



### 快樂教育

#### 情緒失控的孩子這樣教

這一天，妮妮與爸媽來到了親子餐廳。而一進餐廳妮妮就被旁邊的遊樂區給吸引，掙脫媽媽的手就往遊戲區奔去。「妮妮，等妳吃飽我們再來玩。」媽媽抱起妮妮準備往用餐區的方向走，只見妮妮不斷地哭喊著「不要」、「不要吃」，並企圖扭動著身體，讓媽媽無法好好地抱著。「妳再這樣丟人現眼，我們就要回家。」無可奈何的媽媽只好使出殺手鐮，聽見「回家」兩個關鍵字，妮妮更是不願意接受，胡亂尖叫、捶打媽媽的行為都出現了，想讓媽媽妥協。這樣類似的狀況，在許多的家庭應該都發生過，但每個家長在面對哭鬧不休的孩子時，都知道怎麼有效的解決嗎？親子教育專家羅寶鴻就提到面對哭鬧不休或情緒失控的孩子，建議以「兩個選擇」及「同理但不處理」的方式來教育孩子。兩個選擇，幫助孩子建立規範。羅寶鴻認為破口大罵並無法讓孩子學不到經驗，過度情緒...



### 小時代大青年

#### 高中生們，與彰化高中日式宿舍群的復育

放學鐘聲一響，學生們湧出校門，走下華陽街，看著筆直的放學街道，所有人的視線幾乎都不會駐足於一旁的「彰化高中日式宿舍群」。紅色鐵門、斑駁圍牆、老舊建築，幾抹日式宿舍的身影只是日常街景，從未停留在大家的視線裡。大家可能從未聽聞彰化高中還有著這麼一片建築，但有一群人曾經很拚命地想要留下這片有溫度的聚落，但是為什麼現在無人理會？雜草逐漸蔓生，似乎逐漸掩埋我們的記憶；但是，文化似乎很遙遠，很難走入我們的生活。體育館、與文化資產。因應文化資產保存法於2016年7月的修法，任何需修建或重新規劃的建地上...



### 國際最前線

#### 第一支環保棉花棒

近年來環保意識抬頭，使得環保餐具、環保吸管、飲料提袋等一一問世，期待能透過這些重複使用的用品讓「減塑」更加落實。而你能想像的到除了這些，還有哪些生活必需品會影響生態環境嗎？洗完澡時，有許多人總不忘擦乾被水沾濕的耳朵，或是在化妝時失手用來補救的棉花棒。棉花棒也成了大家生活不可或缺的產品，而棉花棒對環境的傷害並不亞於塑膠吸管。全球每天生產超過15億根棉花棒，英國海洋保護協會更指出棉花棒是2016年英國海灘上發現的第6大常見廢棄物，主要原因是人們習慣把用過的棉花棒丟到馬桶裡，導致許多棉花棒在...



### 活動報導

#### 愛你依舊·幸福滿家園

為凝聚家庭向心力與情感、推廣環保與地球共生息理念，由慈濟基金會、拓凱教育基金會主辦，台中市南區樹義國小協辦，台中市政府教育局指導的「2019愛你依舊·幸福滿家園」藝文比賽於台中靜思堂舉行。此次藝文比賽，分為作文組、繪畫組、說故事組，共有1111位參賽者，除了台中居民報名外，本活動其知名度已逐漸擴增到外縣市，有台北市、新竹縣、台南市、南投縣的家庭報名參賽。說故事組：參賽者在閱讀完靜思人文出版「與地球共生息」一書，以自身的理解設計與書籍內容相關的故事情節。繪畫組、作文組：現場播放「證嚴法師說故事...



### 活動預告

#### 心靈講座-1949渡海傳燈人

本會與靜思書軒合辦的《1949渡海傳燈人-從台中一中的老師談起》心靈講座，將於8/31(六)14:00-16:00於台中靜思堂辦理。特別邀請「有溫度的台灣史」、「暗夜裡的傳燈人」作者，楊渡先生來分享，記錄那個即將被遺忘的時代。這些科學...



### 公益資訊

#### 「心旅行」志工招募中

伊甸基金會「心旅行」將志願服務與自助旅行結合，讓服務不再只是服務。如果您熱愛旅行、有愛心，不妨給自己一次機會，在服務的過程中享受不同生命經驗，更可發揮一己之力，幫助身障朋友、老寶貝們和偏鄉孩子擁有難忘的回憶、翻轉生命。活動目的：1.以「志工服務」結合「自助旅行」的服務型態，使志工有更多選擇...



### 他山之石

#### 有經營年限的大西洋慈善基金會

全球知名免稅店DutyFree Shoppers的創辦人查克·費尼(Chuck Feeney)，是全球數一數二的慈善家。將所有財產全捐出來，於1982年成立了大西洋慈善...



電子報QR Code：  
歡迎將本報分享出去



發薪日，邀您一起來發心 社會是土地，企業是樹木

發行人：沈文振  
編輯顧問：朱東鎮、沈輝雄、李芳裕、林天來、  
林志誠、林俊男、莊照約、張英陣、  
陳敬達、劉昌奇、賴光雄(依姓氏筆畫排序)  
總編輯：許雅惠  
執行編輯：黃郁惠

發行單位：財團法人拓凱教育基金會  
地址：台中市南屯區工業區二十路18號  
電話：04-23591869  
網址：<http://www.topkeycsr.org.tw/>  
電子郵件：[topkeyfoundation@gmail.com](mailto:topkeyfoundation@gmail.com)



**這**一天，妮妮與爸媽來到了親子餐廳。而一進餐廳妮妮就被旁邊的遊樂區給吸引，掙脫媽媽的手就往遊戲區奔去。

「妮妮，等妳吃飽我們再來玩。」媽媽抱起妮妮準備往用餐區的方向走，只見妮妮不斷地哭喊著「不要」、「不要吃」，並企圖扭動著身體，讓媽媽無法好好地抱著。

「妳再這樣丟人現眼，我們就要回家。」無可奈何的媽媽只好使出殺手鐮，聽見「回家」兩個關鍵字，妮妮更是不願意接受，胡亂尖叫、捶打媽媽的行為都出現了，想讓媽媽妥協。



這樣類似的狀況，在許多的家庭應該都發生過，但每個家長在面對哭鬧不休的孩子時，都知道怎麼有效的解決嗎？

親子教育專家羅寶鴻就提到面對哭鬧不休或情緒失控的孩子，建議以「兩個選擇」及「同理但不處理」的方式來教育孩子。

#### ●兩個選擇，幫助孩子建立規範

羅寶鴻認為破口大罵並無法讓孩子學不到經驗，過度情緒會讓孩子模糊了事情的重點。透過給孩子「兩個選擇」，讓他們對自己的選擇負責，反而能讓他們學到經驗，往後做任何決定時也能提早想到後果。所謂「兩個選擇」，就是由爸媽提供兩個選擇，講出孩子在意的點，且這兩個選擇必須符合下列公式：

1. 停止目前行為，好的結果。如「妳吃飯，吃完就過來玩。」
2. 繼續目前行為，並接受、承擔後果。如「妳不吃飯，我們就回家。」

假如孩子選了前者，那當然是最好的狀況。如果選了後者，家長也要平靜地尊重，且堅定的執行後果，讓孩子知道，爸媽並沒有在開玩笑。而過程中爸媽也不要落井下石、挑釁孩子的情緒，這樣才能讓孩子學習到因果經驗，了解自己的選擇要自己負責。

#### ●同理但不處理

而讓孩子為「兩個選擇」做出決定後，可能須面對孩子的情緒。此時「同理但不處理」則是最恰當的教育方式，讓爸媽與孩子在有連結的情況下緩和孩子的情緒。

「同理」就是用一個平靜且開放的心，去接納孩子的情緒，幫孩子說出他現前的感受。「不處理」則是，在孩子情緒當下，我們不會一直跟他解釋說明，去幫助他、處理他的情緒。

就像上述的案例，無論妮妮選擇吃飯再玩或是不吃回家，這兩個選項都必須讓她先離開遊戲區，此時她一定會有情緒。而爸媽可以幫妮妮說出「我知道妳很難過。」、「我知道妳不能玩所以很傷心」、「是，我明白。」

這兩個方法，讓孩子藉著自己做選擇，了解選擇的重要性，久而久之就能自己判斷是非。並用語言表達孩子現前的感受，孩子慢慢地能察覺自己的情緒、然後面對情緒、放下情緒，學會消化自己的情緒。

參考資料：

風傳媒：<https://pse.is/JXZ48>

三村小巫師大巫婆：<https://pse.is/K95C3>

親子天下：<https://pse.is/K2ERY>



文 / 林宗洧

**放**學鐘聲一響，學生們湧出校門，走下華陽街，看著筆直的放學街道，所有人的視線幾乎都不會駐足於一旁的「彰化高中日式宿舍群」。紅色鐵門、斑駁圍牆、老舊建築，幾抹日式宿舍的身影只是日常街景，從未停留在大家的視線裡。

大家可能從未聽聞彰化高中還有著這麼一片建築，但有一群人曾經很拚命地想要留下這片有溫度的聚落，但是為什麼現在無人理會？雜草逐漸蔓生，似乎逐漸掩埋我們的記憶；但是，文化似乎很遙遠，很難走入我們的生活。

## ▲體育館、與文化資產

因應文化資產保存法於2016年7月的修法，任何需修建或重新規劃的建地上，若具有五十年以上的建築，就必須通過文化資產評估。一群彰中的學長及校友們，自主提報彰化縣文化局，認為「彰中日式宿舍群」具文化資產潛力，並要求其應依據《文化資產保存法》第二十條，將其列為暫定古蹟。



2018年5月，彰化縣政府107年度第四次有形文化資產審議委員會決議將華陽街25巷1、2號及華陽街21、23號及華陽街27、29號登錄為歷史建築；華陽街16巷2號（校長宿舍）指定縣定古蹟。

然而，為了避免宿舍用地被國產署收回，2106年校方曾提出「綜合體育館興建計畫」，計畫在原宿舍用地上興建「綜合體育館」，達到校地活用的目標。但，顯然地，文資審議會過後，當日式宿舍群的文資價值被肯認，體育館興建計畫也自然地無疾而終。這個事實，在校園內激起強烈討論。

在體育館興建議題的渲染與大肆討論下，大家逐漸模糊了文化資產本身價值的保存焦點，我們開始需要把文化資產拿去和「新建體育館」比較，這樣不對等的比較，不僅充斥了「資本主義式」的刻板觀念，也忽視了日式宿舍群與學校、學生之間的關係與連結。

學生們想起它時，會與「那群支持保存宿舍的人讓我們沒有體育館」這樣的印象連結，對於無法興建體育館的怨懟同時反映在校園討論之中。但，多數的學生從來沒有想過「它能成為什麼」，甚至不知道它是屬於彰化高中的校園文化資產，因此根本無法討論其價值。這樣的情形，正顯示這些文化資產與學校的關係，明顯的產生斷裂。

「當文資價值已成事實，我們就應重新想像。」

其實，對於學生而言，非常樂見彰化高中這樣蔚有體育文化、深以體育為榮的學校，能夠擁有一座新的體育館。但是，當彰化高中日式校長宿舍的文化資產價值已經被點出，我們也應該開始將其納入我們的「生活學習圈」，我們現有的教育框架也應該開始容納更多元的聲音，透過開放學生討論文化資產的再利用途徑與想像，鼓勵學生積極行動並且與校園文化資產產生連結，使其不僅對「現在」價值產生影響，也能成為未來社會模式與發展的指南針。

## ▲新生、日式宿舍群

「當我們開始重新凝視「古蹟」的意義，它們才會開始「產生」意義。」

我們的行動希望只是開始，彰化的思想場域正逐漸的擴大，跨時間、空間維度的共創空間也已萌芽。因此，我們不僅期盼讓彰化高中日式校長宿舍成為彰中人的共同記憶，我們更希望透過找尋、實踐文化，把文化的脈絡融入我們的生活，從心出發。讓彰化不再是摧毀古蹟的集中地，反而成為中部文史的寶地。

作者介紹：

小時代大青年專欄作者林宗洧，來自越南的第二代。為2019拓凱全國青少年高峰論壇獲獎團隊一員，為教育部青年發展署第二屆青年諮詢小組委員。錄取台大社會系，熱愛探討人與人的關係及社會議題，期盼能透過社會學角度重新理解與詮釋。



**近**年來環保意識抬頭，使得環保餐具、環保吸管、飲料提袋等一一地問世，期待能透過這些重複使用的用品讓「減塑」更加落實。而你能想像的除了這些，還有哪些生活必需品會影響生態環境嗎？

洗完澡時，有許多人總不忘擦乾被水沾濕的耳朵，或是在化妝時失手用來補救的棉花棒。棉花棒也成了大家生活不可或缺的產品，而棉花棒對環境的傷害並不亞於塑膠吸管。



全球每天生產超過15億根棉花棒，英國海洋保護協會更指出棉花棒是 2016 年英國海灘上發現的第 6 大常見廢棄物，主要原因是人們習慣把用過的棉花棒丟到馬桶裡，導致許多棉花棒在使用後未經妥當處理就跟著下水道流入海洋。因此，英國和加拿大禁止使用一次性塑膠棉花棒。

棉花棒這些小型的塑膠物品，將會讓海洋動物及鳥類誤食而死亡，這也逐漸地入侵人類所食用的食物及飲用水，應該改善這些產品所帶來的影響，已用可生物分解的產品取代之。

同樣對海洋生物造成極大傷害的棉花棒，遲遲得不到世人關注。於是，來自丹麥LastSwab團隊他們決心投身於此，決定打造一根「可以重複使用的棉花棒」。

LastSwab團隊花了一年多的時間測試，推出了兩款產品，分別是「一般棉花棒」和「彩妝用棉花棒」。兩者皆以醫療用矽膠與尼龍為原料製成，柔軟不傷膚質，適合敏感族群，因此不用擔心矽膠棉花棒不夠安全、不夠乾淨。在使用後只要以肥皂水清洗即可，並晾乾放回儲存和收納即可重複使用。

雖然有其他更環保的可分解材質，但設計團隊認為雖然可分解材質對於環境傷害較為小，但在選材時也需要考慮到製造時所產生的二氧化碳等有害廢氣，因此在多方權衡下，最終仍選擇以矽膠、尼龍作為主要原料。

兩款產品因功能性考量而生，造型上有些許差異。「一般棉花棒」是圓頭造型，凸起的顆粒能有效去除耳朵的髒污，至於吸水功能也不用擔心，大面積的矽膠材質讓矽膠棉花棒擁有絕佳的吸水功能，絕對能代替棉花材質！而「彩妝用棉花棒」是尖頭設計，相較於一般棉花棒能更精準的修飾彩妝！

此外，LastSwab也貼心推出共8種顏色的收納盒，除了讓使用者可以依照自己的喜好選擇外，更能因應不同的使用需求輕鬆將棉花棒分門別類。且收納盒其材質為生物可分解所製成，不用擔心會造成環境的負擔。

LastSwab所研發矽膠棉花棒可持續使用數千次，能減少一次性使用的棉花棒的數量，對環境的負擔較低，運用群眾集資的力量，邀請更多和他們持有相同理念的人，共同替地球盡一份心力！

#### 參考資料：

TechNews科技新報：<https://pse.is/J6VAB>

every little d：<https://pse.is/KRQWV>

ELLE：<https://pse.is/JFLFB>

群眾觀點：<https://pse.is/FU7RW>





## 活動報導

## 愛你依舊·幸福滿家園

**為** 凝聚家庭向心力與情感、推廣環保與地球共生息理念，由慈濟基金會、拓凱教育基金會主辦，台中市南區樹義國小協辦，台中市政府教育局指導的「2019愛你依舊·幸福滿家園」藝文比賽於台中靜思堂舉行。

此次藝文比賽，分為作文組、繪畫組、說故事組，共有111位參賽者，除了台中居民報名外，本活動其知名度已逐漸擴增到外縣市，有台北市、新竹縣、台南市、南投縣的家庭報名參賽。

●說故事組：參賽者在閱讀完靜思人文出版「與地球共生息」一書，以自身的理解設計與書籍內容相關的故事情節。

●繪畫組、作文組：現場播放『證嚴法師說故事』DVD裡3則與行孝、行善等相關的影片。觀看完影片後，現場將其心得、感想以圖畫及文字的方式呈現。

「證嚴法師說故事」每部影片，以平易親切、趣味溫馨的動畫手法呈現佛典故事及民間傳說，將佛法的微言大義，生動而流暢地表達出寓意。

「與地球共生息」這本書完整的介紹了證嚴法師的環保理念及疼惜物命的心。如今我們居住的環境因人為、天災、地變的緣故而被破壞了。為能讓地球永續發展，應該落實垃圾分類及資源回收的行為。

就讀力行國小六年級的張熏家小朋友，國台語雙聲並用，唱作俱佳，準備了一個禮拜的時間，分享了百歲人瑞做環保的故事，也希望人人愛護地球由自身做起。永春國小一年級的周同學，全家總動員出席參賽，利用資源回收做道具，惜福愛物延續物命，並呼籲愛護地球人人有責。

台中市政府教育局方炳坤副局長蒞臨致詞勉勵頒獎。鼓勵參賽者能和小朋友一同上台表演，是一件很幸福的事，也讓小小的心靈從小植善根，讓家庭更溫馨、社會更祥和。

而拓凱教育基金會沈文振董事長表示孝悌是中華文化的基礎，若能夠孝順父母，便是有顆善良仁慈的心，若你有仁慈心，便能關心周遭的人、事、物及環境。勉勵大家心中常懷孝心、仁愛之心。日後改變世界的力量就會跟著變大。

參考資料：

TCnews慈善新聞網：<https://tcnews.com.tw/2019/07/20-48/>





本會與靜思書軒合辦的《1949渡海傳燈人-從台中一中的老師談起》心靈講座，將於8/31(六)14:00-16:00於台中靜思堂辦理。

特別邀請「有溫度的台灣史」、「暗夜裡的傳燈人」作者，楊渡先生來分享，記錄那個即將被遺忘的時代。這些科學啟蒙者、藝術的播種者，默默在台灣各地，交織出時代的經緯，成為典範。在闖黑的夜途中，點起一盞幽微的火光，做為傳遞，與引導，為這一塊土地奉獻的傳燈人。

誠摯邀請您與親友蒞臨現場共襄盛舉，一起來回憶對你人生有著重要意義的那位老師。

心靈講座

# 一九四九 渡海傳燈人

從台中一中的老師談起

2019  
8/31(六)  
14:00-16:00  
臺中靜思堂感恩廳

一九四九年的大遷徙，是台灣命運的轉捩點，帶來了戒嚴時代、威權政治、白色恐怖，卻也帶來了無數的人才。

這群知識份子、文人、藝術家為謀求生路，在台灣各地教育學子，在教育領域默默奉獻。然而歷史卻慢慢將他們遺忘...

你的生命中是否也有這麼幾位老師，曾帶給你關鍵性的影響呢？

主講者  
楊渡  
台灣作家、詩人

入場時間：13:30開始進場  
講座地址：台中市南屯區文心南路113號  
諮詢專線：04-2359-1869

主辦單位：慈濟台中靜思堂靜思書軒、財團法人拓凱教育基金會



**財**團法人伊甸社會福利基金會，伊甸基金會「心旅行」將志願服務與自助旅行結合，讓服務不再只是服務。如果您熱愛旅行、有愛心，不妨給自己一次機會，在服務的過程中享受不同生命經驗，更可發揮一己之力，幫助身障朋友、老寶貝們和偏鄉孩子擁有難忘的回憶、翻轉生命。

### ●活動目的

- 1.以「志工服務」結合「自助旅行」的服務型態，使志工有更多選擇。
- 2.居住當地的服務型態，讓志工能夠更深刻了解合作單位與服務對象。
- 3.使志工認識伊甸基金會的多元服務需求，同時體驗台灣各地的生活樣貌。

### ●服務內容

1. 協助合作單位之志工工作。
2. 服務之餘體驗台灣各地之美。



## 招募對象

- ★年滿22歲，男女不拘
- ★能夠連續服務四日以上之志工
- ★具包容力、自我管理度高、熱愛旅行、適應力強
- ★不排斥與身障朋友、老人或孩童相處
- ★具基本國中小學科解答能力（僅為課輔之合作單位條件）
- ★身心健康狀況良好，無傳染性疾病。

## 活動洽詢

報名時間：2019/09/16(一)-2019/10/16(三)

說明會：2019/10/19(六)

服務期程：2019-10/28-2020/01/17

聯繫電話：(02)2230-7715#6121(朱先生)

電子信箱：103eden@gmail.com





**全**球知名免稅店Duty Free Shoppers的創辦人查克·費尼(Chuck Feeney)，是全球數一數二的慈善家。將所有財產全捐出來，於1982年成立了大西洋慈善基金會(The Atlantic Philanthropies)，行事低調，為善不欲人知，為避開美國法律關於基金會信息披露的有關規定。將基金會設立在百慕達群島，不使用其姓名。更要求接受捐贈的機構須簽訂保密協議，若向外界透漏相關消息，將中斷資助。

直至1997年，費尼先生才終止匿名捐贈，希望鼓勵其他企業家跟隨他的理念投入慈善事業。在透露身份後，費尼先生及董事會於2002年決定讓大西洋慈善基金會成為有經營年限的基金會，並於2016年完成資助，2020年結束基金會的營運。

而大西洋慈善基金會如期在2016年結束捐助，在過去三十幾年，累積捐助的款項高達80億美元，超過2400億元台幣。致力於高齡化、兒童及青少年、人口健康、人權議題，意圖解決與社會不公正相關的問題。共服務並資助超過5個國家，包括澳大利亞、百慕達群島、古巴、英國、南非、美國和越南等。

### ★有年限的經營(Operating for Limited Life)

這項策略，無疑對慈善事業丟下一枚震撼彈。在確立截止日期後，基金會的工作人員為期待能實現最終的目標，制定了工作計畫及時程，並與所有的受贈對象、單位明確且頻繁地溝通並擬定結束計畫，避免產生仰賴捐款及服務的現象。

實際上，這並未動搖做為一個價值數十億美元的全球最大慈善事業的地位及影響力。有許多捐贈者十分認同基金會下的決定，認為有年限的慈善事業，可以更有效率地執行計畫，也促使更多的捐助者盡早在慈善領域做出貢獻。並於結束時看見這三十幾年來，基金會過去及未來對全球的改變及影響。

### ★享受生活的同時，做出饋贈(Giving while living)

Giving while living一直是費尼的生活理念，長期以來都認為有錢人應該運用該理念來改善世界，在世前的捐款才能看見自己貢獻了什麼。「你應該用你的財富來幫助別人」是他從未改變過的想法。而全球首富比爾蓋茲、投資天王巴菲特、Facebook創始人馬克扎克伯格等富豪都深受他影響，鼓勵他們在一生中捐出大量財富，比爾蓋茲更誇讚費尼先生設立了一個很好的典範。

這個信念也對基金會的運作起了作用，費尼先生總是給予大筆資金企圖盡快解決社會問題，如使越南的衛生系統現代化、於紐約等各國建立科學、技術的醫療中心等，促進全球地公平正義。

儘管他們的資助計劃已經結束，但大西洋慈善基金會的影響尚未結束。2016年雖結束資助，同時也啟動了大西洋研究員計畫，由藝術家、記者、衛生專業人士、企業家、研究人員、教師、律師、政策制定者等共同組成。致力於解決社會不平等問題的計劃。在接下來的二十年裡，大西洋將投資超過6億美元，建立一個由數千名研究員組成的全球網絡，企圖推動更公平，更健康，更具包容性的社會。

### 參考資料

The Atlantic Philanthropies : <https://pse.is/KGRSZ>

The Nonprofit Quarterly : <https://pse.is/HHKFG>

Rockefeller Philanthropy Advisors : <https://pse.is/KPB6U>

## The ATLANTIC Philanthropies

