

## 生命有愛 愛中學習

發行人：王天才  
主編：陳淑媛  
編輯：中學輔導室  
協辦單位：導師、國文老師  
發行單位：東莞台商子弟學校  
發行日期：2017/10/31

這個世界或者不完美  
生命未必都是甜蜜幸福  
它有歡樂 也會有悲傷和痛苦  
可是我們仍然願意相信 願意付出  
用自己的善意與堅持 善待自己 善待與我們  
有緣相逢的生命  
每一個時刻 都是機會  
每一次相逢 都是學習  
生命有愛 在愛中學習  
但願我們的良善 為這個世界帶來一道美麗  
的光 互相照亮

### 關懷弱勢

---我們也曾處於弱勢

1003 游竣文／指導老師：簡添福

“弱肉強食”是一本自然界的法典。我們身處自然界，或許也多少受到這個原則的影響。不過我們是擁有精神文明的人類，處於相對強勢的眾人，不應該欺凌處於弱勢之人。

所謂弱勢，可能有的是被人們所看不起或在日常生活中由於自身的某些原因而不方便的人，舉例來說，乞丐、露

宿街友屬於前者，而老人和殘疾人便屬於後者。由於他人的歧視，弱勢者常常會感到無奈與不便，但這不是他們應得的。我們應該照顧處於弱勢者。

我們自己可能都有些經歷：父母吵架自己無奈、被同學取笑、或是被取尷尬的綽號等。在這些時候，我們會難受，會痛苦，那一瞬間，因為我們內心承受著他人所引起的痛苦，就從“一般人”變為“弱勢者”。將心比心，想到其他的“弱勢者”長時間因為某種情況或者特質的弱勢，受到比我們更深的痛苦，憐憫之心便會打從心中油然而生。另外一方面，我們自己也可能從關心別人中獲得些許的慰藉。所以說，關懷弱勢也許也是從某種程度上對自己的一種關懷吧。

隨著社會文明進步，關懷弱勢也成為一種規範，這些規範也教導我們學習關愛別人。例如：國家設有各種殘障照顧政策、公共交通上設有博愛座、停車場設有殘障車位等，都是這個社會對弱勢群體的關懷與照顧。

但是，有一些人可能覺得弱勢群體已經得到了來自於社會的幫助與資源，所以不再需要自己去幫助他們。事實上，弱勢關懷是一種人道精神的展現，只要我們有能力，人人都應該主動付出，弱勢者與你我同樣是這個世界的子女，關懷他們，就像是關心兄弟姐妹一樣的道理罷了，我們之中又有哪一個不是這個世界的兒女呢？我期望人人都能夠主動付出愛，讓這世界上不論是那一種人，都得到關懷與尊重，都能自在而有尊嚴的生活在這個世界。

### 小孩的心

有一位單身女子剛搬了家，  
她發現隔壁住了一戶窮人家  
一個寡婦與兩個小孩子。  
有天晚上，那一帶忽然停了電，  
那位女子只好自己點起了蠟燭；  
沒一會兒，忽然聽到有人敲門，  
原來是隔壁鄰居的小孩子，  
只見他緊張地問：「阿姨，請問妳家有蠟燭嗎？」  
女子心想：「他們家竟窮到連蠟燭都沒有嗎？千萬別借他們，免得被他們依賴了！」  
於是，對孩子吼了一聲說：「沒有！」  
正當她準備關上門時，  
那窮小孩展開關愛的笑容說：「我就知道妳家一定沒有！」  
說完，竟從懷裡拿出兩根蠟燭，  
說：「媽媽和我怕妳一個人住又沒有蠟燭，所以我帶兩根來

送妳。」這刻女子自責、感動得熱淚盈眶，將那小孩子緊緊地擁在懷裡。

### 我們只是不方便三小時

那天跟老公幸運地訂到了票回婆家，上車後卻發現有位女士坐在我們的位子上，老公示意我先坐在她旁邊的位子，卻沒有請這位女士讓位。

我仔細一看，發現她右腳有一點不方便，才了解老公為何不請她讓出位子。

他就這樣從嘉義一直站到台北，從頭到尾都沒向這位女士表示這個位子是他的，下了車之後，心疼老公的我跟他說：「讓位是善行，但從嘉義到台北這麼久，大可中途請她把位子還給你，換你坐一下。」

老公卻說：「人家不方便一輩子，我們就不方便這三小時而已。」

轉錄自網址：<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!wm7z0GmfEQerTXiAUdMtgPo-/article?mid=3259>

## 你的愛是我最大的動力

1005 王思喬/指導老師：馬玲華

我曾看過一本書，這本書作者寫出個人的親身經歷。作者是一位單親媽媽，她是台灣的購物台的銷售天后，而她最大的重心在她17歲的女兒潤潤身上。遺憾的是2012年11月14日，醫生經檢查的報告中得知，潤潤得了罕見的『MLD異染色性腦白質退化症』，簡單來說就是潤潤以後的生活會很沒有活力、走路不穩、注意力下降、抽筋等等。也許正是因為原本活潑、有才華、受大家喜愛的少女，卻被宣告剩下不到半年的生命。這位媽媽瞬間不知道該怎麼面對，更是自責、難過！甚至開始想著：『如果離別那一天到來，我該怎麼陪潤潤離開？』

作者開始在FB上告訴大家潤潤的近況，幾天之後，FB傳來一個訊息－馬偕醫院林達雄醫師，這似乎是在黑暗中一道明亮的光芒，指引著媽媽。2012年12月1日，潤潤開始住院，開始接受一系列的檢查與治療。

媽媽盡了最大的努力來幫助自己的女兒，「也許，以前你感受不到我對你的愛，但我希望，現在我對你的愛，能成為你最大的動力。」

住院第四天，潤終於站直了！第五天走路變快，第六天更加抬頭挺胸了，第七天寫字變得更快，第八天她的右腳可以跳22下，雖然左腳只有7下……出院後，她一天比一天進步。

看到這裏我才發現，這些點點滴滴芝麻綠豆小事，對於一般父母和我們自己，都是那麼理所當然。但對於罕見疾病的家人來說，卻是那麼難能可貴！生活中的幸福，原來我們一直都擁有，只要能夠平安的過日子就是，但我們卻在擁有的時不懂得珍惜。

2013年1月20日，潤潤的記憶有了重大的進展，她認得所有人，她的情緒高昂，正因為別人的鼓勵、支持、愛，是病人最大的良藥！

在醫院裡，有人歡樂的痊癒出院，也有人悲傷地送走家人，有人在愛的力量下努力奮戰，也有人孤立無援。有人說生命不在長短，而在深度，而我想說：『真心的愛，不只改變生命的長度，更能加深深度』。我想，我這一生無論何時都要幫助需要幫助的人，無論遇到什麼困境，都要相信自己，都要像現在一樣堅強樂觀、純真善良。

## 讓愛飛揚—你可以再靠近一點

特教組提供

情緒障礙是很常見的一種障礙類別，發生率已高達7.5至9%，在我們周遭，也許就有需要我們協助的情障朋友。情緒行為障礙是隱性的障礙，他們的症狀常常被誤解為不受教、沒禮貌、甚至是班上的搗亂分子。但這些行為**並不是「故意」**，而是因為他們有先天情緒行為控管的限制。以下文章會幫助你了解這一群特別的情障族群。

### ※我無法控制自己

情障學生因腦神經功能異常，常常不會依情境表現適當行為，如浮躁不安、充滿敵意、容易被激怒或激怒他人、易被誤認「明知故犯」，造成他自卑或焦慮。

### ※我覺得好累

有些情障學生因腦神經缺少某些傳導物質，深夜時常精神亢奮、睡眠品質不佳，造成白天上課精神無法集中、想睡覺。

### ※我需要提示與協助

情障學生動作較難自我控制，易分心、很難接受輪流、等待、指示、完成交代的作業，需大家多給他提示或協助他管理行為。

### ※我需要成功的經驗

情障學生在學習上因注意力不佳且記憶短暫，造成學習效果差，缺乏自信。請多接納、讚賞、多給他表現的機會。

### ※我一次只能做一件事

情障學生面對壓力的承受能力較弱，壓力大時，情緒起伏不定或逃避拖延。

### ※我需要愛與尊重

情障學生因自卑、焦慮，常覺得別人對他不友善，因此常與人起衝突、干擾他人學習。請多讓他感受到愛和尊重，相對的他也能對大家表現出愛和尊重。

### ※我需要鼓勵

情障學生的挫折容忍度較低，當他表現合適行為時，請鼓勵他持續再表現。

### ※我需要視覺圖像學習

情障學生常自我生活在充滿內在影像的世界中，文字處理有困難，處理的速度也很慢。可以運用視覺學習策略，轉化「文字資料」為「內在圖像」協助他學習。

### ※我對有興趣的事物常有創意

### ※感謝有你

情障學生比較不能管理自己，常常帶給周遭的人很大的困擾，請同學給予合理的包容、接納，並協助他行為管理。

## 認識特殊學生

你覺得每個人都一樣嗎？你認識哪些比較特殊的人呢？湯姆克魯斯眾所皆知的電影明星智力正常，但是他是學習障礙者；前新加坡總理李光耀他也是位學習障礙者。在國家音樂廳指揮的舟舟，因為第 21 對染色體異常是位唐氏症患者；莫札特、愛迪生、愛因斯坦和邱吉爾，他們都特別與眾不同——幼童時期令人頭痛不已！以現代醫學來說，他們可能就是「過動兒」。現代名人琥碧歌珀、達斯汀霍夫曼及比爾蓋茲，也曾表明患有「注意力缺失症」。班上同學，是否有這樣的狀況？

動個不停坐不住、說話不假思索脫口說出…  
跟他講話好像沒在聽、上課時一下子思緒就會飛走…

寫作業無法按時寫完、丟三落四…

常常碰撞出意外、與同學容易有肢體上的衝突…

以下是一位 ADHD 患者的自述，讓我們一起來認識一些特殊協助需求同學的特質，因為我們的瞭解與包容，愛與支持，會讓身邊這些同學的人生變得不一樣。

### 我是 ADHD：和別人不一樣，就一定是病嗎？

徐瑋均 20 歲確診 ADHD，多年沉冤昭雪，她的散漫源自疾病

徐瑋均的每個包包都是同一種樣式。「前面一定要有兩個口袋，一邊裝鑰匙、一邊裝手機，裏面夾層也要類似，錢包票卡都擺在差不多的位子。」隨手拉開身上的側背包介紹起包裏的「擺設」，她說東西放在相似的位子，她才找得到，否則鑰匙會永遠不知道擺哪兒去了。

大半的人生裏和「注意力不足過動症」（ADHD）共存，這是 30 多歲的徐瑋均慢慢發展出的一套生活模式，用來克服「注意力不集中」造成的困擾。

#### 「我懂那種別人說來理所當然，但你就是做不到的感覺」

家裏有三個姊妹、排行老二的徐瑋均小時候最大的麻煩是忘東忘西和念不下書，「像是我媽叫我們三姊妹做家事，我永遠都會拖地拖到一半水桶丟着去做別的事，不然就是衣服折一半人就跑掉。」徐瑋均苦笑，每次被家人責罵，說她不用心、故意不做好，「我都覺得好委屈，真的只能啞巴吃黃蓮。我真的不是故意的嘛。但是你一天兩天做事情做到一半就跑掉，每次被罵就說自己是『忘記了』，久了人家也不相信我。」

一個禮拜五天裏有三天一定要叫我媽幫我送東西來學校。」談起童年往事，徐瑋均笑着說，只要老師耳提面命「一定要帶什麼」，她就一定會忘記，「真的屢試不爽！」

五專時徐瑋均永遠在交作業的前一天趕着寫報告，別人早早整理好書包等着明天上課，她卻在臨時抱佛腳。她也曾經怕忘記寫作業，因此一下課馬上先把作業寫好。「結果後來我根本忘記自己已經寫了，要交的前一天還匆匆忙忙趕着寫。然後隔好久整理書桌時發現報告怎麼在桌上，也搞不清楚自己到底有沒有交。」

為了改善忘東忘西的毛病，徐瑋均找了許多「達人手帳」、「聰明的人行事曆這樣記」來看，也買了各種樣式的行事曆，準

備好好規劃時間，「但是根本沒用，因為我的專注力太短，用力寫完行事曆後就恍神了，忘記接下來要幹嘛。」徐瑋均大笑着說。作業忘記寫、課本忘記帶已是家常便飯，唸書唸不下去更是她的罩門，「國中時我好朋友都是班上前三名，我問他們每天幾點睡？他們說九點、十點就睡。我想說怎麼可能，我每天唸到十二點還念不完，考試排名永遠倒數！」

「因為我從來不知道什麼叫做『專心』，我以為每個人都是這樣，只是我比較笨。」

在學校無法獲得成就，但好在她國中時有一群好朋友，「他們會陪我唸書寫作業，參加比賽時也會拉着我一起去，得獎時我也有一份。如果不是他們，我可能早就中輟了，因為在學校只會覺得挫折啊，學習上完全沒有成就感。」

一直到 20 歲，看了醫生被診斷出 ADHD 後，人生裏的手忙腳亂才終於有了解釋，「知道以後我是開心的，因為我終於解開多年冤屈！」

徐瑋均說自己到現在都記得，告訴媽媽診斷結果的那天：媽媽正在開車，她坐在副駕駛座，先試探性地問：「妳有沒有發現我從小就和姊姊妹妹不一樣？」媽媽聽到後馬上劈頭蓋臉的一頓罵，「她說我從小就不用心、散漫、不認真讀書……」等媽媽唸完一頓後，徐瑋均才緩緩地說，「我有去看醫生，他說我是『注意力缺陷』。」說完這句，她眼角撇見媽媽已泛淚光，接着把車子停在路邊後哭着問：「那是什麼？會不會怎樣？會不會好？」

知道自己有 ADHD 後，徐瑋均和別人共同出版討論 ADHD 的繪本，也到處參與講座分享自己的生命歷程。但參與這些活動時，徐瑋均難免擔心母親是否心裏有疙瘩，覺得這樣的事不光彩，幹嘛到處講。好在媽媽並未反對，讓她心裏鬆了一大口氣。

念了幼教又考上特教所的徐瑋均現在在教育現場也常會碰上有狀況的孩子，「我同事都很好奇我為什麼面對這些孩子這麼有耐心，我說我不是有耐心，我是有同理心，因為我懂那種別人說起來理所當然，但你就是做不到的感覺。」節錄一端傳媒記者 呂苡榕 發自台灣 2017-04-27



# 尊重生命

世界上的每一條，每一種生命，  
都應該被尊重，被  
珍惜。沒有亂  
打成傷，沒有  
無情踐踏，更  
不應該被拋  
棄或放棄...



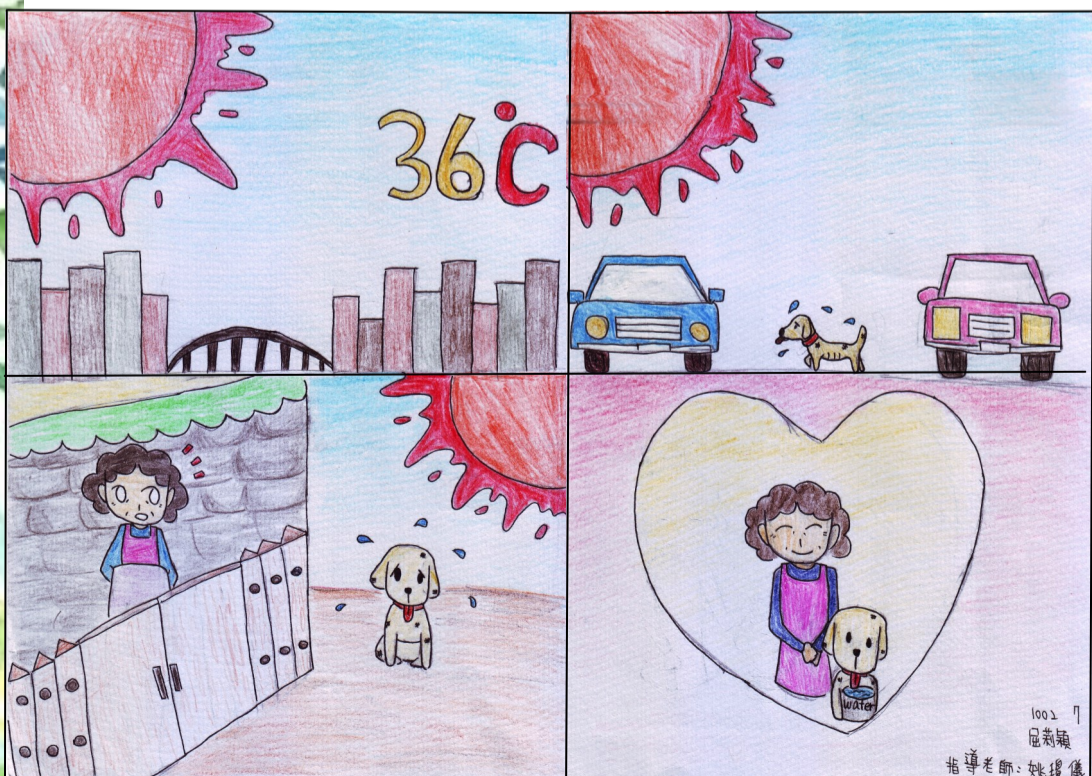
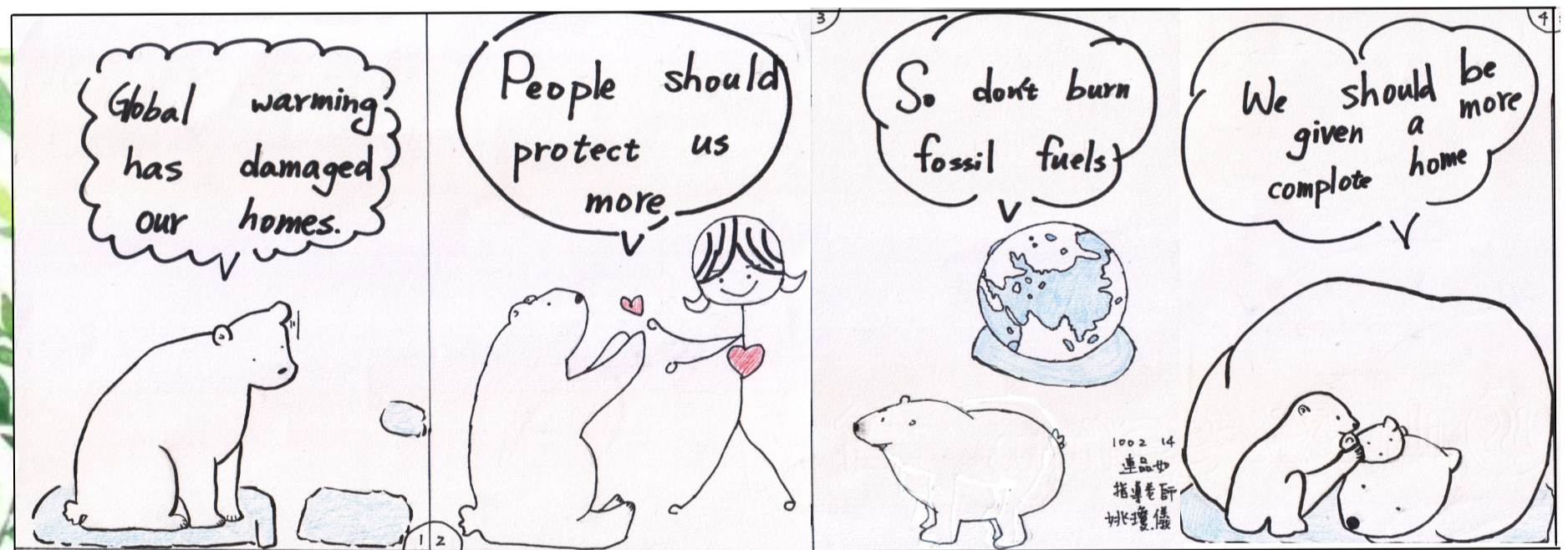
相信每一個人都  
想要生活在美好，  
幸福的日子裡，怎麼  
就可以了呢？  
方法很簡單~  
一見③  
\*最重要的是尊重



只需每種，每個生物之間，彼此  
和諧相處，互相尊重，  
互相和作，謙讓，  
包容，不破壞，不  
毒殺...



便能造就我們  
“每天都能生有  
在這幸福美好  
的生態圈子  
裡~”



本期以生命有愛愛中學習為主題徵稿，漫畫組的來稿，同學們不約而同都以珍惜生命，愛護動物為題。每一幅作品都流露出對不同物種的愛與關懷之意，而且有成熟的筆法與布局，令人欣賞，希望大家喜歡之餘，也能發揮個人一己之力，愛動物、環保救地球。

- 1 · 905 劉欣昂 / 指導老師: 黃玲錚
- 2 · 1002 連品如 / 指導老師: 姚瓊儀
- 3 · 1002 屈莉穎 / 指導老師: 姚瓊儀