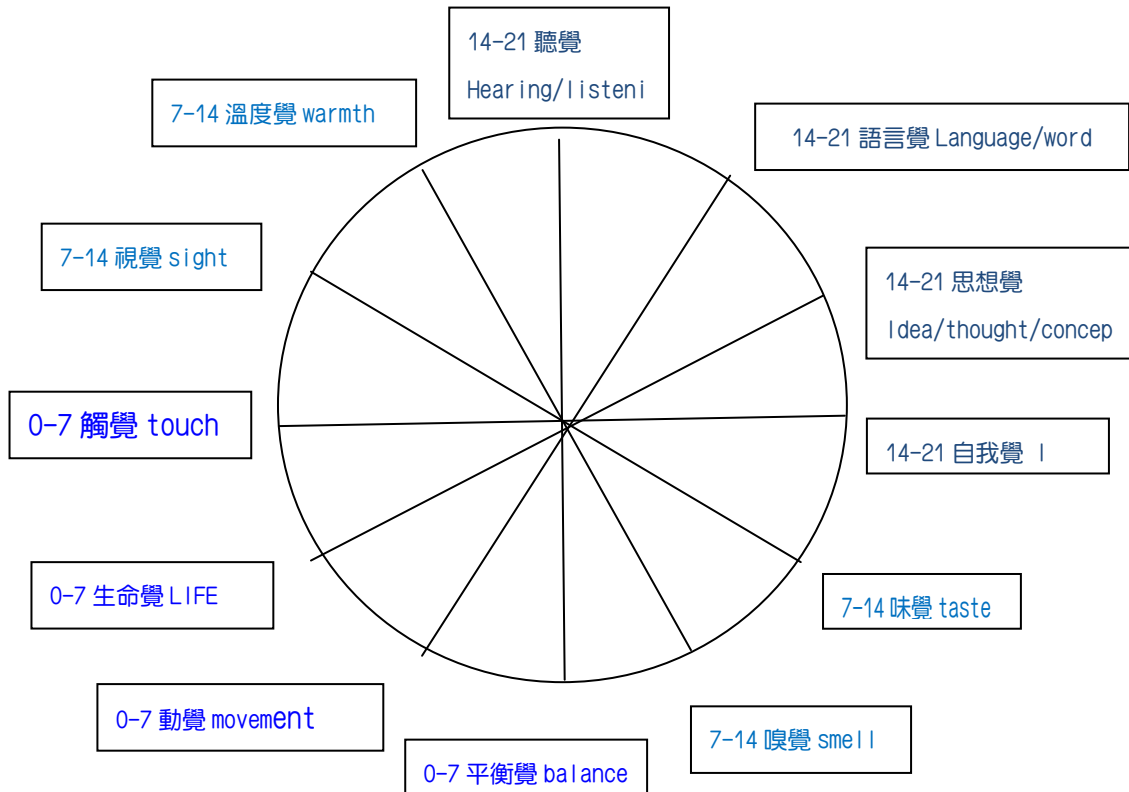
在這樣的思維之下，父母會篩選孩子能看的電視節目，看電視的時間也受到限制，小孩可以在看電視中寓教於樂，既能學到東西又能快樂，充分展現快樂學習，這不是現代教育的最高宗旨嗎？但是、但是、但是，看了以下的筆記就會發現，電視節目內容從來就不是重點。**對幼兒而言，感官刺激才是重點。七歲以前的生命能量是要拿來發展身體的**，如果感官刺激太多，力氣都拿來發展頭腦，身體沒有好好的發展，等於預支了他日後成人的能量，對日後成人健康影響甚鉅。所以，這就是為甚麼幼兒的感官需要好好的保護，不要使用過度，都是為了長大成人後一步步打下良好的地基啊！

這次關於十二感官的課程充電，讓我對於幼兒至長大成人的過程有更充足的認識，幼兒教育如此重要是因為會扎扎實實的影響著成人後的一舉一動，感謝孩子來到我身邊，讓我有動力學會這些，可以讓孩子好，也改善了成人的我。

以下是我分享上課的筆記：

說明：以人智學為基礎的華德福教育，關於感官，不只是傳統的七感或五官，而是依據人類發展的圖像，提出了「十二感官」的概念，分別於 0-7 歲、7-14 歲、14-21 歲發展。孩子誕生到這個世界上，如果沒有學會妥善使用十二感官，將不容易自在的生活，無法安穩地成為地球的居民。

● 十二感官如下：



- 說明：
- ◎ 每一個感官前面的數字代表的是它發展的年齡期。
 - ◎ 一條線的兩端是互相影響的兩個感官。

◎十二感官可以視作一個城市的十二道門

孩子的十二感官之門是處於隨時開啟的狀態，七歲之前一直開著，沒有關門的能力。所以不管資訊好或不好，只要經過感官之門，資訊都會流入感官中，因為孩子不知道關閉感官的方法，所以大人要幫孩子把關，讓好的事物（有意義的事物）滋養孩子。

◎小孩經歷不好的感官經驗的影響？

小孩會接受各式各樣的觀念，是因為它的感官不會關門，一直開放著。好的感官經驗可以滋養孩子，成為日後成人的基礎；不好的感官經驗一樣會累積，造成日後成人生活的障礙。

把十二感官想成一個車輪，十二感官就是支持輪子運轉的軸線，如果有發展不良的感官，就表示軸線可能歪曲/變形/不夠強壯…等，生命的運作日後可能會出現障礙。

◎甚麼是不好的感官經驗？

孩子出生後，如果大人能提供健康的環境，便能健全的發展十二感官。

但是，太多「過度的刺激」存在於現在的社會，例如：視聽設備的聲光刺激、餐廳用餐、逛街、搭乘長途車程、國際航線飛行（12歲以後才適合長途飛行）……等。這類的經驗都會過度刺激孩子的感官。另一類是「不一致的刺激」：

例 1：機器人模擬人聲，做得像個人一樣，讓機器人陪伴孩子，孩子喜歡機器人，這便是一個扭曲的經驗，種下扭曲的因子。孩子會以為機器人也是人類。

例 2：現在有很多發明賦予塑膠材質“木頭”或其他材質的外表，如果孩子觸覺發展廣度不夠，在沒有累積木頭的觸覺經驗前，先觸摸了“做得像木頭的塑膠”，便有可能將看起來像木頭的塑膠當作木頭，因為他/她的感官經驗先累積了“扭曲的經驗”導致認知錯誤。而過度刺激會讓孩子無法消化外來的感官印象。

◎ 如何擁有健全的十二感官呢？

一、完全發展感覺器官—觸、嗅、聽：

這三覺是從胚胎就帶出來的器官，要好好利用。發展好時，進來的訊息會是完整的，反之，發展不好時，無法接收到完整的訊息，影響生命的運作。不要過度使用（過度刺激）或太少使用才能發展良好。

二、健康的感覺器官：所有的感官都需要節奏性/規律性/週期性的休息。

例：眼睛。光線進去眼睛，視網膜色素便消失→需要眨眼補充視網膜色素（短休息）。睡眠對眼睛則是“長時間”的規律休息。

感官有休息，進來的印象才不會失真。例：對距離遠近、對顏色的判斷。而生病的時候，感官就會失真。例：感冒影響味覺→覺得食之無味/吃不下等情形。這都是因為味覺混亂造成的。

三、醒覺的心魂（soul）：睡覺時，還會有感覺，靠的就是心魂。例：有人靠近會醒過來。把內在帶到外在，靠的就是心魂的運作。

以上，三者皆備/發展健全，可以完全信賴，就是俗稱的“第六感”→心中無雜念，訊息自然正確的發展/傳遞。

得智媽媽



彩虹

翼龍班 得智媽媽 佳琪

媽媽：得智，有彩虹哦

得智：在那裡？

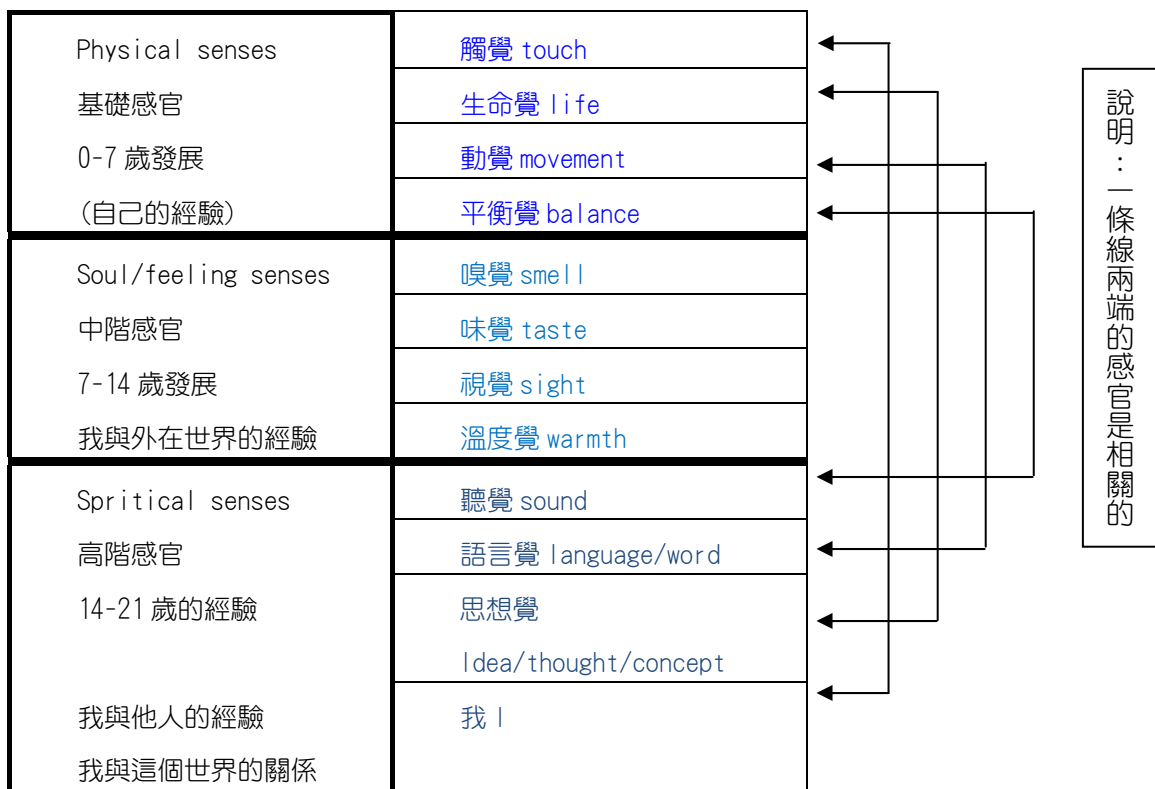
媽媽：在天空上

得智：有，我有看到了，但為什麼它的旁邊有烏雲和太陽

媽媽：對喔！為什麼啊？

得智：我知道，我知道了！因為彩虹要幫太陽把烏雲給吸起來

● 十二感官的階段關係圖



接下來再談談關於觸覺，因為筆記很多，怕大家一時消化不了，節錄部分與大家分享。

觸覺，是生命中前七年發展的，從上表中可以得知，觸覺與跟自我覺（I）有關，所以觸覺發展的好不好，對成人人格影響非常深遠。沒有上這堂課以前，我知道發展觸覺很重要，但是上了這堂課之後，才知道觸覺發展的好不好，是這麼的重要，簡單一句話，觸覺的發展影響了許多你對人際關係的反應與應對，請慢慢看來。

◆ 觸覺的重要性

觸覺，是生命前七年發展，主要是皮膚負責。所以，皮膚是身體最重要的感覺器官。皮膚幾乎涵蓋全身，可以說全身無處不觸覺！人可以聽不見、看不見，但不能沒有觸覺這個感官。觸覺，可以新的功能替代聽與看的功能，讓人存活下去。聽不見，可靠觸覺學會讀唇語；看不見，可靠觸覺學會點字與世界交流；著名的聾啞人士－海倫凱勒就是最好的例子。

但是如果沒有觸覺，可能無法感知溫度→燒燙傷大面積將會無法存活。這是任何其他感官都無法取代的功能。皮膚，算是外面的神經系統，尤其是手指頭與腳趾頭。這也是之所以需要手指謠、捏蜜蠟活動的原因。大概要到七歲，孩子才有辦法描述表達身體的不舒服。

◆ 觸覺是可延伸的

一定要我們親自去接觸到另一個物品/人，才算是觸覺嗎？並不是，還有延伸的觸覺哦！甚麼是觸覺的延伸？簡單來講，藉由某種物品去接觸到另一個物品，就是觸覺的延伸。

一、叉子、湯匙等餐具的使用就是觸覺的延伸。

（注意：以下說明非常重要，請多給小小孩發展觸覺的機會，不要再誤會他們了）

以叉子叉蘋果跟麵包的感覺是不一樣。所以，小小孩在戳食物是在發展觸覺，對他們而言是有意義的活動，並非無理取鬧。（這點非常重要）

二、蠟筆、鉛筆畫在紙上，感受到的觸覺也不一樣。雖然是筆在紙上接觸，但蠟筆我們可以感覺到沙沙的，比較 SOFT 的觸感；鉛筆則是尖尖的，2H 或 2B 的鉛筆感覺起來又會不一樣，觸覺的延伸真是奇妙而且敏感啊！

三、凝視 — 超越皮膚可碰觸到的觸覺。另一種延伸的觸覺。瞪人或者是溫柔的凝視，被看的人都會有感覺，是另一種觸覺方式的表達。懼高症，就是因為觸覺延伸無法達成（因為看不到下面/下方，所以感到害怕），所產生的後果。

◆ 觸覺對發展的重要性：

一、理解有界線的感覺 awareneses of boundary

當孩子誕生在世界上，有了物質的身體（physical body，就是他自己的身體），靈性體受到限制，無法自由穿透（不像在靈性世界的隨意進出），因此，靈性體產生孤獨感、寂寞感（分離的孤獨感）。因而，感受到「I（我）」的存在，但這種分離的孤獨感所產生的痛苦，會被母親的觸覺所帶走。也就是說，母親溫柔的撫摸，可以撫平小嬰兒，因為從靈性世界誕生到物質世界所感覺到被分離的孤獨感（O. S. 可見撫摸與抱抱對嬰幼兒有多重要！）

二、觸覺代表經驗分離的孤獨感及被撫摸的安全感

所以，經歷抱抱的過程對嬰幼兒的發展很重要。要「有安全感的抱」，方能有效促進觸覺健全發展。而抱抱，代表的意義有二：經驗我有界線、經驗安全感。

充滿愛意的抱，好好的抱，可以帶給孩子安全感；不耐煩的抱，會帶給孩子負面的情緒。或者一邊抱一邊捏，就是超越了孩子的界線，沒有辦法帶給孩子安全感。例如：有人喜歡一邊抱孩子，一邊捏孩子說：「好可愛好可愛。」抱抱就會被捏，會讓孩子不喜歡此人的抱抱，甚至可能對抱抱產生抗拒，這是很不好的！所以要給孩子好好的抱和溫暖的撫摸。

安全感與恐懼感是相對的，安全感可以用（在家的感覺）代表，恐懼感可以用（遺棄、不被保護、不受支持的感覺）代表。例：孩子要抱抱，媽媽不抱，媽媽覺得很煩，反而將孩子關在門外（這是老師碰到的真實案例）→造成童年創傷：因為不被愛的經驗、造成恐懼不被愛的感覺。→成人後，因為上述童年經驗造成：

1. 一直不知如何去愛，總是被交往中的伴侶嫌棄不夠熱情而離開，然後又造成被遺棄的感覺（因為都是對方選擇離開），更加強了童年造成的不被愛恐懼感。
2. 童年觸覺的恐懼感，造成男女關係間的不平順，也因為上述經驗，又更害怕未來的不明確感，所以會想很多、想太多，這樣躊躇不前的反應，又讓伴侶誤會而選擇離開。
所以，幼年不好的觸覺經驗，影響到成人建立人際的關係、害怕承諾的永恆關係。（影響之巨大啊！）

◆ **不好的觸覺經驗：**

- 一、太少被擁抱。
- 二、驚嚇的觸覺反應。如怕高、怕死、怕黏黏的東西、怕被拍屁股等，都是由於驚嚇的觸覺經驗造成。

◆ **經驗「害怕」與「安全感」是非常重要的。**

人不能甚麼都不怕，但也不能恐懼。→要用「經歷安全感」去克服害怕。動物實驗證實，切掉重要腺體的老鼠，擁有溫柔的撫摸，就能存活下來。

◆ **觸覺發展好的重要性：**

孩子需要感覺到大人以虔敬的心，小心翼翼的對待。當他感覺被大人小心翼翼的對待，有助於往後發展的自我覺。我們好好對待孩子，他也會小心的對待他人。請注意：

- 觸覺發展好 → 自我發展（自我 I）就會好，社會性也會好。
觸覺發展不好 → 對別人有敵意、本身防衛性過強。

◆ **如何提供好的觸覺經驗呢？**

一、提供真實天然的經驗：

以天然材質棉、麻、羊毛等材質提供孩子衣服/玩具的素材、讓孩子累積天然的觸覺經驗。

二、大人好好撫摸孩子：

大人提供充滿愛意的撫摸經歷，讓孩子每次都累積愛的經驗。孩子幼年被充滿愛意的撫摸，長大後則不會被沒有愛的感覺的人觸碰，不會隨便與人有性關係，不用擔心性經驗泛濫或過早發生（這點很重要）。

沒有好的碰觸經驗，成人後自己會尋找，容易導致性關係快速發生、性需求強、飆車等現象產生（飆車也是一種強烈的觸覺經驗需求），然而上述現象可能會傷害他人或讓自己受傷害，因為已經超越界線。

三、與孩子玩遊戲、手指謠、愛的凝視，都是好的觸覺經驗。



愛就是和孩子一起學習成長—媽媽團契篇

從媽媽團契畢業

鯊魚班 林翰阿嬤 秀蘭

時光飛逝，林翰要畢業了，我也要從媽媽團契畢業，在這裡讀了三年，沒繳半毛學費，還有獎品，完全是園長給的「附加價值」，實在感恩。每週三是我最快樂的時刻，園長是個很有智慧的人，只要他一開口，大家都專心聆聽教養的知識，使我們受益良多。

在這三年裡讀了好多書，學了好多關於教養的事，也認識好多朋友，謝謝各位媽媽，沒有把我當阿嬤看，都用平常心接納我，使我在這愛的團契裡倍感溫暖，常有人叫我年輕阿嬤，那是新樓的愛鼓勵我，和年輕媽媽當同學一起學習成長很快樂，使我忘了老啦！雖然外表漸漸老，但我的心不服老，我仍會在學習的路上加油，我會永遠記得，人生的這段學習與團契共處的時光，還念這段安心做自己的日子。願神繼續祝福新樓的一切都平安！

陪孩子走過

長頸鹿班 耘樂媽媽 虹均

回去上班快一個月了，大家都好嗎？

以前，我是個著名的嚴師，（哈哈，所以團契討論到「嚴師」點點滴滴時，有沒有發現我的頭壓得特別低啊？）面對學生的錯誤，總覺得「都這麼大了，連這也不懂！」必須要嚴加訓斥一番。線再回去了，面對學生還是一張酷臉（沒辦法，對國中生太微笑喔，嗯……後果有點慘！），對面對學生的錯誤，已能用較柔軟的心同理、體諒、包容，再慢慢引導……。

今天處理一個騷擾同學的個案，如果是以前，我一定是把各種法規法條整理出來，加以恐嚇警告一番。但今天我忽然發現，我能理解這孩子的想法，他只是一個內向而渴望友誼的孩子，不知道該怎麼結交朋友，只能用不正確的方式表達他的渴望。當我問他：「你只是想跟他們交朋友，對不對？」這孩子一下子掉下淚來。於是，我的怒氣沒了。取而代之是很多很多的不捨，想著該怎麼幫這孩子，怎麼幫班上的孩子接納他？

謝謝新樓，謝謝園長，謝謝大家，

和你們在一起短短半年，讓我有太多太多深深的體悟。

希望我能帶著這樣的信念、這樣的態度，繼續陪孩子走過一段青春路。

慢活

辣椒班 鎔紘媽媽 擇慧

轉眼之間，兩年又過去了，我們家的弟弟也即將和姐姐一樣，要和這個快樂的園所說再見了，雖說再見是為了下次的再相會，但是他們也已不能正日沉浸在這自主快樂的國度，也吃不到營養又美味的營養午餐，及一群關心他們、同理他們的師長一起生活，我想那是孩子最念念不忘的。

在新樓，不只是孩子的學習，我自己也在新樓上了四年的“媽媽團契”，當然四年的轉變也讓我頗為驚訝，從一位「汲汲營營」的媽媽到學著「慢活」的媽媽，當然我還在學習，還在做自我修正，但一切歸功於園長，謝謝他願意帶領這群家長們一起成長，願意花時間來陪伴我們，給我們指引正確的方向，給我們安定的力量，不厭其煩的為我們解惑，在這裏的學習對我的孩子和家庭都有極大的幫助。

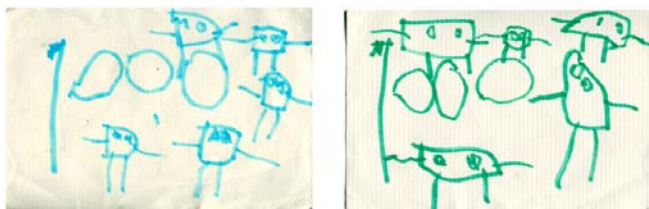
希望新樓能在未來的日子裡，更加壯大，造福更多的家庭，讓這樣的幼稚園能重回主流的教育道路上。謝謝所有為新樓付出的人，謝謝你們讓我們的小孩有快樂的童年，我想這是一生最美好的回憶。

安心地做我自己

棉花糖班 珈豪媽媽 洛維

我的姐姐最近參加美國血癌協會的 Team in Training 活動，要替癌症研究募款、籌錢的方式是在六月的某日，在紐約騎 100 英哩的腳踏車，這幾個月來，常常要參加許多的訓練活動。平日，他早上五點去做訓練，八點多再上班，在我看來是不可思議，他卻樂此不疲，他告訴我，他還想參加九月在拉斯維加斯的活動。他說：在這個團體中，大家友善地彼此幫忙，希望的是每一個人都能成功，這樣的環境其他地方哪裡找得到？

很幸運地，我就找到了一個這樣的地方，這個地方就是新樓幼稚園的爸媽團契，才來三個多月，我卻早已覺得我屬於這裡。在這裡，我覺得好輕鬆，像是這學期讀的書-讓孩子安心做自己，在這裡我可以安心地做我自己，長時間在競爭的環境中生活，“屬於”常常是有條件的，常常會為了別人的期待而忙、而辛苦，我不需要做什麼，或是成為什麼，其他的爸媽會約我去控窯、去團購、去學用樹枝打毛線、去華德福讀書會，就像 Team in Training，我們互相扶持，一起朝著共同的目標努力，真的好謝謝大家！



圖·辣椒班 承紘

正向積極的團體

海軍班 奇維媽媽 怡君

參加媽媽團契的好處有：

教養路上不孤單，有媽媽、園長的“開示”獲益不少。

自從當了媽媽，逛街次數大幅減少，來到這裡，總有“好康逗相報”，從天然棉貼身衣到棗子、水蜜桃、水餃，甚至藥膏，應有盡有。

結交不少朋友；彼此鼓勵、彼此“讚聲”，是一個正向積極的團體。

白白恩典

鯊魚班 喬恩媽媽 杏娟

老是替那些無法來參加團契的爸媽覺得「粉」惋惜：

惋惜 1：有個園長可以讓我的每週三「問事」，怎麼不好好的用呢！？

惋惜 2：怎麼可以錯過這麼多好康的團購機會呢？

惋惜 3：去哪才能一下子認識這麼多的天才媽呢？

惋惜 4：每個月都在繳會錢（月費），為什麼不和小寶貝一起來上成長課呢？

惋惜 5：其他的充電資訊這麼多，在這兒交流著、分享著，不來，怎知呢？

惋惜 6：新樓幼稚園的附加價值，不來，算是個人的嚴重損失喔！

最佩服的是那些上班族的媽媽（有的還輪三班的！）居然剩下一口氣，還能排除萬難來參加。

每次的參加就重新調整自己的育兒方向；每次的參加就像在領受上帝的白白恩典，真的唷！

Last，套句園長說過的話：成長總是需要付上一些代價！

期待有更多的爸媽一起加入這個大家庭！

讓父母安心做自己

翼龍班 芷芸媽媽 惠珍

很高興一年前我選擇了新樓幼稚園，而且很幸運的順利進來。很高興鼓起勇氣踏進二樓的音樂教室，參加新樓爸媽團契。

在這一學年中，除了探討華德福的幼兒教育及讓孩子安心做自己這兩本書獲益良多之外，在“繪本的花園裡”看到其他媽媽們介紹的繪本，多元的風格，也讓我大開眼界。“音樂賞析”和“影片欣賞”讓我沉浸在藝術氛圍中，去進一步探究教養問題，感覺很棒。而吳金水教授及 Super 阿嬤的“親子講座”也讓我學到許多不同的東西，當然最期待的還有園長的“教養 Q&A”，園長所說的字字句句，都能讓我們這些媽媽獲得許多正面力量，讓我更有勇氣，也更期待去面對未來的每一天。很想建議園長您寫一本書，書名可以叫做「讓父母安心做自己」，一定很棒！

另外，也很高興在這團契中認識了許多志同道合的媽媽，在彼此交流中，認識了許多志同道合的媽媽，也感受到大家的熱誠與關心。套句園長常跟大家說的話：「要好好愛自己」，而參加新樓爸媽團契正是愛自己的方式，所以只要未來時間許可，我一定要跟大家一同繼續成長。

喜歡

海軍班 佳芯媽媽 思華

我很喜歡這個團體，喜歡聽其他媽媽各種教養的心得，讓我乾渴的心得到滋養，經過兩個學期，讓我更認識也更認同新樓這塊園地，我女兒有幸來這裡交了许多好友，我也多了幾位好姊妹，希望剩下一年的時光，我會在這團契中吸收更多能量，再次感謝天、感謝新樓的存在，我會繼續參與、推薦親友一同加入。

幸福快樂

飛機班 傾心媽媽 冠雅

來新樓幼稚園的孩子是幸福快樂的，來新樓媽媽團契的爸媽們是成長進步的，即使是畢業後上小學了，也有小學加油站張開手臂迎接著，新樓的家長在教養孩子的路上永遠有支持的那雙手、永不孤單！

感謝園長一年來的帶領和分享，您就像一盞明燈指引我們走在正確的路上，我會記得「同理心」，這是我常遺忘的部分。感謝參加的媽媽們，當我們領受豐盛的愛時，也有滿滿的能量付出，在你們的身上得到的鼓勵和協助，是我難忘的、美好的回憶！

成長

辣椒班 柏睿、飛機班 亭榛媽媽 雅兆

來新樓其實兩年了，但一直到這學期才真正成為團契中的一員。說是寫感想，我倒覺得都是感動。在教養孩子的路上，常常遇到各式各樣的問題和挫折，有時候也會覺得自己總是孤軍奮戰的問題不知道自己處理得如何，或是該怎麼化解親子之間的衝突。很感謝每週三的團契，讓我可以請教、討論和思考，我常常跟孩子們講：「媽咪去上園長老師的課」，他們聽了總是笑嘻嘻的，覺得很好玩，或者是覺得：「媽咪是大人了，怎麼還要去上課？」

可是，園長真的帶給我好大的成長，從書本、從討論、從影片、從每一個想法裡，我看見自己在處理親子關係中不足之處，也從每一個看見中，期望可以帶給孩子更不一樣的母親。

謝謝園長，謝謝團契中的每一個成員，祝福大家！

生命影響生命

火箭班 軒愷媽媽 采璃

一年了！參加媽媽團契已經一年了，真的是不知不覺！！很感謝當初提供設立媽媽團契點子的那個人，感謝他讓我們這些媽媽在平淡無奇的日子中起了美麗的漣漪！在無助的時候給了我們希望，更要謝謝引導媽媽們在育兒之路上更上手的園長，在這裡，我慢慢的填補過往生命中的缺口；在這裡，我也不斷地在自我對談；在這裡，我看到自己的不足，並欣然接受這樣的不足、愛自己；在這裡，我看到每個媽媽無私的對待每一個人（真的覺得每一個媽媽都好美！），我期待自己也能如此這般的無私。這裡真的是生命影響生命的地方，大生命影響大生命、小生命影響小生命；大生命影響小生命、小生命影響大生命。

從去年六月參加團契，我的生命開始悸動，一直到感動，到現在我的心好滿好滿，謝謝在新樓的每一個人，謝謝媽媽團契每一個人媽媽，謝謝可愛的園長，願上天保佑祝福你，祝福每一位辛苦的媽媽、爸爸、奶奶、爺爺和照顧者與付出的人。God bless everybody.



15 分鐘內的元氣早餐 · 鮮蛋沙拉

辣椒班 承紘媽媽 秀容

♡ 三人份的鮮蛋沙拉--

材料如下：

1. 雞蛋 3 顆
2. 吐司六片
3. 中蕃茄 1 顆(或小蕃茄 6-8 顆)
4. 沙拉醬

作法：

1. 瓦斯爐--水約蓋滿雞蛋，水滾 5 分鐘後，關火約燜 4-5 分鐘。
大同電鍋--內鍋(雞蛋)：水約蓋半滿雞蛋；外鍋：3 分之 1 量杯的水。
2. 蕃茄--切片備用。
3. 蛋剝殼後，用湯匙切開、加沙拉醬拌碎即可(沙拉醬--依個人喜好著量)。
4. 吐司微烤後，抹上蛋沙拉、再加上蕃茄 2~3 片。



PS:超好吃的鮮蛋沙拉簡單又健康的元氣早餐---是我家承紘超愛的...^-^,爸爸也認同好吃!看著他們吃得滿足的笑容,也開始親做早餐的生涯。吐司蠻推薦「奶油鼻子」的「湯種吐司」口感更加分喔!關於沙拉醬,個人覺得「聖德科斯」的芥花油沙拉醬還不錯。



好吃的水果冰棒

飛機班 楷能媽咪 雅玲

- ♡ 用製冰盒自製好吃的水果冰棒
- ♡ 準備材料：果汁一盒、水果切塊、牙籤數根。
- ♡ 作法：選擇自己想要的冰棒內餡，像草莓、鳳梨、西瓜等，並將之切成適當的小塊，然後將切好的水果切塊放進製冰盒中，製冰盒的每一小格可以放一小塊水果切塊，然後將自己喜歡的果汁倒進製冰盒當中，接下來選用無毒的 PE 保鮮膜將製冰盒整個包起來，然後插上牙籤放進冷凍庫，健康又美味的水果冰棒就完成了！



和孩子一起做地瓜圓

翼龍班 芷芸媽媽 惠珍

你是不是也有買了地瓜放到發芽都還吃不完的經驗呢？除了烤地瓜、蒸地瓜、炸地瓜之外，還可以和孩子一起動手，做成Q軟好吃的地瓜圓喔！

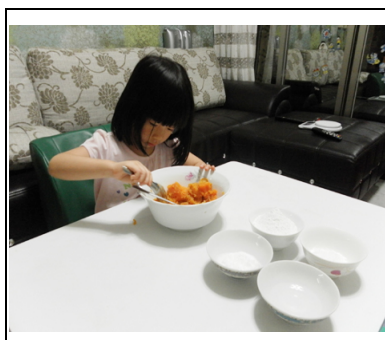
材料：

- 地瓜……………300 公克
- 細砂糖………2 大匙（可不加）
- 地瓜粉………120 公克
- 太白粉………30 公克
- 水……………30 c. c.

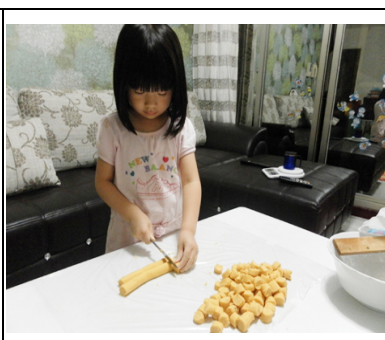
作法：

1. 將地瓜洗淨、去皮、蒸熟、搗碎。
2. 將「作法 1」加入細砂糖、地瓜粉、太白粉拌勻，再視情況慢慢加入水。
3. 將「作法 2」搓揉均勻成糰至不黏手，揉成大小適當的圓形長條，再切成寬約 1.5 公分的小塊狀備用。
4. 將作法 3 放入滾水中以中火煮到地瓜圓浮於水面上，再煮 1 分鐘，即可撈起食用。（煮好的地瓜圓可以加一些糖拌勻，比較不會沾黏在一起，如果將地瓜改成芋頭就變成芋圓）

地瓜圓的材料及作法很簡單，很適合和孩子一起動手做。一開始可以請孩子幫忙洗地瓜。地瓜蒸熟後，等到不燙手，再跟孩子一起搗碎。加糖、粉、水及搓成糰、切小塊等過程就像在玩粘土一樣，相當有趣喔！（搓揉過程裂開沒關係，只要再壓緊即可）地瓜圓要現煮現吃較好吃，吃多少煮多少，剩下的可裹上太白粉放冰箱冷凍保存。



1. 搗碎



2. 切小塊



3. 地瓜圓成品



美味分享

火箭班 禹甄媽媽 純美

芝麻牛蒡

材 料：牛蒡一條、牛腰肉 200 克、白芝麻一大匙

調味料：醬油、味霖、酒各三大匙、糖一大匙

- 做 法：
1. 用刀背將牛蒡外皮刮掉，切成絲
 2. 用一大匙白醋加水，放入牛蒡絲浸泡（以防氧化變黑）
 3. 牛肉切成絲
 4. 大火熱鍋，加入二大匙油，放入牛蒡絲快炒，再加入調味料
 5. 待湯汁收乾前加入牛肉絲，快炒 3 分鐘
 6. 加入白芝麻，半分鐘後起鍋

起司焗南瓜

材 料：南瓜 300 克、牛奶 100 克、雞蛋一~二個、起士條 100 克

- 做 法：
1. 先將南瓜去皮蒸熟，約 10 分鐘
 2. 加入牛奶、雞蛋，與南瓜一起攪拌均勻，放入烤盤
 3. 上面鋪上起士條，放入烤箱烤約 10 分鐘即可

囍囍囍囍



受傷的手不能碰到水

飛機班 亭榛媽媽 雅兆

妹妹的右手手肘在車埕車站時不小心跌倒受傷了，

晚上洗澡時，妹妹特地把手舉高，希望不要碰到水。

妹妹：媽咪，不要用水沖到哦…（用可憐兮兮的聲音講）

媽咪：好…（忙著準備洗澡用品）

哥哥看了看妹妹，冷靜又好心的提醒：妹妹，妳舉錯手了啦！

妹妹：噢！好，謝謝！（馬上換手）

媽媽在一旁忍住笑，快內傷了啦……



夏天的菜 - 越南冷春捲

棉花糖班 善亞媽媽 惠敏

3月初從越南柬埔寨回來後，對東南亞的街頭美食始終忘不了，憑藉著日漸模糊的一股味覺記憶，我試著在自家廚房把那股酸酸甜甜辣辣的好滋味拼湊出來，結果勒？？嘿～我這個廚房阿斗手氣挺好，竟然一試成功，矇對 8-9 成耶！

這道涼菜呼應東南亞濕熱氣候，在鹹甜酸辣 4 味之間大玩 balance，連作幾次下來，親朋好友們的讚美聲讓我決定於此分享這道簡單美味到不行的消暑小品。

♡ 菜名:越南冷春捲

材料:

- 餅皮
 - 美生菜（也可加入生豆芽菜和韭菜）
 - 九層塔（也可以香菜和薄荷葉取代）
 - 以蒜頭及醬油拌炒過的豬絞肉
- （換成雞肉、蝦子也好吃，總之就是想吃什麼就放什麼吧！）

沾醬:

- 一顆檸檬榨汁
- 魚露 2 匙
- 糖 3 匙
- 蒜 2 顆切碎
- 辣椒酌量（為了不吃辣的小朋友們，辣椒可略）



材料準備好後，先將餅皮沾濕，放上美生菜、九層塔及豬肉，捲起來沾醬就能吃了。全家老小動手一起捲，衛生實惠，消暑開胃。

*延伸菜色:

同樣這道沾醬倒進刨絲青木瓜或青芒果，再加點搗碎的蝦米和花生就是泰式料理中頂頂有名的 papaya salad / mango salad，稍微更講究的話，就再添些切半小番茄和四季豆吧！



無毒黏土 做法

飛機班 傾心爸爸 嘉辰

一、 配方

1. 麵粉(高、中、低筋皆可)..... 2 杯
2. 水..... 2 杯
3. 鹽..... 1 杯
4. 塔塔粉..... 2T(T=大匙)
5. 油(任何液體油)..... 2T
6. 食用色素適量(亦可不加)

二、 步驟

1. 將所有材料拌勻(呈泥狀是正常的,麵粉加熱後即會吸水收乾)
2. 開小火加熱,不停攪拌。
3. 攪拌到呈黏土狀固體即可關火。
4. 放涼加入色素揉均勻,即可使用。

★ 加熱是要讓麵粉吸水收乾,不是要煮熟,讓麵粉呈半生熟狀態即可,太熟麵糰會變回泥狀。

★ 放涼後以罐子密封約可使用三個月,有太重油耗味即可丟廚餘。但無法長久保存,有需要再做。



有趣的小玩意兒

飛機班 楷能媽咪 雅玲

1. 拿一張空白的紙,在紙上簡單地描繪出喜歡的造型,越簡單越好,但也可視孩子的程度作調整。譬如動物 水果 簡單汽車造型...等。
2. 選擇一些不同的素材,如:彩色的米、樹枝、樹葉、種子、義大利麵...等,一次一種,將素材灑或舖在圖形的邊上,因素材不同 描繪的圖案就會顯現出不同的感覺哦!



圖·辣椒班 承紘



炎炎夏日何處去

翼龍班 芷芸媽媽 惠珍

在用心就能改變:「心靈擁抱法」建立美好的親子關係(荻原光著/沈曼雯譯)書中有一段話談到:『帶著孩子去風景區,讓他度過快樂的一天』這就是為人父母者的心情,不過,一定非得這樣做不可的心情過於強烈時,整個人就會焦躁不安起來,然而孩子真正的心聲卻是:「謝謝你們為我考慮這麼多,即使無法順利進行或無法按造原定計劃也沒有關係,我已經心滿意足了。因為能和爸爸媽媽在一起,我就很高興了。」孩子告訴我們不用那麼拼命想為他們做些什麼,「幸福的種子」也會滾到我的眼前。全家團圓的關鍵時刻,就能隨性、巧妙的尋找到幸福,秘訣就是要拋棄為人父母者沉重的責任感,和孩子共享他所發現的幸福,恢復童心,融入孩子的快樂中。』我想只要能開心的陪著孩子一起玩,那裡都是天堂,隨時都能掌握幸福。而在這炎炎夏日裡,假日時何處去呢?除了住家附近的公園,在此推薦您可以和孩子共遊,且距離不太遠、價錢不會貴、有冷氣或樹蔭不致於太熱的一些景點,讓您和孩子可以沒有壓力,輕鬆的享受假日時光。

台南市:台灣文學館、台灣歷史博物館、台南兒福館、台南文化中心(若欲前往可上網搜尋資料)

高雄兒童美術館

高雄兒童美術館的遊樂空間可分為室內展覽室、中庭、戶外三大部分。室內展覽空間共有三間展覽室,彼此獨立分開,各有不同的展覽主題;中庭是個半開放的空間,走廊上有配合當期主題的展覽作品,大都是互動性的作品,可以讓孩子用眼觀察、用手觸摸、用耳聆聽並動手玩;戶外空間有一長約五十公尺的沙坑區,小朋友參觀完室內展覽後,可以到沙坑區玩沙,旁邊也有水龍頭可以讓孩子清洗,另外還有結合藝術與玩樂的作品,像是鞦韆作品、探索木屋、腳印迷宮花園.....等,很適合親子共遊。

◎ 網址: www.kmfa.gov.tw

蕭壠文化園區

蕭壠文化園區前身為佳里糖廠,現在大部分廠區由臺南縣政府承租,將14間老倉庫改設為展館,其中以「兒童遊戲館」最受小朋友喜歡,包括溜滑梯、攀岩、吊橋、球池、造型船屋等大型遊樂設備,雖然有部分遊樂設施感覺不適合幼稚園小朋友玩,但看到孩子們在球池丟球就很開心的模樣,也就不去想太多了。位於園區後方的「親水廣場區」,可以讓孩子玩水,但記得要帶換洗衣物。另外,可以到園區旁的「蕭壠糖廠冰店」吃冰消暑,或到糖廠後方的「兒童圖書館」看書。

◎ 網址: <http://soulangh.tnc.gov.tw/>

屏東六堆客家文化園區

園區佔地寬廣，以客家生活與自然生態作為雙主軸的概念，規劃了傘架客家聚落區、田園景觀區、自然草原區、九香花園景觀等四大主題，有定期六堆聚落文化展覽及不定期鄉土文化活動。園區內有許多適合親子活動的規劃：例如位於多媒體館 2F 的兒童探索空間，可以讓兒童藉由一些遊戲，體驗客家文化。傘架下有定時噴水戲水區，戶外的石造溜滑梯、玩沙區、小河岸戲水區、廣大的草坪，還有湖內有魚類、鴨群、天鵝和一些水生植物等，可讓孩子認識生態環境。

◎ 網址：<http://thcc.hakka.gov.tw>

南瀛總爺藝文中心

圖·棉花糖班 賴穎萱

前身為麻豆總爺糖廠，內部有日式建築群與老樹，綠油油的草皮可以讓小孩子盡情的奔跑，不定期會有一些活動及表演，很適合一家人來這裡散心。

◎ 網址：<http://tyart.tnc.gov.tw/>



“氣”與“綠”

飛機班 亭榛媽媽 雅兆

有一回上完游泳課，幫妹妹洗澡時……

媽咪：妹妹，因為游泳池有“氣”，所以游泳後要洗澡洗乾淨哦……

妹妹：（似懂非懂的點點頭）我知道，要把“綠”洗掉，然後變成我們這種“黃”（一邊講一邊指自己的肚子），如果是黑色的人，就要變成他們的那種“黑”……

媽咪：呃……哈哈！妹妹妳好可愛啊！（忍不住大笑起來了）

禁帶外食

火箭班 庭誼媽媽 友芳

傍晚庭誼正吃著爸爸買的鹹餅……

媽媽：趕快吃完吧！等會吃素食的地方禁帶外食。

庭誼：那是不是只能帶家裡煮的？

媽媽：（心裡暗笑）只有小 baby 才可以帶家裡煮的來吃，其他的人只能吃他們店裡煮的東西。



圖·翼龍班林芷芸

愛在新橋·24·新橋有愛



傾心家 寒假旅遊

飛機班 傾心爸爸 嘉辰

平時在家看電視或上網時，若是看到有不錯的景點，就會利用休假時安排行程前往，通常都是寒假或暑假期間。每次都會去一些以往沒去過的地方，首先來到的是在「小小站停一下」(時報出版)書中介紹的石蓮園，主人是退休的台鐵員工，他買了報廢的火車車廂把它改造放在海邊，除了可以用餐之外，近年也增加了三節車廂專供旅客住宿之用。在這裡用餐是如假包換的坐在火車車廂裡，而且還吃著火車便當，但抬頭看著窗外，卻是一望無際的台灣海峽，有種時空錯置之感，適合一個人流浪也適合闔家光臨。

店家資訊-地址:苗栗縣通霄鎮白西里 19 鄰 153 號-8 電話:(037)792399

賽德克巴萊--林口霧社街

一趟穿越時空的旅程：原本這裡只是魏德聖導演為了拍戲方便而大手筆建造出來的霧社街景，但由於這裡是賽德克巴萊電影主要場景，戲中許多重要的片段都在這裡完成拍攝。魏導在這裡投入了八千萬，請來日本建築團隊搭建出當時的霧社街景，讓歷史還原。

由於台灣受到日本統治五十年之久，雖隨處可



許多的景物是導演依照霧社事件當時所留存的老照片複製重現，例如傾心所站立的大門之處即是。



如此細緻的室內擺設，讓人以為事件是昨天才發生一般。

見日本房子，但大多頹圯不堪，就算許多有幸受到政府保存重建的日式建築，也只能看到外觀，而看不到該房舍的細部擺設而無從了解其真正功能，對於距離日本文化及時代有所差距的我們，實在是很難想像當時日本人在台灣的足跡深淺。但在「霧社街」這裡，在小山坡制高點上有日治時期警察習武場所「武德殿」可以鳥瞰整個「霧社街」、接著是霧社地區最高警政單位「霧社分室」，從檯燈、打字機到當時的報紙內容都一應俱全，連主任的警察制服外套都還披在椅子上，彷彿事件才剛發生一般。

而隨著電影的劇情所需，這裡還蓋了診療所、公學校、教師宿舍、校長宿舍、櫻旅館、郵便局、金墩商店、櫻花台、花岡邸及上集結束時舉辦運動會的操場司令台，每間建築都一一按照其功能搭建出來，最特別的是房舍內的各式物品一應俱全，就算真的住人也沒有問題，其中的「櫻旅館」更是徐若瑄等女演員的化妝休息室。正是因為這裡的一切是如此的細緻，所以才有了保存並開放讓民眾參觀的想法，但由於土地及種種法令限制因素，這裡只能做為短暫的展示之用，並無法長久經營，這是十分可惜之處。

而該電影成功是來自魏導強大的意志力，舉例來說：霧社山上的土地是黑灰色的，但林口台地是紅土高原。也許有人會說「反正又沒差，知道這細節的人沒幾個！」但魏導硬是要把整個地基加上水泥再鋪黑土然後才蓋房子，每次拍攝前都要先灑水，力求與霧社原地相似。但也礙於經費有限，當初只為了拍電影目的蓋了霧社村，所以在木材的使用上採用了加拿大便宜的花旗杉，約五到十年就會腐壞，這也是造成了這美麗的霧社街註定要短暫存在的原因之一。不管如何，我們在霧社街的諸多細節上看到了魏德聖導演的執著及要求完美之處，因為有近乎原貌重現的霧社街，所以「賽德克·巴萊」拍出如史詩般的壯闊格局，也讓我們更加的瞭解了歷史的真相。



從武德殿上鳥瞰的霧社街景。



霧社街更提供和服及原住民服租借服務，讓人更融入這時代。

板橋車站-哈肯鋪

吳寶春師傅的米釀荔香麵包榮獲世界冠軍，也順利在高雄開了麵包店，但總是每天大排長龍，而且還不一定買得到。但根據報導，寶春師傅在準備參加世界麵包大賽前需要多一點時間做研發，但在競爭激烈的烘焙業，許多麵包店都無法提供他想要的顧問職位，只有哈肯鋪的老闆願意提供他一個專心準備比賽的場地及薪資，寶春師傅本人也說這裡賣冠軍麵包是最理所當然的!!所以這裡賣的米釀荔香麵包，好吃得沒話說，只要注意每天出爐時間，一定買得到喔!!

店家資訊：板橋車站地下一樓

中壢夜市--波蘭爸爸蛋糕

冠雅偶然在家看電視轉到了TVBS的一步一腳印發現新台灣，正在介紹一位在中壢夜市的波蘭爸

爸在賣蛋糕，他曾騎摩托車在歐亞大陸流浪了十五年之久，在網路上認識了現在的台灣太太，就隻身來到台灣，第二次就結婚再也不回去了，他在影片中說：「台灣是適合孩子生長的地方，政府不會衝到你家抓你，除非有必要，但在波蘭不是這樣!!」他也不要孩子去安親班，他說：「波蘭傳統是不喜歡送孩子去外頭，孩子跟爸媽好，以後跟全世界都會好，只要愛爸爸愛媽媽，一切都沒問題了!!」所以要陪他的孩子，他用他媽媽小時候做給他吃的波蘭蛋糕拿到夜市賣，他說一開始他在路邊賣，警察好心的告訴他要到夜市賣才不會違法，台灣人真的很好。

這樣的報導實在是太動人了!!他說出了親職教育的核心價值，不去買蛋糕支持一下怎麼行呢？於是我們利用去台北的機會，下中壢交流道吃晚餐，順道來買蛋糕，一個五十元，比起 85 度 C 的小蛋糕，更大更有味道，和一般日式清爽口感不同，但不會太甜，而且全是新鮮水果，相較之下反而是划算許多!!

店家地址：桃園縣新明路明德路口中壢夜市入口右側 17:00，賣完為止

台中大雅一富林園洋菓子店

台中的大雅有台灣自種的小麥田，是比較特別之處。但在大雅大馬路旁有一間像城堡一般的房子，大家以為是豪宅，但走近一看，這裡原來是小林煎餅的洋菓子專賣店，網友還介紹，除了房子有特色之外，這裡賣的蛋糕餅乾是從日本請來洋菓子師傅現場指導現做現賣的，十分精緻好吃，也有提供下午茶套餐選擇。於是這裡就成為我們一家開車上台北時的休息站，吃過午餐後來到這裡點份下午茶，喝杯咖啡提神再往北部開，或回南部，愉快的開始下一段旅程。



店家資訊：台中縣大雅鄉中清路三段 230 號



童言童語 ...

海軍班 奇維媽媽 怡君

涼喉糖

當奇維吃了涼喉糖後，
說：「如果吃這喉糖，嘴巴、肚子都很涼，那就不用吹風了
(指電風扇)。」

螢火蟲

看著草叢、池塘邊發光、發亮的螢火蟲，
奇維有感而發的說：「螢火蟲會不會電人呢？」

? # ※ △



童言童語...

辣椒班 邑豪媽媽 瓊玉

小班的邑豪

聽完親職講座之後，邑豪和爸爸一起來接媽媽回家。

邑豪問：「媽媽，你到我的學校做什麼？」

媽媽答：「有位叫『楊茂秀』的老師來幫媽媽們上課。」

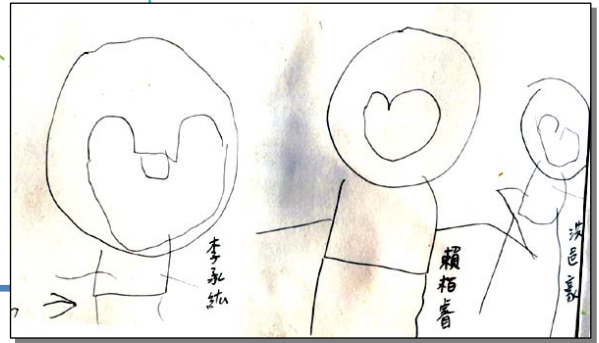
邑豪說：「我早就知道妳們是去看『羊毛秀』！」

中班的邑豪

在上學途中

媽媽說：「天空有一架飛機，很小喔！你看得到嗎？」

邑豪看了很久說：「看到啦！可是飛機為什麼都不下來



圖·辣椒班 柏睿

大班的邑豪

姑姑打電話找邑豪

姑姑說：「姑姑幫你買了閃電麥昆的四角褲，開心嗎？」

邑豪說：「開心啊！可是我只有兩隻腳，那要怎麼穿？」



童言童語



復活

翼龍班 得智媽媽 佳琪

得智：媽咪！你有沒有受洗啊？

媽媽：沒有，為什麼要受洗

得智：因為如果你有受洗的話，那麼你有一天死掉的話，
在第三天的時候你就會復活哦！

下期徵稿-相約「愛在新樓」29期

徵稿內容

- ♡ 分享藝術活動的想法與感動
- ♡ 幼小銜接的分享
- ♡ 帶孩子去旅行（暑假親子生活）
- ♡ 家人給爸爸的愛之語
- ♡ 童言童語

歡迎爸爸媽媽投稿！可 E-mail 至新樓信箱：sinlau.edu@msa.hinet.net
或主編冠雅(飛機班 傾心媽媽)的 E-mail：guan-ya@yahoo.com.tw、
casalinyen@tn.edu.tw，每篇分享的文章篇幅請在 2 頁以內，謝謝！

熱情相邀