

用生命影響生命的教育

講師介紹：蔡昭偉

◎【蔡傑的部落格】版主：

『2009年教育部部落格大賽』家長部落格 - 佳作。

『2010年台灣部落格大賽』親子教育部部落格 - 第一名。

『2011年全球華文部落格大賽』親子家庭部落格 - 首獎。

◎102~103年嘉義縣政府鑑輔會委員。

◎103~104年嘉義縣東石國中特教班兼課老師。

◎現職：特殊教育、生命教育、親職教育研習課程講師。

◎出版作品：2012年『一路上，有我陪你』，

2018年『這一刻，我們緊緊相依』，時報文化出版。

◎台灣第一部自閉症系列紀錄片『遙遠星球的孩子』，第二集『我是蔡傑』主角。

◎一位自閉兒的父親：

蔡傑三歲時被醫生診斷為「重度」自閉症，為了孩子，毅然辭去工作，回家當起全職爸爸，每天 24 小時全天候陪伴，除了帶孩子到醫院治療，也親自進入學校陪讀，學習期間查閱國內所有自閉兒相關文獻，並且針對孩子特性，自創教學方式，大量運動訓練，觀察及研究多年，有感於國內自閉兒文獻紀錄不夠完整，便開始整理孩子的各項行為紀錄，2009 年開始透過網路分享教養心得，累積迄今已發表文章一千多篇，影片三百多部，字數累積超過七十萬字，部落格點閱數達一百五十萬人次，FB 粉絲專頁有四萬人持續追蹤。

因為孩子，傑爸努力克服從小自身結巴的口語障礙，開始走向全省各地、離島與全世界聽懂華語的國家，如：中國大陸、馬來西亞、澳門... 等地去演講，除了是正確宣導人們所不知道的自閉症，改變對自閉症的誤解之外，也是分享教育自閉兒的方法、生活實用的技巧、家長的心路歷程、對生命的探討、父親的實際作為、將不可能轉化成無限可能.....

蔡傑爸【FB 粉絲專頁】



蔡傑的部落格【隨意窩】



◎【電子信箱】：tsaichaowei@gmail.com



傑爸的經歷：(徵文比賽、專欄文章、紀錄片、媒體報導)

- 96.11.01 「聖心教養院」第26期雙月刊【早療文章】-游泳篇。
- 97.05.22 「嘉義縣政府」【健康心，關懷情】系列活動，徵文比賽第一名。
- 98.04.01 「嘉義基督教醫院」第131期院訊社福專輯【早療親子文章】-傷痕。
- 98.06.16 「行政院新聞局」高畫質電視節目自閉症紀錄片【遙遠星球的孩子】第二集主角。
- 98.07.04 「第一屆教育部部落格大賽」【家長部落格佳作】。
- 98.08.04 「自由時報」【父親節專輯報導】-全職父親部落格分享笑與淚。
- 98.08.08 「財團法人雙福社會福利慈善事業基金會」頒發【模範天使爸爸】獎牌。
- 98.11.12 「食尚小玩家」NO.4期 刊載推薦【親子部落格】報導。
- 98.12.27 「2009全球華文部落格大賽」【親子家庭】初選入圍。
- 99.01.01 「自閉症基金會」牽引期刊【看見孩子的能力】系列專欄作家。
- 99.10.27 「伊甸社會福利基金會」【跨越障礙，活得精采】活動，徵文比賽第二名。
- 99.12.01 「NOWnewsBlog」〈我♥好文章〉活動：【改變】，徵文比賽第一名。
- 99.12.15 「王詹樣社會福利慈善基金會」第一屆【慢飛天使家長療育故事】徵文比賽第一名。
- 100.3.14 「生命藍海教育基金會」第二屆【生命樂活故事】徵文比賽佳作。
- 100.3.17 「公視晚間新聞」【自閉兒紀錄片專題】報導。
- 100.3.24 「跨越障礙、活得精采」一書出版，第二個故事【超越奇蹟的奇蹟-蔡傑的故事】。
- 100.3.26 「2010台灣部落格大賽」【親子教育部部落格】第一名。
- 100.6.26 「TVBS一步一腳印發現新台灣」【無止盡父母成長路面對挑戰越挫越勇】專題報導。
- 100.6.27 「2011第六屆全球華文部落格大賽」【親子家庭部落格】首獎。
- 100.9.01 「媽咪寶貝」2011.9月號【名人下午茶系列專訪】我是蔡傑。
- 100.9.02 「台灣加油讚」爸爸要你飛的更高【一位平凡父親與重度自閉兒的約定】報導。
- 100.9.03 「馬英九總統」face book 推薦【蔡傑的部落格】。
- 100.9.04 「聯合報」【父辭職願自閉兒 點滴寫部落格】報導。
- 100.9.06 「ROCbiKe Taiwan Bravo」【土豆人系列】全職父親系列報導。
- 100.9.08 「Yahoo 青年微革命」堅持100活動【1個故事說5千次也不疲倦的父親，蔡傑爸】。
- 100.9.14 「東森新聞」【辭工當五年全職爸 教自閉兒說話】報導。
- 100.9.19 「公視晚間新聞」【青年微革命 發掘周遭小善價值】報導。
- 100.10.1 「親子天下」雜誌28期【用運動，召喚我那遙遠星球的孩子】報導。
- 101.1.01 「親子天下」雜誌31期【101個改變人生的學習經驗】蔡昭偉 乖寶寶才能聽故事。
- 101.4.16 「華視新聞雜誌」【走過挫折 我的星星兒】專題報導。
- 101.6.04 「台灣時報」【蔡昭偉：星星兒不丟臉 父母是最好教練】報導。
- 101.7.19 「聯合報」【用等候，把「結」解開】報導。
- 101.7.26 「人間福報」《親子之間》【用愛帶孩子穿越障礙】報導。
- 101.8.26 「國語日報」《爸爸全職陪伴 自閉兒走向人群》專題報導。
- 101.9.10 「新聞挖挖哇」鄭弘儀、于美人訪問，題目：【家有自閉兒】。
- 103.5.05 「大陸北京」孤獨症康復中心【騎單輪車的男孩】。
- 103.5.07 「大陸鄭州」皆福特殊兒童家長互助中心【蔡傑爸經驗分享】。
- 103.11.27 「聯合報系南山人壽」《我的幸福關懷故事》【一份點心，一封信】徵文比賽第一名。
- 104.8.13 「壹周刊」《後來怎麼了》【蔡昭偉與自閉兒蔡傑的故事】專題報導。
- 104.9.21 「蔡傑爸粉絲專頁」【揮手男孩搭公車】，280萬人次點閱，各大媒體報導。
- 104.10.6 「馬來西亞 東方日報」、「詩華日報」【家兒自閉兒】專題報導。
- 105.7.02 「未來family」雜誌第13期，專題採訪【為愛當全職爸爸】報導。
- 106.4.01 「澳門濠江日報」【全職陪伴自閉症】報導。
- 106.4.03 「澳門力報」扶康會邀台灣自閉症家長蔡昭偉分享【撫育自閉兒子經驗】報導。
- 107.10.17 「馬來西亞 星洲日報」《暖勢力》【溫柔的堅持守護星兒】專題報導。
- 107.12.3 「馬來西亞 中國報」《學習力》【用愛召喚星星的孩子 因為有你我不痛苦】專題報導。
- 108.9.28 「第54屆廣播金鐘獎」〈非商品類廣告獎〉【電台父親節形象廣告-蔡傑爸-全職爸爸篇】。
- 108.11.9 「The News Lens 關鍵評論」【自閉症父親心聲：比起當爸爸，我更像是兒子的專屬教練】報導。
- 109.1.20 「太報」【培育重度自閉兒成特奧網球金牌 蔡傑爸：失敗幾千幾萬次都不用怕，有我陪你】報導。
- 109.2.21 「聯合報」/《u故事》【地球老爸扮愛的推手 星星少年拚出特奧金牌】報導。
- 109.5.11 「蘋果日報」〈人生轉角〉【一萬次牽手】、〈蘋中人〉【把外星人孩子變回地球人】報導。

遙遠星球的孩子

蔡傑簡介：

- ◎ 《2019國際特奧東亞區融合網球賽》雙打-冠軍。
- ◎ 當選-嘉義特殊教育學校-108年度「嘉特小市長」。
- ◎ 109年通過《中華民國技術士》烘焙食品麵包-丙級鑑定。
- ◎ 《2020年教育部獎狀》- 奮發向上優秀學生獎。
- ◎ 《2020特奧網球競賽》個人技術賽-金牌。
- ◎ 《2020全國特教學校適應體育運動》桌球比賽-銀牌。
- ◎ 《109全國身心障礙運動會》競速輪鞋比賽-300公尺、500公尺-兩面銅牌。



成長歷程：

我在三歲確診「重度-聲障」，四歲「重度-自閉症」，不會講話，不會互動，開始了長達十幾年的訓練，三歲學游泳、四歲直排輪、五歲腳踏車、六歲獨輪車、七歲蛇板、八歲雙龍板、九歲乒乓球、十歲羽毛球、十一歲籃球、十二歲網球…，運動的習慣從三歲到十七歲，每天至少練習兩小時，周末假日訓練量更達到六小時，十幾年如一日，生活除了訓練，還是訓練，不曾喊過一聲苦。

小學與國中就讀普通班，自閉症人際互動障礙，在團體中我一直處在最弱勢的階層，先天的智能障礙讓我的學業永遠是全班最後一名，即使環境與障礙都對我不利，我也沒有放棄學習，依然每天保持著笑容去學校，帶著愉快的心情面對每一個人。

訓練，無法立竿見影，熬了十五年，才終於有嶄露頭角的機會…

107年就讀嘉義特殊教育學校，開始參與公開活動表演，包括職業課程發表成果會、日本姊妹校視訊交流、校慶、迎賓…等活動，高中三年，只要校內有重要來賓的場合，校長都會指定我擔綱演出獨輪車與蛇板特技表演。

108學年度當選了嘉特的「小市長」，讓我有機會可以服務全校的同學。

109學年度我每天平均苦讀2小時的學科題庫及辛苦反覆的練習術科，終於考取烘焙麵包丙級證照，還參加網球、桌球、競速輪鞋比賽，獲得1金1銀及2銅的獎牌。

師長推薦：

蔡傑秉持永不放棄的精神，勇於超越自我，立志透過演講分享來「用生命感染生命」，未來想當個教練，協助身心障礙兒學習獨輪車、蛇板、直排輪，用汗水取代淚水，勇敢成長，克服逆境，將不可能轉化成無限可能，蔡傑盡力耕耘，讓人們看見希望，不斷跨越障礙，活出精彩，只有蔡傑可以超越蔡傑。

蔡傑【FB】



蔡傑的經歷：（◆表演、■比賽、▲特殊功績、★媒體報導）

◆ 表演 ◆

- 107.12.13 校內表演-特色課程體驗暨轉銜活動迎賓-《太鼓表演》。
- 108.02.18 校內表演-職業教育課程特成果發表-《獨輪車表演》。
- 108.06.06 學校 25 周年校慶活動與日本姊妹校視訊交流 - 《獨輪車 + 扯鈴》表演。
- 108.12.17 學校 26 周年校慶活動與日本姊妹校視訊交流-以嘉特小市長代表致感謝詞及《蛇板特技表演》。
- 109.12.08 學校受贈儀式-企業捐贈復康巴士 - 迎賓表演-獨輪車+蛇板。
- 109.12.15 獲邀-嘉義市育國國小-《多元探索育體驗教育活動-特教名人講座》，完成人生第一場演講。
- 109.12.25 學校 27 周年校慶歲末聯歡活動 - 蛇板+獨輪車表演。

■ 比賽 ■

- 108.05.15 參加校內學藝競賽-《職業技能競賽》-JUST 麵包坊組，團體競賽第二名。
- 108.05.31 參加「嘉義市 108 年市長盃扯鈴錦標賽」，獲得社會男子組-技術賽 - 甲等。
- 108.11.01 參加《108 年特殊奧林匹克網球賽暨選拔賽》，獲得 - 融合雙打 - 第一名。
- 108.11.15 參加校內學藝競賽-《母語表達比賽》，第四名。
- 108.11.25 以「中華台北代表隊」至中國上海參加【2019 國際特奧東亞區融合網球比賽】獲得-雙打-金牌。
- 109.09.25 參加《109 年嘉義市運動會暨中小聯合運動會-網球比賽》，獲得高中男子組-單打-第五名。
- 109.11.01 參加《109 年特殊奧林匹克-網球競賽》，獲得-個人技術賽 - 第一名。
- 109.11.18 參加《2020 全國特教學校適應體育運動會-桌球比賽》，獲得-男子組-第二名。
- 109.11.29 參加《109 全國身心障礙國民運動會-特奧輪鞋競速比賽》，300 公尺、500 公尺的項目，各獲得第三名-兩面銅牌。

▲ 特殊功績 ▲

- 107.09.30 與爸爸合著「這一刻，我們緊緊相依」一書出版後，獲頒-雙北圖書館與國語日報『好書大家讀』第 74 梯次【文學讀物 B 組-好書推薦】獎狀。
- 108.03.31 辦理 108 年「特奧融合露營活動 - 讓我們嘉在一起」擔任活動總召，此活動於 108.11.11 獲頒《國際特奧會》頒發「融合創新者」獎狀。
- 108.11.29 當選-嘉義特殊教育學校-108 年度「嘉特小市長」。
- 108.12.18 獲頒 2019 年國泰慈善基金會「國泰卓業獎助計劃」-「特殊功績類」獎。
- 109.05.14 獲頒 2020 年『教育部』頒發【奮發向上優秀學生】獎。
- 109.09.28 通過《中華民國技術士證》鑑定考試，取得-烘焙食品-麵包-丙級證照。
- 109.12.09 獲頒『嘉義市國民運動中心』頒發【109 年度體育績優獎學金】。

★ 媒體報導 ★

- 108.02.18 媒體「Yahoo 奇摩新聞」【嘉義特教學校成果展-獨輪車花式表演】報導。
- 108.03.03 媒體「自由時報」【自閉兒努力學習 力拚出征特奧】報導。
- 108.04.01 媒體「CNEWS 匯流新聞網」【特奧融合露營活動 幫助特奧運動員融入社會與生活】報導。
- 108.12.02 媒體「中國時報」【嘉義奇蹟男孩蔡傑拿下東亞區特奧金牌 嘉義縣長翁章梁表揚】報導。
- 108.12.10 媒體「嘉義市政府-觀光新聞處」【黃敏惠市長表揚特奧共融金牌】報導。
- 110.02.08 媒體「聯合報」《u 故事》【自閉兒蔡傑演講 父親等了 17 年圓夢】報導。

演講大綱：

壹、自閉症介紹~

1. 不說話、不理人、眼神空洞、無法對焦，連爸爸、媽媽是什麼都不知道的孩子。
2. 情緒障礙、智能障礙、感覺統合失調、觸覺敏感、人際互動困難...
3. 學習障礙，異常的觸覺感官對生活所帶來的困惱。
4. 障礙，往往來自於.... 不了解，特殊學生在普通學校面對現實無奈的處境。
5. 恐懼，往往來自於.. 未知，父子一起克服障礙的心路歷程。



『一路上，有我陪你』
2012 年出版

貳、積極介入，具體作為~

1. 從對人類說話的聲音沒感覺、完全沒反應，慢慢進步到可以說話與跟人類對話。
2. 從笨手笨腳、肢體不協調到可以學會游泳、直排輪、腳踏車、桌球、獨輪車、網球。
3. 從不讓人控制、不願意配合學習，進步到可以服從與受教，具備抗壓性與工作能力。

參、態度、視野、格局~

1. 相信每一個生命，都有存在的意義與價值。
2. 生命無論殘缺與否，有心，就能挑戰任何的不可能。
3. 老師及家長不一定都能實際幫助到特殊孩子進步與成長，能夠確定的是.. 這樣的孩子，一定能將老師及家長的生命創造得更加豐富。

肆、感恩的心~

學習，是一種存在，一種美，
美，是生命裡可以留下來的東西，
是記憶，是感謝，
是很多的懷念。



『這一刻，我們緊緊相依』
2018 年出版

◎分享資料一:

一位朋友曾經跟我說過一段話:

「一個故事、一個電影最重要的不是色彩，不是他的場景有多大，而是他的情感有多真實，還有多誠懇，想跟觀看的人做個交換溝通.....」。

這段話讓我非常有感觸，有時候我會覺得生一個殘缺的孩子，也挺不錯的，或許這樣的孩子誕生，就是要來改變大人的。

~~~~~

### 全職爸爸的內心話

(王詹樣社會福利慈善基金會第一屆慢飛天使家長療育故事，徵文比賽第一名)

文/蔡傑爸

一個家庭誕生一位重度身障兒，為配合醫院及學校的時間，通常夫妻需要有一位把工作辭掉，全心全意帶著孩子做治療，因為「治療」並不是「一次」就會痊癒了，這是一場「長期」的抗戰。

特殊兒有別於一般正常幼兒的教養方式，「主要照顧者」可能需要每天到學校陪讀，上醫院做治療，視孩子情況嚴重與否，整天視線都不能離開孩子，偶爾有相關的早療成長課程，也需要撥空去上，這幾年觀察下來，通常會為了孩子去上課的人，就是晚上等著另一半回家吃飯，忙完家事又要繼續陪著孩子練習，也幾乎都是「媽媽」來扮演這樣的角色，而我們家比較特別，不是媽媽，是爸爸。

我是個有口語障礙的人，講話結結巴巴的，小時候成長遭遇許多誤解，在學校被同儕嘲笑、被模仿都是常有的事情，自己的人生如此，也就認命不計較了，當我的孩子被診斷是自閉症後，心碎之餘，我已經能夠預見他的未來的路有多麼艱辛，我愛我的孩子，我實在無法眼睜睜看著孩子也要走上這條路。

為了孩子，我辭職了，開始以全職爸爸的身分到學校陪讀，一起參與孩子的種種治療課程，期間，我看到許多問題，我相信專業，可是，並非每樣事情我都可以完全認同老師的作法，我也會有不一樣的想法，可是礙於我自身的表達能力不佳，無法當場跟老師說清楚，我開始退縮到小時候的窘境，怕自己講話結結巴巴的模樣會讓老師聽得很痛苦，所以乾脆不講，「家長會因為孩子而成長」這句話果然沒錯！为了不耽誤老師的休息時間，也避免我結巴的窘境一直發生，我想到與老師的溝通方法是用「寫信」。

每當夜裡孩子入睡後，我會整理一下思緒，將問題紀錄下來，當紀錄累積到一定的量，我會彙整成一篇文章，再以書信的方式寫給老師，關於「教育」，有時候並不是「對」或「錯」的問題，而是立場的不同，角度的不同，看法自然就會不同，如果每當家長看到有意見的地方，都要氣沖沖直接找老師理論，衝動之下難免會有些不理智、不好聽的語言出現，親師關係就會產生嫌隙。

寫信，可以沉澱心情，可以冷靜思考問題的所在，這樣的溝通方式雖然是比較麻煩，不過隨著孩子成長，幾年下來不管換了幾所學校、幾位老師，我寫信給老師的作法一直沒改變過，後來才知道，原來我寫的信，老師們私底下看了都會落淚，老師們之間都會口耳相傳。

在孩子念大班那年，蔡傑的社工、特教老師、治療師不約而同建議我應該架設網站，這故事分享出去，於是我成立一個以孩子命名的部落格，裡頭所呈現出來的是我這六年來關於自閉兒的早療紀錄，有文字、有影片、有插圖，很榮幸！當年即得到「教育部落格大賽家長組佳作」、「全球華文部落格大賽親子家庭入圍」兩項獎項，在這樣的激勵下，促使往後的幾年，無論我再參加任何相關親子教育、身障兒相關議題比賽，總是能得到老天的眷顧，屢屢都能獲獎。

我是自閉兒的父親，我知道「障礙」往往來自於「不了解」，要怎麼讓社會大眾願意來了解？是我成立部落格的初衷，我相信「眼見為憑」是最有效果的，「真實」才是最有辦法打動人心的方式，我一一將過去所拍攝的影像整理出來，才發現這幾年原來我早已不知不覺拍了幾千部關於孩子的影像了。

當初的想法很簡單，只要發現孩子某樣能力有問題，我就挑出來，針對性的加強訓練，從訓練過程開始拍攝，要拍到最後的成功，才算對自己、對孩子有個交代，這確實是件耗時又費力、吃力不討好的工作，失敗的經驗也不計其數了，我卻甘之如飴，我知道遲緩兒會是家長永遠的負擔，「負擔」究竟是甜蜜的，還是苦澀的，全在於人的心境，我相信家長必須持續保持對「教育的熱忱」，孩子就會隨著我們的腳步，一步一步往上走了，而持續的「紀錄」會是不錯的方式。

雖然在社會上，我來自最低階的弱勢家庭，不過我還是希望能盡一點棉薄之力，透過網路無遠弗屆的力量，傳達社會一點正確對待身障人士的觀念，但願能扭轉社會大眾將同情、悲憐套用在遲緩兒家庭身上，因為身心障礙者需要的.....不是同情，

而是.....尊重。

就像.....你我一樣。



蔡傑爸的簡報

## ◎分享資料二:

### 心境，如何改變

(NOWnewsBlog 我 ♥ 好文章活動: 【改變】，徵文比賽第一名)

文/蔡傑爸

我兒子名叫蔡傑，兩歲半被診斷出自閉症，他是家中唯一的獨子，為了孩子的將來，我辭去工作，專心治療及研究自閉症。

我是一個自尊心很強的父親，我想要做的事，沒有人可以做的比我好，過去我為孩子設計的訓練項目，多到數不清了。



時間一天一天的過去，孩子確實也進步許多，現在孩子已經六歲多了，每天我和蔡傑一起做的活動有很多，都會有變化，這半年來，唯一不變的活動是念故事，每天都至少會花 1~2 小時的時間來進行。

萬事起頭難，剛開始訓練的過程總是不順利，當孩子哭鬧不止時，我總是會陪他耗下去，偶爾妻子會看不下去，由妻子來接手，孩子就比較不會哭鬧，蔡傑在這段時間的訓練，語言也越來越多了，別人聽懂他的話，似乎也有增加。

因為我的經驗比較多，知道怎麼教蔡傑，他才能吸收進去，否則都是浪費時間，沒有意義，所以有一段時間，我和妻子多少也會有爭執，也是這個原因，後來妻子也漸漸習慣用我

的方式來教蔡傑，孩子也漸漸進入狀況。

當妻子不在家時，我可以很順利完成教蔡傑念故事，但是只要妻子在，孩子一定會哭，因為他有選擇的機會，一定不會放過媽媽。

有一天，妻子放假，我想讓妻子睡晚一點，盡量不要讓孩子去吵到她，早上陪他練習數學、注音符號、球類遊戲，後來我想陪他念故事，他一聽到「念故事」，情緒就上來了，立刻流眼淚....

我跟他說：「媽媽太累了，讓媽媽休息，爸爸陪你念也可以」，

他馬上回我：「跟爸爸念，就哭了」、「會哭哭、會不高興了」、「不高興，就哭了」.....

他的音量..逐漸大了起來，於是我選擇其他活動，讓他不要吵到妻子，後來妻子起床後，陪蔡傑念完故事，我又過去跟蔡傑說：「是不是會念了」？

他說：「是」，

我說：「等ㄟ下再念一次給爸爸聽，好不好」？

他情緒又上來了，馬上大叫：「念一次，就哭了」！

妻子在旁，也跟蔡傑說：「等一下再念給爸爸聽，好不好」？

蔡傑依然堅持：「會不高興了、會哭哭、會害怕」！

我對孩子的方式，並不會大吼大叫，是屬於柔性的堅持，雖然是柔性的堅持，也常常讓孩子受不了，只要孩子讓我生氣起來，我就是耗到底了，不會有第二條路，誰來替孩子說話，都一樣。

有好也有壞，好處是~可以看見孩子的進步；

壞處就是~過去的傷痕會一直累積，很難修復，我還必須花很多時間下去重新經營親子間的感情。

教育的方式，有時候真的很難取捨，要教孩子，但是孩子總是不願意配合，如果放任他，他又只會發呆，不然就自我刺激，時間就一分一秒流逝。

我就是不太能忍受孩子一直維持現狀不進步，所以訓練方式會比較積極，孩子也會進步，成效是可以看出來的。

相反的，站在孩子的立場，他的壓力會比一般孩子大很多，有時候我也會覺得孩子真的很可憐，要接受我ㄟ大堆的訓練，喘息的空間都沒有。

最近，開始有一些聲音進來....

「讓孩子輕鬆一點」、「不要把孩子逼的太緊」，

這也是我該學習的 ~~~【放下】，我常常不自覺做到走火入魔，「再差一點點就會了」、「再一點點」、「再一點點」...

其實我也知道超過孩子的負荷了，我還不死心，「再一點點」、「再一點點」.....

或許是男人的自尊心無法放下，或許是我不願意承認自己的孩子樣樣比人差，我一直不放過我自己，一直教、一直教.....

過去這幾年，腦海裡總是不斷出現這樣的聲音~~~

「我不甘心」！

「我真的很不甘心」！

昨日下午，依照往例，陪孩子出門騎腳踏車，看到孩子天真、快樂的笑容，心中突然出現一個聲音~~~



「饒過孩子吧」！

「饒了孩子，也等於是饒了我自己」。

心境改變了，路就會寬了...

## 尋找感覺與存在之旅

(自閉症基金會牽引期刊-看見孩子的能力系列專欄第三篇)

文/蔡傑爸

我還是新手爸爸的時候，無法控制孩子怪異又特殊的行為，有時候，什麼事情也不能做，只是靜靜在一旁看著他，就怕有什麼風吹草動，又要引發一場衝突，我感受不到他內心想要表達什麼，他那被囚禁的靈魂與可愛又討喜的外表形成強烈的對比，心中無限感慨！為什麼如此有氣質的孩子，卻藏著一顆讓人無法捉摸的心，我和孩子互動品質甚至比我們隨便養的一隻小狗還不如，如果連我都無法和孩子溝通，那麼就算他進入到學校的團體生活，又能進步多少？我憑什麼能夠要求人家多關心我的孩子，多用心教導我的孩子。

從接受早期療育以來，我們都會密切觀察孩子是否有進步，到後來之所以會決定乾脆自己來教，倒也不是因為我特別勤奮，而是我看不到傳統治療到底對孩子有什麼幫助，我決不假手於他人了，治療的用意並不是只有花錢交給別人來教，然後自己等著來驗收成果，這是不切實際的想法，所謂的治療應該是融入生活，每天的日常生活中小細節就要開始做起了。

我們要避免「治療」盡量不要淪落到只會照本宣科，或是變成枯燥乏味的例行常事，否則會無法長久，會做不下去，因此選擇訓練的活動都需要符合幾個要求：

- (1).必須是好玩，而且耐玩。
- (2).能幫助刺激大腦連續的反應。
- (3).一旦孩子從事這樣的活動，就不能隨便分心，只要分心，就會受傷。

我尤其重視「眼睛」這個部份，因為孩子【連看，都不看一眼】的特性，面對未來的人生，勢必將會遭受到許多不必要誤解與冤情，所以我會花很多時間讓孩子從事需要眼睛專注力的活動，這可能是孩子在一天當中最有意義的時間，至少這段時間，我可以確定他的眼神不會空洞，也不會亂飄，久而久之他就會慢慢習慣做任何事情，視線都必須要保持專注，這樣一來學習的狀況自然就會改善。

從過去的游泳、直排輪、腳踏車...訓練項目，大致都符合這樣的特點，先由簡單的方式入門，日積月累練習到後來，隨著孩子技巧的成熟，一點一滴慢慢調高困難度，在這些練習過程之中，就會發現孩子和我們的互動品質會一直在進步。

這一路做下來也好幾年了，人終究只是人，不是聖人，只要做相同的事情，做久了，總不免會出現倦怠感，隨著時間一點一滴的流逝，慢慢喪失當初原有的熱忱，在沒有衝勁、新鮮感之後，往往會開始朝向負面的方向去想，好像再怎麼訓練，孩子還不是一樣是自閉症！

曾經我也是有活力、有雄心壯志的家長，但是也一樣要面對疲憊、倦怠的窘境，正值沒有動力的階段，有一回無意間發現路上有人在騎獨輪車，這項運動在台灣算是很罕見的，印象中好像只有在電視上看過而已，現在它就出現在我眼前，不但把我的目光給吸引住，那一瞬間也把我心中快熄滅的熱血給點燃了。



任誰看一眼都會知道「獨輪車」不是那麼容易學的東西，這需要極大的專注力與絕佳的平衡感才行，我會燃起鬥志是根據我過去訓練孩子的經驗，我又找到了比直排輪、腳踏車更具備讓自閉兒眼睛可以專注的工具了，這樣簡單的事情就足以讓我感到興奮無比。

站在父親的立場來看孩子教養的問題，我覺得每個孩子的成長過程，不能像溫室裡的花瓶，經不起風吹雨打，所以從小培養孩子的抗壓性，學習一些具有挑戰性的東西，讓孩子去體會挫折與失敗所帶來的歷練與茁壯，這是必須的。

「獨輪車」除了是挑戰自我極限，其實也算是磨練性情的好工具，我相信任何人只要能夠學會這項技能，都可以產生很大的自信心，會看到人生未來的挑戰更有希望，就這樣想著....想著.....隔天，我訂購了一台獨輪車，如往常過去學習的模式，我開始也不會騎，不過沒關係，可以先做功課，上網搜尋相關的教學影片，具備一些獨輪車基本概念後，才開始陪著孩子練習。

第一步先學習怎麼坐上去，然後練習上車、下車的動作，試著扶著欄杆或牆壁讓自己前進，幾天下來，我邊學邊修正他的姿勢，發現技巧性的東西，是沒有辦法光靠嘴巴講一講就讓孩子學會，我也很好奇，獨輪車到底要花多少時間才可以學會？

據我查到的資料所知，一般教練在教國小的學生，每天努力練習，不要怕摔，大概花 1~2 個星期左右就可以騎前進了；怕摔的人，如果每天也願意花一些時間，扶著欄杆或是牆壁，坐在獨輪車的椅子上面，坐個 1~2 個月之後，也都可以學會騎。



這段文字讓人看起來，其實獨輪車好像也不是很難學嘛！我繼續陪孩子練習，幾天之後怎麼覺得效果一直都不是很好，即使我牽著他，他也找不到可以平衡的點，一直不斷摔車，摔久了，受傷了，心情就會不好，接著又會發脾氣，越練習越挫折，他不想學了。

孩子會出現這樣的態度，也是可以理解的，畢竟我還是外行人，不會騎獨輪車，根本就不了解孩子的痛苦點在什麼地方，只憑著目視的感覺來教孩子，這樣很容易形成盲點，看著孩子一直生氣，也開始動搖到我的信心。

該如何解決？

很簡單，就是我另外再訂一台，我也來試試看摔個幾天是什麼感覺？至少我應該要先體會一下運動傷害在什麼地方，沒親自長時間練習，只是光是用看的，還真的不容易懂得技巧要怎麼掌握。

剛練習的那幾天，大腿內側會很酸痛，初學者的用力點會是在大腿，因為下半身需要很大的力氣才能維持上半身的體重及平衡，我在了解孩子的痛苦點，還有常會摔倒的姿勢之後，就可以盡量去排除、避免這樣事情發生，我多示範一些標準動作給孩子看，孩子抗拒學習的態度就會改善了。

只要肯確實花時間、花心思去練習，抱著不可能學不會的精神，兩個星期苦練之後，我學會騎了，而孩子親眼看到我可以騎前進之後，他的信心也大增起來，開始不需要我牽著他騎了，他願意自己來嘗試看看，就算跌倒了，也無所謂，有親眼看見怎麼騎，跟沒親眼看見的學習態度，果然是不一樣的！幾天之後，他也學會了。



隨著他的技巧越來越好，我也會發明一些新的招式讓他來挑戰，我們喜歡這樣玩，練習的場地也由室內移到室外，再到溜冰場、公園、馬路，每一天騎的距離也從短短的幾公尺，漸漸拉到幾公里，畢竟這是一項冷門的運動，一般正常人不會想玩這種東西，所以只要我陪孩子到外面騎，總不免會聽到一些驚嘆聲，就像當初我第一次看到別人騎的感覺一樣。



沒有人喜歡一輩子被人歧視或是瞧不起，每個生命無論殘缺與否，都需要受到尊重。

自閉兒受限於不懂得自我表達，在與同儕相處互動之中，往往只會得到傷害，為什麼自閉兒就只能一直扮演著弱勢的角色？

身為父親的我，又何嘗忍心眼睜睜看著孩子必須這樣度過他的童年，即使有些事情無法改變，我也要讓他得到一個人該有的自信，可以挺起胸膛、抬起頭來走出去，我選擇走別人不敢走的路，做別人不敢做的事，是的！我承認這必須要付出相當的代價，才能讓他得到一個人最基本該受到的尊重。



在尋找感覺與存在的旅途中，很奇妙！因為孩子的不理人，所以我們的情感將會更加豐富，因為孩子的學習狀況不佳，所以我們將會學會更多事情，用寬廣的視野來看這個世界。

障礙，不但不會將我們擊倒，反而是激勵我們更加茁壯！



因為.....路，是人走出來的。

#### ◎分享資料四:

### 跨越障礙，活得精采

(伊甸社會福利基金會跨越障礙，活得精采活動，徵文比賽第二名)

文/蔡傑爸

很容易能得到的東西，通常不太容易被珍惜，而且還會讓人養成喜新厭舊的態度，往往是不太容易得到，越難學習、技巧性越高的東西，它被珍惜的壽命才會相對的比較長，「獨輪車」就是具備這樣的條件。

隨著獨輪車練習時間的累積，技巧的增進，我開始嘗試讓孩子跳脫平地的空間，選擇難度高一點的3度空間來練習，也就是要「挑高」，這樣做的用意除了可以讓眼睛注視的能力與品質大大提升之外，也希望他學會之後，可以增加他的自信心，因為跳脫了平地，來到「挑高」的等級，這已經不是每個人都敢嘗試的事情了。



我去找適合的場地來練習，看到了公園裡花圃的矮牆，大概測量一下高度與寬度，很適合蔡傑的身高，就開始練習了，我也不知道到底要練習多久才能學會，我只知道我要牽著他練，練到會為止，我的角色非常重要，因為「陪練者」只要一不留意，練習的人就會摔下來，並且重傷。

這項訓練在幾個月之後，他學會了。

一個7歲的小男孩，敢自己獨立在挑高的矮牆上騎獨輪車，只要是路過的民眾看見，都難免會發出驚嘆聲！

我是從頭到尾唯一陪他練習的人，所以我知道他需要經歷過多少的穩定度、專注力、毅力、耐力、平衡感的磨練，才能做到這樣的事情。



自閉兒通常有著異於常人的堅持與固執性，如果我們不留意這樣的特質或是用錯方向弄巧成拙，那麼平常生活中必定會帶來許多困惱與麻煩，如果可以引導到適合的方向，我們將可以親眼見證自閉兒的毅力與意志力是如何的驚人！「藝高，人才會膽大」這句話果然沒錯，過去的蔡傑，講話總是輕聲細語，要講不講的模樣，做任何事情總是畏畏縮縮，什麼事情都怕，什麼事情都不敢嚐試，自從他學會這項技能之後，我有感覺到他的身上似乎有某一個開關被打開了，有一種打通任督二脈，開竅的感覺，他講話的音量開始有比較大聲一點，做事的態度開始有比較積極一點，比較像個男孩子，開始願意嘗試新鮮的東西，不會畏畏縮縮了，這算是意外的收穫，想不到他學會在矮牆上騎獨輪車之後，個性上可以有這樣的轉變。

練習依然持續著，我讓他去挑戰更高的牆，不同高度有不同高度的視野，只要我有足夠的能力與體力，可以保護孩子的情況下，我都會盡力去找相關的場地來練習，因為我喜歡看到孩子充滿自信的笑容，這種訓練的刺激感剛好可以滿足到他感官上的需求，幫助到他的反應神經暢通無阻，每次看到他上了車，充滿專注力的神情及興奮感，就好像關羽碰上了赤兔馬，如此的契合！



每天的放學時間，就是蔡傑練習獨輪車的時間，我會視情況偶爾跟換練習的場地，有一次我和孩子在學校裡的籃球場練習，級任老師無意間發現了我們，走過來跟我們打招呼：「hi！蔡傑，你會騎獨輪車喔，好棒喔」！這是老師第一次親眼看到蔡傑會騎獨輪車，在一個月之後，有一回老師跟我說：「學期末最後一天，我們班上要舉辦同樂會和才藝表演，每個小朋友都要準備一項才藝表演，可以自由發揮，到時你可以讓蔡傑來表演獨輪車嗎」？我馬上答應了。



學期末最後一天，我去到教室，看見每個同學輪流表演自己的才藝，有表演魔術、有彈鋼琴、吹笛子、跳舞...

每個小朋友都充滿自信的展現拿手絕活，我一邊看著小朋友表演，一邊想著....



我們也曾經當過小孩，知道在團體生活之中，通常比較愛現、喜歡表演的人，才有比較多的機會可以得到掌聲，進而產生更大的自信與驕傲，對於往後人生的學習與成長之路，將會越來越寬廣，而自閉兒受限於先天的個性，在團體生活中，除非是老師願意刻意營造機會給我們的孩子，否則還真的很難有機會可以獲得到同學們的掌聲。

蔡傑的表演需要比較大的場地，所以他被老師安排在最後一個當壓軸，看完全班的表演之後，全班開始集合統一帶到操場，同時操場上也有其他班級在上課，在得知有一個人要表演獨輪車，因為好奇也都聚集過來，這下子人群的陣容更大了，有三個班級 90 個人等著看好戲。

我請小朋友幫忙把墊片排好成一個圓形，取出適當的間距，一切準備就緒完成，蔡傑一上車，馬上就有小朋友發出連連的驚嘆聲：「好厲害喔」！同學們似乎比蔡傑還興奮！這時蔡傑還只是乖乖依照我的指令去做，並沒有出現任何表情，他只專注看著眼前的路障，繞完了一圈，又反方向繞了一圈，我接著說：「S 型」，他也小心翼翼地慢慢以 S 型的路線穿越過去，在表演過程之中，我聽到有班上同學大叫一句「蔡傑是我們班的」！同班同學也似乎感到與有榮焉，向別班的同學炫耀著。

下一個表演是「定輪」，以半圈前進，半圈後退的方式，維持自己在原地不動的技法，我總是習慣性依照他的節奏，幫他數著「1」、「2」、「3」、「4」...，現場的小朋友們聽見了，也隨著我的音調，跟著我一起幫蔡傑數著「11」、「12」、「13」...

漸漸地，加入的小朋友越來越多，聲音逐漸大了起來，大家一起合力數著「21」、「22」、「23」...蔡傑原本是面無表情的，在聽到同學們為他吶喊，他開始露出一點笑容了。



他不是不懂同儕的關係，而是過去他從來沒有這樣的機會去體會，先天的限制讓他在團體中總是扮演著弱勢、被照顧者的角色，長期以來一直沒有自信心，只能默默的接受別人的安排，而這一刻開始，我看見他展現出從沒出現過的自信笑容，他知道這些加油聲，是大家為他數的，現場小朋友的吶喊聲一直高亢的維持著，他的笑容隨著小朋友的歡呼聲、掌聲、節奏聲「63」、「64」、「65」...也越笑越燦爛了。

我知道孩子艱辛的在成長，在學習獨輪車的過程之中，我們一起摔倒過，受傷不計其數，就算摔的傷痕累累，我們也從來沒有放棄的念頭，障礙非但沒有把我們給擊倒，相反的，它讓我們變得更加堅強、茁壯。

同學們的聲音越來越大、加油聲、鼓掌聲也越來越急促「85」、「86」、「87」...越接近尾聲，孩子們一個比一個還亢奮，大家都坐不住了，紛紛站了起來，「97」！「98」！「99」！「100」！

大家都跳了起來，大聲歡呼！

「YA」~~

這一刻，我的視線開始模糊，喉嚨不聽使喚哽咽起來...



在孩子身上，我看見障礙其實一直都是存在的，雖然他不懂得表達，但從他的練習態度與學習精神，我知道他不願意輕易向命運低頭，如果他可以學會表達，我想，他應該會說：

「我喜歡這種感覺，

這種感覺就是……【被肯定】」。

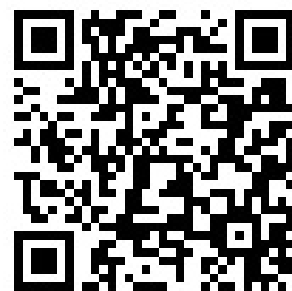


◎分享資料五:

## 揮手男孩搭公車

(「蔡傑爸粉絲專頁」單篇文章創下 300 萬人次點閱，8.7 萬個按讚數，1.2 萬人次分享，3400 則留言)

文/蔡傑爸



在蔡傑六年級的時候，我已經決定要讓他跨學區就讀，所以有空的時候，我就會帶著蔡傑一起練習搭公車，練習算錢與投幣，就算他手上的錢常常算錯會被我念，他還是很喜歡搭公車。

小學畢業後的暑假期間是訓練的高峰期，有時候我們搭上公車也會轉來轉去，或是換搭火車，練習看站牌或時刻表。

從小到大，沒有一樣東西是這麼好訓練的，因為他喜歡公車、火車、高鐵，所以配合度極高，開學後就是驗證的時候到了.....

一個人自己搭車到學校，自己要判斷下車的時間與哪一站，這不是問題，我早就訓練好了，還有其他更瑣碎的事情要做，要開始自己控制早上出門的時間，如果太晚出門，那去吃早餐的時間就要縮短，也要養成隨時看手錶的習慣。

早餐，要吃什麼？每天都吃一樣的？還是要換？

買早餐，如果沒有特別訓練，單純的孩子，特別是自閉症，就會每天都給你吃一樣的，不會有任何變化。

我不允許他這麼做，都吃一樣的，不變化，怎麼可以！

除了均衡飲食，更重要的是.....每天點不同的餐點、組合，付的錢就會不一樣，這樣才能真正訓練到金錢的概念，而不是每天都付一樣的錢，就想過關。

另外，練習點早餐，他說出來的語言、構音、腔調、怪異的語言模式，早餐店的老板是否能聽懂？

如果老闆一直聽不懂，後面又有一堆人在排隊，怎麼辦？

還有，吃早餐時，有沒有座位可以坐？來不來的及吃完？如果吃不完又要趕著去搭公車，是要邊走邊吃？還是站著吃？敢不敢帶去學校吃？這些事情我都必須要一樣一樣的教，如果沒教到，他一定不知道該怎麼處理，一定又會當機了。

鄉下地方，如果錯過了第一班公車，就要再等半小時，如果搭第二班車，上學就會遲到，萬一錯過了第一班車，怎麼辦？要回家找爸爸？還是打手機求救？還是就乾脆遲到？

這些生活場景，隨時隨地都會變來變去，我每天要視情況隨機應變來訓練孩子，其實從以前到現在，不管任何事情，大大小小的事情，做久了，我也做得挺習慣的，只是除了訓練孩子之外，我要還訓練....公車的司機。

因為我們那一站，是小站，極冷門的站。

平常不會有人搭車或下車，司機們早已習慣過站不停。

公車路線晨間行駛過來，早上太陽光從東邊直射，造成強烈的逆光，有視線的死角，司機或許看不清楚這一站有沒有人要搭車，所以這一站常常被司機給忽略。

前兩個星期，蔡傑非常認真也很賣命的揮手，為了這個揮手的動作，我們訓練了幾個星期，蔡傑平常在家裡，動不動就會自己一個人練習這個揮手的動作，一天總要練習個幾百次，從早練習到晚，就算睡覺，他也一樣躺著練習。

暑假期間，蔡傑的大堂妹來住家裡，看到堂哥很奇怪一個人在練習搭公車揮手的動作，常常會哈哈大笑，我知道蔡傑很在乎搭公車這件事情，所以一天到晚，只要有空閒，就是在

練習揮手，口中喃喃有詞，自己對自己下指令，「公車來了，要舉手」。「我要去太保站」。  
「要投多少錢」。

我是爸爸，我知道自閉兒孩子的認真與執著，可是，大堂妹不知道，她就是用一般人正常的眼光，一直在取笑堂哥的怪異，笑聲中，很明顯帶點歧視的味道，我是長輩，不能坐視不管，所以傑爸必須拿出自己的專長....「生命教育」！

大堂妹被我機會教育了好幾回，兄妹倆相處好幾天之後，堂妹才慢慢真正體會到堂哥內心世界的單純與執著，她後來有感而發，在我不在家裡三天的時間，自動自發寫下了一篇~

「我的叔叔」

與另外一篇

「哥哥」的作文 ~



蔡傑的堂妹比蔡傑還小 2 歲，我覺得她的領悟力比蔡傑強 20000000 倍！

這個【揮手的動作】，蔡傑經過了無數次的練習，別人看起來會覺得這個動作很簡單，有什麼好練習的？我也這麼覺得，可是每次看到蔡傑獨自一人默默在練習揮手，我就是不忍心打斷他，不管白天或是黑夜....

他真的很重視搭公車這件事情！

偏偏每一個司機幾乎都是過了站，才發現有人要搭車，過了站，才要開始緊急煞車，公車又拖行離站牌幾十公尺的路程，明明都已經很賣力的揮手了，全世界不可能會有人這麼【認真的揮手】！也絕對不可能有人對【揮手】投入所有的感情！

很遺憾！每天我還是都要用喊的，叫蔡傑趕快用跑的去追車。

等車的人，再怎麼有修養的人，脾氣也是會上來！忍無可忍，這樣下去不是辦法，之後，我每天都會站在蔡傑後方十公尺的地方，蔡傑依然站在站牌前面揮手，只要我看到公車司機又打算過站不停，我就會直接站在馬路正中間，雙黃線的地方，用我的肉車來檔車，

再不停車，我就跟你拼了！

我的手勢，其實就等於是當起了交通警察的工作。

【給我停車】！

司機每天都不一樣，都會換來換去，我需要一段的時間才能訓練到每一個司機，讓他們知道....

『這一站，有一個小朋友要上學』！

我還是要經過好幾輪之後，才能確保每一個司機以後都會停車。

我們這一班車是滿載的，全部都是他校的學生，每天到了我們這一站，人早就擠滿了公車門，要怎麼擠上去？要如何撥開排山倒海的人群？也是需要一番奮戰，

或許也因為公車很擠了，所以每一個司機總是習慣過站不停。鄉下地方不比都會地區，公車班次並不多，蔡傑如果這一班車搭不到，上學就會遲到了，

蔡傑上學之路，已經第四周了，我依然還在後方陪著，並不是我不放心我的孩子.....

因為...他沒有錯，

他做的很好！

非常的好！！

我不放心的是.....

我們的社會。



## 蔡傑的自傳

文/蔡傑

我在三歲被診斷為重度自閉症，爸爸辭掉工作，開始帶我去醫院做治療，也跟我一起進到早療機構裡陪讀，那時候我還不會講話不認識人，也不會跟人互動，我在自己的世界裡，對人類的事情都沒有興趣，爸爸跟媽媽很擔心我，這樣下去我會離他們越來越遠，要讓我像一般人一樣，就要一直打破我的固執行為，每天都陪在我身邊花很多時間訓練我。

從小爸爸開始訓練我直排輪，我穿上去會害怕，都哭的不停，我沒辦法接受新的事情，爸爸第一次在溜冰場教我，我哭到所有人都在看我，後來爸爸帶我到屋頂訓練，這樣就算哭的很大聲也不會影響其他人，為了讓我可以快樂的學習，用了很多方法，像是我喜歡吃的東西，要製造成功的經驗，讓我有信心，爸爸都會一直牽著我的手，不會放開，這樣可以讓我得到信任跟安全感，這對我來說很重要。



我從小就有觸覺敏感的問題，碰到水就會尖叫，被水噴到就好像被針刺到一樣，每天洗澡都會哭，所以爸爸就開始訓練我游泳，只有勇敢去面對才能克服，雖然每次去游泳池都哭的很嚴重，但爸爸還是沒有放棄，花了很多年的時間，我終於克服了，也學會游泳了，不會怕水了。



讀幼稚園有換過四間，讀到第三間的時候開始學騎腳踏車，我分不清楚紅綠燈，還有過馬路，我不會靠邊騎，不會遵守交通規則，爸爸都是在家的屋頂先訓練我，屋頂很大很長，有圍牆很安全，不會吵到別人，先訓練好才有辦法到外面練習，我讀幼稚園中班的時候，爸爸每天陪我一起腳踏車上學放學，讓外面的環境刺激我的頭腦，我才開始慢慢學會講話。

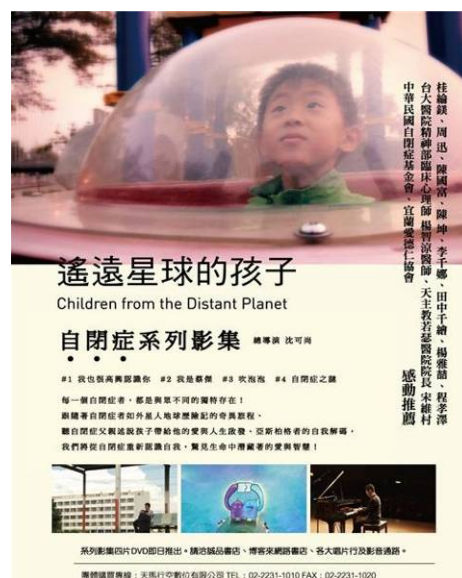


上小學之後，我開始學獨輪車，一開始先扶欄杆，然後才練習放手，因為以前已經學會直排輪跟腳踏車了，所以我就比較不害怕失敗了，跌倒了就站起來，一直反覆練習，就是要練到會為止，學會騎之後我就不再緊張，感覺很好玩，我會很開心，所以就愛上了獨輪車的運動。



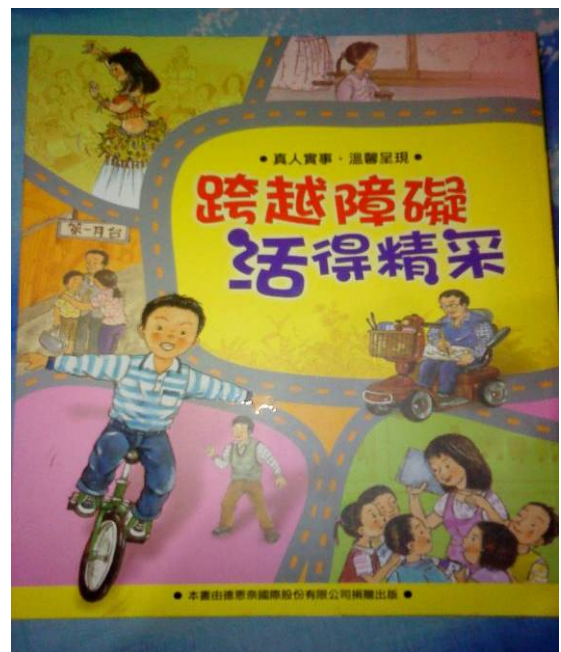
7歲時有拍自閉症的紀錄片，片名叫「遙遠星球的孩子」，這是台灣第一部關於自閉症系列的紀錄片，劇組有到學校裡面拍，也有在家裡拍，我當時才剛開始在學獨輪車，也有拍到訓練的過程，爸爸希望可以讓所有的人都可以正確來認識自閉症，所以當初就同意讓紀錄片的人進來拍攝。

在小學三年級「遙遠星球的孩子」紀錄片上市，有得到金鐘獎，我跟爸爸也開始接受一些電視媒體記者的採訪。



爸爸常常說：「障礙，往往來自於不了解」，我們要讓社會上每一個人都願意正確來了解身心障礙族群，障礙就不是障礙了，所以我要好好努力學習，要一直不斷進步，自己要先幫助自己，不要讓別人來同情我們，這樣才能得到別人的尊重。

後來爸爸也透過出版書籍的方式來宣導特殊教育，我一直是爸爸寫作的題材，只要我一直進步，一直學習，不要放棄，總有一天我也可以走出社會，可以有工作能力。



小學三年級的時候，總統大選馬英九競選總部的青年軍有到嘉義來拜訪我們，我有表演獨輪車跟蛇板給大哥哥大姐姐們看，他們也有幫我加油，最後他們離開的時候，還送我雙龍板，我就開始學雙龍板了。



從小學四年級開始，我跟著爸爸一起去當助教，我們有到苗栗去教學前特教巡迴輔導老師學獨輪車，有到桃園去教自閉症團體的小朋友學蛇板跟直排輪，有到台中教學生獨輪車，也有到國中的資源班去教學生學蛇板，我喜歡當助教，因為我以前學會的技巧可以幫助別人，也可以賺錢，我會覺得很開心，我也可以當個有用的人，只要努力，就能成功。



國一的時候第一次出國，我跟爸爸一起去馬來西亞分享我們的故事，用我們親身的經歷去告訴不同國家的人。



國二的時候，我們有去澳門，參加 2017 世界關愛自閉症日系列活動，我們受邀當嘉賓，有在當地跟獨輪車協會的小朋友練習獨輪車，一起彩排，然後上台表演，覺得很榮幸可以去參加。



我高中是讀嘉義特殊教育學校，我依然持續保持每天運動的習慣，獨輪車、網球、直排輪、游泳都是我從小到大喜歡的運動，運動可以讓我身體一直保持最好的狀態來學習，只要我能夠持續練習，不要放棄，就算我學得慢，不代表就學不會。



2018 年 5 月我跟爸爸一起出版第二本書，裡面的內容有我以前寫的日記，這次有得獎，得到「好書大家讀」推薦書籍，這是我第一次得到文學的獎狀，我覺得很開心。



高一年的時候，老師帶我去桃園參加特奧領袖的培訓，練習採訪運動員，有學到怎麼訪問與做筆記，這是我第一次參加特奧的活動，從此就愛上參加校外的活動，一直到畢業前我總共參加了五次特奧不同性質的活動，可以接觸到不同的人，有更多互動練習的機會。



除此之外，我又參與校內外許多活動與比賽，包含全國高中童軍大露營活動；到日本〈九州鹿兒島、宮崎縣〉國際教育旅行；代表學校參加各項運動比賽，例如：扯鈴、羽毛球、桌球、網球、直排輪比賽；2019 年得到國際特奧融合網球比賽雙打金牌；同年也獲得國泰基金會-卓越獎助計劃~特殊功績類；2020 年很榮幸可以獲得教育部頒發-奮發向上優秀學生獎。



高中三年級學校課程是社區化實習，我選擇到中油加油站洗車，開始賺錢，分擔家計；109.12.15 獲邀至嘉義市育人國小，這是我人生第一場演講，很高興，我終於可以站出來面對群眾了！謝謝一路陪伴的老師，給了我很多的機會，讓我可以學習獨立，我也會繼續努力。



蔡傑的簡報