

虎緣輔語

第60期

(原弘毅之聲)

本期主題：性別平等

國立虎尾高級農工職業學校

National Huwei Agricultural & Industrial Vocational Senior High School

發行單位：國立虎尾農工輔導室

發行人：李重毅

編輯：輔導室編輯小組

校址：雲林縣虎尾鎮博愛路65號

電話：05-6322767

網址：www.hwaiivs.ylc.edu.tw/

校長絮語

虎農是師生

心靈的加油站

生命的有機體

◎校長 李重毅

三年多以來，本校輔導室辦理的各項系列活動逐年呈現多元嶄新樣貌，每次推出的主題活動與講座都令人耳目一新，活動與講座內容越來越能吸引學生目光，且突顯以學生為主體的概念，並適切透過活動歷程有效傳達輔導主題與意念融入到每個活動環節中。如：繼去年首度推出就頗受好評的密室逃脫活動，今年又再次煞費苦心、精心設計密室逃脫，以「反家暴宣導—鄧如雯事件」為主軸，透過每一道關卡讓學生了解家暴法設立的緣起及背後所蘊含的意義。另外，結合在地職人分享講座，傳遞學生體會「打開知覺」的重要性，用心看見家鄉的美好與珍惜家鄉的珍貴，並在每一項活動結束後帶領學生反思、回饋給學生屬於自我體悟，更能體現課綱的真正精神。

「學校是家的延續，老師和同學們是學生的第二個家」，對每位同學而言，在學校裡度過每天最精華的時段。在家庭當中，學習人與人之間的互動、溝通的能力，培養良善的人際關係是很重要的。家不是講理說教的地方，是用愛灌溉的地方。「家」需要每位成員用心經營、努力溝通的地方。

如同每天在學校與師長、同學們相處，學習經營一個快樂和諧的人際關係，也是一門重要的課題。與同學相處時，能學會彼此互相尊重、同理他人，學會保護自己，面對霸凌時能勇敢地說「不」！

感謝輔導室以學生為圓心，學習活動為半徑，透過這學期所舉辦的家庭教育講座、生涯探索活動、性別平等週系列活動及反家暴宣導中，引領學生了解、體會生命的意義及每個人存在的獨特價值，進而培養並實踐珍惜、尊重自己與他人，進而體諒與關懷他人，畫出一個屬於同學們學習生涯中圓滿的圓。而師長們也藉由這學期所參與的研習講座中，增進許多教學輔導專業知能，讓師長們用愛點亮每位學生生命的光彩，用愛創造學生生命的奇蹟，期盼虎尾農工能成為每位師生最堅強的後盾！

輔導室訊

109學年度第1學期輔導室活動

一、個別諮商輔導與諮詢服務

(一) 輔導網絡建置服務：服務對象為本校教職員工生、家長。

1. 「輔導主任~陳彥如老師」、「專任輔導教師~賴慧燕老師、李維娜老師、胡好安老師」心理輔導、諮詢、研討服務：週一至週五第一節至第八節。
2. 「兼任駐校心理師~丁建谷心理師」心理諮商、諮詢、研討服務：每週三五至八節。
3. 「兼任駐校社工師服務~楊繡翠社工師」心理會談、諮詢服務，為週五第一至第四節。

二、研習活動

(一) 學生家庭教育週會活動

主題：別讓家庭的傷成為感情的痛

時間：109年10月28日(三) 14時至16時

講師：綠水心理諮商所 林佳吟所長

我們有許多行為反應，源自於我們對事件的經驗與解讀。而從每個不同家庭長大的我們，各自擁有不同的成長經驗；有些人被愛被呵護著、有些人經歷過許多痛苦與無奈、有些人常常被無視。但走進一段感情時，我們往往帶著這些自然反應而不自知。佳吟心理師用許多故事來向同學分享擺脫過去枷鎖的過程與方式。



(二) 學生生涯探索活動

1. 主題：職人講座活動~「醬子，走出不一樣」

時間：109年12月9日(三) 14時至16時

講師：御鼎興純手工柴燒醬油第三代製醬師 謝宜哲

御鼎興第三代製醬人分享如何從第一代「做好一瓶醬油」，變成「如何做一瓶有文化的醬油」，將原本的醬油家業融入了文化、教育與美感的理念，升級為文創產業的轉型歷程。

講師也向孩子們分享「打開知覺」的重要性，分享他的生活哲學與思想轉換，使講師從年輕時對周遭事物或對雲林這片家鄉的無感與不認同，轉為看見家鄉以及家業的珍貴，「雲林的100種生活」、「飛雀餐桌」、甚至出刊雜誌，連結雲林地方力量，透過舉辦一次次的活動實踐對於家鄉的熱情與守護。

「未來沒有貧富上的差距，只有思想上的差距」是講師最後送給學生的話，期許孩子們打開知覺，不間斷的思考與學習，也期待虎農的孩子未來能加入守護雲林、將雲林的更多美好挖掘分享給更多人看見。

學生回饋

- 能讓我知原來農業也可以創新，就算只是羊單一傳統行業，也能夠帶到全世界。
- 謝謝您讓我自己更有想法。
- 令我開創新思維，更加認識在地家鄉，雲林。
- 能讓整個雲林有創新的機會，讓雲林更好。
- 了解到雲林竟然有那麼多有特色的地方。

2.主題：「程式晶片的未來交響曲」

時間：109年12月01日(二)8時至10時

講師：南華大學資訊工程系 賴志信主任

賴主任藉由自己的生命經驗與教學經驗，分享其重視的生涯價值，引領同學一起去思考未來的生涯藍圖與人生方向；並且透過程式晶片目前的发展情況、研究内容，帶領同學了解該領域的未來趨勢。最後藉由自己設計創造的音響控制，與同學一同演藝一首歌曲，讓同學在樂音飄揚中，一起感受科技與程式晶片共譜的交響樂曲。



(三)教職員工輔導知能研習

1.主題：認輔教師知能研習-「促發改變的動機?焦點解決取向在學生輔導的應用」

時間：109年10月13日(二)10時至12時

講師：國立中央大學附屬中壢高中 林宏茂老師

認輔制度幫助許多需要關懷的學生，讓他們多了一份來自師長的照顧與關心。而如何使認輔教師平時上課之餘，另外與孩子進一步地關心與交流的這段時間更有效能的運用?需要透過技巧更貼近孩子，拉近彼此間的距離。此次研習焦點解決的概念與技巧說明，讓認輔教師學習如何看見孩子的正向事件，也更理解這群孩子，相信好的教育能增加孩子生命中的成功機會，希望教師的成長能讓學生有更多的可能性。



2.主題：教職員工紓壓活動-「認真的你，休息對了嗎?」

時間：109年12月2日(三)13時至16時

講師：教師諮商輔導支持中心 郭慧婷心理師

「休息，是為了走更長遠的路。」平時奔波在學生與課堂的老師，也需要適時的放鬆休息，才能夠讓自己充電，有更好的狀態來面對學生。教師支持中心郭心理師至虎尾農工說明該中心對教師未來能提供的心理協助外，也帶領教師了解自己目前的身心壓力狀態，並用正確的方式放鬆。期待建置教師支持中心的路上，照顧到一位教師，就是進一步影響一百個學生。



3.主題：專業群科性別平等融入教學研習

時間：109年12月23日(三)10時至12時

講師：國立屏東高工 龍立偉老師

對專業群科的老師來說，要融入性別平等教育在教學中，不是簡單的事情。但龍老師將自己在技職背景成長的經驗與對現在技高學生的觀察融入教學中，希望能增加技高生對不同性別的理解與認識，並同時也提供更多不同性別的生涯典範給學生參考。



(四)家長親職知能研習

1.主題：「從溝通中培養自律」

時間：109/12/16(三)

18時30分至20時30分

講師：國立二林工商 林志欣老師

邀請二林工商林志欣老師與家長分享

親職互動的肩角，才能夠走進孩子們的心。除了了解現在青少年的想法與情緒，也透過體驗活動帶領家長思考自己對孩子的了解有多少?如何向孩子表達愛比較恰當?經過今天的學習，希望讓我們成為孩子最堅強的後盾。



家長回饋

- 學習放下比較，每個孩子都是獨特的。今天的講座真的受益良多。
- 尊重、相信是親子之間最好的溝通橋樑。
- 學到如何與小孩做正向的溝通。

三、親師座談會

時間：109年10月18日(日)

對象：本校家長

109學年度的親師座談會

共有145位家長共同參與，一起來了解新學期孩子在各科及班上的適應與學習近況，希望能親師合作，攜手陪伴孩子成長，展開嶄新的學習。



四、學生小團體輔導活動

主題團體輔導活動：

1.輔導股長幹部訓練

時間：109年09月03日

2.認輔學生團體輔導活動

時間：109年09月14日至18日

五、新編多元性向測驗、賴氏人格測驗施測、結果說明會暨班級輔導活動

(一)「新編多元性向測驗」

施測時間：109年9月21日至9月30日

結果說明會暨生涯輔導活動

時間：109年12月07日至12月11日

(二)「賴氏人格測驗」

施測時間：109年10月21日

結果說明會暨情緒管理班級輔導活動

時間：109年12月14日至12月18日

六、班級輔導週

(一)高一性別平等教育班級輔導週

主題：「彩虹天空~看見繽紛多元性別」

時間：109年11月2日至11月6日

(二)高二性別平等教育班級輔導週

主題：「N號房事件」離我多近?談少年性剝削之辨識與自我保護

時間：109年10月26日至10月30日

(三)高三性別平等教育班級輔導週

主題：「『性』不『性』由你，身體界線，我來設限」

時間：109年10月19日至10月23日

(四)高二生涯探索班級輔導週

主題：「生涯價值觀與進程規劃」

時間：109年12月21日至12月25日

七、「擁抱，不擁々々」~性別平等教育週系列活動

時間：109年11月9日至11月13日

主題一：「擁抱不擁暴-成熟伴侶製造所」情感教育講座

時間：109年11月9日(一)14時30至14時

講師：陳怡茹老師

在情侶互動中，我能提供給對方什麼?又該從對方身上期待些什麼?該如何逐漸地靠近與表達欣賞?在這麼青澀的關係之中，我們如何能夠更加了解自己的喜好與性格，並成為一位成熟的伴侶，和對方一起學習尊重、傾聽與支持，成為彼此最佳良伴。小梅老師既真誠又坦率的與同學們討論平常難以和大人開口的私密話題，要讓你知道，對許多事情好奇其實是非常自然的啦。



學生回饋

- 了解如何告白，在告白時，也對異性有多一些的了解。
- 了解如何面對他人的告白與拒絕，也學情侶間的相處如何拿捏。
- 對交往中的相處有更多了解。
- 讓我了解伴侶間的尊重與平等。
- 更加清楚交往過程如何解決問題；遇到感情問題更懂得解決與處理。
- 學習到感情如何經營。

主題二：「嘴巴說不會，但身體很誠實-談網路世界情感誘惑的判斷處理」性別平等講座

時間：109年11月10日(二)14時至15時50分

講師：王智誼心理師

各種交友軟體玲瑯滿目、網路上不同的交友社群都有著不同的特性，親愛的同學，你真的認識它嗎?我們以為在其中能找到情感的依靠，找到知心的夥伴，但卻未看見對方所設下的圈套，可能將引誘我們到哪裡去?講師解析今年多起的社會案件與網路使用中的關聯，與同學們分享在與網友互動中該注意的層面，希望同學都能是智慧的使用者，兼顧娛樂與安全。

學生回饋

- 更了解網路世界；讓我對網路的使用有更多的了解。
- 學到現在社會的險惡。
- 幫助我更清楚在網路上的交友要小心，提升自我的保護。

主題三：「最後一次ㄅㄨ、你」-性別平等密室逃脫

時間：109年11月11日(三)9時至16時

輔導室再次舉辦費盡大家腦力的密室逃脫，阿祺插著刀的屍體、凌亂的擺設、昏暗的燈光以及傳來陣陣的哭聲與叫罵聲，請參與者協力解出重重關卡，救出被困在密室的受害者。

此次密室逃脫以1993年鄧如雯殺夫案為主軸，在一道道關卡中，涵蓋了家暴法的通過年、目睹兒童的數量以及創傷後遺症、

社會風氣對於家暴的輿論與壓力以及求助方式等，一同了解台灣家暴法訂定的源起，以及弱勢族群在家庭、經濟、社會處境、權力上無法受到合理對待的無奈與絕望。

因這起案件使台灣成為亞洲第一個實行家暴法的國家，至今已實施與推動21年，希望法律的推動與教育宣導，能夠保護每個性別在家庭、職場、婚姻裡，不需要忍氣吞聲，能夠自在勇敢地享有每個人應有的權利。

凌亂又陰暗的房間中傳來陣陣哭聲.....



逃脫中-什麼?!趕快看線索!



逃脫失敗-沒有救出受害者逃出可怕的密室，哭哭~



校長：快放我出去!



教職員組：離成功只差一步阿!



密室逃脫結束，靜下來了解目前全球家暴的狀況與如何求助



學生參與密室逃脫的回饋~

- 學到家暴不是只在於女性，男性也有可能被家暴，以及團隊合作的重要性。
- 學到了不論男女都可以被拯救。
- 家庭暴力不可被忽視。
- 受到傷害要勇敢說出來!

活動印象最深刻的是~

- 被家暴者的呼救，會讓人更急切的想去救她!!
- 鄧如雯當時的痛苦。
- 看到很多家庭暴力的事件。
- 尋找鑰匙時的團隊合作，以及一起解題的樂趣。
- 每個道具都很逼真。
- 老師的哀號聲，嚇到我了!

虎農學生想給受暴者的支持話語

人生有高潮也有低潮，人生只有一次，不要做對不起自己的事。走出人生的最低處，有時自己也可以過得很好，不要為了不必要的人讓自己的青春人生浪費了。 吳帥哥

雖然你們很堅強，但不要總是受氣，要勇敢說出來，別怕這世界會用盡所有的力量保護你們的。加油，各位!

堅強一點，不管外界如何看待你，都希望你有麻煩、委屈、難過都能為別人，壓力大時，有很多紓解的方式!

希望受害者不管是孩子，不管是男人女人，能夠早日脫家暴的生活，開...加油! Bless all of you

相信自己，繼續堅持下去。

能努力是一天，一天會比一天更好。

不要怕，要勇敢說出來比較好，加油!

遇到這種事，去找一個可以真心跟你交談的人

要勇敢說出來，不用一個人忍受那些壓力，還是會有很多人支持著你~要相信自己錯!勇敢說出來也可以幫助到更多的人!每個人都很特別~你們很棒，加油!

給每個受害者：希望你們能走出這樣的人生低潮，也希望從今往後不生了什麼事情都要堅持下來。

別傷心，還有我們在，希望你努力活下去，找機會逃走!

不要跟他再聯絡，勇敢說出來，不要悶在心裡。

For：受害者，加油! 我知道你們在那種環境下很不好受，希望你們能拋棄過去，有辦法從中走出傷痛的你們真的很偉大!我會永遠支持你們。

維護自己的權利，保護自己的安全，受到傷害要說出口，這世界還是有很多很好的人選擇求助別人，是對自己的未來一種解脫，請不要害怕，要好好的加油，一切還是有希望的。 畜保二

致：受害者們，希望你們能早日走出這些傷痛，事情總是會過得，多往好處想，讓自己不要重蹈覆轍。

有時勇於說出口會獲得更好的生活，不需要害怕，大家會保護你/你，不分男女不要擔心說出會有負擔，為自己勇敢一次!加油!

別怕，有大家在，當遇到困難時打113或尋求長輩、師長的協助，或暫時去住別人家，只要你想到你不是一個人，你就會變勇敢。

加油!講出來會比較好，讓更多人來幫助你，脫離痛苦。 機械一 27號

別忍氣吞聲，要勇敢求助，並且走出陰影，外面的世界很美好，記得期許自己要更好，別將這代的痛苦延續下去。加油!

還有人會抱緊你，緊抱你! 畜保二 許書豪



主題四：顏色不分性別-IG板板打卡送彩虹口罩
時間：109年11月12日(四)至109年11月13日下課時間
 響應新冠肺炎流行時期，一位小學男童因害怕帶粉紅口罩去學校被嘲笑而發燒的議題。若整體社會不夠友善包容多元，要孩子培養內在的勇氣做自己是困難的，更別說戴得理直氣壯了。因此在性別平等週，希望透過IG彩虹打卡的活動，邀請學生共同響應顏色不分性別，從校園中推動性別平等、打破性別歧視等議題，使學生共同成為友善社會的一份子。



教職員與學生平盪活動
 講師共同響應彩虹打
 卡，顏色不分性別



校長、教職員共同響應，串起一道
 彩虹，準備好接待每一個學生

學生熱情的參與



反家暴宣導

鄧如雯事件介紹

1993年10月27日，板橋一名22歲的少婦鄧如雯，因為被丈夫性侵犯、長期忍受家庭暴力，一時衝動憤而殺夫，轟動全台。

鄧如雯15歲時即遭林阿棋多次強暴懷孕，在林多次暴力脅迫其家人及小孩後，在當時的傳統的風氣下，被強暴的阿雯只能被迫與林結婚，而婚後鄧如雯的生活更是另一場夢靨的開始，鄧如雯及身邊家人均長期承受來自於丈夫林阿棋精神、言語及肢體的暴力虐待，連鄧女與林男生下的兩個幼子也無法倖免，甚至遭林提起孩子投入洗衣機內啟動機器成傷。



這起刑事案件並不僅是一個女人殺夫的故事，鄧如雯的遭遇說明了在80年代台灣父權社會的婚姻裡，女性被不平等法律與習俗迫害的現況。在還沒有家庭暴力防治法的時代，鄧如雯可能被貼上「未盡妻子義務」的道德標籤，也有可能被雙方的家庭以「家醜」作為理由給壓下去...

因此當時婦女團體積極的為鄧如雯發聲與辯護，更希望可以為當時的眾多女性發聲，1999年《家庭暴力防治法》應運而生，台灣正式成為亞洲第一個實行家暴法的國家。希望法律的推動，可以消除父權體制下的性別不平等，保護女性在家庭、職場、婚姻甚至是任何場合裡，能夠擁有每個人在世上應擁有的尊嚴與權利。

覺醒創造歷史，希望28年後的今天，在台灣這個國家，可以不再讓1993年的鄧如雯陷於絕望。

文章來源：重大歷史懸疑案件調查辦公室
<https://ohsir.tw/4376/>

照片來源：【臺灣青年民主協會 TYAD 2020/10/27紀念鄧如雯事件】

疫情下的家暴情況



家，應該是最溫暖的避風港，但在疫情肆虐的今年，「家，反而是他們受難的場所」正在世界各地蔓延。衛福部統計，今年全國家暴案件比去年多36.5%，由於疫情需要居家防疫、遠距上班，施暴者總是待在家，不僅能肆意施暴，無時無刻監視受害者，使用暴力拾回權力與控制感，更使得受害者失去求助的機會與管道。

主題標籤「#AntiDomesticViolenceDuringEpidemic」及「#疫期反家暴」在微博上已有超過1.4萬次討論。令人不禁思考，如何預防因為疫情而加深的性別暴力？又如何能解救囚禁在家中的受害者？

家暴定義

家庭暴力指的是「家庭成員間實施身體、精神或經濟上之騷擾、控制、威脅或其他不法侵害之行為」。因此不論男女老少，皆有可能遭遇到家暴的對待，家庭暴力防治法為了保障家庭成員的安全，明列受保障的對象，包含有婚姻關係與無婚姻關係而結合的家庭成員。而家庭暴力可依施暴型態的不同，至少分為四種：肢體暴力、精神暴力、經濟暴力與性暴力。

- 肢體暴力**：如虐待、遺棄、押責、強迫、引誘從事不正當之職業或行為、濫用親權、利用或對兒童少年犯罪、傷害、妨害自由、性侵害...等。
- 精神暴力**：如竊聽、跟蹤、監視、冷漠、鄙視、羞辱、不實指控、破壞物品、試圖操縱被害人等，足以使對方畏懼或心生痛苦的各種舉動；另外，不當的過度關愛，給對方的生活帶來嚴重的困擾，也是其中一種。
- 經濟暴力**：不給生活費、過度控制家庭財務、強迫擔任保證人、強迫借貸等惡性傷害自尊的行為。

4. 性暴力：強迫性幻想或特別的性活動、逼迫觀看性活動、展示色情影片或圖片等。

不論任何暴力的型態，對於受害者生理上、心理上與精神都會是很大的傷害。

遇到家暴時，我該怎麼辦？

當身處於家庭暴力事件時，「隱忍」或許可以暫時緩和衝突，但卻沒有辦法保證下一次的衝突場面會不會失控、甚至危及到個人和家人的生命安全。因此，如何有效面對家暴事件對於家庭暴事件的處理，有以下的建議以供參考：

- 確保生命安全**：當衝突發生時，避免再以激烈言語刺激對方；衝突發生時儘可能遠離危險物品如：刀、易碎物品等；察覺對方即將情緒失控，應儘可能離開現場，以中斷衝突的再擴大而釀成悲劇。
- 尋求專業協助**：報警(110)或到醫院急診接受驗傷，警局家防官或醫院社工人員除了會協助您驗傷及蒐證外，更會針對您的個別需求提供必要時協助；此外，全國「家庭暴力及性侵害防治中心」及「113」專線，更提供24小時之專業協助如：經濟、法律、住所、心理輔導、保護令之申請、監護權爭取等。
- 申請保護令**：家暴受害者當事人可就其遭受危急狀況與人身安全考量，主動提出申請，或由檢警社工人員代行提供保護令，保護當事人遠離危險處境。

家庭暴力防治法自施行以來，已協助不少受虐當事人重獲新生，希望不論在疫情蔓延的艱困時刻，或是每個辛苦工作回到家的夜晚，「家，都能夠成為每個人最堅強的後盾」，新的一年即將開始，讓我們一起為新的一年、為未來，許下這個珍貴的願望吧！

(引用自高醫醫訊月刊第二十五卷第十二期)