

麗滋(Lizzie Velasquez)TED 演講

一個照片曾經在網路上被標示為「世上最醜的女人」的人，如何活出自己，找到自己的價值？

討論題綱：

1. 影片中麗滋的分享，讓你最感動或觸發你的想法是什麼？請試著和同學分享。
2. 麗滋曾許下什麼夢想？她完成哪些？如何能夠完成？給了你什麼樣的想法？
3. 你覺得麗滋如何定義她自己？而你呢？是你的朋友？還是環境？背景？長相？家人？還是你內心中的自己？
4. 麗滋面對網路上不同的留言及回饋，她如何反應和思考？如果你遇到類似狀況，你會如何反應？請也想一想，你在網路上留給別人什麼樣的言呢？

重新定義自己，並從今天領悟改變，才能有所不同！苦難和壓力將決定人能變得多偉大、堅強。遇到困境時，懂得把劣勢轉換成優勢，這將會成為一生最關鍵的時刻。

「你如何定義你自己？」勇氣從這裡開始！

"The true value of our life is judged by how well we use it, not by the opinions of other people."

影片名稱：你如何定義你自己？麗滋(Lizzie Velasquez)TED 演講

連結網址：<https://youtu.be/rN9Qjaj3CYw>

影片時間：13 分 10 秒