

聽障射擊選手高雅茹



台北代表選手高雅茹
在女子聽障組10米空氣手槍射擊賽

全國身心障礙運動會即將在4月9日於台中舉行，其中射擊比賽項目，已經提前在3月25日登場。聽障組10米空氣手槍射擊賽，本屆聽障奧運國手的高雅茹以破全國聽障紀錄的559分拿下女子組金牌。賽後得知破紀錄的高雅茹，露出非常驚訝的表情，因為在比賽前，

她自己壓力過大，已經連續瀉腹兩天。所幸她還是靠著先前的累積的豐富經驗，比賽時更懂得如何分配射擊時間，表現才能更加穩定，射破全國聽障紀錄，拿下女子組的金牌。

因為參加中華民國聽障運動協會所舉辦的體訓營，開啟了高雅茹射擊選手之路。在2009年第一次參賽聽障奧運，就奪得一銀一銅的佳績，四年後又再添得一面銅牌，亮眼的成績，壓力也隨之而來；高雅茹表示，在被大家看見之後，覺得自己的責任更重，在遇到瓶頸時，會與教練討論，檢視待改進的地方。她還說，「教練告訴我，不要在分數，要在意的時候是心理，因為對射擊來說，心理比較重要，不要緊繃，要多練習動作和流程。」

聽力的損失在生生活中造成諸多不便，高雅茹表示，國小時曾遭受同儕霸凌，她自認個性好強，躲在暗處只會被欺負得更嚴重，所以她鼓勵其他有同樣處境的同學，應該要站出來替自己發聲。

文武雙全的高雅茹憑藉著自己的堅強的意志力，突破障礙、勇敢追求夢想。她曾經獨自一人赴美求學，只為了學習英文，她認為台灣的環境，手語教育發展較不完全，無法將英文學習精通，因此決定憑藉自己的能力，賺取經費出國讀書。談及在國外生活最困難的地方，她認為「溝通」仍是一大難題，但是只要自己有心想要克服，最終都能找到屬於自己的方式。此外，高雅茹也對藝術設計有興趣，平時會接洽設計相關工作，並會製作蛋糕、甜點，未來還希望能夠開發自己的設計品牌。

資料來源：公視新聞網 <https://news.pts.org.tw/article/573650>

聯合新聞網 <https://udn.com/news/story/7005/6194106>

____年____班 姓____名____：
正確的畫 ○， 錯的打叉 X：
() 1. 高雅 茹 除了是空 氣 手 槍 射 擊 選手， 也會 藝 術 設 計、 製 作 蛋 糕、 甜 點。
() 2. 高雅 茹 認為台 灣的手 語 教 育 發 展 得 很 好， 讓她 可 以 在 國 內 將 英 文 學 得 精 通。
() 3. 聽 力 損 失 為聽 障 者 帶 來 許 多 生 活 上 的 不 便， 我們 應 該 給 予 協 助， 而不 是 嘲 笑、 霸 凌。

____年____班 姓____名____：
正確的畫 ○， 錯的打叉 X：
() 1. 高 雅 茹 除了是空 氣 手 槍 射 擊 選手， 也會 藝 術 設 計、 製 作 蛋 糕、 甜 點。
() 2. 高 雅 茹 認為台 灣的手 語 教 育 發 展 得 很 好， 讓她 可 以 在 國 內 將 英 文 學 得 精 通。
() 3. 聽 力 損 失 為聽 障 者 帶 來 許 多 生 活 上 的 不 便， 我們 應 該 給 予 協 助， 而不 是 嘲 笑、 霸 凌。

____年____班 姓____名____：
正確的畫 ○， 錯的打叉 X：
() 1. 高 雅 茹 除了是空 氣 手 槍 射 擊 選手， 也會 藝 術 設 計、 製 作 蛋 糕、 甜 點。
() 2. 高 雅 茹 認為台 灣的手 語 教 育 發 展 得 很 好， 讓她 可 以 在 國 內 將 英 文 學 得 精 通。
() 3. 聽 力 損 失 為聽 障 者 帶 來 許 多 生 活 上 的 不 便， 我們 應 該 給 予 協 助， 而不 是 嘲 笑、 霸 凌。

____年____班 姓____名____：
正確的畫 ○， 錯的打叉 X：
() 1. 高 雅 茹 除了是空 氣 手 槍 射 擊 選手， 也會 藝 術 設 計、 製 作 蛋 糕、 甜 點。
() 2. 高 雅 茹 認為台 灣的手 語 教 育 發 展 得 很 好， 讓她 可 以 在 國 內 將 英 文 學 得 精 通。
() 3. 聽 力 損 失 為聽 障 者 帶 來 許 多 生 活 上 的 不 便， 我們 應 該 給 予 協 助， 而不 是 嘲 笑、 霸 凌。

____年____班 姓____名____：
正確的畫 ○， 錯的打叉 X：
() 1. 高 雅 茹 除了是空 氣 手 槍 射 擊 選手， 也會 藝 術 設 計、 製 作 蛋 糕、 甜 點。
() 2. 高 雅 茹 認為台 灣的手 語 教 育 發 展 得 很 好， 讓她 可 以 在 國 內 將 英 文 學 得 精 通。
() 3. 聽 力 損 失 為聽 障 者 帶 來 許 多 生 活 上 的 不 便， 我們 應 該 給 予 協 助， 而不 是 嘲 笑、 霸 凌。

____年____班 姓____名____：
正確的畫 ○， 錯的打叉 X：
() 1. 高 雅 茹 除了是空 氣 手 槍 射 擊 選手， 也會 藝 術 設 計、 製 作 蛋 糕、 甜 點。
() 2. 高 雅 茹 認為台 灣的手 語 教 育 發 展 得 很 好， 讓她 可 以 在 國 內 將 英 文 學 得 精 通。
() 3. 聽 力 損 失 為聽 障 者 帶 來 許 多 生 活 上 的 不 便， 我們 應 該 給 予 協 助， 而不 是 嘲 笑、 霸 凌。

____年____班 姓____名____：
正確的畫 ○， 錯的打叉 X：
() 1. 高 雅 茹 除了是空 氣 手 槍 射 擊 選手， 也會 藝 術 設 計、 製 作 蛋 糕、 甜 點。
() 2. 高 雅 茹 認為台 灣的手 語 教 育 發 展 得 很 好， 讓她 可 以 在 國 內 將 英 文 學 得 精 通。
() 3. 聽 力 損 失 為聽 障 者 帶 來 許 多 生 活 上 的 不 便， 我們 應 該 給 予 協 助， 而不 是 嘲 笑、 霸 凌。

____年____班 姓____名____：
正確的畫 ○， 錯的打叉 X：
() 1. 高 雅 茹 除了是空 氣 手 槍 射 擊 選手， 也會 藝 術 設 計、 製 作 蛋 糕、 甜 點。
() 2. 高 雅 茹 認為台 灣的手 語 教 育 發 展 得 很 好， 讓她 可 以 在 國 內 將 英 文 學 得 精 通。
() 3. 聽 力 損 失 為聽 障 者 帶 來 許 多 生 活 上 的 不 便， 我們 應 該 給 予 協 助， 而不 是 嘲 笑、 霸 凌。