



慈心兒童教育基金會－親職教育深耕計畫

一、計畫緣起

在過去十餘年，慈心兒童教育基金會深刻觀察到，台灣的社會型態、勞動條件、社交人際及生態環境等，已對家庭生活型態與親職教養造成巨大的衝擊與影響，台灣人口老年化的議題日益浮現，老者孤獨死的事件時有所聞，親職教養趨向多重分工、隔代教養或代間疏離成為普遍現象。孩子對於土地、山林、溪流、自然環境與天然健康的食物感到日漸陌生。

公益平台自 2020 年起，持續支持慈心兒童教育基金會推動幼教師資培育、生命故事書寫及採集、親子共學、「桃園市外社非營利幼兒園」友善食材支持、代間教育里山行動計畫、支持親職教育等計畫。其中，始於 2021 年的「親職教育深耕計畫」期守護在地地理風貌，透過代間教育生活場域的環境共築，落實「老幼共學」、「世代共學(融)」，透過自然基地整理和環境預備，將生態永續的環境教育與飲食文化融入生活中，並連結文化生活與節氣慶典，營造了代間教育生活場域的環境共築~生火料理廚房、感官花園、教育農場等。形塑代間教育與青銀共學的平台。

二、計畫目標

- (一) 新社會圖像-鼓勵世代合作，促進共築、共生、共創、共老的代間自在輪轉。
- (二) 打造生活場域，與幼兒園、各級學校、民間社團跨域合作，促進社群組織和公民素養的提升，營塑社會參與的文化新生活。
- (三) 透過強調家庭教育價值的幼兒教育及生態教育理念，將生活知識與生命智慧作為文化傳承，看見家庭教育與社會文化的價值。
- (四) 促進人口回流及移入，培育青年能力創造在地多元就業人口，在地微型創業，落實推動地方創生工作。
- (五) 以在地原始地理風貌，守護鄰里間大自然中的小自然生態，並以此作為人親土親連結日常生活與在地節氣慶典，形塑家戶皆可參與學習和奉獻的教育平台。

三、主協辦單位

主辦單位：慈心兒童教育基金會

贊助單位：公益平台文化基金會

四、計畫期程

「親職教育深耕計畫」為持續的帶狀計畫，本報告記錄 2023 年的動態

五、活動地點

宜蘭縣私立慈心華德福幼兒園(宜蘭縣冬山鄉永興路二段 273 巷 1 號)

六、團隊成員

- 張純淑：財團法人慈心兒童教育基金會董事長
- 林尚頤：財團法人慈心兒童教育基金會執行長
- 張馨尹：財團法人慈心兒童教育基金會副執行長
- 黃佩琪：財團法人慈心兒童教育基金會專案企劃兼執行秘書
- 蔡文秋：財團法人慈心兒童教育基金會專案執行
- 李心儀：宜蘭縣立慈心華德福高中高中部教師
- 張淑娥：桃園市外社非營利幼兒園園長
- 李雅玲：宜蘭縣私立慈心華德福幼兒園園長
- 張明芬等慈心華德福幼兒園資深團隊教師

七、執行概況

「代間教育」與「社區營造」相關計畫：

活動		時間	人次
中藥草、香草植物栽培管理應用工作坊		2023 年 3 月	12
生活料理柴炊窯烤工作坊		2023 年 1-6 月	141
傳統節慶與四季生活	清明節—草仔粿工作坊	2023 年 3 月	60
	端午節—鹼粽工作坊	2023 年 6 月	

(一) 中藥草、香草植物栽培管理應用工作坊 | 2023 年 3 月

在我們生長的這塊土地上有著各種生命力旺盛的野草，有的可食用、有的還有療癒力，大地媽媽會因著當地的需求長出各式野草供應生物所需，這是大地媽媽給的禮物。

在這個工作坊中，講師帶領參與者認識身邊隨處可見的野草，並觀察植物的形狀與氣味。人智學中很重要的一個領域是「歌德觀察法」，藉由「觀察植物」入門，即便是一棵植物，將它的葉子拆分下來，裡面沒有一片葉子是重複的，不同年齡階段的葉形會有所變化。學習客觀描述觀察者與被觀察者之間的關係，延伸到教育領域，即是華德福教育中協助教師或家長能透過觀察真實地遇見孩子，也能更好地內觀自己。

講師也特別介紹了人智學手熬油的製作方式，需要連續三天、每天進行八小時且節奏一致，溫度維持在 38-40 度 C 左右，在加溫的過程中要與它對話、不時攪拌，可以用炭火或是電鍋來加溫，也可以採用浸泡油的方式來處理。

參與者回饋

老師的課程除了野草的介紹與應用實作之外，還帶入好多人智學與生活

經驗分享！讓我知道該如何更穩定的與生物植物共存在宇宙中，上完課覺得內心充滿療癒能量！

(二) 生活料理柴炊窯烤工作坊 | 2023 年 1-6 月

生火料理廚房希望作為一個生活教育平台，不僅分享食物的營養與健康，更讓一代和一代之間在這裡產生交流互動，它乘載著長者的智慧傳承與年輕世代的開創，在傳承與開創之間，相互了解和欣賞。

今年的「生活料理柴炊窯烤工作坊」邀約跨代家庭的成員參與，特別是喜歡下廚的阿公阿嬤來分享拿手菜，像是包水餃的麵皮、蔥油餅、麵疙瘩等，透過手藝的傳承，讓更多小家庭能夠學習如何用簡單的食材做出變化萬千的料理，再將滿滿的愛灌注在料理之中，豐富大人與孩子的身心。

過程中，爸爸的活動參與度變高了，有許多喜歡料理但卻不知從何開始的爸爸們，一同拿起菜刀切菜備料，細緻的刀工將每一樣食材處理地井然有序，在劈柴生火時也燃起滿滿的成就感。

期許在這個生活平台中讓人與自然、世代之間，重新找回台灣珍貴的生活文化，讓學校成為健康社群的種子，而台灣社會可以串起越來越多共學、共融的美好生活。

參與者回饋

現代生活的方式，讓人越來越疏離自然與真實，人在身邊心卻在天邊。生活料理廚房，一群人透過合作，完成層層的準備，在食物上桌前，心靈先被滿足。除了敬佩，不得不認同純淑奶奶是「年輕人」，在教育、生活、人與人之間～不斷地向前擴展。父母是孩子的典範，純淑奶奶示範著「年輕」的長者。

(三) 傳統節慶與四季生活 | 2023 年 3、6 月

1. 清明節—草仔粿工作坊

華人社會是一個重視飲食文化的民族，慈心華德福在台灣推廣華德福教育的初始，便將文化融入教育、研究節慶的故事與過節的儀式感，在台灣與米食有關的傳統節氣(節慶)中，包括立春新年、元宵、春分、清明、端午、與冬至等，節慶讓全家團聚在一起，祈求未來的豐厚同時也慰勞這一季辛勞的成果。

工作坊邀約社群家長及鄰里的耆老來教學節慶料理，透過節慶串聯社區，讓長者分享台灣早期的過節文化，也讓年輕世代的爸媽看見文化與生活密不可分，再將這份意義傳承給下一代。當長者能夠找到自身存在的價值，人生即能充實自信與活力。

參與者回饋

從一開始原料內容、製作過程、北部跟南部草仔粿不同處，老師都詳細說明，身為外行的爸媽們各個頻頻點頭，原來小小的一顆粿有這麼大的學問，正所謂「台上十分鐘，台下十年功」，真的不簡單，實際參與製作過程了解粿的不簡單。

2. 端午節—鹼粽工作坊

過去早期的農業社會，並非家家戶戶都有豬肉可以包肉粽，因此，人們就用容易取得的稻草梗(製作鹼水)和糯米，製作鹼粽(又名:粿粽)作為端午節應景的節慶美食。冰冰涼涼的鹼粽，沾一點黑糖或蜂蜜，是端午節的傳統美食。但是要包鹼粽可一點都不簡單，需要為糯米預留空間，又不能讓糯米跑出來，也不能把粽葉壓扁，包粽的小技巧，從包粽、綁繩、打結到煮粽，大家透過分享粽子相互祝福端午安康。

參與者回饋

我從小就愛吃鹼粽，對於完全不會烹飪的我來說，學習製作鹼粽是一件興奮又充滿挑戰的事情，感謝阿嬤的教學示範與寶貴經驗技巧分享，讓體驗製作過程充滿樂趣，也讓手拙的我越包越上手，雄心壯志要擔起家裡未來包鹼粽的負責人，讓老婆可以休息等待品嚐成品！感謝基金會安排此鹼粽體驗活動，不僅讓我們學會了包鹼粽的技巧(眉角)，更加深了我和家庭與親子及節慶的連結。

八、執行照片

慈心親職教育深耕計畫

<table border="1" style="border-collapse: collapse; width: 60px; height: 60px;"> <tr> <td style="width: 30px; height: 30px; text-align: center;">1</td> <td style="width: 30px; height: 30px; text-align: center;">2</td> </tr> <tr> <td style="width: 30px; height: 30px; text-align: center;">3</td> <td style="width: 30px; height: 30px; text-align: center;">4</td> </tr> <tr> <td style="width: 30px; height: 30px; text-align: center;">5</td> <td style="width: 30px; height: 30px; text-align: center;">6</td> </tr> </table>	1	2	3	4	5	6	<ol style="list-style-type: none"> 1. 野草工作坊 認識校園裡的野草 2. 野草工作坊 講師示範融蠟技巧 3. 生火料理柴燒工作坊 阿嬤講解如何製作水餃皮 4. 生火料理柴燒工作坊 阿嬤示範包水餃的技巧 5. 草仔粿工作坊 進行包餡 6. 醃粽工作坊 滿滿的粽子下鍋了
1	2						
3	4						
5	6						