

【鶯歌心橋第 25 期有獎徵答】

活動辦法：閱讀完「鶯歌心橋輔導專刊」後，完成下列心得分享單，交至輔導室。輔導室將擇優刊登於佈告欄及嘉獎乙次以茲鼓勵。歡迎擁護投稿~~時間將於 110/11/5(五)截止。

班級：美三忠 姓名：游巧蕙 學號：812021

1. 讀完生涯輔導主題所刊登「你有夢想嗎？」的文章，想請問同學，文章中最令你/你印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

你要的夢想沒有捷徑，愈是漫長，愈要淡然。

2. 承上題，是什麼樣的原因讓你對這句話，或這個地方有特別感觸呢？

當你有了夢想就腳踏實地、努力去做，回想你懷抱夢想時的熱忱，遇到困難不輕易受挫，雖然追尋夢想的路很漫長，但和達成後的成就感是成正比的。

3. 讀完「網路成癮報你知」的文章，請問你施測短版手機成癮的分數為何？又若發生網路成癮症狀時，可以尋找哪些資源協助呢？

$3 + 2 + 2 + 2 = 9$ 分。

多陪伴他，多和親友相處，改善手機成癮的狀況。或尋求各縣市網路成癮治療服務的幫助。

4. 讀完親職教育主題所刊登「站在孩子的視角，你會發現他們的小小世界同樣充滿挫折」的文章，想請問同學，文章中最令你/你印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

經歷挫折時，重要的是一個人面對挫折的態度。挫折本身並不可怕，可怕的是困於挫折，不斷把不幸放大，並成為評斷自己的標準。

5. 26 期鶯歌心橋徵稿，主題是「擁抱生命用愛關懷」。預計在 12 月發刊。請同學試著回想在這一年裡的感動人事物等，試著寫下屬於自己的感動回憶...

畢業旅行時，班導和同學們發表感言的時刻，珍惜在學校最後一年的時光、向未來努力邁進... 等等，差點就要感動到哭出來，此刻和同學們相處的快樂，都將成為珍貴的回憶。



HAPPY-HAPPY-HAPPY

【鶯歌心橋第 25 期有獎徵答】

活動辦法：閱讀完「鶯歌心橋輔導專刊」後，完成下列心得分享單，交至輔導室。輔導室將擇優刊登於佈告欄及嘉獎乙次以茲鼓勵。歡迎踴躍投稿~~~時間將於 110/11/5(五)截止。

班級：陶一仁 姓名：簡香宴 學號：011331

1. 讀完生涯輔導主題所刊登「你有夢想嗎？」的文章，想請問同學，文章中最令你/你印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

真正在夢想道路上的人，就算環境再險惡，他們也不會花時間抱怨，會想辦法解決、克服眼前的困難。

2. 承上題，是什麼樣的原因讓你對這句話，或這個地方有特別感觸呢？

我覺得原因是在於這句話非常貼切生活，因為總覺得這句話能帶給正是處於執迷不悟或對未來渺茫的人一個方向及鼓勵。

3. 讀完「網路成癮報你知」的文章，請問你施測短版手機成癮的分數為何？又若發生網路成癮症狀時，可以尋找哪些資源協助呢？

8分，各縣市網路成癮治療服務資源表、各縣市社區心理衛生中心。

4. 讀完親職教育主題所刊登「站在孩子的視角，你會發現他們的小小世界同樣充滿挫折」的文章，想請問同學，文章中最令你/你印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

抗挫能力的養成不是一蹴而就的，也不是「孩子長大了自然就好了」，而是需要從小培養起來並的。

5. 26 期鶯歌心橋徵稿，主題是「擁抱生命用愛關懷」。預計在 12 月發刊。請同學試著回想在這一年裡的感動人事物等，試著寫下屬於自己的感動回憶...

我的這一年的感動回憶，應該就是跟疫情有關的，雖然疫情並不是這一年才開始發生，但自己長時間觀察下來，發現這起疫情的考驗有些人是自私的，但有些人你卻是在默默對人性的為這社會貢獻以及關懷，因此我覺得這是最感動的回憶。

HAPPY-HAPPY-HAPPY-



11/6

【鶯歌心橋第 25 期有獎徵答】

活動辦法：閱讀完「鶯歌心橋輔導刊」後，完成下列心得分享單，交至輔導室。輔導室將擇優刊登於佈告欄及嘉獎乙次以茲鼓勵。歡迎踴躍投稿~~~時間將於 110/11/5(五)截止。

班級：美一孝 姓名：高子淇 學號：012213

1. 讀完生涯輔導主題所刊登「你有夢想嗎？」的文章，想請問同學，文章中最令你/妳印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

夢想是證明題，不是選擇題

2. 承上題，是什麼樣的原因讓你對這句話，或這個地方有特別感觸呢？

因為要過好生活已經很不容易了，越是不容易，越要去證明
既然是夢想，盡全力使它實現，證明自己可以

3. 讀完「網路成癮報你知」的文章，請問你施測短版手機成癮的分數為何？又若發生網路成癮症狀時，可以尋找哪些資源協助呢？

10分，成癮防治科、兒童青少年精神科、身心科、精神科、心理治療/諮商

4. 讀完親職教育主題所刊登「站在孩子的視角，你會發現他們的小小世界同樣充滿挫折」的文章，想請問同學，文章中最令你/妳印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

當經歷挫折時，重要的是一個人面對挫折時的態度
挫折本身並不可怕，可怕的是困於挫折，不斷把不幸放大，並成為評價自己的標準

5. 26 期鶯歌心橋徵稿，主題是「擁抱生命用愛關懷」。預計在 12 月發刊。

請同學試著回想在這一年裡的感動人事物等，試著寫下屬於自己的感動回憶...

一開始，我本來沒打算讀高職，後來因為考差了，來到了這個人生地不熟的地方，美術工藝科對我來說，就是門陌生的課程，相比其他人，我沒有基礎，沒有底子，就是個新手小白，但我並不抗拒嘗試新事物，只是擔心害怕自己做的不夠好，所以人家1小時能畫好的，我可能不行，但是很感謝我的身邊出現了願意幫忙我的人，相互扶持，也是他們的陪伴，讓我覺得不那麼辛苦，謝謝有他們在。



HAPPY-HAPPY-HAPPY

【鶯歌心橋第 25 期有獎徵答】

活動辦法：閱讀完「鶯歌心橋輔導刊刊」後，完成下列心得分享單，交至輔導室。輔導室將擇優刊登於佈告欄及嘉獎乙次以茲鼓勵。歡迎擁護投稿~~時間將於 110/11/5(五)截止。

班級：陶一孝 姓名：鄧詩蓉 學號：011229

1. 讀完生涯輔導主題所刊登「你有夢想嗎？」的文章，想請問同學，文章中最令你/妳印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

真正在夢想道路上的人，就算環境再險惡，他們也不會花時間抱怨，會想辦法解決，克服眼前的困難。

2. 承上題，是什麼樣的原因讓你對這句話，或這個地方有特別感觸呢？

自己身邊有很多在為夢想努力的人，不只是只有同學，這些人裡面包含了我的家人、師長姐。每次看著他們努力學習，讓自己變好的那些舉動，都特別容易感動到我。願他們的努力都有回報。

3. 讀完「網路成癮報你知」的文章，請問你施測短版手機成癮的分數為何？又若發生網路成癮症狀時，可以尋找哪些資源協助呢？

(1) 6分

(2) 請家人把我的手機收起來，加強自己的自制力。

4. 讀完親職教育主題所刊登「站在孩子的視角，你會發現他們的小小世界同樣充滿挫折」的文章，想請問同學，文章中最令你/妳印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

挫折並不可怕，可怕的是困於挫折，不斷把不幸放大，並成為評斷自己的標準。

5. 26 期鶯歌心橋徵稿，主題是「擁抱生命用愛關懷」。預計在 12 月發刊，請同學試著回想在這一年裡的感動人事物等，試著寫下屬於自己的感動回憶...

今年3月是我們在國中最後一次幫班導過生日，幫班導做做事，還拍影片祝福，唱歌給老師聽，然後抱在一團一起哭。很喜歡那時候的氛圍，尤其是一起哭的部分，就真的能感受到彼此的心是聚在一起的，真的是個很難得的回憶。

又感動

HAPPY-HAPPY-HAPPY-



【鶯歌心橋第 25 期有獎徵答】

活動辦法：閱讀完「鶯歌心橋輔導刊刊」後，完成下列心得分享單，交至輔導室。輔導室將擇優刊登於佈告欄及嘉獎乙次以茲鼓勵。歡迎擁躍投稿~~~時間將於 110/11/5(五)截止。

班級：資一孝 姓名：陳思涵 學號：014223

1. 讀完生涯輔導主題所刊登「你有夢想嗎？」的文章，想請問同學，文章中最令你/妳印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

夢想是證明題，不是選擇題。我不知道你有什麼逐夢計劃，若是有人陪著你顛沛流離一起打拼，好棒；如果沒有，那就自己精神抖擻起來，大步向前邁進，沒人吵鬧，速度更快。

2. 承上題，是什麼樣的原因讓你對這句話，或這個地方有特別感觸呢？

他說出了當代年輕人的心聲。

3. 讀完「網路成癮報你知」的文章，請問你施測短版手機成癮的分數為何？又若發生網路成癮症狀時，可以尋找哪些資源協助呢？

9分；老師、學校、家人、心理醫生，都可以協助。

4. 讀完親職教育主題所刊登「站在孩子的視角，你會發現他們的小世界同樣充滿挫折」的文章，想請問同學，文章中最令你/妳印象深刻的話，或讓你最感動的地方為何？

安安媽媽所說：「寶貝，媽咪看到你好努力、好努力的完成任務啦！媽咪覺得你真的很厲害，要跑那麼長很不容易耶！你都沒有放棄。好有耐心、好有毅力，你真的很棒！我們下次再加油，好嗎？」

5. 26 期鶯歌心橋徵稿，主題是「擁抱生命用愛關懷」。預計在 12 月發刊。

請同學試著回想在這一年裡的感動人事物等，試著寫下屬於自己的感動回憶...

在會考完後役情徹底大爆發那3個月，我對自己產生了懷疑，陷入了抑鬱，並不任可自己可以在高中生涯獲得好成績，是我的媽媽和姊姊對我鼓勵「天分這個東西，你要知道自己有或沒有，要先試過才知道，你不要連試都不試，便先陣亡！」

HAPPY-HAPPY-HAPPY-

【鶯歌心橋第 25 期有獎徵答】

活動辦法：閱讀完「鶯歌心橋輔導刊刊」後，完成下列心得分享單，交至輔導室。輔導室將擇優刊登於佈告欄及嘉獎乙次以茲鼓勵。歡迎擁躍投稿~~時間將於 110/11/5(五)截止。

班級：資三忠 姓名：黃琦芳 學號：814023

1. 讀完生涯輔導主題所刊登「你有夢想嗎？」的文章，想請問同學，文章中最令你/你印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

真正在夢想道路上的人，就算環境再險惡，他們也不會花時間抱怨，會想、執辛法解決、克服眼前的困難。

2. 承上題，是什麼樣的原因讓你對這句話，或這個地方有特別感觸呢？

自己喜愛的夢想，不管路有多艱辛都會努力去實現的。
只要是

3. 讀完「網路成癮報你知」的文章，請問你施測短版手機成癮的分數為何？又若發生網路成癮症狀時，可以尋找哪些資源協助呢？

① 7分 ② 可以找專業的輔導人員協助

4. 讀完親職教育主題所刊登「站在孩子的視角，你會發現他們的小小世界同樣充滿挫折」的文章，想請問同學，文章中最令你/你印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

而當經歷挫折時，重要的是一個人面對挫折的態度。挫折本身並不可怕，可怕的是困於挫折，不斷把不幸放大，並成為評鑑自己的標準。

5. 26 期鶯歌心橋徵稿，主題是「擁抱生命用愛關懷」。預計在 12 月發刊。請同學試著回想在這一年裡的感動人事物等，試著寫下屬於自己的感動回憶...

因為上了高中很常需要做報告很常需要用到電腦，爸爸就偷偷在我生日前送我筆電，好讓我隨身攜帶。當下有點驚訝到而且
有夠感動的...

good!

HAPPY-HAPPY-HAPPY-



1/16

【鶯歌心橋第 25 期有獎徵答】

活動辦法：閱讀完「鶯歌心橋輔導刊刊」後，完成下列心得分享單，交至輔導室。輔導室將擇優刊登於佈告欄及嘉獎乙次以茲鼓勵。歡迎踴躍投稿~~~時間將於 110/11/5(五)截止。

班級：廣一中心 姓名：許世榮 學號：013118

1. 讀完生涯輔導主題所刊登「你有夢想嗎？」的文章，想請問同學，文章中最令你/你印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

「看著滿街行走的成年人，他們當年不也懷抱著夢想？後來他們痛定思痛，以一種過來人的身分，回過頭來否定夢想對人生具有特殊意義，他們甚至操著一副見多識廣的口吻，教訓身後這一群「不知天高地厚」的年輕人。」

2. 承上題，是什麼樣的原因讓你對這句話，或這個地方有特別感觸呢？

我覺得有很多曾經擁有夢想的人，都因為身邊人的一番冷話，澆熄了對夢想的一片赤誠。文章中提到的成年人就是其中一群。被教訓的年輕人成年後，也很可能痛定思痛，放棄夢想，到最後就會變成一個惡性循環。如果那群成年人把自己未完成的夢想和希望寄託給年輕人，鼓勵他們盡己所能，這樣一來，帶給人絕望的「惡性循環」就能停止。

3. 讀完「網路成癮報你知」的文章，請問你施測短版手機成癮的分數為何？又若發生網路成癮症狀時，可以尋找哪些資源協助呢？

11分，可以至各縣市網路成癮治療服務資源表尋求協助。

4. 讀完親職教育主題所刊登「站在孩子的視角，你會發現他們的小小世界同樣充滿挫折」的文章，想請問同學，文章中最令你/你印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

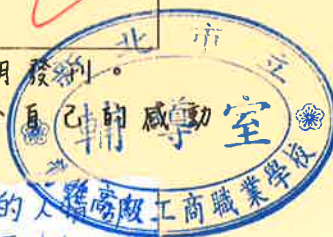
大人之所以會認為孩子的生活一帆風順，是沒有站在孩子的角度看世界、沒有真正同理孩子的心情。尿濕褲子、打翻玻璃杯、作業完成的不理想、被爸媽唸了幾句...這些在我們看來小小的事情，對孩子而言卻是一個又一個的挫折。

5. 26期鶯歌心橋徵稿，主題是「擁抱生命用愛關懷」。預計在12月發刊。

請同學試著回想在這一年裡的感動人事物等，試著寫下屬於自己的感動回憶...

我一直都是一個不太喜歡麻煩別人的人，雖然這樣會讓自己輕鬆許多，但欠別人的人情會越積越多，到最後都不知該從何還起了。事情就發生在國中三年級的某天中午，那天我是負責抬餐桶的值日生，也是生理期的第一天。在用盡全身力氣把23人份的餐桶搬到班上後，我就趴在桌子上奄奄一息.....連飯也沒吃，就這樣直到下課鐘聲傳入我耳裡。所謂有始就要有終，抬過來的人是我，抬回去的人當然也得是我！首先，我深呼吸了一次，撐著從位子上站起來，緩慢的走去打菜區，雙手握住餐桶，正當我要抬起餐桶時，平常沒什麼交集的同學突然叫我放下餐桶，一臉茫然的我問他為什麼，他說：剛剛看你好像很不舒服的樣子，我幫你搬餐桶吧！我問：那欠你的人情怎麼還？他抬起手對我揮了揮.....

HAPPY-HAPPY-HAPPY-



【鶯歌心橋第 25 期有獎徵答】

活動辦法：閱讀完「鶯歌心橋輔導刊物」後，完成下列心得分享單，交至輔導室。輔導室將擇優刊登於佈告欄及嘉獎乙次以茲鼓勵。歡迎踴躍投稿~~時間將於 110/11/5(五)截止。

班級：AD1A 姓名：楊惠婷 學號：013126

1. 讀完生涯輔導主題所刊登「你有夢想嗎？」的文章，想請問同學，文章中最令你/你印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

「夢想是證明題，不是選擇題。」在選擇的時候總會優柔寡斷，義足不前，正因為你的停滯你浪費了證明的時間，擁有夢想的人常會忘記自己嘴上怎麼說，所以到最後沒達成，這句話雖然短短的一句，但在那一刻讓我印象非常深刻。

2. 承上題，是什麼樣的原因讓你對這句話，或這個地方有特別感觸呢？

很多人都會想著不管是什麼事都要做選擇，選擇一個正確的答案，就像做題目一樣，國文選出正確的國字，英文選出正確的文法，認為「夢想」也選擇正確的道路就好，但都忽略了它跟數學一樣需要證明，不要只是給別人一個交代，更多的是證明自己也可以有能力且有資格的去爭奪「夢想」。

3. 讀完「網路成癮報你知」的文章，請問你施測短版手機成癮的分數為何？又若發生網路成癮症狀時，可以尋找哪些資源協助呢？

8分。我認為可以找一些自己的興趣，或是多跟朋友出去逛街，雖然現在科技發達，但科技越發達，人心就越冷漠，就連隔一間房間都要透過手機來傳遞訊息，我覺得家人可以常常出遊旅行，不要被手機綁架，如果控制不了，就設定幾小時關機模式，讓自己可以早日走出網路成癮。

4. 讀完親職教育主題所刊登「站在孩子的視角，你會發現他們的小小世界同樣充滿挫折」的文章，想請問同學，文章中最令你/你印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

「當經歷挫折時，重要的是一個人面對挫折的態度。挫折並不可怕，可怕的是困於挫折，不斷把不幸放大，並成為評斷自己的標準。」在我求學之路我也擁有許多挫折，但都沒有人體會過，所以我也常獨自解決，因為我認為就算你是溫室裡最受保護的花朵，也會有被賣給顧客的一天，在那天以後我們就要學會堅強，讓自己從挫折走出來。

5. 26 期鶯歌心橋徵稿，主題是「擁抱生命用愛關懷」。預計在 12 月發刊，請同學試著回想在這一年裡的感動人事物等，試著寫下層層回憶...

在考完會考得知自己的成績不理想的時候，心情也非常低落，身邊的人一直在進步，自己卻悄悄的退回最初的起點，在難過的時候沒有依靠，沒有人理解，更沒有鼓勵，但我的朋友總是當我的垃圾桶，聽著我訴說，訴說著累積下來的壓力，哪怕他沒有經歷過，他會陪著我一起走過，在得知學校前，他讓我的負能量減少，雖然他不是我的親人，但他的安慰遠超過血脈的相通，謝謝你一直不厭其煩的在我身邊。

HAPPY-HAPPY-HAPPY-



1/6

【鶯歌心橋第 25 期有獎徵答】

活動辦法：閱讀完「鶯歌心橋輔導專刊」後，完成下列心得分享單，交至輔導室。輔導室將擇優刊登於佈告欄及嘉獎乙次以茲鼓勵。歡迎踴躍投稿~~時間將於 110/11/5 (五) 截止。

班級：美三孝 姓名：王晏晨 學號：812038

1. 讀完生涯輔導主題所刊登「你有夢想嗎？」的文章，想請問同學，文章中最令你/妳印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

最令我印象深刻的一句話：「真正在夢想道路上的人，就算環境再險惡，他們也不會花時間抱怨，會想辦法解決、克服眼前的困難。」

2. 承上題，是什麼樣的原因讓你對這句話，或這個地方有特別感觸呢？

因為這句話跟我一直以來的觀念一樣，在實踐夢想的過程裡，難免會遇到一些困難或挫折，有些人會選擇抱怨，但是抱怨並不能解決任何問題，我們應該要想方設法去解決，這才是聰明的作法！

3. 讀完「網路成癮報你知」的文章，請問你施測短版手機成癮的分數為何？又若發生網路成癮症狀時，可以尋找哪些資源協助呢？

① 7分

② 醫院的成癮防治科、兒童青少年精神科、身心科、精神科、心理治療/諮商、身心精神科、身心症門診、心理治療所、身心內科、身心醫學科、精神科系兒童心智科。

4. 讀完親職教育主題所刊登「站在孩子的視角，你會發現我們的大小世界同樣充滿挫折」的文章，想請問同學，文章中最令你/妳印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

最令我印象深刻的一句話：「而當經歷挫折時，重要的是一個人面對挫折的態度。挫折本身並不可怕。可怕的是困於挫折，不斷把不幸放大，並成為評斷自己的標準。」

5. 26期鶯歌心橋徵稿，主題是「擁抱生命用愛關懷」。預計在12月發刊。

請同學試著回想在這一年裡的感動人事物等，試著寫下屬於自己的感動回憶...

在這一年當中，我有過許多感動的回憶，而其中我印象最深刻的是畢業旅行時的晚會，大家聚在一起欣賞表演、唱歌，那時候我的心中一直想著「我的高中生活有這些人的陪伴真好，因為有他們，使我的生活更加有趣、美好！」，而這些回憶都是十分珍貴的，我會好好收藏在腦海中。

HAPPY-HAPPY-HAPPY-

【鶯歌心橋第 25 期有獎徵答】

活動辦法：閱讀完「鶯歌心橋輔導刊捌」後，完成下列心得分享單，交至輔導室。輔導室將擇優刊登於佈告欄及嘉獎乙次以茲鼓勵。歡迎擁躍投稿~~時間將於 110/11/5(五)截止。

班級：陶三孝 姓名：柯秀慧 學號：811051

1. 讀完生涯輔導主題所刊登「你有夢想嗎？」的文章，想請問同學，文章中最令你/你印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

真正在夢想道路上的人，就算環境再惡劣，他們也不會花時間抱怨，會想辦法解決，如果只是單純說說那就不会去解決，真的有夢想的人不会被現實打敗。

2. 承上題，是什麼樣的原因讓你對這句話，或這個地方有特別感觸呢？

因為有夢想的人會想辦法突破困難，不會因現實的否定而退縮，所以有夢就努力去打破現實的困境

3. 讀完「網路成癮報你知」的文章，請問你施測短版手機成癮的分數為何？又若發生網路成癮症狀時，可以尋找哪些資源協助呢？

為7分，各縣市網路成癮治療服務資源表、社區心理衛生中心、

4. 讀完親職教育主題所刊登「站在孩子的視角，你會發現他們的同樣充滿挫折」的文章，想請問同學，文章中最令你/你印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

抗挫能力的養成不是一蹴而就的，也並不是「孩子長大了自然就好」而是需要從小培養起來的，孩子都是被一次次鼓勵更進步的

5. 26期鶯歌心橋徵稿，主題是「擁抱生命用愛關懷」。預計在12月發刊。請同學試著回想在這一年裡的感動人事物等，試著寫下屬於自己的感動回憶...

在這一年中台灣因疫情造成許多人的死亡和醫護的努力，我很感動就是醫護人員的努力沒有因外在影響放棄那些病人，而是堅守崗位，讓我看到台灣非常棒的人情味。

HAPPY-HAPPY-HAPPY-

【鶯歌心橋第 25 期有獎徵答】

活動辦法：閱讀完「鶯歌心橋輔導刊」後，完成下列心得分享單，交至輔導室。輔導室將擇優刊登於佈告欄及嘉獎乙次以茲鼓勵。歡迎踴躍投稿~~~時間將於 110/11/5(五)截止。

班級：廣孝

姓名：吳亭萱

學號：913204

1. 讀完生涯輔導主題所刊登「你有夢想嗎？」的文章，想請問同學，文章中最令你/妳印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

夢想是證明題，不是選擇題。

2. 承上題，是什麼樣的原因讓你對這句話，或這個地方有特別感動呢？

對於很多人來說，夢想是可遇而不可求，但我覺得沒有你做不到，只有你想不想去做。或許追逐夢想的過程中，種種的困難會令你退縮，但如果克服前進，一定做得到。
能

3. 讀完「網路成癮報你知」的文章，請問你施測短版手機成癮的分數為何？又若發生網路成癮症狀時，可以尋找哪些資源協助呢？

9分。

找到自己的興趣，去培養，多做能做讓自己變得更好的事情，規畫用手機的時間多和人互動，多了解自己！

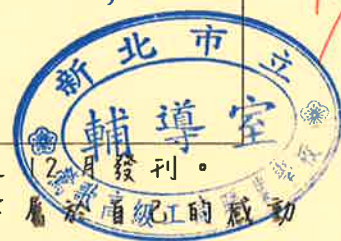
4. 讀完親職教育主題所刊登「站在孩子的視角，你會發現他們的小小世界同樣充滿挫折」的文章，想請問同學，文章中最令你/妳印象深刻的一句話，或讓你最感動的地方為何？

人生，總會時不時遇到或大或小的挫折，溫室裡的花朵總是有一天需要進入社會勇敢地迎接挑戰。

5. 26期鶯歌心橋徵稿，主題是「擁抱生命用愛關懷」。預計在12月發刊。請同學試著回想在這一年的感動人事物等，試著寫下屬於自己的感動回憶...

和班上同學共同努力得來的冠軍榮耀；

高一的時候有舉辦全球比賽，從一開始大家的不默契變得團結有力，互相鼓勵，這中間是一個辛苦的磨合期，但也是讓我成長最多的寶貝回憶，經過大家的努力，在贏得比賽勝利時的那種開心和感動的心情，我會一直銘記在心。



HAPPY-HAPPY-HAPPY-