

優質節目五星獎

為了替年輕觀眾把關品質，媒體觀察基金會推動優良節目評選跟適齡標章兩大計畫。 文／林雅儀 圖／各台提供
2001年起開辦「國人自製兒童及少年優質節目獎」，簡稱「五星獎」，
除專家評審，去年首度籌組兒少評審團，實踐「自己看的自己挑」精神。
《好讀》介紹六大得獎好節目，讓你放心看電視！

青春發言人

找達人 回應青少年煩惱

播出：公共電視台

目標觀眾：16-18歲



公視《青春發言人》推出「青春有點煩，我該怎麼辦」單元，找各界達人回應青少年煩惱。製作人賴彥如歸納，年輕世代問家庭、問交友、問志向，這些問題大人以前也遇過，但因有網路，現在的人際互動從學校延伸到家裡，放學後在班群裡還是「遇得到」，面對問題的時間拉長，大人以前的經驗不一定適用；加上網路上說法紛紜，不像過往大家獲得訊息多只有電視或報紙等強勢媒體，多元之下反而導致「判斷的困難」。

為了貼近年輕世代的心聲，製作團隊收集青少年的提問，找來有切身經驗的網紅或專家回覆，認真看待大家的煩惱，幫助不同群體溝通，告訴他們「這樣想不孤單」。

賴彥如觀察，許多青少年面對未來其實很務實，追求興趣，也認真思考怎麼養活自己；更有積極的青少年利用網路起身號召，力求改變。她分享節目IG曾接到粉絲私訊，原來有位高中生在公共政策網路參與平台提議，國中健康與體育課綱應該增加心理與精神疾病的章節，提升社會的疾病認知，也幫助青少年患者找到對的資源。

看更多：YT頻道「青春發言人」



《青春發言人》找有切身經驗的網紅或專家回覆青少年問題。



「我們都有病」臉書社群，獲選大愛電視第三屆「熱青年」。

熱青年

創平台 鼓勵夢想變行動

播出：大愛電視台

目標觀眾：16-18歲



潘怡伶、謝采倪、蔡孟儒3位年輕癌友2018年成立「我們都有病」臉書社群，結合各自專長經營不分病別的年輕病友社群，獲選大愛電視第三屆「熱青年」。

曾患乳癌的潘怡伶回憶，確診當時，她上網找了很多資料，發現病友資源多針對中高齡，缺乏為年輕病友設計的內容。她舉例，講到乳癌，年輕患者好奇乳房重建、化療是否影響生育能力，中高齡患者反而較不在意這些問題。於是她開始在臉書上分享自身經驗，傳達正確的衛教觀念，用自己的方式幫助他人，成為「有病」社群成立的契機。

有病社群每周更新一則病友故事，故事裡講的都是病友的真實情緒。潘怡伶表示，面對疾病不是只能積極樂觀，應該接納負面情緒，找出最自在、最舒服的方式去面對疾病帶來的挑戰。

有病營運長劉桓睿說，年輕病友患病前各有專長，但是生病後往往只剩下「病人」身分，透過社群，他們傳遞「生病不只有被動求助或訴諸同情」，能主動出擊，甚至過得更好。他舉例，有病創辦人謝采倪是淋巴癌患者，儘管受疾病所苦，但仍發揮設計專才，替台大醫院改善就醫流程；也有乳癌病友重建乳房後，外型亮眼引起多家媒體關注，成為「另類超模」。劉桓睿表示，年輕病友痊癒後終就要回歸職場，他們希望透過社群告訴病友「你可以因為疾病更強大」。

大愛電視《熱青年》節目推出以來，前後採訪兩百多位將夢想化為行動的青年。製作人黃英峰說，現代人依賴手機跟社群，被平台演算法餵養，很容易只看到自己感興趣或認同的資訊，陷於同溫層而不自覺，他們推動熱青年計畫，結合紀錄片、網路直播、實體展覽跟講座等方式，打造平台鼓勵大家聚在一起，試著扭轉看事情的刻板印象，看看別人在關注什麼，也從中找出跨界激發火花的可能。

看更多：showbar.daaiv.tv