台南市歸仁國中109學年度 特殊教育宣導活動

「有愛無礙」：特教資訊-班級文宣

# 被叫瞎子、盲胞也不在意！視障心理師朱芯儀接納自己　還想帶更多人走出低谷

 朱芯儀為全台灣第一位考取諮商心理師證照的重度視障者，**除了視障外，她右耳失聰**，但對於身體的缺陷，她現在卻能以此談笑風生，完全不在意外界眼光地接納了自己，卻是經過一段漫長歷程。

請

各

班

學

藝

股

長

張

貼

在

班

級

公

佈

欄

朱芯儀形容15歲以前的自己，猶如棋琴書畫樣樣精通的公主般，功課好、體育好，總是學校的風雲人物，似乎世界上也沒有什麼事情難得到她，甚至還帶有一點「不可一世」的氣質。

但是，宛如人生勝利組般的生活，卻在15歲那年，被突如襲來的疾病給戛然而止。

發病初期，她發現自己的隨身聽耳機右邊沒有聲音，且走路開始有點搖搖晃晃，連寫字都常常寫不好，還常常處在一種「天旋地轉」的狀態中，到醫院才發現腦幹上長了一顆8公分腦瘤，無論開刀與否，都像是走在死亡的鋼索上。當時父母親為了女兒的病，四處遍尋名醫、求神問卜，不願放棄任何可能性。雖然爸媽想為女兒治病，朱芯儀卻覺得自己像是「困在高塔上的公主」，擺出一副因為身不由己，所以只能擺爛的樣子，不斷地怨天尤人。

明明是15~17歲的花樣年華，朱芯儀卻歷經開了四次刀，還一度出國就醫，最後因為這場大病，造成她重度視障、右耳全聾及右邊肢體不協調。僅僅兩年，對她簡直是一場很長的惡夢。

## 能活著已是上天恩賜　她轉念接納自己已是「視障者」

  直到17歲，有著缺陷的身體似乎也漸漸穩定下來，此時她開始思考，能挽回一條命已是上天恩賜，應開始想想後面的路該怎麼走。但要當時朱芯儀接受自己是視障者並不容易，心境上還有許多過不去的檻。朱芯儀說，以前自己好手好腳，隨便就可以幹掉別人，但現其他人輕鬆可以把自己幹掉，在生病前後的落差相當大，因此這種心裡難關，在高中三年的生活裡，從未間斷過。

## 求職碰壁卻能開創新路　有缺陷的身體教會她「不用平衡」

  朱芯儀說，就算她成為諮商心理師後，因為身障身份，就算她向各單位表明可先以免費的方式僱用，但還是讓求職四處碰壁，只能以自行在外接案的「行動心理師」維生，並四處撰寫文章，只為了讓僱主能對她有好印象，未來有更多合作機會。

 朱芯儀對此表示，被拒絕的過程背後，其實反映的是僱主不知道該如何僱用視障者、或是如何跟視障者相處，因此只能拒絕，並非出自惡意，她也藉由更多次的求職面試，讓僱主得以認識這個族群。

 最後她並未找到正職工作，卻愛上這種可以接觸到8歲到80歲對象的「行動心理師」工作模式。入行愈久，她看見自己的行事曆越來越滿，從一個月接一兩次案子，到後來天天行程滿檔，甚至今年行事曆已排到8月，才讓她發現自己漸有影響力，可以開始做更多事情。現在朱芯儀為了推廣心理諮商，以**「每個人都可以成為別人的諮商師」**為目標而忙碌不已。

 朱芯儀提到，突破身體限制後完成許多不簡單的任務，但還是不明白，這樣的身體要教給自己什麼事，直到有次划獨木舟時突然懂了。「因為自己不會平衡，所以不會有失衡的問題」。

 在那次划獨木舟的經驗中，所有同伴都被浪打到暈頭轉向，甚至還「吐到不行」，但只有她像是完全沒事般，還可以當起啦啦隊在一旁幫同伴加油。這時朱芯儀才發現，身體缺陷讓她的人生沒有平衡過，所以身體也教會她從來不去想「平衡」這件事，也讓她在海上或人生都不會失衡。

 ***每天只思考著事情的優先順序、什麼事是現在最重要的，讓她在面臨各種難關時，就像划船一樣，順水時就順勢而為、逆水時隨遇而安，這也成為她現在的人生哲學。***

## 走過接納四階段　朱芯儀：「開心就夠了，因為你是你自己」

  朱芯儀表示，中途失明的人在接納自己時，會面臨**「很怕別人會知道」、「不怕別人會知道」、「就怕別人不知道」、「不管別人知不知道」**等四個階段。對於自己身障者身份的接納程度，她已來到第四階段「不管別人知道不知道」。無論別人認為她是假裝、詐盲、被叫瞎子早已經無所謂，只要自己開心就足夠了。

 朱芯儀以自身輔導過的個案，提醒所有面臨困境的人，若能坦然做自己，就不會有任何被歧視、看不起的心情，無論做任何事時，都要記得**「你本來就值得，因為你就是你自己」**。

朱芯儀 小檔案

**學歷**

國立師範大學心理研究所碩士畢業

**現職**

國立台灣師範大學學輔中心諮商心理師

教育訓練講師/生命教育講師/諮商心理師

**獲獎紀錄**

國立臺灣師範大學109年度教育學院百大亮點校友

第56屆十大傑出青年(2018年)

臺灣諮商心理學會第1屆傑出心理師獎

第22屆金鷹獎(2018年身心障礙楷模)



導師簽閱：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

……………………………………………………………………………………………………………………………

★閱讀完以上的故事內容後，有意願填寫「有愛無礙文宣心得分享單」的同學，請跟導師/至學習中心索取分享單填寫。

★心得單繳交**截止日期:2021/04/16(五)**，請以班級為單位統一交給學藝股長後再繳交到學習中心！書寫內容充實者，**經評選後**，可獲得嘉獎乙支!

 學習中心(業務承辦人：丁姿文老師) 110年3月31日