

# 耕讀

心田

# 金中心田



## 心的生命樂章

王鈺如老師整理

這學期的週會特教宣導邀請清華大學大三學生吳承灃來學校分享他的生命故事。

承灃從小視力一直很好，一直到14歲那年的一次視力檢查，他看到左眼前有塊撥不掉的白霧，才知道因為雙眼可自行調節視差，所以他一直沒發現自己的左眼已近乎失明。更棘手的是，他在發病後短短半年，左眼視力已趨近於0，右眼視力也僅剩0.01。

得知罹病，父母帶他跑了很多醫院，做過很多檢查，嘗試各種偏方，例如針灸、氣功等，但視力都不見起色，直到被榮總確診罹患家族性遺傳的疾病。一般人很難想像承灃看得到的世界究竟是長怎樣？他以過去視力正常時的經驗精簡描述，他看到的世界，就像戴眼鏡的人吃麵時看到的霧氣，或近視的人沒戴眼鏡看窗外景色，隔著一層東西的感覺。

剛開始看不見時，有次他獨自搭公車時問司機：

「請問這是幾號公車？」沒想到遭司機反嗆：「你不會自己看嗎？」那種受傷的感覺至今都很深刻。他也常遇到，過馬路因看不出綠燈剩餘秒數，走1秒就聽到車輛開動聲，還被按喇叭，也只能儘速通過。

對於許多日常的不便，承灃都已找到因應之道，像是一般人用零錢買小吃、用鈔票儲值，而他為方便購物時能快速拿對錢，會預先準備百元鈔票，再把找回來的零錢用來儲值悠遊卡。此外，他購物似乎比一般人更果斷，比如買早餐時，他問店員有販售的項目，大致聽到想吃的餐，不待店員念完，就立馬點餐，從詢問、點餐到付錢，整個流暢到讓店員事後驚訝說：「原來他看不到！完全看不出來。」

承灃從小就打擊樂與鋼琴，並持續學習到國二，為了準備考高中，才中斷練習，但其實他最初學音樂，並非對音樂有很大的興趣，而是聽從父母的安排。而在發病初期，他也曾抗拒掀開琴蓋，因為對他來說，本來熟悉的黑白鍵，看起來像是一團霧，挫折感太強烈，過了許久他才鼓起勇氣，雙手輕敲琴鍵，用心感受音律舞動，才意外發現就算幾乎看不見，他還是可以倚靠聽力，用聲音來記憶每個音的位置，鋼琴老師還因此發現，原來他有絕對音感的天賦。

這幾年，承灃將自己的生命故事，用一首首鋼琴自創曲記錄下來，四處演出，也到各地演講分享。他感謝學校給他很多表演機會，包括在校慶音樂會上擔任嘉賓，讓他透過音樂重拾自信與能量，也讓他有更多勇氣面對生活上的種種挑戰。

承灃希望能藉由自己的故事，鼓勵更多遭遇挫折及其他生病的人：「很多時候會遇到一些挫折或障礙，但經過一段時間就會發現很多限制是自己給的。我很感謝在發病前，還有一段可以看得到的時間，讓我現在更可以感受到每個生活上的其他事情。」

去年8月，吳承灃成立「吳承灃Charlie Wu」臉書粉專和個人YouTube頻道，也在去年12月4日發行首張個人創作鋼琴專輯《心的樂章》，希望用音樂和大家分享他的生命故事。希望將來能像自己很喜歡的創作家V.K客一樣，透過音樂把正能量分享給更多人。(梁雅雯/台北報導-蘋果日報2019.12.26)

除了努力，也要讓別人看見你的獨特  
一〇八課綱鼓勵學生找出獨特的一面，引導學生對自己絕對誠實，方能找到獨一無二的優勢，成為連結自己與未來的最佳路徑，每個人都是獨一無二的自己，要懂得讓別人看見「自己的獨特」。

「特殊選才」入學、一〇八課綱下的「學習歷程」都是為了鼓勵學生把獨特的一面找出來。然而，在整理學習歷程檔案時，不要忘了，這是你學習的過程，值得記錄下來，除了認真撰寫外，你的獨特在那裏？這更值得記錄。當你在做學習歷程檔案時，除了老師提供的學習單外，建議思考三件事「上課做了什麼事？」、「上課學到什麼？」及「上完課你會因此做什麼？」一併列入學習單中將可展現個人的獨特性。

台裔哈佛商學院副教授黃樂仁在大學曾遇到一位英文寫作課教授，他看到她的亞洲名字，就預設她不懂寫作，第一篇作業給她F(Fail, 不及格)，她觀察到他的偏見，在下一篇作業寫「作為亞洲人，我如何透過門課，克服語言障礙」，拿到B-，這就是她以自己的獨特，扭轉局勢。

「除了努力，也要讓別人看見你的獨特」這概念不僅在學習上、升學上，甚至在未來找工作及在工作表現上都適用。

李金龍



4月份  
有獎徵答

班級：\_\_\_\_\_  
座號：\_\_\_\_\_  
姓名：\_\_\_\_\_



《科普小學堂》什麼是雷伯氏視神經萎縮症呢？

Leber's Hereditary Optic Neuropathy (LHON)是一種由於粒線體基因異常，所導致的視網膜神經節細胞病變疾病。患者發病的年紀多屬於年輕成人階段，或甚至是在青春期中就發病，大多數患者發病的年紀介於15-35歲。患者發病時多半會以急性的速度，出現無痛性的視力下降情況，初期常常都是視線中心區域出現視野障礙，患者的視力會非常快速的下降，常常可在兩週內從1.0下降至0.05以下，甚至僅能見手動的程度。

上期金中心田有獎徵答獲獎同學

👑 201洪淑廷

👑 201李冠翰

👑 201高思傑

恭喜以上同學  
也歡迎大家  
踴躍投答😊

4月份  
有獎徵答

班級：\_\_\_\_\_  
座號：\_\_\_\_\_  
姓名：\_\_\_\_\_



## 職業工作指南-美容師及美容技導

在生涯探索及發展的路上，選擇工作、發展志業需要對自己的了解及各項訊息的蒐集，因此，這次挑選了一種職業做介紹，協助同學對工作世界有更深入的了解。

### 美容師及美容技導？

#### 職業說明

美容師提供顧客美容服務與諮詢並提供保養建議、美化肌膚、修飾容貌。美容技導負責規劃美容技能課程，提供美容師教育訓練及新知。



#### 工作內容與環境

美容師通常會經歷「美容助理」、「美容師」、「美容技導」、「美容講師」、「店長」等不同職務階段。負責顧客皮膚清潔、保養及美化等修飾容貌的服務，同時提供美容諮詢，美容產品使用建議。美容技導由資深美容師擔任，需要有顧客服務、美容實務及產品行銷的經驗，能傳授美容技術、溝通技巧、療程經驗以及產業新知給美容師，使美容師成為更優秀的美容從業人員。美容師的工作場所多為獨立、整潔和明亮的服務環境。



#### 適合的能力與特質

- 能力：美容相關專業知識及技能，熟悉美容儀器操作、擅於與人溝通、清楚表達、能遵守職業倫理。
- 特質：做事用心、細心、有耐心、喜歡吸收新知、擅長與人交際。

#### 要具備的條件

- 就讀美容美髮或化妝品等相關科系。
- 取得勞動部美容乙、丙級技術士的證照。

#### 可能面對的挑戰

- 工作時間較長，休假天數較少，薪資多採獎金抽成制，許多店家會依照服務顧客人數給薪。
- 會遇到各種類型的顧客，必須有耐心和顧客溝通。

資料來源：文章摘自「職業工作指南」2018年5月出版，撰文：黃俊薰。



## 生命教育紀錄片—拔一條河

觀看紀錄片—拔一條河，學生最受感動的，莫過於甲仙國小拔河隊的小朋友，穿著借來的鞋子，靠著綁在樹幹上的繩子及站在床板上練習，終於在101年6月拿下全國比賽亞軍。拔河隊為甲仙爭取榮譽，也喚回大人被摧折的信心與勇氣。來自南洋的新住民媽媽，更是甲仙重建不可或缺的堅實力量，她們用一道道異國美食，凝聚留在故鄉打拚的人，他們都在拔河，與死亡傷痛的記憶拔河，與大自然對家園造成的摧殘拔河，與不知何時才能再起的脆弱在地經濟拔河，在拔河中，退後又前進，重建毅力與信心。

看完影片後進行有獎徵答，由於情節很吸引人，學生非常專注與投入，也很踴躍回答，分享自己的觀後感，對小孩而言是拔河賽，對大人來說何嘗不是一場與生活、生命的拔河呢？由於本校也有很多新住民小孩，也有原住民族藝能專班，即使一般學生也有與情節類似挫折與創傷，但可貴之處就是這部片子也提供她們繼續向前勇氣，這也是他們深受感動之處，如果你還沒看過，這是一部很值得推薦的片子。



▲觀看拔一條河紀錄片，進行有獎徵答，學生踴躍發言。



## 校友帶路

20屆畢業生 林佳慧(景文科技大學餐飲管理系 廚藝組)

### ★這個系在學什麼？

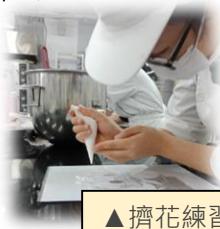
餐飲管理系主要是學習餐飲從業人員相關知識及技術。學校目前分為管理、廚藝及烘焙組，雖然都隸屬同一個系，每個組著重的點會不同，像是廚藝組的一星期就有三次實作課，管理組的實作課相對較少，但仍有相同的基礎知識及技術操作的課程，烘焙組的課程甜點製作、烘焙原理。

大一上下學期學的是中西餐烘焙課程。大二上學期有中式點心、異國料理、麵包製作，中式點心可以學到很多常見的中式點心。例如：韭菜盒、鍋貼、餡餅...等。該課堂中師傅也會講解麵糰的應用像是燙麵法、內餡、麵團整形技法。

除了技術之外，還要學習如何管理，餐飲管理所學到的則是倉儲管理、進貨、成本問題...。大三則是校外實習，不論是海外或是國內實習都是透過兩年所學的與企業接軌並應用在職場上。

### ☆我最喜歡的一堂課

我最喜歡的一堂課是大二下學期所修的「蛋糕裝飾製作」。這堂課主要是在教裝飾，像是翻糖蛋糕、鮮奶油蛋糕。一開始的課堂是在教用花嘴擠花、寫字、及繪製卡通圖案。除了這個還有用花嘴做玫瑰。這堂課跟以往的烘焙實作課程不一樣，這次的課比較著重於裝飾，對我而言這門課很特別，活用花嘴做裝飾。蛋糕的味道是重要的，裝飾也會影響購買慾望。一開始練習寫字或是畫玫瑰花真的不太好掌握，但多次練習並與朋友討論，就能掌握到要點，讓自己的作品越來越進步。學會這些裝飾，能將這項技能活用於親朋好友的蛋糕上。在裝飾蛋糕時不僅考驗耐心，同時也在訓練自己。



▲擠花練習



▲繪製卡通圖案

## 無聊，我們最大的敵人，與盟友

在什麼時候，你會感到無聊呢？

是沒有安排的假日？坐在站牌，一個人等待著要帶你走的公車？是跟同學聊天、卻突然尷尬起來的場面？對於學習的內容，因為不會、而不知道要怎麼辦的狀態？又或是，面對日復一日的每一天，規律的日常讓你感到無聊呢？

無聊是個「沒有吸引你的事情想去做」的狀態，通常在下一秒、如果可以的話，手機就會被拿出來。手機、作為我們打發時間的朋友，變成我們重要的朋友，給我們知識、和朋友連結的時刻、表達自己的管道.....。

但、若連手機都失效了，當你總是感覺到無聊，久而久之，就很容易失去對周遭事物的好奇心，以及失去想要瞭解眼前事物的動力，這樣的人生，雖然也沒什麼不好的事情發生，但「也沒什麼好事」本身，就是個最大的、自己給自己的懲罰。

生活真的這麼無聊嗎？其實很多事我們早就先貼好感覺的標籤，例如「做家事？好無聊！」「跑步？這真無聊」「跟爸媽聊天，絕對會變成我被罵」，許多的感受，我們有了先入為主的想法，或是被過去的經驗影響，就會讓這些事情率先被蓋上無聊的章。如何把過去的無聊、變成現在的有趣？

- ◎ 嘗試去發現自己以前沒想過的事。
  - ◎ 換一種模式做已經很常在做的行動。
  - ◎ 與人討論，創造跟人的連結。
  - ◎ 尋找可信任的師長，聊聊現在的狀態。
- 願每位同學都有不無聊、精彩的每一天◎



### 4月份 有獎徵答

請問來分享的承濤同學罹患什麼疾病呢？

### 4月份 有獎徵答

請問來分享的承濤同學罹患什麼疾病呢？