

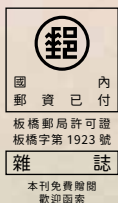


勵馨會訊

173

2024. Feb.

- 執行長的話：投資暴力預防 終止受暴——建構性別公義時代
- 用溫柔的力量 陪伴走出人生泥濘路
- 陪伴與重生 青少年母親的轉變之路



內付
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

在庇護家園撫平創傷 看見新的可能性

培力如同園丁 等待種子發芽、茁壯

離家，是許多婦女爲了脫離暴力循環而不得不的選擇。爲了協助婦女儘快遠離親密關係暴力的威脅，

勵馨基金會自辦與承接政府委託的庇護安置服務，至今已超過 30 年。

根據婦女的危機程度與需求，目前在台灣北中南三區設有八處家園，提供不同型態的庇護安置服務。

他們 都說你想太多

專業陪伴與性騷擾防治 募款計畫

2023 年台灣開始了 #MeToo 運動，很多的受害者現身說出他們曾遭遇的傷害，社會為之震驚且心痛，而同時也有人提出疑惑「為什麼事情過了這麼久才說出來？」

我們期待透過此計畫，讓更多人了解性騷擾與性暴力發生時，受害者將會面臨哪些困難，而當我們越理解，就越有機會可以改變，並陪伴受害者踏上創傷復元的道路。

我們都是身在其中的一部分，我們都有機會能讓事情變得不一樣。
邀請你一同來了解我們能為這個世界帶來的改變。

MeToo



一起了解我們與
MeToo 之間的距離



勵馨本著基督愛與公義的精神，預防及消弭性別暴力之傷害，並透過服務與倡議同行，共創性別友善之社會。願每個人都能在沒有性別歧視與暴力的環境中成長，並享有生命應有之尊貴與榮美。

目錄

執行長的話

- 02 投資暴力預防 終止受暴——
建構性別公義時代

主題報導

- 04 在庇護家園撫平創傷
看見新的可能性

特別企劃

- 08 傾聽 陪伴孩子療癒內在 長出自己的力量

社工馨語

- 10 陪伴多一點 指責少一點
12 好好睡一覺 曾經是個奢侈的夢想
14 用溫柔的力量 陪伴走出人生泥濘路
16 重新出發：一個人的家也是家
17 陪伴與重生 青少年母親的轉變之路

近期活動

- 18 熱鬧迎新年 歡迎永遠的女兒回娘家

編註：本刊文中提到「復元」概念時，多使用「復元」兩字，主要是我們想強調陪伴性暴力受害者，按照每一個人不同步調踏上「復元」的歷程。不僅是提升其足以適應逆境的復原力 (resilience)，更重要的是發展其自身滿足、充滿能量，且有意義的生活，並從中建立自我認同、找到自我價值。與一般所認知的「復原」(恢復原狀) 之意不同。

為響應環保，歡迎改至勵馨官網閱讀電子版會訊，如需取消紙本會訊寄送，請於上班時間撥打捐款專線、寄 e-mail 或加入 Line@ 好友並留言。



「培力」有如撒種

上帝的國如同人把種子撒在地上，黑夜睡覺，白日起來，這種子就發芽生長，那人卻不知道如何會這樣。（馬可福音 4:26-27 和合本）

你我成為撒種人

我（保羅）栽種了，亞波羅澆灌了，惟有上帝叫他生長。（哥林多前書 3:6 和合本）

唯上帝使之成長

願含淚撒種的人，都歡呼收割！（詩篇 126:5，現代中文譯本）

發行 財團法人勵馨社會福利事業基金會
發行人 潘瓊琬
發行所 231033 新北市新店區順安街 2-1 號 1 樓
電話 02-8911-8595（代表號）
捐款專線 02-8911-5561
E-mail master@goh.org.tw

劃撥帳號 1217497-8
戶名 勵馨基金會
總編輯 王珩好
主編 郭育吟
執行編輯 鄭佩芬

美術設計 黃萱
承印 中華彩色印刷股份有限公司

投資暴力預防 終止受暴—— 建構性別公義時代

性別暴力防治政策：不只求有，更要求好



從去（2023）年五月底台灣各界興起的#MeToo 浪潮，可以看到性別暴力防治相關法律及制度推動超過 25 年，但仍有許多受害者不敢或不願求助正式體系，這與社會文化對「性別暴力」仍有迷思，以及整體「防治體系」仍零散破碎有關。

性別暴力防治新時代： 投資預防 終止受暴

去年底勵馨基金會與現代婦女基金會、台灣防暴聯盟、台灣展翅協會、婦女新知基金會、數位女力聯盟等夥伴團體共同呼籲：總統候選人應提出全面的「性別暴力防治政策」，並承諾在當選後將暴力預防視為投資，達到終止婦女受暴、維護民衆人身安全的基本人權。

我們期待有跨部會的「性別暴力防治辦公室」，整合零散破碎防治體系，不囿限於目前以衛福及警政司法為主的「補破網式工作」，更應該擴大投資紮根的預防教育工作，需有「性別暴力防治研發智庫」，針對性別暴力的問題趨勢提出前瞻性的防治策略，而非當重大事件發生才開始重視相關議題。

隨著服務腳步的前進，勵馨看見在親密關係暴力方面，「男性被害人」近幾年已快速躍升到二成，但現今的防暴網絡多以女性為主，欠缺協助資源；移工、新住民在現有體系仍難受到權益保障；台灣邁入高齡化社會後，老老照顧及失智導致的性別暴力，需要更多醫療照護資源進場，這些都是亟待政策解決的部分。

滾動式修正現有服務及資源

除了新興對象群，原有的受暴婦女協助需求也在改變。如二十多年前建置的「婦女庇護所」，寢室多為多人共住，但隨著現代社會重視隱私與個人生活空間，加上「寵物也是家人」的觀念越來越普及，多人同住的空間配置，已難以被現在的服務對象接受。

當勵馨在提供服務的時候，不斷地自問「現在提供的服務和資源，真的符合服務對象的需求嗎？」因此我們也期待政府不能停滯在自滿於「求有」而已，是時候要以「求好」為目標！

期待新政府推動國家性別暴力防治計畫

惟有制定能不斷隨社會脈動滾動性修正，發展出可執行的性別暴力防治國家計畫，才能達成終止性別暴力目標：每個人都能生活在沒有性別暴力的國家，在所有環境中都是安全的，包括家庭、工作場所、學校、社區和網路。

新任總統賴清德將在今年五月 20 日上任，選前曾由民進黨部政策會的立場提出回應，表示認同民團的倡議。勵馨與夥伴團體們衷心期待，新政府能將「性別暴力防治」列為重要政策，以建立本土相關數據為本，從而積極提出有效防治性別暴力的國家計畫，讓性別暴力的受害者能獲得有效協助，不再難以啟齒與擔心二度傷害，讓每個人民與孩子都能在安心、友善的環境中生活。

勵馨基金會 執行長

王明如

在庇護家園撫平創傷 看見新的可能性

撰文／蕭淳方
公民對話處媒體組專員
資料提供／研究發展處
婦女服務組

不只服務此刻的他 也撫慰過去的傷

進入家園的婦女，在初期往往感到惴惴不安。然而，「家園」並不只是一個臨時的居所，社工與生輔員陪伴服務對象調節身心，並提供必要的經濟、身心醫療、司法等方面的協助。婦女在家園中逐漸適應，確認自己的人身安全暫時無虞後，才能稍微放下焦慮，得以喘息。

與服務對象朝夕相處的社工和生輔員，除了解決受暴婦女居住、司法、經濟等外在需求外，更要看見他們的「內在需求」，讓婦女在家園的這段時間，倉皇的心能找到安穩。

每個進入家園的服務對象，都帶著不同程度的「創傷」。婦女曾遭受的往往不只是親密暴力，他們可能在幼年時期，就因為身為「女孩」，成為在家庭中不被期待的存在，長期遭忽視，甚至不當對待。「童年逆境」使他們的生涯內在發展斷裂，「內在小孩」停留在青少年時期。

因為曾經受傷，所以婦女在面對衝突時，可能會本能地啟動戰鬥模式來保護自己，以尖銳的方式回應，導致衝突更加激化；或是退縮逃避，想躲起來讓大家看不見他。而在初期與家園的工作人員及住民互動時，也經常會自我否定，對外界充滿防衛心，與子女互動也常陷疏離或責罵型的關係。

如果只討論婦女此刻的外顯行為，聚焦在單一的「你怎麼會這樣做？」，就像治標不治本，只能解決片面的問題。

庇護家園的工作者，會透過「創傷知情」陪伴婦女，看見他們之所以經常責罵子女，或許因為自己在孩提時代未曾被好好照顧過，於是無意識的複製了自己過往被對待的方式；聽見當他們面對衝突，隱藏在那些激烈言語下的，可能是他們的內在小孩在呼救。同時更要認知到，每個服務對象都是獨特的，即使有類似的創傷根源，也可能有完全不同的創傷反應，需要不一樣的處遇計畫。

唯有真正去理解服務對象的生命歷程中「發生過什麼事」，才能有機會讓服務對象願意接納工作者，與他們一起去梳理生命，打開一個個卡住的結，讓創傷有被修復的可能。

用新的眼光 慢慢找回自己

受暴婦女的創傷復元，是一個漫長的歷程，身體和精神上的長期受暴，使婦女失去自信、低自尊，容易自我貶抑，也容易落入自己「身為女性」，應該要溫順不強勢等性別刻板印象中。在過往的負面經驗影響下，他們常說：「我不知道 / 我做不到 / 這要問我先生。」因此，「重建自我價值」也是受暴婦女復元之路的一大重點。

而這樣找回自己的歷程，不單在婦女接受會談、諮商時發生，社工和生輔員更常在家園的日常生活中，陪伴婦女找出新的「正向經驗」，不再受困於過往的陰霾，而是回到「此時此刻」，找到新的看見「自己」的方式，一點一點重新拼湊出自信，開始試著往前邁進。

勵馨基金會庇護家園「育馨園」督導盧詠麗形容：「我們的服務對象有時很像在地底的種子，在過去找不到生長的機會。離開受暴環境進入家園後，才開始慢慢找到衝破土壤發芽的可能性。」

盧詠麗分享，育馨園的晚餐時間會安排大家擔任「小當家」來輪值掌廚，曾有位服務對象「阿美」煮得一手好菜，但每當有人稱讚他的廚藝時，他總是說，這是因為自己是「歹命的長女」，小小年紀就得做飯餵飽弟弟妹妹，一直到後來，還必須煮給對他施暴的丈夫吃。

「但是，你現在可以自己決定要煮什麼，煮自己想吃、愛吃的菜了，而且只要是你當主廚的那天，我們都好期待晚餐時間啦！」不擅廚藝的社工向阿美回饋：「而且，如果不是你教我怎麼處理食材，怎麼樣做出簡單美味的飯菜，我到現在進廚房還會像打仗一樣吧！」

離家，是許多婦女為了脫離暴力循環而不得不的選擇。為了協助婦女儘快遠離親密關係暴力的威脅，勵馨基金會自辦與承接政府委託的庇護安置服務，至今已超過30年。根據婦女的危機程度與需求，目前在台灣北中南三區設有八處家園，提供不同型態的庇護安置服務。

由最初的「歹命才必須煮飯」，轉變為自己能決定菜色，廚藝備受大家肯定、而且還能把身為「廚房小白」的其他姊妹教到能煮出四菜一湯，這樣的過程對阿美而言，其實就是一種自我價值的重建。透過生活中一點一點的堆疊，讓他能慢慢走出過去的負面經驗，開始累積信心，看見現在的自己有能力掌控自己的未來。

看見情感需求 返家與否不再是二分法

到了庇護生活的後半段，工作者必須開始與婦女討論他們接下來的生活規劃，「返家與否」始終是一個無法逃避的問題。

「早年來到底護所的婦女，往往充滿不安與恐懼。認為自己應該回去，是過往觀念認為要『給孩子一個完整的家』，且若離開先生就失去經濟支柱，但又害怕回去會再次遭先生施暴，因此在返家與否中搖擺不定。他們會問社工：『你覺得我該回去嗎？還是就這樣離開我先生？』難以自己決定下一步。」盧詠麗指出。

「現在的婦女接收資訊的管道較多，普遍能力也較佳，不再用『返家』或『不返家』的二分法來思考。除了考量孩子和生計的問題之外，也開始可以考量到自己的需求，選擇返家更多是因為『我還是想要伴侶，而這段關係還有經營的可能。』」

這或許和傳統的認知有些歧異，人們會覺得，受暴婦女應該要遠離相對人，以免再次受暴。但有時婦女想終止的是「在關係中的暴力」，而非這段親密關係，我們無法忽略一個人的「情感需求」。

再者，近年親密關係暴力中，「情境式暴力」也出現成長趨勢，據衛生福利部的統計，互為通報的親密關係暴力案件，至 2022 年已達到 24%。有別於過往的親密暴力「權力控制」的手法，近年來保護意識抬頭，伴侶間面臨子女教養、親屬相處、經濟就業或情感議題等壓力情境時，情緒高張，其中一方以積極因應，甚至兩造互相採取行動，在這樣的狀況下，雙方的權力關係尚未陷入那麼不對等狀態。



關係修復 看見和諧的可能

2023 年，在勵馨的緊急短期庇護服務中，有四成婦女選擇返回家庭。勵馨堅信，「每個人有權利生活在安全、穩定無暴力的環境中」。為降低服務對象再次受暴的可能性，我們以服務對象為本，並將眼光擴及到「家庭」，透過家庭問題分析、伴侶／多人會談、親職教養等家庭工作，協助欲返回關係的婦女與相對人及子女的「關係修復」，找到從衝突到和諧的可能性，讓家庭在裂痕的關係中，有重修舊好的機會。

「我們不會一開始就談結束庇護後，是否要返家，而是由『關係』出發，以『個人』為主體，從他們的人際、與家園住民的互動等，進而討論到過往與相對人的相處模式，若婦女有返家意願，還需進一步去釐清他們返家的考量為何，討論目前狀態是否適合，又該如何進行。」盧詠麗指出。

社工師薛曉屏進一步說明：「以育馨園為例，服務對象離園後，目前較常見的狀況是，

即使他們考慮和相對人維持親密關係，也會是漸進式的調整。例如先到親友家住或是在外租屋，獨立生活一段時間，經過關係的修復和觀察後，才考慮是否重新與相對人共居。也有人選擇有自己的安全住所，與相對人維持不同住的關係。」

社工對於低危機且欲回到關係中的婦女，會與婦女討論後續與伴侶、家人關係相處議題，甚至相對人若有修復關係意願，也可與相對人進行關係商談，並視情形安排夫妻共談。同時，也與婦女討論親職教養議題，也會透過安排親子共玩、共遊活動，增加親子之間有更多的認識與良性互動。

在庇護家園中，勵馨秉持性別觀點，在生活互動中落實培力，並帶著創傷知情眼光服務受暴婦女，以開放態度，積極營造正向經驗，陪伴他們看見生命中的光亮，盼望每一位服務對象，都能邁向和諧的零暴力生活。

傾聽 陪伴孩子療癒內在 長出自己的力量

「店長，我下個月五號要請假喔！我要回娘家。」綺綺告訴打工的咖啡店店長。
「蛤？你又沒結婚！」店長一頭霧水。「那邊是我心裡的家，那裏有我很重要的家人。」綺綺說的「娘家」，其實是在十四歲那年入住的「恩心家園」。社工邀請他以「學姊」的身分，回家園分享離園後的生活。

「恩心家園」是勵馨基金會設立的兒少中長期安置家園，服務對象主要為原生家庭缺乏保護照顧功能、曾遭受家暴或家內性侵的青少女。除了提供穩定的生活照顧外，也透過長時間的陪伴和培力來療癒他們的創傷。

叛逆的背後 是渴望被愛的心

「傷害我的人，竟然是身邊最親近的大人。」初進入恩心家園的少女，大多因在原生家庭中曾遭受疏忽照顧與不當對待，讓他們對外界缺

乏信任感，習慣與人保持距離，也缺乏自信心。但正值青春期的少女，其實很期待被愛、被看見、被理解，但又懷疑自己是不是值得被愛，也害怕受到傷害，於是他們會用一種看似抗拒的方式，來接近家園的社工與生輔員，例如在互動過程中口氣充滿不耐煩、展現出自己的壞脾氣，有時可能還會闖點禍。

恩心家園督導林宛臻說明：「這其實是因為少女心中充滿不安，於是向家園的工作人員試探著：『你們會不會像以前那些大人那樣，最後還是不理我了。』『我這麼不聽話這麼壞，你們還會愛我嗎？』，我們必須要看見孩子行為背後的脈絡，理解他們的創傷，當孩子們知道自己是被接納的，才能在互動中慢慢建立起關係，找回對人的信任感。」如果工作者只將這些舉動當成「愛找麻煩」，未能理解少女此刻的行為是源於過去的創傷，就會將他們的心越推越遠。

聆聽少女的聲音 一起找回自信

來自原生家庭的創傷經驗，在過去不斷催眠少女：「都是我的錯，我沒有保護好自己，所以家人才會不喜歡這麼糟糕的我。」這些根深蒂固的想法，讓少女們容易退縮、缺乏成就感，鮮少被肯定的他們，即使面對稱讚，第一個反應仍是：「我沒有那麼好，不值得被誇獎。」創傷猶如咒語，讓少女像似被洗腦般，不斷內化過往來自他人的否定。

恩心家園在服務的過程中，會以各種方式陪伴少女找回信心，例如工作人員會把愛畫畫的孩子為他畫的畫像，擺在辦公室顯眼的地方，每當孩子進到辦公室看到這幅畫時，都會很有成就感；也在家園舉辦舞蹈、花藝、水電等多元的培力探索活動，盡力去發掘每個孩子擅長的面向，也支持他們踏出去，迎向更大的舞台。

喜歡舞蹈的少女們，社工從安排他們在家園活動表演開始，到鼓勵報名舞蹈比賽，結果

獲得了冠軍；上花藝課上出心得的女孩，和社工一起到文創市集擺攤，向大家介紹自己的作品，成功賣出了不少。透過這些活動，女孩們開始發現，原來自己是有能力、也是被喜愛的。

另一方面，女孩們在過去的經驗中，鮮少有「發表自己意見、為自己做決定」的機會。因為自己的聲音總是被忽略、被否決，所以一開始他們不習慣與家園的工作人員溝通。但是，恩心家園非常重視女孩們的「表意權」，工作人員會主動和少女討論與他們相關的事，也鼓勵他們說出想說的話。例如希望上哪些課程，家園出遊的地點選擇等。

少女剛進入家園時，若想做的事與家園規範相左，會選擇直接違規，認為「反正就是讓你們罵嘛！」但是當他們知道他們的意見會被尊重，取而代之的是願意打開心門與社工討論，盡力取得共識。雖然不是每次都能被允許，但是經過充分溝通的過程，少女即使因為這樣的結果而有情緒，也比較能好好消化與接受。

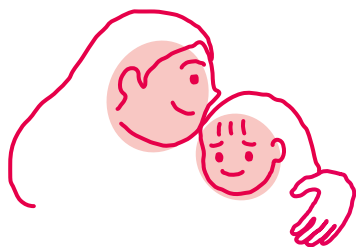
曾有少女在準備離園時，社政網絡單位期待他返回親屬家居住，但少女其實不太願意，因為住到親屬家對他來說是不自在的。社工評估少女在家園這段期間，已經建立了良好的生活技能，於是鼓勵少女在「中止安置評估會議」上表達自己的想法。在會議中他清楚的說明不想跟親屬住的理由，也強調自己是有能力照顧好自己的。他的意見獲得了現場評委的認同，最後少女爭取可以到學校住宿，只有假日才去親屬家。這個過程讓少女感受到「我是有力量為自己發聲的，更進一步，我可以追求自己的夢想」，因而準備報考消防員。

陪伴孩子 長出自己的力量

培力，其實是一個看見創傷，修復創傷的充權過程。期盼每個離開家園的女孩，都能帶著祝福與能量，走向生命的下一個階段。



陪伴多一點 指責少一點



「左滑不要，右滑喜歡」女孩熟練地介紹手中的交友軟體給社工聽，彷彿這只是在咖啡廳聊天的情景，讓人忽略這其實是在地檢署等待偵訊的過程。

無辜少女的噩夢： 交友軟體約會成為悲劇的起點

小希剛上國中沒多久，父母為了接送方便，將新的手機交到小希手中。在發達的網路環境下，小希認識了交友軟體上的阿奇，從小受到父母、哥哥保護的小希，第一次對男性有了不一樣的感覺，阿奇的幽默、成熟讓小希備感新奇和安心，所以當阿奇提出見面的要求時，小希毫不猶豫地答應了，只是他沒有想到，那個晚上會成為自己此生難以忘記的夢魘。

阿奇說：「不會痛，不要亂動」，小希拼命大喊：「我不想要，我要回家！」，阿奇只是自顧自的告訴小希，只要乖乖的不要反抗，就會很舒服，當下小希只能無力地心想：「是不是只要我不反抗，就可以回家？」

那天回到家的小希，什麼都不敢說，直到哥哥發現小希的異樣，在哥哥的逼問之下，小希才緩緩說出那天發生的事，家人也立刻帶小希到附近的派出所報了案。

旁人的指責與不理解 難以遺忘的恐懼

小希原本以為接下來可以安心了，家裡的人會好好保護自己，沒想到，取而代之的是家人的數落和不諒解，「從今天開始沒收手機，不然跑出去又發生什麼事？」、「你就是之前過得太好了，不知道世間險惡！」、「不要想這麼多，時間過去就會好了。」家人的每一句話，就像鋒利的刀刃，一次次的刺傷小希早已千瘡百孔的心。

小希無奈地對社工說：「爸爸跟我說，他很心痛。我發生這件事造成家裡很多的麻煩，是我不好，害到家人了。」家人告訴小希，他不需要任何人的幫忙，只需要時間過去，忘記就會好了。

每次與社工聯絡，小希總會提到：「事情感覺已經過了很久，但又好像是昨天一樣歷歷在目，我每天晚上都哭著入睡，夢到他壓著我的身體便驚醒，醒來後就再也無法入睡。就連路上看到那天他開的車款，或是經過事發地，或是在路上聞到跟他身上一樣的味道，那天的恐懼感就會再次朝我襲來。」

從陰霾中走出： 性創傷療癒之路的挑戰與希望

性創傷療癒之路是蜿蜒的，可能會不安、會徬徨，可能彷彿已脫離創傷，也可能突然又掉進深淵，不相信會有好起來的一天。

新竹勵馨的社工們透過陪伴來協助穩定受害者的身心及日常生活，同時也陪同參與受害者進行就醫、司法程序，並連結心理諮商服務，讓受害者在走向復元這條路上不再覺得自己是一個人，有勇氣踏上療癒自己的過程。

我們也相信，當越多人一起關注性暴力防治，終有一天，能消弭性暴力，落實真正的性別公義的社會。

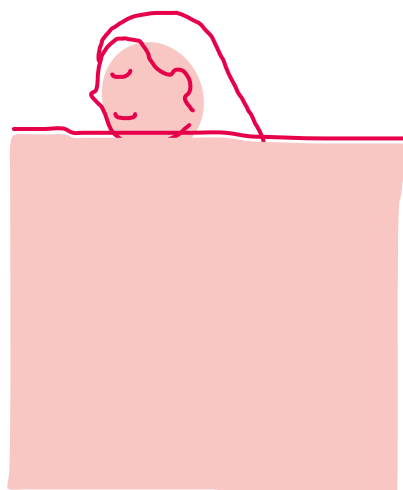




社工馨語

撰文／廖美琪・新北詠馨家園督導

好好睡一覺
曾經是個奢侈的夢想



家暴受害者的無眠之夜

忙碌一整天回到溫暖的家，梳洗完後躺在柔軟的床上，眼皮和手機電量一樣越來越低，緊接著沉入夢鄉。回到家裡放鬆休息睡覺對一般人來說並不是太難的事，但對許多家暴受害者而言卻經常是一種奢侈。

阿雪剛來到家園時看起來很疲憊、無力的樣子，臉上也帶著憂慮。當我們關心他和孩子有沒有什麼需要時，阿雪總是客氣地表示他可以自己處理。他和孩子過著規律的生活，每天準時上學、上班，平時如果沒有特別找他聊天，他幾乎是不主動與我們接觸的。每次看著他撐著疲憊的身影，我總是覺得很心疼。慶幸的是，家園定期舉辦聚會和活動，讓我和阿雪有更多接觸的機會，在每一次輕鬆互動的過程，我們持續對阿雪釋出善意和關心，阿雪終於把這些年埋在心底的艱難娓娓訴說。

第一步是穩定身心狀態

阿雪尚未離家前每天都過得很緊繃，因為不知道什麼時候房門會被破壞，先生會再闖進來傷害自己，帶著恐懼不安的心情，晚上總是睡不好。就算後來社工協助安置、入住家園，他也常擔心先生會不會找上門來，把自己和孩子帶回去。這樣不安的感受從來沒有減少，只是一直以來都自己承擔著。

「我最近在這裡睡得很好，已經好久沒有好好睡覺了！」阿雪說。

在家園裡阿雪與孩子的生活及身心狀態逐漸穩定，但這只是第一步。阿雪還得面臨經濟的現實考驗。雖然有家園的支持，目前的收入仍難以支持未來自立生活的開銷，因此阿雪報名了證照考試，期待取得證照後能換個收入較高的工作。然而在術科考試中，阿雪就差一點分數落榜了，為此他消沉了一陣子。

重拾信心建立新生活

我一直在思索要怎麼協助他重新振作，於是我邀請阿雪在下次的家園聚會，擔任總鋪師為大家烹煮餐食。成員們都對他的手藝讚不絕口，吃得津津有味。看著迅速被清空的餐點，阿雪感到開心滿足，也再次燃起信心。後來，阿雪重新調整自己，再次報名考試，這次他順利考到證照，馬上興奮地與我們分享，當時他臉上的笑容真是令我難忘！

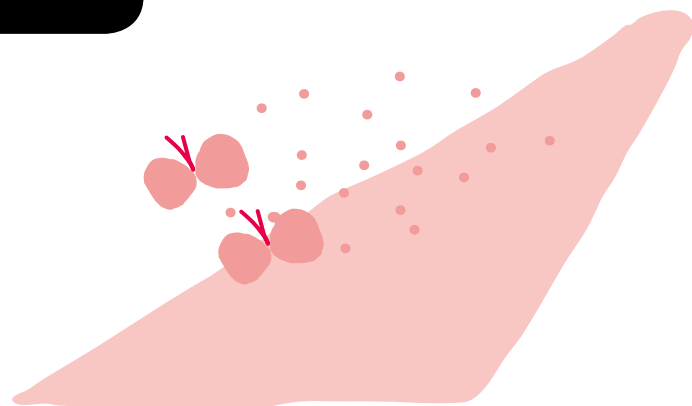
現在，阿雪順利找到一份收入更高的工作，對未來的生活也更有信心。最近已開始尋找適合的房子，期待近期就能搬出家園自立生活。看著阿雪這一路走來的變化真的不容易，祝福阿雪與孩子未來能在每個夜晚安穩入睡，生活更加平安順利。



新北分事務所粉絲專頁



用溫柔的力量 陪伴走出人生泥濘路



花蓮愛馨人粉絲專頁

在法院調解庭前我們開啟了對話：

「如果我收到離婚判決書，我們一起去慶祝！」

「好啊！」

這段交談成為你從婚姻終結的過程中走過的第一步。

陪伴與支持 見證婦女走出泥濘路

回顧這一路陪伴你的經歷，從收到法院寄來的離婚起訴狀開始，你震驚且憤怒的情緒彷彿在控訴著，你訴說這 20 年對婚姻的辛勞與付出，即使面對隨時會爆炸的前夫，你仍然堅持不離，直到某天，我接到你的電話宣告你的決定。租屋處的安排雖順利，但我知道你擔心押金問題，幸好機構的合作資源讓你安心了。

接下來，我陪伴你進行一連串的法律行動，一同前往原住民法律服務中心，準備文件、申請、等候安排律師諮詢。這漫長的過程中，安撫你不安的情緒，共同面對訴狀的不實指控。聽你訴說著過去在婚姻中的點點滴滴，直到與律師面對面討論，專業的評估終於讓你鬆了口氣，臉上露出一絲笑容。

在調解庭上，我坐在你身旁，協助你理解程序。你的困惑、不解，我都在旁說明，不讓你在不明朗的情況下失去自己的權益。你的憤怒、生氣、不甘心……都在過程中展露，然而在結束的時刻，我看到你釋懷了，沒有掙扎、謾罵、委屈……你為自己的未來做出了決定。回家的路上，你開心地說，等收到離婚判決書，一定要帶我好好慶祝，我說簡單吃麵就好，你卻堅持要去唱歌。

20 年婚姻的終結與新生

等待判決書的過程，也是另一段煎熬。我知道 20 年的婚姻並不容易，調解庭後，我關注你的心情。你收到判決書後，打來電話告訴我，正準備前往戶政事務所處理後續事宜，我問：「需要我陪你嗎？」你堅定地回答：「不用，我可以自己來。」

我要感謝你，感謝你找到了自己的力量，並且走出了滿是泥濘的婚姻路。我相信未來的你會更好，因為你太勇敢了，值得擁有更美好的未來。

重新出發： 一個人的家也是家



台中愛馨人粉絲專頁



在婦女培力服務中，我見證了許多婦女爲了擺脫暴力而離家，並渴望重建一個安定的新生活，有些婦女甚至不得不忍心放下孩子、獨自地離開曾經傷害自己的家。而這些婦女在人群中往往被忽視、甚至被誤解和指責，但他們的堅強與盼望卻值得我們深刻的關注。

無法回頭的勇氣

對於那些選擇獨自離開的婦女來說，背後需要考量的因素非常複雜。面對爭取扶養權、監護權的挑戰；兼顧工作與孩子的難題；因傳統觀念對失婚女性的社會壓力，而經歷不同的挑戰。即使在社會大眾眼中，生活條件可能較為寬裕，但卻要承擔起社會各樣評價的眼光，孤單地走在這段陌生的人生道路中。

重新塑造家的味道

與婦女一同探討離家後的生涯規劃，最先需要考慮的是維持生計。透過努力尋找工作機會，尋找舒適且符合預算的租屋處。慢慢佈置起屬於自己的小小空間，添購所需和想要的物品，除了爲這個地方賦予家的感覺之外，也逐漸累積了自我肯定的內在能量。這樣的努力，不僅是爲了生存，更是爲了重新找回生活的溫度，讓一個人的家成爲溫暖的避風港。

一個人的新開始

雖然佳節的到來，婦女無法再次感受熱鬧的家庭儀式感。然而，在自己的租屋處，體驗著度過一個人的新年與重大節日，這是一個新開始，準備重新再出發。感謝這群堅強的女性用自己的故事告訴我們，一個人也能讓生活漸漸變好並注入盼望，讓生活變得更加安定且有希望，在一天天的獨處中，重新營造屬於自己的家的味道。

陪伴與重生 青少年母親的轉變之路



屏東愛馨人粉絲專頁



婷婷在 18 歲時發現懷孕，選擇接受屏東勵馨的服務，在懷孕過程中，因爲身份轉換以及孕期不適，吃盡了苦頭，在調適過程中，社工除了陪伴，更透過知識性的教育，協助婷婷和先生以及雙方家庭溝通等頻繁的工作。克服了衆多挑戰，終於婷婷迎來生產的日子，在生產過程中，他才真正感覺成爲一個母親多麼不易，對於少年時期的荒唐，此刻他意識到自己是多麼讓母親操心。

在成爲母親的過程中，婷婷一邊努力當一個適任的媽媽，一邊也由社工陪伴修復與母親的關係，同時學習當一個媳婦，慶幸的是婷婷獲得了雙方家庭的支持，雖然年紀很輕，但成爲母親後他意識到，維持經濟穩定對孩子很重要，因此開始學習美容相關技能，在雙方家庭的協助下，在市場裡開了一間小小的美容工作室，因爲他知道，在工作和家庭中取得平衡不容易，但爲了孩子他期待自己能做得更好。

過往，婷婷沒有自己的生活目標，每天過著荒唐且令家人擔心的生活，這樣的日子卻在有了孩子之後開始改變，婷婷知道現在的他爲了孩子也爲了自己而活，社工問婷婷，是什麼讓你有這樣的改變？婷婷說：「因爲你讓我知道原來當我有了選擇的能力和權力，我的人生就會擁有更多不同的可能性。從前的我不懂這個道理，所以我不知道我爲何存在，但現在的我清楚知道我存在的意義和價值，即使有時候日子過得很不容易，但我的內心是甜蜜的。」

勵馨基金會 2020 年曾調查「青少年懷孕族群的福利資源使用情況」，觀察到青少年懷孕族群對福利資源的認知較爲薄弱，對自身權益的理解較低。他們最大的困擾是經濟收入、其次是養育孩子、第三是求職。有求職動機，但礙於育兒責任及學歷較低，可選擇的工作機會不多。我們需要積極提供年輕母親在就業、升學及托育方面的友善環境，針對青少年父母的需求提供足夠且穩定、彈性的資源與培力。

熱鬧迎新年 歡迎永遠的女兒回娘家

花蓮勵馨——
2024 祥龍迎新・回娘家親子餐會

勵馨基金會花蓮分事務所於今年一月 20 日舉辦「2024 祥龍迎新・回娘家親子餐會」，祥龍迎新——象徵龍年好寓意，祝福參與的大家有美好未來和繁榮發展。花蓮勵馨從 2007 年開始陪同花蓮弱勢婦幼們離開困境、扶持自立，此次農曆年前的餐會活動邀請近 50 位曾經的服務對象與其家人回來勵馨這個娘家，互相寒暄圍爐聚餐。花蓮縣府社會處副處長黃舒儀蒞臨祝福及鼓勵，喜見勵馨彼此陪伴的力量走得很穩很遠，未來繼續努力共創美好。



[花蓮愛馨人粉絲專頁](#)

馨程～2024 屏東歲末圍爐
感謝麥氏新東陽基金會

2024 年屏東分事務所藉由「馨程～2024 屏東歲末圍爐」活動，邀請服務家庭「回娘家」與屏東勵馨於過年前圍爐團聚，一同熱鬧迎新年。無論過去遭遇到什麼困難及逆境，藉由圍爐團聚讓服務家庭感受到彼此的關懷與溫暖，並相信自己不孤單。圍爐餐會共有 134 人一起參與。

特別感謝財團法人麥氏新東陽基金會，長期關心陪伴勵馨服務的家庭，每年過年都會捐贈年菜和禮盒，此次更捐贈 50 盒禮盒，作為服務家庭回娘家的伴手禮，期盼他們都能好好過年及生活。



支持屏東勸馨

邀您一同陪伴弱勢婦幼捐款「支持勵馨」

計劃撥單

98-04-43-04		郵政		劃撥		儲蓄		金		存款		單	
收銀號碼		12174978		金額		拾萬		拾萬		拾萬		拾萬	
收銀號碼		12174978		金額		拾萬		拾萬		拾萬		拾萬	
通訊欄 (銀與本收存款有關事項)		捐款用途 (請勾選) : 113010102 173 期		收款戶名		財團法人勵馨社會福利事業基金會		經辦局收款		收款帳號戶名		郵政劃撥儲蓄存款收據	
☐ 支持勵馨 (由勵馨協會轉交) ☐ 傳愛小腳丫 給勵Young說 (由勵馨協會轉交) ☐ 小星與天空 (兒童性侵害防治) ☐ 蒲公英飛揚計畫 (青少年犯罪預防) ☐ 多陪一里路 (原鄉青少年返鄉) ☐ 家裏兒少助學計畫 (弱勢兒少) ☐ 女孩的幸福中繼站 (青少年女性素養) ☐ 幫助目標暴力兒少 (兒童心理發展服務)		☐ 寄給我 ☐ 我不需要 ☐ 請寄給化中報 (僅為首次填寫)		☐ 寄給化中報 (僅為首次填寫)		☐ 寄給化中報 (僅為首次填寫)		☐ 寄給化中報 (僅為首次填寫)		☐ 寄給化中報 (僅為首次填寫)		☐ 寄給化中報 (僅為首次填寫)	
身分證字號： (僅限個人，請勿填明單位名稱)		姓名： (僅限個人，請勿填明單位名稱)		地址： (僅限個人，請勿填明單位名稱)		電話： (僅限個人，請勿填明單位名稱)		主管：		存款金額		電腦紀錄	

郵政劃撥儲蓄存款收據

「受暴婦幼生活重建 多陪一里路」捐款授權書

【113390102】173期

※ 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勸馨以「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。				
不具名徵信	徵信名稱可自行命名，或勸馨以「愛馨人」名稱為您徵信，若您未做任何填寫，本會將以您的「收據抬頭」公開徵信。 ☐ 不具名徵信 (請您命名) ☐ 我要以「愛馨人」名稱徵信			
電話	宅	公	手機	
地址	□□□ - □□			
電子信箱				
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 ☐ VISA ☐ MASTER ☐ JCB ☐ 聯合信用卡			
捐款金額	☐ 定期每月捐款 ☐ 300 元 ☐ 200 元 ☐ 100 元 ☐ 其他金額 元 ☐ 單次捐款 ☐ 3,000 元 ☐ 2,000 元 ☐ 1,000 元 ☐ 600 元 ☐ 其他金額 元 捐款至 年 月止 (每月 10 號扣款)，前項日期若未填寫，將扣款至您告知停捐日期。 (若欲取消、異動金額或資料，敬請來電或 E-Mail 通知)			
捐款回饋禮	☐ 請寄給我 ☐ 我不需要 (依照現行活動內容寄送回饋品，未勾選或活動截止將不寄出。)			
回饋禮 寄送地址	☐ 同收據寄送地址 ☐ 另寄至：□□□ - □□			
捐款收據	☐ E 化	凡提供身分證字號者，勸馨將主動為您加入 e 化報稅方便您申報作業 (若您無須此服務，請勾選取消 ☐ 我不需要 E 化報稅) ☐ 身分證字號 □□□□□□□□□□ (首次申請必填) ☐ 收據抬頭另開 身分證字號 / 統一編號 (若您已申請 E 化報稅，將不主動提供紙本收據)		
	☐ 紙本	☐ 年度寄送 ☐ 按次寄送 ☐ 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)		
郵政劃撥	郵政劃撥／戶名：勸馨基金會／帳號：1217497-8 (通訊欄請註明「多陪一里路」方案)			
更多捐款方式	請至勸馨官網 www.goh.org.tw → 我要捐款 ※ 提醒您 2022.3.11 前加入之舊會員，因新官網上線，新舊平台不相容為安全性考量，須請您重新註冊加入會員，提供更佳的使用體驗			
填妥表格後，請傳真至 (02) 2918-8377 或 郵寄至 231033 新北市新店區順安街 2-1 號 1 樓 捐款專線 (02) 8911-5561				

勸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。 113 年 2 月版

衛部教字第 1121364028 號 (113/1/1-113/12/31)



勸馨總會

關懷專線 02-8911-8595

劃撥帳號 1217497-8

服務信箱 master@goh.org.tw

地址 231033 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





多陪一里路 幫助他們邁向自立

受暴婦幼生活重建 需要您相挺

勵馨誠摯邀請您，多拉一把，
多陪一里路，一同支持受暴婦幼

- ♥ 生活扶助&經濟培力
- ♥ 居住扶助
- ♥ 關係修復

公益大使 王月

王月



捐款專線

02-89115561

受暴婦女脫離暴力家庭或庇護家園後，生活變成了一場單打獨鬥的拼搏，每個月賺取僅有基本薪資，甚至更少，薪水除了支付房租，還要負擔孩子的托育費、學費、生活費等，有些還要償還債務。

2022年，勵馨基金會接觸18,048名受暴婦幼，深度服務**3,140**名受暴婦幼，並協助其脫離脆弱與暴力處境。



勵馨官網捐款



LINE Pay捐款

 **勵馨基金會**
The Garden of Hope Foundation

231033 新北市新店區順安街2-1號1樓
Tel: (02) 89118595 Fax: (02) 89115695

 **勵馨基金會**

南部教字第1121364028號
(113/1/1-113/12/31)