



宜蘭區道育班小初班和小天使班 心得分享

◎ 宜蘭區道育班提供

宜蘭區的道德培育班設置有國高中班、小高班、小初班和小天使班，於每個月的第一和第三週的週日上午在天庭道院上課。早上9點，全體師生一起共同開班，開班時先恭請點傳師慈悲賜導，再由區操持發布消息或分享，全員一起唸道育班的班規，和唸《百孝經》迴向父母；共同開班結束後，各自返回班級上課。中午用餐前，再一起共同午獻香，用完午餐後回家。

每個班級按照共同排定的主題進行課程，在小初班方面，活動流程分為「暖身活動」和「正課活動」。在每次課程之前，班導琚媚學長和副班導美冠學長都會邀請師資們參與課前會議，會議中並邀請當日的正課講師一起討論上課的活動內容，並且在正課活動中，協助講師順利進行課程和體驗課。

暖身活動則是由小初班師資共同討論每堂課所要呈現的形式，每次的暖身活動除了配合主題，也會為了凝

聚孩子們友愛互信的向心力，而安排一些互動遊戲。每一次小初班的課前會議，也會檢討上次課程的內容及後續需要增加或調整的活動方式，以及了解師資、學員出缺席狀況，進而適時關心與聯繫他們。

另外，於民國103年（2014）由小初班另外獨立出的小天使班（6歲以下）為雅晴學長帶班，目前小天使班是由一些家長陪同嬰幼兒一起參與。雅晴學長也會出席課程會議，和小初班師資一起討論課程內容，有時支援小初班的活動。雖然目前小初班與小天使班的師資和學員人數並不多，但是師資們期望能用心規畫課程活動，讓學員們都能快樂地參與活動，並一同成長。以下為小初班和小天使班師資們帶班的心得分享。

※ 毛琚媚（小初班班導）

感謝 天恩師德，去年5月，後學接任宜蘭區道育班小初班班導的職



▲用心規畫課程，讓小朋友都能快樂地參與。

務，要深深感謝前任班導素卿學長及多位師資用心經營，把小初班的小寶貝照顧得非常好，家長也都非常配合，親師生共同成長，這是後學接手後最大的感恩。

由於小初班的師資重新整合，班務上的工作必須要重新分配。後學當時肚子裡有個小道親，班上的師資們都很體貼後學，很感謝副班導美冠學長全力支援，及慧誼、慧馨兩姐妹的協助；更感動的是後學高中參加的天青中堂冬令營同一組的玉玫學長，因後學一通電話，就答應來小初班擔任輔導，也感謝黃雅鈴老師在百忙之中都會抽空來班上支援，後學心中有無限的感激，上天慈悲呀！

後學接小初班班導後，最大的改變就是新增了一班幼幼小天使班（下稱小天使班）。因為當時小初班的年齡層差距甚大，小初班班員一年一年升上小高班，班員越來越少，後學覺得有必要分齡再區分成兩個班，一來

給這些幼幼小天使們有更大的活動空間，同時又能提升小初班（一到三年級小朋友）的上課品質。因此，後學請有幼保經驗的雅晴學長到小天使班服務，小天使班的運作主要是希望能夠成全小天使的爸爸、媽媽共同來參與道育班這個大家庭，未來小天使們升上小初班，期盼這些爸爸、媽媽也能對道育班盡一份心力，陪著孩子們、師資們一起成長。

小初班的運作經過半年的調整，師資們用心護持，整個凝聚的力量漸漸穩定。我們依照道育班的模式，在每次正式上課之前都要開行前會，師資們配合度相當高，這是課程中最棒的收穫；我們給彼此加油打氣，正向積極，充分準備，帶給孩子們的不只是課程內容，而是這一份對道的精神、對班的責任，和一顆真誠的心。

※ 莊雅晴（小天使班師資）

還記得去年年初時，道育班開了一次檢討會，會中決定師資須以抽籤的方式重新洗牌，而後學如願地離開國高中班（因後學兩個兒子都在國高中班，所以想「易子而教」），並抽到小初班。

就在那段時間，後學的轉化瑜珈課程告一段落，抽天使牌時，抽到了孩童「Child」，意涵：「你非常關心孩童，他們也很容易感受到你的愛，所有



▲ 暖身活動，老師與小朋友一起完成拼圖。

的小孩，包含你自己的內在孩童，都需要愛、親密感與關注。我們可以清理並打開你的心與行事曆，讓你更能夠把時間、精力留給需要你的小孩。」

而在此時書寫著心得，已經是9個月後了；回想那段時間，後學來到了小初班，並提議加開一班學齡前的小天使班，結果來的都是小Baby親子們；後學秉著向小天使學習的心態，因他們的自性都是最光明圓滿的。

回想自己的育兒路，充滿了許許多多的盲點。我自己的小孩受了很多由於我的情緒化所衍生的苦、罪，後學真應該好好地懺悔。也因為自己走了很多因「執著」而起的冤枉路，才建議要創造一個能讓育兒階段的道親，彼此可以交流、交換育兒心得的機會與空間。自己也可向小天使們學習自在、天真、單純與善良的赤子之心；把自己內在的孩童，好好地安撫與關愛，並藉此心得分享。

後學告訴師資們要常常觀照自己的內在孩童，也就是赤子之心。希望大家以孩童的角度來了解學員、關懷學員、愛學員。也期許自己能突破與兒子之間的心結，期望大家的內在小孩都獲得滿滿的愛，感謝！

※ 陳慧誼（小初班師資）

感謝 天恩師德、祖師鴻慈，讓後學有機會在道育班服務；感恩那些成全與教導後學的學長們，使後學能再回到道場學習與了愿！一切都是上天最好的安排！

民國100年（2011），後學剛接觸國小補習班的工作，當時仲田學長建議後學去全真道院上道育師資班，可以學習一些教導小朋友的相關課程。到道育師資班上課後，才發現原來是學習如何教導小朋友倫理道德、啟發小朋友良知良能的課程！不過，上課後發現受益最多的是自己，能洗滌自己的心靈，並使心靈成長；此外也使後學逐漸回到道場上，慢慢精進自己，更了解讓小道苗往下扎根的重要性！沒多久，便因緣際會到宜蘭區道育班小高班學習。

一開始後學先在小高班服務，後學剛開始懵懵懂懂的，不知道如何幫



▲ 暖身活動，良師引導走往正確的方向。

2014.10.19 10:19



▲ 小天使班，繪本故事活動。

忙；感謝當時小高班的班導和其他師資們，讓後學慢慢地在做中學、學中做，也讓後學有機會參與暖身活動的課程，甚至最後讓後學學習講正課；所有師資們都包容後學的個性，適時給予後學一些如何改進的意見，才能讓後學逐漸進步又學以致用！

感謝愛妮學長，與後學一起輔導小高班坤道小女生，一起聯繫與熟悉學員們，也一起和學員進行戶外聯誼的活動，使我們和學員們之間能增進彼此的感情，大家相處得更和樂融洽！感謝小高班班導聰賢學長和素花學長，每次無論何時或到哪裡開會，都會開車來接後學，讓後學沒有交通上的問題！這段日子的學習，讓後學受益良多！感恩！

直到民國 103 年（2014）的 3 月初，小初、小高、國高中班的師資大風吹，後學抽籤抽到了小初班；5 月

時就開始到小初班輔導，感謝班導瑋媚學長讓後學學習當文書，處理小初班的出席表、通訊錄和行前會記錄，還有收集在全真道院道育師資班上課的國小教案等事務。其實後學剛接受文書這個任務時，實在有點誠惶誠恐，因為後學怕無法勝任，剛開始真的有點壓力！經過一學年度後，後學感恩小初班的師資們幫後學分擔出席表點名記錄和貼聯絡簿小單子等事情，讓後學不像剛開始時那樣手忙腳亂！更高興小初班師資們每次上課都會分工合作，使每次的課程可以圓滿地完成！還有，謝謝大家的成全，讓後學能繼續為大家服務！此外，看見學員的出席率變好時，以及看見學員很開心地來上課，而且與家人也一起來天庭道院服務，後學心中感到很高興和感恩！雖然小初班的人數不多，但是「重質不重量」，只願我們可以使學員逐漸成長，開心地學習，喜歡來道育班上課，才是最重要的！

回想這幾年來，後學有份熱忱的心，但也有陣子產生想要退縮的低潮，好佳哉（台語，幸好的意思）參加了師資成長營，找回「初發心」，明白自己一開始是為何決定在道育班服務！？當初因為覺得現在小朋友們真的很需要多了解倫理道德觀念，建立良好的品德，才能夠在生活上與人相

處得更和睦！因此我們去道育師資班上課精進自己，才能夠學得技巧教導學員，使學員更容易學習倫理道德！後學覺得參加師資成長營，不僅使師資們更有凝聚力和共識，也使自己明白這條路該往哪個方向前進！真是感謝 天恩師德！

※ 陳慧馨（小初班師資）

感謝 天恩師德，讓後學有機會在此分享在道德培育班學習的心得感想。後學是民國 103 年（2014）4 月份才進入道育班，一開始是因為楊仲田學長和胡玉君學長的邀請，後學於 3 月初就進入在全真道院上課的道德培育師資班；當時的開班典禮讓後學特別感動，看到非常多從各地區前來學習的學長們，都是為了孩子們的未來而到此地精進，讓後學也覺得感佩不已。尤其是對從 9 年前道德培育師資班成立開始，就來此上課學習的學長們，他們持續精進、永不懈怠的精神，讓後學很是敬佩。

後學在宜蘭區天庭道院接觸小初班也是從民國 103 年（2014）4 月開始，當時後學和孩子們並不熟悉；經過幾次的活動後，後學發現孩子們在道育班中，總是回饋後學許多。而身為一位師資，身教、言教都很重要，日常的禮節和認真的態度，孩子們都在旁跟著老師一起學習與成長，所以當師

資們用心和耐心地與孩子們相處時，孩子們也很願意參與其中。

後學發現孩子們在參與綜合活動的課程中，透過討論、發表、創作、遊戲的方式，表達出對於課程的感受和想法時，能看見孩子們的成長；後學也驚呼原來年紀這麼小的孩子，也有一顆為他人著想的體貼心。還有，當孩子看到影片中的人物遭遇苦難或奮發向上，也能感同身受地表示同情或敬佩，甚至能明白要學習影片中人物的精神。其實，後學也從孩子身上學到許多寶貴的經驗，所以很感謝天恩師德，能讓後學有機會和孩子們一起成長學習，也期望有更多的孩子進入道育班學習與成長。



▲ 小天使班，畫圖活動。