

純潔

Vol. 153
2022年8月號

爸爸

也能跟孩子 輕鬆聊性



專篇文章 | 爸爸也能跟孩子輕鬆聊性
防疫分享 | 當我與「病毒」同在一起
兒少服務 | 宣洩情緒的怒火
星心學苑 | 脫胎換骨，展翅高飛的阿綸
兒少關懷 | 當孩子的情緒被壓抑
兒少陪伴 | 六年相處，孩子要畢業了

發行所：社團法人中華青少年純潔運動協會
立案日期：1999.06
立案字號：台內社字第 8886025 號
勸募許可字號：衛部救字第 1111361749
TEL：(02) 2366-0664 FAX：(02) 2367-5549
部落格：<http://blog.udn.com/cxiehui/article>
FB 粉絲團：www.facebook.com/pureteen

台北總會 //
地址：106 台北市大安區新生南路一段 161 巷 20 之 1 號

各地辦事處 //
台南辦事處：台南市中西區中山路 88 號 8 樓 B 座 TEL：(06)-2225362



純潔官網



爸爸也能 跟孩子輕鬆聊性



文 / 宣導講師 劉威群
(作者為教育部認證「家庭教育專業人員」)

父親節可說是八月份最重要的節日！然而，為何台灣父親節是在8月8日呢？除了取其諧音相似「爸爸」以及「八八」相連形同「父」字外，其實還有段歷史淵源。

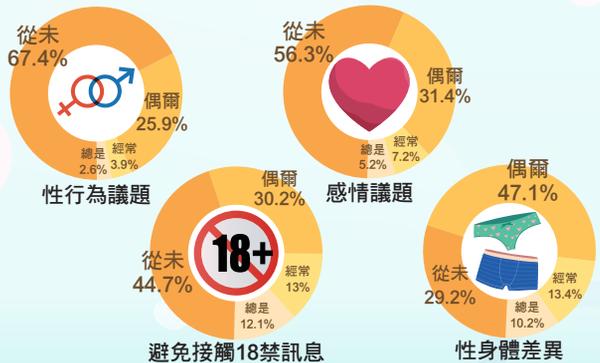
話說八年抗戰死傷慘重，犧牲不少身為人父的官兵，地方仕紳為了紀念緬懷他們的英勇事蹟，遂向政府提議8月8日作為父親節。理由提及「這輩將士，前赴後繼，殺敵致果的忠勇精神，實受父親平日教養和隨時激勵的結果，所以父親對於這次抗戰勝利的影響，十分偉大。」

在華人傳統社會中，父親一直扮演著威權形象，嚴父說一孩子就不敢有二，沒有任何討價還價的空間。面對「性」這樣的禁忌話題，早在漢代《白虎通》就有記載，「父

所以不自教子何？為渫瀆也。又授之道當極說明陰陽夫婦變化之事，不可父子相教也。」意思是父親不能教自己的孩子，這樣有損父親尊嚴。

如何開啟性教育的話題

原來這些，大人都沒跟我談！



(資料來源：兒福聯盟 / 2016 / 台灣兒童性教育知識調查報告)

身為家長的你，是否在書架上準備著「性教育」的書籍，等待子女來詢問？還是讓成長中的子女，獨自去探尋「性」的問題？有些家長雖樂於和孩子同樂，卻避口不談「性」，經常以「你長大就知道了」為由，使得「性」更添神秘色彩。

父母倘若失去「性教育」的機會，會讓孩子對「性」更為好奇、觀念更扭曲，易使他們產生更多好奇，究竟我們該如何與孩子面對「性」呢？

隨著多元開放、性別意識抬頭，家務分工不再只是女人的事，夫妻共親職也逐漸備受重視，在父親的積極參與下，反而讓孩子的成長路上有更多陪伴、引導與模範。尤其面對尷尬的「性教育」，也可以跟孩子輕鬆聊，可是為何爸爸卻避而不談，都把問題丟給學校老師？

爸爸為什麼不跟子女談性



筆者身為三寶爸，也常反思原生家庭對我個人所造成的影響，以及積極學習如何當個不一樣的爸爸。高怡平主持的《家庭8點檔 - 轉轉發現愛》，有一集探討「爸爸為什麼不談性」，節目中述及爸爸普遍不談性的理由：

- 1、覺得是禁忌話題，自己感覺很尷尬。
- 2、與女兒生理有別，可能無用武之地。
- 3、兒子又不會懷孕，男女交往沒關係。

- 4、主要照顧靠媽媽，媽媽溫柔較合宜。
- 5、孩子好奇啥都問，擔心隨便亂回答。
- 6、經驗輕浮沒見證，說了無益會心虛。

由上可知，由於男人的自尊心或面子在作祟，爸爸害怕跟孩子談太多，會說錯、不去談又怕不盡責，只好丟給另一半教，但這不是父親應該有的心態。

正確性教育的四步驟

馬偕兒童醫院主治醫師黃琮寧，向來擁有好爸爸形象，他更進一步提醒家長，性教育不應只是聚焦在生理，而是從孩子出生那一刻就開始性教育。正確性教育應該有四個步驟：

- 1、無條件包容：父母首先學習無條件地接納與包容孩子的一切。
- 2、學會愛自己：孩子從父母感受到無條件的愛，進而學會我也要好好愛自己。
- 3、學會尊重他人：孩子通過被愛，而體會到，別人也需要被愛、關懷與尊重。
- 4、認識生理變化：以愛為基礎，進而教導孩子認識生理，以及愛情婚姻等面向。



總之，孩子的生命旅程是需要父母全勤的陪伴，一起經歷生活的高低起伏，母親生育哺育孩子，而父親則負責引導孩子建立正確的態度，也協助在每件事上做出正確的判斷。

相關研究指出，父親的角色與態度對於青少年子女的人格發展非常重要，若父親平時跟子女關係融洽，當在傳達清楚的性價值觀時，如：「爸爸希望你能懂得保護自己，不要在這時期就發生性行為，後果不是你這

年紀可以承擔的！」則子女接納父親意見的機率也會比較高。

跳脫父親的框架，以開放的心態面對

各年齡階段子女的家庭性教育內容

嬰幼兒階段 (0-6 歲)	兒童階段 (7-12 歲)	青春期階段 (13-18 歲)
		
<ol style="list-style-type: none">1. 感受愛及建立依附關係2. 認識自己及身體器官3. 規範生活學習自我控制4. 性別角色的發展與學習5. 解答認知與探索的疑惑	<ol style="list-style-type: none">1. 感受愛及建立依附關係2. 認識自己及身體器官3. 規範生活學習自我控制4. 性別角色的發展與學習5. 解答認知與探索的疑惑	<ol style="list-style-type: none">1. 感受愛及建立依附關係2. 認識自己及身體器官3. 規範生活學習自我控制4. 性別角色的發展與學習5. 解答認知與探索的疑惑

有一部印度性教育短劇《父與子的性教尬聊》，詼諧幽默，值得參考。主角印度爸爸意識到，自己不能再像自己的爸爸一樣去教育孩子，不能通過轉移話題，或者粗暴斥責去阻斷這些提問。

他想和兒子做朋友，盡其所能地用各種簡單的生活事例、生動的童話故事解答兒子的困惑，最終帶來了很多樂趣。有時家長要先釐清孩子的問題，因為孩子發問的立場，可能跟我們所想的不一樣，所以也不用太過焦慮，以適合孩子年齡的口吻解釋即可。

也記得，務必先肯定讚美孩子問了一個好問題，若真的不知如何回答，誠實告訴孩子自己不懂，事後找到答案之後，再告訴他就好。我們來看看影片中，當七歲兒子提到兩個敏感問題時，爸爸是如何回答呢？

1、「我是從哪裡來？」

這幾乎是每個孩子都會問的問題，有時孩子只是單純想知道他的出生地或家鄉在何方？但若孩子真的想瞭解寶寶是如何誕生的，看看印度爸爸的說法：

「當你把種子埋在土地裡，植物就從種子開始生長。沒錯，種子很小，但植物可以

長很大。連人類也有小種子，我們稱為精子，當他們被種在地上，在這種情況下，一枚蛋萌芽在女人體內，然後變得越來越大，9個月後，它就長成一個寶寶，來到這個世界了！」

孩子也可能會進一步問，種子是如何跑到媽媽的肚子內呢？

「那麼，想像一下，這根 USB 傳輸線是我的男性器官，而 USB 接口是女性器官，當兩者對接在一起時會發生什麼呢？所以就像檔案從手機傳輸到筆電裡一樣，所以可把精子從男人體內傳輸到女人體內，而插入這根 USB 傳輸線到 USB 接口的過程，被稱為性行為、性交或做愛。」

2、「自慰是什麼？」

孩子可能會聽到這個詞而發問，但大人不用太大驚小怪。印度爸認為它出於一種生理本能，因此不必覺得羞愧，這並非是壞事情。他輕鬆回答：「就好比自己跟自己玩，這沒錯，也不是壞事。但你必須在私下做，因為這涉及私處，而且應該在真的有必要時才這麼做。」

有家長觀察到孩子在小的時候，也會去玩弄自己的性器官，尤其是小男生，這都是很正常的現象。他們純粹只是因為好奇、好玩或探索而已，並沒有太多跟「性」有關的意圖。

性與情感教育，缺一不可

在進行性教育溝通時，同時要有情感教育，這是一件很重要的事。可以詢問孩子：「爸媽對待你，是不是讓你感受到愛與情感？」孩子在成長過程中，父母的相處對孩子有很大的影響，可以幫助他開始思考，將來想要的婚姻是什麼，如何為建立一個幸福

的家庭？

這些初步的思索，將幫助他更懂得珍惜自己的身體與情感。到了高中階段，孩子身體的發展漸趨於穩定，思考能力也更成熟了。此時，關於兩性交往與愛情、同志議題、婚前性行為、婚姻與家庭價值……等，都可以好好來談。

你不談，孩子也會透過新聞媒體、電視電影劇情、網路傳言……，去揣測和思考這些事，但他得到的訊息可能有很多的誇大和偏差。

性教育，從家庭生活做起

輔仁大學公衛系系主任鄭其嘉說：「家庭生活就是最好的性教育，身教大於言教，家人彼此之間的互動對待，父母的榜樣是很重要的！」職能治療師吳怡璇也提到說：「從小建立流暢的親子溝通，是性教育最大的意義。」

作為爸爸的家長們，只要即刻起，主動去跟孩子連結關係，陪在他們身邊，聽聽他

們聊聊學校發生的點滴。只要我們先開始改變，不管孩子年紀多大，都不會嫌太晚。即使青春期的孩子表面上不願跟我們多說什麼，覺得我們很煩、很嘮叨，但也不是真的成為拒絕往來戶。



在孩子們的內心深處，其實更在乎我們的看法，家長可透過寫小卡片等溫馨舉動，也能讓孩子感受到我們的愛與關心，這樣就已足夠！讀者想瞭解更多性教育的文章，未來我們會再持續推出家長如何與幼兒及青少年談性，請拭目以待。

參考資料：

1. 洪俊傑 /2016/ 台灣 8 月 8 日父親節的緣起
2. 李怡萱 /2017/ 與孩子談性說愛很禁忌？10 件事搞懂性教育
3. 周育如 /2017/ 爸媽們，請開始和孩子談性說愛
4. 晏涵文 /2013/ 性、兩性關係與性教育





當我與「病毒」 同在一起

文 / 課輔老師 Daicy

What ? 你們全軍覆沒

今年四月底開始，臺灣新冠疫情就像滾雪球般，日增千例；到了五月，更是一發不可收拾，每天增加數萬，持續至今。筆者娘家在北部，五月中家人也都一一「中獎」，套句玩笑話，現在一出門到處都是 omicron 啊！

雖然我人在南部，卻心繫著北部的家人，有時間就會爬梳防疫訊息。由於國外疫情爆發在先，他們的研究肯定走在前端，值得我們參考。

根據國外期刊報導，分析中重症乃至死亡患者的血液，發現他們體內的某些元素都特別低，例如：維生素 D、Omega 3、鋅離子…等。因此，我將貼文傳給北部親人，鼓勵他們多補充海洋食物，倘若人體補充適量的營養，就能避免重症危險。

科學研究固然要認真參考，網路熱門的防疫心得，當然也不能錯過。看到一篇分享，提及家有新生兒，約莫 4、5 個月大，父母都確診了，幼兒卻安然無恙，推斷和全天開著空氣清淨機有關係，所以我也果斷買了一台。

Wow ! 南部逐漸火熱

疫情的爆發是難以想像的，五月之前尚稱平緩，當你以為病毒離你很遠時，實際上，它已經悄悄地攻進你的生活領域，你卻全然不知。

我是一般通勤族，隨身都帶著酒精，但凡哪個公衛學者或醫界人士提及「酒精用法」，我都曾參酌

運用。例如「三明治」消毒法：酒精噴手→觸碰東西→酒精噴手；上廁所時，消毒馬桶坐墊→蓋上馬桶蓋沖水→消毒把手→盡量標準的洗手（內外夾弓大立腕 + 濕搓沖捧擦）。

某個例假日，我起床後忽然感到鼻塞，雖然和新聞報導的新冠症狀不一樣，但為了大眾的健康著想，仍然先自主快篩，確定 1 條線後才去診所。那時，醫生也相當戒慎恐懼，於是我主動說：「我自行快篩是 1 條線，如果 2 條線的話，我就直接去篩檢站 PCR，不會來找您了。」醫生隨即分享，如果你在家喉嚨痛或癢，用鹽水漱喉嚨，可以減輕發炎。

無獨有偶，網路上也有醫師分享，日本人回家第一件事情，不是問候家人，而是先用鹽水漱口，避免把口腔中病毒傳染給家人。因此，當天開始，我也很認真地每天執行「鹽水漱口」，畢竟成本不高，也簡單方便。



When ? 病毒入侵家中

端午連假隔日是週一 (6/6) 要上班，秉持著「尊人、敬事、愛物」的態度，全家一起快篩，結果都很安全。怎料傍晚，孩子開始發燒，立即幫他快篩，隱約見到淺淺的第 2 條線，當下，身為媽媽的我頭上 3 條線了。毫不遲疑，隨手抓起口罩，包住自己的口鼻，就連睡覺也戴著口罩，空氣清淨機也 24 小時無休讓它開著。

週二 (6/7) 早上，孩子的爸和爺爺，快篩也 2 條線，幸好，奶奶和我還是安全的。當下毫不藏私地把自己獲悉的資訊，酒精消毒、標準洗手、鹽水漱口…和大家分享。但不要這麼做是個人決定，而我唯一的要求就是，請大家踏出那「一人一室」的房門後，務必要把口罩戴好戴滿。

怎料，奶奶週三 (6/8) 一早起來也喉嚨痛，快篩結果也陽性了。而自己呢？十五分鐘後仍只是 1 條線，當下實在開心不起來，反而有些焦慮，因為大家的症狀愈來愈明顯，而自己究竟可以支撐多久？

所謂「知己知彼，百戰百勝」，既然病毒決定要來我們家落腳，我只好好招待你。新聞曾說，病毒會附著在灰塵上，喜歡潮濕的環境，所以我每天使用酒精擦拭家具，除濕機濕度調到 50%~60%，電風扇也定時擦拭避免灰塵，每天用消毒水擦地

How ? 與它和平相處

慶幸孩子退燒後，並沒有出現那些新聞報導的症狀，誠心感謝上蒼！但是我一刻也沒閒著，腦袋思索著還能做什麼來保護自己和家人。

所謂「知己知彼，百戰百勝」，既然病毒決定要來我們家落腳，我只好好招待你。新聞曾說，病毒會附著在灰塵上，喜歡潮濕的環境，所以我每天使用酒精擦拭家具，除濕機濕度調到 50%~60%，電風扇也定時擦拭避免灰塵，每天用消毒水擦地



板…，這種備戰狀態，可說是，忙得不亦樂乎啊！

嗯，還可以做什麼呢？有篇報導說，口罩在使用 4 小時左右，就已經沾黏了許多病菌，所以，我每天至少換了 5 個口罩。另外，醫界說明病毒侵襲人體的路徑：鼻腔→咽喉→全身；因此，我也開始利用 30~35 度的生理食鹽水 (1000c.c. 水 +9 公克無碘鹽)，早晚簡單清洗鼻孔，反正我就是不想給病毒一點點機會。

Where ? 良善和樂之地

新冠病毒侵擾全世界已快三年，天天看著新聞，感覺好像離自己很遠，然而今天是地球村時代，遲早會光臨自己的家園。

家人確診，自己或許會感到焦慮，但怨天尤人並沒有用，關鍵還是自己怎麼做？畢竟「防疫視同作戰」，雖然我沒有高級戰略技術，但其他國家已經示範過了，相關的醫療、資訊也都有很好的建議，就看你要不要使用了。

當然，沒有人願意生病，也沒有人歡迎病毒，然而從另一個角度來看，其實病毒也只是企圖求生存而已。除了新冠病毒外，世上難道沒其他的嗎？當然有，既然你一定要來，我只好歡迎你，只盼別帶來太多麻煩，讓我們和樂相處！

我非天選之人，運氣也沒有特別好，我只是腳踏實地，願意努力去實踐任何可能的人。以上，純屬個人經驗分享，相信很多人也有不同的做法。但無論如何，請大家都要保持樂觀哦！願祝所有有情眾生，身心皆安住！



宣洩情緒

的怒火



文 / 據點社工 吳雯婷

生命中不完美的事情，常十之八九，倘若黑暗籠罩整個思緒，負面情緒便油然而生。當它佔滿你的身心，像一杯水即將滿溢，只需再多一滴，便能潰堤。因而，尋找一個宣洩的出口，以避免洪水氾濫，這是極為重要的事。

巨響背後想要傳遞的訊息

「砰——！」一聲巨響震耳欲聾，一疊厚厚的作業本，被用力摔到我桌上，我抬頭一看，原來是逸傑（化名）的炸彈來了。逸傑在家中並沒有同年齡的玩伴，家人也不常陪伴，導致習慣性地壓抑情緒，平時若遇到不如意的事情，一到課後班就會像顆不定時炸彈一樣，隨時可能引爆。

我將四散的作業本收齊後，默默推回孩子面前，蹲下來與之平視，輕聲說：「你剛剛丟那麼大聲，老師的魂都被你嚇飛了！」

「一定是有什麼原因讓你感到非常不开心，對不對？」

孩子沒有回答，但臉上的情緒似乎緩和下來，正要豎起耳朵，準備聆聽我的說話。

「你很聰明耶，丟東西真的是一種很好的紓壓方法！」我一邊拿起手中的報紙，請他玩一個遊戲。我問：「你可不可以三十秒內，

將報紙撕到很碎很碎？」孩子不屑地說：「哼！這麼簡單，這不過是家常便飯。」

給予肯定，化解了怒氣

「那就準備好囉，預備——開始！」我按下碼表，孩子一改冷酷的態度，宛如脫疆野馬，卯足全力瘋狂撕碎手中的報紙，漸漸地，嘴角也逐漸上揚起來。

「嗶嗶——，時間到囉！」當我按下暫停鍵，逸傑得意地拿起手中被撕爛的報紙，展現成功的喜悅。「你很厲害耶！真的在這麼短的時間內，可以把紙撕得那麼碎！」看著我詫異的表情，他露出一副得意的樣貌。其他觀望的孩子，也紛紛嚷著想要參加遊戲。

「你看到了什麼？」我問。

「一堆垃圾！」他回答。

「看到這些垃圾的心情是什麼？」

「很好笑啊！很放鬆啊！」

「現在覺得很放鬆、很開心的逸傑，可以告訴我，你今天怎麼了嗎？」

他停頓一會，長長地嘆了一口氣：「噫！早上跟舅舅吵架，放學又被英文老師留下來，罰寫一堆單字，我真的快要煩死了！」

而且明天又有英文課，我真的很不想上課啦！」逸傑終於道出心中的委屈。

用心理解，啟發孩子心靈

「原來是這樣，怪不得一臉悶悶不樂的樣子。」我安慰道。

「那你覺得怎麼做，才能讓你別再為這些事情感到不開心呢？」

「不知道，反正我英文就是爛啊！」他搖搖頭。

「沒關係，我們先背單字，不用背全部，背幾個比較簡單的就好，這樣就不用被罰寫那麼多啦！」他妥協地點點頭。

「請你看看這些紙屑，有什麼感覺？是不是讓這裡看起來很像垃圾間？」逸傑笑而不語。我告訴他：「人在面臨不擅長的事情，多少都會產生不開心的情緒，但千萬不可以因為自己不開心，就去影響甚至傷害別人。」

「如果今天是不開心，進教室看到你就一直罵你，也不管你做了什麼，你會不會覺得我瘋了？」逸傑覺得很認同。我接著說：「所以你今天剛來的時候，把本子大力地摔在桌上，老師真的被你嚇到了。萬一我真的有心臟病怎麼辦？是不是會被嚇到休克？」

人有權利生氣，但不應該影響到他人

「對不起……！」逸傑發出微弱細小的道歉。

「沒關係，那我們倒帶再來一次，好不好？」

他點點頭。這一次，逸傑用雙手捧著作業本走過來，並輕輕放下。

「你真棒！」

我鼓勵他並拿出一個垃圾袋，和逸傑一



起收拾殘局，說：「發洩情緒有很多種方法，像是聽音樂、撕紙、吃甜食等。但最重要的是，要把情緒處理好，不能夠影響到別人，就像我們把報紙整理好，不讓它汙染教室環境，是一樣的道理。」孩子點頭默認。

此後，他每次交功課，再也不會聽到炸彈引爆的聲音了。當他不開心時，也會先退到角落自我冷靜，嘗試將不開心的想法或感受說出來，讓自己的情緒得以調整、釋放，同時又不會影響他人。

逸傑的情緒管理進步很多，除了找到適合自己的方式紓壓，也已經懂得如何有效控制情緒。至今，他仍在持續進步當中，甚至每見到他一次，就感覺他又成長了不少。也期待在不久後的將來，逸傑在情緒管理上可以處理得宜，能夠以自身的經驗推己及人，進而協助他人。





脫胎換骨，

展翅高飛的阿綸

文 / 星心學苑 課輔老師

阿綸(化名)是班上六年級的大哥哥，不久就要離開校園，當然也會從星心學苑畢業，踏上人生的另一段旅途。

令人頭痛的情緒炸彈

阿綸剛進星心學苑時才三年級，情緒起伏很大，動不動就鬧脾氣，書背不好就嚎陶大哭。最嚴重的一次是，上品格教育「情緒變與辨」時，因為跟同學意見不合，氣急敗壞地把鉛筆折斷，歇斯底里的哭著，就像個完全失控的孩子一樣。此外，他的書包總是塞滿垃圾，每次翻找功課時，垃圾就掉出來了，十分令人頭痛。

今年四月，阿綸進班，揮著手滿臉笑容說：「老師，我當選班上的模範生喔，而且還獲得模範生獎杯！」我勉勵他：「從你三年級到現在，各方面都進步很多，例如積極參與品格教育、懂得自我反省、學會同理他人、控制情緒、不與人爭吵……。」

「還會幫助學弟妹功課、幫忙老師跑腿和主動整理教室，五年級後成績一直名列前茅，真得很棒！希望你保持謙虛，繼續努力！」他自信地回答：「老師，我會繼續加油的！」

真誠的畢業感言

阿綸寫下這四年來在星心學苑的收穫與感想，他真誠表達，令人欣慰。

感謝老師的用心指導，讓我升上五年級時像開外掛一樣，課業成績一直突飛猛進，背書也愈來愈掌握到技巧。從三年級什麼都不會的我，到現在的理智冷靜，都是老師不厭其煩一點一滴幫助我，讓我慢慢改進，甚至在六下還被選為模範生。

老師在品格教育中，以繪本、遊戲、活動、演戲…等不同的方式，教會我做人處事的道理和如何控制情緒。其中我最喜歡及印象深刻的繪本有《驕傲的強尼》，告訴我做人不要過度自傲。《探黑》教會我做人要學會變通、要有彈性，要懂得觀察和發現，才不會變成井底之蛙。上品格教育，讓我學會並懂得如何解決各種難事的基礎。

我也感謝同學的陪伴，讓我在學習過程，有人陪我一起用功；下課，我也會和同學互相討論和分享自己生活中的喜、怒、哀、樂，增進彼此的友誼和溝通能力。

此外，在星心學苑還能夠學英文，透過英文遊戲或活動，讓我可以玩的同時學習英文；剛開始，我的英文聽力很弱，英文老師也試著用各種方式增加我的聽力，讓我不

斷的練習，現在我的拼音和聽力進步了許多。

最後，我要感謝青少年純潔協會跟默默付出的善心人士，星心學苑讓我學習與成長，也提供美味的便當可以享用。沒有青少年純潔協會，就沒有今天表現進步、脾氣溫和的我。感謝大家！

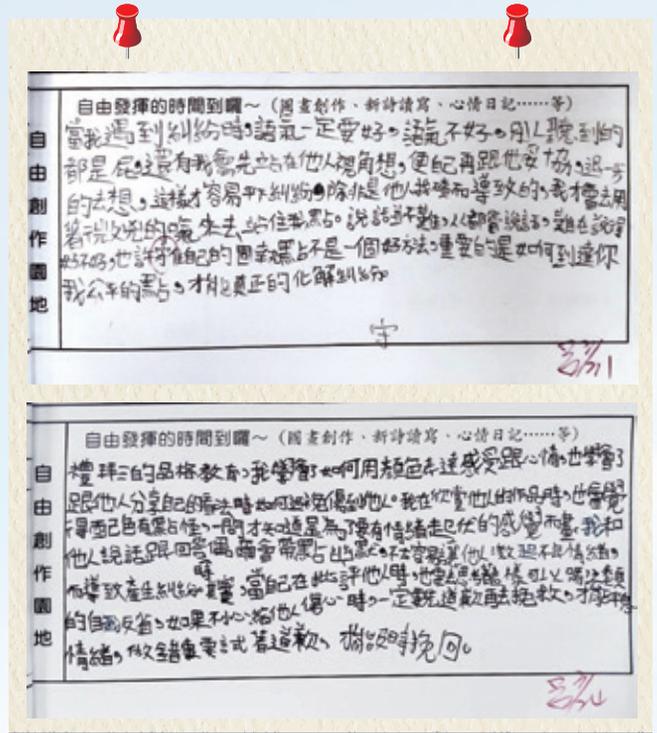
通過繪本故事學習良好品格

每周三的品格教育，是阿綸最喜歡的課程，他總是寫下滿滿的感想與回饋。

《只有我最棒》我覺得獲就像是一個自大的國王，強迫人民要像自己一樣，但人民不喜歡這樣的國王，全都離開了森林，去一個更友善的環境。我學到不能貶低他人，還有瞭解自己與別人的差異性，也學到做錯事要勇於承認，解決問題。我覺得，得到讚美比受到責罵更難，因為人都很容易看到別人的過錯，所以得到別人的讚美一定要繼續保持下去。

《不放棄的小刺蝟》如果遇到挫折就放棄，那就少了很多可以超越的事物；如遇到需改進的缺點，卻一直沒辦法改進，那只能原地踏步，不會有所突破。老師說，如果大家都因為失敗而放棄，那麼許多發明就不可能出現，現在生活就很不方便，科技也不會這麼進步。在這堂課，我學到追尋自己的夢想，不要因為挫折而放棄，可以休息一下再繼續努力，但遇到任何挫折都不要放棄。

《菲菲真的很受傷》我學到了分享自己的看法，語言要溫和才能避免傷害到別人。當我在黑板上欣賞他人的作品時，也會覺得別人的配色有點怪，一問才知道，是為了要顯示情緒起伏的感覺而有不同的顏色表現。當我們批評他人，也要去思考這樣的話，說出去會不會讓人受傷？如果不小心造成傷害，一定要誠心的道歉，也可以讓自己先妥協，退一步去想，這樣才容易平息怒氣，也不容易產生衝突。



教育並非一蹴可幾，而是潛移默化

真正的教育不是一蹴可幾的，而是一點一滴所累積的轉變，而品格教育具有潛移默化的效果，加上老師耐心引導，讓阿綸慢慢改變了自己的脾氣與性格，逐漸成長。

我很欣慰這四年來的付出沒有白費，阿綸學會了柔軟，不僅學會克制情緒、不與人衝突，最終更積極向上，讓自己變成一個更好的人。不輕言放棄，是一種生活的勇氣，只有堅持才會擁有奮進的動力。

就像毛毛蟲蛻變成蝴蝶，阿綸憑藉著自己不放棄的執著與意志，在蛹裡經歷成長與蛻變，最終脫胎換骨、破繭而出，變成一隻美麗而翩翩起舞的蝴蝶。阿綸加油！即將邁入人生另一旅程的你，老師祝福你展翅高飛，精彩飛翔。





當孩子 的情緒被 壓抑

「情緒教育」該怎麼教？首先要從同理孩子當下的感受開始，並且欣賞肯定他的優點，鼓勵其正向行為，這是帶領孩子培養出好情緒的前提。

文 / 課輔老師 周慧敏

「情緒教育」是孩子們最喜歡的課程，這次主題是「情緒應該如何發洩」，我先讓大家輕鬆分享，彼此自由討論。

情緒表達可分為三種類型：直接爆發型、慢慢發洩型，及壓抑忍耐型。我引導孩子思考：「各位小朋友，你知道自己是屬於哪一類型嗎？」「我絕對是壓抑忍耐型的！」平常文靜的雯雯(化名)，這一次毫不猶豫舉手：「因為我會把情緒憋在心裡！」

「為什麼會把情緒憋在心裡？不是很不舒服嗎？」

「如果我生氣回答媽媽的話，她肯定會更生氣，我才不想自找麻煩！」「有一次班上同學捉弄我，我氣得大聲回罵，結果卻被同學告狀，害我被老師處罰，所以我幹嘛要發洩情緒！」

個性原本溫馴的雯雯，為了避免她所謂的「麻煩」，把自己內心的小劇場隱藏得很好，從未讓大家看到她的失控，大家都以為她脾氣很好。其實，雯雯本身非常柔順，我只是很心疼她的善良，但這只是壓抑情緒所戴上的面具而已。

雯雯本有兄弟姊妹，但父母離異後，她就只能與母親相依為命。媽媽一大早就出門賣早餐，為生活繁忙，對雯雯少有內心交談。面對雯雯情緒反彈時，她會認為孩子又不聽話了，便以責罵方式處理，所以自然而

然地學會壓抑情緒，表現出別人認為的乖巧模樣。

而這樣的乖巧，不免令人擔心她會過度壓抑，不知適時發洩情緒，然後「砰！」的一聲突然爆炸了。我關心問：「情緒悶久了會生病的，有事情應該試著說出來。如果心情不好，你都怎麼調整？」

「我會聽音樂、吃甜食、做運動……。」她回答。

「太棒了！這些都是很好的方式，如果有壓力時，記得用這些方法來紓解心情，才不會讓內心生病喔！」

情緒不分好壞，但學會處理情緒，讓情緒有出口，卻是一門深奧的學問。有些人可以管理好自己的情緒，有些人卻常被情緒綁架。被情緒困住的孩子，需要引導他們了解自己，幫助他內心穩定。生活中有很多挑戰，期望雯雯將來能夠當一個情緒的主人，管理好情緒，做一個自在快樂的人。





六年相處， 孩子要畢業了

文 / 課輔老師 張惠萍

六年時光飛逝，孩子們即將畢業。課後班四位畢業生中，有三位是我從小一帶到小六的，轉眼這些孩子就要離開。看著舊相片，再看看此刻的他們，由過往的天然呆萌，到現在的青春洋溢，真的長大了，變成了陽光青少年。孩子們認真地寫著畢業感言，往事如泉湧般，躍上心頭。



【小琪】 希望自己可以變得更好，上了國中要讓自己比以前好，讓同學驚訝！做自己。對課後班，謝謝老師從小一到小六教我到畢業，也謝謝同學六年的陪伴，一起成長，謝謝你們，謝謝老師，愛妳！

【小秀】 我覺得我能做得更好，很珍惜身邊的朋友與老師，謝謝他們六年來與我創造了許多回憶，期待下一個階段的新生活。課後班就像我的家，老師們都對我很好，脾氣不好的我，總是讓老師擔心，謝謝老師包容我，等我好些再開導我，有你們真的好幸福。

【小僑】 我覺得自己要更好更成熟一點，因為我太幼稚了。感謝同學的陪伴，雖然我很白目，你們還是忍耐了，謝謝你們的

體諒。在課後班，老師除了幫我看功課，也照顧、修正我的情緒，謝謝老師陪伴我這麼多年，距離畢業剩不到幾天了，我們要好好的相處喔！

記得以前的小琪，可愛卻依賴，非常玻璃心，很多事情都需要一再提醒，很被動。而現在的她，努力改變自己，也會主動幫忙，有次請她當小老師，輔導學妹功課，完成任務後，她走到我身邊說：「老師，我終於知道你的辛苦了！」

小秀是孩子裡面最有自己想法的，只要有鬧脾氣，就會固執堅持不改，但現在的她會在情緒處理好後，找我說：「老師！對不起，我錯了！」對她而言，這已經是相當不錯的進步了，慢慢學會控制脾氣，也會自我反省。

小僑是家中么女，備受寵愛，故有些嬌氣，經過這些年的洗禮，改變也很多。她會反思，知道自己個性的不足，也會感謝別人，學會珍惜身邊的人。

陪伴她們的過程中，有苦有樂，回顧過往，審視現在，孩子真的長大了。即將畢業離校，願好好的珍惜享受每一段成長的光陰，並迎接另一個嶄新的開始。

對生活，願你們樂觀進取；對未來，願你們平安順遂，做時間的主人，為自己彩繪出屬於自己的天空。畢業快樂！老師也愛你們喔，祝福你們展翅飛翔！

宣導場次表

- 主題說明**
- 性 / 情感教育
 - 情 / 情緒教育
 - 家 / 家庭教育
 - 青 / 生命教育
 - 神 / 神仙遊(反毒教育)
 - 虧 / 虧很大(性別平等)
 - 小 / 小紅帽與大野狼(性侵害防治)
 - 好 / 好不好(霸凌防治)
 - 他 / 他、她、它(性侵害防治)
 - 灰 / 灰姑娘(家暴防治)
 - 樂 / 樂爆鬧情關(情緒教育)
 - 幼 / 幼兒園宣導(性侵害防治)

5月份宣導共計 **22** 場，參加人數 **1,287** 人

宣導時間	校名	宣導主題	年級	人數
2022/5/13	新盛國小	情	5	19
2022/5/13	中興國小	情(2場)	6	30
2022/5/13	中興國小	情(2場)	4	28
2022/5/13	新盛國小	情	5	19
2022/5/16	溪尾國小	性(2場)	6	12
2022/5/16	溪尾國小	情(2場)	4	20
2022/5/16	泰山國小	他	4	190
2022/5/17	中興國小	情(2場)	4	28
2022/5/17	中興國小	情(2場)	6	30
2022/5/20	新盛國小	情(2場)	5	38
2022/5/24	埔心國小	他	中	160
2022/5/24	埔心國小	小	低	150
2022/5/24	埔心國小	樂	高	150
2022/5/31	太平國小	神	5-6	413

6月份宣導共計 **17** 場，參加人數 **4,265** 人

宣導時間	校名	宣導主題	年級	人數
2022/6/9	景美國小	性(2場)	601	56
2022/6/9	立新國中	神	3	251
2022/6/14	景美國小	性(2場)	604	56
2022/6/16	景美國小	性(2場)	601	56
2022/6/17	景美國小	性(2場)	604	56
2022/6/23	廣福國小	小(3場)	1	1500
2022/6/24	廣福國小	灰(2場)	2	880
2022/6/27	廣福國小	他(3場)	3	1410

宣導 / 進班教學場次表

5月捐款芳名錄

名字	金額	名字	金額	名字	金額
黃○○紅	100	黃○凱	500	宏基淋膜紙業有限公司	1,000
蘇○華	100	陳○燕	500	廖○政	1,000
楊○霖	100	林○如	500	徐○庭	1,200
楊○涵	100	鄭○昊	500	陳○興	
林○成	100	張○庭	500	陳○矜	
王○如	100	張○文	500	王○	
黃○淑	100	王○雅	500	伍○平	1,200
陳○鳳	200	池瀟珠寶銀樓	600	柯○雯	2,000
王○軍	200	陳○錫	600	李○芳	3,000
王○涵	200	許○蕙	600	許○娥	3,000
鄭○屏	200	何○育	600	游○榮	5,000
鍾○霽	200	至勝文理補習班	700	游○洙	
郭○鑫	300	伍○平	900	游○宜	
陳○雲	300	張○珍	1,000	台中市世界獅子會	5,000
林○翊	300	洪小姐	1,000	喜邑企業社	6,000
任○英	300	黃○聖	1,000		
盧○鵬	300	賴○勳	1,000		
陳○霄	500	蕭○煌	1,000		
林○通	500	王○慈	1,000		
羅○綺	500				
白○玲	500				

6月捐款芳名錄

名字	金額	名字	金額	名字	金額
陳○琪	100	白○玲	500	宏基淋膜紙業有限公司	1,000
陳先生	100	黃○凱	500	陳○錫	1,000
王○如	100	陳○燕	500	廖○政	1,000
黃○淑	100	林○如	500	伍○平	1,200
陳○鳳	200	鄭○昊	500	莊○如	1,500
王○軍	200	張○庭	500	游○宜	2,000
王○涵	200	張○文	500	游○如	2,000
鄭○屏	200	池瀟珠寶銀樓	600	柯○雯	2,000
鍾○霽	200	王○雅	600	游○	3,000
郭○鑫	300	許○蕙	600	游○洙	
林○翊	300	何○育	600	游○樺	
任○英	300	至勝文理補習班	700	喜邑企業社	3,000
盧○鵬	300	伍○平	900	李○芳	3,000
廖○海	415	張○珍	1,000	台中市世界獅子會	5,000
廖○富		陳小姐	1,000	鄭○齡	5,000
李○綦		劉○玉	1,000	蔡○臻	
廖○霖		胡○香	1,000		
陳○霄	500	賴○勳	1,000		
鄭○如	500	蕭○煌	1,000		
張○白	500				
羅○綺	500				

社團法人中華青少年純潔運動協會 收支餘絀表

111/1/1 ~ 111/6/30

項目	金額	百分比
經費收入		佔總收入
會費收入	6,600	0.04%
捐款收入	16,222,720	95.53%
其他收入	752,997	4.43%
經費收入總計	16,982,317	100.00%

項目	金額	百分比
經費支出		佔總收入
人事費	1,383,300	8.15%
辦公費	209,862	1.24%
校園服務活動費	2,243,341	13.21%
星心學苑活動費	1,779,513	10.48%
社區據點活動費	10,980,611	64.66%
雜項費用	107,831	0.63%
經費支出總計	16,704,458	98.36%
本期餘絀	277,859	1.64%



青少年純潔協會



捐款愛心回覆單

*捐款人		*身分證字號	
E-mail		*電話	
*收據抬頭	<input type="checkbox"/> 同捐款人 <input type="checkbox"/> _____	*統一編號/身分證字號：_____ (*星號欄位必填)	
*收據寄送方式	<input type="checkbox"/> 不寄 <input type="checkbox"/> 每月寄 <input type="checkbox"/> 年度彙總寄出	*刊物寄送	<input type="checkbox"/> 不寄 <input type="checkbox"/> 郵寄 <input type="checkbox"/> E-mail
*收據寄送地址	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/> 同意授權將捐款資訊提供國稅局作為年度綜合所得稅捐贈資料之歸戶作業之用(不勾選即表示不同意·須自行檢據申報)			
<input type="checkbox"/> 願意收到雙月刊·寄送方式： <input type="checkbox"/> 電子郵件 <input type="checkbox"/> 紙本郵遞			
年齡： <input type="checkbox"/> 20歲以下 <input type="checkbox"/> 20~25歲 <input type="checkbox"/> 25~30歲 <input type="checkbox"/> 30~35歲 <input type="checkbox"/> 35~40歲 <input type="checkbox"/> 40~45歲 <input type="checkbox"/> 45~50歲 <input type="checkbox"/> 50歲以上			
性別：_____·學歷： <input type="checkbox"/> 高中(職) <input type="checkbox"/> 大專 <input type="checkbox"/> 碩士以上·職業：_____			
婚姻： <input type="checkbox"/> 未婚· <input type="checkbox"/> 已婚·訊息來源： <input type="checkbox"/> e-mail <input type="checkbox"/> 臉書 <input type="checkbox"/> Line <input type="checkbox"/> DM <input type="checkbox"/> 介紹人：_____			

捐助本會各項服務經費·請於 內打✓

- 一、捐款項目： 支持本會各項服務經費
 弱勢兒少課輔及餐費
 校園巡迴宣導、進班教學
- 二、捐款金額： 每月捐 2,000 元
 每月捐 1,000 元
 每月捐 600 元
 每月捐 _____元
 單筆捐款 _____元



純潔 LINE@



純潔 粉絲團

捐款方式

信用卡扣款

發卡銀行：_____ 有效期限：_____月_____年(西元)

信用卡別： VISA MASTER JCB

信用卡卡號：_____ - _____ - _____ - _____

身分證字號：_____

捐款期間：1. 終身 2. 自 _____年_____月至_____年_____月為止

持卡人簽名：_____ (簽名務必與信用卡背面簽名樣式相同)



線上捐款

郵政劃撥：19360586 戶名：社團法人中華青少年純潔運動協會

銀行匯款 (*匯款後請來電告知捐款人抬頭、金額、帳號後5碼)

戶名：社團法人中華青少年純潔運動協會·銀行：中國信託 分行：公館·帳號：347-5403-0929-6

本會遵守「個人資料保護法」規定·妥善保護您的個人資料·僅限使用於本會寄發月刊、活動訊息、活動報名等資訊·
您可隨時與本會聯繫·行使個人資料權利·包括：查詢、閱覽、複製、補充、更正、停止蒐集、處理或利用、請求刪除等·

電話：(02) 2366-0664 傳真：(02) 2367-5549 信箱：pla@purelove.org.tw



弱勢孩童課後班/愛心晚餐 募集計畫

讓弱勢孩童，也有一份愛心晚餐

🏠 鐵皮屋下的小女孩

「老師！她好臭，我不要跟她坐一起。」同學掩著鼻子跑來，向我抱怨。
 小靜安靜坐著，露出尷尬的微笑，一副不知所措的樣子。爸媽早已離婚，由外婆照顧，住在工廠旁的鐵皮屋內，上學無人接送，常常遲到。因為生活習慣不佳，身上的衣物鞋襪，常散發出濃濃的霉臭味。
 來到課後班之後，老師細心照顧、叮嚀盥洗、準備除味劑、教導功課……，小靜獲得很大的關懷，從此有了很大的轉變……。

邀請您成為「兒少守護天使」，每月600元，
 讓弱勢孩童來到課後班，擁有築夢的春天！



線上捐款



有鑑於台灣貧富差距擴大，貧困、單親、失親、隔代教養、家境特殊等弱勢家庭增多。為避免弱勢孩童放學後無人照顧，純潔協會特設星心學苑一弱勢兒童課輔班，免費提供每週一到週五的課輔照顧、品格教育，並提供晚餐。

區域 / 學校

蘆洲 / 鶯江國小	新莊 / 光華國小	桃園 / 大崗國小
新竹 / 三民國小	苗栗 / 大湖國小	台中 / 中華國小
彰化 / 明聖國小	雲林 / 新光國小	台南 / 嘉南國小
台南 / 永華國小(中)	台南 / 永華國小(高)	屏東 / 石門國小
屏東 / 滿州國小		

區域 / 據點

台北市 / 古亭兒少據點	台北市 / 萬華兒少據點
新北市 / 淡水課後班(正德)	新北市 / 淡水課後班(鄧公)
台南市 / 仁德課後班	台南市 / 關廟課後班

捐款辦法

- 1 / 協會專職到府收款
固定每月拜訪收款並報告協會服務近況
- 2 / 信用卡自動扣款
請向協會專職索取信用卡捐款單填寫或至純潔官網下載
- 3 / 郵局郵政劃撥
劃撥帳號：19360586
戶名：社團法人中華青少年純潔運動協會
- 4 / 銀行轉帳(轉帳後請來電告知)
中國信託商業銀行 公館分行
帳號：347-5403-0929-6
戶名：社團法人中華青少年純潔運動協會
- 5 / 線上捐款
純潔官網：<https://pse.is/A4JZK>
捐款專線：(02)2366-0664

