

陽光社會福利基金會 台中分事務所

彰化地區「外表不能定義我」友善校園暨生命體驗教育計畫書

一、前言

隨著社會對平權與多元共融的重視，推動臉部平權已成為教育與職場的重要課題。我們透過「友善校園」與「生命教育」議題，成功於多所學校推動宣導活動，提升大眾對顏損者的理解與尊重。

在彰化地區，教師對品德教育與同理心培養尤為重視，學校積極推動友善校園，並透過生命故事分享深化學生的包容意識。

未來，我們將持續透過多元的方式，如實境體驗、線上解謎遊戲及生命故事分享等，將臉部平權的概念帶入校園。希望透過這些努力，進一步推動社會對臉部平權的關注與實際行動，共同營造一個更加包容、公平且充滿尊重的社會與教育環境。

二、計畫目標

1. 強化參與者對顏損朋友的認知度。
2. 提昇參與者落實臉部平權意涵。
3. 藉由體驗學習提昇參與者的同理心，達到關懷生命的議題。

三、活動內容（依學校實際可以宣導的時間調整）

(一) 講座(40~90 分鐘)

內容	目的	時間	主責人
暖場	運用近期熱門話題(時事、戲劇、夢想)	3分鐘	高級社教專員
臉平影片播放 (外表不能定義我)	觀看影片後，用問答方式引發學生對外表不能定義的討論	5分鐘	高級社教專員
認識陽光朋友	藉由陽光服務對象圖片，讓學生認識本會服務對象	7分鐘	高級社教專員
事前引導臉部平權	運用圖片、影片讓學生了解臉部平權意涵	5分鐘	高級社教專員
曙光方程式互動影片	開場說迷內容，安排平板使用： 包含平板帳號登入、網路連線，	20分鐘	高級社教專員

	互動式影片體驗然後再做影片討論(情境)，口頭引導結尾		
線上解謎遊戲	介紹臉平意涵，再說明遊戲內容，從遊戲過程中與學生討論刻板印象的看法，並引導學生外表不能定義人的觀念	約 60 分鐘	高級社教專員
生命故事或影片分享	分享陽光朋友生命故事，強化學生的同理心	約 60 分鐘	臉部平權代言人或高級社教專員

(二) 體驗活動內容(60~90 分鐘)

活動名稱	目的	方式
蒙面社交（外貌影響社交體驗）	模擬顏面損傷可能帶來的社交壓力	<ol style="list-style-type: none"> 讓部分學生在臉上彩繪模擬傷疤，然後進行簡單的社交活動（例如問候、交談、合作完成任務）。 觀察其他同學是否會有不同的反應（例如避免眼神接觸、態度轉變等）。 討論如果你的外貌因燒傷而改變，你會如何面對他人的目光？我們該如何尊重顏損患者？
蒙面自畫像（心理與自我形象體驗）	幫助學生思考燒傷患者的心理影響，以及外貌變化對自尊心的影響。	<ol style="list-style-type: none"> 讓學生畫出自己的自畫像，然後讓他們再畫出「如果我的臉上有疤痕」的版本。 問學生：「當你看到這樣的自己，心裡有什麼感受？」 討論：「當一個人的外貌改變時，社會是否能夠接納他？我們該如何幫助顏損患者建立自信？」討論「如果這是永久性的，我會如何面對？」

角色扮演劇場（同理心培養）	讓學生體驗燒傷患者的生活挑戰，學習同理心	<ol style="list-style-type: none"> 1. �模擬某人因臉部手術重回學校的故事」。 2. 讓學生設計短劇，演出患者如何面對困難、他人如何對待他們，以及如何克服障礙。 3. 事後討論「該如何對待顏損患者？如何提供支持？」
受限活動體驗（皮膚疤痕的影響）	模擬燒傷後皮膚變硬、緊繃，導致關節活動受限的情況	<ol style="list-style-type: none"> 1. 用繩帶或膠布將學生的手肘、膝蓋或手指部分纏繞，讓他們體驗行動受限的感覺。 2. 許多學生嘗試做簡單的動作，如綁鞋帶、寫字、拿水杯喝水等，觀察他們的困難程度。 3. 討論「當皮膚因燒傷變得僵硬，甚至產生攣縮時，患者會面臨哪些日常挑戰？」
疤痕皮膚感知體驗（皮膚異常觸感）	模擬燒傷後的皮膚感覺異常，如過敏、麻木或劇痛	<ol style="list-style-type: none"> 1. 使用膠帶或泡棉貼片貼在學生的手臂或臉部，模擬疤痕組織的異常觸感。 2. 許多學生閉上眼睛，然後讓他們用這些部位感受不同質地的物品（如棉花、冰塊、粗糙的砂紙等），體驗燒傷後可能會出現的觸覺變化。 3. 討論「如果每天都感受到這種不適，會如何影響患者的生活？」
高溫疼痛模擬（燒傷疼痛體驗）	讓學生理解燒傷後的疼痛感覺，以及皮膚失去保護功能的影響	<ol style="list-style-type: none"> 1. 許多學生將一隻手泡在溫熱水中 30 秒（不燙傷的程度）後迅速放入冷水中，體驗皮膚敏感變化。 2. 或者讓他們用透明膠帶貼在皮膚上，停留一段時間後撕掉，感受皮膚變得敏感的狀況。 3. 討論：「如果每天都必須承受這種疼痛，會如何影響你的生活？」

燒傷患者生活挑戰 (綜合體驗活動)	讓學生模擬燒傷患者在日常生活中的困難，並思考適應與解決方案。	<p>設置幾個不同的挑戰關卡，例如：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 穿衣關卡：用厚手套模擬手部燒傷後靈活度降低，挑戰穿扣子或綁鞋帶。 2. 社交關卡：戴上燒傷面具與同學互動，看看對方是否會用不同的方式對待自己。 3. 感覺關卡：用繃帶包裹手掌，挑戰拿筆寫字，體驗皮膚攣縮導致的困難 4. 讓學生分享體驗後的心得，討論：「我們該如何對待燒傷患者？如何提供支持？」
----------------------	--------------------------------	---

四、服務對象、日期、時間

1. 服務對象：彰化地區（國小/國中/高中職/大專院校）學生
2. 宣導日期：114年2月～114年12月
3. 宣導時間：至少40分鐘，可因應校方人數及宣導內容需求作時間長短之調整

五、敬請學校協助配合事項

1. 場地：安排校內可容納宣導人數之室內空間
2. 設備：手機、平板、桌子、電腦、投影筆、單槍投影機、電腦喇叭、以及麥克風等器材
3. 問卷：為測試宣導成效，請協助讓學生於宣導前後做前後測問卷

六、活動費用

若貴校無經費，本場宣導費用由本會募款支出，貴校無須負擔。若貴校有經費可提供，期盼能由貴校依所編列費用支應。

七、聯絡人

- 陽光社會福利基金會 台中分事務所 高級社教專員 鄭蕙蓮
- 聯絡電話：04-24637999*208
- 手機：0955230035
- Line ID：appleyesgo(需加入後才能互動)

- 電子信箱：c7Lien@sunshine.org.tw
- 本會網址：[陽光基金會](#)
- 中區中心地址：407 台中市西屯區安和路 168 號 2 樓之 6
- 臉部平權宣導活動場次報名統一由網路報名，網址如下：
https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfN_CaKC0wXKWIGbnnZTMT9QulMSuUFuA1Cr4xLezvETI886w/viewform?usp=header



八、備註

1. 活動純粹為宣導，不涉及任何勸募與推銷行為。
2. 歡迎各大專院校對生命教育及生命體驗學習有興趣的單位踴躍報名。