

少年體驗隊

如果我看不見

七月上檔的《少年體驗隊》，是 GOOD TV 專門為青年學生打造的生命教育節目。生命教育雖是非常嚴肅的議題，但可以用活潑有趣的方式來進行，讓少年們從體驗中，內化成生命的養分，陪伴他們一生。

整理◎編輯室 攝影◎賴竹山



「生命教育」震天軋響喊了好多年，教育部也在校園開設相關的課程，或引進民間團體進入校園，希望用這種方式及早防範，並改善日益低落的社會風氣。

孩子有如一張白紙，端看你給他何種顏料，讓他揮灑出生命的色彩。GOOD TV 抱著這樣的態度，期盼下一代的主人翁，不只知識上精進，更重要的乃是在人格品德上，能夠有足以應付未來世界的能力。

體驗盲胞的生活

每集 30 分鐘的《少年體驗隊》，都有不同的中心主旨，其中七月份將帶少年們體驗視障朋友的生活，就是一次非常難得的寶貴經驗。

錄影還沒開始前，對於「如果我看不見」的題目，少年們大多表示難以想像，感到恐懼、害怕。為了讓他們能有更深刻的體會，本集節目還特別請到視障朋友鍾興叡當助

教，他不僅是音樂人也是電台 DJ，彈得一手好鋼琴，還能到處趴趴走，和一般人幾乎沒兩樣，這也給少年們很大的震撼，打破一般認知，以為視障者一定都得待在家裡的刻板印象。

戴上眼罩後，少年們馬上發現光明和黑暗的世界截然不同，這個衝擊讓大家不知所措，連最簡單的走路都「寸步難行」，這時才開始體會到視障朋友的生活是多麼不容易，擁有正常視力是很幸福和幸運的事。

第一課：同理心

錄影一整天下來，主持人 Uncle John 看著少年們的改變，再一次闡述這次體驗教育的主旨——同理心。他表示讓少年們蒙上眼睛，感受視障朋友的日常生活與行動不便，藉以帶出其同理心，對於個人及功利主義下，事事以自我為中心的偏差行為，透過這樣的體驗課程，通常可以在短時間扭轉。



障蔽視覺感官，少年們必須學習用腳感受地面的凹凸、用鼻呼吸感受空氣的味道、用皮膚感受陽光與樹蔭，和用心判斷身旁同儕帶領者的貼心程度與值得信任與否，這些感受都是日常容易忽略的，如今拾回，算是很成功的第一課。

第二階段的「實戰」體驗——到熱鬧商圈逛街，學習成果更是感到驚豔！少年發現視障朋友需要很多經驗的累積，才能順利逛街，雖然一旁已有同儕組員提醒帶領，但他們仍是一下子走到馬路上、一下子猛敲店家的玻璃門……。特別是，沒有矇眼而負責帶領的少年，也開始「同理」其他的夥伴和視障朋友，「我以前都喜歡店家把東西放在騎樓，這樣我們逛起街來比較方便，不用一家一家進去看，但是我現在就感受到，店家真的不應該把東西堆在騎樓，因為我連眼睛看得到都會不小心撞到」、「那些停機車的人太貪圖方便了，這樣擋住我們根本不能走！」

不到一小時的時間，少年們紛紛像是視障朋友或是家屬義憤填膺，還有一位少年趁錄影空檔小聲說：「等一下錄影結束，我想要打市民專線 1999 檢舉這些沒公德心的店家，他們太可惡了！」

在這集「視障體驗」中，少年們不但學習在理智上，去了解視障朋友的不便和需求，更進一步在情感上與身心障礙朋友們站在同一陣線，願意站出來，學習為弱勢族群發聲。看到這樣的進步，我們深深相信，同理心教育，應該是解決當今社會世代交戰的最佳良策！📺

Uncle John 體驗教室



視障體驗——同理心

◎姜義村 博士

(國立彰化師範大學 運動健康研究所教授)

「同理心」(Empathy)，也有人翻譯為「換位思考」或「共情」，所指的是人際互動和交往過程當中，站在對方立場設身處地思考的一種方式，也就是嘗試去體會他人的情緒和想法、理解他人的立場和感受，並以他人的角度思考和處理問題。

同理心可以讓人們有比較好的情緒自我控制、傾聽能力以及表達對他人的尊重等，這些能力對於提昇在教育領域所聽聞的情緒商數 (Emotional Intelligence Quotient, 縮寫為 EQ) 有很大的助益。以往我們認為聰明或高智商 (IQ) 是成功人士的重要關鍵，但這觀念早已被推翻，近來研究都普遍認為具有好 EQ 的人可以有比較好的個人發展、人際關係以及對社會有正向貢獻。



李芊瞳 16 歲

我覺得他們好了不起，加油！



孫明瀚 13 歲

珍惜所擁有的，找回最純真的感動。



徐靖萱 16 歲

伸出援手，不要用異樣的眼光看待。



陸加勒 15 歲

要多一些設施來幫助視障朋友。

《少年體驗隊》播出時間：7/12 (日) 起，週日 19:30 (首播) 週三 17:00、週日 13:00 (重播)