

2017
10月

民生點點

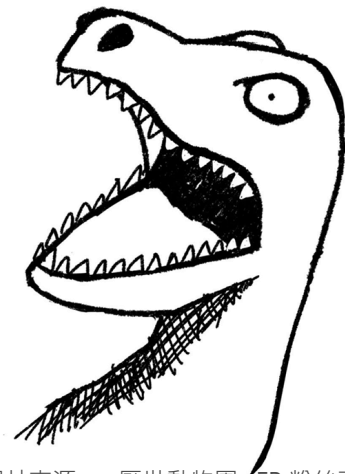
你我都是點

當點點相遇，串起生命的點點滴滴

民生故事就此展開...

106學年度秋季刊

故作堅強不如 喊出心聲



圖片來源：<厭世動物園>FB 粉絲專業

近幾年的網路上掀起了一股**厭世風潮**，許多作者開始用一些諷刺、自嘲、哀怨的字句表達現代生活的困難處境，也同時抒發難以宣洩的負面情緒，成功引起共鳴，更成了宣洩心情的出口。其中，厭世姬表示親身經歷過厭世，才能夠深刻理解、中肯的傳達。

誠實的做自己

誠實的厭世

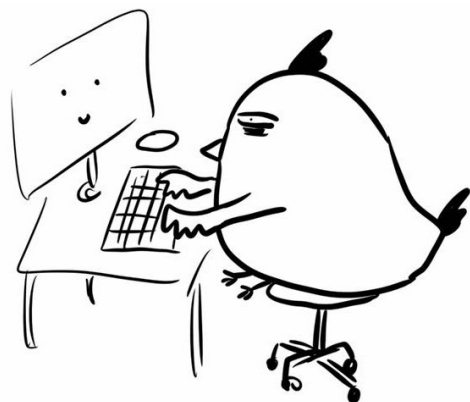
厭世動物園



前十幾年的人生都順遂無波，厭世姬一直相信自己未來會是個有成就的人，「我的人生轉折，就是大學快畢業時父母突然過世，進入一個蠻低潮的狀態。」人生突發的意外，改變了她看待世界的方式及處世哲學，「我發現什麼激勵、正面思考，這些對我而言都沒有用，真正有用的是看清楚事情的真相，即使狀況再糟，也能從中找到應對之道。」從那時開始，厭世姬漸漸理解，所謂的「厭世」並不是要大家放棄生存，而是適度抽離自己，和這個世界拉開一點點距離，就比較不容易被傷害。

生病、失戀、找不到理想的工作，覺得自己非常失敗，好像置身社會的邊緣，厭世姬認為，最好的做法就是**不做任何價值判斷，安靜陪伴才能帶給人最大的力量**，而她的創作，就是給跌倒的人們無聲的支持與同理。負能量也是種能量，厭世是一種生活態度，不過若是遇到挫折，厭世就會是一個管道、一種抒發。坦然接受人生的不完美，如果能清楚認知自己正身處在世界的夾縫，反而可以在縫隙中找到自己的位置。

「如果終究會變成香腸，那麼為什麼不當一隻懶廢的豬？」(笑)



情緒的調適可以分成「情緒解決」與「問題解決」，前者談的是如何接受自己的情緒，後者談的是正能量思考，「如果正向思考只是在鼓吹人應該要開心，遇到任何事情不要往負面想，少了中間整理情緒的過程，這就不是健康的心理調整機制，只是一種自欺欺人。」厭世系列的創作者們是以自嘲或幽默的方式面對，讓自己不會一直停留在當下的情緒，而有相同經歷感受的人們看到

之後，不論是覺得好笑或是產生共鳴，其實在當下都被同理到了，無形中也調整了自己。而現在，生活被各種不如意的事情所佔滿時，人們不必再強顏歡笑，強迫自己一切往好處想，而是適時抒發自己的負能量與厭世情緒，宣洩過情緒之後，還有能力持續在這個世界上生存下去。



累得跟人一樣

文章摘錄來源：<天下雜誌> <cheers 雜誌> <端傳媒>

Cosplay Time 我是 000



我想成為<分歧者>裡的翠絲，因為她生在一個沒有自由，只有隱瞞與欺騙的國度，在這個國度擁有多個方向的思考就會被視為異類，但翠絲為大家勇敢向反派抵抗，我想要擁有像她一樣的勇氣。無論路有多蜿蜒都能勇敢張開翅膀，擁抱我所期待的夢想。101 王妍禎

我想成為的人是朴智星，因為他是一位厲害的足球員，我的夢想是能跟他一樣帶領足球隊，踏上世界比賽的第一步，並且成為一位能幫助隊友而不是丟下隊友的足球員，而且成為臺灣第一位走上世界比賽舞台的人，我一定要努力加油，成為臺灣史上第一位真正的足球員。101 羅富中

我想成為少年H一樣的人物，少年H是地獄系列小說裡的角色，他善良、樂於助人，而且他很講義氣也不會食言，他還非常的具有智慧，他在書中是佛祖的化身，且是用中國的道法來擊退且淨化別人，我想用他的特質不求回報的到處幫助人，做個現實中的少年H。101 林宇樊

我想成為陳樹菊阿嬤，我想像她一樣用自己的雙手幫助弱勢，雖然會吃下不少苦頭，但我也一定會盡力做到，我相信好心就會有好報，和她一樣經由自己的工作之餘額，然後捐給慈善機構等，這樣也能讓外地人體會到臺灣人濃濃的人情味，而且幫助別人是件好的事！101 胡銘凱

每一個人心中都有一位崇拜的人物，並且想成為那個人，而我最想成為的人是朴妍美，她是位脫北女孩，現在是位人權鬥士，想成為她不是因為想體驗在北韓和脫離北韓的生活與過程，而是因為想為每一個受苦的人爭取權益，若成為她，我想先去各地演講介紹每個人該擁有的權益。101 邵韻荃

我想當卡通裡的愛麗絲，想要像她一樣幫助他人，想要像她一樣勇敢探險，探險不一樣的生活，幫生活增加樂趣。愛麗絲熱心助人，在冒險的時候，幫過許多人、動物，因為好奇心，跟著兔子先生，展開了一場大冒險，所以我要和她一樣助人，並且展開自己的未來。102 簡郁珊

我想成為科比·布萊恩，為什麼成為他呢？原因很簡單，由於我喜歡打球，看他在場上留著汗水英俊的模樣，就算受傷也不會輕易放棄這場比賽，能在籃球最高殿堂打那麼久的球，拿過那麼多枚的NBA冠軍戒指，科比·布萊恩，絕對是我最想模仿的對象。102 楊宗啟

我最想要變成櫻桃小丸子，是因為小丸子身邊的朋友都非常有趣又無釐頭，有時又非常搞笑，小丸子傻傻的個性也為班上增添許多歡樂的氣氛，但其實最主要的原因，使因為有一位很疼愛她的爺爺和一位知心好友小玉，這讓我覺得小丸子非常快樂和幸福，所以我最想要當的是一「小丸子」。102 羅筑月

我最想模仿的是<刀劍神域>的桐人，因為他的絕招二刀流和星爆氣流斬很酷炫、很厲害，而且還可以手持二劍酷炫程度瞬間飆高，不只這樣，他還很有女人緣…說錯了，是正義感，他只要看到有人被欺負就會挺身而出教訓壞人。我以後也要這樣幫助受欺負的人，支持反霸凌！102 王裕凱

我是哈利波特，一位平凡的特殊能力者。當同齡少年努力讀書，我則在努力練習一項又一項的魔咒；當同齡學生背負考試的壓力，我則背負了要拯救魔法界的壓力。平凡的頭腦、平凡的技巧，卻擁有最超乎常人的人生。遇上佛地魔，你來我往、互不相讓，手持干戈非要殺個你死我活。終於！踏著戰敗的敵人，我為自己的人生找到無限可能！盡全力開闢出自己的人生，使未來充滿無限生機！102 賴鼎元

我想變成田徑選手安琪，因為她常常代表台灣出國比賽，而且她很開朗不做作，雖然這次世大運她因為受傷沒下場比賽，但她卻每場都有去幫臺灣選手加油。雖然我知道我無法達成，但我相信有在過程中努力，終究會有一個美好的結局。113 陳怡臻

我想成為像愛迪生一樣的人，愛迪生經過了無數次的實驗，研發出了燈泡，而現在在各個地方，我們都會使用到電燈，起源就是愛迪生，希望我也有像他一樣的精神，經歷了無數次的失敗，就只為那一次成功，而去幫助許多人解決煩惱。113 歐陽鈺仟

我想成為像徐霞客一樣的人，因為他走遍天下，環遊當時的全中國，並得到了許多新知，發掘出許多奇聞軼事，這正是所謂「讀萬卷書，不如行萬里路」的道理。而他雖然遇到了許多危險，但也勇於去面對，如果未來經濟允許的話，我願可以像他一樣環遊世界。113 賴冠均

我想成為像我阿嬤一樣的人，因為阿嬤是又貼心又善良的人，很會煮菜也樂於分享，早睡早起、天天掛著笑容做家事，忙來忙去的也從不喊累。在我發燒時不斷細心的照顧我，我也想和阿嬤一樣會照顧人。113 李子鈴

漫畫類

218 蕭任佑



Cosplay Time 我是 000



我最想要成為蔣智賢，因為我很喜歡打球，就從我三年級那一年，我就加入了我們學校的棒球隊，一開始，我也是弱弱的球員而已，沒想到五年級時，我突然開竅了，因此教練每一場的比赛都會叫我上場，因為蔣智賢他非常的強，所以我要努力學習他，成為職棒選手。

213 王昶璟

我想成為IU，擁有高亢的嗓音及美麗的外表，她所演出的戲劇，不僅讓人著迷，她的歌聲也帶給許多人快樂與幸福，每當我傷心時，聽聽IU的歌曲就能讓我振作起來。所以我想扮成IU，也為周遭的朋友們帶來歡樂，就像她帶給我勇氣以及希望。

202 瓶中信

從小，我就有很多喜歡的偶像，其中最崇拜的是「泰勒絲」。她從剛出道的鄉村歌手，到現在被全美人民稱為「國民小天后」。但她一路上不全然是順利的，被好友背叛、感情狀況不穩定，甚至在網路上被網友罵，但她卻更努力，我很佩服她，而我也想成為像她一樣人。

203 Taylor 粉

每個人應該都有幻想過，如果自己能成為某某人，該有多好。我從小就想當「哆啦A夢」在別人需要幫助時二話不說掏出道具，在想去旅行時拿出任意門—不管是何時、何處、何人，只要有了百寶袋就能暢行無阻，真想擁有它。

207 Hsuan

如果可以，我想成為臺北市長：柯文哲，是因為我佩服他，他那一上任果斷拆除公車站的態度；他那駁斥無理留言的勇氣，如果我是他，我要將他率直的態度延續下去，也許，不只是臺北市長，還能當總統，把臺灣建設成一個更好的國家。

207 璀璨天墜

我是名偵探柯南，每當下課時、每當放學時總是神神秘秘、鬼鬼祟祟在陰暗的角落找尋犯罪的蹤跡，尤其是在中學，不法交易、毒品氾濫、肢體霸凌經常藏匿其中。我想幫助同學們、朋友們，不管是誰，我都想帶他們逃離危險創造一個更友善、美好的校園。

207 蔡佩岑

我想成為的人物是戴資穎，全球羽球排名 NO.1 就是她！因為我從小最愛的運動便是打羽球，而且，在 2017 年的世大運中，她放棄了世錦賽的機會，選擇留在臺灣為國爭光，這種民族精神很值得我學習，也希望自己有朝一日能像她一樣讓世界更加認識臺灣。

211 楊蕓瑄

我想成為 Vanoss Gaming(一位外國 Youtuber)，他非常有名，在短短幾年內，他的粉絲數突飛猛進，他和他的朋友常常一起玩遊戲，比如把簡單任務搞砸，顯得很滑稽。近期在亞洲有了名氣，有人幫忙翻譯，才幾年，訂閱已經破了千萬，我想跟他一樣帶給人歡樂，讓壓力大的人們心情變好。

211 蔡季擘

我想成為 GFriend 一樣的人，因為她們在台上表演，不管遇到什麼困難，卻一點都不畏懼。就算表演到一半突然下大雨，但她們還是當沒事的繼續演出，卻告訴台下的粉絲們別感冒。即使台上多麼溼滑使她們跌倒 9 次，她們卻爬起來笑著繼續完成。這種敬業態度，正是我想淬鍊自己的。

211 吳奇恩

我想成為神力女超人，因為她運用自己特別的力量阻止悲劇的發生，或幫助弱勢窮困，而她也超級英雄中的女性。我想變成她讓世界更加和平，讓人們能不畏懼，勇敢的活在世上，雖然她只是個虛擬人物，但卻能如此偉大的使人們笑逐顏開，這就是我理想的偉大人物。

211 曾筠琬

我想成為華佗，因為我小時候常看<三國演義>，因而認識這號人物，也漸漸喜歡上華佗的醫療知識與技術，或許在小說中誇大許多，但華佗擅長外科手術，首用麻醉劑為病人開刀治療，我是他的話，我會想幫助更多的貧困黔首，並將技術傳給後人。

211 涂光佑

我，想變成我的爸爸，我的爸爸常常陪我下棋，常常陪我騎車，也常常陪我聊天，我知道做工很辛苦，但是那就是幸福的味道，雖然爸爸很少花錢，但還是過得很開心，但我還是想做自己，做好自己、過好生活，生活最重要的是開心，希望我可以過好每一天。

215 許廷睿

在大太陽底下等著接孩子回家，回家還吸了不少的油煙味，為了煮一道道佳餚給孩子吃。精通十八般武藝，為了孩子不畏辛苦，在烈日下、在生活中、在家裡、在職場上，成為一名那樣精通的女強人。我想成為這樣的人，而那個人就是「媽媽」。

215 潘佩文

漫畫類 210 但我覺得還 OK



剪下截角，10/24 前投至輔導處抽獎箱

將抽出幸運兒數名，獲贈小禮物一份

班級： 姓名：

希望幾點上學最完美？為什麼？(至少 10 字)

※不可寫不上學

Cosplay Time 我是 000



我是哆啦 A 夢，擁有一個充滿各式各樣、新奇古怪道具的百寶袋，不僅能用來拯救別人，還能實現大家的夢想。尤其，我最喜歡百寶袋裡的「翻譯蒟蒻」，因為只要吃下去，無論是外國人還是動物，什麼語言都不用學了，而且考英文聽力時一定很簡單！**215 玉米**

如果我可以變成蜘蛛人，我會去拯救世界，並且召集我的夥伴們，一起打擊反抗的壞蛋、一起救人、一起吃大餐、一起出去玩還有一起獲得榮耀和喝采，不過雖然我可以變成正義英雄，我還會照顧家人，讓我的家人平安，也要讓整個嘉義市，甚至全台到全世界我們都保護。**215 魁魁**

我現在是一個沒有自信、沒有被人重用的普通學生，我希望我能夠成為世大運女排隊長陳苑婷，為什麼我會想成為像她那樣的人呢？那是因為他在比賽場上總是能夠將排球打得特別好，尤其她的每一次扣球，總是能得到觀眾如雷的掌聲，現在的我多麼希望能變成她。**216 仔仔**

如果可以，我想變成紅衣小女孩！因為她長得很可愛，但同時，也長的很恐怖、很嚇人，如果我變成紅衣小女孩，我就可以到處嚇人了！當然不會去嚇無辜的人，我會去嚇小偷、殺人犯...之類的，對社會只有壞處、無益處的人，把他們帶到深山裡困住。**216 JK**

我想成為的人是法拉第，無論遇到哪一種挫折，或是因為比較慢發表自己的研究結果而被別人認為是科學抄襲，他還是樂觀的研究自己了解的事物，不管別人的想法和批評如何，法拉第依舊一直做自己喜歡的事，所以我想成為的人才會是法拉第。**220 蕭好使**

我最想當的是哆啦 A 夢裡的大雄，因為不管什麼困難，在什麼時候，哆啦 A 夢總會拿出各種道具來幫他。有時光機，我就能回到過去；有任意門，我就能到世界各地，但我最想要的是「記憶吐司」，因為在學校要背得太多了，有他我就能輕鬆地把所有單字和公式給背起來。**218 蔡詠淇**

我希望可以當超人飛翔於天際，這樣就不怕交通問題，也可以幫助別人，真是一石二鳥啊！每天可以睡晚一點，可以馬上飛到任何地方也可以不用怕體力不夠，因為超人的體力比一般人多好幾倍，每天可以做好多事，真希望我可以成為一個出色而且受人尊敬愛護的超人。**218 吳岳展**

我想成為一個中職超級厲害的打者，他叫陳傑憲，他真的超級神，感覺他每天一早醒來就是想著打棒球，因為他眼睛超級雪亮，每場比賽平均都會有一到兩支的安打，打擊率也有四成一多，選球更是恐怖，上壘率也快將近五成，真想變成他，感覺一下他那火燙的手感。**218 林奕丞**

如果能有機會角色扮演的話，我會選擇殺老師。他是個十分厲害的老師，擁有20馬赫的速度，而他也會以自身的速度來為班上同學出「個人化考題」，針對每人的強弱項來進行出題，把吊車尾的班級教到全班進前五十名。教育不是死板的，我從他的身上驗證了這句話，我覺得他是真正能貼近學生的好老師呢！**218 吳思萱**

我想變成<進擊的巨人>裡面的里維兵長，因為他不僅勇敢，而且有面對困難的清晰大腦，在劇情中他勇敢面對巨人的威脅，清晰的指揮士兵，而且不退縮、努力奮戰，他的表現令我非常佩服，因為我學習的就是面對困難的清晰大腦，在未來，正需要清晰大腦，完成一件件困難的事物。**218 羅敏菁**

我最想成為的人是齊柏林先生，因為不僅能拍出一張張優美的景色，還可以收錄不同地區的文化風情，不過我更想拍的是和家人團聚的喜悅，和朋友一起遊玩的照片，對我來說照片不只是記錄生活的一部份，而是儲存感情和回憶的容器，所以我覺得攝影師是個很偉大的人物。**220 覺偉倫**

百爭多回沙場，立下許多勇猛的戰績，卻死在自己的自負，為自己的生命畫上輝煌的句點他就是項羽，我一直缺乏他那份勇氣和自信心，每當遇上難題時，我總選擇逃避，而不是親自面對面，而且自己常懷疑自己做得到嗎？所以，我想成為和項羽一樣的人。**220 蔡昕晏**

我想成為和魯夫一樣的人，雖然他莽撞、急躁、缺乏耐心及思考力，但是他那種一有想法就去做的果斷性格，正是我所缺少的。我做決定時常考慮太多，擔心這樣不適合、那樣太超過，時常錯失了最好的時機，魯夫的衝勁正是我的學習榜樣。我想成為像魯夫那種衝勁十足的人。**220 顏丞硯**

如果可以變成任何人，我想變成怪醫黑傑克，雖然他的收費是貴了點，但他的醫術是十分的高明，同時也救活了許多人，所以我想若是可以，我想變成他，到世界各地行醫，但不收半毛錢，這麼一來，我想傳授我的醫術，讓它們繼續醫治病人，因此我想變成怪醫黑傑克。**220 蕭好珊**

如果有一天可以變成別人，我想成為詩聖杜甫！不是因為他的文采，是為了可憐的李白！在李白失意時陪他喝杯酒、吟首詩，也許就能在他孤單寂寞時，不再僅有影子及月亮的對飲，也許就能把撈月的他撈上岸！然後，兩人在滿月的夜晚，飲酒作詩，為後世的人們留下傳世經典。**308 冥夜幻珥**

世界上有上千種人，我想扮演楊恩典，從她身上我學習到永不放棄。當沒有手但要畫畫，那麼就來用腳畫畫看吧！曾經，我用腳畫過一幅畫，那真的不堪入目呢！在扮演的過程，原來沒有手真的不好畫畫，可想而知楊恩典的求學路途比起一般人更加辛苦，但她一刻也不放棄。像我總是覺得達不到就放棄，我想成為楊恩典，用她那刻苦的精神督促我自己「不要放棄」。**312 夏末**

