

臺中市立豐原商業高級中等學校一一〇學年度第二學期

輔導室辦理活動成果



活動主題：「混障綜藝團」生命教育講座

活動時間：111年04月15日(五)14:15-16:05

參加對象：本校高一、高二學生

表演單位：混障綜藝團



周國生校長主持開場，並先致贈感謝狀予演出團體



校長上台與表演者進行互動、演出



學生上台與表演者進行互動、演出



演講結束，學生反應熱烈，進行全場大合照

臺中市立豐原商業高級中等學校一一〇學年度第二學期

輔導室辦理活動回饋統整



活動主題：「混障綜藝團」生命教育講座

活動時間：111年04月15日(五)14:15-16:05

參加對象：本校高一、高二學生

表演單位：混障綜藝團

聽完今天的講座，我的心得與發現是什麼?(節錄學生心得)

1. 雖然今天的表演者都有一點小缺陷，但看到他們在舞台上發光發熱的模樣，我覺得非常的激勵我！看完表演、聽完他們的故事後我覺得好像什麼事情都難不倒我了！
2. 不知道為什麼，看完表演聽完主持人的講述之後，會有一種莫名想哭的感覺，或許是因為感動吧，覺得他們真的很厲害很佩服他們
3. 覺得很勵志，很感動，每個人都有自己的長處，就算有缺陷也很努力的生活著，找到屬於自己的一片天
4. 外在的束縛不是真正的，有毅力去堅持自己想做的事，這才是人生該有的態度，當我們遇到這些身障朋友，我們應該給予鼓勵！
5. 我發現即使沒有雙手或者雙腳，生命也不會因此失去光彩，謝謝他們的演出，讓我知道沒有任何事是辦不到的！
6. 每個人都有不完美，但這些偉大的人都不放棄了，我們也應該秉持他們的信念，和他們一起努力
7. 感受到每個人的生命都非常珍貴，不要輕易放棄任何事。好開心今天能觀看這次的表演!
8. 人生中都會有不順利的地方，這些身障者帶來的表演讓我體會到了生命的熱情
9. 這些身障者能夠有自信，不畏大眾的眼光並且走出來演出這麼好，這麼棒的表演，讓我知道自己應該要更自信一點，勇敢面對每一個困難
10. 聽完這個講座，我覺得每個表演者都很难，我可能很容易就做的到事情，他們要努力很久才做得到，很佩服他們，希望他們可以過得好好的，開心的生活♥♥♥♥♥
11. 我認為，生命總是會有出口。不要輕易放棄，說不定能看到屬於自己的光芒。
12. 今天的講座我覺得很激勵人心，因為我是個身體正常沒缺陷的小孩，但是我並沒有特別擅長的或是突出的地方，而身體不健全的姊姊哥哥卻可以把生命活得充實並且有意義，讓我想想他們看齊！
13. 要好好珍惜生命，每個生命都是很寶貴的。
14. 我覺得這些身障者都非常的厲害，他們並不會因為天生的缺陷而失去了自我，反而在台上表演給大家看，還和大家一起互動，我真的很佩服他們能夠接受自己的不完美，讓自己變的更完美
15. 生命具有無常性，我們應該要多多包容，身體不便的人，不能隨便取笑，做人應將心比心，包容並珍惜現在你擁有的。
16. 雖然這些老師們都是身障人士，但我之前在國小課本裡面看過他們，也一直很好奇，今天看到了老師們的毅力跟樂觀，想做的事就儘管去做，為自己僅有一次的人生負責，雖然路上可能會遇到困難，那就把它克服，路要朝前走，人往未來看，

我希望自己也能做到這些事。

17. 每個人都有他獨特的價值，不要去否定他人，今天的表演者真的都非常了不起，不管發生了什麼事，他們還是努力的活出自己，這是值得我們學習的一次經驗！
18. 當我看到他們的演出，不管是默劇、唱歌還是舞蹈，在這個講座中的每分每秒，沒有一刻是讓我的目光移開台上的，他們把自己的故事，創造出希望讓我們感受，喜歡已經不足以拿來形容這次的講座了，我！超！愛！這次的演講！
19. 其實只要願意沒有什麼事不可能的任務，人生難免有挫折跟意外，不用怨天尤人，哪天或許也有意想不到的發展
20. 我從這些眾多的表演中看見，身障人士他們在台上是很開心的表演，和我想像不同的是他們在逆境中能找尋屬於自己的方法，走出自己的路。我發現他們也許都曾自卑、都曾活在這樣的陰影裡，可是正因為他們有走出來跨出步伐的勇氣，我才得以看見他們現在美好的模樣！也值得我們深思，都應該努力看看！
21. 人生沒有那麼難，只要有心想要做，一定就會有結果的。
22. 我們能坐在這裡看著他們表演真的很幸福，我也喜歡跳舞，就算已經練習到滾瓜爛熟，上台還是會緊張，所以我很佩服他們的勇氣和努力，更何況是在行動不方便的狀態下。以及我發現演默劇的聽障者真的好可愛，將氣氛炒到很高，帶給我們輕鬆愉悅的兩節課，讓我知道幸運的我沒有什麼事是做不到的，更有勇氣和動力做自己喜歡的事以及應該做的事，謝謝他們的表演！！(●'◡'●)/
23. 很難想像今天這麼精彩的表演居然都是由身心障礙的表演者所組成的 很難想像他們因為先天缺陷或是後天的意外所造成的身體不便 要花多少時間去練習才能完成這樣的表演 可能要花上比我們普通人多好幾倍的時間 不僅他們做到了而且做的很好！每一位身心障礙者都有著不同的榮譽 真的很不容易 面對舞台他們始終都是微笑面對 甚至可以用自己生命中的小故事來激勵我們 看他們在舞台上閃閃發光 展現者自己的才能 努力實現自己生命的價值 正向且積極 我不禁流下感動的淚水 曾經我也因為自己的身材不好 常常覺得我大概一輩子都不會有什麼成就 但看到他們即便身體不便仍然那麼努力的活著展現自我是這麼的自信 忽然間覺得外表似乎也沒那麼重要重要的是那一顆堅定的心 俗話說的好 有心者事竟成 通過今天的講座 希望自己在未來也可以放下世俗的眼光 堅持自己喜歡的事 完成自己的夢想！
24. 我在這些身心障礙者身上找到了「自信」，而且每一個表演者都是用微笑面對舞台及觀眾，看得出來他們每個人都洋溢著幸福的微笑，真的讓我覺得人生雖然不完美，但卻能完美的活出自己！
25. 在這個世界裡，有著許多我們看不到的事情，我常常會因為一些小挫折而想放棄，甚至有的時候會抱怨東抱怨西，然而今天的講座，讓我發現原來平時的自己有多不知福，世界上有許多跟今天哥哥、姐姐一樣的人，但他們雖然會有挫折的地方，但他們都堅持了過來，我又有什麼做不到的呢，只有活出自我，不過度聽從別人的言語，做自己，才是真的對的起自己，缺陷從來都不是身體，而是內心，想要做怎樣的自己，才是一生的關鍵。
26. 從這些表演者我發現，不管是有肢體障礙、聽覺障礙、視覺障礙等等，都沒有影響到他們精彩的表演！雖然他們比起一般人可能比較沒那麼幸運，但在舞台上，我看到了他們在表演中所散發的笑容，非常具有感染力，這是他們從內而外散發出的自信，外在的缺陷並沒有限制住他們的心靈，但除了突破心裡的那道枷鎖，他們也花費了非常多的時間去練習，而且因為外在與一般人的不同，讓他們在學習和練習上都要比別人更努力。有位肢體障礙的表演者說到雖然他有肢體障礙，但卻還是考取了美甲二級證照的經歷時，他一度哽咽，我也覺得很感動，上台表演的這些人都曾想過要放棄，但是什麼支持著他們的呢？是家人、朋友、老師以及他們自己。很感謝這次舉辦的活動，讓我了解到不管外在如何，生命都還是能一樣精彩，只要希望，生命永遠有無限可能！
27. 這場講座是我看過所有講座裡面印象最深刻最喜歡的講座！雖然老師他們身上有些缺陷 但這又怎麼樣？還比一般人來的有才華有天份！靠著不凡的意志力生命力走過人生最低潮 現在的他們身上充滿力量看著他們如此自信讓我也有了動力 我不該輕易放棄 遇到了 要試著解決 試試看！

謝謝今天所有的老師 感謝他們帶給我們那麼精彩的講座 也謝謝學校給了我們一場那麼好的演講

28. 這裡面的表演大概讓我最震撼的是一個無四肢的一個表演者，因為沒親眼看過向她那樣的人在我周遭，而她的舞蹈讓我覺得她非常輕盈，我這樣好手好腳的人跳她那樣的舞還可能轉錯邊或跌倒扭傷。聽到最後她跟天上的外公訴說：「我做到了，別擔心！」我心中是有點想哭，這是歷經多少的困苦和挫折才能說出這句簡單的呼告！而少了左手掌的舞者和無四肢的舞者配合的共三人的泰式風舞蹈，讓我全身有著想跟著跳的感覺。然後緊接著視障的小提琴教授，他驚人的表演，爐火純青的技術讓我看完了起雞皮疙瘩。最印象深刻的表演是聽障的表演者，他的默劇非常的「聲」動，雖然他的世界沒有聲音，但他肢體所呈現出的聲音，可能是連我們一般人的耳朵都聽不到的，是要用眼跟心去聽，仔細用眼觀賞，並在心中架構出靈魂的聲音，他的聲音世界是我們無法用短時間深入瞭解的。最開始和最後的歌手把整個場面氣氛炒到最嗨，手和手機閃光燈搖起來！聽完整個講座讓我覺得不像是講座，這是一個小型的小豐商巨蛋表演現場！！
- 一般人可能會稱他們為身障者，但看完今天表演，我反而覺得他們比一般人還厲害，他們的意志比我們還堅定，成就比我們還更大，在我眼裡，我應該改口不能叫他們任何 **XX** 障礙者之類的名稱，他們是普通人我應該像他們學習。不論是先天或者是後天造成他們身體的不便，他們都能克服並且活得比那些只會怨天尤人遊手好閒的人來的精彩又光明。堅定的意志、勇於嘗試的精神以及肯定自我的信心，都是我在人生中要具備的，今天我生下來就健健康康的，我沒理由去抱怨我所碰到障礙，我應該要突破他，而不是像前面我所說的一般人只會抱怨。我要好好想想，將心比心今天我是這樣，我能和他們克服困境找出人生方向，還是頹廢到無可救藥呢？世事無常，瞬息萬變，永遠不會知道是明天先到還是意外先到，就像今天的表演團，有的人就是後天所造成。從現在開始，我要努力建設好我的意志力和信心跟勇氣，為未來做出準備去看面對任何阻礙。