國立臺南高工 110 學年度第一學期

高一高三親師座談會手冊

親師座談會回饋表

南工首頁　　親師座談會資料　　親師座談會回饋單

中華民國 110 年 10 月 30 日

目　錄

壹、校長的話 2

貳、110學年第一學期行事曆 6

參、校園平面圖 8

肆、各班導師及主責輔導老師 9

伍、各單位分機 10

陸、生涯教育文章 11

*全球百大影響力人物：首次讓直升機上火星
翁米米歸功不給答案的媽媽 11

*看見高中職階段孩子的亮點 17

柒、生命教育文章 20

*【台大學子事件】關於生命，那些學校沒教的事！ 20

*提升孩子問題解決力的43個引導問句 23

捌、性平教育文章 26

*成Deepfake「變臉片」受害者怎麼辦？
iWIN教你三步驟處理，移除網路影像 26

*從三個案例-談親子對話與性別平等教育 28

玖、復仇式色情事件防治宣導 34

壹拾、心理衛生與網路成癮相關資源 37

壹拾壹、生涯規劃相關資源與考試變革 38

附件、親師座談會-場地圖 41

壹、校長的話

歡迎參加親師座談會

校長 陳啓聰

有鑑於108新課綱正式實施及學生升學需求與日俱增，而升學管道日漸多元，所以親職座談會特別針對高一家長辦理「108新課綱暨學習歷程檔案宣導」及高三家長開辦「升學技專院校講座」活動，期能增進家長對於新課綱及多元升學管道的瞭解，進而協助孩子及早立下目標，把握方向，勇敢的追求美好未來。特邀請各位家長一起來關心學校和陪伴孩子成長，期盼能透過親師合作，讓孩子因為大家共同的關懷與支持，得到適性發展的機會。

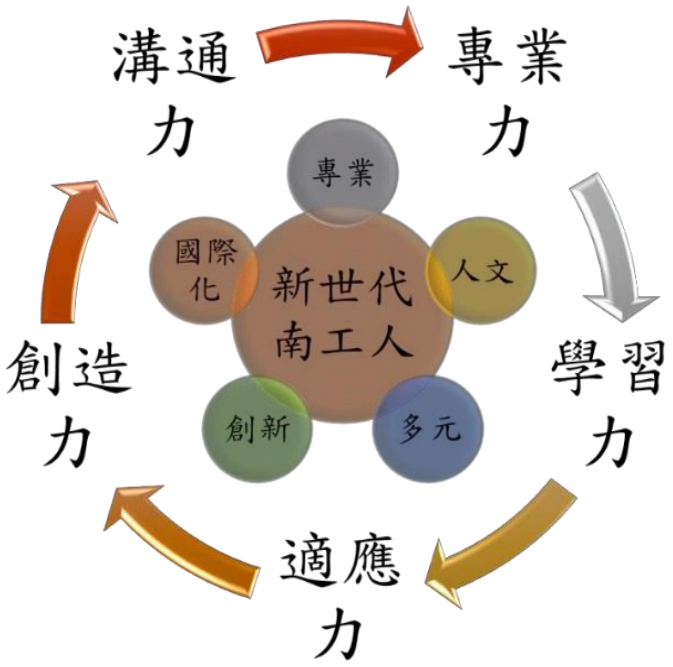
孩子就讀台南高工就是優質技職人才的保證，這份殊榮代表著南工人的優質傳承和品牌責任。身為南工人的一份子，不論是校長、老師、學生和家長，都應通力合作點亮南工品牌。

一、學校發展願景

1. 邁向精緻卓越升學導向型工業學校。

2. 培養具備多元智慧新世紀的南工人。

建構適性學習型學校，開辦多元發展適性揚才課程，提供適性全人教育，推動「友善校園」落實學生學習、生活、生涯輔導；強化資訊與外語能力，培養學生自主學習與國際接軌的能力，並重視學生社團活動，增進跨領域的學習。



培養具備多元智慧新世代的南工人

二、經營理念與目標

（一）經營理念

1. 承傳南工溫馨校風，營造優質學習型校園。
2. 建立以學生為中心、教學優先的效能行政。
3. 維護教師專業自主，尊重家長的教育參與。
4. 發展社群夥伴連結，共享教育的資源平台。

（二）經營目標

1. 在辦學方向上--實施全人教育，建構溫馨校園，奠立終身學習的基礎，以達成優質適性發展的全人教育目標。
2. 在教育信念上--以「學生第一，教師為先，家長參與、行政效率」朝向「教育全人化、輔導全面化、行政效率化、資源社區化、學習快樂化」發展。
3. 在實際作法上--尊重教師專業自主權，維護家長的教育選擇權，發揮學校行政裁量權，以落實學生的學習權及受教權。
4. 在行政的作為上--以服務理念支援教學、服務教學及導引教學為主軸，以行動力、持續力及反省力來自我省思。

三、學習成果

過去一年來，南工在全體教職員工生共同努力之下，展現出以下優秀成績：

(一)在升學上：

110年應屆畢業生錄取國立大專院校(含軍警)469人，比去年提升近2.5%。國立院校錄取率為 62.5%，其中錄取臺灣科大33人，臺北科大45人、雲林科大53人、高雄科大150人。

(二)在技藝競賽上：

1.在第51屆全國技能競賽板金、鑄造、冷作等三職種中，榮獲青年組**3金1銅二優勝三佳作。**

2.109學年度工業類科學生技藝競賽榮獲**8金手獎及9優勝**。

3.110年專題及創意製作競賽榮獲機械群專題組組佳作。

(三)在運動及才藝競賽上：

1.運動競賽

項次	時間	比賽名稱	名次
1	109 年 9 月底	臺南市中小學游泳錦標賽	第四名
2	109 年 11 月中	全國華宗盃排球錦標賽乙組	高男組第五名
3	109 年 11 月底	臺南市主委盃排球錦標賽乙組	高男組冠軍
4	109 年 9 月	臺南市議長盃錦標賽乙組	高男組第三名
5	109 年 12 月初	高級中等籃球聯賽臺南市預賽	高男組冠軍
6	109 年 11 月	臺南市中小學木球錦標賽	高男組錦標冠軍
7	109 年 11 月	臺南市中小學桌球錦標賽	表現優異
8	109 年 12 月初	屏東大鵬灣 LAVA TRI 鐵人三項接力比賽	公開男子組 51.5KM 第八名
9	109 年 12 月下旬	市中運 游泳 羽球高男 羽球高女 空手道高男 桌球高男雙打 木球高男團體 球道雙料 桿數雙打 桿數賽個人 田徑總錦標	分別為 第六名 第四名 第四名 第一名 第四名 冠軍 第三名 第二名 第六名
10	110	高男組自由車 4 人 高男組空手道 3 人 高男組木球 7 人	達到全國中等學校運動會參賽資格

2. 才藝競賽－臺南市110學年度學生美術比賽美術佳作

四、在校內工程建設上

（一）今年度已完成工程－

1. 機械科技館前原建築物保留修繕工程。
2. 機械科館公共藝術設置。
3. 自強館及操場側邊排水系統改善。
4. 自強館羽球場空間活化工程。
5. 校園防墜網工程。

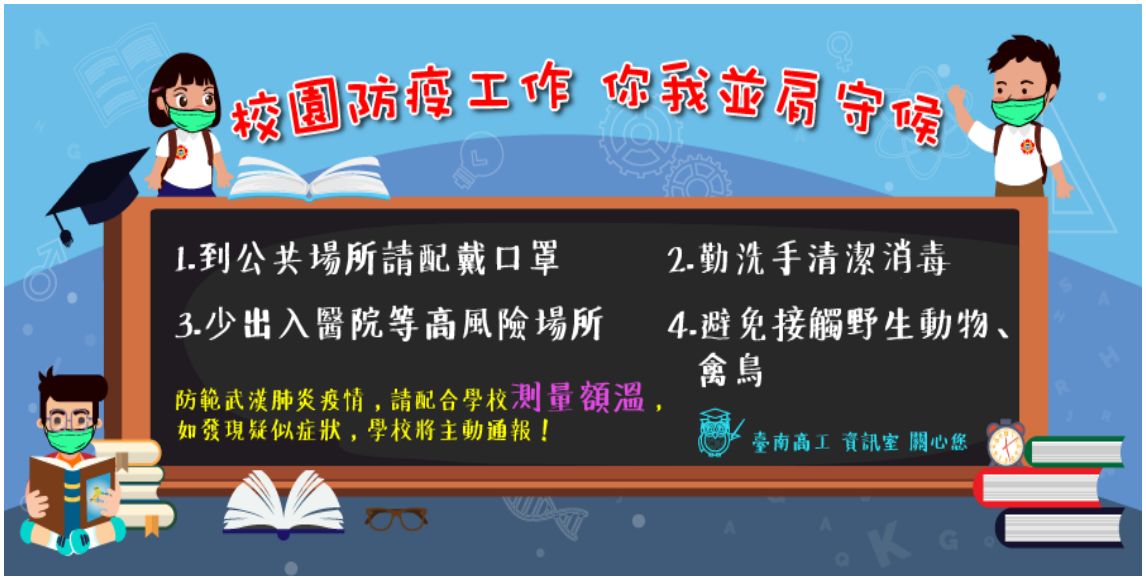
(二)進行中的工程

1. 鑄造館東側廁所修繕工程。
2. 籃球場及司令台後方鋪面修繕工程。
3. 自然科實驗室空間活化工程。
4. 校園安全監視系統。

（三）預計進行之工程－

1. 體育組棒球打擊練習場。
2. 校園排水及電力改善。
3. 大會議室廣播系統改善。
4. 建置工業機具博物館。

最後，再次感謝家長們的與會賜教，讓我們一同為南工孩子們的學習盡更多的心力，謝謝大家！

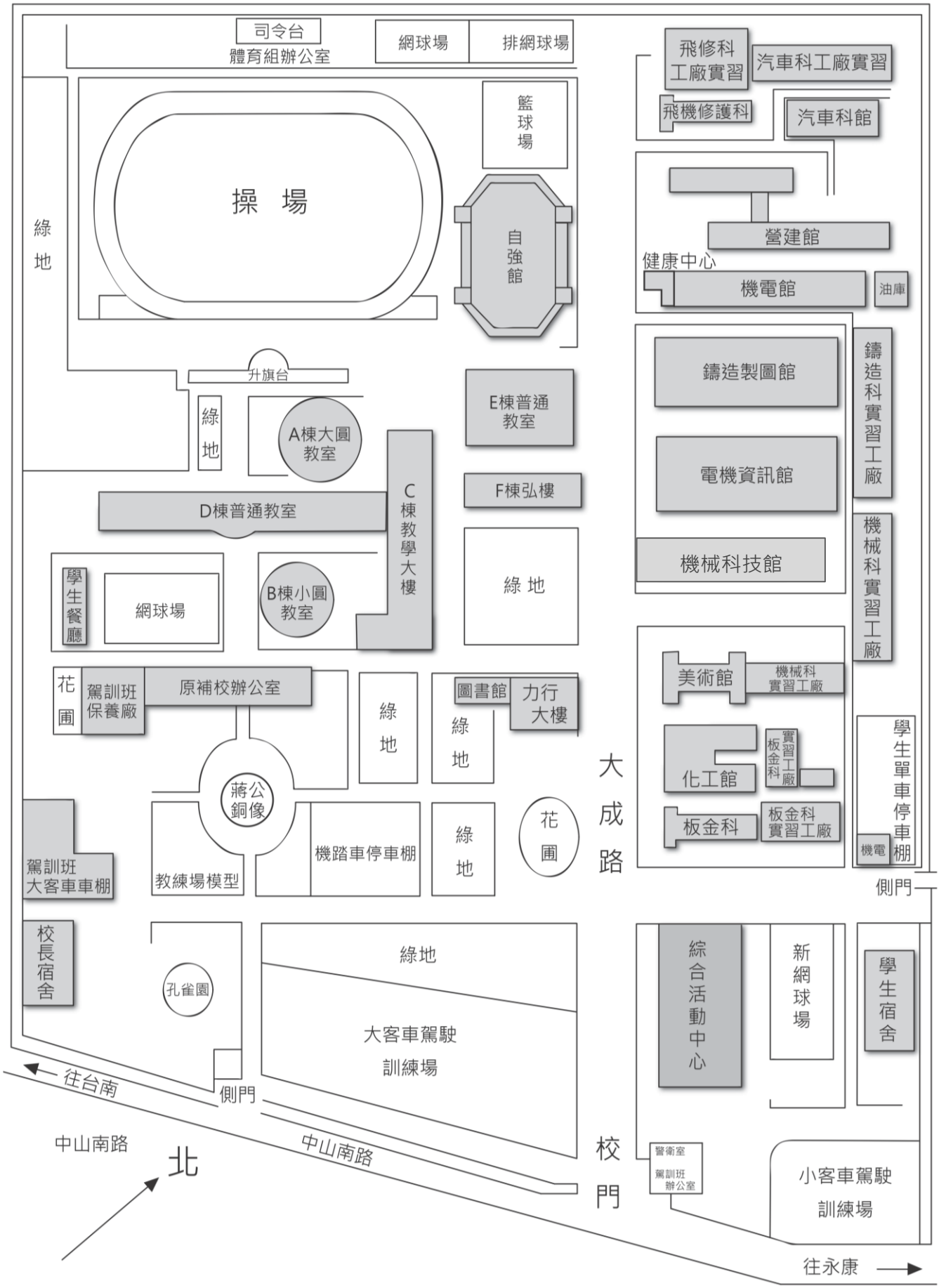


貳、110學年第一學期行事曆　電子檔路徑：南工網頁/訊息公告/行事曆

星期 月週次		週曆表 日	一	二	三	四	五	六	教務處.實習處	學務處.輔導室.其他
八月	預備	15	16	17	18	19	20	21	8/19 期初教學前準備會議(出席人員：科主任、研究會主席；教師列席）：09:00-10:30 8/20 科務會議與教學研究會08:30-09:40、校務會議：10:00-12:00、新課綱學習歷程宣導(全校)、教師研習、教學準備與教師共備：13：00-17：00 8/19 召開110學年度第一學期期初實習會議12:20	
	一	22	23	24	25	26	27	28	8/25 開學日 學生註冊：8:25~9:15　開學典禮：09:25-10:15校園環境整理：10:25-11:15 導師時間:11:20-12:10第五節正式上課 8/25 新生申請不參加輔導課截止 8/26 輔導課開始上課 8/26 上午第1、2、3節暑假作業考試（二、三年級國、英、數，一年級正常上課） 8/25-9/8職安宣導週	8/25 開學典禮：9:25~10:15(操場，下雨則改在活動中心) 8/25 期初導師會議暨教育人員反毒增能研習暨特定人員審查會議 8/25 全校大掃除(6、7節) 8/25-8/31 友善校園週系列活動 8/25-9/10 高一天方系統填寫(配合生涯規劃課)
九月	二	29	30	31	1	2	3	4	8/31 召開110年寒假輔導及110學年度第二學期第8節輔導課協調會議(科主任與領域主席) 8/31前上網公告110學年度第一學期各科教師公開授課名單 9/1 二年級彈性學習時間第一階段開始 9/1 一年級彈性學習時間校特色課程第一階段１(法治時間-學務處)，三年級彈性學習時間第一階段１ 9/1 特教班新、舊生IEP會議 9/3 前繳交教學進度表及教師專業社群、教學研究會會議記錄完畢	8/30 社團選填時間(8/30-9/6) 9/1 第五節幹部訓練(各處室) 9/1 一、二年級法治教育宣導（6、7節）＆友善校園週系列活動（交通安全） 9/3 期初午餐供應會12:00 9/3 110年第三次健康促進會議09:00 9/4 新生盃3對3籃球賽、排球賽 8/30-10/1 高二高三天方系統填寫與修正
	三	5	6	7	8	9	10	11	9/6 110學年度第一學期特殊教育推行委員會 9/8 一年級彈性學習時間校特色課程第一階段２(第6節課綱宣導與彈性選課-教務處)(第7節各科帶開-課程諮詢教師)　三年級彈性課程第一階段２ 9/11(六)補9/20(一)課程(無輔導課)	9/8 第1次防災演練（併升旗實施） 9/8 二年級性平入班宣導(學務處+輔導室) 9/6-9/17 期初認輔意願調查
	四	12	13	14	15	16	17	18	9/14 召開學生學習歷程工作委員會 9/15 一年級彈性學習時間校特色課程第一階段３(性平教育-學務處) 三年級彈性學習時間第一階段３	9/13 合作教育盃科際球類競賽開始(16:05~) 9/15 第2次防災演練（併升旗實施） 9/15 防制學生藥物濫用校園宣導(6、7節) 9/15 二年級性教育&愛滋防治宣講 9/17 國家防災日9：21 9/13-17 原住民學生座談會12:40-13:10
	五	19	20	21	22	23	24	25	9/20 中秋節彈性放假　9/21 中秋節放假 9/22-10/1 一、二、三年級彈性學習時間第二階段選課 9/23 召開第一次課程發展委員會 9/24 召開110年度第三次職業安全衛生委員會議12:20	9/22 工讀及賃居生座談會（營建科技館）12：40-14：15 9/22 社團(1) 9/23 110年度第二次防護團08：10-12：10
	六	26	27	28	29	30	1	2	9/29-10/3 第51屆全國技能競賽決賽	9/28 教師節敬師活動 9/29 社團(2)
十月	七	3	4	5	6	7	8	9	10/5-10/6第一次期中評量(無輔導課) 10/8 召開110年度在校生丙檢臺南分區業務檢討會	10/6 社團(3)
	八	10	11	12	13	14	15	16	10/10 國慶日　10/11 國慶日補(放)假 10/13 二年級彈性學習時間第一階段結束 10/13 一、三年級彈性學習時間第二階段１ 10/13 期中評量輸入成績截止 10/13 二年級職安講座14:20-15:50 10/16 台糖內部升等考試	10/13 二年級講座(6、7 節) 10/13 期初認輔會議12:20-13:10
	九	17	18	19	20	21	22	23	10/20 二年級彈性學習時間第二階段開始 10/20 一、三年級彈性學習時間第二階段２ 10/21-22 三年級第一次模擬考	10/20 二年級實彈射擊示範(6、7節) 10/20 期中學務暨導師會議(營建科技館)14:30-16:00

	十	24	25	26	27	28	29	30	10/27 一、二年級英、數、國抽考(上午第2、3、4節) 10/27 一、二年級第一次英聽測驗(班會時間)	10/27 社團(4) 10/30 學生家長反毒增能研習(配合親師座談時間) 10/27 高一高三親師座談會行前會(第6節) 10/30 高一高三親師座談會、親職講座8:00-12:10
十一月	十一	31	1	2	3	4	5	6	11/3 一、三年級彈性學習時間第二階段３ 11/3 特教研習 11/6-14 2021年第二屆臺灣科學節 11/4 110學年度工業類科學生技藝競賽賽前會議12:15	11/3 二年級講座(6、7 節) 11/3 捐血活動12:30-16:00 11/3 教職員工環境教育講座 暫定11月份實施二年級實彈射擊
	十二	7	8	9	10	11	12	13	11/8-11/19 一、二、三年級彈性學習時間第三階段選課 11/10前召開教學研究會完畢(訂定下學期書單) 11/7 110年度全國技術士檢定第二梯次學(術)科測試 11/13 台糖招考新進人員考試	11/10 社團(5) 11/11-12 運動會會前賽(6、7節)
	十三	14	15	16	17	18	19	20	11/18-11/19 第二次期中評量(無輔導課) 調查寒假輔導開課班級及110學年度第2學期第8節輔導課	11/17 社團(6)
		21	22	23	24	25	26	27	11/22-11/26辦理工業類科技藝競賽(停課) 11/23-11/26 110學年度工業類科學生技藝競賽	
十二月	十四	28	29	30	1	2	3	4	11/29-12/10 110學年度第二學期彈性學習時間及選修課程選課 12/1 二年級彈性學習時間第二階段結束 查對各科教學進度表 12/3 召開110年度第四次職業安全衛生委員會議12:20	12/1 合作盃整潔競賽12:40-14:50 12/1 健促盃廁所美化整潔競賽12:40-14:50 12/2-3 運動會 11/29-12/1 轉科學生適性輔導申請 12/ 1台科大科系介紹講座(5、6節)
	十五	5	6	7	8	9	10	11	12/8 一、三年級彈性學習時間第三階段１ 12/8 二年級彈性學習時間第三階段開始 12/8一年級作業抽查、12/9二年級作業抽查、12/10三年級作業抽查 12/7一年級實習報告抽查、12/8二年級實習報告抽查	12/8 二年級講座(6、7節) 12/8-10 週記抽查(12/8一年級、12/9二年級、12/10三年級)
	十六	12	13	14	15	16	17	18	12/14-15 三年級第二次模擬考 12/15 一、三年級彈性學習時間第三階段２ 12/17 期中評量輸入成績截止 12/18 110年全國性公民投票（各項活動及考試應避開）	12/15 二年級講座(6、7節)
	十七	19	20	21	22	23	24	25	12/19 110年度全國技術士檢定第三梯次學(術)科測試 12/23-12/30 111年度全國專題暨創意製作競賽校內競賽報名 12/24 召開111年度在校生丙檢報名工作協調會	12/22 一、二、三年級音樂會(6、7節)
	十八	26	27	28	29	30	31	1	12/29 國語文競賽(第6-7節/力行大樓三樓) 12/29 一、三年級彈性學習時間第三階段３ 12/31 元旦彈性放假 1/1 元旦放假	12/29 二年級講座(6、7節) 12/29 110-2代收代辦會議
一月	十九	2	3	4	5	6	7	8	1/4 課程評鑑會議 1/5 一、二年級第二次英聽測驗(班會時間) 1/5 特教班/資源班期末IEP會議 1/3-1/14 111 年度在校生丙檢集體報名 1/6 110學年度第一學期期末實習會議12:20	1/5 社團評鑑(7) 1/7 期末午餐供應會12:20 1/7 110年第四次健康促進會議09:00 1/5 輔導工作委員會12:20-13:10
	廿	9	10	11	12	13	14	15	1/11 輔導課上課後結束 1/12 二年級彈性學習時間第三階段結束	1/12 期末學務暨導師會議(營建科技館)14:30-16:00 1/12 一、二、三年級講座（亞果劇場）(6、7節) 1/12 期末認輔會議暨教師輔導知能研習12:20-16:00
	廿一	16	17	18	19	20	21	22	1/17-19 期末評量 1/20 休業式，10:00校務會議； 1/21 寒假開始	
	寒假	23	24	25	26	27	28	29	1/24 期末評量輸入成績截止 預計1/24-28寒假課業輔導； 2/7-2/8補考 2/9 學生課程學習成果上傳截止日 2/11 教師課程學習成果認證截止日	

參、校園平面圖


司令台
體育組辦公室
網球場
排網球場
飛修科
工廠實習
汽車科工廠實習
飛機修護科
汽車科館
籃球場
操　場
自強館
營建館
健康中心
機電館
油庫
綠地
升旗台
綠地
A棟大圓教室
E棟普通教室
鑄造製圖館
鑄造科實習工廠
電機資訊館
F棟弘樓
D棟普通教室
C棟教學大樓
機械科技館
機械科實習工廠
學生餐廳
網球場
B棟小圓教室
綠地
美術館
機械科實習工廠
花圃
駕訓班保養廠
原補校辦公室
綠地
圖書館
力行大樓
綠地
化工館
實習工廠
板金科
學生單車停車棚
蔣公銅像
大成路
板金科
板金科實習工廠
機電
駕訓班大客車車棚
教練場模型
機踏車停車棚
綠地
花圃
側門
校長宿舍
孔雀園
綠地
大客車駕駛訓練場
綜合活動中心
新網球場
學生宿舍
往台南
側門
中山南路
中山南路
北
校門
警衛室
駕訓班辦公室
小客車駕駛訓練場
往永康

肆、各班導師及主責輔導老師

	導師	班級	辦公室&分機	導師	班級	辦公室&分機	導師	班級	辦公室&分機
A 機械 電機 板金 飛修 土木 建築 實技	蔡志銘 309			機械-蔡志銘　　建築電繪-諶淑真 電機土木-黃暐純 飛機汽修-陳佩萱 板金-盧綵蓉			黃暐純309		
	林泰亨	機三甲	機械科 286	洪嘉蓮	機械二甲	導二334	陳煜昇	機械一甲	機械科286
	江睿丞	機三乙	專二 244	李婉榕	機械二乙	導二334	鄭仕明	機械一乙	機械科286
	陳春明	機三丙	機械科 286	吳家宏	機械二丙	機械科286	吳俊仁	機械一丙	機械科286
	黃子健	電三甲	電機科245	李易陞	電機二甲	電機科245	蔡桂蓉	電機一甲	電機科245
	陳冠良	電三乙	電機科245	黃玉雪	電機二乙	導四333	林昱勳	電機一乙	電機科245
	郭曉青	建築三	導三 264	翁漱璞	建築二甲	建築科250	陳惠雁	建築一甲	專二244
	王湘羚	土木三	專一 332	柯詩吟	土木二甲	土木科251	張嘉純	土木一甲	專一332
	周靜涓	板三甲	專一 332	林柏村	板金二甲	板金科241	吳佩樺	板金一甲	專一332
	李俊毅	板三乙	板金科241	楊宗瑋	板金二乙	板金科241	賴嘉宏	板金一乙	板金科241
	楊艾甄	飛修三	導一 277	蔡明穎	飛修二甲	導二334	楊喻婷	飛修一甲	導一277
	陳彥名	電繪三甲	製圖科 255	張士元	電繪二甲	製圖科280	倪婕炘	電繪一甲	導四333
	敖克定	機板三甲	板金科 241	謝孟翰	汽修二甲	汽車科253	魏志興	電繪一乙	導三264
B 資訊 電子 製圖 化工 鑄造 汽車 職能	諶淑真 309			盧綵蓉 309			陳佩萱309		
	楊川賢	職能三甲	特教組 308	黃蕙蓮	職能二甲	特教組308	林怡秀	職能一甲	特教組308
	許妤姍	職能三乙	特教組 308	施秀治	職能二乙	特教組308	石欣祥	職能一乙	特教組308
	張政欽	電子三甲	電子科248	林芷儀	電子二甲	導三264	洪廷欣	電子一甲	電子科248
	張玉玲	電子三乙	導三 264	王新慧	電子二乙	導二334	王怡婷	電子一乙	電子科248
	謝韋芸	資三甲	資訊科271	吳棨舜	資訊二甲	體育組254	梁瑛倩	資訊一甲	專二244
	龔政旭	資三乙	體育組254	張伶慧	資訊二乙	專一332	吳宗憲	資訊一乙	資訊科271
	許維鴻	化三甲	化工科246	李承俊	化工二甲	化工科246	戴妙玲	化工一甲	導一277
	廖幸瑜	化三乙	體育組254	蘇智全	化工二乙	導二334	蔡政憲	化工一乙	化工科246
	吳政沅	汽車三	汽車科253	魏睿德	汽車二甲	汽車科253	黃一展	汽車一甲	汽車科253
	黃子育	製圖三甲	製圖科255	陳金弟	製圖二甲	製圖科280	陳冠至	製圖一甲	製圖科280
	林伯煒	製圖三乙	製圖科 255	黃政維	製圖二乙	體育組254	周穎	製圖一乙	導二334
	林智玲	鑄造三	鑄造科249	劉韻蘋	鑄造二甲	專三284	陳家吉	鑄造一甲	導一277

多元學習中心個管老師　分機343

吳亞柔	王淳薏	林心瑜
電子、化工、飛修、鑄造、電繪、機板	機械、電機、建築、土木	資訊、汽車、汽修、製圖、板金

伍、各單位分機

總機：06-2322131
06-2322132

臺南高工各單位電話分機表

1100810修訂

校長室	校長	220
	宿舍	235
秘書室	秘書	225、263
教務處	主任	103
	教學組	234
	註冊組	272
	設備組	233
	課務組	158
	特教組	308、3022926(專線)
		336(築夢園)、168(調飲)
		163(烘培)、113(中餐)
		111(洗車)
	多元學習中心	343、3039981(專線)
學務處	主任	231
	訓育組	203、266
	衛生組	205、266
	主任教官	232、2042492(專線)
	教官值勤室 校安人員	265
	體育組	254、2028673(專線)
總務處	主任	258、2042490(專線)
	文書組	229(組長)、201(組員)
	出納組	243、105
	庶務組	330
	總機	267
	採購	270、282
	財產管理	230
	水電	285
	工友室	289
	檔案室	222
實習處	主任	236
	實習組	279
	就業組	262
	實用技能組	290
主計室	主任	228、2018149(專線)
	組員(蘭怡君)	261
	組員(黃鈺婷)	341
	組員(陳詠方)	342
人事室	主任	278
	組員	223
輔導室	主任	227
	輔導教師	309
進修部	主任、教學組	221、283
	學務、生輔組	269、331(註冊組)
資訊室	主任	237
	組員	274
駕訓班	主任	288、2027886(專線)
	辦公室	268
	保養場	287

機械科	286(主任)、273(辦公室)、247(工具室)	
板金科	241、345	
鑄造科	313、249	
製圖科	280(主任)、255(技士)	
電機科	245	
電子科	248、276	
資訊科	271、338	
汽車科	253、281	
飛修科	252	
土木科	251	
建築科	250	
化工科	294(主任)、246	
土木與建築群科中心	301	
專任教室	332(一)、244(二)、284(三)	
導師室	277(一)、334(二)、 264(三)、333(四)	
圖書館	238	
教師會	311(大圓3F)	
健康中心	257	
學生餐廳 三樓套房	302、303、304、307	
音樂教室	295	
美術館	310	
合作社	224	
便利超商	300、6027355	
理髮部	259	
學生宿舍	265	
學生餐廳	239、2030310(專線)	
單身宿舍	256、3039421(專線)	
傳達室(校門口)	226	
永康社區大學	大灣本部	2722869、2722176
	南工分部	3038938
	南工分部上班時間：下午1400~2200	

各處室傳真機		
	校長室	2326045
	秘書室	2337880
	教務處	2021803
	學務處	2021802
	總務處	2335725
	實習處	2334955
	人事室	2334952
	主計室	2026491
	輔導室	2333373
	圖書館	2021801
	進修部	2031860
	員生社	2331950
	駕訓班	2321903

修正內容：
新增「教務處課務組」分機158
「土木與建築群科中心」移出教務處，分機維持301

陸、生涯教育文章

全球百大影響力人物：首次讓直升機上火星 翁米米歸功不給答案的媽媽

2021.09.28　摘自：自親子天下 生涯探索類　黃敦晴

https://www.parenting.com.tw/article/5090867

資料來源：美國時代雜誌2021最有影響力的100人、英國BBC News、NASA官網、紐約時報）

物質生活不豐，常仰望星空的緬甸小女孩，長大後成為讓航空器能在另一個星球上飛行的100大影響力人物。

翁米米（Mimi Aung）把成就歸功於講究邏輯、踏實，卻不願教她解題，告訴她「沒有捷徑」的媽媽。

翁米米主導史上第一次太陽能無人直升機飛上火星的計畫，她說，這一切成果來自於告訴她「解題沒有捷徑」的母親。

在美國《時代雜誌》（Time）新公布的2021最具影響力100人名單中，有個很可愛的亞洲名字「翁米米」（Mimi Aung）。

照片裡的翁米米，也的確長得可愛。素顏直髮，笑容甜美，說起話來快言快語的模樣，常讓人聯想到大學裡的研究生，但卻已跟英國哈利王子夫婦等政治人物、企業家馬斯克、黃仁勳（NVIDIA共同創辦人）與庫克、體育明星大谷翔平與大坂直美、建築師隈研吾等名人同榜。

其實，翁米米已經在美國國家航空暨太空總署（NASA）工作了三十年，還有二個正在唸高中的孩子。但參訪的客人，總是驚訝地愛問她幾歲，笑說她應該10歲就入行了吧，不然哪裡來的30年經驗。此外，這也不是她第一次進入名人榜，早在2019年，她就已經被 BBC 選為全球最頂尖的100位女性之一。

主導史上第一次太陽能無人直升機飛上火星

翁米米的成就，的確很了不起。長久以來，人們一直在想，有沒有可能登陸火星，在火星上探測、甚至殖民。但是也苦於火星空氣稀薄，密度只有地球大氣層的1%，而且氣候嚴寒，最低溫大約攝氏負100度，不但不易飛行或移動，還很難久留與深入了解。但是翁米米率領的團隊，在今年4月有了重大突破。

他們在地面送出一台太陽能無人直升機「機智號」（Ingenuity）到火星，而且在火星地面上三公尺左右的高度盤旋，這等同是在地球上飛到聖母峰三倍的高度，還飛了40秒。為此，翁米米必須跟團隊一起設計超輕量、不到二公斤的直升機，還要搭載攝影機、電池與太陽能板、傳感器、高度計、危險探測器，以及可以自動控制、每秒運算500次以上的微處理器。這一整套組合，不但要夠輕，還要夠堅固，才能承受火箭從地球發射、在大氣層與太空中、甚至到了火星的各種摩擦與衝擊，更不能在半路飄遠、迷路了。

當團隊確認任務成功時，她高興得舉手撕掉手中的一張紙，那是原來預備在任務失敗時，要發表的談話。這一幕，被許多媒體拍攝特寫，對比成功得來有多不易。

這個突破，被譽為跟萊特兄弟發明飛機一樣的革命性。因為這代表人們未來可以用這種方式克服空氣稀薄與氣候問題，探勘太空人或其他機器到不了的地方，也可以更進一步偵測其他星球的環境，或從事其他任務。

「我們現在可以說，人類已經讓一架航空器在另一個星球上飛行了」，這是翁米米的詮釋。

媽媽的教養精神 「永遠別想從我這裡找到解題捷徑」

但更令人感興趣的是，翁米米不管在分享成就、說明這些科學發明、與年輕一代分享職涯經驗、TED 演講、媒體訪談，或是各式得獎感言中，都會提到、歸功的米米媽。

翁米米是緬甸人，但是米米媽的教養法，完全顛覆那一代的亞裔媽媽。

米米媽跟米米爸在美國留學時認識、結婚，在1968年生下翁米米，當時媽媽念的是數學博士，也是緬甸的第一位女性數學博士，爸爸則專攻化學。他們在翁米米二歲半時，回到緬甸。

亞洲人重視教育的精神，在翁米米家裡徹底展現。但是她的爸媽並不是像虎爸虎媽一樣，排滿她的行程，或者嚴格要求成績。翁米米常說，她受到數學博士媽媽的影響很大，因為在耳濡目染下，翁米米也很喜歡數學，而且媽媽很重視與教她解決問題的能力。

但這並不是一般亞裔學生的一直反覆練習解數學習題。她的媽媽教她，解題沒有捷徑，不要想抄近路。有一次她玩一個數學遊戲時，問媽媽一個繁瑣的數學題，媽媽就從原理和方向說起。

她實在不耐煩，就問媽媽，到底要怎麼做，想要趕快知道答案是什麼；沒想到，平時說話溫和的媽媽板起臉堅決得說，「永遠、永遠別想從我這裡找到捷徑」。這句話，對她帶來很大的衝擊，也成為日後面臨繁瑣的事務時，不斷提醒自己的忠言，讓她知道要靠自己，要下決心，而能靜下心來一步一步處理。當年輕一代問她成功的訣竅時，她總會講起這個故事，強調「成功沒有捷徑」。

領導多元團隊 像解方程式一樣嚴謹

翁米米的天資優異，好奇，也樂於接受各種刺激。

11歲時，她跟著父母搬到馬來西亞。到了16歲時，爸媽知道她可以接受更多挑戰與成長，就讓她單獨到美國求學，住在伊利諾州的朋友家。她喜歡數學，不過爸媽鼓勵她讀更能應用的學科，她也不負期許，進了當地在美國電機工程名列前茅的伊利諾大學電機系，完成大學與碩士學業，直接進入這個行業。

她在一段訪談影片中說，當她第一次聽到在火星上飛行這樣的任務，也知道火星大氣稀薄時，就很好奇，也很受挑動。

但要完成這樣難的任務，要搞定人，也要搞定事。這個計畫耗時費日，而且常有突發問題要解決。團隊裡有人因此延後蜜月旅行，取消假期則是家常便飯。她在緬甸與馬來西亞長大，到了美國難免有文化衝擊，需要適應。但沒有捷徑與後路，讓她知道要靠自己，也要融入環境，這造就了她與多元團隊共處的智慧。

在她的機智號計畫裡，首席工程師是來自印度，飛行員則是來自挪威。當然，成員裡，還有不少美國人。她在美國心臟地帶、中西部求學，接觸大量道地美國文化，對於領導這個計畫，協調各方，都很有幫助。

面對事情的困難，她再次歸功於米米媽。她說，媽媽從小就很強調邏輯，非常務實，像解方程式一樣嚴謹，這成為她面對挑戰時倚賴的基石。當要做沒有人做過的事情時，從發想到驗證，就是要講究邏輯，穩穩得建立在基本面上，一步步疊上去。

在過程中，他們還在實驗室架了一台攝影機，直播團隊打造這架直升機的過程。另外，她從小就看著媽媽遇到什麼事都很堅毅的樣子，加上真的很喜歡這個工作，也成為她在面對難題時，心中一股篤定的力量。

將來在火星上 男生、女生會一樣多

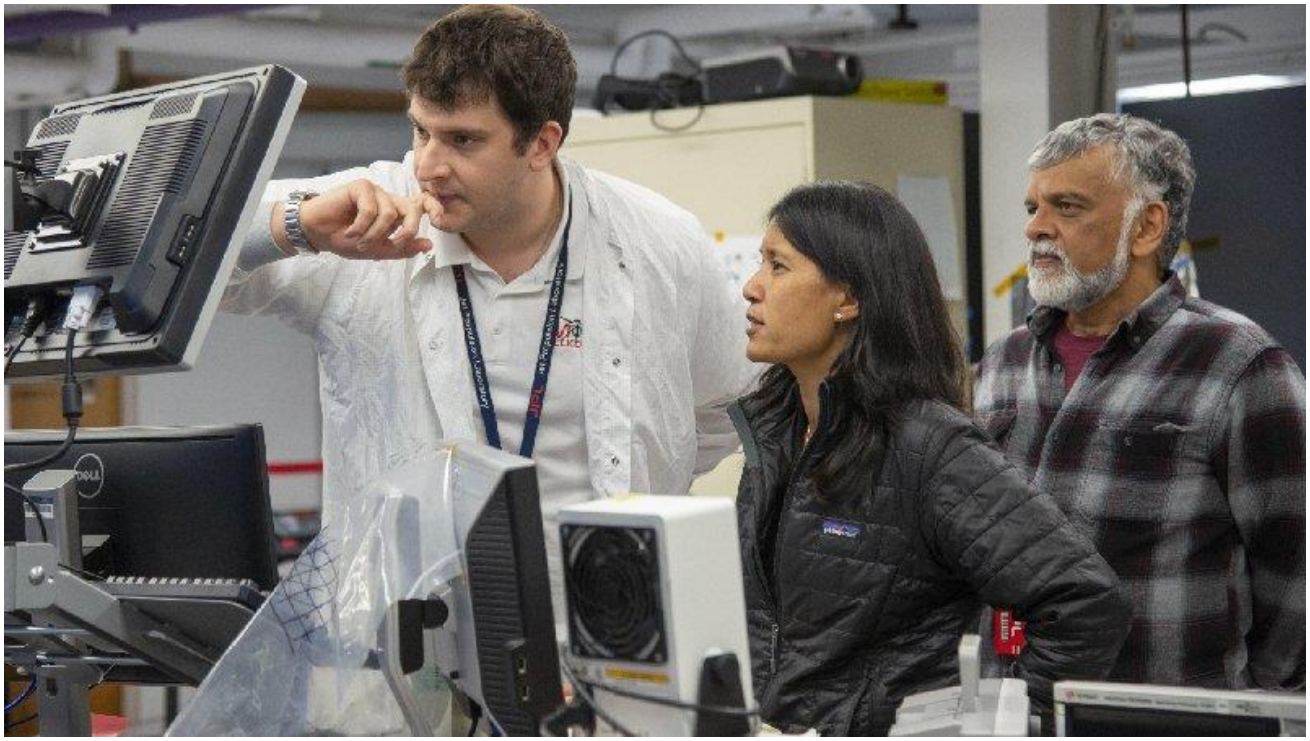
她說，對她而言，在NASA工作，真的是一種特權和難得無比的機會，每天都非常感恩，覺得非常可貴。

當她還是個在緬甸的小女孩時，那個年代，緬甸知識份子家庭的物質生活並不豐裕，沒有什麼娛樂。她常常仰望星空，還想過，宇宙還有其他人類嗎？我們是不是單獨的存在？

她不敢想像，有一天竟然會在另一個國家，在這樣的一個團隊中，積極參與太空探險。

因為她的言談總是流露對工作的熱情與母親的啟發，人們也很好奇她的個人生活與如何教育孩子。不過她說，她太忙了，除了每天的工時很長，還常常出差不在家。但是她的用詞不是怨嘆工作使她犧牲家庭時間，或是歉疚沒有陪家人，而是謝謝家人，讓她覺得被支持。因為家人知道她需要他們，以及他們的體諒，讓她更可以有所突破。這樣的說法，也讓家人跟她共享榮耀。

她沒有明說要職業婦女要如何轉念，或是社會要如何支持女性的發展。但是用她的觀察，為更多的女性打氣。她指出，目前NASA大約有三分之一的科學和工程人員是女性，這些女性每天跟男生一起，做困難的事情，討論困難的問題，進行困難的決定。她預見，有一天，人類會上火星，而且屆時，在火星上男生跟女生的人數會一樣多！



翁米米（圖中）主導史上第一次太陽能無人直升機飛上火星的計畫，她說，這一切成果來自於告訴她「解題沒有捷徑」的母親。取自NASA/JPL-Caltech

看見高中職階段孩子的亮點

作者：盧綵蓉諮商心理師

在孩子成長重要的黃金三年中，父母對於教育的重視與關懷是孩子成長的助力，我們要一起陪伴孩子度過這關鍵期，需要家庭和學校相互合作，希望每位進入南工的孩子皆能快樂成長、活用優勢能力和開展屬於自己的未來，因此父母需要多些正向眼光，多付出一些愛與耐心，多花一些時間與心力在孩子的學習成長上。這將是為人父母的榮耀，也是今生最佳的投資、今世最大的報償!

一般說來，在高中職階段的孩子需要完成的目標，包含：

1. 近程目標：適應學校生活、探索興趣和能力、學習知識技能及做人處事的道理。
2. 中程目標：思索生涯價值、做好升學或就業的準備，提升專業能力和態度，例如：一般能力方面如團隊工作、解決問題，接受現實生活壓力與挫折的能力；專業能力方面，如專業知識和證照的考取。
3. 遠程目標：全力實現自我、發展專長，選擇就業或就學等適合自己的人生道路，並能貢獻所學，成為一個有用的人。

高一正處於自我探索的過程，父母可以協助孩子從瞭解自我著手，包含：

1. 對自我的探索：瞭解自己的興趣、能力、性向及價值觀等。

（1）孩子需要對自己有正確的認識，而父母是孩子自我認識的重要來源，我們可以誠懇的告訴孩子您對他的觀察與看法，讓他能真正了解與認識自己，例如：媽媽看到你在做實習作品時留著汗、絞盡腦汁，努力地想要完成的堅持，真的很不容易，我也被你的精神所感動。

(2) 提供孩子鼓勵、肯定：讓孩子有信心，真誠的告訴孩子您所看到的長處與優點。

例如：孩子每天早晨起床時，您可以說:「我觀察到你每天可以(**意圖告訴孩子你是有能力的**)準時起床、不用媽媽一直叫你，你是一個很有責任感和能夠自我管理(**意圖告訴孩子他的優點和能力**)的人，媽媽很高興有你這樣的孩子(**意圖讓孩子知道父母愛他和以他為榮**)。」

例如: 孩子在和您討論班上不愉快或是相關事務時，縱使您覺得不喜歡他所談的內容…

您可以這樣說:「爸爸發現你在描述班上發生什麼事情時，你是一個會(**意圖告訴孩子你是有能力的**)觀察事情、關懷他人、喜歡參與班上事務、有正義感、願意分享和有想法的孩子(**意圖告訴孩子他的優點和能力**)，如果媽媽/老師(**重要他人**)知道你是一個這麼關心班上的人，她一定會以你為榮！(**意圖告訴孩子，大家都有看到和肯定你的表現**)

(3)提供自我抉擇的機會，例如：「我今天要不要留在科館自習？」「我要不要去補習？」孩子則能從學習決定的過程中獲得控制感、能力感和有機會探索自己喜愛的人、事與物。

(4)父母可以從孩子喜歡做的事情開始觀察、與孩子討論他們喜愛的東西，並讓他們從生活中去操作，嘗試不同的經驗，從做中學中了解自己。

2. 對教育與職業的探索：了解高職學生未來的出路、工作世界及職業間的關係。

(1)協助孩子擴展對職業世界的認識：可以跟他分享職場故事或是實地探訪，鼓勵孩子重視學、術科並重的技能養成。

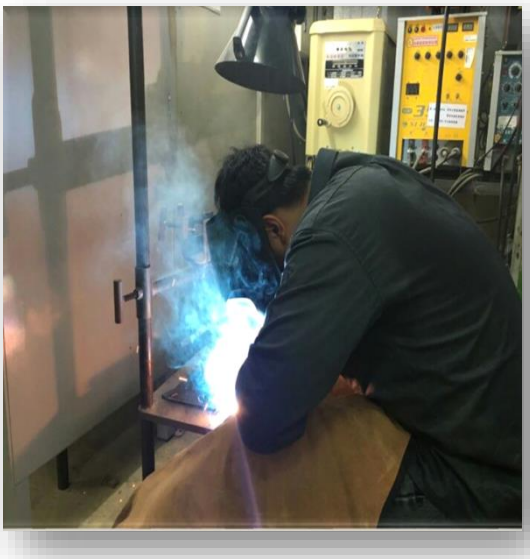
(2)建立對人、對事的判斷能力，例如:養成職場的實際應對能力，能認識、區別、判斷是非善惡，也能懂得觀察社會環境變化，更要能調整、適應、忍耐和等待等人生態度，這些都有賴父母經驗的分享與協助。

3. 對個人與環境關係的探索：了解父母的期望、家庭背景及社會的需求與職業間的關係。

(1) 父母可以和孩子一起分享家族成員選擇職業的考量、討論「好工作」和「好學校」的定義為何，這些定義是怎麼形成的？

這定義是來自您自身未完成的夢想、社會主流的價值觀、長輩的生活經驗，或是您對孩子的期待，透過討論試著了解孩子的想法與自己的相異之處。

(2) 父母可以鼓勵和放心地讓孩子到外地去活動，去嘗試生活經驗。成熟的父母，慢慢地懂得適時讓孩子離開家庭、擁有獨處的時間、學習自理和自創自己的天地，這才是真正幫助孩子長大成熟，邁向獨立自主之路。



磁磚

測量

柒、生命教育文章

【台大學子事件】 尤虹文：關於生命，那些學校沒教的事！

引自：遠見雜誌
作者：尤虹文音樂家
2021.11.12
https://www.gvm.com.tw/article/75821

青春正熾的學子，為何選擇殞落？近日，台大接連傳出學生輕生事件，引發社會反思：「頂大生」的頭銜是否太沉重？該如何織起保護網，才能搶救這些年輕學子？或許，那些學校沒教的事，才是生命的解方。

這些是所謂「資優生」「頂大生」光環下，許多學子的共同掙扎。此刻重溫娜塔麗柏曼、尤虹文的心路歷程，或許能讓迷途於黑暗之中的孩子，找到指引的光亮。

【哈佛沒有教我的三件事】

我的大學室友要在義大利結婚了，畢業後她在歐洲，我在紐約和亞洲，溫特洛普學院同窗時光一去不返。我寫《哈佛教我的十八堂人生必修課》，追憶曾經似水的花樣年華。

大學教給我們許多重要的課題：雙主修或多主修的潮流、博雅教育的求知方法、走向國際學堂或職場的準備。年少輕狂的我們意氣風發，試圖改變世界，其實還沒弄懂三件事：情緒管理於健康的重要、自信的泉源，以及幸福人生的真正定義。

珍視生命的價值 找到幸福的真諦

第一，人生勝利組不等於快樂。

好萊塢巨星娜塔麗柏曼回哈佛演講的時候，講述她的親身經歷：「當時19歲的我，好幾次和教授會面時不禁放聲大哭，甚至連早上從床上爬起來都有困難。」許多哈佛生都曾經因為壓力過大而罹患憂鬱症、崩潰，因為我們不懂情緒管理於健康的重要。

很多同學如同娜塔麗，雖然生命已經開始跟你示警了，身心靈狀態生病了，依然像拚命三郎一樣，要做到最好！不聆聽身體的訊號，不懂得人生最重要應該先養足精氣神，而不是一味爭求一些虛浮的東西：學位、舞台、評價、名氣。

第二，自信的泉源是什麼？

絕對不是你念什麼哈佛耶魯、你工作賺多少錢、你住多大的房子、你的小孩有多優秀、你的社經地位有多高、權力有多大。**自信的泉源應該是：不再迷失在完美主義的框架，而相信生命自有出路。**

完美主義是一種自我毀滅力超強又容易令人上癮的價值觀，不但不會幫助我們成功，反而跟憂鬱、焦慮、自殺率有極大關聯。

世界上沒有完美的人事物，**每個人都會不小心犯錯，每個人都有失敗下台的時候**。如果不能接受暫時的失敗和脆弱，就等於不接受我們身為人的核心價值。

第三，幸福人生的真正定義，在於願意做出承諾，而不求回報。

我周圍的所謂成功人士，他們或許有非常耀眼的履歷表，但是有些人的家庭一團糟；他們可能在事業上取得了巨大的成功，但是40、50歲健康出現重

大危機；他們可能來回全世界到處談deals，但是生病的時候，才發現自己有多無助、多孤獨，這些是我在哈佛的時候不懂的。

當年的我每天只想著，如何讓自己更強大、如何讓每分每秒都有意義、如何邁向成功，取得更高的投資報酬率。我沒有時間給朋友，沒有時間給家人，沒有時間照顧自己身心，更不懂幸福人生的真正定義。

或許這就是為什麼，這次我會排除萬難飛去義大利。我想跟多年不見的室友說，I will be there for you. 那些年我不懂的事，我現在懂了。

《遠見》關心您，若需要進一步協助，可聯繫以下單位

自殺防治
全國自殺防治中心

24小時安心專線：1925
生命線協談專線：1995
張老師專線：1980

提升孩子問題解決力的43個引導問句

摘自：遇見嘿狗狗－胡展誥諮商心理師 部落格
作者：胡展誥諮商心理師
2020.01.16
https://npchcg.pixnet.net/blog/post/230361243

比起幫助孩子解決問題，更重要的是幫他們長出解決問題的能力。

想要提升孩子問題解決的能力，要先培養他學會思考的能力。

培養孩子思考時，最直接的方式就是提供問句、引導他針對某件事情產生更多面向的想法。在這個過程中，多方思考、願意思考、學習表達，遠比想法本身的是非對錯來得更重要。在這裡，我提供一些面向，以及提問的句子供老師與家長做為引導孩子思考的參考：

【想法－面對這件事情，_____】

1. 你覺得誰是對的？為什麼？（拓展思考、探索價值）
2. 你覺得誰的行為不適當？為什麼？（拓展思考、探索價值）
3. 你覺得誰該道歉？如何道歉比較適當？（拓展思考、探索價值）
4. 你覺得自己的責任是什麼？可以如何調整？（提升自我覺察、負責）
5. 這裡面有誰你覺得值得學習？（探索正向的處理方式）
6. 你最欣賞誰的處理方式？（探索正向楷模）
7. 你們班同學最喜歡誰的行為？（探索正向楷模）
8. 老師是怎麼說的呢？（拓展觀點）
9. 你對老師的說法哪些同意，同意的是什麼？（拓展觀點）
10. 你對老師的說法哪些不太同意？原因是什麼？（拓展觀點）
11. 你猜，為什麼老師會這麼說？（拓展觀點、換位思考）
12. 我們剛剛說的想法，哪些讓你印象深刻？（重點整理）

【心情－面對這件事情，_____】

1. 你當時的心情如何？（被同理）
2. 你是不是覺得____（例如：委屈、生氣、開心、難過）？
3. （釐清情緒、被同理）
4. 那個時候有人了解你的心情嗎？（被同理）
5. 你最希望被理解的是什麼呢？（提升覺察）
6. 現在想起來，你的感受怎麼樣呢？（被同理）
7. 你最在意的部分是什麼？（覺察需求）
8. 之所有有這種心情，是因為想到什麼呢？（提升覺察）
9. 如果要讓心情好一些，你希望怎麼做？（為自己負責）
10. 我剛剛說的心情，哪些符合你的心情呢？（重點整理）

【行動－面對這件事情，_____】

1. 你用的行為哪些有效？（有效的方式可刻意保留）
2. 你用的行為那些無效？（讓孩子覺察無效的行為）
3. 你的解決方式從哪學來的？（了解孩子學習的管道與對象）
4. 你滿意自己的解決方式嗎？滿意的是什麼？還可以調整的是什麼？（自我覺察、調整策略）
5. 你之所以這麼做，是因為想到什麼？（覺察行為背後的動機）
6. 你欣賞誰的解決方式？（找尋楷模）
7. 你覺得誰來解決，結果會更好？（找尋楷模）
8. 除此之外，還有沒有想到其他方式？（拓展觀點）
9. 需要我提供一些意見嗎？（給予邀請、而非強迫接收）
10. 我剛剛說的方法，有哪些你可能會去試試看？（重點整理）

【發展更適當的策略－未來如果再遇到這件事，_____】

1. 你有什麼想法？
2. 你覺得自己會怎麼做？
3. 以前有哪些方式可以試試看？
4. 你覺得怎麼做可能對事情沒幫助？
5. 你覺得自己有把握的是？
6. 你覺得沒有把握的是？
7. 你希望我們可以幫你的是？
8. 你覺得可以找到誰來幫你？
9. 找人幫忙的時候，你會怎麼請求協助？
10. 怎麼說話，別人會更願意幫助你？
11. 如果別人找你幫忙，你能幫的是什麼？
12. 如果別人找你幫忙，你可能不會幫的是什麼？為什麼？

捌、性平教育文章

成Deepfake「變臉片」受害者怎麼辦？ iWIN教你三步驟處理，移除網路影像

摘自：數位時代　110.10.20
https://today.line.me/tw/v2/article/oqXEVZq?utm_source=lineshare

AI Deepfake 變臉太厲害，上百名網紅遭挖臉成 A 片主角，若哪一天自己或親友成了受害者，該怎辦？

衛福部指出，AI 技術也會被拿來當成賺錢工具，只要肯付錢，就有人會把明星、網紅，甚至是你我等人變成色情片主角、供人觀賞。我們不該討論受害人有無資格成為主角，因為任何人都可能是受害者，若是發生了，請千萬不要害怕求助，大家都會幫忙！私下調解反而容易被加害者進一步威脅

要是發現自己或親朋好友成了 Deepfake 的受害者，可以採取幾步驟：

1. 截圖存證（文字、對話、日期時間、連結、影像等）
2. 立刻報警尋求警方協助
3. 求助 iWIN （網路內容防護機構）協助移除影像
4. 一般人拿到 Deepfake 影片不要轉傳，也不要持有。

iWIN 網路內容防護機構會依據兒少法 46 條規定受理申訴，非「有害兒少身心健康」的「網路內容」，則

（一）線上遊戲消費爭議問題請至《線上遊戲申訴服務信箱》申訴。

（二）網路連線速度、電信類、器材未經 NCC 認證…等問題請至《國家通訊傳播委員會-通訊傳播業務陳情網》申訴。

（三）一般網路消費糾紛問題請至《行政院消費者保護會線上申訴系統》申訴。

（四）著作權相關問題請至請至《經濟部智慧財產局》查詢。

從三個案例-談親子對話與性別平等教育

作者：盧綵蓉 諮商心理師

一、前言

針對12年國民基本教育課程綱要中「性別平等教育議題」之「學習主題」與「實質內涵」，在高中職階段本文中談到性 U4維護與捍衛自己的身體自主權，並尊重他人的身體自主權，性 U5探究性騷擾、性侵害與性霸凌相關議題，並熟知權利救濟的管道與程序，性U6解析符號的性別意涵，並運用具性別平等的語言及符號，性U12反思各種互動中的性別權力關係實質內涵，個人提出案例分享。

二、我們的困擾

1. 有時我們會疑惑到底性別平等教育在教些什麼?
2. 為何我們的孩子遇到性騷擾/性侵害事件時，仍無法反應或是說不知道，甚至沒有覺察到這是性騷擾/性侵害?
3. 為何在家裡和學校常常教我們的孩子知道要捍衛自己的身體自主權，但是為何遇到事情發生時，依舊不敢拒絕和不敢求救?
4. 為何孩子對於老師、同學或是其他人的語言暗示或性別權力的壓迫，沒有感受或是不知道這就是性別權力的議題?
5. 為何我們不斷的宣導和教導孩子，事情還是會不斷的發生?

從很多的疑問中，其實都不難發現**根本問題為孩子不是不知道、不反應，**而是在華人文化涵養、重要他人長期的教導或是訓斥的家庭氣氛下，孩子不了解、不相信原來面對這些事情我是可以說的、我是有能力的、我是有權利拒絕或反抗的，反而是以害怕說出來被罵，擔心說出來丟臉，焦慮說出來被當成大驚小怪或是被當作玩笑一般過去了，而這往往也是孩子不願意開口的原因。

三、案例說明

以下利用三個改寫過的案例來說明-我們可以如何與孩子對話

- **案例一**

小明，他從小就很聽從爸媽的話，而鄰居的伯伯看到他長得很可愛，總是喜歡摸摸他的頭、捏捏他的臉頰，有時也會拍拍他的屁股或是肩膀，或是抱著小明在他的腿上逗弄，小明顯然地不喜歡鄰居伯伯每次的到訪、更是討厭那些他帶來的餅乾糖果，更不喜歡沒有經過他同意的那種觸摸和逗弄。

媽媽看到小明不悅的臉，總是會教訓小明說：「你看阿伯對你多好，都帶糖果和餅乾給你，你要有禮貌，給人家摸一下又不會怎麼樣?」

Q1 小明長大後才知道 - 大人不是常說：「要把感覺說出來，有什麼話要說出來」為何我說我不喜歡伯父的亂摸時，大人要我不要亂講話，好像我是錯的，我說了真話，反而是是沒有禮貌的!

Q2大人常說：「遇到不適當的身體對待，就要勇敢說不，」但是為何我說「不」時，變成了我沒有聽從爸媽的教導，是個沒有教養的孩子，弄得我很混淆到底我是對還是錯的?

Q3 當我長大後我遇到喜歡的人 我也覺得他很可愛，我也想要摸摸他，我喜歡他，所以我就摸了他，這怎麼錯了呢?

社會上的性騷擾和性侵害事件一再發生，不斷的宣導卻一直都沒有根本的方法能解決這問題，究竟是甚麼原因呢?

一般在書中或學校教的是要如何防範性騷擾，皆是提到說不要讓陌生人觸碰到你的身體，又或者是當別人說的話含有性意味、性別歧視，令我們聽起來不舒服時要反應；**性騷擾或性侵害可以直撥「113」24小時保護專線或直接通報學務處**，但是在社會調查中性騷擾多源於自己信任、認識的人，因為是熟識的人所以不自覺的降低戒心，有時候就算是身體碰撞通常也不會聯想太多而失去了

警戒心或放棄通報。

案例中的小明清楚知道自己的身體界限和感受，在性別權力上很清楚這是以大欺小，以老欺少，當下大人們若是看到這樣的情況可以加以制止、報警或是確認、要求改善，也可嘗試對鄰居說：「000我知道你很喜歡我家的兒子(同理對方的感受)，我覺得這樣的身體觸摸，每個小朋友都會不喜歡(一般化，大家都會不喜歡這樣的接觸)，你可以和他一起玩遊戲 或是疊積木（建議的其他方案)，我相信小朋友會喜歡這一種互動的方式!

相信當小明清楚知道和信任-我可以依照自己的感受說出不喜歡和拒絕，也清楚知道這是身體的界線，心中不必有虧欠和不用壓抑情緒，長大後對於另一方也將會更尊重他人的感受和適時表現自己的情感，因為他被尊重的經驗，將影響到他學會尊重他人。

- **案例二**

小莉，另一個房思琪，在心中吶喊著、疑惑和自責自己

一邊想的是老師/學長/教我功課，我應該要有所回報，我拒絕他好像是我就是錯了，一邊想的是我是好學生，好女孩，他們說因為我漂亮、因為我成績好、所以他們選到我，我心中疑惑著我的「好」、「外表」和「成績」為何變成讓我受傷的東西，發生這些事情都是我的錯嗎?

一邊怨恨上天為什麼是我，為什麼是我，我不能讓其他人知道，我也不敢讓別人知道，因為我的「好」形象就毀了，爸媽說家醜不可外揚，我看到他們就覺得很噁心又很丟臉，小莉在心中不斷地責怪自己和貶抑自己?

Q1 明明做錯事情的是他，為何備受責罰、被處罰、被批評或是內心受折磨的是我?

Q2 為什麼我明明做得很好，我是好學生，為什麼會在我身上發生這種事情?

在傳統華人文化觀念中，我們教導孩子要當個好孩子、乖孩子，而這個「好」、「乖」的定義是誰訂的呢? 這個「好」就是要聽話、柔順嗎?這要求孩子全然聽話的過程中，餵養了孩子心中的「順從」和對自己要求道德標準的「束縛」，擔心若是父母親知道了這事情更難過的是「丟臉」，覺得爸媽不會在乎我，所以選擇了不說。

而我們一般的親子互動中討論最多的是功課，父母親常說的是：「妳不要讓我丟臉，除了讀書，你什麼不要樣想，不要做」，無形中弱化或窄化的孩子的能力，也壓抑了孩子的情緒反應能力，若是父母親/重要他人可以減少些權威教養方式或是增加開放式的問句，相信孩子會更願意敞開心胸多說一點。

面對孩子可以多詢問一下：

1.「這件事情你有什麼想法?」、

2.「為何你會這樣想…? 這個想法是怎麼來的…?」

3.「我在乎的是你這個人，我更關心的是你怎麼呢? 你可以試著說說看」

鼓勵孩子多說一些，不管是正向或是負向的感受都可以被接納和包容，相信孩子會更有能量和理性的頭腦去處理和判斷事情。

- **案例三**

小網紅，結交網友A，他說：「他是我老公，老婆應該要聽老公的，他說他愛我，我長得很美，應該要拍照留念，他說只給他一個人看，我是他的全部」怎麼到最後我的裸照變成大家看，赤裸裸地被看光了，小網紅說覺得每個人都在談論我的身材... 而這未經同意散佈私密影像其實已經觸法了...

Q1 他不是說他是我老公嗎? 這不是情侶之間應該做的事情嗎? 我講出去之後他會不會生氣、會不會跟我分手?

Q2 我的裸照或性愛照被流出去了，我怎麼面對我的家人，我的朋友?

Q3 面對這件事情，我不敢說、我想要同學幫我說、我該如何求救?

傳統社會中重男輕女、男尊女卑、下屬與上司間權力不對等現象與觀念，造就有些強勢的一方甚至將弱勢一方的身體和性當作自己的所有物，因此可以任意利用、分享與散佈。

在性別權力的流動中我們看到的是，利用強勢的一方(支配性或地位較高)，此威權關係的優勢要求弱勢(地位較低的一方)，弱勢的一方雖有拒絕的權利，但是心裡面的弱勢感或是地位的弱勢，害怕自己陷入困頓、害怕失去這段感情、不敢伸張、不敢拒絕或怕被報復，選擇忽視、接受和隱忍，反而受更大的傷，或造成更大的傷害。

我們看到的不平等的性別歧視意義型態聯結，就算是孩子出社會後仍會繼續執行現存的性別角色、信仰及刻板印象，孩子透過社會化過程，使得此種性別刻板化互動得以延續，例如有些女生被教導要順從、聽話、柔弱的特質，男生就是主導、強壯，當弱勢一方在面對強勢一方要求拍攝親密照時無法和不能拒絕的型態，若延續性別在社會及職場中不平等的權力關係，任何人都容易再次成為弱勢或是權利受損的一方。

當我們反思各種互動中的性別權力關係，這些未經過他人同意，任意散佈含有他人色情內容之照片或影片等影像的報復手段稱為**「未得同意散布性私密影像」（Non-Consensual Pornography，NCP）**，這些色情影像通常來自於與行為人具有親密關係之伴侶，可能是在伴侶知道並同意的狀況下取得，也可能是在伴侶不知道的情況下拍攝而得。擁有這些影音檔案的行為者可能以復仇式色情意圖作為一種勒索手段，強迫其伴侶持續他們的親密關係，或是持續發生性行為或是為了懲罰伴侶結束兩人的關係，而散佈這些色情影像。

我們可以增強的是孩子的自我概念，我和你交往不代表我是你的財產，我可

以很自在地做自己想做的事情，覺察這不對等的情愛關係，每個人都有拍下私密照片的自由，也有個人隱私不被侵犯的權利，但我不同意我的照片流傳出去，當面對不舒服的要求時每個人都可以拒絕。

我們可以引導孩子看清的是情愛關係的不正常與性別權力的不平等現象，家長們可以鼓勵孩子為自己的權利發聲，可以主動要求 Google 移除特定資訊 https://www.youtube.com/watch?v=cKx5C-nPhtQ和提升相關法律素養與了解求助管道，例如婦女救援基金會求助諮詢專線02-2555-8595 分機31/32。

美國一名YouTuber錢伯斯（Chrissy Chambers）8年前與男友分手後，卻意外發現自己的裸照及與親密影片遭前男友惡意散布於色情網站超過30多處。《英國廣播公司》（BBC）報導，倫敦最高法院17日判錢伯斯勝訴，同時這也是第一件告贏「色情報復」（revenge porn，又名復仇式色情）的官司。
錢伯斯說，「這場勝利是一個警告，用來提醒那些試圖想要透過色情報復來傷害甚至勒索的人。你逃不過法律責任的，你會為你的行為付出代價。」
引自https://www.upmedia.mg/news_info.php?SerialNo=33617

未得同意散布性私密影像相關法律條文《刑法》

第235條（散佈、販賣猥褻物品及製造持有罪）
散佈、播送或販賣猥褻之文字、圖畫、聲音、影像或其他物品，或公然陳列，或以他法供人觀覽、聽聞者，處二年以下有期徒刑、拘役或科或併科三萬元以下罰金。
意圖散佈、播送、販賣而製造、持有前項文字、圖畫、聲音、影像及其附著物或其他物品者，亦同。
前二項之文字、圖畫、聲音或影像之附著物及物品，不問屬於犯人與否，沒收之。

第315條之一（妨害秘密罪）
有下列行為之一者，處三年以下有期徒刑、拘役或三萬元以下罰金：
一、無故利用工具或設備窺視、竊聽他人非公開之活動、言論、談話或身體隱私部位者。
二、無故以錄音、照相、錄影或電磁紀錄竊錄他人非公開之活動、言論、談話

或身體隱私部位者。

第 315-2 條 意圖營利供給場所、工具或設備，便利他人為前條之行為者，處五年以下有期徒刑、拘役或科或併科五十萬元以下罰金。 意圖散布、播送、販賣而有前條第二款之行為者，亦同。 製造、散布、播送或販賣前二項或前條第二款竊錄之內容者，依第一項之規定處斷。 前三項之未遂犯罰之。

若上傳網路散布裸照，散布的行為則構成刑法第315條之2[2]的加重妨害秘密罪，刑責為五年以下有期徒刑、拘役或科或併科五萬元以下罰金。

第318條之一（洩密之處罰）
無故洩漏因利用電腦或其他相關設備知悉或持有他人之秘密者，處二年以下有期徒刑、拘役或五千元以下罰金。
第310條 （妨礙秘密）
一、意圖散布於眾，而指摘或傳述足以毀損他人名譽之事者，為誹謗罪，處一年以下有期徒刑、拘役或五百元以下罰金。
二、散布文字、圖畫犯前項之罪者，處二年以下有期徒刑、拘役或一千元以下罰金。

而遭受損害的人，可依《民法》請求賠償：

第184條（獨立侵權行為之責任）
因故意或過失，不法侵害他人之權利者，負損害賠償責任。故意以背於善良風俗之方法，加損害於他人者亦同。違反保護他人之法律，致生損害於他人者，負賠償責任。但能證明其行為無過失者，不在此限。

第193條（侵害身體、健康之財產上損害賠償）
不法侵害他人之身體或健康者，對於被害人因此喪失或減少勞動能力或增加生活上之需要時，應負損害賠償責任。
前項損害賠償，法院得因當事人之聲請，定為支付定期金。但須命加害人提出擔保。

第195條（侵害身體健康名譽或自由之非財產上損害賠償）
不法侵害他人之身體、健康、名譽、自由、信用、隱私、貞操，或不法侵害其他人格法益而情節重大者，被害人雖非財產上之損害，亦得請求賠償相當之金額。其名譽被侵害者，並得請求回復名譽之適當處分。
前項請求權，不得讓與或繼承。但以金額賠償之請求權已依契約承諾，或已起訴者，不在此限。

玖、復仇式色情事件防治宣導

照片，不只是照片
小心！不要成為犯罪者或受害者！

你曾經對自己的某一些照片感到害羞或囧囧的嗎？沒有的話，很好，請保持下去。但如果有的話，想一想，這些拍下的數位影像會到哪裡去?而影像傳送之後，又可能會發生什麼事？

案例 1. 偷拍就是犯罪----------

小美無意間點開男友手機裡的照片，驚見自己躺在床上睡覺的照片，應該是先前約男友返家溫書時曾小睡片刻，沒想到被拍了。照片中的小美雖然衣著完整，但胸口和裙底有些走光，制服上的學號也被拍的很清楚。小美最介意的是，男友偷拍了這樣的照片還隻字未提，原本是最親近的人，頓時變得毫無信任感，決定提出分手，沒想到男友竟然生氣說要把照片上傳到社群網站上。

案例 2. 自拍≠同意被外流 散布就是犯罪-

晚上睡覺前小如和小健傳訊息聊得火熱，小建最近一直拜託小如要送他私密照，保證純自己欣賞，訊息間強調那是愛情的表現，小如有點遲疑，但還是拍了傳給他。沒多久，朋友告訴小如她的裸照在群組間流傳著。小如質問小建，他才支支吾吾說出是死黨們起鬨要看的。

案例 3. 模特兒外拍陷阱多 騙財又騙色--

小甜偶爾會接些外拍工作賺錢，在某一次外拍工作中，小甜被要求穿上較清涼的衣服，當下雖然不太願意，但試穿後發現這些衣服也沒有露出重要部位，還是勉為其難答應了。拍攝到一半，攝影師為小甜調整姿勢時，突然扯開她身上的衣物。小甜嚇得趕緊推開攝影師，立刻穿上自己的衣服要走人，對方卻說已經拍到了露點照片，要小甜乖乖就範，否則就上傳到色情網站。

案例 4. 網路圓夢留意性勒索 ----------

小艾喜歡在網路上做直播，青春美麗的身影和幽默的話語，逐漸吸引了一票粉絲。有天一位女粉私訊說自己是網拍業者，正在找尋像小艾這樣的美少女來代言服裝，但需要小艾先傳裸照當試鏡。小艾確實想朝網紅發展，因此傳了一張看不清楚重要部位的照片過去。不料對方直接威脅小艾:「我已經注意妳很久了，妳是OO學校的學生，不和我見面的話，明天我帶人到學校門口堵妳」。

復仇式色情或未經當事人同意散布私密影像： 係指沒有經過當事人同意，故意向他人散布、播放、張貼私密影像(裸露、性愛內容)；此種性別暴力的犯罪行為，多發生於親密關係分手暴力或網路誘騙的情感關係，目的在於羞辱對方或要求維持關係。

性勒索： 以散布他人的私密影像做為威脅，目的在於勒索當事人與其發生性行為、要求更多的私密影像、金錢或其他利益的行為。

任何性別都可能是受害者或加害者。

外流的私密影像
可能會成為你或他人一輩子的傷痛和陰影

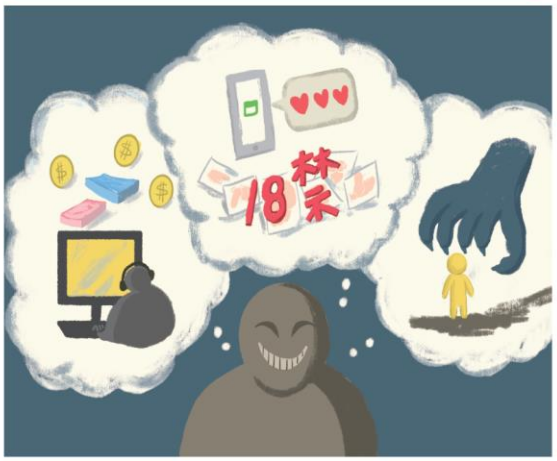
【勇敢求助 減少傷害】

小叮嚀　五不四要

1. 絕不違反他人意願拍下他人的影像
2. 絕不聽從他人指示自拍私密照片
3. 絕不倉促傳送影像訊息
4. 絕不轉寄任何私密影像檔案
5. 絕不取笑或霸凌私密影像遭外流的人

如果在網路上碰到騷擾

1. 要告訴家人和老師
2. 要截圖保留證據(完整網頁及訊息對話內容)
3. 要向警方報案
4. 要檢舉、封鎖、刪除對方



如果你或你的朋友需要協助

請記得　不管發生什麼事，勇敢說出來是解決問題的第一步，找一個你信任的大人(可能是父母、家人或老師)，告訴他發生什麼事。

以下相關單位也是可以協助你的

- 學校學務 / 轉導處室
- 撥打110/113
- 各縣市學生輔導諮商中心
- 台灣展翅協會web885網路諮詢熱線
- iwin網路內容防護機構
- 若影像已被散布在網路上，台灣展翅協會web547網路檢舉熱線及iwin網路內容防護機構可協助要求網路業者移除違法內容。

加害者常用手法

1. 假裝和你同樣性別、年齡，用任何理由要和你交換、索取私密照片。
2. 和你成為網路上或遊戲裡的老公(婆)，要看你的私密照片，說這樣才是愛的表現。
3. 傳訊息給你說想要聊色和網路視訊性愛，在二人視訊時側錄。
4. 假裝是網拍、外拍攝影師、減肥、健身專家…等等，請你提供私密照讓他鑑定身材。
5. 提供金錢、點數、寶物給你，要你傳私密照給他。
6. 直接威脅你傳私密照給他，不然就要傷害你的家人。
7. 傳訊息給你說在網路上看到你的私密照，然後
   - ▼威脅你傳更多私密照給他，不然就將手中這些散布到學校和家人
   - ▼或者假冒是好心人，說是可以幫你處理這件事，但要你再拍私密照給他作為交換。
   - ▼他也可能會分飾多角，一個威脅你，一個假裝幫你，誘使你交出更多私密照。

了解更多相關資訊《傳送門》
指導機關 / 教育部
執行單位 / 台灣展翅協會

Scan me

《廣告》

壹拾、 心理衛生與網路成癮相關資源

● 臺南市心理衛生專區

台南高工輔導室網頁	教育部教育部學生輔導諮商中心臺南一區駐點服務學校 免費心理諮詢專線 衛生局免費心理諮商 台南私立心理健康機構 台南身心科醫療院所	

● 網路成癮相關資源

心理及口腔健康司~網路成癮專區	面對網路成癮，我有哪些資源/管道可使用？ 該如何面對？該如何幫助自己和他人？ 網路使用習慣自我篩檢量表	
台灣網路成癮輔導網	網路成癮問題Q & A 類型、篩檢工具、診斷準則、症狀、比例、形成脈絡、因應之道、治療模式、相關媒體影音資訊與報導	

壹拾壹、 生涯規劃相關資源與考試變革

		網站	說明
新課綱及學習歷程		111年四技二專各入學管道學習準備建議方向	111學年四技二專各校系對高中職學生之學習準備建議方向
		新課綱資訊網	108課綱介紹、學習歷程檔案資訊、考招制度說明
生涯資訊		學生生涯輔導網	生涯相關資訊查詢，含自我探索、科系介紹、大學營隊與生涯疑惑
		華人生涯網	提供生涯相關綜合資訊
		教育部青年發展署	提供生涯輔導、社會公共參與、國際與體驗學習相關訊息
升學管道		大學問	介紹各種身分學生的入學管道
		青少年教育與就業儲蓄帳戶專區	青少年教育與就業儲蓄帳戶方案相關資訊
		國軍人才招募中心	查詢所有國軍人才招募相關訊息
		警專招生資訊	警專招生資訊
	四技二專	財團法人技專院校入學測驗中心	四技二專統測考試資訊
		技訊網	四技二專招生校系查詢
		技專院校招生策略委員會	技職體系各招生管道說明及連結
	普通大學	大學入學考試中心	學測、指考資訊
		ColleGo!大學選才與高中育才輔助系統	高中生自我探索、大學學群與校系介紹
		大學甄選入學委員會	繁星推薦與個人申請規定查詢
	特殊身分	身心障礙學生升學大專校院甄試網站	身心障礙學生升學大專校院甄試資訊 （獨招可查技訊網）
		運動成績優良學生升學網站	此升學輔導辦法及歷屆招生訊息
		教育部原住民族及少數族群教育資訊網	原住民學生的考試招生、助學、人才就業等訊息

就業網站	勞動力發展署	職業訓練、技能檢定與競賽、職業訓練服務等相關資訊
	大專校院就業職能平台	職業類型簡介、就業途徑、相關職業介紹
	考選部	國家考試介紹與報名網站相關資訊查詢
	台灣就業通	求職徵才網站，提供徵才資訊
	104人力銀行	求職徵才網站，提供徵才資訊
	1111人力銀行	求職徵才網站，提供徵才資訊
	社企流	社會企業平台，了解社會企業與提供相關徵才資訊

*相關資訊請參考技專院校招生策略委員會 網站與輔導室網頁

類別	網站	說明
111年技專考試變革與注意事項		1. 技專招生方式相同，包括甄選入學、技優保送、技優甄審、特殊選才、繁星推薦、四技申請入學、聯合登記分發等 7 種主要升學管道 2. 四技二專甄選入學報名志願數調整至6志願 3. 技優甄審專技普考，納入四技二專技優甄審入學招生規劃 4. 乙級技術士證，由單一加分調整為4%、8%、15%分三級加分 5. 參採學習歷程檔案(EP)之招生管道為四技申請入學、甄選入學、技優甄審入學
		1. 統測考試方式、命題原則及適用之招生管道維持不變 2. 命題範圍調整 3. 統測素養導向與實務導向題型舉例說明
		1. 備審資料整理原則 2. 技專校院審查的5個重點 ✓ 重視學生務實致用的專業知識及實作能力 ✓ 以學習相關活動為主，質重於量 ✓ 重視學生有意義且具關連學習反思 ✓ 重視資料真實性及學生自主準備 ✓ 採多面向綜合評量，並非所列項次都要具備

附件、親師座談會 場地圖

飛修科
飛修科館2樓
F201
飛修科工廠實習
汽車科工廠實習
飛機修護科
汽車科館
汽車科
汽車科工廠2樓
電工實習工廠
鑄造科
A棟教學大樓
鑄造一:1F班級教室
製圖科(講座)
E棟教學大樓
製圖一甲:3F班級教室
製圖一乙:2F班級教室
土木科
營建館2樓
二樓綜合教室
營建館
健康中心
機電館
油庫
建築科
營建館1樓
電繪一乙:103教室
建築一: 104教室
製圖科(分科.班座談)
鑄造製圖館2樓
製圖一甲:2F第一製圖教室
製圖一乙:2F第二製圖教室
電繪一甲:2F視聽教室(講座亦同)
鑄造製圖館
鑄造科實習工場
資訊科
電機資訊館3樓
甲班:左2工廠
乙班:左1工廠
電機資訊館
電子科
電機資訊館2樓
甲班:5號工廠
乙班:8號工廠
機械科
機械科技館2樓
甲班:2F CAM-1教室
乙班:2F CAM-2教室
丙班:2F CAD 教室
機械科館
機械科實習工場
電機科
電機資訊館1樓
電機科第6工廠
綠地
A棟大圓教室
入口處
C棟教學大樓
D棟普通教室
網球場
B棟大圓教室
E棟普通教室
F棟弘樓
綠地
圖書館
力行大樓
綠地
綠地
花圃
美術館
機械科實習工廠
化工科
化工科館1樓
專業教室
化工館
板金科實習工廠
板金科
板金科
板金科館2樓
課程發展教室
學生單車停車棚
大成路
側門
綠地
大客車駕訓場
機車停車處
機車
汽車
綜合活動中心
新網球場
學生宿舍
校門
警衛室
駕訓班辦公室
小客車駕駛訓練場
行人
往永康