

# 虎緣輔語

## 第62期

(原弘毅之聲)

國立虎尾高級農工職業學校  
National Hwei 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/

本期主題：性別平等

### 校長絮語

## 防制數位性霸凌

◎校長 李重毅

每學期初輔導室悉心規畫全學年度各式主題活動與講座，今年在歐佩琪主任帶領團隊用心規畫下，除延續前兩年推出密室逃脫活動，更首度結合網路及實境，升級為密室逃脫2.0版，採用時下通訊軟體，設計性別平等系列活動—「歡迎來到我的房間」，以「跨性別」為主軸，透過每一道關卡讓參與活動的同學們了解身為跨性別者的心聲，並感同身受體會到跨性別者的處境，一起認識他們在日常生活中可能遭遇到的困境。此外，學校也期望同學們在體驗活動的過程中，覺察並欣賞自己與他人生命的獨特性，真心擁抱每個多元且真實的彼此，欣賞每位獨一無二的個體。

隨著新興科技通訊傳播方式的日新月異，人手一台智慧型手機的生活型態已成社會趨勢，社會大眾喜歡利用手機拍照記錄生活，打卡分享到網路社群上生活周遭的人事物，已是稀鬆平常的事情。不過，試問同學們，在拍照當下或上傳至社群軟體前，曾經想過個人隱私的問題嗎？一旦上傳太多個人資料的照片至網路，反遭到有心人士的利用，美好的回憶可能演變成不堪回首的記憶。因此對於自拍或將照片上傳至網路社群可能帶來的隱私危機，千萬不能輕忽。

隨著社群媒體的發達、資訊傳遞的便利性大幅提高，相對「數位性別暴力」事件也層出不窮，韓國發生「N號房」性別剝削事件、台灣網紅利用「Deepfake」換臉技術製作不雅影片、台灣職籃球員私人影片外流等，「數位性別暴力」事件越來越多。所謂的「數位性別暴力」，就是任何透過資訊技術的性別暴力行

為，例如手機、網路、社群媒體、或電子郵件等方式；最常見的就是「未得同意散布性私密影像」，以及藉由私密影像來進行性勒索。

「好奇心不只殺死一隻貓」，未經同意散布性私密影像更是讓人困擾。每當有這類型的影像在網路上傳遞，總是有不少人出於好奇心「想上車」、「跪求連結」，正因為人們的好奇心，才會造成相關影片或是相片加速傳遞，而這些傳遞更是受害者無形的壓力，也間接成為共犯。

因此謹記防治數位性別暴力傷害的「五不四要」防護守則，「5不」包括：「不違反意願、不聽從自拍、不倉促傳訊、不轉寄私照、不取笑被害」，收到他人私密照再轉傳即是違法的行為，取笑或是檢討被害人是更大的傷害。而「四要」則包括：「要告訴師長、要截圖存證，要記得報警，要檢舉對方」，不只為了保護自己，也要避免更多無辜受害者；倘若同學們在網路上遇到騷擾或威脅，可透過「4要」來尋求支援與協助。希望各位同學一起杜絕「數位性別暴力」，避免類似的事件再發生，以及減少受害者的二次傷害，才能享受數位時代的便利與美好。



### 輔導室訊

## 110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～歐佩琪老師」、「專任輔導教師～賴慧燕老師、李維娜老師、吳佩瑾老師」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：每週三第五至八節。

### 二、研習活動：

(一)學生生涯探索活動

1.主題：職人講座活動～「愈在地·愈國際—厚德 誠食堂」

時間：110年12月8日(三)14時至16時

講師：李宗霖 先生

邀請到北港在地店家誠食堂的老闆李宗霖先生，來與同學們分享他的創業歷程，講述自己是如何從一間餅舖開始，一步一腳印，透過腳踏實地、踏實努力的工作態度與敬業的精神，逐步拓展到餐廳的經營。

老闆也向同學們強調「在地化」的重要性，分享自己如何利用北港的在地意象「媽祖」文化去發想，從餅舖的包裝到



店面的裝潢設計等，將信仰文化融入在整體環境中。無論是餅舖或是餐廳，都充滿濃濃的在地意象。

講師帶來了自家的產品請同學們試吃



### 學生回饋

- 大餅很好吃，老闆很客氣，讓我們更了解「在地」特產的精神，創業不一定非跑到很遠的地方，可以留在自己熟悉的地方，接地氣把自己家鄉介紹給大家，並且把它發揚光大。
- 我們生活在一個飽和度極高的社會中，只要能創新，就會與眾不同。
- 讓我知道了做生意，銅錢不一定最重要，還有更多值得用心經營的地方。
- 產品要有特色，不要與別人一樣，更不要與別人惡性競爭比價錢，品質較重要，用在地可國際化。
- 要成功一定要先努力，天下沒有白吃的午餐，所有的成功都是靠自己努力得來的。
- 將在地文化融入建築設計，並且創造獨特的風格。

- 2.主題：「國立虎尾科技大學招生宣導」  
 時間：110年12月15日(三)13時至14時  
 講師：虎尾科技大學招生團隊

由虎科大進修推廣部推廣教育中心主任，帶領電機工程系、光電工程系、機械與電腦輔助工程系三位系主任，以及合作的廠商，一同前來向高三同學們說明產學訓專班、產學攜手合作專班、進修部等學制，讓同學們認識不同的升學進路，提供畢業之後，在升學與就業之間的第三種選擇。能夠兼顧課業及工作，在大學就學期間，同時有穩定的工作，為自己儲備更多資源，選擇更好的未來。



同學們仔細聆聽，為自己的未來做準備

## (二) 學生性別平等教育活動

1. 性平週會活動：「不讓愛成為傷害-數位時代的性別暴力」

時間：111年1月12日(三)14時至16時

講師：婦女救援基金會 許皓程 社工

隨著科技的日新月異，在數位時代下衍生出了「洩漏性私密照片」這樣子新型的性暴力型態。你我都有可能成為受害者，或者是加害者。輔導室邀請在協助數位性暴力案件上非常有經驗的婦援會許社工，來跟同學們分享，到底什麼是數位性暴力？當遇到的時候，又應該怎麼因應呢？



講師提出非常重要的兩點，第一就是當你遇到相關事件的時候，求助是很重要的！千萬不要自己一個人面對，請向信任的師長們求助，若是真的不知道怎麼開口，婦援會也提供了匿名求助的管道可以使用。第二點就是當你在網路上看到疑似「性私密」影像時，不點閱、不轉傳、不譴責被害人。下一次，當我們在網路上看到各種求上車的言論時，記得一起下車！



不轉傳、不譴責被害人。下一次，當我們在網路上看到各種求上車的言論時，記得一起下車！

## (三) 教職員工輔導知能研習

- 主題：教師專業輔導知能研習－「性別平等教育校園文化之營造」

時間：110年8月30日(一)9時至12時

講師：國立和美實驗學校 劉秀鳳 秘書

一個具有性別平等、友善的校園文化，是需要透過校園中的每一個人共同去創造的。講師長期在性別平等的領域裡耕耘，透過她豐富的經驗分享與說明，讓學校同仁們認識生活周遭無所不在的性別議題，以及如何將性別平等的議題融入在課程中，共同營造具有性別平等意識的校園文化。當每個人都願意多做一點時，就能帶來截然不同的改變！

## (四) 家長親職知能研習

- 主題：「解讀青少年的心」

時間：110/12/15(三)18:30至20:30

講師：曾一平 心理師

處在青春期的青少年們，常常有著各種各樣的煩惱，卻不願意告訴家長，讓家長們想要關心卻也不得其門而入，輔導室邀請到在親職互動領域中，有著豐富經驗的曾一平心理師與家長們分享，如何透過有效的聊天互動模式，走進孩子們的心，了解他們的想法與情緒。透過講師的示範，讓家長們也學習，如何運用聊天的方式，去了解自己的孩子，向孩子表達關心與愛。經過今



忙碌了一天，還是很認真學習的家長們

天的學習，希望讓我們成為孩子最堅強的後盾，一起陪伴他們度過青春期的風暴。

## 家長回饋

- 透過講師的分享，也反思自己家庭互動的好的地方與需要調整的想法。
- 有更多的方式可以與孩子對話。

## 三、親師座談會

時間：110年9月26日(日)

對象：本校家長

110學年度的親師座談會，因應疫情的關係，改以採線上模式進行，與家長們一起在線上相聚，一同來了解新學期孩子在各科及班上的適應與學習近況；校方也因應線上模式，將以往實體的校務報告及科務介紹，改以影片及簡報檔的方式呈現，錄製了校長的話、各科簡介、學習歷程檔案的介紹及多元入學管道介紹等影片，除了讓家長們不用親自到校也能了解學校及學生學習環境外，也希望讓未能與會的家長也能透過觀看影片的方式，共同關心、了解孩子的在校生活。期盼透過親師合作，攜手陪伴孩子成長，展開嶄新的學習。



相關影片觀看

## 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：110年09月10日
2. 期初認輔學生團體輔導活動  
時間：110年09月13日至17日
3. 期末認輔學生團體輔導活動  
時間：111年1月3日至1月7日



## 五、相關心理測驗施測、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13日至9月17日

結果說明會暨生涯班級輔導活動

時間：110年11月29日至12月3日

- (二)「賴氏人格測驗」

施測時間：110年9月27日至10月1日

結果說明會暨情緒管理班級輔導活動

時間：110年12月6日至12月10日

- (三)「人際關係量表」結果說明會

時間：110年11月8日至11月12日

- (四)「興趣量表」結果說明會

時間：110年12月6日至12月10日



## 六、班級輔導週

- (一)高一性別平等教育班級輔導週

主題：羈絆～就是你的陪伴～從「逃避可恥確有用」談婚姻？婚姻？婚姻？

時間：110年10月18日至10月22日

- (二)高二性別平等教育班級輔導週

主題：「騷擾事件」離我多近？談跟蹤騷擾之辨識與自我保護

時間：110年10月25日至10月29日

- (三)高三性別平等教育班級輔導週

主題：「你」「我」之間－談跟蹤騷擾防治法草案。

時間：110年11月1日至11月5日



### 七、「擁抱多元，勇於不同」～性別平等教育週系列活動

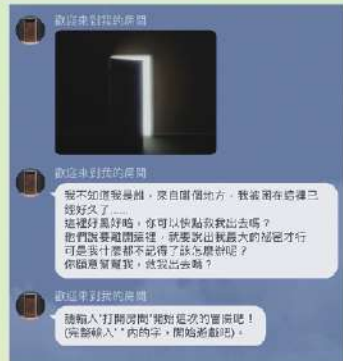
時間：110年11月8日至11月12日

1. 主題一：「你我日常生活中的性/別開了！」性平教育講座

時間：110年11月12日(五)14時00至16時

講師：勵馨基金會雲林分事務所 林瑞茹主任

日常生活中，充滿了各種各樣與「性別」相關的事件，藉由講師的分享，帶領大家一起打開「性別之眼」，從自己出發，一起發現生活中無處不存在的性別議題，了解我們在日常生活中是如何受到各種性別的影響，一起練習當一個性別友善的人。



某天，你收到了一封神秘的求救訊息



被傳送到了神秘的房間



解謎中，快找找線索在哪裡吧！



解謎中，到底要怎麼解開謎底呢？

**學生回饋**

- 學到很多關於性別的問題，還有性騷擾的詳細了解，以及杜絕性騷擾的方法和兩性平等如何達到。
- 不要有刻板印象，不一定男生就要陽剛，女生就是陰柔，也可以是相反的。
- 瞭解性別、性騷擾的資訊，以及社會刻板印象的現況。
- 對性別有更深入的認識，不只是「男」是「女」其實性別涵蓋的範圍很大。
- 日常的一些動作別人可能感覺不舒服。
- 讓我知道性騷擾或是行為會對人造成傷害，和因為人的性格或穿著去傷害別人，要尊重每個人的性向，不要去嘲笑別人。
- 聽完這個演講後，我充分了解不能因為性別，而決定互作及特質。

2. 主題二：「歡迎來到我的房間」－性別議題實境解謎

時間：110年11月11日(四)9時至16時

輔導室首度結合網路及實境，延續前兩年廣受大家好評的密室逃脫遊戲，打造了全新的實境解謎活動。

某天你收到了來自未知的一封信，信件的主人委託你找出他最大的秘密，幫助他逃離黑暗之中……，你被傳送到了他十年前的房間裡，一起來找出他最大的秘密吧！

此次實境解謎以「跨性別」為主題，在一道道關卡中，帶領挑戰者去了解身為跨性別者的心聲，體會他們的處境，一起感受他們在日常生活中會面臨到哪些困難。

為了讓更多人能夠體驗到解謎的樂趣，輔導室也特地推出了全線上的版本，讓沒有報名到的同學，也能透過LINE的互動對話，一起參與解謎的過程。

#### 【活動緣起】

關於實境解謎活動的設計靈感，來自於行政院的一支宣導短片「××的房間」，影片裡面有三組人馬，接受了來自街頭的挑戰「你願意花十分鐘，探索一個人的秘密嗎？」而分別受邀探索了三個風格迥異的房間，透過房間裡面的蛛絲馬跡，試圖找出他們的秘密，了解他們獨特的生命經驗。延續著這樣的觀點，輔導室設計了這次的實境解謎的整體故事。

這次的性平週的副標題是—你知道做自己需要多大的勇氣嗎？輔導室希望透過這次的體驗活動設計，除了增加同學們對跨性別者的認識外，也希望能夠鬆動大家心中對於性別氣質的框架及刻板印象，男生不一定要陽剛，女生也不一定只能溫柔。不管是什麼性別，有著什麼樣的性別氣質，都能夠自由自在的尊重與欣賞自己與他人的不同，每一個不同都是獨一無二且美好的。一起擁抱每個多元而真實的彼此，勇於不同，期待每個獨一無二的你/妳，都能夠做真實的自己，並且喜歡這樣的自己。



就算失敗了，也還是要拍一張可愛的照片

實境解謎結束後，靜下來了解「跨性別」這個族群及他們的處境

**學生參與實境解謎的回饋**

- 學習到世界上有這麼多種不同的人，他們堅持做自己。
- 人對於性別的認同，還是需要更多去了解。
- 愛自己、尊重他人很重要!!!
- 同性戀、跨性別，不管是誰都有成為自己想成為的人的權利。
- 其實跨性別者比同性戀還要難有勇氣表現自我，因為可能是社會上的言論，亦或是家人的不認同，也可能是對自己的不認同都會導致他們把自己鎖在更深的櫃子裡。



學生寫下對跨性別者的鼓勵

# 虎農學生想給跨性別者的支持話語

成為自己想要的自己，雖然可能不順利、不被諒解、不被允許。不過！！那是他們的想法，你是你自己，最了解自己。即使外在的聲音十分的刺耳，但是內心的聲音是屬於你自己。Love Yourself! 活的光彩動人，成為自己的主人。

成為真正的自己的途中，可能會受到很多挫折和被很多異樣的眼光看待，但一切都會好起來的。

活成你/妳想要的樣子，這可能很難也很不容易，but just to be yourself, 你/妳就是你/妳，不管別人說什麼，可能會有人不認同，也可能會是至親的不認同，但千萬別害怕成為你/妳想成為的樣子，你/妳絕對沒有不一樣，加油！

希望你可以好好地做自己，不用在意別人的眼光，還是會有很多人會理解，所以不要害怕，勇敢的走出自己的路，不管是什麼樣子，妳都是獨一無二的。你沒有錯，好好的面對自己、愛惜自己，朝著自己想要的生活前進，加油！你是一個很美好的存在。

不要太在意別人的眼光，生活是自己，別人參與不到，經過的都是過客，相信有一天大家一定能接受的。

不要在意別人對你的異樣眼光，你們很勇敢，做自己就好。加油！

其實跨性別者並不丟臉，不要那麼在意外人的眼光和言語他們不是你，做自己就好了！

你們很勇敢，更誠實的面對自己的內心。不要在意外界的質疑，社會大眾會慢慢接受你們跟平常人是一樣的，我們是一個大家族！

不要在意別人的眼光，勇敢做自己，這樣才會活得開心。  
菜包

勇敢做你自己，不要在意他人的眼光，愛自己最重要，雖然不在你/妳身旁，但願陪你/妳度過。Be yourself!  
靜

加油啊~做你/妳自己，是最重要的，不要在意別人的眼光。開心最重要，I love you, 自己決定自己的人生，加油！  
萱

或許你(妳)在跨出多元性別時遭到他人的辱罵、不解，希望你(妳)能夠繼續認同自己的性別。加油！

我覺得每個人生下來都是平等的，不要因為自己與他人不同而封閉自己，勇於把自己的內在表現出來，做自己，不要管別人說什麼，因為人生就是要靠自己活得精彩。  
阿姍

致所有跨性別的朋友：沒有所謂的傳統觀念這種事，做自己表現出最自然的一面，別在意他人的閒言閒語，就算自己是男人身卻是女人心，那也沒有什麼不對的，加油！

不用在意他人的眼光，勇敢做自己就對了，大方的展現屬於自己的內外在，不要侷限於社會風氣以及傳統觀念，加油！你們很美也很帥！

不要再以其他人的眼光，人生是自己的，活得不一樣的生活，加油。

## 關於多元性別，你應該知道的事



提到「性別」，第一個浮現在你腦海的印象是什麼呢？是男性？女性？或者是其他呢？

在台灣，性別平等教育開始受到重視，是因為2000年4月的「葉永鈺事件」，一個有著陰柔性別氣質的男同學，在校園中受到霸凌而無法安心上廁所，最終被發現重傷倒臥在廁所內，送醫不治。後來「玫瑰少年」成為了他和有著相似性別氣質的男性的代名詞。

這起不幸的事件引起台灣社會的重視，同年12月教育部宣布將「兩性平等教育委員會」更名為「性別平等教育委員會」。2004年將原本的「兩性平等教育法」修訂為「性別平等教育法」，教育政策從原本傳統二元的兩性教育，延伸轉化為更具普遍性的性別平等教育。也象徵著我們的社會應該要從「男」或「女」的性別框架中鬆綁，給予彼此更多的彈性及可能性。

我的特質	類別	屬性		
我生下來是...	生理性別 Sex	雄	光譜地帶	雌
我覺得我是...	性別認同 Gender Identity	男性	光譜地帶	女性
我看起來是...	性別氣質或表現 Gender Expression	陽剛	光譜地帶	陰柔
我喜歡的是...	性傾向 Sexual Orientation	女性	光譜地帶	男性

提到多元性別，那就不能不介紹「性別光譜」！性別光譜的意義是，在「生理性別、性別認同、性別氣質、性傾向」之間，並非只有截然不同的兩個端點，而是在兩端之間並列著各種不同程度差異的狀態。而依據各種狀態的不同，可以分成LGBTQ等不同的族群(族群的分類眾多，在此僅以常見的幾類作為代表。)

「性別」不是僵化的「男」或「女」而已，而是在不同的類別之間，排列組合而來的。如果只依據出生時的生理性別不同，就限制了他人的一生中應該要呈現什麼樣子，這樣子的分類方式，是很粗糙的一個認定。

「多元性別」的概念，正是要讓我們了解，原來人類的差異不僅僅只是二分法，每個人生來都是獨一無二的！在這個光譜裡面，每個人都可以找到自己專屬的位置。即使自己與別人不一樣，也沒有關係。學習欣賞和喜歡自己的獨特，也尊重他人的獨特。正是因為有著許多不同的樣貌，我們的社會才能夠這麼豐富多彩。