



心靈方舟

【第十期】

主題：家庭教育暨生涯發展教育

☆ 發行人：施雅慧

☆ 電話：(02)29908092

☆ 編輯：輔導處

☆ 地址：新北市新莊區中平路385號

☆ 校網：<http://www.cpjh.ntpc.edu.tw/>

成全自己的勇氣

施雅慧 校長

生涯發展是一段築夢追夢的歷程。人生若有夢想，每天都會懷抱希望等候太陽升起，而為了實現夢想，我們都要積極尋找一塊希望的沃土，扎根、耕耘，務實勤作，把夢想變成理想。

少年十五二十時，青春正美好，視野待開展，是一個描繪生涯藍圖的重要機會點。我長期陪著國中生學習和成長，不斷地提醒孩子們要築夢追夢，而為了實踐教育承諾，我用熱情邀請老師和家長一起提供支持系統，幫助孩子們築夢踏實；我這樣志趣高昂、勤奮不懈的人生態度，是希望能盡力照顧與我相遇的親師生，幫助他們身心安頓，而無形中，我的勇氣也凝聚成一股正向的力量，促使我不斷地挑戰許多艱鉅的任務。

我知道，過程中有一部分是痛苦的，痛苦是來自於：孩子是人才，不是器材，只能適性輔導、引導多元發展，不能揠苗助長、統一標準作業。而偏偏親師生都是獨立的個體，有不同的價值取向，必須不斷地溝通提醒、信任互助，才能形成最佳合作夥伴。這些都是我品嘗過的苦澀與甜美，過程中的衝突、誤解都像是在拔草灌溉、搭架扶持，你問我：辛苦嗎？真的是辛苦！但我不擔心這些過程，因為危機就是轉機，只要我們願意追求共好，一定可以抓準方向、看見前景。

回顧這些生涯經歷，讓我想起我的爺爺，從小我就仰望著他擔任無給職里長志業的身影，我看到他不斷地幫人排難解憂，接受里民陳情訴願，在那個電話不普及的年代，分享家裡的電話號碼供大家使用；連午餐時刻，鄰家小孩都會自動來家裡吃飯看布袋戲。細數這些往事，才發現爺爺那片成全別人的心胸，就是我成長的天地！我一直循著這樣的軌跡發展自我圖像，我樂於以身作則，提醒身旁的人要突破原本限制自己的框架，擴大視野、嚮往不一樣的生涯發展。我一直懷抱這種浪漫淑世的想法，一路上成全自己，也期待能成就別人。

很幸運地，我能成為一位熱血的老師，陪伴青少年在國中三年展開生涯探索、塑型和發展，

我說話快、做事快、走路也快，你問我：為何這麼急？我是很急！因為三年的時間很短，如果我不夠盡力，錯過緣分，孩子們不會等我，到了說再見的時刻，我會很懊惱！我擔任校長以來，辦教育、定目標、寫計畫、找資源，用創意擾動以傳統思維運作的校園文化，是因為我相信，學習是孩子們的權利，不是老師的權威，不論是創新經營、翻轉教學、適性發展，如果孩子沒有進入學習的狀態，這一切都只是口號。也就是說，教育是生命影響生命的歷程，熱血與勇氣幫助我們堅持理想、堅定意志，我們要有成全自己生涯的期待，才能深耕教育志業。

四年的時間過得很快，親愛的親師生，我在中平的服務任期即將屆滿，也要從中平國中畢業了！為了成全自己的教育服務生涯，我勇敢跳出舒適圈，八月一日起，擔任新北市立北大高中校長一職，繼續陪著孩子們升上高中做好優質銜接。我知道，改變勢必帶來挑戰，就像我小時候曾嚮往當一位裁縫師，自己做合身衣裳，型塑自我風格，哪怕技法不如專櫃成衣，但我做我想做、該做的事情，我在心裡給自己掌聲，鼓勵自己發揮生命價值、不留遺憾。

每個人對於自我實現的期待不一樣，但我相信，熱血是活化動能的重要關鍵，而勇氣能讓挫折變成改進的機會。唯有先找到自己的定位、成全自己的生涯，行有餘力，我們才會想到如何服務別人，共創未來。誠摯地感謝中平國中帶給我機會，我在這裡實現了許多教育理念，也邀請大家一起積極創造一個教育新天地，藉此提昇自己、改變世界。





如何與父母溝通

兼輔教師 陳靜薇老師

「老師，我覺得我爸媽都很看衰我，一天到晚只會念我，我受夠了！」

「我都有跟他說啊！但他根本沒在聽，他只把我當小孩，我的意見根本不重要。」

你是否常覺得爸媽很難溝通？覺得他們只在乎學業、很少稱讚你、甚至常拿別人跟你比較？你有沒有想過，從小把你呵護長大的爸媽，是一開始對你就這樣的態度，還是慢慢地變成愛碎碎念的人呢？其實改變的何止他們，你也變得不太一樣吧。在父母的心中，他們可能也認為你講話口氣變得不好、脾氣暴躁、甚至有點懶散呢！

對彼此的負面態度與情緒如果不即時化解與調整，親子衝突可能會與日俱增。也許你認為溝通是大人的責任，但如果只想等著家中大人來找你溝通，那就代表你真的還只是個被動的小孩，沒有資格說自己已長大、自己要獨立。或許你會抗議：「不是我不溝通，而是我說了沒效啊！」其實你只是少了一些溝通的正確策略，我們來看看你是否真正掌握和他們溝通的訣竅。

與父母溝通注意事項：

一、先處理自己的心情

當還在情緒上頭時，說出來的話通常都不太好聽，也讓彼此關係更加惡化。

所以，聽到父母說出一些讓你覺得刺耳的話時，請先深呼吸「至少」一分鐘，別急著「開砲」，讓自己冷靜一下。如果可以，暫時離開即將爆發戰爭的現場，轉移自己的情緒，但不是叫你在父母說話當時甩頭就走或者離家出走，這樣只會讓兩人關係陷入僵局，對溝通無幫助。

二、思考父母所說內容是否真有待改進之處

有時你會發現其實是自己一直沒有把事情做好而使得他們不高興，這時你應該要趕快調整自己讓父母頭痛的行為，才是上上策喔！

三、啟動「語言翻譯機」

腦袋要開啟「語言翻譯機」的功能，試著正向解讀父母對你說的話，從中體會他們的好意。大部分父母的話表面看起來雖然是在罵你、叨念你，實際上卻有諸多的擔心、期待與關懷包含在內。現在，就讓我們來練習用「語言翻譯機」翻譯一下父母的話吧！

1. 翻譯前：你怎麼不跟你表姊多學學？人家都不用爸媽操心，你呢？只會玩電腦，電腦是能當飯吃嗎！快去念書！

翻譯後：孩子，當我看到你的成績滿江紅但你還是在玩全民槍戰時，我覺得很擔心，我擔心你花太多時間在網路遊戲上影響自己的學業，我希望你能夠減少玩電腦的時間。

2. 翻譯前：你看你房間亂成甚麼樣子！跟你說過多少次了，自己的東西用完要歸位，還不快整理好！

翻譯後：房間東西沒有放好感覺不太舒服喔！請你今天將房間整理好，還給自己一個乾淨的空間吧！

3. 翻譯前：都幾點了還在看電視？你明天不用上學是不是？把電視關掉！

翻譯後：（請作答）

4. 翻譯前：你確定依你的成績考得上公立學校嗎？你會不會對自己太有自信了一點？

翻譯後：（請作答）

5. 翻譯前：那個朋友別再和他來往了，你看你和他在一起後和我說話的態度變差了，一定是他把你帶壞的！

翻譯後：（請作答）

你有沒有發現上述語言翻譯機故障了呢？其實是要讓你練習啦！如果你可以試著翻譯 3-5 父母親的好意，請到輔導處找陳靜薇老師，並說出你翻譯後的語言解讀，就有小禮物送給你喔！（限量五名）

四、確認當時是適合溝通的好時機

請在父母心情好或不那麼疲累時溝通，成效會比較好。

五、多用我訊息，少用你訊息

你訊息說出來的話通常是責怪、貶低對方，帶有許多情緒，無法讓對方正確知道你的想法，例如：你怎麼老是……你怎麼會這麼 @#\$%……；我訊息則是可以將自己的想法與感受傳達出去，讓對方了解。數學有公式可套用，我訊息也有喔！

我訊息 = 描述你感到困擾的行為 + 說出感受 + 說出困擾的原因 + 表達期望

咱們來試著套用我訊息公式回應父母的話吧！

父母的你訊息：你看你，怎麼不跟你表哥多學學？人家都不用爸媽操心……」

我訊息回應：當我聽到你這樣子說我時（描述你感到困擾的行為），我覺得生氣又難過（說出感受），因為我很努力地想要符合你們的期望可是做不到（說出困擾的原因），我希望你們可以多鼓勵我，不要一直批評我（表達期望）。

六、給父母時間改變

將自己想表達的事情完整說出後，也要有時間讓父母消化，不要過度期待父母會因為你的一次嘗試溝通而有大大的改變。他們或許會覺得你怪怪的但說不出原因，甚至繼續用你不喜歡的方式和你溝通，這時請不要放棄，持續用我訊息表達想法與情緒，相信時間久了，他們會發現你的成熟，並開始改變對你的態度與溝通方式。

以上溝通訣竅你掌握了多少呢？許多學生都希望自己的話被聽到，父母何嘗不希望自己對小孩的好意能被接收？溝通並非一蹴可幾，且責任並非落在其中一方，不要再認為溝通應該是爸媽要起頭的事，你自己也可以開始。最後，請記住：沒有人天生會當父母，而是慢慢學習怎麼當父母，父母也有自己的限制與缺點需要你包容、體諒喔！

參考資料：Yahoo 奇摩（即時新聞）6 成 5 國中生：爸媽只關心學業（2015/6/17）

中平國中家庭閱讀活動 - 愛閱家庭，圓滿人生

透過家庭閱讀，宣導新北市「心家庭運動－幸福家庭 123」，希望家長可以「承諾」每天至少陪伴孩子 20 分鐘，一起做 3 件事情：閱讀、分享、遊戲或運動，共享親子互動的幸福甜蜜感。

本校由家長會成員帶頭做起，邀請家長分享好書的閱讀經驗，訂定主題討論並分享家庭幸福相處之道。

104 學年度第一學期共舉辦三場講座，分別是：「味蕾的記憶～家鄉的好滋味」、「古城老街尋跡～臺灣建築之美」、「牽手同遊趣～臺灣在地輕旅行」。邀請繪本藏家講師劉珊奴及本校資深歷史老師蔡慰祖，帶領家長及同學們共同討論，並穿插互動活動，促進家庭共讀與家人互動。

104 學年度第二學期辦理家庭閱讀相關活動更多達七場次，分別為：「閱讀與生活手做」、「如何為孩子挑選一本書」、「教出有勇氣與行動力的孩子 - 成長篇 1-3 章」、「教出有勇氣與行動力的孩子 - 成長篇 4-6 章」、「教出有勇氣與行動力的孩子 - 教養篇 1-5 章」、「教出有勇氣與行動力的孩子 - 教養篇 6-7 章、家庭篇 1-4 章」、「教出有勇氣與行動力的孩子 - 家庭篇 5-6 章」，以下是精彩花絮：



作家劉虹儀帶來她的作品《水嫩格格手工皂》帶領家長們將閱讀與家庭手作生活結合，營造美好家庭生活環境。



校內資深輔導老師丁麗萍以讀書會的形式，帶領家長共同閱讀《教出有勇氣與行動力的孩子》，以阿德勒對兒童的概念，及焦點解決短期治療的正向精神，融入書籍閱讀、討論、分享及教授青少年發展知識……等方式，提升家長的教養功能。



貓頭鷹圖書館館長陳欣玫帶來貓頭鷹圖書館館藏，從「如何為孩子挑選一本好書」切入，以年齡為區分，介紹不同年齡層孩子適合的閱讀書目，邀請家長將閱讀帶入家庭生活，從自身開始閱讀，進而培養家庭閱讀氣氛與情境，和孩子一同悅讀。

我的未來不是夢

如何築夢踏實？

專輔教師 游于萱老師

在校園裡，會聽到對於未來有些茫然的學生，口邊掛著「我不知道我喜歡什麼啊」、「反正我爸媽已經幫我決定了」、「隨便、不知道」等話語，好像對於手中的決定權有些不知所措、覺得不太真實，也擔心自己無法做出夠好的決定。根據兒童福利聯盟的調查，國中生對於未來規畫並不清楚，包含不清楚自己的學習興趣、升學進路和未來出路的關聯，也不夠認識多元的工作世界，且有時還得需要面對在選擇升學進路時和家長間的衝突。



國中畢業，「脫離義務教育後要去哪裡？」這是大部分學生人生中第一個生涯進路選擇，如何能在這個階段重視自己手中的選擇權；師長們如何協助正在做選擇的孩子，成為他們身邊的大小幫手，這是一件重要的大事。兒童福利聯盟對目前國中生的生涯輔導、適性輔導提出「W-I-S-H」的呼籲。WISH 是「祝福」、是「希望」，也是「想要」，希望每一位中平國中的孩子，都能被祝福灌溉，將希望化為想要，接著付諸行動。讓我們一起來看看，這個階段的我們，可以做些什麼？

一、Want（渴望）- 探索自我



給學生

「嘿！告訴我，你心目中『最希望』五年後的你在做什麼，那個時候的生活是什麼樣子？而現在可以做些什麼以幫助你完成五年後的夢想？」

在學校的課程、生活的經驗裡，有很多機會能去探索發現自己的特質與能力，鼓勵大家能從不同的經驗中，認真去整理自己的興趣與優勢，配搭著對於未來的嚮往，一步步描繪夢想的模樣。

給身邊的大小幫手

常常鼓勵學生能作夢一藝術家也是部落客的蘇世豪曾經提到自己的軍人父親有天載著他、對他說：「你功課不好沒關係，但必須要知道自己想要做什麼，去找一件你喜歡、你想做的事」，那時，他開始思考，他想要的到底是什麼？生涯探索的過程中，常是一個尋找「我是誰」的歷程，故除了給學生空間能探索自己所想以外，也可以常常告訴他們你對他們的觀察，對學生來說，有時能夠從別人的回饋中認識自己並反思。我記得在高二時，有個朋友不經意地對我說：「我覺得跟你聊天超開心的，你好像輔導老師」，當時我開始想「什麼是輔導老師啊？我真的適合嗎？」竟然也就這樣開啟了我的輔導老師之路。身邊的大小幫手別忘適時給學生回饋，並且重視他們自身學習興趣的追尋與發展。



二、Inspire（啟發）- 適性輔導

給學生



想要鼓勵大家，如果有機會一多看、多聽、多體驗。根據調查，若國中生曾參加「高中職參訪」、「技藝教育課程」，或「高中職入班宣導」，未來生涯清晰度分數相對也比較高。在經驗中，較能夠親身體會自己比較適合 / 不適合什麼。除了增加多元體驗，也鼓勵大家能充分運用各種資訊，老師在此想要推薦一個網站—IOH，裡面有不同群科的學長姐跟大家分享所學以及未來的就業方向，雖然這個網站主要是為高中 / 職生所設計，但我覺得也很適合國中的你們能進一步認識工作世界，畢竟，看見了想去的遠方，也許就有動力開始構思如何走到。推薦網站：IOH 開放個人經驗平台 <http://ioh.tw/>

給身邊的大小幫手

鼓勵孩子多參與、也協助他們創造更多不同的經驗。中平國中一直以來，舉辦著各式各樣適性輔導的活動，包含職業類科體驗、高中職參訪、技職教育課程、生涯輔導課程等，學生在這個歷程中，能夠身歷其境能親自去看、去問、去做。另外，分享您的經驗，讓孩子對工作世界有更多的認識，也可以陪著學生遨遊網路，去搜尋適合孩子的相關資訊。

三、Support（支持）- 積極參與

給學生



「人生最精采的不是完成夢想，而是堅持走在夢想的道路上」，完成夢想通常不是一件容易的事，需要自己的積極參與和他人的支持，有時候可能還得加上一些運氣。所以，就算遇到困難也要能堅持下去（如果只有三分鐘熱度，那可能還不是真愛？）❤

台灣天團五月天的怪獸曾說，之前為了出專輯，阿信五天只睡了兩小時，而且那兩小時還是趴睡在桌上，「其實每次都覺得快走不下去，都有快掛掉的感覺」。但關關難過關關過，咬著牙，才一起慢慢堆疊出屬於他們的夢想。我前陣子看了瑤瑤主演的電影《志氣》，其改編自景美女中拔河隊一路過關斬將勇奪世界冠軍的過程。在這部電影裡，特別感人的是他們築夢踏實的過程，辛苦卻也熱血沸騰。

如果你有夢想，請務必支持自己並走上完成之路，牧羊少年的奇幻之旅一書中，牧羊少年經驗到「當你真心渴望追求某種事物的話，整個宇宙都會聯合起來幫你完成」。完成夢想是甜美且辛苦的，親愛的你們，要加油！加油！再加油喔！

給身邊的大小幫手

支持與鼓勵一家長、師長是國中生探索生涯、選擇升學進路時最主要的依靠。家長可積極參與協助孩子探索生涯，有疑問可主動詢問學校老師，平時更可多和孩子分享自身的工作或職場經驗，幫助孩子提升生涯清晰度；而對已清楚自己學習興趣的孩子，則可多尊重、支持其興趣與進路選擇。



四、Help（幫助）- 幫助所有孩子能找到屬於自己的道路

最後，分享《流浪者之歌》中的一段文字：「大多數的人就像是落葉一樣，在空中隨風飄遊、翻飛、盪漾，最後落到地上。一小部分人像是天上的星星，在一定的途徑上走，任何風都吹不到他們，在他們內心中，他們有自己的引導者和方向。」祝福每位同學，都能找到屬於自己的引導者和方向，在這個善於作夢的青春歲月裡，築夢踏實阿！★



技藝教育列車

修讀技藝教育課程心得分享

升上九年級之後令我期待很久的技藝班終於開始了，當時依自己興趣選了泰山高中的課程，上學期是動力機械群，下學期是機械群。一開始到機車工廠，老師先一一向我們介紹工具車裡的工具，之後才開始實際操作，每一節上完課的下一堂就要考試，所以上課一定要認真聽、做筆記並把握每次動手練習的機會，才能在考試中拿下好成績，學期末才能拿到好名次，這攸關升學，所以大家都很努力。

第二學期是新的職群 - 機械科，一開始學製圖，接著學鋸鐵，我從中發現機械並沒有想像中的簡單，需要動腦也需要動手，為了作業常常要絞盡腦汁或做的滿身大汗，所以體力也不能太差。

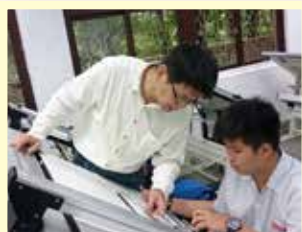
自從我參加了技藝班學到很多技能，能使用在日常生活上，有許多問題就能自己解決，能參與這整學期的課非常值得，也讓我體會到在社會上要生存並不容易，唯有努力才能打出自己的一片天。

921 嚴博翰

我本身對汽車、機車有興趣，於是我就報名了泰山高中技藝班，我們第一個學期是動力機械群，也就是汽、機車，一開始要先認識工具 - 梅花板手、開口板手、一字、十字等，接著學怎麼安全的使用頂車機、拆裝煞車，煞車分為鼓式煞車跟碟煞，兩種都要學，因為我對這些有興趣，所以很快就能上手。接著學引擎，引擎分為二行程跟四行程，因為環保的考量，現在的車都是四行程，四行程指的就是四個過程，分為進氣、壓縮、動力、排氣。而汽車跟機車差不多，東西大同小異，不過學汽車當然要更有耐心跟細心，因為零件變多了，舉例來說，機車的汽缸只有一缸，而汽車則有四缸、八缸，就比機車的單缸來的困難。最後我們還要學洗車，看似簡單的洗車，細節也是很多的。

上完了這學期的課，可以說是又讓我對機車跟汽車更進一步的了解，當然這也要謝謝指導老師無私的教導，才能讓我有所收穫。常聽人家說汽修就是黑手，修車有修車的專業，沒有不好的工作，只有不肯努力吃不了苦的人，只要肯努力吃點苦，行行都可以出狀元。

906 陳建霖





「晴髮」飛揚

小時候就對頭髮很感興趣，所以常常請家裡的大人教我如何綁頭髮。當我一知道國中技藝班有美容美髮課程的時候，我立馬報名，在得知錄取莊敬高職時心裡滿開心的，因為這樣我就可以學習到更多美麗的編髮了，實現小時候的夢想。因為老師的用心且同學都是志同道合的夥伴，整個學習過程中，輕鬆又有趣。

學期中時，老師告訴我們有技藝競賽時，我變得格外的努力和積極，在一次又一次的淘汰賽中，我發現自己的熟練度不斷地在提升當中，從只會三股編到學會多股編，這過程真的真的很困難，一旦一個恍神不注意，編錯了，就前功盡棄，得重新來過，最後皇天不負苦心人，我拿到比賽的入場券。

寒假選手培訓時，指導老師為我們大家設計髮型，雖然我的髮型很簡單，但要編的到位標準完美真的很困難，當我學會了我整顆頭的髮型，接下來就是要練速度，在練習速度的時候是我最碰壁的時候，速度快起來就很容易編錯，所以我一直不斷的重來，但時間卻不等我，時間是不斷的往前但我卻是不斷地重來，那時候的我有一股衝動不想練習，只想放棄比賽，在指導老師和其他選手的安慰與陪伴下，我撐了下來，重新回到自己練習的位子，自己幫自己計時。雖然剛開始還是跟以前一樣，但我並

沒有因此真的放棄，而是不斷地突破，終於一次比一次進步，最後也在時間內完成。

比賽時，真的真的非常地緊張，在準備東西的時候一直不小心弄掉，但我告訴自己不要緊張就跟練習的時候一樣就好，當開始計時的時候，其他的選手紛紛開始，我記取導師的叮嚀，先在一旁深呼吸吐氣，在氣勻後，馬上開始編髮，整個過程中一切都非常地順利，當我編好我的髮型收好我的物品時，抬頭一看發現還有 10 分鐘，我坐在椅子上看著有沒有還需要加強的地方，在檢視自己的作品是否依指導老師完成後，靜靜欣賞其他參賽者的作品，等比賽結束。

等待成績公布是另一個煎熬，當國文老師告訴我成績時，我高興的跳起來，一切的努力有了成果，真是太棒了。真的非常感謝指導老師及夥伴的鼓勵，家人、導師及學校的支持，讓我有機會一圓兒時的夢想，找到自己的專長。

909 張亦晴



▲ 新北市 104 學年度國中技藝競賽，家政職群 - 主題：美髮，榮獲佳作。

當初會選擇參加技藝教育課程 - 家政職群，完全是因為興趣和家人的關係。在技藝班中我學了很多，像是編髮、洗髮、清潔、化妝、卸妝…等等。學習的過程中難免會遇到一些挫折和想放棄的念頭，但因為朋友和家



人的鼓勵，我撐過來了。我不但可以幫校內中平星光大道表演參賽者梳化，參加技藝競賽也獲獎！或許在比賽中會緊張害怕，深怕一個不小心就會毀了作品，但是只要想著自己很棒了，那種緊張的心情就會慢慢的退去！真的很謝謝那些在身旁鼓勵我的家人和朋友，因為要是沒有他們我就不會有今天的成果。

922 王心慧

◀ 新北市 104 學年度國中技藝競賽，家政職群 - 主題：美髮，榮獲佳作
104 學年度技藝教育績優學生，榮獲市內表揚。



職涯探索營 小麥麥體驗



4 月 15 日，我與資源班的同學們參加一個職業參訪學習的行程，在那裡教導我們的人們總是和藹可親的教導我們，無論是教我們餐飲業服務的工作人員，或在台上演講的大叔，我從他們那學到了許多，像是如何接待客人、認知餐飲業工作時的危險性、未來升學的路途、人生的啟示等等，讓我們知道工作不分貴賤，無論什麼工作只要努力去做、努力學習，並從失敗中站起來，終究是能出人頭地的，就像是從汽車推銷員做到事業董事長，又從董事長做到在全國世界發表演講的人，又或是從清潔工作到公司老闆的人；另外我也從中學到讀高職和讀高中並沒有任何一定的好或壞，只要肯讀、肯做、肯學，一樣都能出人頭地、頂天立地，並在世界佔有一席之地。從失敗中一次又一次的爬起，能從錯誤中學習，那麼，無論再久也能抵達目的地，她們也讓我我知道，人生的路途不論多險峻都要勇往直前，相信著自己所選的路，不怕崎嶇難行，不怕狂風暴雨，即使跌倒了也要爬起，即使筋疲力盡，也要匍匐前進，這就是我的哲學！是他們改變了我昔日那既愚蠢又無知的認知。

阿霖

我覺得去聽講座可以讓我們知道我們上了高中以後要做的事。

然後去麥當勞我覺得很有趣，可以學到很多東西，這樣以後我們工作就可以知道他們的食材放在哪邊，這樣工作就不會這麼的辛苦，而且工作還可以領到薪水，等我以後賺到很多錢，我要把我的錢全部給爸爸媽媽，然後再繼續賺錢，因為我要賺錢養家，我不想再讓我們家沒有錢，我在想我又有先天的病，我不曉得以後要怎麼去照顧爸爸媽媽。

小雯

今天一大早，我和同學一起走到學校，直到 8 點，我再下去集合。

首先，我們先走到了合署辦公大樓聽講座，中午則是發餐券讓我們去裡面的員工餐廳用餐，下午再去麥當勞參加小麥麥體驗營。

今天的活動中，我印象最深刻的是我發現我已經會用收銀機點餐了，不過我還不會擠冰淇淋，有點可惜。接著我們再去參觀麥當勞的內部，才知道原來裡面有很多機器都很燙，所以要在那裏打工要很小心。

這趟旅程我學到了如何變服務業的員工以及該有的態度，我希望可以像服務員一樣例如：保持微笑、口氣要好、要有耐心。

小暉



▲ 介紹廚房



▲ 體驗小麥麥點餐員 -SOP 點餐模式



▲ 講師深入淺出的說明，學生反應熱烈