

# 二愛班級讀書會



忘記告訴你的那些事

# 共讀步驟：



- 共讀時間：2015.12.07 15：10~16：00
- 共讀實施步驟：
  - 1.全班分5組，先行閱讀共讀書籍
  - 2.各組針對小組問題進行分享討論。
  - 3.每組派代表上台分享各組討論之結果與感想。
  - 4.每位同學於共讀時間後撰寫個人心得。
  - 5.每位同學於三魚網發表個人心得。



## 小組討論問題1：



- 梅莉莎為何自殘？
- 困擾梅莉莎的是甚麼？

# 學生分享結果



- 她是完美小姐，她不完美，爸爸就不會愛她，她覺得她沒有做到完美，她要懲罰自己，以自殘的方式。
- 因為當個「完美小姐」的壓力、家庭的分裂，還有各種學業和人際關係的問題，導致自殘。
- 她想獲得爸爸的關愛，卻因爸爸的外遇而痛苦；完美小姐的稱號束縛住她，太在意別人的眼光，來自父母的壓力和無法忍受失敗，漸漸習慣用自殘來麻醉自己。

## 小組討論問題2：



- 婷可為何自殘，甚至結束生命？

# 學生分享結果



- 因為婷可獨特且不拘形式的個性，所以不想麻煩朋友們的幫助，她會覺得讓朋友惹上麻煩而過意不去，又受到病魔的摧殘，因為以上原因而結束生命。
- 她得到血癌，不想讓大家知道她得血癌；外界的流言蜚語、母親的不關懷，加上不知名的父親。
- 她缺愛，身為明星的母親根本不關心她，只在乎她在別人面前的形象；小時候的童星生活，讓她無法擺脫；長期罹患血癌，讓她想結束身體的病痛。

## 小組討論問題3：



- 納迪雅如何在謠言和網路霸凌情形下重新回到校園上課？

# 學生分享結果



- 在恢復自信與自我的梅莉莎的幫助下，得到心靈上的支持，以及婷可在冥冥中給了納迪雅勇氣，最終在友誼的扶持下，重回到校園上課。
- 納迪雅覺得婷可在她身邊陪伴她，又有朋友的支持，同時她迫切希望凱斯勒老師能回到學校教書。
- 網路霸凌是在大家追求刺激和八卦的心態下進行，熱度過了就降溫了。在婷可的陪伴和周遭朋友的關心下，納迪雅才能有勇氣回到校園上課。

## 小組討論問題4：



- 書中梅莉莎與納迪雅面臨困境時，都感受到婷可的陪伴，以致能度過難關。你有什麼看法？

# 學生分享結果



- 生命中對你很重要的朋友，即使他/她不在了，但你心裡會記得，曾經在書上看過，只要你心裡還記得，他就不曾離開。
- 婷可的朋友之所以能感受到婷可，也許是超越生死的友誼，讓彼此的心連成一線，不因「形體」而受限，讓彼此相信著彼此，度過外在的難題。
- 婷可並不是一個真實還存在的人，對梅莉莎和納迪雅而言是一種心靈上的陪伴，每當她們有困難時，潛意識會出現婷可曾經說過的話，以致能度過難關，所以婷可可謂是心靈上很重要的伴侶。

## 小組討論問題5：



- 為什麼婷可對梅莉莎和納迪雅如此重要？

# 學生分享結果



- 婷可是轉學來到貴格高第中學的，她與眾不同的個性，突破了所有的傳統，也和一群女孩形成了婷可幫，她可以捉摸不定的想法使大家頓時突破一些框架，所以婷可以說是一位心靈上的伴侶，正因為如此，之後婷可的死亡，對女孩們的衝擊才會這麼大。
- 婷可面對家庭的因素，雲淡風輕，她特立獨行，想法獨特，面對相同的處境卻有不同的心境，她成為一種特別的存在，她的話可以影響她的朋友。
- 婷可說：「無論他們要你做甚麼鳥事，你都說好，之後再照自己的意思，去做無論如何都非做不可的事。」婷可的話讓梅莉莎在面對父母師長的期許壓力下、讓納迪雅在暗戀老師的不安情況下，獲得陪伴和支持的力量。







# 學生上三魚網發表個人心得

# 蔡○○同學



青少年的世界是複雜敏感的，心理也是脆弱的，總是用放大鏡檢視不足以掛齒的小事。當別人一點冒犯或是靠近，猜忌的種子在我心中無限度的滋長，未經證實就急著跳起來反咬對方一口，為了成就所謂的『完美』，活在別人的目光下也迷失了自我。活在這個世上並不是為了取悅他人，更何況你也無法讓所有人都滿意，終日折磨自己活出別人眼中的完美小姐，一點意義都沒有，甚至把自殘的行為當成應得的懲罰並從中得到快感，這是何等扭曲的觀念，卻也是多少青少年的真實寫照。

這本書貼切的描述了現在青少年價值觀的偏差與迫切渴望關愛的心理，有時也會不禁感嘆，這可不就是在寫我嗎？而父母離異、學業壓力、自我認同……等諸如此類的課題也是我們無法避免的，而這本書也讓我們不得不重視這些潛在的問題，自我進行檢討，是否過度放大並且惡化事情的發展，太在意別人的想法，醜化他人的善意關心，種種負面的想法迫使自己走進惡性循環的胡同，更甚者，就此結束生命。自殺是最懦弱也是不負責任的逃避行為，你不知道有多少愛你的人會因為你的離開鬱鬱寡歡。在在乎自己的同時，也請珍愛自己的生命，這才是對回報愛你的人最好的方式。

# 洪○○同學



我認為，想看完這本書需要強大勇氣，閱讀的過程其實不算舒服，作者會將讀者帶入一個青少年時期的陰暗幽微之中。故事中的少女們，即使是課業、外貌都是一等的勝利組，但她們在學校與同學的互動，在家庭中發生的一些親情狀況對她們來說，也是一門大挑戰。

媽媽朋友的兒子在今年夏天也以入水的方式了結了自己的生命，雖然他沒有遭受網路霸凌，但他和主角梅莉莎一樣，家庭關係的互動中出了點狀況，再加上感情問題，開始會幻聽，得了憂鬱症，最後走向不歸路。或許，我們無法體會他們的煩憂，而把在他們腦中揮之不去的灰暗念頭認定為想太多。其實，正值青春期的我們，很容易將生活中一點小小的不幸無限的放大，進而造成思想的偏差，做出使人唾棄可恨的行為。曾經，一個國中生告訴我，會被當成霸凌對象，背後都有其原因。

這本書很適合給正陷入灰暗念頭的青少年看，他們將會了解到，故事中和他們一樣正陷入低迷的主角們是怎麼和家人一起撐過來的，也能了解到家庭力量的偉大。

# 施○○同學



這是一本悲傷成分比較高的書，裡頭敘述著我們日常生活中都可能會碰觸到的情感，閱讀的同時其實心情也連帶受些影響，尤其是那些悲傷且具有強度渲染力的字眼。故事裡的主角們，有一個是那種最令人羨慕也可能是忌妒的完美小姐，再加上身上背負著家人師長的期許，形成一股強而有勁的壓力。這股壓力也使得她開始傷害自己，用自殘的方式去紓解它。這些自殘的行為讓她意外得知原來有比表現好更引人關心的，於是令她一直沉溺於自殘而無法自拔。我們常常會在人生不同處撞見不同的困難，但我不認同以這樣的方式解決，我反而比較欣賞故事裡另一個已經逝去的女孩，她的想法很樂觀，每次只要主角們遇上麻煩時那女孩就會出現，但其實都只是主角們潛意識裡的想像而已，想著女孩曾經說過的話，麻煩就會解決。這本書中包含了排擠問題、網路霸凌，這些都是會讓人受傷的狀況，此時朋友之間的互助互信、關懷鼓勵也就顯得很重要。看完這本書，我學到應對困苦該必備的是樂觀，然後即使背負期望，也別忘了做你自己，有困難時莫忘適時求助，我相信身旁一定會有溫暖小天使的存在。

# 陳○○同學



《忘記告訴你的那些事》這本書裏頭包含了許多生活的一些細微情感以及各種朋友之間可能遇見的狀況，雖然起初看這本書時會覺得心情隨之而灰暗，但最後真的會認為這是本豐富且具有各種值得深思議題的書。朋友之間的情感、人際關係的許多問題，這些五花八門的生活全都濃縮在這書裡的世界，令人入迷。其中因主角婷可的死，衝擊了週遭的好朋友們，但這群朋友之間的情誼超越生死的限制，彼此都活在自己的心中，雖然看不到，卻深深影響著。一度迷惘的心，因為友情的陪伴和滋潤，才能再次從深淵振作起來，在這路途中，各界的支持以及協助才是重要的關鍵。人與人之間的互動與心意才是使陷入泥沼中的自己得以努力爬起的一大支柱，人際中的心靈伴侶是最珍貴，因為對方在你的生命出現，你才能成為現在的自己，同時也影響著今後的成長。在這茫茫然的生命旅途中，遇到自己生命中的知己，可說是一種幸運也是一種幸福，如果遇到了，也許你還沒察覺，但自己其實早已深受影響。靜下心，其實就能看見自己的心是與誰連成一線的了，請發現他並且跟對方說聲……【謝謝】。