



期許經明陽孕育轉變，
學生將人生從黑白變成彩色。

明陽

2016年6月 明陽季刊

no.55 最想念的人

- ◆ 發行者：陳宏義
- ◆ 總編輯：戴旭華
- ◆ 審稿：楊政邦
- ◆ 文編：吳宜芳 黃雅貞 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：張聖照 林國藩 李富琪
吳建德 吳錦龍 吳銘修
黃文通 鄭麗文
- ◆ 插圖：小偉·小霖
- ◆ 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	滿心的期待~母親節懇親會
輔導園地	2~3版	我該信任你嗎？
分享園地	4~5版	盆栽集錦
藝文園地	6~7版	春/待飛
主題企劃	8~9版	最想念的人
管教園地	10版	君子愛財，取之有道
宣導園地	11版	喝咖啡也要保健康
活動園地	12版	從砍人到助人~環島行善天使 班際排球比賽 從禮儀觀點談魅力與軟實力 用老手藝找回好生活

滿心的期待 母親節懇親會

文/訓導處

5月5日母親節懇親會，本校將本年度最具代表性的影片「我們的窩」、「生命的樂章」，分別介紹校園內學生舍房生活的點滴和學生學習鋼琴的心路歷程與來賓分享，並特別挑選由本校學生自行填詞譜曲的自創歌曲—「曙光」，來感謝母姊等女性親屬的偉大，其內容更表達出學生在學校因讀書、學習與人際互動中而在迷惘中找到方向，出校後迎向未來光明人生的堅定決心與願景。

在五月溫馨感恩時節，本校合作社贊助購買康乃馨鮮花，由學生致贈與會家屬，獻上滿滿的祝福，感謝家人不離不棄的陪伴與照顧，藉由康乃馨、母親卡向久違的家人傳遞心意，共享天倫饗宴。



1. 女生班懇親現場

1 | 2 2. 校長向家長說明學生在校學習點滴

3 | 4 3. 校長與教導員和學生、家長寒暄

4. 學生與家長在餐廳懇親

Can I trust you 我該信任你嗎

文 / 許晉禕



前言

詐騙集團是這陣子臺灣社會的大新聞。其實這已不是新聞，只是現在行「騙」天下，紅到了國際之間（應該是「黑」非「紅」），牽扯出更複雜的問題，更加引人側目。曾幾何時臺灣從寶島轉變成了貪婪之島，生活在這裡好像開始有點不太光彩的感覺。風聞明陽的出校同學中，似乎也有人被捲入這一類的案件內，更是令人高興不起來。在臺灣我想所有人都有接過詐騙電話的經驗吧！連老師打電話聯絡學生家長都有可能被認為是詐騙電話了，你還會信任陌生人打給你的電話嗎？

政治人物的空頭支票、政府官員的貪瀆、黑心廠商的無良、社會上濫權與不公義的事件，隨著媒體持續不斷地揭露（以及加油添醋），你還會信任這個社會嗎？你還願意信任別人嗎？或者換個說法是，你還留有多少的信任度？

看了上述這些陳述，你應該或多或少對「信任」這個主題有切身地感受。下面將嘗試對「信任」加以探討，並試著發掘其中可以幫助我們自處與學習面對的地方。

信任的意義

信任是我們視為平常而隨手可得的東西，就如同水和電一般，唯有失去的時候才會深刻體會到它對我們生活的重要性。沒有了信任，就好比停水、停電那樣，日子還是過得下去，但一定不好過。

信任也是人類各種關係成功的基礎。有了信任，人際關係才得以存在，要是信任崩盤，關係也會跟著寸步難行，接著我們做事會更費時費力，不但得重新學習如何生活和工作，更需重新恢復人際信任感。因此，有人說過：「信任是為了簡化人與人之間的合作關係。」

信任與不信任之間

心理學家愛瑞克森（Erik Erikson）強調信任攸關人生成功與幸福的概念。根據他的研究，我們大多在幼兒時期就開始學習什麼是信任、什麼是懷疑。他還認為，我們不但需要學習信任，也必須懂得懷疑，過度信賴所帶來的傷害，不下於完全不信任。

從愛瑞克森的觀點檢視我們的生活，我們其實一直都遊走在信任於不信任之間。有些對象是我們信得過的，同時另外一些對象則是我們抱持懷疑的；而我們自己也是別人或信任、或懷疑的對象。正如古希臘哲人一德模克利圖斯（Democritus）所言：「不要相信所有人，只信值得信的人；前者是愚蠢的，後者才代表審慎。」

在明陽中學從事矯正教育，信任與不信任是一個需要檢視的議題。矯正教育工作者需要願意對學生釋出善意，並且冒著信任的風險，為的是換得一個原來不可信的學生，轉變為可以被信賴、可以信得過的學生；當然，懷疑是存在的，因為需要理性的決策來決定信任與否；當然，被騙、被背叛也會發生，所以這也可能在情感上傷害矯正教育工作者。整體而言，矯正教育是否被信任，其實是跟每一位矯正教育後的學生是否可信任有關，二者存有某種層面的相互依賴。

信任的迷思

哲學家Onora O'Neill認為人們對於信任存在著不少迷思。她舉出三點，第一是主張：人們普遍認為信任感驟減。第二是目標：我們需要有更多的信任。第三是任務：我們需要重建信任。她提出破除迷思的看法：更重要的是如何贏得他人的信任。

在矯正教育的現場來應用這個結論是一件有趣的事。就我個人而言，一個輔導老師不能決定學生可不可以信任、也不能決定整個矯正學校、甚至矯正體系

可不可以信任。當然，我一定會有我自己的判斷，但比較重要的是我在學生當中是否贏得信任、我在工作場域是否值得信任。若是轉換角色，從學生的立場來看，當然每位學生對老師、對學校是否值得信任會有自己獨自的判斷，但重要的是他（學生）自己是否能夠成為別人信任的對象。所以，讓自己在人際間建立可信度的重要性，遠高於他人是否值得我信任。

信任的建立與瓦解

心理學家Reis從伴侶關係的研究指出，當我們需要對方時，對方是不是能夠對自己的需求恰如其分的了解，對方是不是接納自己的，對方是否關心自己過得好不好，這些行為就是對伴侶的回應。研究發現，察覺伴侶回應能夠帶給人較好的睡眠品質、對於性有較正面的態度、對於課業、工作抱持著較正面、較有挑戰性的看法，而非視其為一種威脅，也會有比較高的成就動機、較不會害怕失敗。這些研究結果也顯示出信任的培養對伴侶關係的價值所在。

而信任的瓦解，亦是由許多微小事件累積而成，尤其從雙方關係的不滿可以看出端倪。唯有經常認真面對彼此之間的困境，每次化解一些、改變一些、為彼此犧牲一些，才可以讓雙方走得更近一些。所以關係永遠都不會放著就自己好好的，一旦累積到關係崩解、信任破裂的程度，傷害必會隨之而來。

信任度的培養，通常需要累積很多的互動經驗、經過很長的時間；而失去別人對你的信任感，卻只需要區區的幾件事、短短的幾天。喪失了信任，將很難再次修復，就算可以修復也得再經過漫長的歷程。而且失去了信任，不僅對你自己沒有好處，對你身邊的人也沒好處，對你所處的組織、機構和社會也沒有任何益處。千萬不要輕易揮霍你已經擁有的信任。

關於信任我可以做什麼？

我們的個人生活如果是跟可靠的同事、朋友或家人共事，而不是跟不可靠的人周旋，那麼生活就比較不會有負面情緒。在信任的基礎上建立的人際關係，能讓我們更有生產力、更有效率、更投入生活，也能讓我們不論做什麼事或到哪裡，內心都能安定、有定見，這樣的關係能夠讓我們享有自在與自由。當然，真實的生活難以如此理想，那麼我們可以怎麼做呢？

首先，明陽的同學們，要慎選同儕。根據愛瑞克森的說法，要在工作與人生獲得成功，就要懂得分辨

哪些人可靠，哪些不可靠。愛瑞克森發現，我們是在兒童時期開始學習這項能力，而且在日後不斷精進。想要擁有成功幸福的人生，就必須與可信的人為伍。我們要能夠識人，而且要繼續精進識人之能，多信任值得信任的人，和他們培養深入的關係；遠離不可信任的人，和他們保持距離。我們都知道信任圈中的朋友會在不知不覺中強化我們的某些行為與價值觀，不論影響是好是壞。假如我們周遭的人都愛搬弄是非、撒謊或欺騙，甚至不尊重我們對他們的信任，我們就會愈來愈容易接受這些人的行為。相反的，則能發展成擁有社會健康的成年人，有能力抗拒同儕的壓力不去做壞事，也不會因為有利就去做壞事。這是大家都懂的簡單道理，同學你可要會看人啊！

再者，也是最重要的，明陽的同學們，要培養自己擁有能夠互相信任的人際關係。有朝一日你會有機會建立自己的家庭，那時建構信任的家庭文化對個人與家庭生活都非常重要，要和子女、配偶、夥伴和朋友建立起高度的心靈關係，就要靠信任。根據愛瑞克森的判斷，童年是學習如何信任、何時信任和應該信任誰的關鍵時期。父母彼此的信任關係會影響下一代對信任關係的態度，而且影響力會代代相傳。要培養自己擁有能夠互相信任的人際關係，現在就該開始。你怎麼從你在明陽的生活中的微小行為證明你可以被信任？你的好表現是出自忠於自己與忠於對別人的承諾嗎？還是你的好表現是包裝過的欺騙，藉此騙取你想得到了利益？你看得出來某些同學正在出賣別人給予他的信任嗎？你能理解出賣別人給予你的信任會造成多麼嚴重的後果嗎？

很多同學早已理解假釋出校這件事，某個層面的解讀就是獲得假釋委員的信任。不過，這僅僅是人生的一小步。過去，你已經失去了某些人對你的信任，所以你來到明陽；還好，你還年輕，眺望你未來的人生，你能得贏得別人對你的信任嗎？別忘了，未來是由現在不斷累積而成的。所以，現在我想問你：「親愛的同學，我該信任你嗎？」

參考資料：

1. 信任的深度：幫你看清身邊的好人和壞蛋。
作者：琳達·史卓；商智文化。
2. 關於信任的迷思。
作者：TEDxTaipei Editor（摘自網路文章）。
3. 信任與不信任的秘密—重拾人際間的信任。
作者：龔佑霖；獨立評論-天下雜誌（摘自網路文章）。



盆栽集錦

potted

社團「寫作班」的同學在志工汪啓疆老師的指導下，以「盆栽」為題，寫下他們的觀察與體悟，擇錄四篇分享如下：

盛開前的等待

渺小而不起眼的盆栽，在這個步調快速的社會之中，有誰會留心腳邊下存在著什麼東西呢？更何況是一盆小小的盆栽。但這不起眼的小東西，卻可以孕育出不亞於人類的生命力，當播下種子的一刻也代表著在不遠的將來，將會有一個生命在這片土地上呼吸、享受陽光的照耀。

在土壤的懷抱中、肥料的滋潤下，小小的種子也迫不及待想要看看土壤以外的世界，就如同幼兒般充滿好奇。當它頂著厚重的土壤，奮力的想要探頭時，過程非常艱辛，也需要很大的毅力才有辦法破土而出。我想知道，此時此刻的它究竟是怎麼樣的心情，是充滿了好奇？又或者是感動？但不論是哪種心情，想必是非常喜悅的，畢竟它的世界不再是一成不變的黑，就算是面對一整片沙漠，除了沙以外什麼都沒有，也是會感到喜悅的！

當第一道曙光劃破黑暗，照在身上的陽光，是不是也會感到溫暖？當我呱呱落地時，是不是也和種子一樣，充滿好奇及感動？而母親的愛是否也如同陽光般溫暖，而值得等待？

生命開始的瞬間，也是苦難的開始嗎？經過長時間風吹、日曬、雨淋的考驗才有辦法生存下去，如同人在這個世界一樣。唯有不斷的挑戰，並且不畏懼失敗及挫折才有機會出人頭地。

人的一生中，有太多太多的苦等著我們品嚐，有太多太多的痛等待我們去體會；現在的我已經發芽，等待著開花的日子。不曉得前方有多少障礙，阻礙我盛開，究竟是想在人群面前大放異彩、享受眾人的喝采，又或者是承受不了壓力而泛黃枯萎化為塵土，就全憑自己的選擇了。（墨意）



魔鬼就在細節中

坐在教室的椅子上，師長講課的聲音繚繞於耳畔，心神翱翔於窗內及窗外，忽然間，瞥見了走廊上的盆栽中種植著石蓮花以及仙人掌，它們都是我所熟悉的植物。

栽種植物是一門可說是簡單又困難的學問，其中最為重要的四大原則有「土壤的酸鹼值、水分多寡、陽光的強弱度、施肥的時間點」，而這些原則又會隨著其他的因素，變得更為複雜。就施肥來說，又可分數種不同功用的肥料，例如：有機物、化學合成……，而在播種之前就要先在土壤中鋪下少許的果皮或是茶葉渣，作為基層（礎）肥料，因為植物在發芽時期不可追加肥料，原因無他，種子的發芽期就如同人類的嬰兒期，原本嬰兒營養來源是出自母乳，若強制將米飯餵給嬰兒吃，他就無法嚥食、消化，導致營養不良，那不就是揠苗助長了嗎？所以基肥是種植的入門原則。有句話說得好：「魔鬼就在細節中」，小小的細節往往是你我時常忽略的，但細節卻又是成功的關鍵，不是嗎？

教室外的盆栽種的大部分都以多肉性植物為主，而吸引我目光的植物，是一種名為石蓮花的多肉植物，它和其他植物不同，它除了可用種子栽種之外，又能以單葉另分株新芽，如此可見此植物的生存能力多麼堅韌！石蓮花喚起我的兒時記憶，每到月中的週末假期，大舅就會號召一大票親戚一起呼吸芬多精，太陽尚未露臉，