

教育部「全國教育實習資訊平臺」 教育實習輔導教師知能研習



指導單位：教育部

主辦單位：國立彰化師範大學

日期時間：104 年 8 月 26 日(星期三)09:00~12:00

地點：國立彰化師範大學(進德校區)

白沙大樓 5F 國際會議廳

倪美英老師

➤ 學歷

- * 國立師範大學國文系畢業
- * 國立嘉義大學國民教育研究所

➤ 經歷

- * 現任泰山文教基金會、東元科技文教基金會、台灣閱讀文化基金會講師
- * 彰化、南投、雲林、嘉義、金門縣家庭教育中心講師、外籍配偶成長講師
- * 台電職福中心、全國志工、外籍配偶成長、慈濟社大、紳士協會講座
- * 佛光山光大社區大學員林講堂、全省教師研習中心講師、教育部替代役講座
- * 2005~2015 年教學創意工作坊講師、品格教育種子教師講座、友善校園講師
- 教育部閱讀起步走全省巡迴講師、新住民火炬計畫講師、特教研習講師
- * 教育部「全國教育實習資訊平臺」教育實習輔導教師知能研習講座

➤ 榮譽

- * 曾榮獲高雄市「愛心教師」表揚、南投縣「優良教師」表揚
- * 曾應邀於美國、加拿大、大陸、印尼、全省各地圖書館、中小學、大學、文化中心、社區大學演講，並辦理「家長成長讀書會」、「兒童讀書會」。
- * 教學節目曾獲電視金鐘獎表揚。96~99 年度教育部閱讀史懷哲志工表揚。
- * 97 年中視全民大講堂節目講座。主講：春風化雨的點點滴滴。
- * 教學心得與作品，散見於聯合報、聯合晚報、台灣日報、大愛電視台等媒體。
- * 大愛劇場〈春風化雨〉電視連續劇 25 集專輯拍攝
- * 與戴晨志博士合作有〈新愛的教育〉一書，時報文化公司出版，該書並獲得九十年度中興文藝獎，金石堂排行榜第二名
- * 91 年 9 月〈新愛的教育 2〉一書出版，金石堂排行榜第三名，91 年 TOP 好書。
- * 101 年 8 月〈成為孩子的伯樂〉出版 慈濟人文基金會發行

電話：0912-324356 E-mail：miai.miai@msa.hinet.net



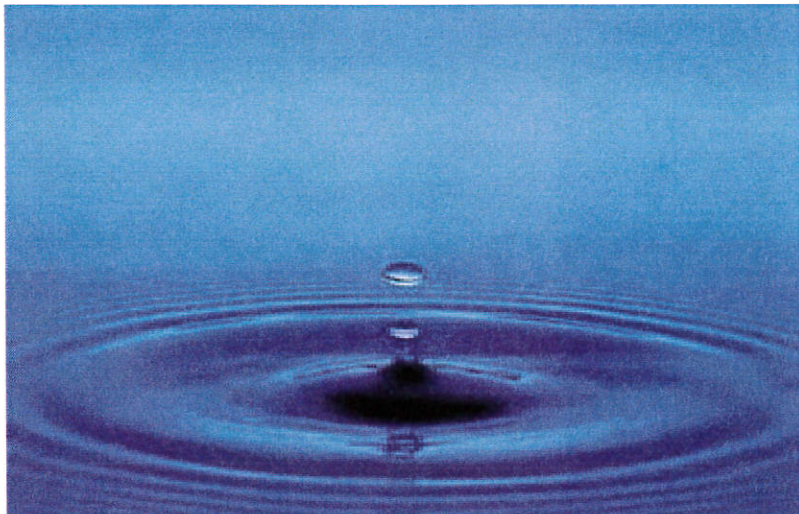
愛的教育~心的傳承

倪美英老師



1. 安靜學習的環境

2. 以身作則



寧靜最美，心安最樂！



愛的教育，美的回憶！



心流的共振~真正的幸福感

~林建隆博士

~彰師大師培中心主任

想當班長的耀正



故 帶 及

我的老師

我的老師叫倪美美，是一位年輕

女老師，她教我們國語、數學、作

自然等科目。

我最喜歡上倪老師教的國語課

師講的很詳細，也很有趣，大聲念

使我功課更進步。

每天中午老師陪著全班同學吃

大家吃得樂陶陶。

訂正 民國 年 月 日 第 週 星期 天

請 講

下午 體活動時間，倪老師

們做各種活動，讓同學們玩得非常

。倪老師是位老師，我們都很愛她。

永遠快樂。

連仁：你會將學過的歌詞應用

在作文上，真好。你也是老師

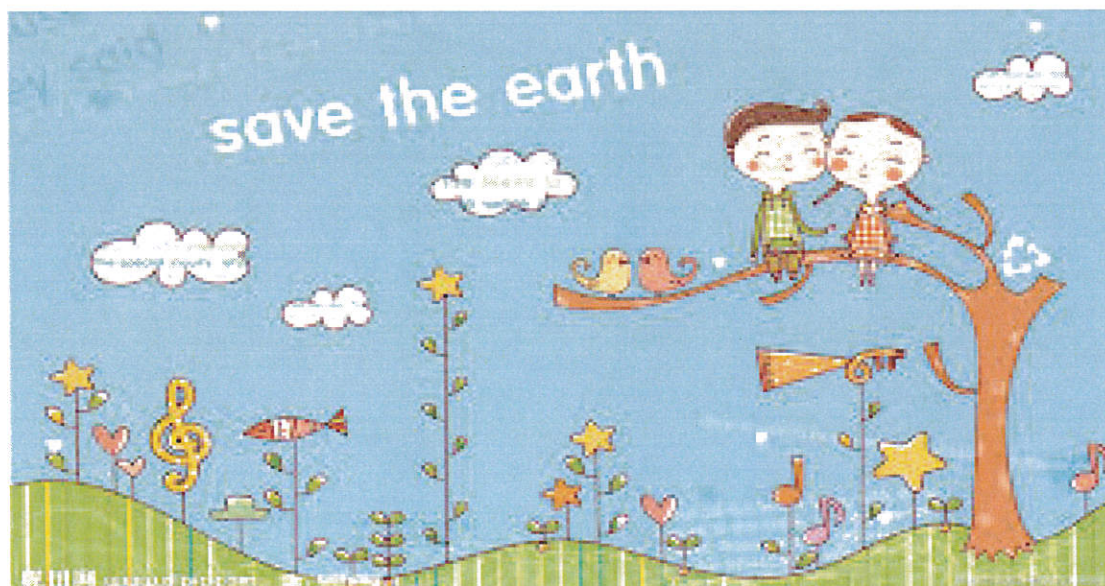
中最好的學生。

聯絡簿~三好一改進!

親師留言板		簽名	評語	今天功課和明天應帶物品	
睡前刷牙 完成做家事 我也愛這樣這樣	家長簽名	老師簽名	不計較就沒心事，沒心事就自然有知日慧心。 ☒ 整潔 ☒ 專心 ☐ 不專心 ☐ 遲到 ☐ 未交 (作業)	數考卷二張 飛機②南投1公東	坐火車2開車3坐 背面④南投1花蓮
	家長簽名	老師簽名			
睡前刷牙	家長簽名	老師簽名	Love 1. 近自聽	3復習 題く六	2國語羽 1數考
	家長簽名	老師簽名			

日期: 10年10月4日 星期四

激發教育熱情，
共創幸福願景。



給人幸福, 就是幸福!

台中啟明~8歲的呂岳駿

謝謝你的勇氣和努力,
讓我們學會珍惜與勇敢!

正向的力量~美的覺醒

~世界多彩多姿多美妙!

聲音讓我感覺到世界的顏色!

~黃裕翔

黃裕翔~盲人鋼琴家， 國立臺中啟明學校



唐寶寶美妙的表演



世界是單純的，
人生也是一樣。
凡存在，必有價值。

只是存在，只是存在著，
就是最大的價值。
~被討厭的勇氣~阿德勒

未來教育學 |
學習力 × 行動力
× 思考力 × 服務力



Attention Seeking

~被人注意

讓孩子看見舞台，
他才會替自己搬梯子

鼓勵孩子勇敢參加各項比賽

1. 敢報名，就是勝利的開始

2. 敢上台，就是挑戰自己

3. 完成比賽，就是戰勝自己

未來教育學 |
學習力 × 行動力
× 思考力 × 服務力



看影片

思考

問問題

體驗, 服務.

每一天都和每一個孩子
真誠地說說話。

有理想，有獨特性，學會動手做！
做快樂有創意的**創客~maker!**

真正的教育來自於師生間
真誠的
對話關係！



因為分享、交流
讓美好的事情發生！

Copyright©Jimmyspa.com



【正念的力量】

一句好話，改變一生

文／倪美英(專業講師)

我喜歡《華嚴經》上的一段話：「心如工畫師，能畫諸世間。」經上揭開了語言、念力的秘密。

有些人喜歡用髒話罵人，卻沒有想到，聽到最多的人是他自己。罵人的聲音就像魔音一樣，聽得最多的，傷得也最深。

當口出惡言成為習慣後，經由自己的耳朵日以繼夜的聆聽、灌輸，久而久之，這種語言就成了心田的種子，早晚會給自己創造惡運的果實。因為我們的思想具有能量，語言是有聲的思想，因此語言具有很強的能量。

➤ 佳言善念，帶來平安吉祥

當人在忿怒和怨恨時所說的話，都帶有很強的能量，「負能量」的語言一出，即發出負向振波，會吸引「同頻道」的事件上門，結果往往會發生讓人意想不到的悲劇。這也就是為什麼烏鴉嘴會特別靈驗，當有人說一些不中聽、不吉祥的話時，大家往往會說：「閉上烏鴉嘴！」

語言就是發出聲音，這聲音一天要講上幾百句到幾千句，不知不覺地就會影響到我們的情緒、心態和命運。

所以，好好說話，說好話，善言善念共振，我們在的地方就能平安吉祥！

一位老師跟我分享她國中畢業時，因為家貧，父親期待她能考上師專當老師。她努力再努力，當收到成績單發現差一分沒考上師專，父親竟然破口大罵：「你不知廉恥！」這句話讓她很受傷，記了一輩子。直到今日，她依然無法好好跟父親說話，一直和父親疏遠。

「你不知廉恥！」這句話像一把利刃，深深刺進心裡，讓她無法忘懷，痛苦了三十多年，即使現在已當了老師這麼多年了，她哽咽地說：「原來這句話一直還沒有過去！」

人其實是很脆弱的。我們不要忽視語言的力量。其實孩子一輩子所衷心渴望的，就是得到父母老師的愛與祝福。當我們能得到愛與認同時，生命就安穩了。

➤ 一句肯定，創造夢想成真

暑假裏，參加三十五年前教的學生們同學會。

坐在我身邊的小卿分享了我早已忘懷的往事，她說：「畢業前幾天，老師發現我不升學了，特地來家裡訪問，貧窮的爸媽早已無力負擔五個孩子的生活，堅決地告訴老師您：『阿卿不能讀書了！』」

「老師您坐在木凳上堅持著不離開，一直告訴阿爸：『阿卿的數學很好，是一個可以讀書的好孩子，將來可以去銀行上班，賺很多錢孝順父母的！』堅定的老師和堅決的老爸在陰暗的客廳對決。」

「最後阿爸在老師不斷說『阿卿的數學很好！』這句話給說服了，點頭簽字。」

阿卿哭著說：「老師你說的這句好話，讓我在國中時真正愛上了數學。第一次月考數學就考了一百分，全班只有我一個，當我拿到成績單時，我好想告訴您，您沒有看錯我！」聽到這兒，我也哽咽了，緊緊地擁抱住她。

原來語言是可以創造真實的！我們能給孩子最好的禮物，就是一句肯定的好話，而這是世上最珍貴、最有價值的！

送他一盞心燈

文／倪美英

那一年，我有一個學生小任，他很乖，對我很好，每天陪著我鎖門，替我牽腳踏車，我們一起回家。他的毛筆字寫得非常好，他也常寫小詩、春聯，偷偷地放在桌子上送給我，我也很喜歡他，常常用「笑瞇瞇的臉、柔柔的眼光」對待他。

行為出問題顯示孩子有心事

有一天早晨，他的母親氣急敗壞的跑到學校來，告訴我說：「小任又偷錢了！這次偷的是新台幣兩千元。」

我說：「不會吧！他在學校的表現是很乖、很好的。」

媽媽說：「你不要被他騙了！他是出了名的雙面人！他就是喜歡你，在你面前表現得很好，可是你不知道，他在家有多壞！他的爸爸天天打他、罵他，但是他偷竊的習慣一直沒改！」

「從幼稚園起！」

媽媽一聽，眼眶馬上紅了，她說：「爸爸對他好兇，一直覺得『棒下出孝子』，打得很厲害，管教的方式很嚴格！」

我說：「媽媽呢？媽媽是不是應該做孩子的避風港呢？今天這件事，請您先不要聲張，學著相信他，幫助他跳出痛苦的深淵！」

老禪師終於送出了一輪明月

回到教室，我想起「一輪明月」的故事，就說給孩子們聽：

有一位老禪師，一個人在山上修行，一天晚上他出來散步，走到茅屋時，看到一個小偷，正潛進屋內偷東西，禪師知道屋裡根本沒東西可偷，便把外袍脫下來，等著這名小偷出來。

小偷一看到門外的禪師嚇了一跳，不知如何是好？只見禪師把手上的外袍披在小偷身上，拍拍他的肩膀向他說：「你走了這麼遠的路，沒有什麼東西送你，這件袍子你就披著吧！山上天氣很涼，你自己一路上要小心哦！」

小偷不知所措地走了。

禪師望著一輪明月，感慨地說：「真可惜，不能送給這個孩子一輪明月。」

第二天早晨，禪師打開門，看見披在小偷身上的外袍，摺疊整齊的放在門口，禪師很高興的說：「終於把一輪明月，送給他了！」

說完了故事，我們班上一片寧靜。

我問孩子：「禪師為什麼會說『終於把一輪明月，送給了小偷。』呢？」

全班你看我，我看你，沒有人回答。

我等了一會兒，小任舉手了。他說：「小偷很慚愧，不再偷東西了；把東西還給師父，就是代表著他的心像一輪明月，很乾淨，所以師父才說：已經把一輪明月送給小偷了。」

多好的回答呀！在此時，我們倆相視一望，感動的淚光，在心中閃耀著。

一串葡萄找回了孩子的本性

接著，我又說了「一串葡萄」的故事。

有一位日本小朋友三吉，偷了同學的「金黃色水彩」，被老師發現了，老師讓他將東西歸回原處，什麼話也沒說，帶著三吉，到了辦公室，在窗外摘下一串葡萄送給三吉吃，並且告訴他說：「明天，你一定要來上學，老師想看到你！」

第二天，三吉猶豫、慚愧的在校門口徘徊，遇到了擁有「金黃色水彩」的同學。同學很自然的牽起三吉的手，一起去玩。老師用溫柔處理了這件偶發事件，使得三吉體會了「愛」。

三吉長大了，做了駐美大使，一生中念念不忘那位啟蒙的老師。

其實，每位孩子都是好孩子！要消除孩子心中黑暗的一面，只要你為他點起一盞燈，帶進光線就好。光進來了，黑暗一下就消失了；光線就是光明的心，就是信任，以及柔柔的眼光，輕聲細語、笑瞇瞇的臉。

我看著學生，覺得他們每一個都是好孩子，就如同孩子們愛玩泥巴，沾滿了泥巴的雙腳，並不是真實的腳，你覺得髒，只是泥巴髒而已，把它洗掉了，就還是本來清潔的腳。腳一直是乾淨的，這雙乾淨的腳，就是孩子的本性。

唱出感恩的心

文 / 倪美英

那一年，從來沒有教過一年級的我，第一次接一年級。開學的第一天，一走進教室，我就不知所措。因為教室裡擠滿了阿公、阿媽、爸爸、媽媽、還有第一天上學的小朋友，她們在位子上吱吱喳喳地講個不停，我也滿頭大汗的做出開場白：「親愛的小朋友大家早安！今天第一天上學我們大家都不認識，先來自我介紹好嗎？」當我把麥克風交給小朋友時，接到的小朋友就大哭起來，「我不會！我不要讀這一班，我要回家！」其他的小朋友也哭了。教室裡鬧哄哄的……怎麼辦呢？

我想起參加慈濟教師研習會時學到的一首歌—我愛爸媽。就對小朋友說：不要自我介紹了，來唱歌吧！「我有一個好爸爸，也有一個好媽媽，他們養我育我，恩情真偉大。我愛我的好爸爸，也愛我的好媽媽，我要用功讀書，永遠敬愛他。」

當我們一遍又一遍地唱起班歌時，全班就自然的安靜下來，爸爸、媽媽、阿公、阿媽自動退到窗戶外看著可愛的孩子們用心比著手語，唱著我愛爸媽時，他們也跟著流淚，第二天開始就沒有家長來看我上課啦！

從此【我愛爸媽】就成為我們的班歌。每天上課之前就先唱一次班歌，唱完歌後全班默禱，心中想著對父母祝福與感恩，默禱完後就鼓勵孩子們說出她們想對父母說的話，我們就這樣唱著，比著手語，孩子們的心變得很柔軟，也懂得感恩，懂得愛……。

有一次大愛電視台來教室拍春風化雨的專輯，班上的小婷在那一天，分享了他的心情故事…。害羞的小婷告訴我們：「最近爸爸常很晚回家，他說他很忙、晚上有應酬，媽媽等爸爸等很久，很生氣，就跟爸爸吵架，他們倆越吵越大聲，吵到要離婚；我害怕極了！躲在一旁，不知如何是好。就在此時，我想起了班歌，於是就一句一句地溫柔的唱著，一遍一遍真心的唱著…」

「當媽媽她終於聽懂歌詞時，忍不住放聲大哭，衝進房間去了！剩下留在客廳裡的爸爸，我繼續唱著…後來，他也聽懂了，氣也消了，就說：不要唱了！沒想到第二天早上，爸爸媽媽一起在廚房準備早餐，他們和好了…。」

聽完小婷的真情告白我們的眼中都含著淚，心也整個被軟化了！

每當我和孩子一起唱班歌時，我也總是想起我的爸爸，記得是在我讀初一時，因為不懂得讀書的方法，考了滿江紅回家。媽媽氣得不幫我簽名，叫我拿給爸爸簽，我顫抖的把成績單拿給剛下工回來的阿爸，阿爸看了看成績單，抬頭問我：「台北最好的補習班是哪一家？」我說：「立人！阿爸問這個做什麼？」阿爸說：「你需要幫忙呀！」

第二天一大早我們父女倆就坐著第一班車，到台北。一問之下，才知道補習費很貴，阿爸把全身的錢都掏了出來給班主任，還不夠很多，阿爸叫我不必擔心，錢的事情他會想辦法。回到家，看到阿爸正在把家裡唯一值錢的收音機包好，拿出去後回來，收音機不見了，他把錢交給我，跟我說：「要好好加油喔！」

我哭著收下了錢，對阿爸說：「一定會好好用功讀書。不會讓你失望。」大學聯考時，不負爸爸的期望，我考上了師大。後來我做了老師，也用阿爸的愛對待學生。阿爸雖然已經過世 20 多年了，但是我沒有一天不想念他、不感謝他。我要把阿爸的這份愛傳下去給每一個孩子…。

我們的秘密基地

倪美英老師

第一次教一年級，很多孩子都是由父母牽著來到學校。到教室門口跟爸媽說再見時有些孩子總是哭得好傷心，不願意進教室。

於是我在布置教室時，將一個角落放了一張沙發，放一盆小花，還有一個抱枕、一個小書櫃。我告訴小朋友，這個獨立的角落，就是我們班的秘密基地——也是我們寧靜的角落。

面對小朋友跟父母像這樣痛苦的分離時，我喜歡抱一下小朋友，牽著他到秘密基地來，給他一本書，讓他在那裏安靜的待一會兒。小朋友會四處看看其他小朋友在做什麼，有時候他也會問問我在做什麼，慢慢地他會找到他想進行的活動。

從九月到十月，長達一個月的時間，有的小朋友來到教室會自動到寧靜的角落，離群是小朋友處理分離的痛苦，安撫自己的方法。待在秘密基地的小朋友，在那個時候不需要大人，他只需要與自己在一起，只想要感受他自己。在那個寧靜的角落裡、在那個當下、他擁有他自己，他會得到滿足和安詳。

我想起我的女兒在他開始學會走路以後，就開始喜歡爬到桌子底下，待在那兒好一陣子。怎麼叫都不出來。是不是當孩子有行動能力以後，他就開始在尋找自己的個人空間了。

班上有另一個小朋友小維，他無時無刻就像一隻猴子一樣，在教室裡跳來跳去，嘴巴裡老是念念有詞，沒辦法停下來。在我需要他集中注意力的時候，我會送他一顆維他命C，他一邊咬著維他命C一邊搖動著身體。這樣他就能夠把老師規定的工作做完。「動」是讓小維專心的方式。就算是小維這樣子的小朋友，有些時候他也會想自己一個人坐在秘密基地裡一會兒，什麼事也不做，什麼玩具也沒有拿。就靜靜地坐在那兒。寧靜可以讓人休息，讓人找回自己。讓人找到再出發的時刻，不管這個人多小，甚至只有五六歲而已。

放學時，我會先站在教室門口等小朋友一個個走出教室，我都要求他們給我一個愛的抱抱，小朋友抱完老師我就在他們嘴巴裡各塞一顆維他命C，累了一天的小朋友含著一顆維他命C快樂地回家，這樣子的小朋友不容易感冒，明天

又可以快樂地來上學。

在我們的生活裏常常會碰到一些雞哩瓜拉向小朋友問話的大人，也老是看到把小孩子的生活排滿到水洩不通的爸媽。

這樣子的孩子沒有機會學習如何安排自己的生活，從小就依賴別人替他安排生活。被安排的小朋友常常不快樂，因為沒有和自己獨處的機會。

於是好多孩子害怕孤獨，害怕獨處，一直吵鬧，老師也管的筋疲力竭。

所以在教室裡的一個角落，布置一個溫馨的區域，一個小小的秘密基地，會讓小朋友非常地滿足和安詳！

【心靈畫圈圈】

每個人心目中最美的角落，會隨著每個人的喜好而有所不同，最美的角落不在於大小，而關乎每個人心靈的感受。秘密基地是許多小朋友的最佳心靈良伴，就算是外表不起眼，卻是孩子心目中最美的小天地。

好多孩子長大後都說：很懷念秘密基地。在這小小的天地，使心情變得寧靜安祥，使我在不受干擾的情況下，找到屬於自己自由獨享的空間。神遊於浩瀚的書香世界，使我從中得到課內、課外豐富的知識，也得到心靈的滿足與快樂。

愛的教育~心的傳承

倪美英老師

一、Open happiness

1. 您想要留下什麼樣的人生傳承？
2. 老師您永遠是個榜樣！
3. 光明的思想 - 帶來光明的人生！

二、創意的班級經營

開學的做法：

1. 給家長、孩子的第一個電話。
2. 開學的第一封信 - 越誇越能。
3. 說說孩子的故事 - 真正的教育來自師生間真誠的對話關係。

三、從結盟開始 - 親愛的好孩子 大家早安！

今天我們要一起過五關

1. 做一字師
2. 讀一首好詩
3. 爬玉山
4. 數學五題
5. 讀一本好書

好話：心不難，事就不難 - 用毛筆寫。

四、教室常規：

1. 靜 - 經行、靜坐、呼吸。

淨 - 處處潔淨。

敬 - 與人和敬。

2. 心三美～問安 感謝 做好事

五、正向管教五法寶：

一笑放輕鬆

雙目看優點

刪去命令句

事事多聆聽

無時無刻多讚美

六、I see you - 老師要有發現力的眼睛 以心體心去了解每個孩子！

1. 愛是能量的給予與引導.
2. 柔柔的眼光. 笑瞇瞇的臉.. 好美!
3. 教育是好好的給予與對待
4. 活出生命中最大的喜悅!

七、越誇越能 - 說他好，他才會更好！

最近，我們家好孩子_____做了件事讓我覺得好幸福

怎麼說呢？

- 因為.....
-

好感恩

我擁有這麼一位()的孩子

最愛孩子的爹(娘)_____



說他好，他才會更好

我擁有這麼位（ ）的寶貝。

讓我覺得好欣慰，

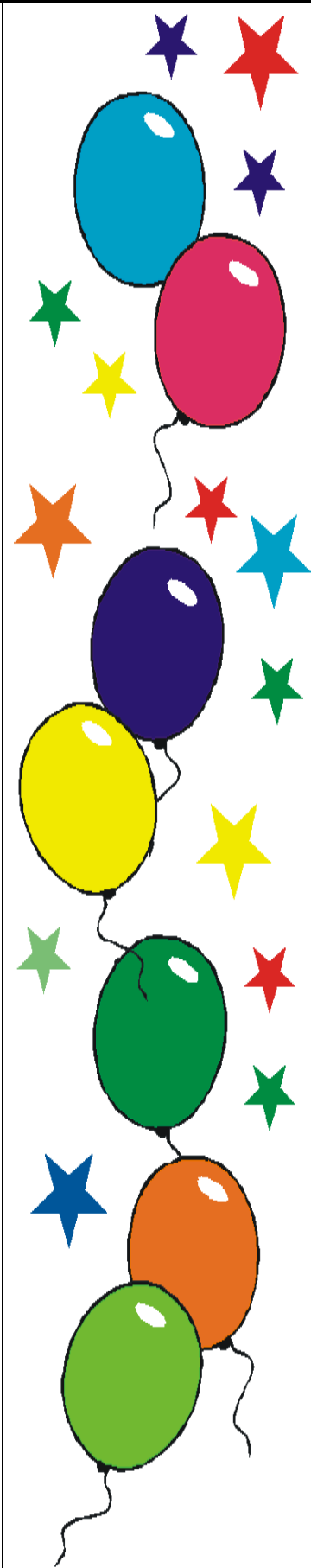
因此好想說出來，

分享有緣的人。

事情是這樣的：

[illegible]

我是（ ）的爹（娘）



年 月 日

MEMO



MEMO



MEMO

