



勵馨會訊

165
2022. Oct.

- 執行長的話：展現女孩潛力 勇敢為自己發聲
- 勵馨展開數位性別暴力被害人服務
- 友善婦幼好厝邊 愛馨服務零距離

內 附
郵 資 已 付
板橋郵局許可證
板橋字第 1923 號
雜 誌
本刊免費贈閱
歡迎函索



性侵害創傷風暴後，我們如何安住內心

學習與創傷共存，但創傷不等於我們

性侵害事件對於被害人的影響，會因為事發當下的情況、與加害人的關係，以及身邊的親友提供的支持等各種因素而有所不同，勵馨基金會長年服務的經驗中，被害人會有各自的受傷反應，每一個人的復元歷程都不一樣，所需的時間、資源與陪伴也有所差異。

請接受與尊重自己或他人的時間，讓我們一起找到與創傷共存的方式，

安頓受傷的感受與經歷，讓自己安住於心。

你的聲音，國家用心聽

那些曾經一個人的委屈與苦痛
那些曾經以為難以掙脫的孤獨與失落
那些曾經被誤解、被扭曲、被掩蓋 那些曾經說不出口 的聲音
國家 現在要 用心聽

過去，沒有承接住你 是環境 是制度 的失誤
現在，你的聲音，將有機會讓過去的傷害 成為明天的養分

你，是未來的發動者 你的聲音 國家用心聽

計畫參與專線：0800-818-885



「你的聲音，國家用心聽」
計畫專案網站



勵馨本著基督精神，以追求公義與愛的決心和勇氣，預防及消弭性侵害、性剝削及家庭暴力對婦女與兒少的傷害，並致力於社會改造，創造對婦女及兒少的友善環境。

目錄

執行長的話

02 展現女孩潛力 勇敢為自己發聲

主題報導

04 性侵害創傷風暴後，我們如何安住內心

08 我的孩子受傷了！我該怎麼辦？

勵馨服務

10 「莫讓數位科技 成為性別暴力加速器」

社工馨語

12 開啟與孩子們談情說愛的橋樑

14 友善婦幼好厝邊 愛馨服務零距離

16 原來 說再見是需要練習的

近期活動

17 用馨托住他們 讓受傷兒少重拾盼望

公益責信

19 2022 年度 1 至 8 月收支報告



封面故事——

性侵害創傷風暴後，我們如何安住內心

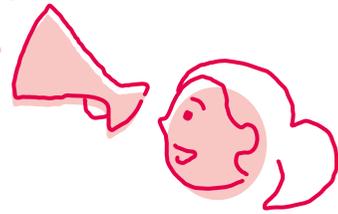
性侵害事件對於被害人的影響，會因為事發當下的情況、與加害人的關係，以及身邊的親友提供的支持等各種因素而有所不同，勵馨基金會長年服務的經驗中，被害人會有各自的受傷反應，每一個人的復元歷程都不一樣，所需的時間、資源與陪伴也有所差異。請接受與尊重自己或他人的時間，讓我們一起找到與創傷共存的方式，安頓受傷的感受與經歷，讓自己安住於心。

發行 財團法人勵馨社會福利事業基金會
發行人 林靜文
發行所 23143 新北市新店區順安街 2-1 號 1 樓
電話 02-8911-8595
劃撥帳號 1217497-8
戶名 勵馨基金會

總編輯 王玥好
主編 許馨月
執行編輯 蕭淳方
江鈺慈

美術設計 黃萱
承印 中華彩色印刷股份有限公司

展現女孩潛力 勇敢為自己發聲



勵馨 Formosa 女兒獎今年進入第 20 屆，亞洲女孩獎也邁入第 10 屆。回顧勵馨女孩權益倡議的歷史脈絡，是在逐步開展兒少性剝削、家暴、性侵、未預期懷孕等服務議題後，發現被害人高達九成以上是女性 (2022 年，台灣性別暴力被害人女性比例從 9 成以上變成 8 成)，我們深刻感受問題背後的共通點在於社會的性別不平等，尋思應從問題源頭做起，因此開始女孩權益倡議工作。我們於 2000 年發表台灣少女人權紅皮書及少女人權宣言，辦理少女魔法電力營、女兒工作日等各項培力少女活動，並於 2002 年設立了 Formosa 女兒獎，運用多元方式致力破除性別的刻板印象。除此我們還計劃了全球合作戰略並於 2012 年設立亞洲女孩獎，鼓勵亞洲女孩為自己挺身而出。

近兩年在新冠肺炎疫情影響之下，我們加速了數位化時代的發展，去年以線上活動形式舉辦女兒獎甄選活動，但今年疫情的趨緩下，我們結合線上及實體形式，共同舉辦「Power Camp」、「Empower girls 培力工作坊」及頒獎典禮，讓台灣及亞洲各國優秀的女孩們，能透過勵馨女兒獎的平台發掘自己的潛能，為女子崛起的力量使社會大眾來共同見證這股不可忽視的新生代女力！

撕去標籤 多元亮麗的數位女孩

在今年報名女孩分享的故事中，我們看見了一群正使用「數位科技」的女孩，如何透過國際網路經營自媒體，除了透過一般常見的影音圖片分享，更是經營相互學習社團，研究同儕間關注的社會議題，包括偏鄉教育、環境保育、弱勢家庭，號召有相同理念的同儕一起發聲或執行志工活動，透過社群媒體分享給更多同儕或社會企業，以及年齡更小的孩子。Formosa 女孩們除了從學校生活中學習知識，並懂得如何透過多元管道，參加各種課外活動或比賽，開拓自己的斜槓生活圈，實際展現「學無止境」的冒險精神！

在這快速以個人發展的數位時代，有越來越多的女孩們，勇於呈現出自己不被「單一標籤」、「傳統框架」定義的多元面貌。有些女孩勇敢投入運動與科技領域；有些女孩利用自學的經驗，屏除學生身分，成為網路部落客或是自媒體經營者開創另一番成就；有些女孩更是多種才藝，發揮「能文能武、宜動宜靜」的精彩特質。我們看到這麼多的女孩，不被過去社會約定俗成的刻板印象侷限，勇敢跳出舒適圈，啟動女孩力量，展現女孩潛力！

亞洲女孩抬頭疾呼 盼能改變社會

今年來自印度、巴基斯坦、尼泊爾、蒙古、越南的亞洲女孩大使，為爭取女性及兒少權益挺身而出，不僅是在社群媒體上倡議性別平權、童婚議題，甚至在宗教及戰爭中為女性及兒少爭取受教權，這群女孩們發揮創意，堅持展現自己的夢想。我們相信，她們的努力不懈能夠成為未來的領袖，為社會的改變帶來實質的影響！

20 年走來，勵馨堅持「培力女孩」是我們的責任及使命。因為投資女孩，就是投資國家的未來。要徹底翻轉性別刻板印象，創造一個性別友善的環境，惟有從源頭做起。

今年我們特別策劃女兒獎線上展覽，期待讓社會大眾甚至到亞洲地區，一起鼓勵更多女孩能全力發展自己的潛能，可以開啟世界無限的可能，與我們一起來為女孩們加油打氣！

勵馨基金會 執行長

王明子

勵馨女兒獎官方網站



性侵害創傷風暴後， 我們如何安住內心

學習與創傷共存，
但創傷不等於我們

「我的生活中好多事情越來越失控：當別人想靠近我，想跟我說話時我會變得難以忍受、不想和伴侶發生親密行為，覺得到處都很危險，還常常夢到還有想起當天的事，很難受，難受到想傷害自己……。我該怎麼辦？」宇亭（化名）在性侵害發生後的半年，覺得原本的生活已經漸漸遠離自己。

「性侵害事件對於被害人的影響，會因為事發當下的情況、與加害人的關係，以及身邊的家長和親友提供多少支持，等各種因素而有所不同，被害人會有各自獨特的受傷反應，」勵馨基金會性侵害被害人服務總督導梅惠惠說，像是會同時出現焦慮、害怕、悲傷憤怒等混亂的情緒，交互影響到超出身心能夠負擔的範圍，因此有時候被害人為了避免困在混亂的情緒，將自己的感受隔離起來，透過麻木的感受以維持原本如常的生活。

然而情緒不只影響感受，身體也會隨之產生試圖平衡身心的回應機制，像是頭痛、腸胃不適、噩夢、失眠，以及難以專注，都是可能出現的身心反應。

看似失衡的身心反應 是創傷者的求生機制

美國精神學家貝塞爾·范德寇醫生 (Bessel van der Kolk, MD) 在《心靈的傷，身體會記住》一書曾提到，達爾文認為強烈的情緒不僅涉及腦部，還影響腸胃和心臟，范德寇醫生寫道：「我們所經歷最足以摧毀一個人的痛苦情緒，莫過於肝腸寸斷與心碎，如果我們只將情緒留在腦海中，大致還能維持不錯的控制，但如果感覺胸口彷彿在崩塌，或是胃腸被攻擊，那就難以忍受了。我們會無所不用其極地趕走這些可怕的內臟感覺，像是死命抓住他人不放、用藥物或酒精麻醉自己，或拿刀劃破皮膚，用明確的生理感受來取代壓倒性的痛

苦。」他說明，這是因為經歷創傷後，人們會用截然不同的神經系統來體驗世界的萬物，對危險與安全的感知都已經不一樣。醫療或心理工作者可以協助重新調適受創者生理與心理的機能，防止他們內建的「求生機制」傷害到自己，而這個時候被害人身邊重要他人 (Significant Others) 耐心的陪伴與高度理解就至關重要。

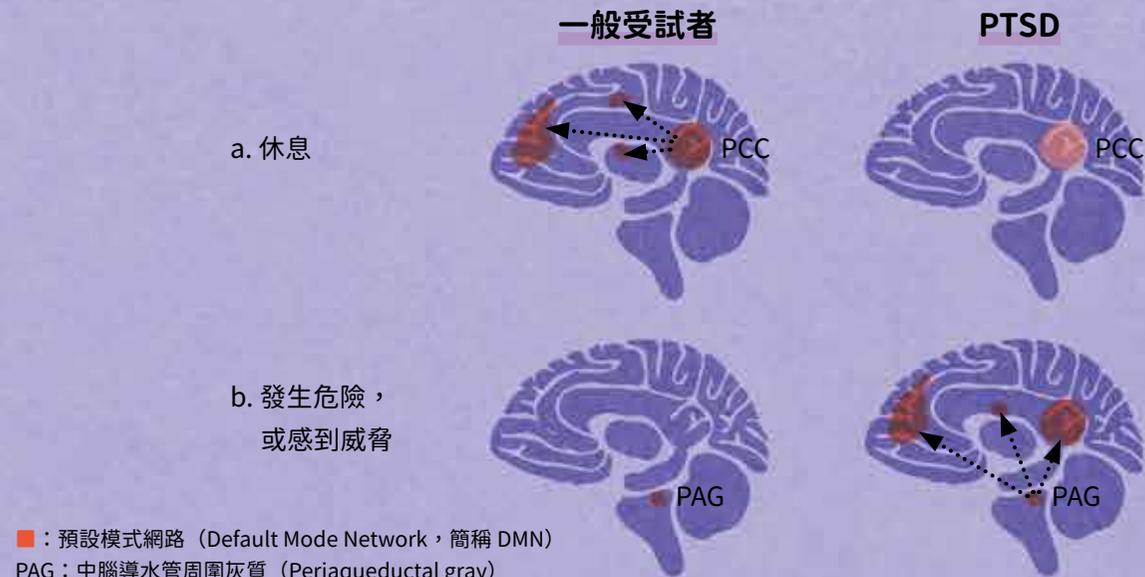
創傷令人無法言語，但影像和畫面往往在腦海裡數年、甚至數十年揮之不去。未被處理的創傷片段，經常被儲存於身體或大腦之中，相似的感覺很容易觸發情境重現，記憶會在意識中出現，並帶到現在。

從大腦看：創傷事件對自我認同的影響

當情境再現 (Flashbacks)，即使當下環境是安全的，創傷者的大腦還是會啟動警覺系統，中腦導水管周圍灰質 (Periaqueductal gray, 簡稱 PAG) 便會發動訊號，做出防衛行為，像是產生「戰或逃」，或者擔心生命遭到威脅的「凍結與僵呆」反應。但同時，PAG 在此時也活躍了大腦另一個區域——預設模式網路 (Default Mode Network, 簡稱 DMN)。

DMN 涵蓋的主要區域有：負責判斷、思考，影響人格和內省的前額葉皮質、負責情緒與記憶形成的後扣帶皮層 (Posterior cingulate cortex, 簡稱 PCC)，以及接受感覺訊息和負責語言的下部頂葉皮質，而這些大腦功能所產生的行為，與個人的息氣，則會成為自己與他人眼中的「自我」，但僅僅是某一個面向。也就是說 DMN 其中一項主要功能，就是在部分建構出我們的生命、身分認同，自我意識，以及習慣的行為模式。

然而，加拿大精神病學研究學者露絲·拉尼厄斯 (Ruth Lanius) 等人，在 2020 年發表的研究指出，當患有創傷後壓力症 (Post-traumatic stress disorder, 簡稱 PTSD) 的人暴露在創傷刺激、回憶，與創傷所產生的負面自我信念下，當事人大腦 DMN 區域的運作同時也會變得活躍。這也代表，從大腦神經科學來看，創傷事件及其伴隨產生的相關事件，包括人際互動、社會反應等，對於當事人的自我認同與身分會造成相當程度的交互影響。



■：預設模式網路 (Default Mode Network, 簡稱 DMN)

PAG：中腦導水管周圍灰質 (Periaqueductal gray)

PCC：後扣帶皮層 (Posterior cingulate cortex)

參考文獻：Ruth A. Lanius, Braeden A. Terpou, and Margaret C. McKinnon (2020)。

The sense of self in the aftermath of trauma: lessons from the default mode network in posttraumatic stress disorder (2020 年 10 月線上發布)

我們，都是在對話與經驗中形成的

事件發生時，被害人除了需要面對性侵害對自己帶來的傷害，更不可預測的是身邊親友，或者是求助醫院、警察局等機構的回應。當性侵被害人在向外界揭露自己受傷經驗，卻得到負面回應，像是質疑、拒絕、視而不見等時，當事人也會開始向內質問自己：「是不是讓加害人有機可乘？」、「是不是我不懂得保護自己？」、「我為什麼沒有馬上說？」、「我沒有激烈的反抗或拒絕老師，是不是我也有責任？」於此同時，無論是來自於他人，或者對自己的責怪與羞愧等情緒則會淹沒當事人，並與其自我認同密切連結在一起。

如同《關係的責任》書中所提及：「自我認知在關係中被建構起來，而關係則會在對話中不斷被創新。而我們無法不與他人進行對話，也因此無從逃避一個共同的責任：創造新的世界，使之大於或不同於個別自我加總而成的世界。」我們堅信可以透過與他人、社區以至整個社會的持續對話，創造新的關係與互動經驗，為被害人建構出一個更安全、友善的環境，期望被害人不用在經歷自責、愧疚與羞恥的對話關係來建構自我認知。

好想跟你們說……

我們長期服務許多性創傷的孩子與大人，陪伴走過蜿蜒、坑疤且高高低低的復元路。一路走來，看著曾經陪伴的每一個你都有著常人難以理解的韌性與毅力，雖然並非總能前進，還不時遭到創傷暴風的逆襲，但我們可以一起找到與創傷共存的方式，安頓受傷的感受與經歷，讓自己安住於心。

如果你也在這條復元路上，我們想跟你說，打星星是最想說的：

● 找到可以依靠的人——重要他人

曾經也許你關閉所有與外界的連結，並且可能感到無底的向下墜落。這時候你也許需要

無論我們在何時何地，當遇到需要傾聽、需要求助的被害人，準備好並選擇說出創傷經驗，你、我都有機會成為他／她的重要他人：



聽：真誠聆聽、不責備



接：接住他，給予溫暖的同理支持與陪伴



找：尋找專業的社工、諮商人員等資源，一起協力合作

每一條復元之路都如此獨特

「都過了那麼久了……，我……，是不是不會好了？」每一個人的復元歷程都不相同，所需的時間、資源與陪伴也有所差異。無論你是受傷的當事人，或是他／她身邊的重要他人，都請接受與尊重自己或他人的時間。因為我們深信每個人的生命都有強大的韌性與修復能力，而其身邊無論是家人朋友或是專業的助人工作者，包括社工或諮商師，能做的就是按照每一個人不同的步調，陪伴其踏上復元的歷程，找回與自己、家庭、社會與世界的連結。

找到可以支撐住你的人，因為重要他人一句理解的回應；一個懇切的眼神，都有機會讓你感受到被支持。

重要他人需有以下幾點特質，這些特質可從過往互動經驗中觀察：

1. 尊重你的界線、感覺和所下的決定
2. 不會強迫你做一些不願意或不舒服的選擇
3. 善於傾聽同理，不會責怪你的行為

★ 發生在你身上的事，並不等於你

事件會帶來受傷和負面情緒，也會成為你生命中的經驗與累積。這沒關係，慢慢來，你會發現發生在你身上的事件並不等於你。

● 觀察那些刻意讓自己分心的行為

遇到創傷事件通常讓人難以承受，有些人會透過專注在學業、工作和其它事件讓自己分心，以迴避真實的感受。而適當的分心和投入其它的生活角色，有時是健康的；但如果覺得自己準備好，也請好好關照自己的內心，也能適時尋求療癒與支持。

★ 寫你自己的故事

沒有人比你理解自己經歷了什麼？也許你暫時找不到適合的名詞去定義；找不到適合的語句去形容，慢慢地你可以試著觀察自己的感

受、心情和狀態，因為只有你能決定如何看待自己，也只有你能為自己所發生的事件寫下生命的註腳。

★ 療癒工作

每個人的療癒復元之路都不一樣，適合的方式也都不相同。有人透過家庭與重要他人全心的支持與陪伴走過創傷；有些人選擇專業的心理治療工作者的服務，請尋求有專業執照的心理師，或創傷知情的療癒工作者，能更有效的在尊重你的界線，以及挑戰你假設信念之間找出更好的平衡。

你可能還會需要……

醫療資源

醫療單位能提供你妥適的身心照顧，到醫院不只為了採證，保存性侵害的相關證據。更重要是要在醫護人員協助下，照顧自己的身體，療癒受傷的地方。



如果是傷害發生當下，先不要做任何身體上的清洗，也不要更換衣物，你可以詢問護理師或社工人員採證會如何進行，並在護理師、社工或家屬陪伴下接受診療與採證。

警政資源

當你想提告，警察會做必要的刑事調查，並協助你製作筆錄。



你可以申請由社工或親友陪同你製作筆錄，若是未成年或身心障礙者，政府會指派社工在場陪同。



為了製作完整詳細的筆錄，警察會詢問性侵害事件的細節，這可能會讓你感到不適，若覺得不堪負荷，可要求暫時停止或者另外擇期繼續。

社政資源

你可以撥打 113 專線，或主動聯絡各縣市性侵害防治中心，以諮詢必要的資訊，經通報後會有社工與你聯繫，提供相關支持與協助：



緊急庇護：若性侵事件剛發生，對住所安全有疑慮，可以請社工安排暫時性的安全住所。



法律諮詢：你可以請社工提供法律諮詢，或相關法律扶助資源。此外當需要出庭時，你也可以向社工詢問出庭相關的程序，並請社工陪同你出庭。且若在評估當下身心狀態與有相關需求時，社工可向法院代為陳述。

資料來源：

邁向療癒之路——

性侵害倖存者自我陪伴手冊



我的孩子受傷了！ 我該怎麼辦？ 當孩子遭受性侵害 家長與重要他人可以做什麼



心愛的孩子遭到性侵，對家長或重要他人也是艱難的課題；如若真的已經發生，也請盡量保持冷靜、不要過度慌張，更不要循過去的方式處置，讓孩子再次受傷。

陪伴孩子走過性侵將是漫長又艱辛的過程，重要他人可以做的事情是告訴孩子兩件事：1. 她／他是受害者，這不是她／他的錯。2. 謝謝孩子勇敢說出來，並告訴孩子，接下來自己會保護她／他，你們將一起走上治療之路，雖然不知道需要多久，但你會陪著她／他一路走下去。

縱使晴天霹靂 我為你撐傘

得知孩子遭受性侵的當下，家長與重要他人受到的驚恐與無力可想而知。有些家長會出現情緒失控等反應，勵馨基金會公民對話處倡議組組長郭育吟表示，此舉可能會讓孩子感到害怕，懷疑自己是否做錯。有些家長則會選擇否認，拒絕相信孩子，或說服孩子隱忍，這些都會讓孩子遭受二度傷害，且加害者若沒被究責或妥善處理，則很有可能再犯，將造成孩子難以復元的創傷。

第一時間，家長與重要他人難免會有負面情緒，但此時最重要的，是保持冷靜，肯定孩子說出來的勇氣，然後營造安穩的處境，使孩子獲得安全感。尤其要讓孩子清楚明白，自己並沒有錯，錯的是加害者，然後委婉告知孩子有許多資源可以提供協助，讓更多人陪她／他一起面對。當孩子能受到安撫與接納，就有可能把完整始末說得更清楚。

如果孩子身上已經有傷或感到疼痛，家長或重要他人需把握黃金時間，帶孩子前往驗傷，留下受暴事實的證據、治療生理的傷害；並請報警跟撥打 113 保護專線，讓專業社工介入。採取這些措施時，務必陪伴在孩子身邊，並溫柔、冷靜地引導孩子與警察、社工溝通。

要走過處處荊棘的復元之路 耐心將是關鍵

遭遇創傷的孩子，可能會反覆出現許多症狀，包含身體莫名疼痛，或者作惡夢、尿床、大哭大鬧、拒絕上學等退化行為。因此家長跟重要他人需要保持敏銳，如果在孩子出現上述情形，可試著和緩溝通、帶她／他就醫或進行諮商。

在就醫的同時，家長或重要他人記得要跟孩子強調，會這樣是很正常的，只要好好透過專業協助，情況會好轉的。更重要的是，讓孩子知道她／他可以放心向你傾吐，且不論要看幾次醫生、需要幾次療程，你都會陪在身邊。

家長與重要他人需有心理準備，性侵後的創傷復元是一段漫長的路程，孩子的情況可能反覆不定，因此重要他人的耐心將是關鍵。創傷可能影響當事人數十年，即使已經長大，仍可能會被當年的事件刺痛。

郭育吟建議，重要他人可與專業人士討論，雙方合作建立一個安全網，並給予孩子充足的時間，使其慢慢接受事情的發生，儘管需要與「創傷共存」，也能從中覺察到自己的好轉。

如果家長或重要他人失去耐性，可能會說出：「不要想太多就好了嘛！」、「事情已經過那麼久了，你也該走出來了吧？」的話，可能使孩子再度掉進自我苛責的漩渦，而選擇壓抑自己；即使孩子長大成人，仍可能飽受折磨。

「最關鍵的一點，是不要讓孩子感到孤單。」郭育吟提醒，在創傷復元的過程中，家長跟重要他人應盡量避免說出上述的話；這也是為什麼需要專業協助的介入，讓孩子接受專業醫治與諮商的同時，重要他人只須傾聽孩子的抒發、適度給予安慰，就是很大的協助了。

維持好自己的狀態 才能當孩子的大樹

陪伴孩子復元，家長或重要他人會耗損很大的心力，長期下來，可能自己已經負荷過重而不自知，郭育吟建議，家長與重要他人也應隨時審視自己的狀態，評估自己的能力範圍。

許多被性侵者的家長或重要他人，面對事件和孩子都很手足無措，因此勵馨台北市蒲公英諮商輔導中心會出版另一本刊物「復原路上你和去丫」，這是一本針對兒童性侵的重要他人的陪伴手冊，讓重要他人可以參考使用。

有些家長或重要他人會擔心經濟條件不足，無法提供孩子足夠的治療資源。郭育吟提到，透過國家資源或民間團體的協助，將有社工服務、諮商服務補助或法律諮詢；即使面臨複雜的司法議題，亦能透過與專業人士的討論而有更完整的資訊，因此可以放心陪著孩子勇敢求助。

雖然政府只能提供前端的急難救助，但仍有很多民間團體可以接手，其彈性可讓有需求的家庭獲得協助。然而論及被性侵者的重要他人所需資源，政府或民間團體都還是偏少；目前已越來越多公益團體意識到，讓大眾理解：性侵者的重要他人同樣需要諮商與專業協助，這已是性侵議題中不可或缺的一環，也開始針對重要他人所需的資源進行募款。

勵馨近年來開始著重於性侵當事人的陪伴者協助，例如講座、工作坊等。郭育吟提醒，除了不要自責以外，重要他人也須適時放鬆，例如可以兩三個人輪流陪伴孩子，或是等到孩子已可以單獨與醫師或諮商師對談時，趁空稍作休息。必要時，重要他人也可一起尋求專業協助，讓自己身心保持穩健，才能成為孩子能放心倚靠的大樹。

「莫讓數位科技 成爲性別暴力加速器」

勵馨展開數位性別暴力被害人服務

「他不斷在網路上散布我的私密照，但是不管是我，還是法律，卻都無能爲力……」網路世代的演進，性暴力也跟著數位化，當事人的私密照成爲拍攝者的威脅和迫害，使其飽受網路霸凌，無疑成爲另一種性暴力。

「數位性別暴力」已成爲現代社會無可迴避的難題，勵馨基金會 9 月 30 日舉辦記者會，宣布正式展開「數位性別暴力被害人服務」，記者會當天也邀請公益大使許瑋甯、金鐘 2022 入圍導演鄧依涵，共同呼籲大眾關注「數位性別暴力」議題。

「未經同意散布性私密影像」 成數位性別暴力大宗

數位性別暴力類型甚多，像是網路性騷擾、未經同意下拍攝性私密影像、未經同意下散布、分享、售賣性私密影像；要脅、恐嚇、勒索散布性私密影像等，其中「未經同意散布性私密影像」爲大宗。

勵馨基金會服務的 C 小姐，發現自己的私密照被前任交往對象傳到在社群網站，對方不肯刪除影像，連繫社群平台下架結果也不順利。於是她向我們求助，尋求性私密影像移除及下架資源後，散布者的社群帳號因違規遭刪除，但隨後對方就創建了新的帳號，持續散布 C 小姐及其他受害人的影像。這類型犯罪在法律上卻只是輕罪，難以法律制止對方再犯。

「未經同意散布性私密影像」就是犯罪

與 C 小姐一樣同意拍攝、但不同意被散布，而加害人卻違反其意願，將影像外流的狀況不在少數。當事人會遭遇各種社會迷思，以及缺乏數位性別暴力敏感度的警政單位勸退，曾經有被害人向我們求助時說：「因爲當初是同意被拍攝，所以報警時，會被認爲被害人也有責任。」

勵馨基金會執行長王玥好直言：「無論是否同意拍攝，只要是未經同意散布他人性私密影像就是犯罪。」只要當事人的性私密影像是否讓他人拍攝、留存或散布的意願遭到漠視，無疑就是侵犯當事人的身體自主權。

王玥好更宣告：「我們深知遭受數位性別暴力的被害人處於多重困境，勵馨基金會展開「以當事人爲中心」的專業整合服務，如陪同報警、法律諮詢、性私密影像移除及下架資源連結、心理復原、重建的協助、人身安全的計畫討論等，希望可以接住更多被害人。」

修法僅完成階段型任務 勵馨盼未來設立專法

被害人的求助無門，更讓勵馨看見目前「數位性別暴力」法規的不足，如性私密影像遭侵害的被害人最需要的是「影像快速移除下架」，不再有散布的可能。但現今只能用《刑法：散布猥褻物品罪》或是《個人資料保護法》來處理，缺乏強制力，更未明訂被害人保護服務。

勵馨基金會積極倡議修法，期待立法院盡速完成修正《刑法》、《家庭暴力防治法》、《性侵害犯罪防治法》、《犯罪被害人保護法》來落實防治，減少二度傷害，然而這僅是期許能盡快降低被害人傷害的捷徑，並非長遠之計。我們仍期盼未來台灣能爲數位性別暴力防治設立專法，補足修法後仍未解決的「缺乏禁制令」，以及數位性別暴力被害人服務仍非法定服務的困境。

公益大使許瑋甯呼籲停止複製傷害

公益大使許瑋甯誠摯呼籲：「影像被散布的被害人，請不要忘記告訴自己『你沒有錯』，不要責怪自己。」她也再次強調，當發現性私密影像時，別忘記「不點閱、不下載、不分享、不評論、不忽視」，讓傷害不再複製流傳。



勵馨基金會「數位性別暴力被害人服務」

服務專線：北部 02-8911-5595 #122
中部 04-2223-9595
南部 07-2237995



勵馨官網線上求助

開啟與孩子們談情說愛的橋樑

「是愛情吧：青少年愛情樣貌特展」即將開展

撰文／郭柏好
新北分事務所倡議專員

編輯／江筱慈



新北勵馨臉書粉專



「現在的小孩都在看 BL 小說，怎麼辦？」

「以前的我們談起戀愛想到的都是天長地久，現在孩子卻只想享受曖昧的滋味，就像養了一池子魚的海王海后？！」

「性教育很重要啊！但我沒有學過，怎麼知道如何教？反正我們也都這樣長大的啦！」

「我的兒子好像失戀了，但跟他談這個很尷尬耶！」

這些是我們在性別平等宣導講座上得到的衆多提問，可能來自老師、家長，或任何身邊有青少年的「大人」。在性別暴力防治的路上，我們常常到校園、社區裡面演講，不只談性別暴力防治，更談情感教育、性別教育。因為我們認為比起「防治」，談「教育」能更全面、有效地引導孩子與我們討論、開啟對話。

很幸運地，我們發現有越來越多人一起並肩同行，看到情感教育的重要，但總會在過程中很多疑問，雖然想試著關心孩子們在想什麼，卻找不到一個好的契機或方式，與他們談愛情這件事；同時也發現孩子們有好多關於談戀愛的疑問、好奇和想像，當不確定身邊大人的態度時，會讓孩子們噤若寒蟬。

我們想著，若有一個不那麼正式的場合，不在教室裡、沒有教案或 ppt，可以讓跨世代族群都能有所體驗，並在自然且互動的情境中開啟談情說愛的對話機會，那該有多好！

「是愛情吧：青少年愛情樣貌特展」 陪伴青少年探討情感

因此，勵馨基金會新北分事務所籌備了「是愛情吧：青少年愛情樣貌特展」，以「吧」與「BAR」的雙關意涵，希望讓充滿不確定的情感議題，藉由酒吧意象營造安全且輕鬆的氛圍，促進參展的朋友敞開心胸，探討關於愛情的模樣，並與孩子們談情說愛。

展覽內設計了五個展區，呈現情感的多元樣貌：經典像是偶像劇和童話故事般，從校園到婚紗的 Happy ending；在社會文化中不被鼓勵談感受的男性心中壓抑卻豐沛的情感世界；多元性別在情感探索中就算被貼上標籤，也努力建構屬於自己獨一無二的愛情故事；爲了享受怦然情愫，甘願沉浸讓人受盡委屈的曖昧狀態；以及在親密關係中，總是混雜著愉快、不確定，也不曉得該如何啟齒的性互動。

如果你也關注情感教育議題，誠摯邀請一起參觀「是愛情吧：青少年愛情樣貌特展」

展出時間：2022 / 11 / 11 ~ 2022 / 11 / 14

展出地點：新北市空軍三重一村 - 四連棟小劇場（新北市三重區正義南路 86 巷 2 號）

承辦單位：勵馨基金會新北分事務所

指導單位：新北市政府社會局

友善婦幼好厝邊 愛馨服務零距離



「都生三個女兒了，沒辦法，老人家還是希望我生個男的。」薇薇笑著說道。七月豔陽曬得毒辣，不清楚是因為酷暑還是這句話，令人有點目眩神迷……。

一年一度的家暴月宣導，讓勵馨基金會雲林分事務所的社工們在暑假周末動起來，不分你我，一起走遍北港、褒忠、水林、元長…等雲林大小鄉鎮，辦起社區教育宣導來。這天來到水林，一個海風鹽味滋養地瓜增甜的鄉鎮。

在偏鄉辦活動，需要有強大的心臟，除了地點位處偏遠外，參加人數更是我們緊盯且努力宣傳的渴求，只要有人願意走進來參與，哪怕是拿著大聲公、沿街廣播宣傳，工作人員都願意去做。就在我們正愁著報名的人怎麼都還不來時，薇薇就牽著三個女兒走了進來，現場多了小孩的好奇與歡笑聲，活絡增色不少。

與薇薇聊著活動議題、關心她的生活育兒，卻總看她分神留心手機畫面，一問之下，才知道家中還有個熟睡的小嬰兒由婆婆看顧著，正當我們驚訝之餘，敏感如她，委婉說出長輩的期待，也讓我們觀察到，因為希望有男孩能傳宗接代，而希望媳婦持續生產，所以偏鄉並不一定都有少子化現象。

沒有服務到不了的地方

人們總說雲林是偏鄉，那為什麼被稱為「偏鄉」呢？在教育部統計處的數據中顯示，全國的偏鄉學校分布中，又以雲林縣的偏鄉中小學校最多，總數有 113 所，其次是台南市 112 所和南投縣 98 所；台北市、基隆市和新竹市則無偏遠地區學校。在地服務過程中，發現偏鄉不但教師流動率高、仍有高比例的隔代教養，少了穩定的教育環境、家庭資源的支持，很明顯地在地長者、婦女和孩子都有文化刺激不足的問題。

過往經驗，我們將教育宣導活動舉辦在斗六、虎尾等容易聚集人潮的市區，然而雲林幅員廣闊，光是鄉鎮之間的交通距離，都可能來回需要兩到三個小時以上。試想，一個媽媽要帶著三個孩子及一個嬰幼兒，又或是 60、70 歲的阿公阿嬤要帶孫子走出家門，前往距離甚遠的市區，參加活動、接觸新知，成了難以想像的困難。

「有需求，就有供給」的供需理論不僅廣泛運用在商業世界，更適用在勵馨的服務上——哪裡有服務需求，我們就往那裡走。這兩年，我們將初級預防的教育宣導活動帶入偏鄉的社區鄰里，看見雙雙牽手、走路過來的隔代親子，也遇見聽到村內廣播系統活動宣傳，穿著拖鞋、騎著腳踏車路過，或好奇詢問的民衆，促進議題宣導，並讓居民感覺就像到隔壁鄰居家串門子般，那樣自在輕鬆。

活動後也得到社區民衆最真實的回饋：「非常感謝勵馨願意辦這樣的活動，在小鄉鎮很少有這樣的親子活動或防治教育活動。」

我們不怕未來 我們持續走下去

在地資源困乏、發展分配不均、數位科技的理解有明顯落差、教育子女需求等狀態，都不是一時半刻可以解決的問題。

儘管未來的道路不好走，但我們藉由日常交流與教育宣導，盡最大的努力貼近在地，已服務近 8 年的時間；我們相信，只要持續實踐，可以幫助更多像薇薇這樣的家庭，更期待在服務過程中，能與社區擦出多種火花，共同營造友善婦女兒少的生活環境，看見更多可能。

雲林愛馨人粉絲專頁



原來說再見是需要練習的

撰文／高薇婷
台北分事務所
兒少家園督導
編輯／江筱慈

每一段關係的結束，都是需要練習的。

安置家園是人跟人關係很緊密的場域，我們不只是孩子們的社工或生輔員，有時候也像孩子的爸媽、兄姊、朋友、老師或百科全書，陪伴孩子經歷非自願安置、創傷歷程的痛苦跟混亂，陪伴孩子練習刷牙洗臉洗頭；練習怎麼存錢，分辨想要跟需要；練習怎麼跟同學相處，怎麼找工作；練習怎麼表達自己的想法；練習怎麼去信任一個人；練習相信自己值得被好好對待，相信自己是重要的存在。

讓孩子了解 一定有人「先下車」

「只要不要靠近，我就不會再受傷了。」

「我為什麼要跟你們變好，反正總有一天我會離開、你們也會離開我。」

來到安置家園的孩子，通常經歷了許多的轉換：從原生家庭到寄養家庭、到機構安置，再從上一個機構來到這裡。多次轉換環境的孩子們，對於新的人、新的關係，為了保護自己避免再度經歷被遺棄的感受，通常會害怕且抗拒靠近。

然而，在陪伴的過程中，孩子開始放下防備，重新學習去相信，並不是所有人都會傷害自己，甚至有些孩子會期待社工走進自己的世

界，邀請社工一起跟他／她的伴侶碰面、吃飯；偷偷帶社工去跟同學聚會的秘密基地。或許在孩子心裡，生輔員跟社工的出現，填補了從小沒有被好好照顧的缺憾，透過帶著社工去見身邊的同學、朋友、伴侶，也讓其他人知道，自己是有人罩的、有靠山了，不再是小時候那個孤單無助的自己。

只是人生就像一台列車，有人上車，也會有人下車——中長期安置，也會有結束的一天。好好說再見，除了是孩子需要的練習，對工作者來說更是一個沉重的課題和挑戰……。

分離是苦甜巧克力 我們一起品嚐

親愛的孩子，我們沒辦法承諾會永遠在你身邊，但在這段時間裡，我們會盡可能地陪伴，陪伴你一起跌倒，一起感受挫折與無力，再一起找到支撐自己的力量。或許搖搖擺擺，但我們會陪伴你發掘你內在的力量，並希望那些能量能陪伴你持續往前走。

不管未來再面對幾次分離、挑戰或挫折，相信在分開的那一天，你的感受不會只是失落，而是我們一起經歷過的回憶，以及會無數次陪伴你的練習。而在那時候，期待我們都發現，分離並不是負罪跟遺棄，而是祝福跟感謝。謝謝我們一起經歷過的那些歲月。

用馨托住他們 讓受傷兒少重拾盼望

謝謝你的誕生 寶貝每個出養童

勵馨基金會的收出養服務點亮了出養孩子的生命，當孩子因原生家庭困難，而在嬰幼兒階段提早面對分離，我們就像點燈的人，串連起孩子生命的過去、現在、未來，陪伴孩子面對道別，也為他們找到愛的收養家庭。

至今勵馨基金會台北分事務所已服務 172 名出養童找到收養家庭。儘管出養童得提早跟原生家庭、保母或保育員說再見，但我們相信過程的笑容、哭泣、牽手、擁抱和放手，會是孩子生命成長的養分。收出養是愛的傳承，而不是祕密。

誠摯邀請您，一起寶貝每個出養童，讓他們的誕生成為感謝與祝福，共同點亮每個孩子回家的路。



捐款支持 寶貝出養童

守護新北女孩 陪伴她們重建自我

勵馨基金會新北分事務所的少女安置家園，今年服務邁入第 11 個年頭，在多年服務中發現，少女們除了身心需長期修復外，自信與自我認同上更需要被一一重建。

年幼期就缺少家庭照顧的少女，多遭遇學習障礙等問題。因此我們開啟了「安置少女培力計畫」，協助她們在課程中學會肯定自己，進而探索興趣，發展未來的職涯目標。

每月定捐 500 元以上，就能支持少女們一堂培力課程！更能獲得由少女親手製作的永生花名片夾一個。勵馨基金會新北分事務所誠摯邀請您，與我們一起陪這群受傷的少女成長！



守護新北女孩

近期活動

善意是一雙手， 能牽著逆境婦兒少勇敢前行

在勵馨新竹分事務所服務的家庭中，每 10 戶家庭中，約有 7 戶有未成年子女需要照顧，家庭穩定極為重要。我們相信，獲得協助的一定不只有當事人，尤其當事人是一個家的經濟支持者或主要照顧者時，我們就守住這個家了，當家庭穩定了，其未成年子女也就能在穩定的環境中成長，對於孩子長遠的發展絕對是有利的。

勵馨新竹分事務所邀請您一起，用您的善意牽起他們，我們一起將生命的光明與美麗，帶給這群逆境的婦兒少。



線上捐款



小腳丫親子·公益市集 暨兒少權益宣導活動

假日苦惱帶小朋友去哪裡放電嗎？勵馨基金會邀請小朋友與家長們在國際兒童人權日參與活動，當天有市集攤位、活動關卡、服務宣導、童趣舞台，透過豐富的闖關內容一起邊玩邊學，增進小朋友自我保護的知能，遠離暴力的傷害，共同創造更友善的社會環境。



活動日期：2022 / 11 / 20 (星期日)
活動時間：14:00-17:00
活動地點：台中廣三 SOGO 百貨 1F 廣場
主辦單位：勵馨基金會台中分事務所

公益責任

- 間接服務
- 社區服務
- 諮商輔導
- 少年服務
- 婦女服務
- 安置

服務項目	金額	比例 (%)
安置 (北中南東共 12 家庭護家團)	NT\$ 69,670,909	22.58%
婦女服務	NT\$ 112,209,977	36.37%
少年服務	NT\$ 68,785,145	22.29%
諮商輔導	NT\$ 9,806,665	3.18%
社區服務	NT\$ 10,506,519	3.41%
(總計)	NT\$ 270,979,215	87.83%
間接服務	NT\$ 37,559,857	12.17%
透支	NT\$ (5,612,236)	

2022 年度 1 至 8 月收支報告

年度募款目標 NT\$654,800,000
離年度募款目標尚欠金額 NT\$351,873,164
收入 NT\$302,926,836
支出 NT\$308,539,072

單位 新台幣/元

資料提供 勵馨基金會財務處

劃撥單

98-04-43-04		郵政劃撥儲蓄存款單	
收款帳號 12174978		金額 (阿拉伯數字) 拾 萬 零 千 零 百 零 拾 元	
通訊欄 (限與本次存款有關事項)		收戶名 財團法人勵馨社會福利事業基金會	
捐款用途 (請勾選)： 111010102 <input type="checkbox"/> 支持勵馨 <input type="checkbox"/> 蒲公英飛揚計畫 (搶救受性侵犯孩子) <input type="checkbox"/> 助印兒童保護新觀點手冊 <input type="checkbox"/> 多陪一里路 (受暴婦女生活重建) <input type="checkbox"/> 助學金計劃 (弱勢兒少) <input type="checkbox"/> 女孩的幸福中繼站 (少女安置家園) <input type="checkbox"/> 小腳丫助養人 (收出養+青少年懷孕服務) <input type="checkbox"/> 向日葵小屋 (撫平目睹兒少創傷) <input type="checkbox"/> 培力女孩創造未來 (亞洲女孩培力) <input type="checkbox"/> 逆境青年勵志就業 (青少年自立)		寄款人 <input type="checkbox"/> 本人存款 <input type="checkbox"/> 本戶存款 <input type="checkbox"/> 他人存款 姓名： _____ 地址： _____ 電話： _____ 主管： _____	
我依現行活動內容寄送贈品： (未勾選或活動截止，將不寄送) <input type="checkbox"/> 請寄給我 <input type="checkbox"/> 我不需要		我需需要E化申報 (首筆捐款必填，次筆可免) 身分證字號： _____ (僅限個人) 徵信名稱： _____ <input type="checkbox"/> 同寄款人 <input type="checkbox"/> 匿名： _____	
郵政劃撥儲蓄存款收據 ◎寄款人請注意背面說明 ◎本收據由電腦印錄請勿填寫		收款帳號戶名 存款金額 電腦紀錄 經辦局收款章戳	

家暴助學計畫「一圓就學夢，助學家暴童」捐款授權書 [111450102]

※ 依據財團法人法第 25 條第二款之規定，本人 同意 不同意 以真實姓名公開徵信

收據抬頭		生日 年 月 日		傳真
收據抬頭及徵信名稱可以分別設定，匿名徵信可自行命名或勵馨以「愛馨人」名稱為您徵信，若您未做任何勾選，本會將以您的收據抬頭公開徵信。				
徵信名稱		勾選「不同意」您可自行命名，或本會以「愛馨人」名稱為您徵信。 <input type="checkbox"/> 匿名徵信 (請您命名) <input type="checkbox"/> 我要以「愛馨人」名稱徵信		
電話		宅	公	手機
地址		□□□ - □□		
電子信箱				
捐款收據	<input type="checkbox"/> E化	凡提供身分證字號者，勵馨將主動為您加入 e 化報稅方便您申報作業 (若您無須此服務，請勾選取消 <input type="checkbox"/> 我不需要 E 化報稅) <input type="checkbox"/> 同持卡人或開戶者身分證字號 <input type="checkbox"/> 身分證字號 (首次申請必填) <input type="checkbox"/> 收據抬頭另開 身分證字號 / 統一編號		
	<input type="checkbox"/> 紙本	若您已申請 E 化報稅無需重複申請紙本收據，若有特別需求請單選。 <input type="checkbox"/> 年度寄送 <input type="checkbox"/> 按次寄送 <input type="checkbox"/> 不寄 (營利事業與機關團體之捐贈，請於 2 月底前將免扣繳憑單寄至本會)		
捐款金額		<input type="checkbox"/> 單次捐款 <input type="checkbox"/> 10,000 元 <input type="checkbox"/> 5,000 元 <input type="checkbox"/> 3,000 元 <input type="checkbox"/> 其他：單次捐款 _____ 元 <input type="checkbox"/> 定期捐款 每月捐款 <input type="checkbox"/> 900 元 <input type="checkbox"/> 500 元 <input type="checkbox"/> 300 元 <input type="checkbox"/> 其他：_____ 元		
信用卡捐款		信用卡卡號 _____ 持卡人姓名 _____ 持卡人簽名 _____ (同信用卡背面簽名) 有效期限 西元 _____ 年 _____ 月 發卡銀行 _____ 卡別 <input type="checkbox"/> VISA <input type="checkbox"/> MASTER <input type="checkbox"/> JCB <input type="checkbox"/> 聯合信用卡 ※ 異動資料、調整金額，敬請來電告知。於信用卡有效期限內，每月 10 號將固定扣款，遇假日順延。		
捐款感謝禮 請勾選	<input type="checkbox"/> S+Diamond 智能機肌活面膜 一盒三入		<input type="checkbox"/> S+Diamond 智能激活保濕系列組合	
	<input type="checkbox"/> 藝術家廖培安限量 28 吋鳥鳥貓行李箱		<input type="checkbox"/> 謝謝，我不需要	
※ 贈品款式隨機出貨，數量有限，送完為止。並將於扣款成功後，次月月底寄出。				
贈品地址		<input type="checkbox"/> 同收據寄送地址 <input type="checkbox"/> 另寄至：□□□ - □□		
郵政劃撥		郵政劃撥/戶名：勵馨基金會/帳號：1217497-8 (通訊欄請註明「家暴兒少助學計畫」方案)		
其他相關資料		<input type="checkbox"/> 願意提供櫃檯放置【愛馨零錢箱】，請和我聯絡。我知道勵馨基金會，訊息是來自： <input type="checkbox"/> 親友介紹 <input type="checkbox"/> 勵馨活動 <input type="checkbox"/> 勵馨網站 <input type="checkbox"/> 勵馨電子報 <input type="checkbox"/> 勵馨出版物 (含會訊、年報) <input type="checkbox"/> 媒體報導 (□ 報紙 □ 雜誌 □ 網路 □ 廣播 □ 電視) <input type="checkbox"/> 其他		

填妥表格後，請傳真至 (02) 2918-8377 或 郵寄至 23143 新北市新店區順安街 2-1 號 1 樓
捐款專線 (02) 8911-5561

勵馨基金會向您蒐集之上開資料，您同意本會於服務地區內，提供合於章程之目的、公益勸募條例需要之客戶管理、募款等相關服務，您可依個資法第 3 條主張查詢、刪除等所有權利。凡捐助本會均享有免費雜誌、電子報、活動訊息通知以及客製化服務，您亦可以電話、電子郵件或掃描右側 LINE@ QR 碼向本會取消或恢復此服務。 111 年 10 月版

衛部教字第 11013641171 號



勵馨總會

關懷專線 02-8911-8595
劃撥帳號 1217497-8
服務信箱 master@goh.org.tw

地址 23143 新北市新店區順安街 2-1 號 1 樓
網址 www.goh.org.tw

各區連絡資訊

台北分事務所

關懷專線 02-2362-6995
劃撥帳號 1976-7793

新北分事務所

關懷專線 02-2983-4995
劃撥帳號 5021-9104

林口服務中心

關懷專線 02-2608-1485

宜蘭分事務所

關懷專線 03-9315-995
劃撥帳號 5041299-9

桃園分事務所

關懷專線 03-422-6558
劃撥帳號 5021-9117

新竹分事務所

關懷專線 03-668-8485
劃撥帳號 5034-8758

苗栗分事務所

關懷專線 037-260-035
劃撥帳號 1987-3533

台中分事務所

關懷專線 04-2223-9595
劃撥帳號 1976-7802

彰化分事務所

關懷專線 04-836-7585
劃撥帳號 5028-6231

南投分事務所

關懷專線 049-273-0025
劃撥帳號 5021-9120

雲林分事務所

關懷專線 05-537-0545
劃撥帳號 5041-3019

台南分事務所

關懷專線 06-358-2995
劃撥帳號 5021-9132

高雄分事務所

關懷專線 07-223-7995
劃撥帳號 1976-7831

屏東分事務所

關懷專線 08-733-0955
劃撥帳號 5021-9095

花蓮分事務所

關懷專線 038-228895
劃撥帳號 1988-5491

台東分事務所

關懷專線 089-225449
劃撥帳號 1980-8917

勵馨基金會
Goh Foundation

STOP

攜手走出黑暗
終止數位性別暴力

蒲公英飛揚計畫

立即支持

QR code



一圓就學夢 助學家暴童

支持「勵馨家暴兒少助學計畫」



2022

10/1~12/31

邀請您響應

全聯零錢捐

pxpay 點數捐

愛心大使 陳漢典

陳漢典

聯絡電話：1101364117



線上捐款

