

## 2016年度

## /2016.

### 幸福家庭帶領人工作坊

當時序進入九月，「幸福」列車繼續往前行駛，學員們通過基礎班、帶領人培力的學習後，這次，他們將轉換角色，變身成帶領人，進行備課的模擬演練。他們追求幸福、突破自我之旅就此展開……

準帶領人經過認課、分組，開始備課的歷程。他們搜集資料、消化教材，並運用小組團隊，彼此討論、演練，加上創意元素及學習體驗；在心情上相互支持、彼此激勵。每堂課他們的展現令人驚豔，在穩定溫暖的氣氛裡，分享著一個個感動人心的生命故事。當我看著每位漸漸自信的身影，不放棄努力追求幸福的模樣，不禁為他們拍手歡呼，原來每個人的生命總有無限的潛能。以下是學員的分享——

#### 貴夫人：

剛開始上課的時候，完全聽不懂，可是我不放棄，漸漸地，每堂課帶給我不同的想法、不同的領悟與感受，所以，我願意鍥而不捨的學習。

通過課程，我學會了「愛自己」是主餐，「他人的愛」是點心。我先把自己照顧好，將自己的愛充滿。因此，當兒子說了令人傷心的話時，我沒有自責，也沒有受傷，我原諒自己、接納當時的情況，並運用上課的內容，學會跟他溝通、互動。

現在兒子和我的關係很好。我將課程學到的東西，運用在家庭裡，得到顯著的效果，我覺得好滿足！未來我會持續學習，提升自己愛的能量，在生活中實踐，甚至推廣出去，影響別的家庭。我最大的希望是：我的家庭和諧，每個家庭也能得到幸福。

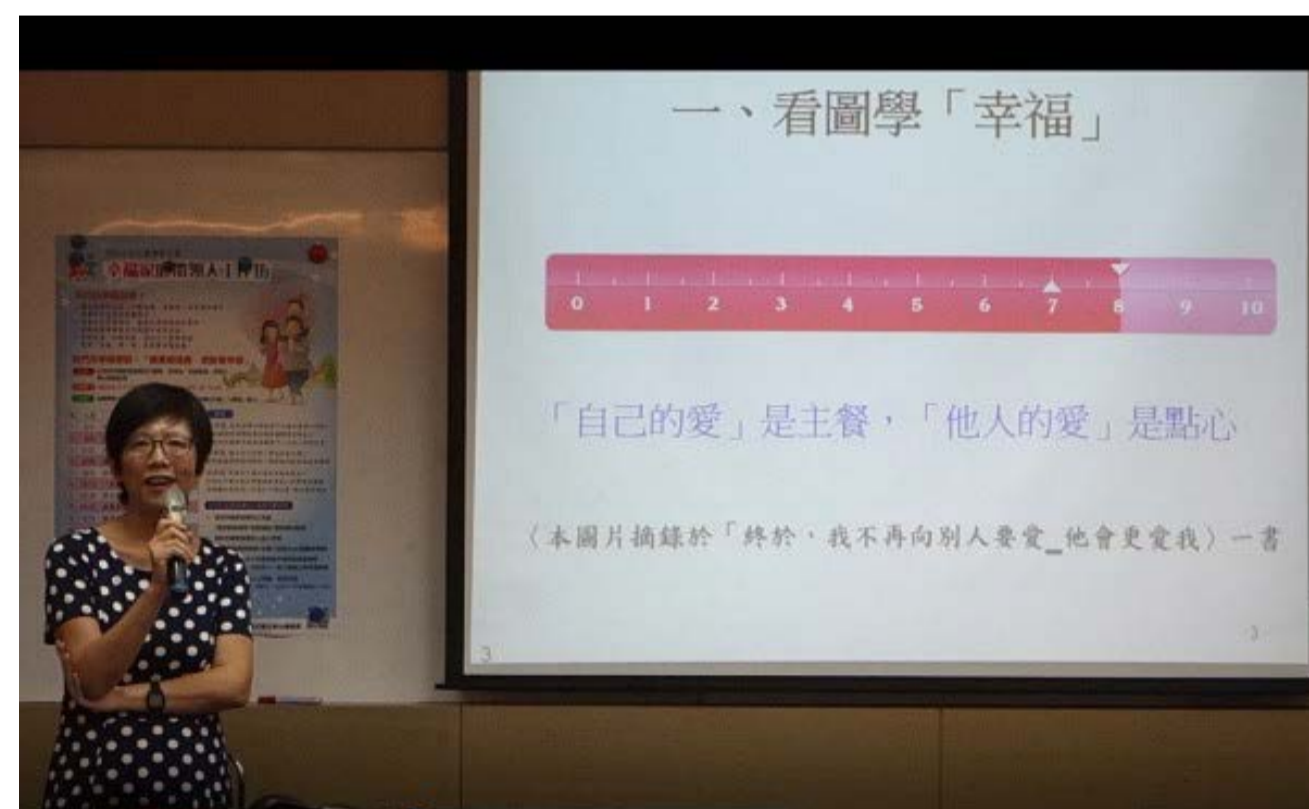
#### 寶桂：

以前以為都是家人的錯，所以我不出來上課。先生幫忙做家事，我認為是應該的；小孩子頂嘴，認為是不尊敬、不愛我，常常歇斯底里地去找他們問個明白。後來發現，問題出在我，那些負面的想法不是事實！

上課後，我學會用「我訊息」表達自己的感受。發現以前對孩子的關心，其實是我想掌控他們；給孩子的，不一定是他們想要的。我學習到心甘情願用愛去做菜，愛自己、肯定自己，不再搏命演出，晚餐時刻好好陪伴家人。我體會到：與其把旅行當生活，不如把生活當長途旅行。旅行要保持熱情很容易，生活要保持熱情卻是最大的挑戰。原來，我常常花太多力氣去生存，而沒有力氣去生活，經常忽略身邊的美好，忘記自己擁有的幸福！現在我相信：願意創造愛，絕對會幸福。



秋雲



寶桂

/2016. 9.

## 女人要有錢 女性經濟力培力

世界和平婦女會於105年9月通過女性創業家及專業講師的合作下，展開亞洲女企業家國際合作平台與愛心慈善網絡服務計劃，協助單親及新住民及中高齡婦女提升經濟力，進而改善生活品質。每周三晚上聚集廿十多位女性，不辭辛苦，白天工作晚上上課，即使練習挽面時手痠不已還是持續堅持練習！

「人生不做些傻事，怎能讓自己感動呢？」

蕭麗華老師曾是捷運工地裡少數的女工程師，後來成為一家公司的負責人，為了兼顧唐氏症孩子的照顧，轉行至美容業！蕭老師從事美容業後不久遇到金融風暴，為了幫助家庭主婦們學技術並創業，成立了「台灣美容技藝發展協會」，但開店的設備資金，對於二度就業婦女來說有困難，於是想到自幼拉拔自己長大的祖母的挽面，免設備成本，應用自己土木工程系所學力學原理，改良成為蝶式挽面！之後更將挽面技能品牌化、國際化，讓挽面成為台灣文化產業。蕭老師常說：「人生不做些傻事，怎能讓自己感動呢？」期許每個人都能為自己的夢想而努力。

學員回饋：

### 小珍

當初看到世界和平婦女會舉辦女性經濟力培力課程「蝶式挽面」很訝異，挽面這個名詞只有在我結婚時聽過，媽媽說每個女孩婚前都要找個年紀大、有福氣的年長者幫忙挽臉，也不清楚為什麼。我抱著多學一樣就多一項謀生技能，或許可以兼差賺錢也不一定。因為先生工作忙碌，我就像個偽單親者，上課時必須把唯一的兒子帶在身邊上課，在主辦單位體諒同意下毫不猶豫立刻報名。

周郁萍老師的店長課程，一開始我覺得開店管理、成本分析、數字管理及行銷計畫，這些應該上完課應該也不知道如何應用吧？但是老師會利用實際案例來講解，課堂上一步步討論、按部就班讓我們學習規畫，模擬實際開店的狀況，真的很精彩及受用。上了課才能理解老闆想的跟員工真的不一樣，當店長老闆真的要注意的是「眉角」很多，真的不簡單。！

感謝世界和平婦女會林理俐理事長那麼忙碌，晚上還陪著我們一起上課，也謝謝淑慧秘書長每次都細心的提醒上課時間、準備場地及連繫學員間的感情，還有用心幫我們捕捉上課精采畫面的雯綺，感謝所有一起上課的學員互相加油、打氣及包容，希望有更多的人一起來參與分享。

### 容容

「當初抱著好奇的心情來報名課程，想不到讓我獲益良多。也上過其他的創業課程，但都沒有像此次的課程來的精彩與感動，兩位老師的細心指導並加上婦女會的全程陪伴，讓自己感到創業的路上並不孤單，而現在自己的工作也面臨選擇的問題，上過課後讓我可以更冷靜的面對問題，看清自己的方向。謝謝老師、婦女會理事長及淑慧姐，謝謝各位同學的陪伴，使我度過難忘的10堂課喔～」

