國立苗栗高商110年中學生閱讀心得競賽得獎

作品目錄

競賽梯次：1100310

作品標題：不守婦德的她？(特優).....1
作品標題：陪伴是世上最暑侈的禮物(特優).....3
作品標題：複雜人生簡單活(特優).....5
作品標題：童趣中的學習與成長——我讀《小王子》(優等).....7
作品標題：我決定我是誰(優等).....9
作品標題：霸凌的關鍵來自家庭(甲等).....11
作品標題：細節決定健康-女人篇(甲等).....13
作品標題：你的善意，是孩子的光(甲等).....15
作品標題：記得你是誰(甲等).....17

競賽梯次：1101010

作品標題：比句點更悲傷(特優).....19
作品標題：讓過去的你，蛻變更好的未來(優等).....21
作品標題：尋找人生的新乳酪(優等).....23
作品標題：馬克的完美計畫(甲等).....25
作品標題：我的存在本來就值得青睞(甲等).....27
作品標題：養育(甲等).....29
作品標題：沒事教室(甲等).....31
作品標題：童女之舞(甲等).....33

競賽梯次： 1100310　　得獎名次： 特　　優

班　級　：　國際貿易科 1 年 1 班　作者：　廖○興同學

作品標題：不守婦德的她？(特優)

閱讀書名：《殺夫：鹿城故事》

一、圖書作者與內容簡介：

作者李昂，本名施淑端，彰化鹿港人，有「文壇怪傑」之譽。

《殺夫》這本小說述說，主角林市，生活在重婦德的古板社會，在受到母親的陰影而影響思維，承受丈夫的性虐只求溫飽，還得忍受外人批判刻板女性的行為舉止，利用前後呼應道出卑微的結局。

二、內容摘錄：

「不守婦戎，毀我千年婦女名訓。」(P.74)

「有個女人，免作羅漢腳，有吃有睡，實在有夠嶄。」(P.85)

「妳們知否.....。」(P.102)

「吃，吃，吃，看我多夠氣派，讓我牽手吃一整隻豬腳。」(P.132)

三、我的觀點：

憐惜我的蒼天，賜給我這平庸而無華的世代，免已遭受惡魔的枷鎖囚禁在無法自理的時代，規定是人類創造且賦予意義，後人卻食古不化的傳承下去，所幸人類在資訊化豐富的時代懂得反思一切並給予一個填空格。

這本小說刻意充滿著傳統刻板印象凸顯父權體制的荒論，從家事、工作、倫理、婦德都冠上了女人不該這樣做的大道理，相夫教子、夫唱婦隨這些成語在古早時代可是琅琅上口的名言，現在卻是可笑之言的代表，作者將書中林市的形象利用各種暗喻描述當時婦女的悲苦處境，林市對那塊祭祀過的豬腳充滿恐懼，卻因為丈夫的要求一口一口的吞嚥，就算在如何作嘔為了要維持家庭的和諧必須容忍，只能聽從丈夫的命令不得反抗否則就要挨上皮肉痛，調侃的言語則是在心靈上割了一刀，夜裡還要強忍丈夫的性虐，當痛苦到達極限，書中把人逃避的心態用斷斷續續的夢境來麻痺自己所受的委屈。

當今社會還是充斥著一樣的氛圍，許多新聞報導的受虐婦女還是過著得過且過的日子，搪塞一些理由說服自己並且繼續忍耐，並藕著傳統觀念的遺毒認為家醜不可外揚，妻子的責任就是維持家庭和諧，但外界看到的卻是只有妻子因為無知，而選擇留在暴力行為的丈夫身邊，並且將丈夫行為合理化，加上通常女性都不會認為這種行為是家暴，畢竟那是他的丈夫，所以只能忍耐期待他會有所改變，只要等待就會有希望存在。這本書從民國 70 年代的社會背景到現

在已經過 30 餘年這種堅守傳統婦德的問題猶存，該如何解決卻始終是個難題，我們或許能靠正確觀念引導那群在深淵的受害者讓他們能夠產生一股勇氣面對問題，走向他希望的人生。

網路輿論的撻伐與新聞播報的敘述，不知不覺的左右人們的判斷力，但人們認定的事物常摻雜一些非本身的想法，例如：有時是被聳動的新聞標題、朋友傳沒經過證實的訊息，就直接否定掉原本的看法，看見與聽聞不常常是確切的事實，我們卻用粗略的傳聞給了正確答案，不知道從何時開始我們成為一名片面法官，看見標題與簡單的敘述就直接判處死刑，似乎一點也不想了解背後造就的原因，就像這本小說開頭用幾則新聞輕佻的開頭敘述林市慘無人道的滅屍手法，沒錯！這篇新聞很多人看完標題就未再觀閱內容，而直接加以發表言論附和批判林市的作為「是無情殺害枕邊人。」、「區區弱女子，一定有幫凶。」、「謀財害命」……，更加離奇的是當案情釐清原因後與當初評論事實相反時，當初一面而倒的言論竟完全消失無蹤，反倒是增加一些「牆頭草」的荒謬言論。

三月八日婦女節這一天特別用來提醒世人女性需要受到平等的待遇，在這形式的紀念下而定的日子，實際上女性還是承受一些不平等的待遇，根據『行政院主計總處統計』女性工作時數要比男性多 52 天才會到達平衡，女性下班後照顧家庭時間是男性的 3 倍之多，我們真的有達到所謂的兩性平權嗎？書中的女主角當中做了許多家事例如：洗衣煮飯、準備節慶祭祀等等家務事…...都好像是女性應該做的事情，卻未因此受到尊重，卻仍然對女性充滿許多歧視的言論與排斥，例如：忌諱女性生理期認為是件污辱骯髒所以既不能進廟宇也不能與喜慶有關的活動，這些都是父權統治下的陋習。

書中使用一些極端的例子提醒人們，這些情況還是存在這個社會，如果想改變現況不能光靠表面或著一些口號，而是要從人心的深處扎根，可以從文化、政策、種族這些方向來努力，近年來也有許多政策彌補女性在社會上的弱勢，減輕女性社會上的壓力，育嬰制度的改變不在是女生單獨需要負責的事情，而時代的開放也產生許多偉大女性：例如：德國總理（安格拉·多羅提亞·梅克爾）、比爾梅琳達·蓋茲基金會創立人（梅琳達·蓋茲）、英國首相（特雷莎·梅伊），紐西蘭總理（傑辛達·凱特·勞雷爾·阿爾登）已經是紐西蘭第三位的女性國家總理，這些名人也向男性證明了女性也是有相同的做事能力。

四、討論議題：

兩性平權真的已經實踐了嗎？

家庭的情緒勒索該如何解決？

言語欺凌是把利刃，該如何瓦解？

競賽梯次： 1100310　　得獎名次： 特　　優

班　級　：　會計事務科 3 年 1 班　作者：　陳○馨同學

作品標題：陪伴是世上最暑侈的禮物(特優)

閱讀書名：《陪伴，是世上最奢侈的禮物》

一、 圖書作者與內容簡介：

他說：「陪伴，是世上最奢侈的禮物。」如果有一天我們終將失去，你會在終點來臨前做什麼？你願意為你自己，為你所愛的，好好再勇敢活一遍嗎？在這個故事裡，我們可以看見自己的縮影，那些失去，那些錯過，和故事裡的人物一樣，我們都得學著在愛與黑暗中成長；在道別前學會勇敢，也學會珍惜。

這是 Peter Su 想寫下這個關於愛，遺憾與告別的故事，他說：「我想陪你一起走過每一段路，我相信，時間，會帶我們去美好的位置。」

二、內容摘錄：

1. 世界上有很多事情足以讓你感到幸福，而那些東西全源自於你對身邊的珍惜。P. 152

2. 那個時候因為咬著牙堅持的人最勇敢，長大後才發現，懂得放下的人，或許才是最強大的。P. 86

3. 長大了才知道，眼淚有三種。小時候的我們，哭，是因為得不到；成長的過程，哭的是失去；後來的我們，哭，是因為懂了。P. 188

三、我的觀點：

人都會經歷生老病死，童稚時只懂得哭鬧玩耍，青少年階段漸漸有了自己的想法，開始會規劃著自己的未來及目標，隨著年齡的增長，我們愈想體驗不一樣的生活、闖出一片天，而這樣的想法也就代表著要遠離從小到大的居住環境，和親人之間的距離也漸漸地拉遠。在我們正朝著憧憬的目標，頭也不回地向前衝時，往往都忘了那將我們拉拔長大，給予我們所有支持的父母也隨著時間的流逝慢慢老去……

在外打拼的我們，總以為只要多賺一點錢，讓父母過好一點的生活就好。但往往忘了，外在的物質永遠比不過溫情的陪伴，對父母來說，陪伴才是最珍貴的。

記得小時候，不管父母要去哪裡，我總會像一隻跟屁蟲一樣，不論他們走到哪、我就跟到哪，但隨著年紀愈長愈大，課業也愈來愈重，就希望擁有更多自己的時間，做更多想做的事，但也因為這樣，所以就忘了抽出一點時間來陪

伴父母，有時看到父母因工作而一身疲勞的樣子，就會想最近自己有沒有好好地陪他們聊聊天，或是幾句簡單的問候。

隨著科技發達，小朋友的成長過程幾乎都少不了智慧產品的陪伴，但在我小時候，3C 智慧產品還不普遍，所以父母都會帶著我和姐姐們一起去各地遊玩，即使只是小周末，我們全家也都會膩在一起，就連生活瑣事也能使我很開心，爺爺常常帶我上街買糖炒栗子，或是小零嘴，有時還會帶我去朋友家泡茶，雖然聽不懂大人的談話覺得有點無聊，但只要能陪在爺爺身邊就覺得很安心。但孩子總會長大、長輩也會變老，就在我即將上高中的那一年，爺爺生病了，看到他因為病情愈來愈糟糕而食慾不振，甚至兩三天就要住院，就覺得很心疼，即使只是坐在病床邊牽著他因生病而瘦得只剩骨頭的手，都可以感覺到爺爺的堅強，雖然最後爺爺不敵病魔、離開了家人，但他陪伴我童年的美好時光，我會一輩子記在心裡。

有時，我們總會覺得身旁的親朋好友，沒有人在乎自己的感受或心情，但他們其實都是默默在心裡關心著，甚至是在不遠處看著……還有在自己人生不順遂時，家人們也都會不離不棄地陪在身邊，即使沒有說半句話，只要一個輕輕的擁抱也是我們繼續往前走的最大力量；家人的陪伴，就會有一種安心的感覺。

媽媽常說：「朋友不用多，真心對待的只要一個就夠，那個人會在你不開心時，陪在身旁傾聽，當你的垃圾桶，有困難時，第一個跳出來幫你。」有時如果自己的家人、朋友需要陪伴時，是不會顧慮自己的生活狀況與身心狀態，只要他需要，一定會在任何時候、任何情況，馬上跑去陪伴他。「陪伴」這個詞雖然看似不起眼，但它所能給予人的力量卻是無比強大。

四、討論議題：

不論親情、愛情甚至是友情，陪伴都是維持感情的重要因素，但如果在你需要人陪伴的同時，你的親朋好友無一在身邊，該如何自我紓解情緒？

如果朋友需要陪伴時，你會排除千辛萬難，去陪伴他嗎？

競賽梯次： 1100310　　得獎名次： 特　　優

班　級　：應用英語科 2 年 2 班　作者：　徐○琪同學

作品標題：複雜人生簡單活(特優)

閱讀書名：《如果可以簡單，誰想要複雜》

一、圖書作者與內容簡介：

作者 Peter Su 將真實生活裡遇見的討人厭的過程、情緒、結局給記錄了下來，裡面的故事主角可能是你，或是你身旁的人，無論那件事情在你的真實生活裡是否已經發生，有時候我們該思考的，或許只是要在故事結束前做出什麼樣的選擇。誰都喜歡簡單的人、簡單的事，但面對那麼多討人厭的事情，如果可以簡單，誰又想要複雜？

二、內容摘錄：

這世界就像一本讀不完的書，道理寫得清清楚楚，體驗的全都是自己。（P.104）

如果你不嘗試去做自己想要的事，不去喜歡想要喜歡的人，不去冒險自己想要的樣子，那活著跟死去有什麼差別？（P.145）

因為沒有特別幸運，所以才特別努力，希望你記得，你不可能比所有的人好，但你也不會比所有的人差。自己想要的就是最好的了，而你想要的只有自己能給自己。(P.173)

三、我的觀點：

「生命很簡單，只是我們誇張了。」這世界不斷地在變化，人也是。沒有一個人是不會變的，只是變得人生方向和你的價值觀是否還相同罷了。我們無法每件事都順心如意的照先前所規劃好的路線前行，或許會碰見道路施工、偶爾誤入荊棘蔓延的叢林，誰都無法預料未來會有什麼樣的變數。而我們能做的是接受這樣的改變並繼續生活，不斷地加強自己，讓自己能有足夠強大的力量去面對著成長中的所有改變。

小時候的我，許的生日願望總是有很多：想和喜歡的人永遠在一起、想吃好吃的東西、想擁有最新一代的玩具、想快點長大，更想多三個願望……。然而，在歷經成長中的酸甜苦辣、挫折與冷暖後，我反倒在茫茫的旅程中迷失了自我——被污染的價值觀掩埋，被世俗的洪流淹沒；更隨波逐流地去滿足於現實社會所定義的「好」，進而失去了最純樸的自我。我彷彿是一隻被困於世俗大網的蝶，更加迫切的想在成長中找回最單純的自己，奮力舞動翅膀，好似就能變回從前那隻無憂無慮的幼蟲。可誰知道，蛻變為一隻美麗的蝶是經由自身與外界的碰撞、衝擊，突破堅韌的保護網後才得以展開雙翼，飛向湛藍的天際，

去探索一切未知、擇己所愛。

還記得十五歲的生日，我給予自己的期許是：願我能一直保有童年的初心，快快樂樂的過好每一天、認認真真的對待每一件事，並把它做到最好，也帶著這份童稚，持續茁壯。然而隨著年紀的增長，最後的願望只剩下：希望我愛的人與愛我的人都能平安、健康、快樂的度過每一天。使我不禁困惑：為什麼小時候總是想快點長大，長大後卻總想回到小時候呢？一日，我詢問喜愛復古歌曲的母親：「為什麼現在的年輕人都不太喜歡聽老歌了呢？」母親說：「現代人啊，都太浮躁了，聽的人也不會想要多安靜。」「那你為什麼會喜歡老歌呢？」我不禁疑問，母親微笑道：「我已過了喜愛流行音樂的年紀了，但卻始終能很強烈的感受到復古歌曲帶給我的心靈平靜，好像找回最簡單的自己。」那一刻，我好像悟出了一直以來塵積在內心已久的疑問。

成長，是一邊遺落再一邊拾起的旅程。擁有不可回逆性的它不斷地逼迫著自己長大；然而在成長的過程中，所歷經的每一道刻痕都終將會幻化為成長的印記，滋潤著乾涸的心靈。漸漸地，我在得知美好童年倏忽即逝後，才更懂得把握生命中的每一分每一秒，卻又不得不和時間低頭，帶著成長中遺落的物件繼續旅途。如村上春樹言：「你要做一個不動聲色的大人了。不准情緒化，不准偷偷想念，不准回頭看。去過自己另外的生活，你要聽話，不是所有的魚都會生活在同一片海裡。」人，真是個貪婪的動物啊，始終不明白當下所擁有的幸福，總是在保有最純粹的自我時，追求更多絢爛的外包裝；得到華靡的一切後，才想到當時該好好地去抓住那個最原始、最簡單的自己。

「生命很簡單，只是我們誇張了。」在我心中，每一個人生來都是一塊璞玉，散發著似嬰兒雙眸般透澈的光芒，乾淨、純粹、簡單。在經由成長的洗禮後，有些人選擇被現實塑造成一塊符合社會期待的普通石頭，虛偽的迎合著世間的複雜情感；然而有些人選擇不被定義、只做自己，最終成為一塊獨特的瑰寶。即便在雜音圍繞的世界中，他們還是選擇細細聆聽自己內心的聲音，即使過程中有掙扎與外界紛紛擾擾的誘惑，但最終，他們選擇在面對複雜的世界時，依舊保有赤子之心。無論在成長的旅途中會面臨到任何世態炎涼，我都期許自己依舊能將那位最純粹、善良的女孩保有在心中，並帶著那顆最簡單的心，繼續前行。

四、 討論議題：

在哪一瞬間，你發現自己成長了？

若能選擇，你會選擇追隨潮流，擁有榮華富貴；還是會選擇簡單地過活，享有幸福快樂呢？為什麼？

競賽梯次： 1100310　　得獎名次： 優　　等

班　級　： 國際貿易科 2 年 1 班 作者： 鍾○恩同學

作品標題：童趣中的學習與成長——我讀《小王子》(優等)

閱讀書名：《小王子》

一、圖書作者與內容簡介：

聖修伯里曾在法國藝術學院就讀，15 個月之後放棄並開始他的詩人生涯。21 歲時成為一名騎兵並開始受飛行員訓練，1943 年小王子出版。本書敘述作者因飛機失事，墜機於撒哈拉沙漠，巧遇一位來自遙遠星星的”小王子”，從他聽來的故事以及與他相處的點點滴滴，展開了精彩引人省思的故事。

二、內容摘錄：

我絕不和他這種人談論大蟒蛇、原始森林、或星星的事。我寧願把自己降到他的水準，跟他聊聊橋牌、高爾夫球、政治和領帶。大人們遇見了這樣一個懂事的人，總是非常高興。P.122

如果有個人喜歡一朵全宇宙獨一無二的花，那麼他在仰望滿天繁星時，就會感到莫大的幸福。P.94

我的秘密很簡單：一個人只有用心靈才能看得到真實的東西，真正重要的東西不是用眼睛可以看得到的。P.101

你在你的玫瑰上所花的時間，使得你的玫瑰這麼重要。P.101

三、我的觀點：

寒假再次拿起「小王子」配著一杯去日月潭遊玩時買的紅茶，享受著修伯里與小王子相遇的故事。如果我們不去遍歷感受這個世界，又怎知什麼是我們精神和情感的寄託，什麼是我們認為重要的事，但也許我們遍歷了這世界，回過頭卻發現那美好的地方已回不去了，也因為經歷過更能從中感受、體會生命中發生的一切是如此的珍貴與美好

「世界越快心則慢」，生活在交通便捷、資訊發達的台灣，我們的生活節奏越來越快、效率越來越高，手機、高鐵、國際代購、淘寶、LINE 這些信息爆發下的產物，改變了你我的生活方式，大家在追求快與效率中，還是感覺時間不夠用，凡事總想比別人快一步，事事追求速成，不斷想超越挑戰，導致，讓生活過得匆忙、時間過得緊張，而且變得越來越忙，越來越不快樂，感覺不到生活中的小確幸。自己也常常在快中面臨許多的問題及後果，急著把東西吃完導致腸胃道的問題、急著追劇造成睡眠不足免疫力失調、急著與朋友見面而坐錯車、急著完成事情草草的應付交差，但反觀「小王子」的選擇，他會放慢腳步悠閑的走到一個泉邊，我應該學習這樣的心境。

幸福快樂是一種感覺，同樣也需要我們用心去發現，當我試著將忙碌放下，停停疲憊的腳步，去看看生活中的人事物，發現天空中的棉花糖白雲、家中門口的櫻花開花了、聽到了樹上動人的鳥鳴歌聲、想到了家人晚餐時的笑語，火車站的鳴笛聲與人們歡愉的談笑聲、聞到了濃郁的咖啡香氣，鄰居養的小狗對我搖尾巴，美好的生活來來自於慢中細細感受與覺察。

我們一生中也會遇到飛行員、小羊、蛇、狐狸、玫瑰花、國王虛榮者、酒鬼、實業家、點燈人、地理學家等形形色色角色的人，而小王子內心一直有著希望，有著自己最初的純真，他迫切需要重新檢視自己，重新認識自己，找回初衷，他回到自己的小行星，幸福的生活著。在學習長大的過程中，往往因為現實環境及朋友之間的關係，而影響了自己的想法及行為，甚至迷失了自我，也因為別人的期待而活成別人想要的樣子，小王子給了我啟示，「別忘了初衷，找回最初的自己」，勇敢做自己喜歡的事，成為能為自己負責的人，我們遇見的每個人事物都是教會我們如何學習與成長，在得與失之間，和平的面對與接受不同的挑戰，那個孩童時不怕錯、喜歡挑戰與冒險的我，要一直陪伴著現在正在學習長大，成為自己心中的小王子。

「完美的人生並不存在，不完美才使人追求完美」，生活中最珍貴的就是活在當下，生命中最珍貴的東西就在你我身邊，在追求完美中別忘了初心與純真。每個人要過如何的生活，取決於自己，沒有對與錯，都是面對挑戰與成長的過程。

四、討論議題：

如果每個人都像小王子一樣天真，擁有一顆赤子之心，所有的事情會變得容易簡單嗎？

競賽梯次： 1100310 得獎名次： 優 等

班 級 ： 國際貿易科1年 1 班 作者： 林○政同學

作品標題：我決定我是誰(優等)

閱讀書名：《我決定我是誰：在負能量爆表的人生路上，我不活在別人的嘴裡！》

一、圖書作者與內容簡介：

作者不是文情並茂的一線作者，而是個性嗆辣非常有個性的國際美人鍾明軒。對事情有獨特的見解，自信爆棚的他，在求學階段卻因為一首煎熬而讓大家對他的性別氣質指指點點，也受盡了霸凌羞辱等不公平的對待。但他用積極樂觀的態度與不理會世俗對他的眼光勇敢的做自己。也呼籲身處在弱勢的人們要勇敢做自己，千萬不可以忽視自己的感受。也告訴社會大眾以尊重友善取代那些偏見與歧視。

二、內容摘錄：

真實的東西本來就長的這麼醜，把他塗抹、裝飾得漂漂亮亮有甚麼意義？（p.59）

一味地重過去找原因來解釋失敗，並無法改變現在。(p.183)

這世界上沒有任何事物是理所當然，你以為會長久擁有的東西，可能哪一天就莫名其妙被神帶走，包括自己。(p.197)

非主流並不是異類，而是能拋下他人眼光，忠於自己內心的勇者。（p.202）

三、我的觀點：

現今網路的發達，還有自媒體的盛行，取得資訊也變得相當容易。再加上這幾年網路走向匿名化本是保護自己的機制，但被有心人士進行不當的運用，開始肆無忌憚的攻擊他人，也有些人是為了攻擊而攻擊。沒有去思考這個舉動是錯誤的。一般人作為訊息的接收者很容易被所謂的釣魚標題或是一些負面的留言影響，但透過他人的言語或訊息不一定是正確的，一定要透過自己的眼睛看清事情的全面在來進行評判。

這樣一定可以大幅度減少假消息和網路攻擊霸凌等負面的現象。關於作者鍾明軒的經歷我非常的佩服他，性別氣質和性別是不相同的東西，依照我來看，我是一個男生，但同時我也喜歡打扮我自己，讓自己看起來更好應該是一件好的事情，但有一些思想偏向古老的人就會覺得男生為甚麼要穿的這麼花俏、崇尚品牌，簡單樸素不是很好嗎？但我覺得我喜歡，並不妨礙他人的自由，有甚麼不可以的呢？

這也是我欣賞他的原因，雖然受到大眾的質疑與同儕嘲笑，甚至是不友善的對待。但他還是一步一步的挺過來了，我很欣賞這種自信與勇氣。更是讓我喜歡他的原因是，他願意為了弱勢團體發聲，有多少有能力的人只是公關話說個幾句就不了了之，但是他運用了他公眾人物的身分來灌輸正確觀念給大眾，也做出了實際行動。也從不畏懼流言蜚語，一心做好他想提倡的事，可能就是這種義無反顧收穫了許多喜歡他的粉絲們吧！要走不平凡的人生注定走不平凡的過程。一定會有不理解你的人，不理解我可以接受，但做出攻擊請一定要做出反擊。

其實有時候我不懂為甚麼要區分主流和非主流。我的理解是主流一定是大家喜歡和覺得正常和大眾審美相同且美好的，而非主流就是與主流背道而馳，也有可能是一些黑暗的沉重的。但思考一個問題，如果這個世界只有主流的東西，那起不是不平衡，所以我不理解為甚麼有些人會這麼排斥非主流，甚至是霸凌，他們也只是像一般人把他們的見解提出來而已。有能力去了解的話會發現其實沒有我們想像的複雜。多一點尊重、理解、包容，這世界也不至於有這麼多的紛爭。

還有一點，我認為家庭是很重要的一個存在，在我們這個年紀通常會覺得家人都不了解我，他們好古板等問題，但這個世界麼變動，家人是絕對不會變的，你們只是缺少了溝通與理解，我很幸運和家人們的關係非常良好，即使我現在在外地就學。有效的溝通，平等的來往真的很有用。我也覺得這本書非常適合長輩們來閱讀。因為作者代表著我們新一代的年輕人，以一個親身經歷來訴說家庭的影響，作者也提出了我們在青春期這階段會遇到的問題，我認為長輩們看完一定會更理解我們在想些甚麼，也會讓親子之間相處變的更加和諧。最後，這本書教會了我很多東西，有些時候真的是我們自己想太多，遵從自己內心的方向好好的發揮，絕對是收穫不少的，遇到不理解的人們，真的是同情他們就好了，沒有必要花費寶貴的時間在不願意理解你和只會指責你的人上面。尊重每個人的選擇，以友善代替謾罵，嘗試著理解不同事物，是不會有任何損失的。網路是萬花筒，有許多非常美麗燦爛的東西，但一定要認清楚真相，才不會變成網路霸凌的加害者。

四、討論議題：

是否尊重且嘗試了解一個人或事物呢？
真的有遵從自己內心的想法，大膽的做自己嗎？
父母們真的有了解自己的子女嗎？溝通中是否平等？

競賽梯次： 1100310 得獎名次： 甲 等

班 級 ： 會計事務科 1 年 1 班 作者： 李○萱同學

作品標題：霸凌的關鍵來自家庭(甲等)

閱讀書名：《霸凌者：從兒童到成人、從校園到社會，15 個觸目驚心的血色告白》

一、圖書作者與內容簡介：

作者是作家、主持人、兒童公益組織「小希望公益聯盟」創辦者，先後創立多家青少年保護機構，也是很多孩子的媽媽、女性及兒童心理健康發展研究者。作者本人曾經也是霸凌受害者，在微博寫下自身故事後，湧入成千上萬的留言和私訊，一字一句訴說者自己被霸凌的版本。這就是作者為什麼會寫出這本書的原因。她想要藉由這本書來提醒大家「一個社會，只有當好人都沉默時，邪惡才能橫行」。

二、內容摘錄：

詛咒早就已經種下。沒有絕好的機緣和覺知的能力，無法拔去內心的芒刺，消融內心的苦毒，這樣的人無論成功與否，都活在地獄裡很難感知平安喜樂。(p.79~p.80)

這樣的力量一旦得到滋養，就能夠度過生命的困境，並且像胡楊木一樣。所以，在灰暗中徬徨的你，記住，這一切終會過去。無論如何，請，朝著光，泅渡。(p.245)

別人的問題就像一個無法拒絕而拋向我們的球，但如何處理這個球，不同的智慧、不同的覺知，會帶來不同的結果。(p.351)

三、我的觀點：

閱讀完這本書後，使我內心感到沉重與震驚。這一本書中寫了一個又一個霸凌事件中霸凌者和被霸凌者的真實故事。這些既真實又黑暗的事件，竟然真的發生在這個世界上，讓我無法相信世上還有一群這麼可憐、可悲、可恥的人們。

霸凌者霸凌別人是在發洩他的憤怒，因為霸凌者在原生家庭中無法得到「愛」與「肯定」，所以霸凌者以用以暴制暴的方法去霸凌別人，讓被霸凌者比他自己還慘，因此從霸凌別人的過程中可以發洩他的憤怒還可以讓他自己得到優越感；被霸凌者在被霸凌的當下，他的家人有發現嗎？如果發現了，這場霸凌的劇情說不定會被翻轉，因此而得到一個美好的結局，但是當他的家人沒有發現，那這就是場悲劇的開始，這個悲劇只會越來越悲慘。而且霸凌並不只是霸凌者和被霸凌者他們兩個人中的問題，也是我們旁觀者的問題，因為霸凌發

生時時，沒有人是局外人，而且這場霸凌的旁觀者帶來的冷漠，都可能是擊垮被霸凌者的最後一根稻草。只要是跟這場霸凌有接觸的旁觀者，只要有一個人及時挺身而出，就可能減少霸凌造成的傷害，但是為什麼依舊沒有人挺身而出呢？因為大家都害怕成為下一個被霸凌的人。所以挺身而出的不應該僅僅只是一個人，而是每一個人，這樣一定比起一個人面對來的更加有用，因為團結力量大。

「霸凌」來自家庭環境而產生的，因為環境不良，例如：教育不良、環境不安、缺少關愛等……。這些因素都可能導致霸凌被產生出來。即使在純真可愛的孩子們，只需接受這些的摧殘後，這些純真可愛孩童們都會慢慢地黑化，最後這個世界就會被摧毀了，沒有了正能量，只剩黑暗的能量；沒有了善良的人們，只剩一群喪心病狂、心如蛇蠍的人們；沒有人一個祥和溫暖的社會，只剩下烏煙瘴氣的社會。所以家庭第一，社會其次。想有個濟世民安的社會，就要先有位負責任的父母，才能給小孩們足夠的安全、溫暖，這樣就會會有個其樂融融的家庭。

有句名言道：「成功的家教造就成功的孩子，失敗的家教造就失敗的孩子。」——泰曼·約翰遜，所以家庭教育對孩子們是很重要的，家長們都不能忽略。不要因為忙碌，而忘記教導你的孩子正確的知識和給予你的孩子足夠的關愛，結果因為你過度的放養使小孩誤入歧途成為霸凌者或被霸凌者。到了你孩子受傷的時候你再來說：「我怎麼會知道現在會變成這樣，早知道為當初就會好好教育他。」到這時候已經為時已晚了。

要預防霸凌應該從家庭做起，例如：教導你的孩子什麼是同理心、培養孩子瞭解他人感受的能力、家長們做錯事情是要道歉等……。好的家庭教育就會讓你孩子遠離霸凌。霸凌者和被霸凌者因為不健康的家庭，而產生出來的。所以只要家庭中有健康的互動，霸凌就會遠離。

四、討論議題：

霸凌離我們有多遠？為什麼你會被霸凌呢？

競賽梯次： 1100310 得獎名次： 甲 等

班 級 ： 會計事務科 2 年 1 班 作者： 解○誼同學

作品標題：細節決定健康-女人篇(甲等)

閱讀書名：《細節決定健康-女人篇》

一、圖書作者與內容簡介：

作者認為隨著經濟的發展，雖然改變了人們許多的思想，但卻也讓人們經常忽略了生活中的一些小細節，例如生活上的細節，或者健康的細節。昔今對健康的定義已不相近了，但不管定義是為何，有一個健康的身體就是給自己幸福，也是家人及朋友的幸福。俗話說魔鬼就藏在細節裡，每日養成健康的好習慣，將來才不會成為一個體弱多病的人。

二、內容摘錄：

如果女士適當練習俯地挺身，不僅可以豐胸，緊緻胸部，而且還能塑造曲線更好的香肩、背部和手臂。(P98)

現在有些女性不到45歲，就經常出現心理煩躁、身體潮熱、月經紊亂等現象，尤其是壓力比較大的白領女性，這種現象更為普遍。(P52)

厚重的粉底會讓皮膚透不過氣，影響內部血液循環，時間長了面部皮膚就會缺乏營養。(P24)

三、我的觀點：

健康在每個人的生命中都是一個很重大的議題，身體若不健康，做任何事將會一事無成，效率也是事倍功半；我身邊親人一個一個都面臨了生老病死，車禍意外另當別論，罹患疾病、心肌梗塞的就有好幾個，聽到也是十分不捨。所以，擁有一個完整健全的身體比擁有任何東西還來的珍貴。

今年的我是高二生，代表即將邁入成年人，也代表即將邁向生命的下一個階段，在健康這方面必須更用心照料，未來年老才不會一身疾病纏身。注重健康的同時，我真的知道我所做的每件事都有益於我的健康嗎？還是其實這都是錯誤的觀念？讀完這本書後我找到了答案。

在書中我學到了很多方面的知識，在這些知識中，有些我做對了，但有些則否。在飲食這方面，例如吃飽飯並不能馬上吃水果，因為消化系統尚未將剛剛所吃進去的食物消化完畢，若立即吃水果不僅無法促進消化，反而會消化不良。大家都認為水果是幫助消化的好食物，但其實是要富含消化酵素成分的水果才能幫助消化，並不是每種水果都適合唷！

牛奶，因為富含了很多的鈣含量，所以在大家的認知中是一種有助於解決骨質疏鬆的營養品。牛奶不僅富有鈣含量，還有豐富的蛋白質，蛋白質會帶給我們飽足感，就可以減少熱量的攝取，對想減重的朋友喝牛奶也是很棒的選擇呢！此外，牛奶更有抗衰老及延長壽命的作用，能讓皮膚跟氣色看起來都更好更美。牛奶真是一種外觀很美、味道香醇且優點又多的飲料！

寒天凍地的天氣來一餐暖暖的火鍋，讓身體暖呼呼是必須的。但在吃火鍋的同時，卻隱含著不為人知的危機，那就是「火鍋湯底」。原本以為來碗好喝的火鍋湯是件美好的事，但現在才明白原來火鍋湯底在整鍋火鍋中是最多細菌的食物，源自於不管是蔬菜、肉片甚至是海鮮，都是由湯底來煮熟，任何的食物都會利用到湯底，使得最終細菌皆殘留在火鍋湯之中。難怪每次吃完火鍋總能看見湯裡面濁濁的，已經不是剛端上來時如此晶瑩剔透。但如果真的很喜愛喝火鍋湯的人，趁著細菌還沒殘留於湯中，趕快先喝一碗暖暖身子其實是無傷大雅的！

不單單是飲食，其他方面也很重要呢！不愛運動的我，看完這本書都讓我熱愛運動了！像是爬樓梯不僅能降低膽固醇還能增加對人體有益的高蛋白；或者做些球類運動，打籃球、羽球或網球之類的，不僅是促進身體健康，也可以集中注意力，況且運動並不只是因為想減肥才去做的，而是要持之以恆，促進新陳代謝。雖然無法天天上健身房運動，但生活周遭的小空間其實就可以做運動了！利用瑜珈墊做各式各樣的有氧運動，增進心肺耐力，就是一個簡單又容易運動的方法。最終，儘管吃得再養生，運動做得再多，最重要的還是要保持一個愉悅的心情。心情看似對身體沒什麼影響，但其實也是重要角色之一，有快樂的心情才會有健康的身體。每個人都應該好好呵護自己的身體，健康只有一個，失去了就無法重來。與其抽菸喝酒，不如多花時間及金錢愛護自己，因為健康是花再多錢都買不到的！

四、討論議題：

看完這本書，你對於健康又多了解多少呢？你是不是就會開始思考健康是多麼重要的一件事？

競賽梯次： 1100310 得獎名次： 甲 等

班 級 ： 會計事務科 1 年 1 班 作者： 張○軒同學

作品標題：你的善意，是孩子的光(甲等)

閱讀書名：《你的善意，是孩子的光：有教無淚，從愛出發，神老師的陪伴全教養》

一、圖書作者與內容簡介：

書中提到許多在教書時遇到的情況，不僅是面對特殊生，甚至是對於家庭方面有困難的孩子。面對不同的孩子，他們的狀況不同，因此教導每個孩子的方法，必然不同。在求學階段，有些孩子會因為自己的感受，而拉攏其他人一起去討厭別人，從原本的小團體變成霸凌。這個年紀的小孩，需要多培養同理心，對一些患有過動症、自閉症的孩子，孩子可能會不想接近他們，但這也是他們沒辦法決定的，讓大家了解他們的辛苦，發揮同理心，多體諒他人。

二、內容摘錄：

1.教育孩子，沒有最好的方法，只有最適合的方法。(P.21)
2.人的高度，不是取決於貧富差異，而是在待人處事的態度。(P.97)
3.「謠言止於智者。」我們都要好好教育孩子約束自己、同理他人，別因為逞一時的口舌之快，讓口中不自覺的語言，成為傷害他人的武器。(P.147)
4.沒有人想要學不會，但就是有人學不來。(P.151)
5.唯有讓孩子們將心比心，才能真正去接納和幫助特殊的孩子。(P.178)

三、我的觀點：

看完這本書後，我才知道原來擔任國小老師是份不容易的工作，有時，不僅要面對學生，還要承受家長的質疑。每個階段的孩子，想法不同、性格不同，對每個小孩的方法，截然不同，有些小孩是沒辦法跟他硬碰硬的，只能用其他方式來教，而適當的給予鼓勵、讚美也是很好的方法，在孩子完成一件事或是改掉壞習慣時，就能讚美他們，建立起他們的自信心，甚至是成就感，讓孩子在追求成就感的同時，也在進步，變成越來越棒的孩子。

在求學階段，課業隨著時代越來越多元化，畢竟時代在進步，而現在也推出了108新課綱，主要是比較多素養題，讓題目越來越活，而不在是死板的題目，讓學生只會死背答案、觀念，再加上家長給的壓力，孩子承受的課業壓力是很大的，對於比較不適合學習的孩子，是很辛苦的，就像作者說的「沒有人想要學不會，但就是有人學不來。」如果大家都用成績去批判一個人的好壞，認為學習好才有未來，那對於努力卻學不來的孩子未免也太不公平了，不管在課業這方面表現好不好，我認為只要找到自己想要做的事情，願意努力，每個

人都是各個領域的天才，這就是所謂的「行行出狀元」。

光有好表現是其次，我覺得做人最重要的就是態度，「人的高度，不是取決於貧富差異，而是在待人處事的態度。」這句話我蠻認同的，高度取決於態度，無論才能有多好、多富有，態度不佳也是沒有辦法成就大事的。做任何事都要盡力做到最好，而不是看事情的重要或是背後可得到的利益，如果做事總抱持著這種貪小便宜的心態，那我想總有一天，可能就要為這種不好的心態付出代價。

在臨近會考期間，國中社會老師常說：「想要考好成績，臨時抱佛腳是絕對沒有用的，考試範圍是六冊，不可能花幾天就看得完，因此，從現在就該開始好好複習。」他說的我都懂，但因為社會是我最不擅長的科目，所以每次在複習社會時，總是糊弄過就好，反之，我是極熱愛數學，我總是會想盡辦法做許多數學題目，不懂的必須搞懂、不會就問、錯了就訂正。我對這兩科的態度差別很大，而考出來的成績也是差很大，雖然我明白自己的態度不好，但我沒有因此而去改變我的態度，導致考出了不太理想的成績，那一刻，我明白了，所有成功的背後，都是態度與努力堆積而成的，不要老想著一勞永逸。

我認為小學老師很重要，因為要培養同理心、態度，甚至是人品，都是該從小開始培養的，而在小學階段，孩子們會有許多不好的行為及觀念，都必須讓家長了解，讓家長能夠在家好好讓孩子溝通，而不是責怪老師。親師合作，在學校有老師的教導，同時在家也有家長的監督，讓孩子們改掉壞習慣，成為一個更好的人。

四、討論議題：

1. 你認為教導孩子最大的困難是什麼?
2. 態度真的可以改變一個人的成就嗎?為什麼?

競賽梯次： 1100310 得獎名次： 甲 等

班 級 ： 國際貿易科 2 年 1 班 作者： 何○軒同學

作品標題：記得你是誰(甲等)

閱讀書名：《記得你是誰：哈佛的最後一堂課》

一、圖書作者與內容簡介：

作者戴西·魏德蔓畢業於布朗大學歷史系，2002年獲得哈佛大學企管碩士，本書為她的首部作品。

哈佛商學院有個悠久的傳統，教授在最後一堂課講個故事，作為送給學生的結業禮。教室裡聽不到個案研討，見不到學生爭相發言的情景，只有任教授對台下這群菁英學生，說一段文憑也給不了的人生智慧。書中收錄的十五個故事蘊含哈佛教授一生的智慧，當你勇闖未來，卻不慎迷路時，你會想起這些故事，也會記得你是誰。

二、內容摘錄：

有時，人生就像一場荒謬的考試，你難免將碰到一些莫名其妙又荒謬難解的情況，請記得相信自己，別理會身邊的噪音，勇敢向前吧！(P.44)

不要因為擔心做錯決定而浪費大好時機，也不要因為得過且過而錯失改造世界的機會。別去理會身邊的噪音，拒絕接受別人的煽動。鼓起勇氣循序漸進，終於自己熱愛的事物，遵守個人的是非標準，思考自身和他人的處境，然後做件轟轟烈烈的大事。(P.58)

任何人都不可能完美無瑕，也不可能一無是處。人有優點，就有弱點，一個人的長處和短處也是同時並存的，彷彿親密的鄰居。(P.125)

三、我的觀點：

記得你是誰，不分男女老少，不分職業地位，皆是每個人需銘記在心的一句話。細細閱讀書中所收錄的十五則故事後，我發現，每一篇故事皆蘊藏著人生道路上會遇到的種種難關，這些經歷也成為增進哈佛教授領導能力的關鍵，從這些故事中更能領悟出其中的大道理，彷彿在遇到困難時，書中的故事都能帶給我們不同的啟發。

最令我印象深刻的是本書第二章，學生時常會需要面對荒謬無解的考試，這時要做的絕不是逃避，更不是放棄。人生亦是如此，在人生的道路上，我們總會碰到許多出其不意的事，而在資料不足或錯誤的情況下所做出的決定，那通常是關鍵而危險的決定。我們應當要做的是利用身邊可獲取的資源和先前經歷做判斷再下結論，定位好自己的方向，有著堅定的信心和豐沛的勇氣，想清楚後再有所行動，不要因為擔心做錯決定而浪費大好機會。人生道路不會是直

直行，透過一次次的契機，一次次的考驗，慢慢修正彎曲的人生路，或許道路無法完全筆直，可在這道路上卻是有著豐富的故事和經歷，更有著自己懷抱信心和勇氣做的每次決定。

〈第六章－別參加校友會〉在目錄中深深吸引了我的目光。當你開著國產車可兩旁停的卻都是進口名車；當你創業失敗面臨債務危機時，身邊的同學早已飛黃騰達成為知名企業老闆。這時，參加校友會反而像是檢討從畢業以來你所獲得的成就。你認為自己在喜歡的道路上勇闖，可在那些高高在上的同學眼裡不過就是你任性妄為的白日夢罷了，比較心態更會在此時流露出來。「別讓第一份高薪工作買斷你的未來」，那些功成名就的人或許只圖那響亮的名聲，既不符合他們志趣，也不能幫他們達到自己真正想要的目標。我們跟植物一樣，會在向光處挺直腰桿，在背光處中選擇彎腰低頭，而我們的每一種姿態，都可能是不同人眼光中的漂亮。走上夢想這條路後，或許有些冒險，世界上所謂的美好也可能並不完全存在，但我們依然可以選擇留下心中最純粹的嚮往。給自己定個期限，認清只要站在宏觀的角度，拉大格局規劃生涯，即能承擔更多的風險。

時光飛逝，高中也已過了大半，越是靠近升學的日子，那些曾經訂定好的目標卻顯的更加渺茫，該隨著社會的聲音讀名牌大學嗎？還是堅持信念走上喜歡的道路？在社會的枷鎖下，我們時常太過在意他人想法，活在他人眼中如同演出一場戲劇，有著寫好的台詞和安排好的角色定位。這次，好好傾聽內心的聲音吧！保有信心和充沛的勇氣，對自己的選擇負責，我的模樣，我自己刻畫。不需走上別人眼中的康莊大道，只需穩定自己的步伐，記得你是誰，了解自己的價值所在。

四、討論議題：

你知道自己想成為什麼樣的人嗎？

在社會的束縛和家人的寄託下，你能拋下一切成為心目中的自己嗎？

競賽梯次： 1101010　　得獎名次： 特　　優

班　級　：　會計事務科 3 年 2 班　作者：　廖○吟同學

作品標題：比句點更悲傷(特優)

閱讀書名：《比句點更悲傷》

一、圖書作者與內容簡介：

作者大師兄是殯儀館的接體員，「接體員的大小事」系列文章原作者，第一本書《你好，我是接體員》已售出中國、韓國版權，另有電視劇及舞台劇都在籌備中。

這邊是殯儀館，不是卡通，不是遊戲，不是連續劇，沒有重來，沒有存檔，不能起死回生。有的是悲哀，有的是早知道，有的是還沒說出口的愛、感謝，以及對不起。喪禮之後，那些遺憾和痛苦才真正開始……

二、內容摘錄：

棺材裡面裝什麼？一般是說裝死人，不裝老人。殯儀館都說裡面裝鈔票；火葬場都說不管裝什麼，都會變成灰；佛家說那些是表面的軀殼，靈魂跟著佛祖走了。要是我是喪家，我希望裡面裝的不是我親愛的人，而是我。(P.49)

往生者其實沒什麼好怕的，最慘也是支離破碎，但是活著的人那種聲嘶力竭、那種絕望的眼神，是最可怕的。(P.106)

有時候，喪事不是喪事，只是想花錢買個不遺憾，跟買張贖罪券沒有兩樣，只要覺得值得就好。(P.232)

三、我的觀點：

生離死別，是人一生中都要面對的，但對於現在的我來說感到很陌生，總覺得那些都是很遙遠的事情，透過作者以他在殯儀館當接體員的視角去看不同人的故事，有溫馨、有淒涼，也更加讓我發覺，其實生離死別離我並不遠，畢竟人生變幻莫測，意外什麼時候來臨都有可能。

一開始看這本書時，對於接體員的職業感到新奇，隨著一個個現實卻又讓人覺得虛幻的故事透過作者詼諧淺白的文筆一一展現後，感受到的是在這平凡日常生活中的沉重，其中很多是我覺得不可思議但卻真實發生的事情，因此對於生離死別更加地有實感。

在第六章〈不“被”希望存在的人〉中，哥哥跟弟弟同住，住的是父母給的房子，卻一天到晚伸手跟弟弟要錢，最後在房間死了一天才被發現，自己的女兒連兩千元的驗屍費也不願意花，而寧願自己動手把往生者的衣服給剪了，直到最後也沒人給他換上衣服，就這樣出殯了，其後作者在市場買菜時還聽到

弟弟跟攤主說家裡有喜事，要慶祝一下！我想像不到原來在現實面前血緣是如此的脆弱，從弟弟的角度去看，哥哥對於他可能是累贅一樣的存在，而從旁觀者的視角，我只覺得悲涼。

在第三十六章〈生命中不能承受之輕〉，作者提到自己的父親因中風變成了植物人，最後在床上痛苦了好幾年才離世，他時常問自己：假如當時放棄治療，是不是對父親、對自己都比較好，作者對他妹妹說：「我在醫院看到的長照，是花了無數金錢延長自己的痛苦。」如果有一天我是臥床不起的那個人，我也不希望自己苟延殘喘地活著，給親人帶來金錢的壓力，還把僅剩的親情給消磨殆盡；但是作為子女，作者在最後被人問到如果需要急救的是自己家人，是否會選擇進行急救時，他還是選擇了救，這是對於那微乎其微存的活機率的祈望，也是現實的悲哀：如果選擇不救，不就是相當於親手扼殺了親人活下來的機會了嗎？

人在年老後若身體有什麼病痛可能最後的時間都會在醫院度過，我的外公也是，因為肺癌所以直到離世前一直待在病房裡，全身插滿各種管子，在他去世之後，在他的衣櫃裡發現他早就準備好的遺照，因為外公當時人在大陸，所以我並沒有見到他最後一面，只記得小時候去探望外公時，外公雖然嚴肅但對我很好。媽媽那時候回去了幾個月，我一直記得她回來時對我說：「如果以後我老了、生病了，要靠插管維持生命，妳絕對不要簽同意書。」我那時停頓了很久最後點了頭，她說看到外公插著管痛苦的樣子她很心疼，所以她寧願自己放棄治療也不想躺在床上痛苦地活著，我在那天夜裡想了很久，漆黑的房間只剩黑暗籠罩著我，我不斷地問著自己：如果那一天真的來臨，我真的有勇氣堅持不簽字嗎？

人生就像煙火，每個人都在奮力地往上衝，綻放出自己的光芒，創造出自己的價值；人的一生很短暫，如同煙火閃耀之後就會殞落，最終消失於黑夜。而現在我能做的是，好好把握住當下，無論是人還是事，不留遺憾，不懼未知的未來，方能充實人生的色彩。

四、討論議題：

明知會痛苦地活著，是否還要選擇搶救？又或是選擇放棄，至少在最後的日子少一些病痛？插管究竟是延續生命還是延續痛苦？要選擇沒有品質的臥床活著？還是莊嚴的面對自己人生的最後階段？

競賽梯次： 1101010　　得獎名次： 優　　等

班　級　：　會計事務科 2 年 1 班　作者：　謝○軒同學

作品標題：讓過去的你，蛻變更好的未來(優等)

閱讀書名：《你，很好：接受過去的你，喜歡現在的自己》

一、圖書作者與內容簡介：

作者艾爾文原先頂著科技公司工程師的光環，認為自己一生應該是按照過往科技工程師的模式進行，但是一場複視眼疾意外打亂原先安排的生涯步調，但是，也讓自己寫出與其他作者不一樣的人生旅程故事。想讓自己的人生經驗多采多姿，他認為就應該勇敢不斷向前，實現夢想。然而，現實生活確實耐人尋味，因為它用各種方式來考驗人，如果遇到好事，就把它收起來當成回憶；遇到壞事，就把它記起來變成經驗。

二、內容摘錄：

有些事，終究只有走過的人才能體會，畢竟人前的成就誰都能注意到，但人後付出了多少努力，只有不放棄的人才知道。(P77) 當你能夠正視自己不足的地方，才會找到自己可以進步的方法。(P131)

自律，便是通往自由的過程。(P135)

三、我的觀點：

「接受過去的你，喜歡現在的自己」，因為在人生中未必能夠一路順遂，想想我真的可以嗎？在書中前言，作者談論到在他的人生中有三個大的轉折點都跟失去有關，也許在當下無法受到肯定，但至少學習到在脆弱的時候，一步一步的找回自己的堅強與信心，而讓我感觸最深的是「過去」這個章節。

在「過去」這個章節，讓我回想起曾經在求學摸索的道路上跌跌撞撞，讓自己滿身受傷、體無完膚，儘管我不屬於聰明伶俐的類型，但我喜歡學習知識也堅信「勤能補拙」這個信念，並且主動勇於嘗試改變我的讀書方法與習慣，試圖找出最適合自己的方式。記得準備國中會考的那段日子，學校為了幫助同學們複習課業並讓大家瞭解準備不足需要加強的地方，因此每天從早到晚不間斷的考試與檢討，儘管如此緊湊與勞累，但我非常感激學校的好意，所以不論在下課或是回家以後仍然繼續挑燈夜讀、奮戰不懈！為了目標，已經習慣這樣生活模式的我，即使一天只能睡三小時，絲毫不覺得疲憊與厭倦，反而覺得日子無比的充實，即使最後放榜的結果不如預期中的理想，我依然懷念那段日子。

「你無法重來過，但可以重新開始」，從國中畢業後到高職開學中間有著漫長的假期，身邊的同學或是朋友都迫不及待的找尋補習班準備做升學課程銜接的前置作業，而我則與眾不同的決定先不要貿然到補習班上課，而是先花時間重新思考如何逐步調整自己如橡皮筋般緊繃的心情，利用時間放鬆與沉澱一下心情再出發，於是我安排時間學習有興趣的烹飪藝術。學這門課，不僅可讓我受用一輩子也讓我從中獲得許多成就感與樂趣，同時也讓我從每一次的食譜構思、採買食材、刀工處理、烹飪方式選擇與調味醬製作甚至於擺盤細節……每一次的試作與修正中重新領悟到失敗並不可怕，可怕的是經歷畏懼後不敢再嘗試的心態，其實只要讓「自己」休息片刻、整理好心情後就可以用全新的心情再出發。我的國中老師曾跟我分享，在學習的過程中有許多不同的方法，以及換位思考可以找到快樂、找到更喜歡的自己，因此，自己也會更有動力的追求目標與理想，而這就是現在的我最貼切的寫照。

這本書總是清楚描寫作者在職場中豐富多元的現實狀況，以他複視眼疾痊癒後的新人生向我們分享經過這場大病後，不但改變了他對工作的看法，也改變了他對未來的想法，這有助於讓我對職場文化有了初步的了解。看完這本書之後，回想一下，其實我的人生才剛起步，身體也很健康，當遇到不如意的事，我應該學習作者勇敢面對人生的困境，用心朝向塑造更好的自己邁進。原本做夢都沒有想過的領域－會計科，可說是我全新的開始。原本在選擇科系時，我十分猶豫，因為深怕以後會計師這份工作會被「AI 人工智慧」取代，但是仔細想了想，發現根本是自己杞人憂天。會計是一門兼具廣度與深度的學科，有關深切的邏輯判斷事項上根本是現在的 AI 無法去取代的。記得在開學第一週時，我們就開始在努力的熟記會計項目，那時的我們滿腦都是會計，只為了之後要寫的分錄。一開始，因為不熟悉，所以每寫幾題就要翻一下課本確認有沒有用錯會計項目，但是到了現在我們已經對這些名詞駕輕就熟，也感覺比之前容易許多了。現在回想起那時的努力一切都值得。在這件事情中，我發現選擇需要很大的勇氣、用心的投入，調整自己的步調、洗滌自己的心境，正如作者所言「環境會改變一個人，但心境能決定一個人」，日後我也會將個人的成長心得分享給學弟妹，希望他們能擁有美好的心態面對燦爛的每一天。

四、討論議題：

嘗試討論一個檢討與改善方法，如何將不如意的經驗轉化為下一次遇到類似事情的成功基礎？

在過去，我們在歷史課中學習到許多不同類型的哲學家，而作者艾爾文面對事情的態度又趨近於中外哪一位思想家呢？

競賽梯次： 1101010　　得獎名次： 優　　等

班　級　：應用英語科 2 年 1 班　作者：　呂○譽同學

作品標題：尋找人生的新乳酪(優等)

閱讀書名：《誰搬走了我的乳酪？》

一、圖書作者與內容簡介：

史賓賽・強森博士 Spencer Johnson， M.D. 為全球最知名的經營企管和心靈勵志暢銷作家，擅長用簡單的寓言故事闡述生命的哲理。

本書以寓言的方式，藉由兩個小老鼠和兩個小矮人在迷宮裡找乳酪的過程，來說明人們在面對工作中或生活中的「變化」，所可能會有的反應。

二、內容摘錄：

也許我們需要做出一些改變，去做點什麼不同的事情。p.28

這是一個迷宮的時代，如果你不做出改變，就會被淘汰。 p.49

如果你因為過分的害怕而不敢採取任何行動時，恐懼心就會變成前進道路上最大的障礙。p.52

三、我的觀點：

每個人都擁有自己的舒適區，它雖然讓人放心，但同時卻也使人惰弱。但是，舒適區不是永遠不變的，當發生改變時，我們能迅速地察覺到，並勇於的做出改變嗎？

我們往往習慣待在自己的舒適圈，在任何事情上皆是如此，我們都害怕去探索那些未知、陌生的領域。在故事中小矮人「哈哈」因理解到不能再墨守成規的持續在原地等待乳酪的來臨，而啟程去尋找新乳酪，當他尋找到大量的乳酪時他才意識到，如果自己早些踏出車站，就能早些發現新乳酪，雖然感到惋惜，但而這途中的心路歷程是無價的。相反地，他的夥伴「哼哼」依舊待在那個已經沒有乳酪的車站，也告訴了我「失去的無法挽回 」這個道理，那些消失的乳酪們不會回來，即使再怎麼守著，一點變化都不會有，所以應當隨時調整自己的步伐，書裡哈哈與哼哼說：「這就是生活！生活在變化，日子在往前走，我們也應隨之改變，而不是在原地躊躇不前！」即使失去了想要的東西，也要懂得再去追求新的東西。這代表我們不僅僅是要去接受那個變化，還要繼續向前邁進，同時也可以嘗試更多新事物，這是讓自己獲得更多能量的好方法。

我是個十分熱衷於跳舞的女孩，小時候只是跟著電視台上帶動唱的哥哥姊姊們，模仿著他們跳舞，但事實上我一直都知道我非常喜歡做這件事，嘴上總

是說想學舞，卻沒有採取任何的行動，直到高中才真正開始學習舞蹈，跟著社團的老師從基礎開始慢慢地一步一步學習，剛起步時，因失敗的挫折，從學校練舞室哭著上母親的車平均一個月兩次到三次，讓母親心疼而勸我退社的事還歷歷在目。但經過日復一日的練習，最終我的肢體開發更上了一步，體能方面也肉眼可見的突飛猛進。自己回頭看才瞭解到，直到高中前我一直沒有很明確的向家人提出我想出去學習舞蹈是因為感到害怕，因此不斷留在原地踏步，當面對自己的恐懼和遭受他人質疑的眼光時，應該要不斷地告訴自己，現在所做的一切會比什麼都不做還好，至少不會一事無成。如今我已經努力的朝著那名為夢想的那座山的頂峰邁進，走在成功的道路上。 雖然做舞者是件非常辛苦的事，但每次筋疲力盡的時候我又覺得好充實、快樂，也知道經過這些日子的訓練那些累積起來的經驗會成為我日後的一道光彩照亮的我的人生。

人們都喜歡處在安定的環境中，一旦換了新的環境，先前都會有諸多的不安、徬徨，使人退卻。所以處於安樂的環境中，同時也應該擁有思考眼前和未來可能的危機的危機意識，做出適當的動機，「生於憂患，死於安樂。」即是這個道理。人生就是如此，活在當下、展望未來，追求的過程中雖然有困難和挫折，但遇到關卡時要如何堅持自己的信念、如何去適應各式各樣的變化，才是我們應該面對的問題。

四、討論議題：

人們都喜歡處在安定的環境中，但是舒適區卻不是永遠不變的，當發生變化時，能迅速覺察到並且勇於做出改變嗎？

競賽梯次： 1101010　　得獎名次： 甲　　等

班　級　： 應用英語科2年1班　　作者： 林○庭同學

作品標題：馬克的完美計畫(甲等)

閱讀書名：《馬克的完美計畫》

一、圖書作者與內容簡介：

馬克的完美計畫是由作者丹・哥邁哈特所寫，本書講述男孩馬克和他的狗小波爬雷尼爾山途中遇到的種種困難，不斷在生死邊緣上徘徊，但在途中所遇到的人的幫助下，雖然沒有爬上山頂，但他至少成功見到了雷尼爾山那雄偉壯麗的樣子。

二、內容摘錄：

人為甚麼會想要帶著這種隨時提醒你生命正在消逝的東西。P8

也許他想要至少當一次英雄。也許他甚麼東西都被奪走了，他的朋友，他的家人，他的未來，那些他想要做的事，他的人生。所以也許他唯一能擁有的就是他自己的死亡。他只剩這個，所以他要去見它。P203

三、我的觀點：

當人面對即將結束的人生，會有什麼樣的念頭產生？又會做出什麼樣的舉動呢？內心是感到絕望，又或是積極的面對事實，將自己的其餘生活過得精采，每個人可能都對人生不太了解，人生的意義是甚麼？人生必免不了的就是各種困難，唯有克服它，才會提升自己，而不是逃避它，面對人生也應該去肯定它、充實它、欣賞它和延續生命的價值，任誰都不想留下遺憾結束人生，而患有癌症的人最害怕的就是為數不多的時日，與其煎熬的過著化療帶來痛苦的日子，不如趁著現在去做喜歡的事情，改變這無常的命運。若有天得了絕症或者臨終前，我會怎麼過接下來的日子？是選擇被每天的藥物化療支配，又或者是克服病痛，樂觀的去做件有意義的事？在我還小的時候，總是怕哪天會突然離開這個世界。因此，我汲汲於感受這世界的美好，在死前要完成甚麼願望，例如去見自己喜愛的偶像，想著那夢幻的畫面，如同在眼前一般現實。一幕幕浮現在腦海中，笑容也漸漸上揚，就算不能和他說上話，見上他一眼也心滿意足，我不斷朝著夢想前進，努力的存錢，期望有一天能跟心目中的偶像見面，每個人都會想在生命結束之前去做那個深深印在心裡未曾接觸的願望，克服萬難，即使事事不如意，可能到最後尚未實現，但在追逐夢想的過程和即將觸及夢想的開心是我人生中最珍貴且難以忘懷的回憶。

不是每個人都喜歡被當作可憐之人，就如同書中的馬克，拒絕別人的同情與關心，對於我來說他可能不需要旁人的幫助，如果換作他的角度想，可能也

是因為不想讓別人覺得自己帶有癌症，而換個看待癌症患者的態度去對待他，我能體會馬克的心情，因為我也有相同的想法，希望自己就像個正常人，被平等的對待，不需要眾人同情的目光，就像一切都沒有發生過一樣，每個人對人生的態度各有不同，怎麼去過接下來的方法也不同，我的時間該怎麼去使用是由我自己決定的，雖然現在覺得自己如果快結束了要樂觀面對，到了那天也不見得會依自己的想法而一樣，如果決定好了方向後就勇敢的往前進，不讓人生留下遺憾。

死亡，是人生的必經路程。既然難逃一死，那麼何不快樂的讓自己不留遺憾呢？每個人看待自己人生和死亡皆有不一樣的地方，是想要悲觀度過，或者是樂觀度過取決於自己，每個人的人生都應當活得精采，好好把握享受這世界的美好，就像書中的馬克一樣，在知道自己剩不多的時間去做自己想要做的事情，即使最終沒有達到想像中的那麼完美，但在自己心中也曾為那個夢想綻放過努力，路途雖艱辛遙遠，但一切都值得，能決定與改變人生的人，只能是自己。

四、討論議題：

若得了絕症，你會怎麼去度過剩下的日子？會像書中的馬克一樣克服病痛去完成想做的事情嗎？

競賽梯次： 1101010　　得獎名次： 甲　　等

班　級　： 國際貿易科 2 年 2 班　作者： 陳○聿同學

作品標題：我的存在本來就值得青睞(甲等)

閱讀書名：《我的存在本來就值得青睞》

一、圖書作者與內容簡介：

作者是新生代的主持人，她 2013 年進入演藝圈當主持人，至今已獲得三座金鐘獎主持人獎。她常在自己的社群軟體，打上一篇篇淺顯動人的短文，並附上一首歌曲。這本書也不例外，每章節後還是附上一首歌，這就是他的作品風格，很常看完她的作品和聽完推薦的那首歌之後，會有種不孤單的感覺，因為她所寫的經歷就是我現在的經歷，知道不是只有自己遇到這種問題，能讓我更正面的去面對這些問題，更快速的走出不愉快的日子。

二、內容摘錄：

我要的不是透過被一個人擁有而存在，不是在自卑自憐之中被無法定義的成功追逐的女子，不是碎屑棉花和粉塵……我要的是斑斕的永恆。(p.131)

我把自己活成圓滿的百分之百，會愛我的男人就該用他健康的一百分來愛我，那種愛情才會為人生加分啊！(p.135)

遺憾讓人成長，苦痛讓人深深憂傷，跌到谷底再反彈需要一鼓作氣，或許還有一些小幸運。(P.164)

不需要是最好的，不需要總是因為跟不上進度而自暴自棄，只需要每次都盡力而為，誠懇地為自己負責任就夠了。(p.212)

不論世界如何對待你，不論你是否感到無奈遺憾，不論你被標上什麼價碼……你接受和給予愛的能力不變，你的本質不變，你的價值更不變。(p.238)

三、我的觀點：

時代的快速變化，催促著人們不斷地隨著科技往前邁進。不論打開電視，還是手機，各種外界的資訊都大量的灌入腦海，考驗著人們的大腦判斷是否合理，並督促人們深入的去探索各種知識。每個人都有自己的夢想，也許已經完成了，也許正在朝著夢想努力付諸實現，也許因為一些不滿意，失去信心，決定放棄……。不論自己是那一種狀況，我都想跟自己說：「不要輕易放棄，只要自己還繼續努力，保持正向樂觀的態度，無論夢想或心願都會有實現的一天！」知道這本書之前，我只知道她是一位主持人，沒有特別去深入了解這位主持人。某天的放學後，我滑著我的社群軟體，默默地就出現了吳姍儒 Sandy 的推薦貼文，這篇貼文的內容，分享著她的經歷及不同時期的想法，這些令人感動

的文字，感動了當天閱讀貼文的我。這本書述說著作者吳姍儒 Sandy 自己成長的經歷，以及她對於「親情」、「友情」、「自我認同」的想法。沒有太多難懂的寫作手法，但卻句句能使人感同身受，明明是自己一個人讀這本書，卻覺得像在與要好的閨密，述說難過、悲傷的經歷，而閨密正在慢慢的開導著我，無私的陪伴著我，並互相分享著彼此都是如何度過這些不愉快的日子。書面的小字體，寫著「你的價值，不需要由任何人定義」，我就是被這幾個字影響，去閱讀了這本書，而內文某一段落的小標題「你的存在，本來就值得青睞」，雖然與內文裡的經歷不同，但也讓我知道那樣心痛的感受：原本的自己，並不是一個有自信且會主動述說事情的人，在一個小團體裡面常被忽略，過得不快樂，但在某次的游泳比賽中，我帶著所有隊員的希望，從落後到費盡全力向前追，最後不但獲得第一名，更重要的是我從比賽中找回自信，更了解自己存在的價值，也從那次的經驗，知道當自己有自信且肯放手並努力嘗試，就有機會創造出更好的價值。

從小到大，家人常灌輸我，要學會包容體諒，友善、真心且互相尊重地對待身邊的朋友及家人。例如：文章裡吳姍儒與侏儒症學生的對話，讓我了解不論是有意的攻擊，還是無意的開玩笑，這些對侏儒症的學生都會有很大的影響，他們可能承受很大的心理傷害，並默默接受「特教生」、「侏儒症」的負面標籤，而不斷的自我否認，認定自己什麼都不會，就因為自己是特教生、自己是患有侏儒症的人……。人的一生本來就不是完美的，唯有了解自己、愛自己，努力挖掘屬於自己的道路，做自己最好的主人，把生活過得精采且豐富，並且勇敢去闖蕩自己的未來，活出自信的每一天！

看完書，我想告訴自己應該要「更勇敢的面對自己、更真實的聽聽自己內心的聲音、更有勇氣的對自己的人生負責！」既然自己如此幸運、如此幸福，就該好好珍惜，不再幼稚行事，應該用成熟、穩重的心態面對各種挑戰。累了一樣可以哭，心情不好一樣可以難過，但事情過完了，就該收拾好自己的情緒，把這些失敗不好的經驗，化為下次學習的重要動力。自己的存在，自己的價值，都掌握在自己的手裡！

四、討論議題：

你想過自己活著到底是為了什麼嗎？你找到屬於自己活著真正的價值了嗎？遇到挫折你選擇面對還是逃避呢？是如何解決並發洩負面情緒呢？

競賽梯次： 1101010　　得獎名次： 甲　　等

班　級　：　會計事務科 2 年 1 班　作者：　李○萱同學

作品標題：養育(甲等)

閱讀書名：《現代父母》

一、圖書作者與內容簡介：

陳龍安先生，他終身致力於創造思考教育的研究與推廣。他建立了創意家族，創造思考教育中心從事各項創造力專案研究及教學實驗，並將成果及研究心得經驗以傳教士的心情到處傳播，行腳遍及臺灣各角落。因為他認為「生而易，育而難」，在書中強調理論與實際相結合，提供父母面對親子間種種的挑戰，在教養過程中能夠掌握技巧要領，進而追求家庭美滿和諧。

二、內容摘錄：

如果凡事都替他安排好、計畫好、甚至動手替他做好，又叫小孩子如何獨立呢？（p.14）

不一定每個孩子都能成為翔龍、飛鳳，讓孩子做個在草原奔馳的馴鹿、活潑快樂的彌猴、威武而善良的大象，不也很好嗎？（p.53）

最後我不希求你似阿里山神木一樣盛名顯赫！只祈盼妳能像小草一樣有勁勁，能在微風中輕輕搖曳，也能在暴風雨中昂首，如同妳初生時的奮鬥，然後以妳細微的生命向大地伸展盎然的綠意！（p.123）

三、我的觀點：

「孩子與父母是一起共同成長的，但是要先有父母的成長才能使孩子正真的長大」這句話是我看完這本書後所獲得的想法。家庭是孩子們的第一所學校，也是人生中最重要的學校；父母是孩子們的一任老師，也是重要的啟蒙老師。

孩子就是像一面鏡子，他們會模仿著父母親的種種行為。這種種行為，不管是好的還是壞的，孩子他們通通都會學，因此我們也能從孩子的行為中看出他們家所給予他的教養。我們常常在文章中讀到「言傳身教」的重要性，但是我們生活中不只有父母會對孩子帶來影響，就連生活環境也會。要不然為什麼孟母要為了孟子一次又一次的搬家呢？起初孟子是住在墳地附近，時常看見死者的家屬哭泣，所以就朋友們模仿家屬哭泣，之後孟母知道此事後就搬到市集，但是孟子又開始模仿著商人討價還價、屠夫殺生的樣子，最後孟母就搬到了學堂旁，果不其然孟子也就在學堂中學了知識和禮儀，所以孟母就沒再搬家了

。這就是「孟母三遷」的故事。這告訴了我們父母的言行舉止和生活環境都會對孩子有一定的影響，所以父母在要求孩子前，應該要先要求自己，以身作則給孩子們看而不是給他們一張張的空頭支票；生活環境不是孩子們有辦法選擇的，因此要有好的環境是要由父母親來創造，例如：給予他們足夠的關愛、給予他們適當的壓力、給予他們微乎其微的限制。

俗話說「養不教，父之過；教不嚴，師之惰」，所以我們可以從這句話得知教育小孩不只需要父母親，還需要老師們的協助。老師是負責傳授知識給孩子們，畢竟老師比起父母來說可以提供更加專業的知識給孩子，而父母要全心全意的配合學校，並且與老師們一同努力教育孩子，但是在這個過程中父母親也要尊重和信任老師。如果有意見不合時，千萬不要隨意去詆毀、批評老師，請拿出你的耐心與老師一起討論，因為你們的初衷都是為了孩子。父母雖然無法給予孩子十分專業的知識，但是父母必須從小培養孩子良好的三觀。父母與老師相輔相成，才能讓孩子的心理和身體健康的成長。

家庭教育是很重要的，但是學校教育也是不可或缺的。他們兩個就像是生命共同體一樣，只要缺少了其中一個，就可能讓孩子幼小的心靈無法健全的成長，孩子他甚至還有可能誤入歧途，所以家庭教育和學校教育是密不可分的。作為家長的你們應該適當的鼓勵你們的孩子，不要吝嗇去誇獎他，說不定因為有了你們的支持他才能肯定自我。

養育孩子是一件極為辛苦的事，但是當父母的你看見他們有了成就後，你卻會覺得這一切都是值得的。父母親很偉大，他們養育著我們並祈求著我們健康平安的長大，但是他們並不求回報。他們的辛苦，作為孩子的我們無法真正的去體會、去瞭解，但是我由衷的感謝我的爸爸和媽媽，你們流血流淚的培育著我長大成人，我想跟你說句「您們辛苦了」。

四、討論議題：

你能體會父母和老師的辛苦嗎？你知道你的父母為你默默付出了什麼嗎？

競賽梯次： 1101010　　得獎名次： 甲　　等

班　級　：　會計事務科 2 年 1 班　作者：　張○軒同學

作品標題：沒事教室(甲等)

閱讀書名：《星期五的沒事教室》

一、圖書作者與內容簡介：

原本作為美術教室的「沒事教室」，拉雯老師找來學校六個小孩，這六個小孩有些是少數民族、原住民，甚至是外來移民，他們被認為是學校的邊緣學生。老師請他們在每個星期五的下午兩點到這間教室裡，在這間教室裡，大家可以互相吐露自己的心聲或是傾聽他人的心事，沒有老師，也沒有考試。剛開始到了不熟悉的環境，大家都對彼此有防備心，時間久了，他們彼此互相會訴說自己的煩惱，同時海莉也用叔叔給他的錄音筆錄下了他們內心的聲音。

二、內容摘錄：

為什麼大人總是告訴彼此他們看起來有多年輕，小孩子卻總是想要趕快變成大人。(P.88)

不要畏懼看不見的事物，或是還不了解的事物。神秘處處皆是。(P.167)

有一天，你的時光會全都消失得無影無蹤，到那個時候—你就一無所有了。(P.170)

沒人能選擇自己要生在哪裡，或者被誰生下來。(P.176)

生命會給出你不想要的東西，而你只能接受。(P.183)

三、我的觀點：

種族，我覺得在近幾年是很有爭議的一個議題，這個發生在美國的故事，有的人因為是非法外來移民，在工作中被抓去監獄；有的人因為是不同種族，於是被高年級的學長欺負；有人的爸爸因為車禍害死了她的媽媽，因此被關進監獄；有的人因為遭遇種族歧視而不能玩槍，怕被警察一槍斃命。

這本書是海莉以第一人稱的方式去描寫他們在沒事教室度過的所有時光，彼此以最真誠的心去交流，訴說自己的遭遇，或許剛開始到了不熟悉的環境，大家都會不太習慣，會覺得說怎麼可能來到學校，沒有老師沒有考試，就這樣讓大家互相聊天。但就是因為我們被迫於不熟悉的環境下才需要去適應，其中我覺得讓他們能比較快適應彼此的原因是海莉叔叔送給他的「錄音筆」，當初海莉希望買錄音筆的原因就是因為他希望可以把大家的聲音或者是遭遇錄下來，在以後回憶起來才會知道自己在小時候有這樣的特殊回憶—只屬於他們六個人的回憶。

種族歧視在很多地方都有可能會發生，不論是民主國家或是獨裁國家，但普遍以黑人、白人的問題較為常見。書中有一個小男孩就是因為種族不同的關係，被高年級的學生欺負，而這些歧視他們的人，利用霸凌的方式去壓制他們，這讓我了解，霸凌的背後有許多不同的原因，而種族歧視也是原因當中的其中之一。

霸凌，是最常在校園內發生的事情，每學年學校都會調查在過去六個月內，是否有被金錢勒索、同學孤立…等現象。雖然教育部會每學期辦一次調查，不過也不是每個學生都會說出真相，或許是我們從來都沒有真正去正視過霸凌這件事情，而導致到現在霸凌這個問題都還一直存在著。近幾年，學校都在提倡「反霸凌」這件事情，老師也會盡力去處理類似的霸凌事件，不過並沒有真正去了解源頭，因此可能會讓同學彼此的誤會越來越大。

以小孩的視角去看待這個世界，用他們最真誠的心、最純真的思想。現實生活中，大家常常會活在物質的世界中，但這六個小孩，他們只希望自己的父母可以陪在自己身旁。正應該是無憂無慮的年紀，卻因為種種原因，被迫與父母分開、害怕自己有一天也會被抓走、害怕以後再也見不到自己的親人…

荷莉說：「沒人能選擇自己要生在哪裡，或者被誰生下來。」，書中的六個小孩彼此因為家庭、種族、階級關係，被認為是學校的邊緣學生，不過他們也沒有辦法選擇自己的父母或者是出生在哪個國家，反之，我們也是，或許我們並不是出生在自己想要的家庭，不過我們也只能接受，就像書中說的「生命會給出你不想要的東西，而你只能接受。」他們用自己的方式去接受這所有的事情，也因此他們六個有類似的遭遇，而在互相傾訴的同時，他們更能夠了解對方的心情，彼此也能夠成為心中的慰藉，一起成長，一起勇敢得接受這世界上帶給他們所有的不公平。

四、討論議題：

為什麼會有種族歧視的問題？
我們要怎麼阻止霸凌事件再次發生？

競賽梯次： 1101010　　得獎名次： 甲　　等

班　級　：　國際貿易科 3 年 1 班　作者：　何○軒同學

作品標題：童女之舞(甲等)

閱讀書名：《童女之舞》

一、圖書作者與內容簡介：

曹麗娟曾擔任雜誌社編輯，曾和知名台語歌手陳明章、陳小霞合作，創作台語歌詞。

童女之舞為曹麗娟第一本小說集，裡面收錄了四篇精采短篇小說，分別為「童女之舞」、「斷裂」、「在父名之下」和「關於她的白髮及其他」

曹麗娟發表的作品寥寥可數，但每篇作品皆令人回味無窮，細細閱讀後更能察覺許多引人省思的情節片段。其中「童女之舞」更曾獲得聯合報文學獎短篇小去首獎、翻譯成多種語言、改編為同名電視劇等。

二、內容摘錄：

鍾沅如此之近，海如此遼闊，沙地更穩穩實實地接納了我，一切曾委屈、憂懼、恍惶無措的，都暫時遠去。(p.38)

她吃力揀拾意識的碎片，旋轉停止，她從高處墜落，一路下墜穿過層層疊疊的紫光白光藍光彷彿深淵沒有盡頭。(p.131)

有些情境很需要時間蘊生，而且還不能太短，她們數十年來披荊斬棘相濡以沫以廝殺的故事說來話長，新人終究算外人。(p.148)

恨，是的，那種她一輩子都不要沾到的恨啊，她躲避它像躲避瘟疫，不能不行不可以恨，她退無可退，終至連愛都棄她而去。(p.186) 陰天她最羸弱，雨天她最憔悴，日光是她的活命仙丹，然而她今天居然將日光絕在斗室外，如困獸於洞穴中垂首踱步……(p.206)

三、我的觀點：

童女之舞這本小說中敘述著同性戀的種種故事：正值青春期的女孩對性愛的好奇、以朋友身份試探對方的情感、在傳統社會中逃避社會輿論和一群女性互相扶持互相滿足對方的故事。這本書所敘述的事彷彿都曾發生在你我身旁，在現實生活中也都曾看過類似的案例。

書籍中有許多文藝清新的地方，有的使用簡單的文字卻有著另外的意義;有的使用艱澀美感的詞彙讓讀者們享受文字的奧妙。「關於他的白髮及其他」更使

用了大膽的文字提及性愛，描述其聲音、動作、感官，彷彿進入文字殿堂，深入其境，那些文字所帶入的畫面皆呈現在腦海中。

「童女之舞」這篇小說使用了大量談話，敘述兩個女生從女孩轉變成大人期間對同性戀的看法。書中有句對話令我印像深刻，鍾沅問童素心：「兩個女生可以做愛嗎？」正值青春期的童素心並未回應。兩人褪去高中的稚嫩成人後，童素心反問鍾沅：「兩個女生可以做愛嗎？」這時鍾沅大聲回答：「不可以！」

長大後的他們，想到的不再僅僅是兩人愛不愛對方，而是看到了社會的觀感，家人的反應，和周遭的期許。把相愛比喻成做愛，在最單純的年紀所說出來的話或許才是最真實的回答，如果長大成人的他們勇於面對自己的情感，不在乎世俗的眼光，亦或者社會沒有這樣的傳統，或許他們的決定還能像當初一樣純粹。

其中最動人心魄的章節，我想是書中所收錄的「在父名之下」。傳統社會中，同性戀是完全不被允許的，甚至是大家閉口不提的話題，而同性戀這件事被學校認為是「猥褻」。在父權社會下，家人不支持，社會不同意，只好選擇離開這世界，離不開這世界的人只能選擇重新來過。原以為離家出走後就能忘記所有，但爸爸的離世卻又讓他回到了這沒溫度的家。他回來時面貌一新，原是男兒身卻身穿女裝、裙子、耳環，可不變的是他那深邃的五官和酷似家人的側臉。這篇小說不看到最後其實無法摸透作者的含義，反覆看了幾次一樣的文字段落真正瞭解其中意義後，才發現原來作者筆鋒一轉，竟巧妙帶出文章中提及的人。

近期台灣同性婚姻合法化，原本就熱烈討論的同性議題更躍上大螢幕，同性議題不再是大家談話的禁忌。但同性在社會下真的平等真的不會受到歧視了嗎？

我認為要大眾忘記多年前的傳統，短時間內接受並非容易的事，許多的配套措施也都還沒有明確的規範。我本身並沒有特別支持或反對，我認為他人相愛結婚是好事，無關身分，無關性別，擇你所愛，愛你所擇。他們勇於面對自己的情感，並沒有因為和他人不一樣而感到自悲，反而走上街頭，宣示自己的愛情，爭取自己戀愛的權利。

四、討論議題：

同性婚姻合法後，大眾對於通性戀的歧視會減少嗎？
如果身邊朋友有人是同性戀你還能一如往常和他對談嗎？