



家庭教育

2020年刊 第六期

志 工 園 地

發行單位：新竹縣家庭教育中心志工團
發行人：彭雅君
總編輯：劉興錦
編輯：吳寶琴、黃春鳳、柯美玉、沈燕芳、陳淑惠
地址：新竹縣竹北市縣政二路620號
電話：03-6571045
網址：<http://hcc.familyedu.moe.gov.tw>
創刊日期：104年12月25日
出刊日期：109年12月25日



家庭教育的 重要夥伴



新竹縣家庭教育中心
彭雅君 主任

為了讓家庭教育推廣議題更多元且具特色，中心今年邀請了施惠玲老師與姚芬玉老師指導夥伴家庭教育方案設計，也邀請了方隆彰老師協助帶領人的訓練。透過老師們的專業引導，再加上志工夥伴的推廣經驗，一定能創造出專業且具有新竹縣特色的方案。

另外，為了讓家庭教育服務更全面，我們招募了新夥伴加入家庭教育中心志工老師團隊，在每一次培訓課程中，我感受到學員服務的熱情與專業的成長，新血的加入令人期待！

家庭教育服務與推廣，提供的是溫暖的關懷及專業的諮詢，而這都需仰賴我們的重要夥伴--家庭教育志工老師。我由衷感謝每位來自不同地方，有不同成長背景與生命故事的夥伴，持續和我們在家庭教育這條路上并肩同行。

提升志工的素養

志工團總幹事 劉興錦

非常榮幸能夠連任總幹事職務，感到榮幸的是志工夥伴對我個人過去一年的肯定，但個人卻感到惶恐，惶恐的是在過去的一年，希望能建立好制度，今年希望能提升志工夥伴的素養，要能夠達到目標並非在我任內可以完成的。在過去的一年要求志工夥伴遵守時間觀念不知是否過於嚴格，曾經有位組長私下跟我提到，有位夥伴參加研習課程，因為找不到停車位，又擔心遲到，急的都要哭出來了。那位組長問我怎麼看待這件事？我只笑笑回應那位組長，守時是對自己負責也是尊重別人，最主要是在觀察志工夥伴的行為態度。美國著名社會心理學家馬斯洛曾說過：心若改變，你的態度跟著改變；態度改變，你的習慣跟著改變；習慣改變，你的性格跟著改變；性格改變，你的人生跟著改變。非常期許志工夥伴能夠做到自重、自愛、自動、自發、自制及自律，成為最優秀的志工。



今年中心安排許多課程：如讀書會帶領人培訓、家庭面談與溝通技巧、4128185諮詢專線團督、個別化家庭教育團督、從人格九型走向綻放的生命、推廣組帶領人方案撰寫培訓、志工參訪觀摩活動教育訓練等課程活動。觀察志工夥伴對月例會、4128185諮詢專線團督及個別化家庭教育團督等活動課程，志工夥伴參與並不熱絡，或許夥伴會認為這些課程活動可有可無，還是期許夥伴都能把握每次中心安排的學習機會，畢竟每一次的上課都會有不同的收穫，也自我期許能夠在助人工作上能更精進。

雖然今年受到全球性新型冠狀病毒影響，在疫情嚴重期間，中心做了一些修正，如二月份月例會暫停乙次，個別化家庭教育家訪儘可能採取電訪方式執行，4128185諮詢專線也暫停面談服務，第16期志工培訓也延期實施，讀書會帶領人培訓課程也做了調整上課日期，推廣組今年暫停對外實施推廣活動，全力投入在職培訓課程。雖然進出婦幼館都要戴口罩及要求量體溫，帶來些許的不方便，為配合政府防疫工作及確保每位志工夥伴的健康，大家都願意配合，也使得我們的服務工作仍然正常運作。

在一次協助中心辦理「家庭教育推展人力培訓」課程擔任服務工作人員，巧遇在婦幼館志願服務推廣中心擔任志工的一位鄰居，跟他閒聊，他敬佩又羨慕的對我說，很多志工都知道家庭教育中心的志工培訓及遴選是非常嚴格，能夠擔任家庭教育中心的志工都非常優秀。今年中心招募培訓第16期新志工，報名時人數多達80多位，因受新型冠狀病毒影響原訂四月開訓，延期至六月初開訓，開訓時報到人數50幾位，經過各階段的上課及考核，到了實習階段只剩19位培訓志工，培訓一位志工實屬不易，每年能夠堅持留在中心擔任志工更難能可貴，也期許志工夥伴，秉持當初加入志工培訓的初衷，不斷的學習與自我精進來服務縣民。

志工的榮耀

「施」比「受」更有福
「愛人」比「被愛」更美好
得獎是對志工的肯定，獎握在我的手中，榮耀是屬於大家的……

★ 衛生福利部109年度志願服務獎

金牌獎：曾麗玲

銅牌獎：鄭瓊玲



★ 新竹縣109年度志願服務獎

金質獎：任蕙蘭 陳淑惠 蕭彩勤 張淑琴 劉興錦 鄭瓊玲

銀質獎：鄭瓊玲 陳惠珍 蔡沂庭

榮譽狀：莊惠玫 陳志汶 毛治筑 龔靜容



教育觀摩

109年度志工參訪觀摩活動教育合作訓練

志工可藉由第一線活動帶領推展，傳遞家庭教育核心價值給更多民眾，讓更多民眾了解家庭教育及家庭和諧之重要。

中心今年辦理「志工參訪觀摩活動教育合作訓練」透過與台中市家庭教育中心志工業務交流，在台中市家庭教育中心名訊組長、承辦人毓君小姐及2位大隊長分享中，使中心志工團隊們了解台中市家庭教育中心志願服務團隊如何運用、推展及執行相關業務，激發我們有許多不同的想法及對未來志願服務計畫執行創意與更多元方向。

期待未來中心每年可辦理相同活動促進志願服務團隊學習相長，強化志願服務團隊之互動、交流、切磋，進而期許能與志工一起提升對縣民服務層次。



行政：李秋琴



台中市家庭教育中心參訪二三事

2020年10月26日是我們新竹縣家庭教育中心志工團到台中市家庭教育中心參訪的日子，一行人在當日下午來到位於台中市東區三賢街一棟漂亮的獨棟建築，光是規模就讓我們眼睛一亮……。

接著進入室內聽陳組長做簡報。由於台中縣市合併後區域變大，於是分為六個志工隊來服務市民：中心（含諮詢專線）、山線（豐原）、海線、屯區、大雅、東勢，各隊各有特色。其中令人印象深刻的是他們的推廣活動能夠結合當地的資源，例如：社區活動中心、幼稚園、小學、樂齡中心、圖書館、保齡球館、中心的教室等等，去設攤推廣或手工製作糕點或繪本導讀或電影讀書會或講座…志工們準備器材、自己設計DM內容。更棒的是志工們還會利用月例會或聚會或跳蚤市場來凝聚向心力且在聚會的同時也能認養工作或激盪出新的活動。

看看台中市的推廣活動辦得多采多姿，再看看我們中心所舉辦的活動也不遑多讓，一樣都是為服務全體縣民而努力。夥伴們，加油吧！縣民的幸福家庭就靠大家來加分囉！



10期志工 洪敏芬

教育觀摩

觀摩活動之所見所聞

擔任志工除了努力認真在自己崗位上做服務及積極參與中心用心準備的增能課程外，有機會參訪交流看看其他中心志工如何服務也是一種學習的方式，所以這次有機會到台中市家庭教育中心參訪，也將所見所聞及可供我們學習的經驗分述下。

因為隸屬直轄市，台中市家庭教育中心硬體規模有其水準規模，也因服務幅員廣大，分為六個分隊服務，主要的家庭教育推廣活動多以講座、研習進修、親子活動、營隊、成長團體、工作坊、讀書會等多元、活潑方式進行。雖然他們接線志工人數偏少、有空班或空線的情況，但仍努力協助市民來電時的需求。而在執行推廣的志工人數近百人，所以在推廣活動的豐富性及志工被賦予的自主性及主動性特色非常鮮明，雖然志工平均年齡偏高但隊長們在簡報中展示的熱情及辦理活動的內容卻令人印象深刻。

在這次參訪台中中心的簡報中呈現志工團有許多構思及活動規劃，是我們未來推廣工作可值得學習的，志工團除了對服務工作熱情的維持、團隊情誼的積極聯繫之外，他們善用工具應用在推廣活動的使用值得我們參考。如桌遊是大人小孩都喜歡且容易入手的活動教具，而在遊戲中帶入家庭教育的推廣學習，能看見成員參與度夠且成效十足。另外在帶領長輩活動中常運用卡拉OK歌曲演藝（如金包銀/家後..等）歌曲娛樂後再藉由歌詞帶入性平、婚姻或家務分工等主題作探討，讓參與者在娛樂中也能對自己有所看見。

雖然目前中心仍多運用既有教材做推廣獲得的回饋與成效也很多，但若增加更多新元素及推廣面向，對縣內多次參與我們活動的學員能產生不同的新鮮感，同時可藉由新教案設計規畫提升夥伴知能及增加自我成就感，相信會是雙贏的結果。很高興這次參訪藉由他人經驗，省思自己可調整及學習的可能性，自認收穫滿滿、也覺得充電滿滿



12期志工 陳雪琪



412-8185專線

所有解決家庭問題的工作中，最基礎、最重要的就是「家庭教育」。4128185諮詢專線由志工老師們提供支持與陪伴的力量，協助民眾找出更多處理自身家庭相關狀況的方法，讓每個狀況成為家庭中的重要契機與轉機。



14期志工 劉耀婷

電話那一端與這一端

記得在正式成為接線志工前，新志工培訓的老師在課堂上問：為什麼來當志工呢？”想要助人”並非我的答案，老實說，我的答案是：想更加瞭解，進而療癒自己。因此，我對願意當接線志工助人的學長姐們想法是：好偉大，用崇拜的目光看著他們。

後來有幸成為新竹縣家庭教育中心接線志工，在電話那頭聽見許多不同的生命故事。剛開始總想幫忙解決問題，也有幾次接線，覺得自己沒有幫助到來電者，而覺得懊惱。後來才開始認知，原來單純的願意傾聽對方分享困擾的事情，或是在這通電話裡陪伴對方，讓他藉由訴說，坦然面對並整理生命過程中的複雜情緒，甚而自己發掘適合的對應方式，對來電者來說幫助更大。而我也意外的發現，常常會有種一起在電話中成長的感覺，也漸漸知道如何處理自己原本無法面對的議題和情緒，接納自己、照顧自己。

生命的每個階段都免不了品嚐酸苦澀的滋味，只是有些人一時在困頓磨練中失去方向，尋求不出突破困境的方法，而導致情緒上沈淪墮落，若能藉由一通電話，別說找到出口或生命價值，光是傾訴而被理解，也許就有看見曙光的可能。最近有一位長期打電話來的個案，從她經歷離婚到終於能放開心胸找工作，曾經一度覺得幫不了她，陪伴的長路漫漫，但僅只是在電話那頭聽到她表達對我們的感謝，又何需獲得實質回報呢？

細思量之下發覺，原來接線志工能在付出過程中，得到最寶貴的成長經驗。至於那”療癒自己”的初衷，找到答案竟如此自然。感謝並希望願意分享生命故事，且在困境中失落的人，能感受到那愛的曙光，電話兩端一起學習包容、感恩和知足。

值班四部曲

「轟轟轟」下班後，停車場是最熱門的景點，車子的發動聲，此起彼落。星期四的傍晚，同事們趕著回家，我則是驅車前往接線值班室，疾駛在高速公路上的我，身體有些累，心卻是滿懷期待的，一方面是可以和即將見面的夥伴們聊個天南地北；另一方面是不確定今晚是否會有需要幫助的人打電話進來。

「哈哈」到了值班室，夥伴們熱情地打招呼，先到的夥伴會幫忙清潔環境，給大家一個乾淨又舒適的值班空間，依排班表上線後，大家會坐在值班室裡的大長桌，隨時待命，等著電話鈴響。待命期間有的人用餐，有的人看書，有的人聊天，整個值班室，充滿如同和家人相處般的氛圍，輕鬆自在。雖說大家來自不同成長背景、工作領域，但充滿熱忱，樂於助人的精神和正向思考的特質是我們的共通點，或許是這樣，讓我們很能聊，聊工作，聊家庭，聊心情，聊電影，更多時候是分享上完中心精心安排的課程後的心得。聊天話題多元，有的正經，有的是生活中的趣事，讓大家捧腹大笑。

「鈴鈴鈴」電話響了！雖然不是每次值班都會有人打來，但只要聽到電話聲，值班者馬上放下手邊工作，以迅雷不及掩耳的速度，接起電話，以溫柔的語氣詢問來電者需求，以陪伴的態度傾聽來電者訴說，以專業的角度協助來電者釐清。剛開始值班接線時很緊張，但在上完中心安排的進修課程、學長姐們的經驗傳承以及同學們的互相討論後，我感到自己的接線諮商技巧越來越精進，就像吃了一顆定心丸，面對來電者的不同需求，我都能以不同的方式來應對。當來電者是帶著如釋重負的心情掛上電話時，我也為他們感到欣慰，更在幫助他們的過程中獲益匪淺，累積經驗值。

「bye bye」人生如同一個盛大的聚會，曲終人散，終需一別，美好時光總是過得特別快，值班時間結束了，大家一起關燈、鎖門，走向大門口，互道珍重再見，在生活中各自精彩，為彼此加油，期待下一次相聚！



15期志工 毛治強

志工心，志工情

我的個案家訪

為了了解案主狀況，必需赴家中訪視，家訪是實地觀察居家環境、家人互動、或任何只能在案家才能觀察到的事情，也是有目的進入家庭互動做處遇的準備。

拜訪受訪者或其家人，友善的開始、專注與傾聽、尊重與接納、同理受訪者、適當的回應，在案家所見和案主所言，不加入任何揣測或評判，藉由訪談的過程與受訪家庭建立關係，並蒐集資料及提供符合需要的協助，作為後續關懷的依據，而達到校、家訪的目的。

104年第一次接個案，是湖口國中二年級生，當時有資深夥伴禹沛的陪同，家訪後，會互相討論並逐漸找到訪視的重點。校、家訪時，案生從一開始願意見我們，但不太說話，在建立關係後逐漸願意跟我們分享學校與家庭生活，進而願意告知我們他不願去上課的心中壓力與恐懼來源，讓我們跟老師與家長有著力點，去探索案生正面對著焦慮而懼學、拒學！並試著回應孩子的焦慮與恐懼，慢慢解除恐懼來源，很高興的是該案生在老師與家長的努力下，回歸正常上課，學業低成就的狀況也改善了。

這個個案讓我對接個別化家庭親職教育稍微有成就感與信心，更要謝謝曾陪同的夥伴，因有你們的陪伴我們完成了一件件的個案。



13期志工 黃蓮喜



15期志工 兵淑慧

團督課的魅力

團督～團體督導，多棒的學習方式，個人蠻喜歡的，同為志工，每個人對事情的看法都有所不同，團督時段我可以接收夥伴們對個案的思考模式和處理方式。

每回提案的夥伴會先將個案的基本架構說明一次，這時候，腦海中家系圖的畫面慢慢浮現，慢慢成形，真的是一種很棒的輔助工具，大家依個案最初的起心動念，原生家庭背景，成長環境，求學過程，職場經歷及現階段的問題等為主軸，提出個人的問題和觀點共同討論，再由老師抽絲剝繭的分析，同時解惑夥伴們在評估與期待上的盲點。

偶爾我也會虛擬實境，整理自己的思緒邏輯假想，如果是我接這個個案，如何不帶情緒的在初次面談既設定目標，澄清問題？又如何讓個案清楚的知道他已具有的優勢能力？我的切入點及處理方式和原接案志工有何不同？和老師的提挈又有何差異？最後的分歧會怎樣？結果是平行還是交叉？用這種方式自我覺察和警惕。

多一次聆聽，多一次體驗，多一份認知，多一份收穫，每個人都有自己的生命故事，每個個案也是生命故事的一部份，總覺得生活的空隙有許多事可做，端看您怎麼看這個世界？試著幫助自己也幫助他人找到個人的亮點，成就個人的生命風采。

推廣你和我



13期志工 鄭瓊玲

我當協助志工的日子

104年剛成為家庭教中心志工時，一開始只是做接線值班的志工，直到加入婚姻、親子宣導組，開始需到社區、學校做宣導的業務-愛的存款宣導，另外，還需到社區做帶領人活動，需花時間備課及演練，所謂「台上三分鐘，台下十年工」在其間真的深深體會到帶領宣導成功的背後，真的需要付出很多很多的努力，也謝謝中心給很多學習的機會，辦理許多志工培訓成長的教育課程，讓我們除學習知識與技能，亦讓我們多方面學習成長，覺得生活更充實，更具意義，並更有信心到學校社區推廣家庭教育中心的理念，讓我當協助志工的日子更充實，除助人又自助，真是一舉二得。

當協助志工的日子，學習婚姻關係相處之道、親職教養的技巧與智能。我記得有次聽了一堂由講師小馬師所講有關一本書-教孩子跟情緒做朋友，是一本很有意義的書，小馬哥說小孩會自己想像朋友，小孩也會認為自己屬於某種東西。這時，

我回憶起小孩小時候的往事，記得老大讀中班後，白天家裡只有兒子獨自玩沒別人陪他時，兒子卻說他的朋友誰跟他說那些話，甚而跟我說他屬車車等等話語。在協助志工的日子曾聽到演講者提到每天要花30分鐘親子共讀，將維繫親子關係更緊密，我是深深體認雖我三個小孩都已長大也無須再親子共讀，但在協助志工日子學到的技巧，我能及時用在家人身上，小孩回家陪我，我一定放下身邊工作陪伴他們說說話，我所學到正向話語技巧，我會運用在他們身上，或者讓它們說一說最近讓他們開心的事，讓他們感受到滿滿的愛。

歲月催人老，人生若能百年約4萬個日子，沒有人能例外，都會到達終點。最需要珍惜的是過得充實、健康、快樂。曾經擁有學到的，不要忘記；已經得到的技巧，更加珍惜。在中心學到家不是講道理的地方，家是講愛的地方，我真心愛我的家人，家人也會感受到，我也瞭解自己不是全能，若我不對之處，也會適時向家人道歉，並運用在中心學到的技巧，改善與家人的關係，讓我的家更幸福更美滿。

中心用心的編排出許多成長、培訓學習的課程學習，讓當協助志工的日子，它不是付出而是得著更多的收穫。在這樣的大環境中認識了許多志同道合的好朋友，也感謝大家無私的奉獻，大家當志工是只問付出、不求回報的，大家都抱著歡喜作、甘願受的心情來當個快樂的志工。方，也是大家談心、聚會的好地方，所以當協助志工的日子使我受益良多，除增進我個人婚姻、家庭、親職教養的技巧與智能，也瞭解家人的需要，讓家人關心更好，擁有幸福美滿的家庭。

一次完美的上台

今年度因為新冠肺炎疫情的影響，許多的課程和活動，都在下半年緊鑼密鼓地推行著。我本著回饋中心的意念，自告奮勇參加三場課程講座前的業務宣導工作，現下就和大家分享個人的心得。

首先，一定先和承辦人員溝通了解，包括宣導時間的長短，有關中心業務內容的縱向和深度，還有承辦人員原先的目標規劃。一來可以得到互相的了解和幫助，二來，業務宣導是為了在整場活動中適切讓中心被知道，而不僅僅是個人一次完美的上台表現。

在準備的過程中，報告的投影片加計時器，我並沒有事先寫好講稿，而是一次又一次，反覆的扣住事前溝通的內容，不求詞藻華麗，只求讓自己可以順口表達，最後修正到內容有重點，時間正好是預計內。

上台前我當然跟大家一樣會緊張，現在要公開我的秘密，越緊張就越放慢速度。我也偶而會忘了下一段要說什麼，這時吸口氣，微笑地望向觀眾，即使只有三秒的時間，腦袋自然就不缺氧了！有可能會落下一小段內容，但不會遺失了大多數的內容。

拋磚引玉，希望明年度有更多的夥伴和我競爭這份宣導任務！



14期志工 柯美玉

增能課程

什麼是方案？

乃是設計一套有系統、符合邏輯模式的程序，運用各項資源，透過執行各種相關、可行的活動。

今年度，推廣組的夥伴們在惠玲老師及芬玉老師的指導下，充份感受「方案撰寫」的魅力。

鄭瓊玲

本次方案學習主要是探討家中的情緒管理，透過分享深知好的情緒管理的，才能期望過著幸福、快樂的日子，好的情緒管理的是需要學習的，當推廣組志工的我透過方案學習收穫滿滿。

柯美玉

從選擇主題開始，到經過老師細心說明，我們終於清楚知道一個活動方案的內容是要既有趣，又要考量可行性，非常感謝第五組夥伴們！有大家真好！

陳憶禎

「萬丈高樓平地起，透過課程不斷積累，打好基礎、腳踏實地，才能開展出臨陣磨槍的實力，更重要的團隊合作精神，才是最終爆出火花最炫目的時刻」

黃璽諺

以往是由老師教授，我們志工聆聽課程；本次，除了上述內容，多了實際演練。讓每位志工都有參與付出機會及伴隨著學習和成長。

陳惠珍

施老師和姚老師將家庭教育方案切割成數個活動，一步一步的引導，帶領大家一起體驗活動，並反覆修改我們提交的方案，十分用心！

黃春鳳

初學方案撰寫，滿腦思緒、恨不得一股腦兒全部展現。幾堂課下來，才知「設計教案」一定要與生活做連結，內容不求多不求快，帶領成員從活動中有所體驗領悟。



沈燕芳

謝謝中心安排家庭教育方案設計的學習課程，好紮實的基本功！

江舒芃

優質的教育方案如同一塊晶瑩剔透的明玉，歷經千錘百鍊的誕生，適用於家庭教育課程，讓社會大眾受惠於其中。

兵淑慧

其實，它有點像員工訓練計畫，只因對象不同，每個單元步驟必須很細緻的交待清楚，這~就是它的精華吧！

劉興錦

方案撰寫是爾後推廣活動上台宣導的基本功，學習過程肯定是辛苦的，也只有親自參與學習才能有所收穫。

莊惠玫

感謝這次同組一起設計方案的組員們，大家的積極參與共同合作。還有老師細心的教導，我們終於清楚如何從無到有設計出方案，而且是要如何貼近設定的主題與目標。

劉耀婷

每次上課，老師除了準備課程內容，還會拖著重重裝滿各式教具的行李箱，教學演示各種方案讓我們體驗。對於我們產出的方案，也不吝給予評析與建議，使我獲益良多。大家一起榨腦汁的感覺真好。

陳淑惠

在學習方案設計的課程中我學習到，活動設計需依對象不同須多層面的考量且不斷的修改，並在目標上也須明確且聚焦。

陳雪琪

老師簡要的點出方案撰寫的重點，並藉由結構完整的方案示範帶領，協助各組完成最適合的方案。讓大家收穫滿滿~

吳寶琴

「工欲善其事，必先利其器。」方案撰寫課程提供一個設計活動組織架構的空間，思考如何將動機轉化為行動的方法，著實有用。

郭淑鈴

陌生、尷尬、緊張、學習、蒐集資料、繕寫、熬夜、不畏、謝謝參與夥伴、感恩中心。

蕭彩勤

夥伴們絞盡腦汁設計的活動內容，雖難在短時間內達標，謹記老師重點提醒：方案沒有最好，只有更適合，團隊共好才能更好。



張世蘭

第一次接觸到方案設計撰寫的課程，感受到活動設計細節的規劃實屬不易呀。老師會用他的教案來跟我們分享如何帶領暖場活動，也感謝第一組夥伴的包容，讓我有勇氣能夠在團體中繼續學習。

劉禹沛

很感謝中心給志工機會安排方案設計這個課程，老實說對於教案設計非一朝一夕可以學會的，是一種成長相對的也是一種壓力，反過來說沒有壓力哪來成長。給自己信心喊話加油吧！

吳麗環

方案設計就像是一個邏輯推論，針對成員的需求設立具體目標，藉由設計活動達成目標所向。經由兩位老師的漸進式引導下，藉此檢視自己以往的活動帶領，並更了解具備完整的方案撰寫的重要性。

洪銀雪

方案推行中若有不同的意見或想法時，要用真誠、有建設性的建議來協助調整方案內容。組員們也要有開放的心胸接納不同的意見跟想法。一個人可以走很快，一群人可以走很遠。大家加油！

湯桂蓮

方案撰寫的課程藉由老師的帶領以循序漸進的方式，引導我們從暖身活動的破冰開始，再延續到活動內容的設計和發展，從活動中了解帶領的技巧和活動發展要注意的事項，方案設計的目的不是要在活動中區分贏家和輸家，而是要在活動的帶領中讓團體的目標更容易達成，讓彼此心的距離更靠近。

陳秀珠

時間過得很快，參加中心志工有12年的時間了。從宣導到推廣婚姻教育及每星期4128185的值班，一系列的培訓課程、實務演練，讓我提升自我學習成長，一直認為中心是我個人進修的好地方，學習技巧與知識用在自己的家庭及社會上受益良多，感謝中心栽培及所有一起服務的志工好朋友們。



薪火相傳

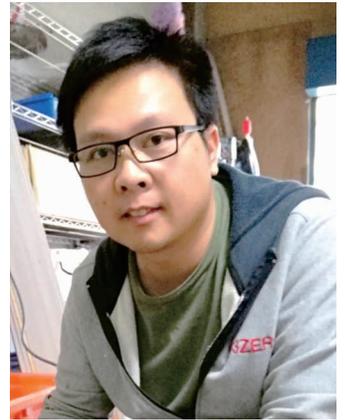
歡迎～新進志工們

非常開心能夠分享這次的帶領新志工的心得。

停下想想才發現，原來在家庭教育中心服務已兩年，在這兩年期間學了很多東西，也長了不少知識，如今看到新進志工的培訓，猶如看到那時學習中的自己，心中感慨萬千呀！回想當初因為有感於自己在家庭教育上的不足，以及想貢獻己力，興起了當志工的念頭，克服了工作的疲憊和時間安排的壓力，在家人的支持下，完成課程及訓練，成為能助人助己的志工。

現在的我在帶領新志工，就覺得這些新志工真是了不起，能夠克服現實生活中的阻礙，還能夠得到家庭中的支持，真的是很不容易，還有看到16期新的男性志工還真不少，讓我感覺非常開心，也希望能夠在家庭教育中心發揮所長，帶領新志工時，常常在學弟妹身上，看到當初自己在學習的身影，當初的自己也是受到學長姐的教導及肯定，如今才有能力能夠去服務個案，還有家庭教育中心的培訓跟在職訓練，都讓我在服務個案時，能夠更加冷靜及更加有方法，來協助個案，在這單位裡讓我感覺驕傲有價值，這裡真的是個大家庭，大家也都不吝嗇分享及指教。

最後希望新進志工不留餘力的奮力一搏，將來你會感謝現在的自己，也會在這服務單位感到驕傲，更可以幫助這社會所要幫助的人，讓自己創造出自己最大價值。



15期志工 曾家輝

新志工實習之我見

睽違已久的新志工實習在即，陪伴新志工的同時，也感謝中心準備了一套完整的教案，讓我與新志工交流過程中給自己重新學習的機會。

在每一次實習的主題中找到如何與新志工分享，相對地等於給自己重新複習的機會。我覺得新志工的態度很用心學習與專注，對於每一個主題課程內容都會與之前上課內容相互做呼應，真是覺得青出於藍勝於藍。

志工服務是不間斷的有新人加入，讓團隊中更增添一份新氣象，真好有一同志同道合的夥伴融入，大家都是有意緣人相互學習相互成長真棒。



10期志工 劉禹沛

新竹縣家庭教育中心 第16期志工培訓心得

做志工最重要的特質就是「愛」與「願」，
「愛」字拆開就是「心放在感受之間」；
「願」字拆開則是「生命原來的那一扉頁」，
做志工為人群付出，賺得的是「好人緣」。
誠摯歡迎16期新志工加入服務的行列

徐錦華

培訓所學是來做助人者，在服務心態上，是要以客觀的角度去看問題，不能帶主觀的意識，來判斷與處理狀況。

澄波老師教導我們諮商概念、同理心的方法與技巧，老師深入淺出的教導並搭配實例演練，我獲益匪淺，也察覺自己同理心的技巧還很粗陋，需要多加演練。

彭曼玲

劉諭岑

實習過程是一個幸福的緩衝期，一方面統整自己之前的學過的知識技巧，另一方面在學長姐的耐心帶領下，可以在旁學習觀察前輩們作法和調整自己在所謂接線上的認知，還可以如同真實上場一般演練如何應對。

我後來發現，這些長時間留下來當志工的學長姐，她們的共同點都是「莫忘初心」（一顆樂於助人的心），期許自己和這些資深學長姐一樣，保持一顆努力學習並樂於分享助人的心，積極樂觀當家庭教育中心志工，和大家一路走下去。

馮淑珍

楊國華

閱讀“當心理諮商師遇見理心師”讓我有不同的體會，現前的問題（果），只是過去很多因所累積的，理出真正的原因更能深入問題、解決問題；技巧、策略或許目前仍不成熟，但一顆熱忱助人的心及不斷學習成長的鬥志是不曾減少的。





所以報名參加志工的訓練，一方面走入社群一方面自我成長，同時也可盡一點微薄之力，有益於社會。

鄧稚妍

顏淑芬

我學習新技能新知識，不僅協助自己有好的家庭關係，也有助於在未來志工生涯可以提供他人更好協助。

所有的這些面向，讓我看見中心和所有參與者的努力，也相對的看清過往自我的局限和不足，心中忐忑慚愧，明白自己可以改變的方向，雖然為時稍晚，但已緩緩前行，期盼可以成為更好的自己，有能力可以自助助人。

黃碧珠

鍾柏慶

懷著一份學習的心及滿滿的期望，進入家庭教育中心義工的招募行列。在每一階段的學習感受到老師及中心對我們的期待，也感受到同學用心學習及熱情的互動。

很珍惜透過志工培訓能有這樣的機會重新回頭再檢視，這些都對自己有很大的收穫！期待未來能繼續在家庭教育中心付出及學習哦！

洪雅鈴

邱華琦

一轉眼的實習也在不知不覺中就接近了尾聲，經歷了培訓、實習、面訪、家訪、校訪覺得心中由衷的謝謝陪伴的老師、家庭教育中心的行政所有人員及服務的所有學姐，因為有你們無私的付出，讓我們感受愛的希望。

相信我們的這樣的一個志工團體裡，必然是一個和睦、親近，相互支援、協同合作的工作團隊！而個人也願意竭盡自身所能，謹守志工倫理與界限對這團體付出貢獻！

吳盈璋

這些實習日子讓我熟悉各項流程與處置方式且與家庭教育中心的環境更加融入，有了這層熟悉的關係，對於我往後來值班的適應感更有加乘的功效。

洪玉玲

張茆純

感謝中心給予我們機會學習和成長，這半年來的充實的課程和實習，讓自己變得更開朗正向，自己開心快樂後，也更有能力去幫助別人！

實習階段和學長姐的經驗分享中，察覺到生活中待人的一切就是練習。在家庭教育中心課程中學習的同理心、諮詢服務中練習的應對，都可以讓我們用更溫柔的態度面對生活中各式各樣的人們。

李育欣

馬秀雯

生命中的所有逆境和經歷，沒有白費，都是為了成就今天的自己。期望自己能將所學到的東西應用在自己的生活上，先能自助而後才能助人，希望這股溫暖且正向善的循環可以一直延續下去。

此次的培訓課程，除了學習到團體間的互動與溝通以及尊重與接納他人與自己不同的想法與見解，並學會用真誠與溫暖的心去同理、包容與尊重他人，與他人互動時能更用心的先去傾聽對方的問題與需求。

張瑞芬

陳宜嫻

來到新竹縣家庭教育中心，是一個偶然。常常我相信，生命中每一個時點的安排，都是一個無法言語且暗中鋪陳的故事情節，上場了就扮演好妳該領略的角色，全力以赴。



歡樂小鏡頭



109年新竹家庭教育中心志工受聘



授聘典禮



中秋節聯歡



志工園地編輯部



推廣組十八尖山健走



推廣組十八尖山健走



推廣組十八尖山健走



稻田裡的談天說地



控窯樂無窮



比YA，撿柴火



豐收



大家一起來控窯



當我們同在一起

編輯小語

志工園地自2015年創刊以來，一轉眼已進入第六年的出刊，每一期的出品都是萃取一年來的縮影集錦，提供夥伴們發表心得互相交流的園地。小編在整理、編輯文稿時，每每在簡樸淺白的文字中有深深的感動，在此，特別感謝各位投稿人在百忙中，願意將其寶貴的經驗與我們分享。