

小星與空空鳥

學齡前兒童性侵害防治與身體自主權培力 指導手冊



小星與空空鳥

學齡前兒童性侵害防治與身體自主權培力 指導手冊

目錄 CONTENTS



前言 01

- > 《小星與空空鳥》企畫緣起
- > 《小星與空空鳥》教材包介紹
- > 《小星與空空鳥》指導手冊導讀



培力兒童身體自主權 07

- > 什麼是身體自主權？
- > 身體自主權大原則
- > 名詞說明



幼兒園裡的活動設計 12

- > 例行性活動規劃
 - 例行性活動架構
 - 例行性活動設計
 - 給老師的小叮嚀



➤ 主題活動規劃	24
➤ 動畫情節簡要		
➤ 主題活動架構		
➤ 主題活動設計		
➤ 給老師的小叮嚀		
➤ 學習區活動規劃	43



相關教學資源 46

- 繪本讀物
- 相關單位網站
- 期刊文獻



➤ 前言 ◀

01.《小星與空空鳥》企畫緣起

勵馨早在 1996 年開始展開兒童保護的宣導工作，這期間我們參與投入出版超過 10 本以上的素材。耕耘接近 15 年，我們開始反思為何熟人性侵害比例依舊沒有下降，教導兒童自我保護的觀念究竟遇到了什麼難題？

於是，2020 年勵馨出版兒童保護新觀點——《尊重，不是說說而已》，此教材強調尊重兒童的感受與身體自主權，而非自我保護；強調重要他人的角色，而非兒童本身的責任；並試圖提升大人的敏感度以建置友善環境，這些努力與關懷讓我們有更多機會撐住兒童的世界，降低落入自我苛責的困境，也在受害兒童的恐懼中注入溫柔的理解，牽著他們的手，走向「回家」的路。

推行兩年後，我們發現幼教場域的性別平等教材相對缺乏，因此勵馨開始著手發展學齡前適用的教材教具與影音素材，讓兒童保護與性別平等的觀點可以深耕幼教，期盼發揮更大的影響力。

02.《小星與空空鳥》教材包介紹

在兒童的成長過程中，身體的主體性及意願容易被忽略，再加上缺少認同情緒與感覺的各種正向經驗，因此《小星與空空鳥》教材包問世。此教材包由兒童主體出發，具備性別平等觀點，透過有趣的互動體驗，增強兒童在不同情境有不同的應變能力。

《小星與空空鳥》講述一名5歲的兒童——小星在日常生活中遇到的身體故事，而空空鳥則是主角小星的動物夥伴，象徵著兒童的內心聲音。動畫共有三集，分別為：〈哈囉！新朋友〉、〈我有話要說〉、〈不要就是不要〉。

每一集都有不同的身體自主權內涵想要傳達，除了小星和空空鳥外，也會呈現常出現在兒童身邊的其他角色，如：家人、同學、幼教老師、親友等所遇到的身體故事與回應。

〈哈囉！新朋友〉



〈我有話要說〉



〈不要就是不要〉



同時，我們也打造一首身體自主權歌曲〈Yes，聽我說〉，搭配MV中的舞蹈動作；兒童可以一起跟著主角小星和空空鳥舞動，透過琅琅上口的旋律，認識身體自主權的概念。

〈Yes，聽我說〉

走走走 上學去 今天又是好天氣
轉圈圈 牽牽手 好開心呀好開心
摸肚肚 親親嘴 ㄟ~~不喜歡
（不要碰我）
別人說不要，就是不要

一起玩 牽牽手 真開心 笑哈哈
一起玩 摸肚肚 真開心 笑哈哈
拉耳朵 捏捏臉 齁！生氣！！
（不要弄我）

我說不要，STOP！STOP！STOP！

一下哭 一下笑 真不知道 要怎樣
聽你說 好喜歡 YA~YA~YA~YA~
聽我說 不喜歡 NO~NO~NO~NO~
我的身體是我的 我的感覺很重要



身體自主權歌曲
〈Yes，聽我說〉MV

《小星和空空鳥》教材包內有 1 個小星手偶、1 個空空鳥手偶、2 組角色紙袋偶 DIY，以及 1 本指導手冊，手冊中另包含身體雷達區海報的雲端電子檔。

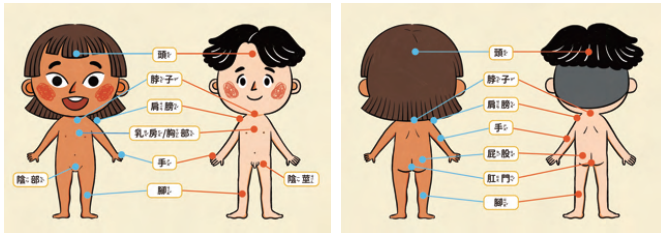
角色手偶

小星和空空鳥手偶可以運用在說故事中，利於兒童集中注意力，增加趣味性；亦可透過角色扮演的的方式，促進情緒表達。



身體雷達區海報

身體雷達區海報呈現主角小星和好友小洋的性別身體圖，讓兒童有機會認識不同樣貌的身體，瞭解自己身體的獨特性。



海報列印檔

指導手冊

指導手冊含有 15 種以上的遊戲活動，活動設計由淺入深，讓幼教老師可以靈活彈性運用在教學中的日常、家長亦可輕鬆轉換套用在生活中，進而與兒童建立身體自主權的意識。

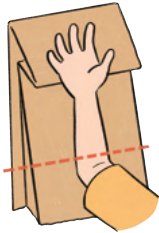


角色紙袋偶DIY

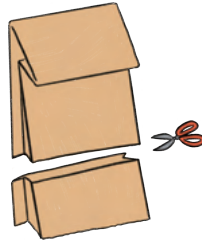
角色紙袋偶 DIY 共有 10 個動畫角色，讓兒童可以透過手作，訓練小肌肉動作、手眼協調能力及創造力，並藉由操作紙袋偶，培養想像力及口說能力。

DIY 步驟如下：

- ① 測量手臂長度
紙袋保留手肘以下的長度



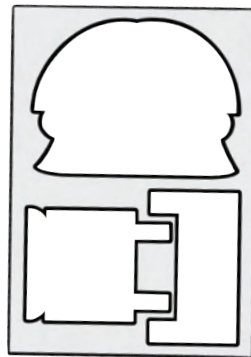
- ② 將多出的紙袋剪掉



- ③ 將空白零件塗上顏色



- ④ 將紙袋偶零件沿虛線剪下



⑤ 將零件黏貼至紙袋

範例小星（其他人物角色同小星的做法）：

step1.

將頭部貼在紙袋底部



step2.

將衣服貼在紙袋正面



step3.

最後將褲子貼上



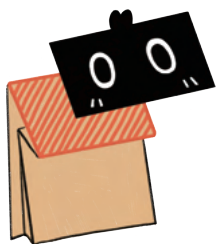
超出紙袋
是正常的喔！



範例空空鳥：

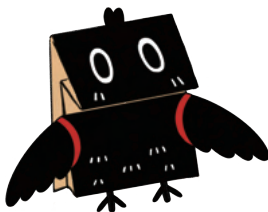
step1.

將頭部貼在紙袋底部



step2.

將身體貼在紙袋正面



step3.

最後將嘴巴貼在空空鳥的臉上

小心不要貼到身體上喔！



黏貼完成即可
開始操作紙袋偶



03.《小星與空空鳥》指導手冊導讀

兒童保護的核心概念與身體自主權密不可分。唯有兒童擁有對身體的掌握，才有能力辨識與回應不舒服的感受並採取行動。本指導手冊專為 3—6 歲兒童設計，是幼兒園教師的工具書。

前面重點摘要身體自主權的核心概念及教學上的大原則，之後依據幼兒園教學現場的例行性活動、主題活動、學習區發展出 15 種以上遊戲活動；每個遊戲活動都有詳細的活動用意和指導語，提供教育工作者使用參考。

同時，我們也鼓勵教師發揮創意，拓展更多適合兒童的身體自主權活動。期待本指導手冊能協助教師引導兒童，習得：

- 透過五感體驗身體感覺，認知自己是身體的主人。
- 認識身體接觸帶來的情緒反應。
- 透過活動覺察自己的身體／心理界限。
- 學習維護與尊重彼此界限的做法。
- 提高性別敏感度，避免身體自主權的概念落入性別刻板印象。

歡迎你加入 **小星與空空鳥** 行列



前言

培力兒童身體自主權

01. 什麼是身體自主權？
02. 身體自主權大原則
03. 名詞說明



幼兒園裡的活動設計

例行性活動規劃

主題活動規劃

學習區活動規劃

相關教學資源

➤ 培力兒童身體自主權 ◀

01. 什麼是身體自主權？

對勵馨而言，身體自主權的概念主要是由**身體感覺**、**身體界限**及**行為反應**三大子主題構成。我們期盼兒童不僅對自己的身體部位及隱私處有所認知和理解，更重要的是能夠長出帶得走的能力。

身體感覺

身體感覺指的是對自己的身體感受有敏銳度，能夠肯定自己的身體感受，可以透過口語及肢體進行表達與分享。透過遊戲活動的設計，協助兒童提升身體感受的敏銳度，並鼓勵其使用口語及肢體，表達身體感覺及心情感受。

身體界限

身體界限指的是兒童能夠肯定及表達自己的界限需求，認知每個人的界限都是獨一無二的，並且瞭解身體界限會隨情境、人我關係、心情等多元因素而有不同的變化。透過遊戲活動的設計，引導兒童探索身體界限的多樣性，鼓勵其運用口語及肢體的方式，表達自己的身體界限。

行為反應

行為反應指的是兒童認可自己有拒絕的權利，能夠運用口語及肢體表達拒絕及求助，同時亦能接受被他人拒絕的心情。透過遊戲活動的設計，一方面創造兒童表達身體主張的正向經驗，另一方面也協助兒童緩解被拒絕後的負向感受。

本課程重點是先聚焦培力兒童對自己身體的掌握力，使其能夠主張自己的身體權利；防治性侵害的責任不能只停留在教導兒童自我保護，更需要重要他人為兒童撐開空間，讓他們的聲音能夠被聆聽與接納。

補充概念

「身體自主權 (bodily autonomy)」並非由單一學者提出，而是歷經眾多討論後逐漸形成的概念。

早在 17 世紀，著名的英國哲學家洛克 (John Locke) 便主張生命、自由、財產是不可剝奪的天賦人權，每個人都是自己身體的主人，擁有「自我所有權 (self-ownership)」。除了政治哲學，身體自主權也應用在其他領域，例如女性主義便聚焦討論性、生育、健康、穿著、性別認同和免於受暴的自主權利。

時至今日，身體自主權已是重要的基本人權。《世界人權宣言》(UDHR)、《公民和政治權利國際公約》(ICCPR)、《婦女權利公約》(CEDAW)、《兒童權利公約》(CRC)、《聯合國永續發展目標》(SDGs) 等國際協定，都支持身體自主權；世界衛生組織 (WHO)、聯合國兒童基金會 (UNICEF)、國際計劃生育聯盟 (IPPF) 和兒童營養基金會 (CMN) 等國際組織，也都有強調兒童身體自主權的相關研究或操作指南。



02. 身體自主權大原則



身體界限不僅限於私密處，每個人的身體感受都不同，而且是獨一無二的，都該被重視。



身體界限會隨環境空間、情境氛圍、關係、心境、經驗等各種因素產生變化，並非固定單一的狀態。



避免落入性別刻板印象，任何性別的身體界限都該被平等對待。



與兒童談身體自主權，是為了培力身體的自主意識，把身體的權利還給兒童；「保護兒童免於性別暴力」的責任，仍應是在成人身上。



03. 名詞說明

議題	內涵
性別刻板印象	<ul style="list-style-type: none">● 社會及個人對特定性別抱有特定認知，形成僵化看法，而不管是否有個別差異。● 例如：男生就要藍色、玩機器人、保護女生；女生就要粉紅色、穿裙子、輕聲細語。
性別偏見	<ul style="list-style-type: none">● 對特定性別、或表現不符合性別刻板印象的人，抱持負面態度或價值判斷。● 例如：女生不能大呼小叫，太沒有氣質了；女生就是不理性，不適合當主管；男生不能玩洋娃娃，這樣太女孩子氣了。
性別歧視	<ul style="list-style-type: none">● 因為性別刻板印象或性別偏見，而對他人採取不正當、負面或有害的行為。● 例如：娘娘腔的男生真是令人討厭，大家一起欺負他；女生根本不能當體育股長，力氣又沒有男生大。
性別盲	<ul style="list-style-type: none">● 看不見眼前存在的性別議題。● 例如：幼兒園拍畢業照時選擇男高女低、男陽剛女依偎的姿勢拍攝。（李雪菱，2020）

前言

培力兒童身體自主權

幼兒園裡的活動設計

例行性活動規劃

- (1) 例行性活動架構
- (2) 例行性活動設計
- (3) 給老師的小叮嚀



主題活動規劃

學習區活動規劃

相關教學資源

➤ 幼兒園裡的活動設計 ◀

我們可以透過幼兒園的例行性活動、主題活動、學習區活動進行活動設計及規劃。以下簡要說明例行性活動、主題活動、學習區活動的含義：

例行性活動

例行性活動主要從**日常生活**出發，重視幼兒在平日幼兒園的生活中，逐漸累積養成的學習能力。幼兒園一般日常作息，如入園時段、戶外活動、點心、如廁、吃飯、午休、家長接送、配合時令及節慶等全園性活動，都是屬於「例行性」活動。這類活動往往容易被一般人忽略，但卻是幼兒整體學習的重要課程。

主題活動

主題活動主要從單元或主題出發，**依據事先設定的課程內容逐步完成活動設計**。這類課程多以「團體（大組）」活動為主，教師可視情況彈性調整為小組活動，有時也可搭配學習區進行各類不同的活動。

學習區活動

從學習區的角度出發，**依各學習區特色提供豐富的教具或材料**，配合課程大綱的目標及幼兒的學習興趣，進行引導以深化學習。

01. 例行性活動規劃

(1) 例行性活動架構

以下示例為例行性活動規劃，共有 9 個活動，希望透過循序漸進的三個子主題，提升幼兒在身體自主權的認知及能力。您可以在入園時段、戶外活動、點心、如廁、吃飯、午休、家長接送、配合時令及節慶等全園性活動，執行以下系列主題的例行性活動。從感覺到表達，再透過不同的創作方式，讓幼兒有機會運用多元的方式練習表達自己的感覺。

例行性活動

打開五感活動，提升幼兒感受的敏銳度

- ① 打開五感
- ② 五感&情緒口語表達
- ③ 五感&情緒多元表達

探索身體感覺，建立幼兒的身體界限

- ④ 和身體打招呼
- ⑤ 探索身體界限的多樣性
- ⑥ 身體界限的多元表達

肯定身體經驗，引導幼兒表達拒絕及求助

- ⑦ 我的身體界限
- ⑧ 百百種說「不」的樣子
- ⑨ 有關我說「不」的故事

(2) 例行性活動設計

打開五感活動，提升幼兒身體感受的敏銳度

透過「打開五感」、「五感&情緒口語表達」、「五感&情緒多元表達」活動，引導幼兒嘗試用口語及肢體進行表達，累積身體感受的經驗。

① 打開五感

老師您可以：

- 引導幼兒運用五感去體驗自然環境帶來的感受。
- 有計畫性地安排視覺、聽覺、嗅覺、味覺、觸覺等感官經驗，引導幼兒在感受中體驗五感的不同。

指導語：

小朋友們，吃東西前可以聞一聞食物的味道，有發現食物有不同的味道嗎？再品嚐看看，它們是酸甜苦辣鹹，哪種味道呢？

小朋友們，散步時可以感覺四周的環境，聽到的聲音、聞到的空氣、皮膚接觸到的感覺是怎麼樣？有風嗎？皮膚是乾乾的，還是有溼氣呢？有聽到什麼聲音嗎？



① 打開五感

② 五感&情緒口語表達

老師您可以：

- 引導幼兒用口語的方式，表達五感感受及其帶來的心情。
(如：今天很開心 😊)
- 引導幼兒練習用中、長句表達當下的感覺。

指導語：

小朋友們，有發現食物有不同的香氣嗎？有哪位小朋友願意分享呢？吃起來的味道怎麼樣呢？有哪些是喜歡或不喜歡的嗎？

小朋友們，今天的天氣怎麼樣？

（如：空氣溼答答讓你感受到不舒服。）

四周環境，傳來什麼聲音呢？有哪位小朋友願意分享呢？有哪些是喜歡或不喜歡的嗎？



① 打開五感

② 五感&情緒口語表達

③ 五感&情緒多元表達

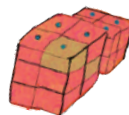
老師您可以：

- 提供多元的素材引導幼兒用多元的方式表達五感感受與心情。

（多元的素材如：繪本、情緒臉譜、顏料等。）

（多元的方式如：口語、肢體、表情等。）

- 引導幼兒用做好的作品進行表達。



指導語：



小朋友們，等等要請你們使用前面的材料，把吃飯／散步時看、聽、嗅、嚐、摸到的感覺或心情畫出來。可以畫一個喜歡的和一個沒那麼喜歡的。

除了畫畫，你們也可以用各種喜歡的方式分享，像是唱首歌、發出聲音、做個臉部表情或肢體動作，來分享自己的情緒與感受。

探索身體感覺，建立幼兒的身體界限

透過「和身體部位打招呼」、「探索身體界限的多樣性」、「身體界限的多元表達」，引導幼兒探索身體界限的多樣性，鼓勵幼兒用口語及肢體的方式表達自己的身體界限。

④ 和身體打招呼

老師您可以：

- 透過遊戲，引導幼兒認識身體各部位。
- 在遊戲的過程中，引導幼兒對自己身體部位的接觸有更多覺察。

指導語：

小朋友們，當音樂響起時請你和我這樣做：

（可依序做：按按自己的頭、摸摸臉蛋、捏捏肩膀、拍拍胸、握握手、揉揉肚子、扭扭屁股、抖抖大腿、踩踩腳、抱抱自己等。）

現在節奏加快了，我們速度和力度也要變快喲！

小朋友們，當老師說「口香糖黏黏黏」，你們要說「口香糖黏哪裡？」

現在：把頭黏在自己手上。

（老師也可以讓幼兒出題，增加趣味性。）



④和身體打招呼 ⑤探索身體界限的多樣性

老師您可以：

- 引導幼兒在打招呼或說再見時，可以運用多樣的方式進行帶有身體接觸的互動，並帶入親疏遠近的關係變項。
- 引導幼兒練習用完整的句子表達身體接觸的感覺。

指導語：



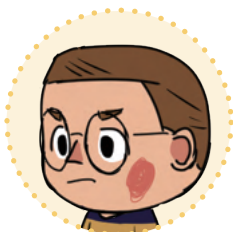
小朋友們，我們可以用身體的觸碰來跟同學打招呼，像是眼睛眨眨眼、手揮一揮、指尖碰一碰、擊掌一下。現在我們來練習一下喔！不過如果你有不喜歡的觸碰，可以不參與喔！

首先是，跟對面的同學手牽手。
再來是，跟對面的同學背靠背。
然後是，跟你的好朋友屁股碰屁股。
最後是，跟你的好朋友手輕摸臉頰。

（可嘗試不同的動作，但不建議太過親密的動作。）

小朋友們，你有喜歡和不喜歡的打招呼方式嗎？

（引導幼兒從中學學習到每個人喜歡或不喜歡的方式不同。）



老師您可以：

- 在遊戲過程中提供機會，引導幼兒用多元的方式表達探索身體界限的感受與心情。

（多元的方式如：口語、肢體、表情等。）

- 引導幼兒看見彼此身體界限的不同。

指導語：

小朋友們，請你說說喜歡和不喜歡的打招呼方式。

現在請你們在前面的身體雷達區海報上，把喜歡別人碰觸的身體部位貼綠色，不喜歡別人碰觸的身體部位貼紅色。



小朋友們，看前面的海報上，有紅色的貼紙和綠色的貼紙，有些地方綠色貼紙很多，代表多數人喜歡碰觸這個部位。有些身體部位紅色和綠色貼紙都有，表示原來大家的感覺都不一樣喔！

每個人的感覺都不同，對於身體可以被別人碰觸的地方也不一樣，但都是重要的聲音，所以我們都要尊重喔！



肯定身體經驗，引導幼兒表達拒絕及求助

透過「我的身體界限」、「百百種說『不』的樣子」、「有關我說『不』的故事」活動，創造幼兒表達身體主張的正向經驗，並協助幼兒緩解被拒絕後的負向感受。

⑦ 我的身體界限

老師您可以：

- 透過遊戲，加深幼兒對身體各部位的感受。
- 透過遊戲，賦權幼兒，讓幼兒可以有更多自主的決定。

指導語：

當音樂響起時，請同學A先用肢體展現，自己某個身體部位喜歡被碰觸的方式，其他小朋友再跟著一起做。後續輪流換其他小朋友分享。

（主題除了喜歡的觸碰，也可以換成說出不喜歡的身體觸碰。）

小朋友們，當老師說「口香糖黏黏黏」，你們要說「口香糖黏哪裡？」

現在：口香糖黏——喜歡的部位和喜歡的部位碰在一起。

（老師也可以讓幼兒出題，增加趣味性。）



⑦ 我的身體界限 ⑧ 百百種說「不」的樣子

老師您可以：

- 透過遊戲，引導幼兒將喜歡及不喜歡的經驗具象化。
- 透過遊戲，引導幼兒理解喜歡及不喜歡也有程度差異。

指導語：

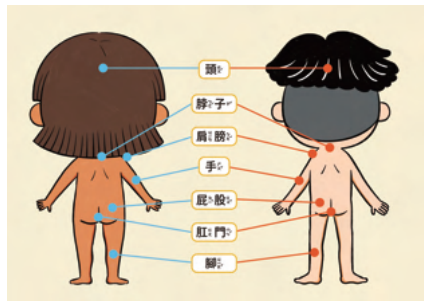
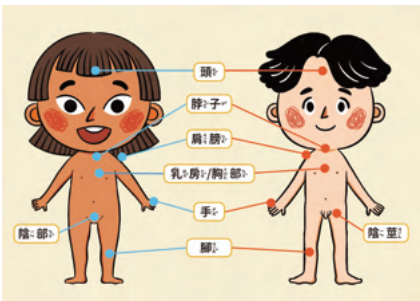
小朋友們，我們之前有玩身體部位碰觸的遊戲，請你們說說當時身體的感覺如何呢？

現在老師發下一張圖表，左邊請你依喜歡程度，畫出三個喜歡被別人碰觸的身體部位，右邊請你依不喜歡程度，畫出三個不喜歡被別人碰觸的身體部位。

現在我們請同學A把自己喜歡被碰觸的身體部位，依喜歡程度，用鈴鼓聲音的大小表示，愈大聲表示愈喜歡喔！

請同學B把自己不喜歡被碰觸的身體部位，依不喜歡的程度，用鈴鼓聲音的大小表示。

（老師也可搭配樂器、顏色、線條、表情、聲音做程度差異的表現。）



老師您可以：

- 引導幼兒用多元方式表達拒絕。
- 引導幼兒理解他人的拒絕方式。



指導語：

小朋友們，我們現在拿出上次完成的圖卡。現在我們請同學A，跟我們分享你不喜歡被別人碰觸的身體部位是哪裡呢？不喜歡的程度請用鈴鼓敲出來，愈大聲表示愈不喜歡喔！

哇——這應該是很不喜歡對嗎？請問同學B，如果你是he，你可以如何表示拒絕呢？

（依序請幼兒示範如何回應。）

小朋友們，從上次的圖卡練習，我們可以知道「不喜歡」的程度，有時候是一點點（輕敲鈴鼓），有時候是很不喜歡（重敲鈴鼓），有時候是非常不喜歡（連續重敲鈴鼓），可見每個人的感覺和表達拒絕的方式都不同喔！



YES! 喜歡!



NO! 不喜歡!



(3) 給老師的小叮嚀

- 身體界限不僅限於私密處，每個人的身體感受都不同，而且是獨一無二的，都該被重視。
- 避免落入性別刻板印象，任何性別的身體界限都該被平等對待。
- 留意特殊幼兒的需求，若幼兒需要獨處空間，不強迫參與活動亦是在肯定幼兒的界限需求。



前言

培力兒童身體自主權

幼兒園裡的活動設計

例行性活動規劃

主題活動規劃



- (1) 動畫情節簡要
- (2) 主題活動架構
- (3) 主題活動設計
- (4) 給老師的小叮嚀

學習區活動規劃

相關教學資源

02. 主題活動規劃

當幼兒透過例行性活動，對身體的感受已有初步的體驗及掌握，我們可以進一步設計主題性的活動。

以下為《小星與空空鳥》動畫情節摘要，接下來的主題活動環扣動畫情節內容進行設計，協助幼兒建立身體自主權的完整概念。

(1) 動畫情節簡要：

《哈囉！新朋友》

身體感覺

- ▶ 參與活動時，小星不想牽手
- ▶ 同學上廁所被看，小星不知所措
- ▶ 遇見鄰居奶奶時，小星不喜歡被捏臉頰

《我有話要說》

身體界限

- ▶ 上學時間快到了，小星被弄疼
- ▶ 玩遊戲時，小星弄疼朋友
- ▶ 長輩來家做客時，小星不想要抱抱

《不要就是不要》

行為反應

- ▶ 長輩搓揉小星耳垂，小星想要逃跑
- ▶ 小星感到被冒犯



(2) 主題活動架構

身體自主權動畫影片教材

活動概念 身體感受好奇妙

搭配動畫 ▶ 《哈囉！新朋友》

- ① 小星和我的身體
- ② 小星一天的身體感覺
- ③ 小星與人互動的身體感覺



活動概念 身體雷達區

搭配動畫 ▶ 《我有話要說》

- ④ 我的身體感覺很重要
- ⑤ 小星喜歡 & 不喜歡的身體接觸
- ⑥ 噢，原來身體有這麼多種的接觸
- ⑦ 動畫之外的——深入版
- ⑧ 這是我獨一無二的雷達區



活動概念 我的身體我做主

搭配動畫 ▶ 《不要就是不要》

- ⑨ 小星的身體雷達區響了
- ⑩ 小星智多星
- ⑪ 小星有拒絕的權利



(3) 主題活動設計

活動概念 | 身體感受好奇妙

搭配動畫 ▶ 《哈囉！新朋友》

① 小星和我的身體

老師您可以：

運用各式教材，引導幼兒以正確的名稱認識身體部位，包含隱私部位，例如：雞雞→陰莖，妹妹→陰部，ㄋ ㄋ ㄋ ㄋ→胸部等。協助幼兒以面對其他身體部位的態度，來認識隱私部位。

指導語：

小朋友們，這是老師畫的自己唷！

（展示老師畫出的範本。）

現在我們來畫出自己的身體。有沒有發現每位小朋友的身體樣子都不同，有高矮胖瘦、頭髮長短、膚色黑白，每個人長得都不一樣。

小朋友們，我們現在來認識自己的身體。等下會看到兩張沒穿衣服的小朋友圖片唷！

（拿出或投影身體雷達區海報。）

（老師依序指著圖上的部位，請幼兒回答。）

小朋友們，這是什麼？對，這是眼睛……這是什麼？好，剛剛大家說的烏烏、雞雞，其實叫作陰莖，來！我們一起說一次，陰莖。大家說的妹妹，其實叫作陰部，來！我們一起說一次，陰部。



其他延伸：

老師可以請幼兒兩人一組，輪流操作：一人躺在海報紙上，另一人幫他描出身體的輪廓，強化每個人的身體樣貌都不同的概念。

② 小星一天的身體感覺

老師您可以：

透過動畫，引導幼兒說出小星一天的身體感覺；進而覺察自己一天的身體感覺。

指導語：

小朋友們，你們剛剛在影片中看到什麼？

（接續幼兒的回答，進一步詢問角色的心情。）

小朋友們，你看到的這個畫面，你覺得他在想什麼？他的心情怎麼樣？



（運用動畫情景，展示特定畫面，詢問幼兒畫面中角色的身體感受及造成感受的原因。例如：小洋跳舞不想牽手、女同學上廁所被看、小星玩醫生遊戲很开心、小星被捏臉。以下以小洋跳舞不想牽手為例。）

大家看這個畫面，你覺得小洋發生什麼事了？你有看到小洋的表情嗎？你覺得他的感受是什麼？



其他延伸：

- ▲ 老師可以利用例行性活動或幼兒園校園生活，引導幼兒覺察並表達身體感覺。例如：玩過「口香糖黏黏黏」遊戲後，引導幼兒回想當時的經驗感受。
- ▲ 老師可以搭配學習區，在角落區布置錄音玩具，邀請幼兒把身體的感覺記錄下來。（注意隱私問題。）
- ▲ 老師可以鼓勵家長與幼兒多討論家庭生活經驗，擴充幼兒表達感受的能力。



③ 小星與人互動的身體感覺

老師您可以：

透過動畫，引導幼兒用多元方式表達小星與他人互動的感受；進而覺察自己一天的身體感覺。

(多元方式如：樂器、肢體動作、聲音表情等。)

(他人如：家長、學校朋友、親戚、認識的人。)

指導語：



小朋友們，可以請你們說說，小星一天當中有哪些身體互動的感覺呢？等等可以使用不同的樂器表達你們看到、感覺到的。

小朋友們，可以請你們說說，自己一天當中有哪些身體互動呢？老師先說說自己的：我早上出門會先抱抱我的小孩，到早餐店遇到認識的鄰居，不會抱抱但會打招呼。那你們呢？

小朋友們，有沒有發現，我們跟不同的人會有不同的身體距離？像是跟家長、同學、老師或好朋友的距離都不一樣。



④ 我的身體感覺很重要

老師您可以：

運用主題曲，引導幼兒認識身體接觸有喜歡／想要的，亦有不喜歡／不想要的的身體互動，進而對身體界限有初步概念。

指導語：

小朋友們，剛剛歌曲裡面有提到什麼身體接觸的歌詞或動作呢？有哪些互動是你喜歡的？有哪些是你不喜歡的呢？

〈Yes，聽我說〉

走走走 上學去 今天又是好天氣
轉圈圈 牽牽手 好開心呀好開心
摸肚肚 親親嘴 ㄟ~~不喜歡
(不要碰我)

別人說不要，就是不要

一起玩 牽牽手 真開心 笑哈哈
一起玩 摸肚肚 真開心 笑哈哈
拉耳朵 捏捏臉 齁！生氣！！
(不要弄我)

我說不要，STOP！STOP！STOP！

一下哭 一下笑 真不知道 要怎樣
聽你說 好喜歡 YA~YA~YA~YA~
聽我說 不喜歡 NO~NO~NO~NO~
我的身體是我的 我的感覺很重要

⑤ 小星喜歡 & 不喜歡的身體接觸

老師您可以：

透過動畫，引導幼兒說出喜歡及不喜歡的身體接觸；進而引導幼兒思考不同狀態的身體接觸經驗。

指導語：

小朋友們，可以請你們說說小星、小洋發生了什麼事嗎？他們是喜歡還是不喜歡呢？心情和感受如何？我們先來說說喜歡的，再來聊聊不喜歡的。

你們有沒有類似的身體接觸經驗？

小朋友們，你們有沒有發現不同力道、關係及情境等會帶來不同的感受呢？

其他延伸：

老師們可以運用手偶進行活動搭配，增加趣味亦讓幼兒對動畫情景的互動有更深刻的理解。



⑥ 噢，原來身體有這麼多種的接觸

老師您可以：

透過動畫，引導幼兒對身體部位的接觸有更多覺察及認識。

指導語：

小朋友們，等等我們來玩木頭人遊戲，當老師說「木頭人碰碰碰」，你們要說「碰哪裡」，老師會出題目，請你們照著做。現在我們開始：「木頭人碰碰碰」（幼兒說：「碰哪裡」：手碰頭。）

（老師依序出題：左手碰右手、手掌碰地板、捏耳垂、碰臉頰、腳板碰腳板。亦可輪流讓幼兒出題目。）

小朋友們，剛剛動畫中小星和小洋在玩什麼？沒錯，他們在摸肚子。有人也喜歡玩摸肚子嗎？喜歡的人請舉手。

（邀請舉手的幼兒上台參加活動。）



老師會請台下的小朋友說「木頭人碰碰碰」，老師會出題目，再請台上的小朋友倆倆一組照著做。現在我們開始！（幼兒說「木頭人碰碰碰」：手牽手。）

（老師依序出題：背碰背、屁股碰屁股、互相擁抱。）

現在老師出題目，請台上的小朋友一起做，但要注意，力氣不要太大，避免受傷。我們開始！（幼兒說：「木頭人碰碰碰」：手牽手。）

（老師依序出題：背碰背、屁股碰屁股、互相擁抱。）

⑦ 動畫之外的——深入版

老師您可以：

透過動畫，引導幼兒對身體部位的接觸有更多覺察及認識。

指導語：

（運用巧拼拼出不同區域，並事先在區域中布置不同的道具，例如：梳子、羽毛、球、積木、湯匙、毛巾等。）

小朋友們，這邊有很多不同的道具，請你們用裡面的道具，觸碰自己的身體，可以碰不同的地方，也可以試試看其他的道具，看看自己喜不喜歡？像是：你可以用梳子大力梳頭髮，也可以用梳子輕輕梳腳底。

（老師在過程中可適時加入詢問幼兒做了哪些嘗試？喜歡或不喜歡什麼？）

其他延伸：

老師可以建議幼兒邀請熟悉的朋友一起體驗喜歡的觸碰方式。



⑧ 這是我獨一無二的雷達區

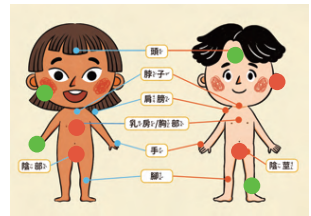
老師您可以：

收集身體被觸碰的多元經驗，具象化幼兒的身體界限。

指導語：

（老師拿出大圖輸出的身體雷達區海報。）

小朋友們，現在老師拿出小星和小洋的身體雷達區，這是根據上次的討論，老師先做好的。綠色點點是喜歡的，紅色點點是不喜歡的，小星不喜歡被阿嬤捏臉頰，所以這邊我們就貼紅色點點。



（老師將貼紙及A4大小的身體雷達區海報發給幼兒。）

現在我們來聊聊自己的身體雷達區。你們手上都有綠色和紅色點點，點點上面有你們的座號。等等老師會出不同的題目，每次你們要找三個小朋友一起完成。

（貼紙上除了座號外，也可以寫上幼兒的名字。）



第一題：請你問對方「我可以跟你握手嗎？」

如果對方說可以，就把綠色點點貼在對方身體雷達區的手上；如果對方說不可以，就把紅色點點貼在對方身體雷達區的手上。記得要找三個不同的人喔！

第二題：請你問對方「我可以捏你的臉頰嗎？」

第三題：請你問對方「我可以揉你的肚肚嗎？」

第四題：請你問對方「我可以摸你的頭嗎？」

第五題：請你問對方「我可以拍你的屁股嗎？」

第六題：請你問對方「我可以抓你的背嗎？」

第七題：請你問對方「我可以摸你的胸部嗎？」

（後續邀請幼兒分享自己的身體雷達區結果：先從綠色貼紙開始，再到紅色貼紙。老師需引導幼兒發現身體雷達區會隨著關係及情境而有不同結果。）

（活動結束後，老師將每位幼兒的雷達區結果，集中標示在小星、小洋的大圖輸出身體雷達區海報上，掛在教室中展示。期末時可再玩一次，帶出界限會隨著時間而有不同變化。）

其他延伸：

分享觸碰經驗時，建議先引導正向的經驗，再談負向的。

⑨ 小星的身體雷達區響了

老師您可以：

運用遊戲和動畫，引導幼兒辨識角色的情緒，表達自己的感受。可以搭配學習區，用角色扮演的方式進行。

指導語：

小朋友們，現在旁邊有大小不同的呼啦圈，你可以自己決定呼拉圈的大小，套在身上來代表自己的雷達區。等等老師會下指令，請大家隨意活動，如果你的呼啦圈被碰到就代表雷達區響了，麻煩請先舉手，我會邀請你說說雷達區響了的感受。

(播放背景音樂。)



現在請大家隨意走，大步走、小步走、橫著走、直著走都可以唷！

現在請大家隨意跳，任何方式都可以。也可以試試看你剛剛沒有去過的地方唷！

現在請大家小步跑，任何方向都可以唷！

剛剛的活動有讓大家體驗雷達區被碰到的感受，而且你們講得非常好！其實這樣的感受跟動畫裡面小星的感受，可能是一樣的唷！





所以現在老師想問問你們：小星在阿伯家和公園中發生了什麼事呢？他的感受是什麼？

所以我們會發現，原來小星不喜歡的身體觸碰是什麼？



其他延伸：

- ▶ 鼓勵老師營造開放的教室氛圍，學習包容幼兒的不同聲音，讓幼兒有被接納的正向經驗，幼兒方能放心地說出自己的各種想法。
- ▶ 老師可以搭配學習區，事前讓幼兒手作角色紙袋偶，搭配活動進行角色扮演，增加趣味亦讓幼兒對動畫情景的互動有更深刻的理解。
- ▶ 透過聯絡單，鼓勵家長也陪孩子做這樣的練習。

⑩ 小星智多星

老師您可以：

運用遊戲和動畫情境按下暫停鍵，引導幼兒思考多元的應對策略。
可以搭配學習區，用角色扮演的方式進行。

指導語：

小朋友們，呼啦圈被碰到就代表雷達區響了，這時候你會怎麼做呢？

其他小朋友有不同的方式嗎？

現在我們來看看小星怎麼做？



小朋友們，其實要像小星這樣做，是不容易的！現在我們就來練習讓別人可以理解我們在想什麼。

小星被阿伯摸耳朵的狀況，我們還可以怎麼說？老師先來示範：我覺得你摸我耳朵（行為），讓我很煩（情緒或感受），可以請你不要摸我嗎（行為）？

這是一種說法，我們還有其他的說法嗎？

其他延伸：

老師可以搭配學習區，事前讓幼兒手作角色紙袋偶，搭配活動進行角色扮演，增加趣味亦讓幼兒對動畫情景的互動有更深刻的理解。

11 小星有拒絕的權利

老師您可以：

運用遊戲和動畫情境按下暫停鍵，引導幼兒身體界限被觸碰時可以採取的行為反應。

指導語：

小朋友們，現在我們會依序請大家輪流帶呼拉圈，其他人聽老師的指令活動。當你的呼拉圈被碰到時，就代表雷達區響了，你就要喊「NoNo」，並請對方退後或你想請對方做的事。

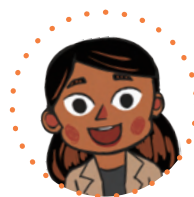
現在請其他小朋友隨意走，大步走、小步走、橫著走、直著走都可以唷！

（當帶呼拉圈幼兒被碰到並做出反應後，再邀請另一位幼兒帶呼拉圈，依序練習。）

大家都做得很好唷！上次我們玩過小星被阿伯摸耳朵的狀況，現在我們來做另一個練習：小星被阿伯摸屁股的狀況，我們還可以怎麼說？老師先來示範：「我不喜歡你摸我的屁股！你走開！我要跟媽媽說！」

（說完後接著跑走，讓幼兒知道不只要說，可以的話，也要離開現場。）

小朋友們，老師剛剛是跟媽媽說，你們可以想想自己要跟誰說，請他一起來幫忙。真的想不出來時，可以找老師唷！老師會來幫忙。



小朋友們，現在這個呼拉圈代表阿伯，老師會拿著它套在一個小朋友身上，小朋友你就要說出「我不喜歡你摸我的屁股！你走開！我要跟某某人說！」，然後選一個小朋友，把呼拉圈拿起來套在他身上，讓遊戲繼續玩下去。

剛剛大家都做得很棒！如果真的有人對你做了討厭的事，我們可以說不要或離開，如果離不開或對方不理你，也不是你的錯！但記得不管怎麼樣，事後都要跟信任的人說，請他幫忙你唷！

其他延伸：

涉及隱私部位或可能受傷的觸碰，老師也可以利用玩偶或大圖輸出的身體雷達區海報進行示範（如：小星的胸部被摸了），讓幼兒透過觀察玩偶的體驗進行思考。



(3) 給老師的小叮嚀

- 身體界限會隨環境空間、情境氛圍、關係、心境、經驗等各種因素產生變化，並非固定單一的狀態。
- 避免落入性別刻板印象，任何性別的身體界限都該被平等對待。
- 與幼兒談身體自主權，是為了培力身體的自主意識，把身體的權利還給兒童；「保護兒童免於性別暴力」的責任仍應是在成人身上。



前言

培力兒童身體自主權

幼兒園裡的活動設計

例行性活動規劃

主題活動規劃

學習區活動規劃



隱密角落

語文區

美勞區

扮演區

相關教學資源

03.學習區活動規劃

環境也可以創造成幼兒自主學習身體自主權的場域。所以在學校可以設有：

隱密角落

素材與工具

各式自然素材、錄音筆、玩偶、抱枕、紙、筆、水彩。

引導重點

設置隱秘角落，讓幼兒與自己共處；裡面備有錄音筆，幼兒可以留下自己對自己身體的心裡話。



語文區

素材與工具

主題相關繪本、錄音筆、玩偶、耳機、紙、筆、學習單、字卡、參考圖、色紙、膠水。

引導重點

- 引導幼兒利用錄音筆錄下五感感覺。
- 運用表情圖卡，鼓勵幼兒敘說有關身體接觸的生活故事。
- 引導幼兒運用紙筆進行小書創作，讓幼兒依動畫情景做後續的發想。



美勞區

素材與工具

毛線、編織器、黏土工具、回收素材、圖畫紙、色紙、白膠、色紙、紙板、鑽子、安全針、布、水彩、參考圖例等。

引導重點

- 鼓勵幼兒運用收集到的五感素材進行創作，記錄自己的身體及心情感受。
- 提供多元媒材，鼓勵幼兒嘗試各種素材，運用貼、剪、塗、畫、編等技巧，大膽創作自己的身體部位或個人玩偶。
- 引導幼兒發現各種素材的特質，並在創作過程中把自己的身體界限和身體感受融入作品當中。



扮演區

素材與工具

各式裝扮道具、皮帶、領帶、造型眼鏡、不同大小質地的布、鏡子、梳子、髮夾、化妝品空瓶等。

引導重點

- 提供多元的角色扮演道具或服裝配件，拉大幼兒的想像空間，鼓勵幼兒在扮演活動中有更多的互動和情節對話。
- 提供動畫角色的紙袋偶，設置人偶台，讓幼兒扮演不同的角色，即興創作身體界限的故事。



前言

培力兒童身體自主權

幼兒園裡的活動設計

例行性活動規劃

主題活動規劃

學習區活動規劃

相關教學資源

01. 繪本讀物
02. 相關單位網站
03. 期刊文獻



➤ 相關教學資源 ◀

01. 繪本讀物

身體自主權

書名	作者／出版社	簡介
《尊重，不是說說而已——兒少性侵害防治新觀點》	勵馨基金會／ 勵馨基金會	共分為三個篇章：大人篇、資源篇及小孩篇。整本書以情景舉例，讓大人可以瞭解該如何回應孩子遇到的問題，同時也很適合親子共讀；有閱讀能力的孩子也能自行閱讀。重點在討論身體的感覺與界限，學習如何找到重要他人以及尊重他人。
《不要親我！》	佩特拉·蒙特 Petra Monte／ 音樂向上出版社出版	說「不」雖然很重要，但更需要提醒，很多孩子說不出來並不是他們的錯。
《薩琪的親親》	提利·勒南 Thierry Lenain／ 米奇巴克有限公司出版	以人際關係中的友情作為素材。和孩子探討如何成為自己身體的主人。

性侵害

書名	作者／出版社	簡介
《祕密派對》	勵馨基金會／ 禾流文創	專為2—6歲設計的身體保護翻翻書，讓孩子一邊動手玩，一邊加深記憶。
《蝴蝶朵朵》	幸佳慧／ 字畝文化出版	繪本中展現大人如何辨識孩子求助的訊息、成為孩子求助的對象（重要他人）。
《家族相簿》	席薇亞·戴娜 Sylvia Deinert、 提娜·克莉格 Tine Krieg／ 和英出版社出版	透過親子共讀，大人可以從故事中延伸出一些警示，提醒孩子對性侵害的認識、防衛和尋求幫助的管道。
《難過的絨毛小狗》	凱特林·梅宜爾 Katrin Meier／ 春池文教事業 股份有限公司出版	內容涉及熟人性侵害，且有涵蓋受害者在重要他人的協助下一起面對、說出事件經過及尋求協助的內容。
《別亂碰， 這是我的身體》	盧慶實／ 采實文化事業 股份有限公司出版	故事內容以真實事件出發，希望讓孩子更理解性騷擾是如何發生的。大人可藉由故事中具體的情況，進而與孩子討論該怎麼表達、該怎麼行動才好。

性教育

書名	作者／出版社	簡介
《薩琪到底有沒有小雞雞》	提利·勒南 Thierry Lenain／ 米奇巴克有限公司出版	適合帶領孩子討論性別角色、性別特質，翻轉性別刻板印象。
《我的小小弟弟和妳的小妹妹》	茉莉·帕特 Molly Potter／ 小光點出版	兒童性教育啟蒙認知繪本，內含有多元及破除迷思的概念。
《跟著小劉醫師，來玩性教育翻翻書》	劉宗瑀(小劉醫師)／ 親子天下股份有限公司出版	大人先覺察自身對性教育的談論尺度，進而營造親子能「自在談性」的家庭氛圍，幫助孩子從小建立身體權意識。
《我的小小雞雞》	山本直英／ 維京出版	內容不單單呈現基本的性知識與衛生習慣，更包括了個人身體界限、自我保護、性侵害以及尊重生命等相關議題。
《阿光小芸日常的嘰哩呱拉》	王嘉琪 陳姿曄 楊舒聿／ 荷光性諮商專業訓練中心	結合心理諮商專業與同為父母的經驗，發展出的親職與幼兒性教育繪本套書。內含指導手冊引導家長與幼兒討論性議題。

其他

書名	作者／出版社	簡介
《一花一天堂： 我與我的重障兒》	黃俐雅／ 財團法人 人本教育文教 基金會出版	這本書雖然談重障兒的教養經驗，但與重障兒的溝通方式跟與年紀較小的孩子的溝通方式相近。以外，這本書亦有助所有大人瞭解如何尊重孩子的身體界限與感覺，並學習「尊重小孩從日常生活做起」的各種方法。
《與孩子自在談性： 我可以選擇愛上誰嗎？》	皮姆·凡赫斯特 Pimm van Hest／ 水滴文化	藉由故事中孩子與老師的互動討論，不說教、不預設立場，讓性不再是難以啟齒的事。
《這就是我： 小學生第一本 性別教育繪本》	黛瑪·蓋斯勒 Dagmar Geisler／ 韋伯	內容教導孩子認識與尊重差異，從而培養孩子的自信與自尊心，讓孩子在面對同儕壓力時，能夠判斷是非，培養同理心且消除性別歧視。

02. 相關單位網站

性別教育相關網站

單位名稱	電話	網站 QRcode
教育部 性別平等教育 全球資訊網		
反性別暴力資源網		
台灣性別平等教育協會	02-2363-8841	
人本教育文教基金會	02-2367-0151	
彩虹平權大平台	02-2365-0791	
台灣同志家庭權益促進會	02-2365-0790	

性侵害 / 性騷擾求助相關諮詢單位

單位名稱	電話	網站 QRcode
全國保護專線	113	
警察局報案專線	110	
各縣市家庭暴力暨 性侵害防治中心	請查閱網站	
衛生福利部 性侵害受害者 創傷復原中心	請查閱網站	
勵馨基金會	請查閱網站	
現代婦女基金會	02-2391-7133	
婦女新知基金會	02-2502-8715	
婦女救援基金會	02-2555-8595	
法律扶助基金會	02-412-8518	

心理協助機構

單位名稱	電話	網站 QRcode
勵馨基金會 台北蒲公英諮詢專線	02-2362-2400	
勵馨基金會 台中蒲公英諮詢專線	04-2223-8585	
勵馨基金會 高雄蒲公英諮詢專線	07-223-7995	
衛福部 24小時 安心專線	1925	
生命線協談專線	1995	
荷光 成人性諮商中心	02-2918-1060	
芸光 兒童與青少年 性諮商中心	02-2914-3527	

03. 期刊文獻

- 彭佳鎂、何慧敏（2014）。幼兒性別角色概念之探究。人類發展與家庭學報，16，24-51。
- 李柏翰（2018）。性、健康與情感教育「以兒童作為權利主體」的觀點。性別平等教育季刊，84，111-120。
- 吳燦宏（2019）。男生排一排、女生排一排？—從幼兒園教師角度看性別。性別平等教育季刊，87，48-51。
- 鄭宇博（2019）。汽車與美人魚：幼兒園課程中觀察到的性別差異。性別平等教育季刊，87，52-54。
- 徐維澤（2019）。幼兒園不該落入性別刻板再製的戰場。性別平等教育季刊，87，54-56。
- 李雪菱（2020）。回應幼兒少文化的性教育行動研究：以城山鄉村四小學一附幼為例。2020 性平教育研討會：『情感教育、性教育、同志教育』的教與學」發表之論文，集思臺大會議中心。



勵馨叢書29

小星與空空鳥

——學齡前兒童性侵害防治與身體自主權培力 指導手冊

製 作／財團法人勵馨社會福利事業基金會

發 行 人／林靜文

總 編 輯／王玥好

編 輯 群／郭育吟、劉思伶、陳佩儀、王泓亮、陳振豪

編輯顧問／林昺媞

版面設計／聚樂邦、太陽蛋工作室

電 話／02-8911-8595

傳 真／02-8911-5695

地 址／23143新北市新店區順安街2-1號1樓

劃撥帳號／12174978

戶 名／勵馨基金會



捐款專線／02-8911-5561

贊助印製／*Curves* 可爾姿暨全體會員

發行年月／2023年6月一刷





勵馨基金會

The Garden of Hope Foundation

