



舞象文教

2025 年报

舞象文教

Dancing With the Elephant



目录

我们的使命与理念	1
创办人的话	2
组织架构	3
2025 志工总览	4
志工团队与服务系统	5
领导共学与雁行同行	6
2025年度对话服务件数报告	7
与对话共舞	8
储备对话志工学程	9
在地推广介绍	10
2025 年大事记	11
社区推广：台湾、南加、北加	12
大陆工作坊：深圳、郑州	17
大陆郑州贝斯特心教共学读书会	18
社会服务-星光计划	19

我们的使命与理念

「以自我觉察为起点，重建人与人之间的连结」

舞象基金会长期关注人际关系中的理解与连结。

我们看见，许多冲突、疏离与伤痛，往往并非来自缺乏爱，而是缺乏真诚而一致的沟通。

因此，舞象以「自我觉察」与「对话能力」作为核心，透过教育推广、陪伴服务与志工培育，协助人们在关系中更真实地看见自己，也更有能力理解他人。

我们相信，每个人内在都拥有善意与仁慈。

当人们愿意放下防卫，开始倾听自己内心真正的感受，也愿意真诚表达与彼此理解，关系便能重新建立信任与连结。

多年来，舞象持续走入校园、社区与公益现场，推动健康的对话文化，陪伴不同生命处境中的人们，让更多人在情绪与关系中获得支持。

我们期待，当对话不再只是语言的交换，而成为理解与陪伴的过程，人与人之间便能建立更深的连结；而当理解与爱能够在家庭、社区与社会中持续流动，生命也将因此更加自由、喜悦而丰盛。

「让爱涌动，生命丰盛」

不只是舞象的使命与理念，更是我们始终不变的初心。

创办人的话

在变动的时代，让对话发生

当世界快速变动，人与人之间的距离似乎越来越接近，但真正的理解却常常变得更加困难。在不确定与转变的年代，我们每一个人都需要学习一件重要的事情：如何安顿自己，也如何与他人好好对话。

舞象基金会一直相信：

当人们愿意开始对话，关系就有机会被修复；

当一个家庭能够好好说话，一个社区就能长出更多支持与连结。因此，推广健康而真诚的沟通对话，一直是舞象最核心的使命。



2025 年，舞象持续走入社区，从台湾的新竹到北美的校园与图书馆，将「有话好好说」的理念带入家庭、教育现场与社区空间。我们看见越来越多家长、教师与社区伙伴，愿意停下脚步，重新学习如何彼此倾听、彼此对话。

同时，我们也发展出从线下到线上的学习循环。透过讲座、工作坊与线上课程的延伸，让更多人能持续练习对话，并在舞象伙伴的陪伴下，一步一步走向更深的连结与理解。

「对话陪伴」始终是舞象的重要服务。多年来，许多来访者在志工的陪伴下走过生命中的困顿与转折。为了让这份陪伴更加专业与稳定，2025 年舞象推出为期九个月的「储备对话陪伴志工工程」，培养更多具备专业能力与内在稳定的陪伴者。因为真正有力量的对话，来自于一个人先安顿自己。

今年，舞象也开始将这份对话与陪伴的力量带入更广泛的社会服务。我们与鸿海教育基金会合作，参与「星光计画」，为弱势孩童提供情绪上的支持与陪伴。当孩子有机会表达自己、被倾听、被回应，他们便更有力量面对学习与成长的挑战。

舞象能够持续前行，离不开每一位志工与伙伴的投入。谢谢所有在生活与工作之余仍愿意付出时间与心力的志工，因为有你们，舞象才能稳定地向前走。未来，舞象仍将持续以「对话」为核心，走进更多社区、支持更多家庭，也培养更多愿意陪伴他人的伙伴。我们相信，当对话开始发生，改变就会慢慢展开。

邀请您与我们一同回顾舞象在 2025 年的旅程。

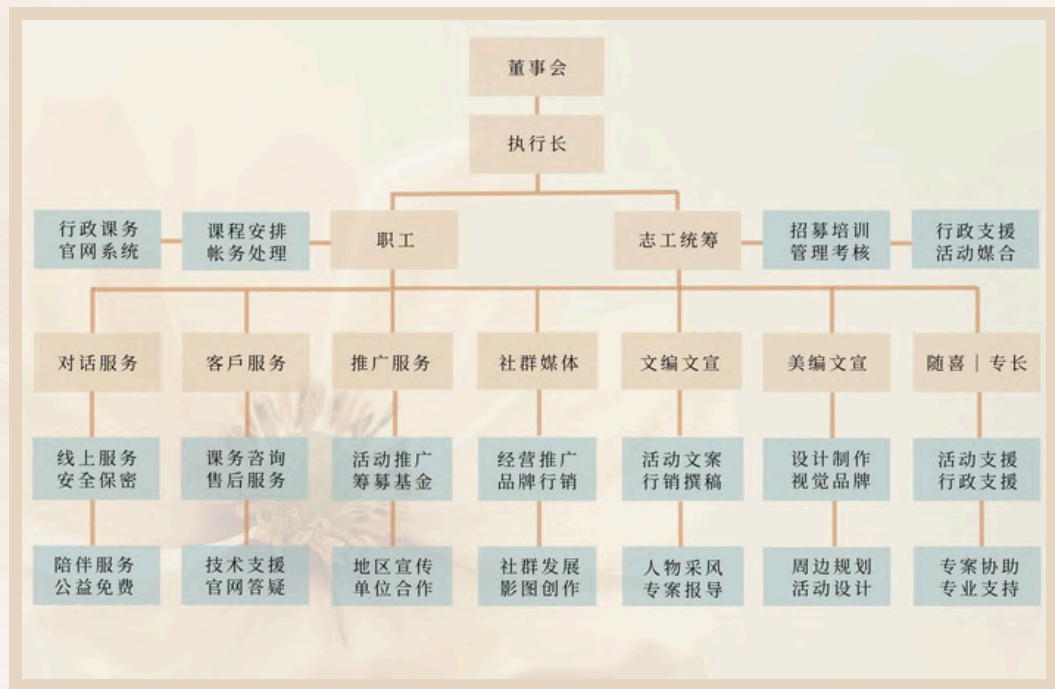
组织架构

舞象基金会相信，每一份陪伴与每一次真诚的对话，都来自许多人共同的投入与协力。

从董事会与执行长(创办人)的引领，到执行团队、志工伙伴与各专业分工的合作，我们持续建立一个能彼此支持、共同成长的服务组织系统。

无论是对话陪伴、课程推广、行政支持、社群经营，或是活动与品牌设计，每一个角色都承载着同样的初心，让更多人在关系中被理解、被倾听，也重新感受到连结与爱的力量。

透过跨领域的协作与志工伙伴的长期投入，舞象将持续陪伴更多生命走向理解、修复与成长。



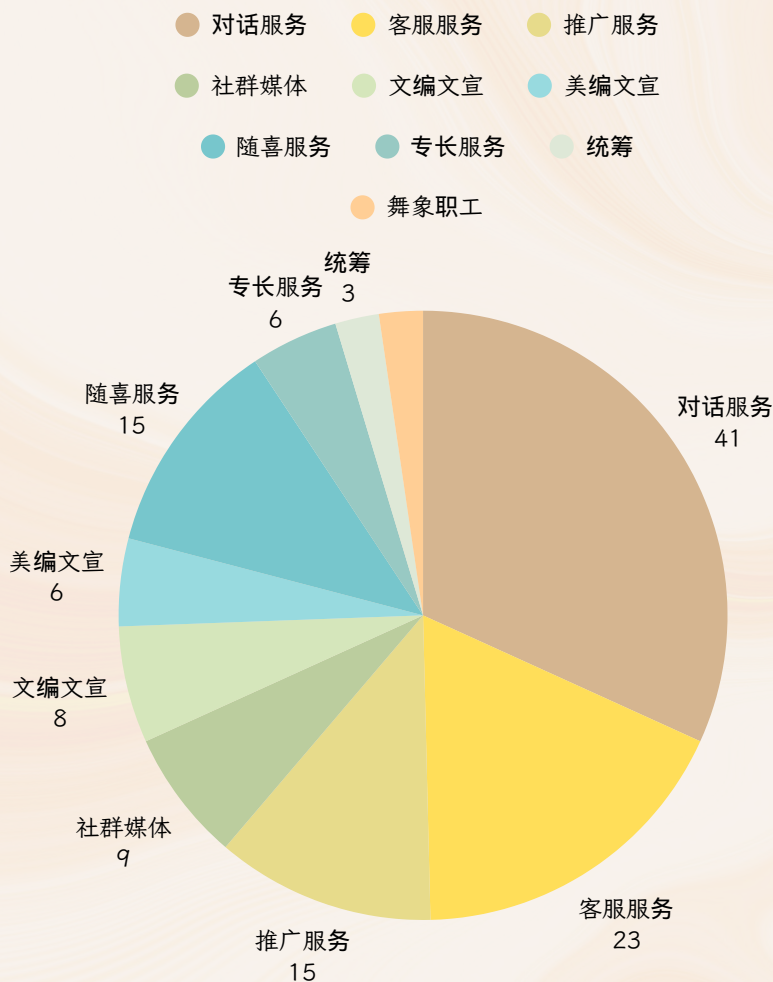
2025 志工总览

2025 年，舞象的每一场对话、每一次回覆、每一张海报、每一堂课程背后，都有志工伙伴默默投入的身影。

今年，我们共有：

127 位志工伙伴。112 位核心志工、15 位随喜志工。

他们分散在不同任务中，却共同守护着舞象的日常



这不是数字，而是一群持续付出的心

志工团队与服务系统

志工是舞象基金会推动各项服务与活动的重要伙伴，也是组织持续发展不可或缺的核心力量。

多年来，舞象透过志工培训与陪伴机制，建立以「自我觉察、真诚对话、共同成长」为核心的服务文化。许多志工因认同舞象理念而加入，并在服务过程中持续累积陪伴与沟通能力，进一步将所学回应于家庭、职场与社会关系之中。

为兼顾组织运作与多元参与需求，2025年舞象依据服务性质与投入方式，重新规划建立多元且不同类型的志工制度，让志工伙伴能依照自身专长、时间安排与人生规划，自由选择适合的参与模式，建立长期且稳定的公益参与模式，并形成彼此支持、互助合作的行政支援关系。

核心志工

参与基金会固定性服务与行政运作，需配合服务时数与培训制度，并共同维持各小组稳定运作与服务品质。

随喜志工

依活动或专案需求弹性支援，不受固定服务时数限制，协助各项活动顺利推展。

专长志工

依基金会需求提供专业领域协助，透过专长投入公益服务，支持组织推广与专案发展。

领导共学与雁行同行

舞象一路走来，相信真正能长久支持彼此的团队，不是依靠少数人的承担，而是一群人愿意彼此陪伴、共同前行。

随着志工团队逐渐成长，许多伙伴除了投入日常服务，也开始承担各小组的带领与协调工作。这些中阶干部不仅是团队运作的重要力量，更在陪伴与合作中，逐渐累积领导与沟通的能力。然而，舞象也看见，长期由少数人持续承担领导角色，容易因责任集中而产生疲惫。因此，2025年起，舞象开始导入「雁行理论」作为志工团队合作与培育的新方向。

雁群在迁徙时，会透过轮流领飞、彼此补位与陪伴休息的方式，共同完成长途飞行。当领飞的大雁疲惫时，其他伙伴便会自然接替；若有成员需要停下休息，也会有同伴陪伴等待，再一起重新出发。

舞象希望建立的，也是一个能彼此支持、共同成长的团队文化。从2025年开始，我们逐步调整原有的单一组长制度，改以三人协作的领导模式，由组长与两位副组长共同分担与轮替任务，让经验得以传承，也让更多伙伴有机会在陪伴与实作中学习带领团队。

这样的改变，不只是组织制度的调整，更是一种人才培育与陪伴文化的延伸。舞象期待，每位志工都能在服务过程中，逐步累积自我觉察、沟通协作与陪伴他人的能力，让成长不只发生在个人，也持续在团队之中流动。

2025年度 对话服务件数报告

国际官网：208案

大陆官网：73案

共计281申请案

与对话共舞

很多冲突，并不是因为人不在乎彼此，
而是因为不知道如何让对方理解自己。

在舞象基金会多年来所推广的对话练习中，我们并不是教人
「怎么说话」，而是陪伴人们学会：先理解自己，再理解他人。

我们所推广的「对话」，源自Virginia Satir所提出的Satir Model。
这个模式提醒我们：
每一个人，都渴望被理解、被接纳，也都拥有成长与改变的能力。

我们看见许多学员，在练习中慢慢发现：

原来可以不急着反应情绪，
原来可以真正听见对方的感受，
原来可以在尊重彼此的前提下，说出真实的自己。

在课程、练习与陪伴里，我们持续带领人们练习三件事：

觉察自己，而不是被情绪牵着走
倾听他人，而不是急着回应
真诚表达，而不是隐藏或指责

有些人，在这样的学习之后，开始期待自己能走得更深一些。
让对话改变自己的关系，也希望能陪伴更多人，在关系中
经验同样的理解与连结。

当理解慢慢累积，爱便开始在人与人之间流动。
而这份改变，并不只停留在学习当下。

于是，一条从学习走向陪伴的路，慢慢被看见。

储备对话 志工学程

很多人，
是在被陪伴之后，才开始想成为陪伴者。

在舞象基金会，会员可以「申请对话陪伴」
让自己在人生的重要时刻被理解、被接住。
而这些真实经验，也让一些人萌生念头：
希望有一天，自己也能站在那个位置，
陪伴他人。

为了让这份心意走得更稳，2025年起，
舞象规划《储备对话志工学程》，
以九个月的完整训练，陪伴有志者从学习者
走向助人者，这份培训的背后，是我们对
专业的重视。

三个阶段的课程与团体练习，带领学员从
认识志工角色开始，深入理解萨提尔冰山、
原生家庭影响与对话实务，让每一位志工
在陪伴他人之前，先找到安稳的自己。

在这段历程中，不只是学技巧，
更是在整理、理解自己。

因为我们相信，真正稳定的陪伴，
来自一个安稳而清晰的我。



在地推广

2024 年，舞象基金会为自己立下一个目标：
「让对话，真正走进社区」

到了 2025 年，这个目标不再只是规划，
而是一场场真实发生的相遇。
舞象志工伙伴走入在地场域，与人们围坐、
倾听、对话；而更多时候，是社区主动向
我们敞开大门。

来自

Arcadia High School

Dana Middle School

Arcadia Library

的邀请，让对话走进校园与公共空间，
让理解在人群之间自然流动。

一张张椅子围起来，一次次真诚的分享，
现场不只是活动，而是关系改变正在发生的
地方。

也因为线下推广带来的深刻回响与持续询问，
舞象进一步开展线上学习，由资深志工规划课
程：

《有话好好说-走进彼此内心深处的对话之门》

《对话小白变身术-萨提尔三人对话基础班》

让这份在社区萌芽的理解，能在线上延续、
在生活中发酵。

2026 年，这条从社区出发的路，将继续
走向更多地方。



2025 年大事记

2/11-
4/12

美国加州圣荷西Calabazas 图书馆
对话的力量读书会/ 讲师：舞象志工

台湾新竹实体工作坊
对话建立心关系 / 讲师：明融

3/22

4月25日

美国加州 Arcadia High 讲座
讲师：Irene

美国加州Dana Middle School 工作坊
讲师：Jessica

5/13

5/15

美国加州Arcadia Library 讲座
讲师：Jessica

台湾高雄法院内部活动
讲师：伊姐

6/20

9月21
日

美国加州圣地牙哥中华学院分享
讲师：爱萍、Celine、周洁

台湾坪林图书馆 讲师：光佑

10/4

10/30

美国加州圣地牙哥中华学院分享
讲师：爱萍、Celine、周洁

李崇建深圳、郑州初阶工作坊

11/6
11/13

11/21

大陆郑州贝斯特心教共学读书会

美国加州圣地牙哥PHR图书馆
讲师：Celine

12/23

在地推广

台湾地区

台湾新竹场 2025年3月22
主办单位：台湾舞象基金会
活动名称：对话建立心关系

台灣實體活動 (非線上)

主講人：舞象志工群

舞象基金會

對話建立心關係

以親子關係為主，自我覺察為輔。
透過高比例的現場互動、示範對話與分組練習，
開啟多元豐富的視角以及正向和諧的溝通。

掃碼報名

約收場地費NT\$100 (如有盈餘捐贈台灣舞象基金會)

亞洲時間：2025/3/22(SAT) 14:00-16:30

上課地點：竹北市成功三路159號2樓

一次次相聚，让陌生成为彼此的支持



在地推广

美国南加州

美国南加州场 2025/4/25

主办单位：美国加州Arcadia High School

活动主题：我想跟你好好说话



当人愿意坐下来听彼此，社区就开始不一样

美国南加州场

2025/5/15

主办单位：美国加州
Arcadia High School

活动主题：
我想跟你好好说话



在地推广

美国南加州

美国南加州场 2025/5/13

主办单位：美国加州Dana Middle School 活动

主题：我想跟你好好说话



每一次对话，都在为这个地方累积温度

美国南加州场

2025/9/21

主办单位：

舞象基金会

活动地点：

美国加州圣地牙哥

中华学院

活动主题：

我想跟你好好说话



在地推广

美国南加州

美国南加州场 2025/10/30, 2025/12/23

主办单位: 美国舞象基金会

活动地点: 美国加州圣地牙哥PHR图书馆

活动主题: 有话好好说



【美國實體活動】

有话好好說

走進彼此內心深處的對話之門

【適合對象】

1. 希望通過對話改善彼此關係
2. 初次接觸薩提爾模式者

主講人
舞象志工群

活動地點
San Diego Public Library – Pacific Highlands Ranch
(12911 Pacific Pl, San Diego, CA 92130 USA)

美西時間 2025/10/30 (THU) 11:00-12:30

免費報名



让理解落地，让连结在社区里发芽



在地推广

美国北加州

美国北加州场 2025/六场次

主办单位：美国舞象基金会 活动地点：美国加州圣荷西Calabazas 图书馆

活动主题：对话的力量

美國北加州實體活動 (非線上)

《對話的力量》讀書會

學會對話
與孩子、家人、學生、伴侶、同事
有更好的溝通和心的連結

讀書會領航人
舞象基金會志工群

免費報名

美西時間：2025/2/11, 2/25, 3/11, 3/25, 4/8, 4/22 (TUE) 10:30 AM TO 12:30 PM
地點：SAN JOSE PUBLIC LIBRARY (CALABAZAS BRANCH COMMUNITY ROOM)
1230 S BLANEY AVE, SAN JOSE, CA 95129

舞象基金會 & SAN JOSE PUBLIC LIBRARY 共同主辦

这里不只是活动现场，而是关系改变的起点



大陸工作坊



 舞象基金會

鄭州 2025初階工作坊 | 四日線下實體課

從自我成長到生活運用

薩提爾模式導入



李崇建老師
二十年薩提爾家族治療學派的學習，與上萬學生、家長、個人的對話經驗，影響許多華人家庭和解改變，引領個人成長，夫妻關係轉化。

名額有限、額滿為止

【課程加值】
「冰山六堂課」8/1-11/30影片回放
「課前線上練習」助教陪伴，提前了解冰山理論
「課後線上練習」助教陪伴，夯實四日工作坊內容

2025/11/13. 14. 15. 16 (THU-SUN) 09:30-17:30
地點：鄭州市金水區國基路55號，勤禮外語中學院（大禮堂）

¥5500
掃描報名



李崇建老師 大陸工作坊

2025年十一月五日至八日于深圳，与2025年十一月十二日至十五日于郑州举行【从自我成长到生活运用-萨提尔模式导入】初阶实体工作坊。两场工作坊都获得了极大的回响，不但报名人数超出预定名额，更有许多学员因未及时报名而失之交臂，只能等待2026年。工作坊结束后，更有资深学员带领，于郑州举办了线下系列读书会，展开课后共学活动，进一步精进对话的学习。



 舞象基金會

深圳 2025初階工作坊 | 四日線下實體課

從自我成長到生活運用

薩提爾模式導入



李崇建老師
二十年薩提爾家族治療學派的學習，與上萬學生、家長、個人的對話經驗，影響許多華人家庭改變，引領個人成長，夫妻關係轉化。

名額有限、額滿為止

【課程加值】
「冰山六堂課」8/1-11/30影片回放
「課前線上練習」助教陪伴，提前了解冰山理論
「課後線上練習」助教陪伴，夯實四日工作坊內容

2025/11/06. 07. 08. 09 (THU-SUN) 09:30-17:30
地點：深圳機場凱悅嘉寓酒店3樓會議室（深圳寶安國際機場 3 號航站樓 14 號門 3 樓）

¥5500
掃描報名



在地推广

2025年，舞象基金会携手大陆郑州贝斯特学校，举办《心教》线下共学读书会，将对话的精神带入教养现场。

读书会中，参与者学习在面对孩子行为时，先放下评断与急切，透过好奇与接纳，看见情绪背后的渴望与需要，当孩子感受到被理解便更有能力发展自我调节，建立自我价值。

这场活动的推动，来自舞象在地长期的耕耘与连结，也仰赖志工团队在活动规划、现场陪伴与后续支持上的投入，让理念真正走进当地家庭，成为可实践的教养方式。



社会服务

舞象VS鸿海星光计划-情绪星球探索营

对孩子而言，被理解，往往比被指导更重要。

2025年，舞象基金会参与鸿海教育基金会「星光计划」，让对话陪伴走进孩童的日常。透过倾听与接纳，孩子学会梳理情绪、建立自我调节，也更能投入学习与人际互动。

在孩子最需要被理解与支持的年纪，志工不急着纠正，而是陪他们辨认情绪、说出感受、慢慢安定自己。当情绪被接住，孩子更能专注课业，也更能与课辅老师稳定合作。

这份改变，让我们看见陪伴可以走得更长远。



社会服务

舞象VS鸿海星光计划-情绪星球探索营

这些真实的回馈，让舞象看见陪伴的价值

2026年，我们将延续这份热情，设计更多元的星光计划支持形式，让这份理解与支持，继续在孩子成长的路上发生。

这不只是一年的服务，而是一份愿意长期守护的心意。

让陪伴，成为孩子成长路上长久而温柔的力量。





舞象文教

促进人与人之间深刻及
一致性的沟通对话
探索与连结彼此
让爱涌动，生命丰盛

Dancing With the Elephant