



期許經明陽孕育轉變，
學生將人生從黑白變成彩色。

明陽

2017年10月 明陽季刊
no.60 給十年後的我

- ◆ 發行者：楊景銘
- ◆ 總編輯：戴旭華
- ◆ 審稿：施永添
- ◆ 文編：吳宜芳 黃政弘
- ◆ 美編：唐獅設計有限公司
- ◆ 顧問：李銘偉 洪榮德 徐希儀
- ◆ 編輯委員：鐘仁貴 王見春 吳銘修
陳志厚 陳政琳 黃雅偵
葉雅芳 劉武勛 鄭麗文
- ◆ 插圖：小言
- ◆ 出版者：明陽中學
- ◆ 地址：824高雄市燕巢區橫山里正德新村6號

GPN 2010100412
定價20元

Contents 本期要目

活動櫥窗	1版	為回家準備
輔導園地	2~3版	為自己努力 預約成功
分享園地	4~5版	中式餐食檢定甘苦談
藝文園地	6~7版	荷蘭我來了
主題企劃	8~9版	給十年後的我
管教園地	10版	談年金改革後的退休金規劃
宣導園地	11版	認識肺結核
活動園地	12版	佛堂安座灑淨儀式活動 法治教育 台南地方法院實習司法官參訪 中秋節溫馨家庭日

為回家準備 回家的路~輔導系列活動開跑！

圖文 / 輔導處



本校結合臺灣更生保護會高雄分會、高雄市政府勞工局訓練就業中心、勞動部勞動力發展署高屏澎東分署，於106年7月1日~8月30日運用影音媒體與輔導活動課程，引導同學自我探索，並結合社會資源提供就業資訊與求職面試技巧之練習機會，藉由職場介紹暨就業博覽會、生涯探索小團體、出校生返校講座等生涯探索系列活動，瞭解更生生活所需面對的職涯困境與解決方法，提前做好生涯規劃及就業準備，並促成就業媒合，協助學生順利回歸社會。

- | | | |
|---|---|-----------|
| 1 | 2 | 1.生涯探索小團體 |
| 2 | 3 | 2.生涯探索小團體 |
| 3 | 4 | 3.就業博覽會 |
| | | 4.出校生返校講座 |



為自己努力

預約成功！

文 / 楊明偉

對於收容人來說，回歸社會找一份適合自己的工作，是他們進入常軌生活首要面對的難題。為了讓明陽學生為回家預作準備，重新尋回人生的目標，本校結合社會資源，辦理「中餐」、「汽、機車修護」、「烘焙」等丙級檢定技訓課程、各項符合當前就業市場的技藝訓練，並引進企業進入本校開辦「職業介紹」、「就業促進活動」、「就業博覽會」等活動，希望與企業建立完善的合作關係，幫助學生解決出校的就業問題，協助他們順利回歸社會。

今年暑假輔導處舉辦職場介紹活動，科技公司總經理受邀演講。筆者觀察到當總經理談到自己剛出獄五個月時，同學們的眼神都亮了起來，恍神的突然醒了、精神也專注起來了。過程中同學此起彼落的發問，與講師互動熱絡，學生似乎看到了未來的希望。說真的我也很想當總經理，但經思考，現在的我似乎還沒有這個能耐。雖然老師我沒有這個能耐，但不表示同學們沒有這個能耐。只要大家多想想一位更生人在這麼短的時間何以當上總經理，他經歷過什麼？他吃了多少苦？他遇到什麼貴人？要知道成功者光鮮亮麗的背面，往往有著鴨子划水的努力過程。郭台銘先生曾說過：「我本身，大家認為我有很多財富，但是有誰曉得我內心快不快樂，我內心幸不幸福，我過去幾年來遭遇到很多的離去，我最親的親屬離我而去，我請了世界的名醫都沒有辦法治好，我甚至體驗到金錢不是萬能的，金錢買不到快樂，金錢也買不到幸福，可

能會帶來很多不必要的困擾。」還有個故事是這樣的：兩匹馬各拉一貨車，一匹馬走得快，一匹馬慢吞吞，於是主人把後面的貨搬到前面。後面的馬笑了：「切！越努力越遭苦！」誰知主人後來想：「既然一匹馬就能拉車，幹嘛養兩匹？最後懶馬被宰掉吃了。」這就是經濟學中的懶馬效應。如果你的老闆覺得你已經可有可無，那你已經站在被裁員的邊緣。

想成功，脫離不了三個因素，那就是天助、人助、自助。其中天助、人助是自身很難掌握的，自己唯一可以掌握的就是自助。關於自助，同學們，在明陽，你可以為自己做些什麼呢？學校辦理企業主、出校生入校分享自身生命經驗，仔細聆聽他們的故事，從中擷取適合自己的或是關鍵的態度、方法，就是自己幫助自己通往成功的第一步；人助的部份則可善用社會資源，如：更生保護會、就業服務中心、職訓局、親朋好友等，這些都是人助的部份；最後天助的部份就要靠個人的福報了。



節錄兩位同學參加更生活動的心得如下：

小宇

在暑假這段期間，學校為我們辦理接二連三精彩的演講。其中身為台灣本土企業彪虎鞋業，其堅持要將台灣的鞋業推銷至國際舞台的理念，實在是令人相當敬佩，這不僅能讓世界看見台灣，同時也能讓台灣的製鞋業看見更進一步的曙光，要進軍世界可不是空口說白話就行的，他們研發一台機器可以為任何人量身訂做鞋子，除此之外他們的員工都是要有台灣身分證才可以就業，我想這就是今天的重點，也是增加我們台灣人的就業成效，使我們出校後可以順利就業。

另外一場演講讓我最深刻，因為這位科技總經理本身也是一位更生人，年少因義氣兩個字鋃鐺入獄，經過十多年的修心養性，如今的他當上了總經理也時常抽空回來到矯正機關，利用自身的經驗來感化我們這些年輕人，實在是難能可貴，令人感動，另外他也盡力推薦我們出校後可以到他那裡工作，一開始什麼都沒有的我們，真的很吸引我們想去就業，因為他說他那裡有宿舍，另外還供應每日中餐，只要我們肯學、肯做一切都不是問題，這正是我們該向他學習的地方。

聽了他的演講讓我更有自信，因為再怎麼悲慘他都能一路走來，我想我們人生還沒遇上跟他一樣的逆境，只要我們肯努力一切還不遲。綜合以上的演講，我發現其中一個共同點，那就是永遠不放棄，雖然堅持不一定會成功，但是連堅持都做不到，那就根本不會成功！

小翔

聽完學校為我們這些學生精心安排場場動人的演講活動，令我的內心深處盪起了一波波既激動又感恩的漣漪。學校所邀請的包括了已出校多年並且生活狀況穩定的學長，以及不但十分關心我們還願意提供就業機會給我們的更生保護會和各大公司企業主。相信全校同學都對陳總經理印象特別深刻吧！因為他不僅

僅是一位總經理，同時也是一位曾與我們同病相憐的「學長」，陳總經理為我們介紹了其公司的運作方式，但更多的是運用他自身的經歷來勸誡我們這些年輕人，同時也分享了他在監所的生活以及他的小弟不幸過世的故事給我們聽，他的演講內容我相信大家內心深處也烙印了許多畫面，在陳總經理的身上我看見了永不放棄的精神，畢竟能做上總經理一定付出了比他人更多的時間與努力才可以成功的，而這也是值得大家去學習的精神！

接著是學長們的返校座談，光從學長們準備的PPT來看就能感受到他們對於這場演講的重視性。學長們都有各自的故事及生活體會，這當中我能感受到的不乏一帆風順的，當然更多是四處碰壁的，但在眾多學長的身上我卻看到了一股氣息，一股雖然會氣餒但永不退縮的氣息，我相信這不是可以一蹴而成的，這就像鑽石一樣都是需要經過許多道的流程，最終才可以成為一顆恆久、永流傳的鑽石，而學長們在出校後一定也是渡過各種困境才達到今日的成就，雖說並不是什麼大老闆，但我認為就像學長們所說的有時候平凡就是種幸福。

但往往平凡也是最難追求的，畢竟社會上的誘惑實在太多太多了，而我再次感受到學長們靠著自身的定性和堅定的毅力，就算再搬來十座金山、銀山要他們做壞事，他們也會不為所動的，這就是我在諸位學長身上看到的那種「出污泥而不染，濯清漣而不妖」的氣息，同時也讓我明白了「天下無難事，只怕有心人」這句話的道理，這些都是我將來所要學習的課程之一！最後，我要感謝明陽中學所帶給我的一切，沒有眾多的長官、主管、老師所努力爭取的資源，也不會有這麼好的學習環境以及各種的演講活動等等，隨著時間的轉動我也漸漸踏上了感恩、惜福這條路。看似渺小卻偉大的道路上，這一切的一切都是從明陽而開始的！

最後，期盼大家能將活動中的心得化為實際行動，先從自助做起，為未來預約成功，希望同學們都能成為一位成功的總經理。



中式餐食檢定

甘苦談



明陽舉辦中餐丙級檢定已經多年，

以下4位同學分享他們在1年的課程學習、丙級檢定過程的甘苦談……

小李說>>>

為什麼選中餐考照班，是因為我對食物的烹調充滿了興趣。每次吃到好吃的美食就會想了解這是怎麼做的，更想自己動手嘗試，每完成一項成品，不管好壞，心中總是充滿成就，可能因為這股成就帶來的喜悅就像毒品一樣，一旦上癮了就無法自拔，所以我選擇中餐考照班。

一開始，什麼都不上手，常被老師罵怎麼那麼笨啊！但這也成為我快速前進的動力之一，雖然什麼都不懂，但面對未知的東西一次又一次的摸索、了解，進而知道用途與用處，這是我對任何事物最喜歡的一部份，因為可以了解更多我不知道的東西，所以摸索學習成為我的樂趣之一。中餐的關鍵主角是「食材」，為了煮出一道好菜，在中餐班我們學習對食材深入了解，了解它有甚麼性質、特色後再加以應用。

隨著一次又一次的練習，讓我們對中餐都有了一定的基礎，這些過程不但熱又累，還會切到、燙到，甚至於成品失敗。有些挫折會把人帶往負面情緒，會說很累、不想考了，但我們了解這時他只是需要放鬆和一點鼓勵，讓他有撐下去的動力。做任何事、工作，都會有疲累的一面，這時身邊的人就是很重要的角色，這個角色也是我在這中餐班學到的重點之一，幾句勉勵的話就能使人有了撐下去的動力。

在這一年，我學到最多的不是技術，是過程，技術練就有了，但能從練的過程中體會到一些生活上的點滴，是我最受用的。在炎熱的天氣中站在爐台旁，

學習控制好自己的脾氣，這也是學習到的重點。最後學了中餐這項技術也為我未來的道路做了預防餓死的準備，甚至是要走得更遠的一個階梯，所以謝謝老師您這麼細心的教導我，讓我學到這麼多的技術和道理。

小洪說>>>

中餐丙級這張證照是我第一次上高一就要準備考的一張證照，但是讀不到一年的時間就被退學了……那時候當然沒想那麼多，想說退學就算了，高中不讀也沒關係！但是沒想到這麼多年後，我居然又有機會考到這張證照。學中餐的這段日子裡同學們都會互相交流，有問題大家也都會提出來討論，看怎麼做比較快、比較好。切菜的速度一開始也是超級慢的，而且還是兩人一組在切菜呢……經過大約半年，大家的速度漸漸快了，也會互相比較誰做得快、好看、好吃，可以讓老師稱讚呢！

等大部分該學習的都上手了，老師改成一人一組全力的衝刺中餐考照，同時學科的部分也開始模擬考，及格分數從七十分起跳，快到考照前平常練習都要九十五分才行呢！

考照前一天大家開始緊張，很怕自己做不完或失敗，一直到下午考完，整個心才放了下來……這一年的學習終於有了成果，很開心大家都順利通過，也非常謝謝老師無私的教導，如果老師不罵我們，我們可能都還在混日子。老師教得真的很棒！不只學到了技術、人品、道德、衛生，相信這些對我未來有很大的幫助，真的很感謝老師！