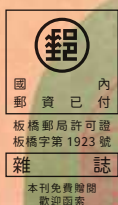




勵馨會訊

184
2026. Sep.



- 不只陪孩子走出傷害，更陪他走向自己決定的未來
- 兒少培力是一段沒有捷徑的路 看見孩子從「我不行」到「我可以」
- 《刑法》第 80 條修正通過 未成年性侵追訴期 20 歲起算！



我們說的培力，究竟是什麼？

我們常以為「培力」是教孩子多一項能力、完成一個目標；
但對第一線工作者而言，更重要的是，孩子能不能在一次次經驗裡，慢慢相信自己。
從新北兒少多陪方案的立槩活動，到路得學舍的登山與圓夢計畫，工作者沒有替孩子完成挑戰，
而是提供安全、陪伴與支持，讓孩子練習做決定、解決問題，也為自己的想法負責。

我們陪孩子走的，從來不只是眼前這一段路，而是希望有一天，
他能帶著「我可以」的相信，走向自己的未來。

職場性騷擾防治講座 伴企業打造友善職場



在《性別平等工作法》擴大雇主的防治責任後，勵馨基金會看見許多企業在性騷擾防治上的疑惑，規劃出職場性騷擾防治初階及進階課程。

初階課程包含基本知能、法規及求助資源；

進階課程除了知能補給，更加入創傷知情、性別平權與同理心訓練。

期待您與勵馨攜手合作，逐步建構一個更安全、更友善的工作環境，讓性騷擾無所遁形。

若您有職場性騷擾防治需求，歡迎透過 QR-CODE 線上申請，
或撥打 02-8911-5595 #104（公民對話處）與我們聯繫。

職場性騷擾
防治講座邀約



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 不只陪孩子走出傷害，
更陪他走向自己決定的未來

主題報導

- 04 兒少培力 是一段沒有捷徑的路
看見孩子從「我不行」到「我可以」

特別企劃

- 09 不急著長大，陪你慢慢成為自己——
欣恩之家日常裡的培力練習

社工馨語

- 13 TA（她）與安置的故事——刺蝟女孩

培力行動

- 16 找到自己的聲音、選擇與可能——
陪兒少探索、實踐，也成為自己

法律政策倡議新訊

- 18 離開暴力 不代表走出困境
勵馨公布租屋需求調查
籲完善居住、托育及就業支持制度
- 20 《刑法》第 80 條修正通過
未成年性侵追訴期 20 歲起算！
修法跨出重要一步，讓制度開始理解創傷

近期活動・愛馨同行

- 21 陪伴不只一種形式：
邀您支持勵馨的在地行動

從「我不行」到「我可以」

因為神賜給我們，不是膽怯的心，
乃是剛強、仁愛、謹守的心。

- 提摩太後書 1:7

在陪伴中見神的賦能

疲乏的，祂賜能力；

軟弱的，祂加力量。

- 以賽亞書 40:29

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。

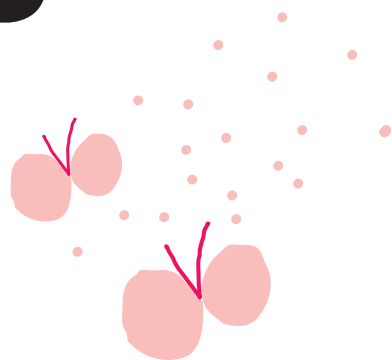


發行 財團法人勵馨社會福利事業基金會
發行人 潘瓊琬
發行所 231033 新北市新店區順安街 2-1 號 1 樓
電話 02-8911-8595（代表號）
捐款專線 02-8911-5561
E-mail master@goh.org.tw

劃撥帳號 1217497-8
戶名 勵馨基金會
總編輯 王珩好
主編 錢愛慈
執行編輯 林玉柔

美術設計 黃萱
承印 中華彩色印刷股份有限公司

不只陪孩子走出傷害， 更陪他走向自己決定的未來



我們很容易對一個受傷的孩子說：「你要勇敢一點。」

也很容易對一個迷惘的孩子說：「你要為自己的未來努力。」

但我常常想，當一個孩子已經不相信自己了，我們憑什麼要求他勇敢？

對曾經歷家庭暴力、性侵害、失落、忽視，或長期處在資源匱乏環境中的孩子來說，他們缺的往往不是「再多學一項技能」，而是生命中很重要的一種經驗——我做的決定，可以被尊重；我做不到的時候，不會因此被否定；我再試一次，也有人相信我。

勵馨長期投入兒少服務，從安置、創傷復原，到社區中的青少年陪伴，我們看見的從來不只是一個「需要被幫助的孩子」，而是一個正在學習如何重新相信自己、建立關係、做選擇，並走向未來的人。因此，勵馨的兒少培力，不是單一方案，而是在不同的服務場域裡，陪伴不同生命經驗的孩子。有些孩子曾經歷家內性侵、家庭暴力或遭遺棄；有些曾接受安置，重新回到社區後仍需要支持；也有些孩子來自資源相對薄弱的家庭。面對不同處境，我們做的事情不盡相同，但核心始終一致——不是替孩子決定他的人生，而是陪他重新取得選擇人生的力量。

因為勵馨相信：保護孩子，不等於替孩子決定一切。我們有責任確保孩子的安全，但也要讓孩子在安全的環境裡練習選擇、承擔選擇，甚至在選錯之後重新來過。這樣的改變，有時候非常慢，甚至一度看不見。但勵馨願意走這條慢路，因為我們知道，從危機中離開，不代表人生已經走出困境；離開安置，也不代表孩子已經準備好獨自面對世界。

因此，勵馨的服務不只是「把孩子接住」，我們更希望陪伴孩子從接受幫助，逐漸走向能夠為自己做選擇；最後，甚至有一天成為願意幫助別人的人。

好的服務，不是讓孩子永遠需要我們，而是有一天，他可以不再需要我們，卻把曾經得到的力量留在自己身上。所以，勵馨的社工不是替孩子把路走完，而是在孩子生命的某一段路上，努力創造一個空間：讓他可以試、可以錯、可以重新選擇，也可以慢慢找到自己的答案。有時候我們走在前面，替孩子擋住危險；有時候走在旁邊，陪他一起走；而最重要的時候，我們必須懂得退後一步。因為真正的陪伴，不是永遠牽著孩子的手，而是有一天，敢於放開手，相信他走得下去。

直到有一天，他不再問：「我可以嗎？」而是很有力量地告訴我們：「我決定了，我要試試看。」那一刻，就是培力真正發生時，也正是勵馨兒少培力價值的展現：不只是陪孩子走出傷害，更陪他走向自己決定的未來。

勵馨基金會 執行長

王明子

兒少培力 是一段沒有捷徑的路

看見孩子從「我不行」到「我可以」

一位怕水的孩子，在參加立槳活動前，反覆問社工：「我到底要不要去？」面對孩子的猶豫，社工沒有急著替他決定，而是說明活動的安全措施，陪他了解可能的風險，也讓他回頭聽聽自己的感受。最後，要不要參加，仍然由孩子自己決定。

另一組孩子，原本告訴社工：「我不會寫計畫，也不會做簡報。」但為了心裡想實現的梦想，他們在社工陪伴下從零開始，一次次修改、練習，直到站上台，親口向評審說明自己的計畫，為自己的夢想爭取機會。



這兩段故事，分別來自新北兒少多陪方案與高雄路得學舍社工的親身經驗。看起來，一個是孩子面對恐懼時學習做出選擇，一個是孩子為了夢想學習新的能力，但對第一線社工而言，背後有著相同的意義。

新北兒少多陪方案社工廖俞瑀，長期陪伴的青少年，有些曾經接受安置服務，有些來自社區，也有些是過去曾經接受勵馨服務的家庭。他從孩子願意嘗試的活動開始，透過立槳、攀樹、動物互動等經驗，慢慢建立關係與信任；路得學舍則從孩子原本就有興趣的爬山開始，從簡單的郊山一路走向百岳，甚至挑戰富士山，同時陪伴孩子學習寫計畫、做簡報，練習把自己的想法說出來。

活動不同，孩子需要練習的能力也不同，但社工在意的從來不只是孩子最後完成了什麼，而是他能不能在一次次嘗試中，慢慢知道自己可以做選擇、可以解決問題，也可以為自己的想法負責。

這就是勵馨一直在做的「兒少培力」。不是替孩子把路走完，而是在安全的關係裡陪他一步一步走；也不是要求孩子一定要完成什麼，而是給他時間與空間，依照自己的步調嘗試與選擇，在一次次經驗中慢慢看見自己的能力。

從「願意來」開始 先讓孩子感受到安全

對廖俞瑀而言，兒少培力並不是從一堂設計好的課程開始，而是從孩子「願意走進來」開始。他服務的孩子們生命經驗各不相同，但其中不少人曾經歷家庭支持薄弱、創傷，或是在建立人際關係與信任上遇到困難。對這些孩子而言，要在第一次見面時就談自己的家庭、創傷或脆弱，其實並不容易。

「我怎麼可能在別人面前，一開始就講我很脆弱、很受傷的事情？」

廖俞瑀知道，如果第一次見面，社工就要求孩子談自己的情緒與生命經驗，孩子感受到

的可能不是支持，而是壓力。他也觀察到，孩子過去曾經如何被對待，以及過去接受服務時是否曾感受到不被信任，都可能影響他之後與社工建立關係的方式。所以，他選擇從孩子比較容易接受的「玩」開始。他說：「要用好玩的東西，才能吸引他們。」

從靜態的做蛋糕，到戶外活動，立槳、攀樹、騎馬等不同體驗。每次活動結束後，廖俞瑀也會問孩子喜歡什麼、下一次想嘗試什麼，再依照孩子的狀態與需求做調整。

這些活動表面上看起來只是一起玩，但對孩子而言，它提供了一個比較沒有壓力的入口。他可以先在團體裡有事情做，和社工聊一點點，也可以慢慢認識其他人，不需要一開始就把自己最脆弱的部分交出來。

先願意走進來，才有機會建立關係；有了關係，才有可能慢慢談自己。培力並不是把孩子帶進一套固定的課程，而是從孩子當下的狀態出發。透過不同的經驗，讓孩子有機會認識自己。



當「要不要去」成為孩子自己的決定

那場立槳活動，讓廖俞琄更清楚看見「陪伴孩子做決定」和單純鼓勵孩子之間的差別。

有一名孩子很怕水，活動前不斷傳訊息問他：「我到底要不要去？」廖俞琄向教練確認活動環境、安全措施、救生衣與教練配置，再把資訊告訴孩子。但當孩子一次又一次問著同樣的問題，他慢慢意識到，孩子真正需要的可能不只是「活動安不安全」的答案。他也許正在等待一個大人告訴自己：「你覺得我要不要去？」

如果社工直接回答「你來啊」，看起來像是在鼓勵孩子勇敢嘗試，卻也可能再次替孩子做了決定。所以最後，廖俞琄仍然把選擇權交回孩子手上。「他可以先了解活動的風險，也可以知道有哪些安全措施，但自己究竟有多害怕、是否已經準備好，還是需要自己評估。」

培力不代表孩子一定要挑戰恐懼，也不是「去了」才叫成功。有時候，更重要的是讓孩子知道，自己的感受可以被認真看待，自己也有能力做決定。



從「山好可怕」到「原來我可以」

路得學舍主要服務十二至十八歲的少女，多數因家內性侵、家暴或遺棄等原因進入安置。對這些孩子而言，除了生活上的照顧，更需要有人陪著他們重新建立與人的關係，也重新認識自己的價值。

史昀宣社工回憶，路得學舍最初帶孩子爬山時，只是希望讓孩子親近大自然，並沒有預想有一天會走進富士山。

「孩子們過去對山的想像，可能只是跟著父母經過山邊，遠遠看著山，覺得山很高，也覺得山裡面很可怕。」於是，團隊從高雄比較簡單的山開始，一點一點增加難度。從一般登山活動，到後來挑戰百岳，孩子對山林的陌生感逐漸降低，也開始主動問起下一次什麼時候還要爬山。

原本覺得山很可怕、覺得自己進不去的孩子，慢慢開始覺得，自己或許也可以挑戰。這個轉變，讓史昀宣看見孩子「自我效能感」的累積。孩子透過一個又一個小目標的完成，逐漸累積「我做到」的經驗，也開始相信自己可以主動學習、處理生活中的事情。

富士山並不是一開始就存在孩子心中的夢想。一次登山過程中，一名山友對孩子說：「你這麼年輕、體力又好，有機會可以挑戰富士山。」一句話，讓富士山這個原本遙遠的名字留在孩子心裡。

後來，剛好遇到高雄市政府社會局的圓夢計畫，原本只停留在想像裡的富士山，開始有了實現的可能。而真正的挑戰，也從這裡開始。

「我可以教你，但我不會幫你做」

孩子一開始告訴史昀宣，自己不會打字，也不會寫計畫，更不會做簡報。如果希望事情快一點完成，最直接的方法就是大人替孩子做好。但史昀宣沒有這麼做，而是告訴孩子：「我可以教你，但我不會幫你做。」因為這是孩子自己的夢想。

於是，孩子從零開始學寫計畫。第一版內容甚至把平常聊天的語氣、心裡 OS 都寫進正式申請書。在一次次修改、討論之後，他們才慢慢理解，一份正式的計畫書應該怎麼寫。

接著進入簡報製作，從挑選照片、安排內容，到思考如何把自己的想法說清楚，對孩子而言都是第一次。他們甚至會因為「我明明很會滑手機，怎麼連簡報都做不好」而感到挫折。

但史昀宣沒有直接替他們完成，而是陪著孩子一步一步練習、修正。從第一版計畫，到最後完成完整的提案；從第一次上台時聲音很小、緊張怯場，到正式報告前反覆練習超過二十次，孩子慢慢找到表達自己的方式。

正式報告當天，其中一名孩子因為太緊張，在上台前哭了出來。但最後，兩位年僅十四、十五歲的孩子仍然站上台完成報告，並通過審核。評審肯定他們年紀雖小，卻有穩定的台風與清楚的表達。

對史昀宣而言，孩子得到的不只是一次前往富士山的機會，而是第一次很清楚知道，原來自己也可以為一件重要的事情準備、努力，最後站出來替自己爭取圓夢的機會。

不只是完成挑戰，而是把經驗帶回生活

兒少培力的意義，不只在於孩子完成了一次挑戰，更在於這段經驗能不能在日後遇到困難時，成為他可以想起來的經歷。



史昀宣曾帶孩子挑戰一段難度較高的山路，途中需要拉繩、跨越倒下的樹木，也要攀爬岩石。在爬完第一座山時，其中一名孩子已經累到想放棄，史昀宣其實也同樣疲憊。他沒有一直告訴孩子「再撐一下」，而是陪他把注意力放在眼前的路，看看沿途的花、石頭和大樹。兩人一邊走、一邊互相打氣，最後終於完成了整段路程。

下山時，孩子說：「還好我們兩個人都沒有放棄，因為如果放棄了，就看不到山頂的風景。」這句話對史昀宣來說，格外有意義。過去遇到困難時，這個孩子往往很快就會選擇放棄，但這一次，他雖然累到想停下來，最後還是和大家一起走完了。

史昀宣認為，這樣的經驗之所以重要，是因為孩子未來再遇到困難時，可以回想起自己曾經走過的路。當他又覺得「我做不到」或想要放棄時，就可以提醒他：「還記得那次爬山嗎？你當時也覺得自己做不到，但最後還是完成了。」那次爬山，讓孩子多了一個自己親身經歷過的答案。遇到困難時，不一定只能放棄，也可以先停下來，找找看還有沒有其他可能。

從被幫助 到為自己發聲

對路得學舍而言，兒少培力更深一層的意義，是讓孩子重新找回自己的聲音。史昀宣觀察，有些孩子過去在原生家庭裡，曾經因為表達意見而被責備，甚至受到傷害。久而久之，他們可能習慣不表達、不做決定，也不再相信自己的想法有價值。

因此，對史昀宣而言，培力不只是教孩子一項技能，而是讓孩子重新確認，自己是有想法的，而這些想法值得被聽見。陪孩子寫計畫、做簡報，表面上是在教一項實用的能力，實際

上也是在陪孩子練習為自己發聲。因為孩子總有一天會離開安置環境。當他開始工作、進入人際關係，或在生活裡遇到不公平的對待時，他需要知道自己可以表達、可以思考、可以做決定，也可以在需要的時候尋求協助。

這些能力，並不會因為離開安置就突然出現，而是需要在孩子還有人陪伴的時候，一點一點練習起來。

陪孩子走一段 也讓他有一天能自己走

廖俞瑀認為，社工很重要的一個角色，是成為孩子生命中的見證人。當孩子陷入低潮，覺得自己很糟糕的時候，社工可以告訴他：「我記得你以前是什麼樣子，也看見你現在變成什麼樣子。」

因為陪伴的時間夠長，社工有機會看見孩子自己都沒有察覺的改變。當孩子再次懷疑自己時，社工就能陪他回頭看，提醒他其實已經走過哪些路、做過哪些自己原本以為做不到的事。這也是兒少培力需要長期陪伴的原因。

在新北兒少多陪方案的社區服務中，即使孩子因為目前沒有需求而結案，社工仍可能持續維繫關係。今天沒有需要，不代表未來不會再遇到困難。讓孩子知道「這個人還在」，當他未來真的需要幫助時，才可能願意再次回頭。

而陪伴的目的，也不是讓孩子永遠依賴社工。史昀宣用一個簡單的比喻，形容自己理解的兒少培力：「與其抓魚給孩子吃，不如教他怎麼釣魚。」

這並不是說孩子從此什麼都要自己來，而是大人在孩子需要的時候提供支持，同時把可以自己完成的部分慢慢交還給孩子。就像陪孩子準備富士山計畫，社工可以教他怎麼寫計畫、做簡報、挑照片、練習表達，卻不直接替他完成。孩子最後帶走的，不只是一次圓夢的機會，也是在這個過程中學會的能力。

兒少培力 是爲了讓孩子成爲自己

我們很容易把「培力」想像成能力訓練，期待孩子變得更勇敢、更獨立、更會表達、更能解決問題。但從恩心家園與路得學舍的陪伴經驗來看，兒少培力也許不是要把孩子變成一個符合大人期待的「厲害的大人」，而是讓孩子有機會更認識自己。

知道自己害怕什麼，也知道害怕的時候可以怎麼辦；知道自己的意見值得被聽見，也知道可以自己提出不同的想法；遇到困難時，可以尋求協助，也可以試著自己想辦法。

這些經驗未必會立刻改變一個孩子的人生，卻可能在很久以後的某一天派上用場。陪孩子多走一里路，不是替他走得更遠，而是讓他有一天，能夠自己走下去。

這是勵馨持續在推動的兒少培力。在孩子還不相信自己的時候，先有人願意相信他；在他還不知道怎麼走的時候，有人願意陪他走一段；在他終於準備好做選擇的時候，把選擇權交回他的手上。

直到有一天，這些曾經缺乏自信、退縮、沒有聲音的孩子可以對自己說：

我可以試試看。

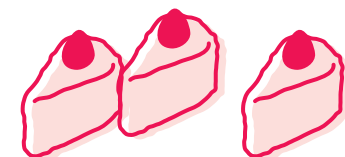
我可以自己決定。

我也可以走出自己的路。

特別企劃

撰文／林玉柔
公民對話處媒體組專員

不急著長大， 陪你慢慢成爲自己—— 欣恩之家日常裡的培力練習



「姐姐，我好餓喔！」

「姐姐，什麼時候可以吃飯？」

「姐姐我跟你說，老師今天稱讚我烤的蛋糕很漂亮欸！」

放學時間，女孩們一個接一個回到家園，屋子頓時熱鬧起來。有人迫不及待分享今天的好事，有人餓得等不及吃飯，也有人什麼都不

想說。喧鬧中，小晨沒有說話，只是安靜地走進屋裡。欣恩之家的社工蕭鳳慈注意到他，沒有急著追問，自然地招呼著剛回家的孩子們：「你們回來啦！先去洗澡、換衣服，等等就可以吃飯囉！」這是欣恩之家再平常不過的一個傍晚，不論孩子們帶著什麼樣的心情回家，都有人在這裡等著他們。



先有一個安心的地方， 才能慢慢長出信任

欣恩之家是勵馨基金會設立的兒少中長期安置家園，家園的少女曾在原生家庭經歷疏忽照顧或是不當對待，依據《兒童及少年福利與權益保障法》接受安置，他們帶著不同的創傷來到陌生的地方，首先需要的，往往不是「趕快變得獨立」，而是一個可以安心生活的地方。

「在孩子適應期間，陪伴跟了解是重要的。」生活輔導組長鄧靜怡說，當孩子來到家園時，家園裡的社工和生輔員會先了解他喜歡吃什麼、喜歡做什麼，從孩子熟悉的事物開始，慢慢建立關係。家園也會透過「迎新趴」歡迎新夥伴，讓孩子認識生活作息與規定。

從陌生到熟悉，每個孩子需要的時長不一，少則三個月，長則一、兩年，而家園裡的社工、生輔員並不著急，我們深知在原生家庭受傷的孩子，要重新相信身旁的人，是多麼不容易的事，因此，我們透過陪伴及關心，讓女孩們知道「需要的時候，我們都在！」

除了提供安全的生活環境，家園也會從日常陪伴中，慢慢培養孩子的自尊、自信、生活技能，以及對興趣與職涯的探索。因為離開家園之後，孩子終究需要面對自己的生活；而我們能做的，是在還有時間陪伴的日子裡，陪他多練習一些、多嘗試一些，也多相信自己一些。

理解孩子，才能找到適合他的陪伴方式

家園裡的工作者時常相互交流、蒐集每個孩子的資訊。由於每個孩子都有自己的成長經驗，也可能發展出不同的求生策略。因此，不能單單解讀他的行為表徵，需要理解背後的原因，才能提供更好的照顧。蕭鳳慈分享，像是

「親職化¹」程度較高的孩子，其行為展現會認為所有事是自己應承擔的責任，例如：照顧比自己年幼的妹妹、一手包辦家務整潔。可是細究後會發現，背後隱含他們期待獲得認同、愛與尊重的需求。但若在初始，就馬上制止或要他什麼都不做，孩子反而會焦慮、茫然無措。

因此我們會透過生活中的對話慢慢引導，例如「你先完成自己的事，我們再一起『分擔』家園的事」，協助孩子建立自我照顧與責任分工的意識，讓他理解照顧好自己是優先的，家務與照顧他人則是在能力所及下共同分擔的責任。等關係穩定後，再找機會關心他們在學校的人際關係²，陪孩子發覺自己是否經常「過度照顧他人，而忽略了自己的需要」。

蕭鳳慈說：「欣恩的運作類似家庭，我們就像他們的家長，照顧與陪伴之外，同時也擔負教養的角色。」舉凡生活自理、人際互動、情緒管理、金錢運用、學習與職涯探索，抑或是情感跟想法表達，都是在每天看似平凡的日子裡，一點一滴與孩子們練習而成。有些孩子過往沒被好好照顧，生活經驗的空白與匱乏，在他們來到家園後慢慢填滿。



¹ 親職化 (Parentification) 指的是在家庭中發生角色顛倒的現象，也就是孩子在還沒長大、身心尚未成熟時，被迫承擔原本應該由父母或成年人負責的實質任務（照顧年幼弟妹、打理繁重家務或承擔家計等）或情緒支持（例如聽父母訴苦、充當情緒垃圾桶）。

² 因凡事介入、管理的行為展現，易讓同儕感到厭煩，或是孩子會試圖以勞力、物質、秘密進行交換，來獲取同儕認同。

曾有孩子不敢獨自搭公車上學，我們陪他一起練習，先從打電話訂餐開始，練習表達、說出需求；接著陪他外出買飲料，試著與陌生人面對面交談；再來是提前確認公車班次與時間，一同搭乘，最後才讓孩子嘗試獨自上路。在家園，每個練習與嘗試，都是工作者和女孩們討論後才執行，目的是要讓孩子知道，嘗試不是強迫自己迎合大人的期待，可以隨時表達自己的想法，依照自己的速度，調整步伐。

把日常變成練習， 讓「我可以」一點一點發生

寒、暑假期間，家園會安排興趣課程、職涯探索，訓練孩子們的生活能力及培養興趣與一技之長，像是烹飪、烘焙、繪畫、手作物品等。週末時，孩子會和家園工作者一同準備餐點，從採買、清洗、切菜、烹煮到擺盤上桌，皆親自動手，即使在繁忙準備考證照和打工的暑假，他們也不放棄每月的家庭日，堅持要有大家相聚吃飯的時光。

倉庫擺放已久的帆布袋，也在孩子們設計發想並繪製出獨一無二的圖案下，呈現嶄新的面貌，為原本素淨的袋子，裝點不同色彩及價值。後來，孩子們更把這些技能延伸成立「馨欣柑仔店」。起初，是孩子們希望籌措自助旅遊費用，因而興起可以結合所學，義賣甜點及手作物品的念頭，另一部分孩子們也希望藉此向長期關心他們的友好店家、愛馨人表達感謝。



在分事務所週年活動時，孩子們推出滷味、檸檬磅蛋糕、雪 Q 餅及其他手作物品，招待前來參與的賓客，看著大家臉上洋溢幸福的笑容，孩子們的自信與成就感也慢慢建立。

這一切看似簡單，背後卻是歷經多次嘗試與練習才能做到。鄧靜怡回想，剛開始孩子們會認為很困難，無論怎麼努力，做出的成品就是不如社工或生輔員這些「姐姐們」做的好看；也覺得只有「完成」的瞬間，才是最帥氣、最厲害的，每個孩子都想讓身旁的人刮目相看。但是在過程中，他們逐漸了解，必須依靠團隊合作，每個人都發揮、貢獻自己的一部分，才會有成果。也意識到，自己原來可以做的事情很多，不要小看自己！

鄧靜怡說，還記得某天孩子打工結束，興奮的跟他分享，在餐廳看見顧客的背包正是他所繪製的帆布袋！看著孩子喜悅的神情，這也讓他卸下心中的大石頭，因為在培力的過程，他也曾擔憂會不會帶給孩子們太大的壓力？會不會只是徒增孩子們的挫敗感？「但是轉念一想，我們不就是要陪伴他們一起試錯嗎？」鄧靜怡如此說道。

有些改變需要時間， 陪孩子等自己的季節

家園採用「漸進式」的方式教導與陪伴，孩子過往的經驗是犯錯會被責罵，或始終認為自己不夠好、不夠優秀，但是在欣恩，我們希望他們知道，每個人本身都擁有許多能力，只是需要時間，也會不斷調整。所以，工作者不吝讚賞孩子的才能與才華，希望累積他們的自信心，也給予孩子們犯錯與調整的空間，適時的提醒與機會教育。在義賣擺攤時，曾發生忘記帶物品，孩子們從剛開始害怕被責備、互相推託，到後來嘗試解決問題，就是他們成長最好的佐證。

從兒少成長為大人，是漫長的過程。大腦的前額葉³發展到 25 歲才趨於成熟，我們又怎麼能期待在安置家園的兒少，一夕之間成為社會「期望又理想」的大人呢？當孩子情緒低落或遇到困難時，工作者們會給予時間，陪他慢慢整理好心情；當孩子生氣、憤怒，甚至摔東西時，工作者們會先詢問「你怎麼了？」孩子需要時間驗證，大人的陪伴與關心不會因為他的情緒或選擇改變。欣恩的工作者們採用一致的教養態度及關心方式，一句「你今天還好嗎？」是家園兒少感受到最真切的關心，他們知道有人在乎並尊重他們。

在園期間，有些叮囑宛如種子，種在孩子們的心中，當下未必看得見改變，卻可能在

³前額葉皮質 (prefrontal cortex, PFC) 通常被稱為大腦的「執行中心」，能促進規劃和理性決策，有助於調節情緒。

時機成熟時發芽。家園每年會舉辦「回娘家」活動，讓孩子們知道，這裡永遠是他們的家和依靠，今年，小熹和大家分享，他決定回去唸書，也開始尋找適當時機，安全離開目前的親密關係。這讓我們感動又欣慰，那些話語與陪伴，都被孩子放在心上，也在他準備好時，成為做出選擇的力量。

在不同人生階段，每個人都會歷經探索與變動，也都在建立新的支持系統，需要時間適應與長成。我們能做的，就是在一次次提醒、陪伴與等待中，成為他們身後穩定的力量；相信曾經種下的話語與關心，終有一天，會在屬於孩子自己的季節裡，迎來春暖花開。



TA（她）與安置的故事——刺蝟女孩

美國精神科醫師艾瑞克·柏恩（Eric Berne）在 1950 年代創立 TA 溝通分析理論（Transactional Analysis），它聚焦於分析人際互動與內在心理狀態，幫助人們了解自我、改善溝通。

每個人在成長過程中，會受到父母、重要他人及生活環境影響，從一次次經驗中發展出一套理解世界、保護自己的生存策略，稱為「腳本」。這些腳本可能包含「禁令」與「驅力」：孩

子為了適應環境，逐漸形成「我不能這樣」、「我必須做到最好」等信念，並在長大後不斷重複相似的行為模式。

因此，當孩子出現激烈、難以理解的行為時，工作者不只看見表面的問題，而是嘗試理解行為背後的生命經驗。透過 TA，工作者避免被孩子的腳本牽著走，並陪伴孩子看見原有的生存策略，逐步找到新的選擇，走出不同的人生路徑。



家園督導邀請孩子針對題目創作，Kiki 以刺蝟象徵女孩張開刺保護自己，不輕易讓人靠近。

張開刺的刺蝟——警戒的女孩

小婷因為原生家庭中疏忽照顧、不重視，導致她常常在外流浪，也是因為被發現她未成年在外流浪，而父母不願接她回家，因此小婷才進入家園。剛來到家園時，小婷帶著滿臉警戒的表情到處觀察周圍環境，前兩三個月看似順從，但是內心她有很多的危害及困惑。漸漸地與小婷互動後，叛逆、倔強的個性開始展現，漸漸露出以往在外流浪時的攻擊力。

對她而言這個世界是不友善的，面對大人充滿防備及不信任，從小在家裡她也得不到重視。父母重男輕女，常說她是多餘的，以後也是別人家的媳婦，是潑出去的水，與她的互動時多半是非打即罵，或是漠不關心。當房間外傳來「咚咚咚」的腳步聲，是小婷最害怕的事，很多時候是媽媽走上樓準備「修理她」，她會害怕的躲在棉被裡。

當小婷與家人裡發生衝突時，家人都不相信她所說的話。逐漸，她學會了放棄，放棄與家人、與大人之間的連結，收起了對大人的信任，開始在外面尋求同儕的慰藉。再慢慢地，她回家的次數也少了，在不同的朋友家輪流居住，父母也認為小婷就是一個叛逆的壞孩子，無法受教。她在外面流浪的日子，家人沒有找過她，親子的關係陷入膠著及惡化。

和她互動相處的過程中，任何的話語到她耳邊，她都感覺刺耳、是傷害，「是我不好」、「我被針對」、「你覺得都是我的錯」。那是因為過往與大人互動的過程，她一直都是被傷害，所以一旦靠近，她就會像刺蝟一樣，拼命的張開尖銳的刺保護自己，不讓別人靠近，而接近她的人，都會被刺得滿身是傷。

我不值得被愛——傷痕累累的心

在一次談話中，因無法符合小婷的期待，她立刻翻臉，歪著頭惡狠狠的看著我，用髒話問候我，接著桌上物品全被推落，筆記本狠狠摔在地上，當下憤怒也直衝上我的腦袋，看著她張牙舞爪的朝我怒吼：「為什麼不行？你們都不理解我、不信任我，反正都會說是我的錯、反正我就是爛、我就是壞……」。

我深呼吸緩解情緒，再度看向她，看著她充滿憤怒的臉龐；那一刻我知道，她透過我怒吼的對象是過往傷害她的家人。靜靜的看著她，看著她宣洩自己的情緒，看著她否定自己的一切。我突然問她：「妳是不是覺得自己不值得被愛，妳擔心我之後會遠離妳嗎？但我不會因為妳對我發脾氣而遠離妳。」

她原本正在爆炸的情緒，就像被按了暫停鍵一樣，突然停了下來，她怔怔地看著我，開始流淚哭泣。沒有問她為何哭，只是靜靜地陪著她，當下理解到，她的心是受傷的。在原生家庭的生活讓她覺得自己是不值得被愛的，沒有人會信任她，她無法相信別人對她的好是真心的。所以寧願先不要跟人靠近，自己一個人處理自己的事情，即使很辛苦，她也不願意讓別人幫助。

而我，雖然常常被小婷刺得滿身傷，但不去看她外表的刺，可以看見她的內心的脆弱。一個傷痕累累的小女孩，縮在保護殼裡面，想要保護著自己，害怕自己付出後再被拋棄，所以先將其他人排拒在外，不要靠近、不要去信任，就不會再被傷害。

關係的改變——我可以靠近你嗎

我們關係真正改變開始於一場家長會，在小婷過往的經驗裡，她的家長會，從來沒有家長去過，但我說我要去的時候，她充滿了訝異、困惑，嘴巴直說不要、不要啦。

參加學校家長會那天，我坐在小婷的位子上，她傲嬌的說：「妳幹嘛來啦～」，但一邊又展現她的課本，說她抄了多少的東西、做了多少的筆記，那時的她就像是一個想要把自己所做的事情呈現給家長看的小女孩，那一刻很心疼她，她只是希望有人看見及關心她。

當然之後與她生活的過程中，她還是會做一些挑戰界限的事。一次又一次的充滿火藥味的討論，讓她知道其實做錯事情了也沒關係，吵架了還是可以修補彼此的關係，我們的關係並不會因為爭論、吵架而有所變化。以為撕裂的關係不可能修復的想像，最後並沒有發生，而這些經驗有別以往，也讓小婷有了安全感，慢慢願意分享她的心情，漸漸的與我們靠近。

所謂的壞，真的是壞嗎？ 眼見不一定為憑

很多時候我們只看到表面的事情，孩子叛逆、耍狠、噏人就一定是壞小孩不受教嗎？能看到她背後的脈絡才是重要的。小婷預設裡會被討厭、會被遺棄、不被相信、不值得被愛……是導致要武裝自己讓他人覺得她難以親近的原因，如果沒有看到背後的脈絡，很容易讓她又會落入過往的經驗，也會自己和他人靠近就會受傷的信念裡。

小婷結案離開家園後，我們還是有聯絡，並沒有因為離開家園而就失去聯繫，偶爾她會來家園看看我們，知道工作人員狀態不好時候，也會想來安慰我們。小婷從一個害怕大人、不懂得跟人相處的孩子，到願意跟我們分享、跟我們靠近、跟我們撒嬌，甚至學會了如何去安慰人，其實我們也得到很多了。

生命影響生命也許現在看不出來，在他們心中留有一顆種子，相信將來的某一天會慢慢顯見。

關於禁令——不要靠近

如果父母常常和小孩保持距離、忽視、漠視，小孩就可能接收到自己「不要靠近」的訊息。一開始，小孩會想嘗試接近父母，但如一直得不到反應，最後小孩會因為感受到被拒絕，而覺得太痛苦了，而不再尋求彼此的親近。

在服務過程中，發現有許多孩子有「不要靠近」的議題，因為在原生家庭中，他們可能在成長早期嘗試與父母（重要他人）靠近，但是在靠近的過程中得不到好的回應。例如小婷被同學欺負，回家後與父母尋求安慰，但父母反而嚴厲斥責：「如果你沒做錯事，別人怎會欺負妳」，並要求回房間反省。

小婷看到父母與哥哥愉快聊天，想加入聊天，卻被媽媽忽略，在屢次受挫被拒絕的過程中，為了不再受傷，而不再主動靠近，也不相信人與人是可以互相靠近的。他們必須戒備著，並做好隨時被推開的預備。每個孩子呈現的方式不同，或討好、或防備、或攻擊這些樣態都可能呈現。而小婷的父母在她還小的時候常常漠視她，使得她缺少正面安撫、正向的回饋，漸漸地，她決定再也不要和人靠近，也抗拒他人靠近，因為靠近會受傷。

後來知道小婷過往與人互動的狀況後，我調整與她互動的方式。當她拒絕靠近且展露兇狠情緒時，我先接住她的情緒，不與之抗衡，待她宣洩完情緒後，詢問是否可以討論、還是需再多點時間冷靜。

當她冷靜下來，再與她討論這過程間發生了什麼事、之後如何處理、可以一起想方法。當她知道她不是一個人，且有人陪伴時，才會比較安定，也得到與過往不同的經驗。

《TA／她與安置的故事——
恩心家園安置實務現場
看見生命腳本的禁令與驅力》
系列文章



找到自己的聲音、 選擇與可能——

陪兒少探索、實踐，也成為自己

孵出不被定義的自己—— 從《好感∞》看見女孩的發聲與實踐

「在這裡，我不那麼害怕失敗了，因為挫折也是成長的養分。」在溫柔包容的環境下，讓我除了編輯雜誌，心態與觀點也成長很多！」2025 年「孵個女孩誌」課程尾聲，女孩們眼神閃閃發亮地分享著。

「孵個女孩誌」是台中青少年培力方案「小青馨」的課程之一，邀請 15 至 25 歲中部女孩成為編輯種子，學習採訪、寫作與設計，以性別視角看見女性多元生命經驗，孵出以女孩為主體的刊物《好感∞》。

陪伴女孩孵出刊物的過程中，我們看見他們對生活提出探問：職場對女性穿著與行為的隱性規範；不符合社會期待特質的女孩，如何與之和解、共存。這些疑問映照出他們與社會的互動關係——女孩們並不真空地存在，而是身處各種社會規範，與社會眼光的凝視、打量、評價中——刊物即是對此的提問與回應。

女孩們不再被動接受評價，而是奪回話語權：「我們只能長成社會期待的樣子嗎？」透過採訪與書寫，她們看見多元的女性樣貌，在連結中找到共鳴、理解差異，也讓讀者不再感到孤單。看似微小的發聲，正召喚更多聲音共同迴盪。

撰文／顏均容
臺中分事務所倡議專員

楊稚慧
高雄分事務所主任

林佳言
苗栗分事務所青少年培力專員

小青馨透過多元方式培力女孩，組織女孩社群，陪伴他們探索自我，重新校準對自己的認知。我們相信，當女孩變得有力量，不僅能抵禦來自外界的傷害，更能夠用行動去改變這個社會！



從「選物」到「選擇」—— 貳拾選物店陪少女練習職場生活

選物店發想之初，是希望在培力過程中，讓少女有機會走進社區、接觸市場。在異想天開之際，一句「日本古著」意外引發大家共鳴。因為有經營多年的物資分享中心，二手選衣、選物的概念，以及「貳拾」這個店名逐漸浮現，成為培力藍圖中重要的一塊拼圖——一間以選物店為型態的培力基地，就此誕生。

開店後，透過顧問實務課程不斷滾動修正，少女們逐漸磨練出選物與規劃的能力，也慢慢找到「貳拾選物店」的風格。課程中，老師會請少女選出「認為可以賣一千元以上的衣服」，

並說明搭配的理由、穿搭問題；從選品、搭配，到空間動線、衣物陳列與定價，每一個實務操作背後，都蘊含美感、美學與表達的學習。

「貳拾小幫手」是少女們在店裡的稱號。受訓後，她們利用課餘時間參與選品、定價、陳列、接待顧客與櫃台結帳等工作，累積實際職場經驗。當自己的選擇受到欣賞，甚至真的有人願意購買時，少女們也在一次次實作中看見自己的能力，建立自信。

這些在店裡累積的經驗，也成為少女結束安置、走向自立生活後的重要養分，讓他們更有信心踏入職場。從一件衣服開始，少女練習的不只是「如何選物」，更是如何做選擇、表達自己，相信自己能走出一條屬於自己的路。



「好室」會發生—— 和青少年一起，把日子過成生活

無論是參加市集擺攤、到學校演講，或第一次來到「好室」的青少年，我們總會這樣介紹：「難過時、開心時、生氣時，好室都陪在你身邊。我們可以陪你聊天、玩桌遊，也可以和你一起躺在沙發上耍廢。」

這樣的介紹，其實有點難以定義。因為好室是一個空間，但真正讓它成為「好室」的，從來不是空間本身，而是每天在這裡發生的事，以及一群人在相處中，慢慢長出來的樣子。五年多來，青少年一次次走進來，帶著自己的生活、想法與願望，也讓好室在一次次相遇中，變得不一樣。

有人在新年計畫工作坊裡說，想學財金知識，於是有了「青少年財金課程」；看見青少年對未來的想像與焦慮，發展出「職涯探索講座」。有人不喜歡上學，卻很會做甜點，於是有了「友好室集」，讓他們把專長帶到更多人面前；也因為聽見許多珍貴的生命故事，嘗試舉辦「女孩脫口秀」，讓更多人聽見他們的心聲。

這些，都不是一開始就預想好的事，而是在每天、每週、每年的相處裡，一點一滴累積起來。青少年們推開門，帶著自己的心情坐進來，聊一聊、笑一笑、哭一哭，一同吐槽或想辦法，也一起期待著，下一次來到好室，可以一起創造什麼新的故事。

或許，好室就是這樣發生的——和青少年一起，把平凡的日子，慢慢過成生活。



離開暴力 不代表走出困境

勵馨公布租屋需求調查
籲完善居住、托育及就業支持制度



離開受暴環境，就是走出困境了嗎？

「離開家的那一天，我最擔心的不是自己，而是：我要怎麼帶著孩子生活？」

勵馨服務對象小葳離開暴力後，面對的是居住、照顧與工作的現實問題。直到入住勵馨自立房舍，在安全、穩定的環境中，他才有餘裕整理情緒，也在社工陪伴下找回花藝專長，一步一步建立生活。

但不是每一位離開暴力的婦女，都能順利跨過這道門檻。

勵馨基金會於 8 月 11 日舉辦「離開暴力，不代表走出困境——有租屋需求之受暴婦幼生活困境調查暨政策倡議記者會」，公布針對 100 位有租屋需求受暴婦女的調查結果，發現許多人離開暴力後，仍面臨居住、照顧及就業壓力，形成「住不穩、顧不來、做不了工」的循環。

撰文／錢愛慈
公民對話處媒體組組長

攝影／陸儀
公民對話處媒體組專員

房租占收入 35%、六成背負債務 工作仍難累積生活資本

勵馨基金會副執行長王淑芬表示，政府目前對家庭暴力的緊急危機處理逐步建立制度，但對受暴婦女而言，離開暴力後，漫長的生活重建才正開始。

根據台大研究團隊 2025 年研究，受暴婦女平均在遭受暴力 4.2 年後才尋求協助，暴力造成的影響不會隨著離開暴力環境立即消失，生活復原往往還需要更長時間。

本次勵馨調查受訪者平均年齡 40.3 歲，其中 48% 為離婚、33% 為未婚；65% 有子女同行，平均約 1.8 名子女。平均月收入約 2 萬 7,759 元，平均每月支出達 2 萬 7,949 元，幾乎沒有餘裕，房租平均占月收入 35.3%。

受訪者認為可負擔租金約 7,000 多元，實際平均租金卻接近萬元；另有六成受訪者背負債務，平均負債 42.2 萬元。對需要照顧孩子的單親家庭而言，即使有工作，也可能因房租、生活、債務及照顧支出，難以累積重新生活的資本。

「多陪一里路」陪伴逾 5,000 名婦女 重建需要多面向支持

勵馨自 2012 年推動「多陪一里路」，至今已陪伴超過 5,000 位受暴婦女，累計服務約 13

萬人次。近年服務成果顯示，約 90% 服務對象重新建立安全感，73% 在關係修復上有所進展，52% 重新投入職場，32% 達到經濟能力翻轉。

這些成果也顯示，受暴婦女的生活重建需要的不只是單一資源，而是住宅、就業、托育、關係修復及心理支持等多面向的陪伴。尤其經濟能力的恢復最為艱難，更需要政府、民間與企業共同建立支持系統。

第一線服務看見： 住房、托育、就業環環相扣

勵馨基金會林口服務中心主任李玉華表示，很多人以為離開受暴環境就等於危機結束，但對婦女而言，真正的生活挑戰往往才剛開始。

勵馨自 2019 年結合社會住宅資源，在林口推動住宅、就業與托育三合一服務。當外在資源能夠串聯，婦女就不必一個人承擔生活與照顧壓力；穩定住所也不只是「有地方住」，更能成為孩子就學、托育及婦女就業重新出發的起點。

社會住宅推動聯盟辦公室主任林育如指出，社會住宅能提供相對穩定、安全且可負擔的居住環境，是受暴婦幼及其他弱勢家庭重要的居住資源。然而，目前供給仍不足，問題不只是數量，也在於是否能回應弱勢者不同的居住需求。

托育及就業政策催生聯盟發言人李庭欣認為，受暴婦女重新投入職場的障礙，往往不只是工作能力，而是缺乏能配合工作時間、負擔得起且可信任的托育服務。因此政府應將托育視為家庭重要的公共基礎建設，針對輪班、夜班等工作型態發展夜間及彈性托育，降低照顧壓力。

勵馨提出三大政策倡議 呼籲政府從「救援」走向「重建」

勵馨基金會執行長王珣好直言，受暴婦幼面臨的不是單一問題，而是居住、托育、就業與經濟壓力交織形成的困境：沒有穩定居住，就難以安心工作；沒有托育支持，就難以持續就業；沒有穩定收入，又難以維持住房，形成反覆循環。

因此，勵馨提出三項政策倡議：

第一、完善受暴婦幼居住支持制度

持續擴充社會住宅供給，檢討受暴婦幼入住社宅及租屋支持措施，建立更友善、彈性的住宅支持機制，讓受暴婦幼不再因租不起、租不到房子而被迫停留在不安全的環境。

第二、建立創傷知情的就業支持計畫

結合職涯培力、友善職場及就業媒合資源，協助受暴婦女逐步重返職場，提升經濟自主能力，降低再次陷入暴力風險。

第三、打造多元托育支持體系

發展延長、夜間及彈性托育服務，降低照顧壓力，讓婦女能安心工作，也讓孩子獲得穩定、安全的照顧。

王珣好呼籲中央及地方政府，尤其在地方政策規劃上，更應看見弱勢家庭的居住、就業與照顧需求，讓政府、民間團體、企業與社會大眾共同接力，建立完整的支持網絡，讓受暴婦幼不必獨自承擔重建生活的成本，真正從「生存」走向「生活」。



《刑法》第 80 條修正通過 未成年性侵追訴期，20 歲起算！

修法跨出重要一步，讓制度開始理解創傷

7 月 7 日，立法院三讀通過《刑法》第 80 條修正案，未成年遭受性侵害案件的追訴權時效，正式改為自被害人年滿 20 歲起算。

長期陪伴性侵害被害人的過程中，勵馨看見許多兒少倖存者，因年幼、恐懼、羞愧、遭受權勢控制，或擔心無人相信自己而選擇沉默。等到成年後，歷經漫長且艱辛的復原過程，終於可以嘗試揭露真相時，卻因追訴權時效已過，失去透過司法追究加害人的機會。

因此，勵馨多年來持續倡議修正《刑法》第 80 條，主張重新檢討兒少性侵害案件的追訴權時效，讓司法制度更符合兒少保護及創傷知情精神。此次修法通過，象徵國家開始正視：性侵害造成的創傷，不會因時間過去而消失；倖存者願意說出口，也往往需要比法律規定更長的時間。

性侵追訴期 修法只是開始 而非終點

這次修法，讓更多案件有機會進入司法程序，但真正的公平正義，仍需要持續完善制度：

一、建立符合創傷知情精神的證據法則

性侵害案件不應再以「沒有立即反抗」、「多年後才揭露」、「陳述不完全一致」等對創傷缺乏理解的標準，否定被害人的經驗。勵馨主張建立更符合性侵害案件特性的證據法則，降低司法造成的二次傷害。

二、打造更友善的司法環境

司法人員持續接受創傷知情及性別敏感度

訓練，理解創傷如何影響記憶、陳述與求助歷程，避免因制度誤解，讓倖存者再次受到傷害。

三、完善證據保存及跨系統合作

持續強化醫療採證、證據保存、跨部會資訊銜接，以及法律扶助、心理諮商與社工陪伴等支持系統，降低被害人在追訴過程中遇到的障礙。

四、深化預防教育

透過校園、家庭及社區的性別平等教育與兒少保護教育，建立尊重身體自主權與界限的觀念，才能從源頭降低性暴力的發生。

五、檢討追訴制度的完整性

此次修法保障的是未來案件，但對於過去因制度限制而喪失追訴機會的案件，社會仍應持續討論補救與制度改革的可能。

除修法通過外，8/14 憲法法庭作成 115 年憲判字第 6 號判決，宣告舊《刑法》第 80 條兒少性犯罪追訴權時效規定違憲，明確承認兒少性侵害的延遲揭露，具有結構性、常態性。但這次判決的效力主要限於 11 位聲請人，能否起訴取決於證據是否充足；而其他未進入憲法法庭程序的案件，仍可能面臨舊法追訴時效的限制。

勵馨基金會將持續推動司法改革，並倡議「全面取消性侵害犯罪追訴權時效限制」，讓每一位倖存者，都不因時間流逝而失去追求正義的機會。

近期活動 愛馨同行

當通報之後—— 司法體系裡的完美受害者

當一個人鼓起勇氣通報後，接下來會發生什麼事？從驗傷採證、做筆錄，到地檢署偵查、法院審理，漫長的司法歷程中，當事人不只一次面對制度的考驗，也可能在過程中反覆懷疑自己：「我是不是也有錯？」

本集邀請前勵馨基金會社工、現任行動心理師廖泓凱，帶我們走進通報後那條少有人看見的路，從制度與心理的角度，看見倖存者的掙扎，也談談助人工作者如何陪伴他們走過漫長的歷程。

對當事人而言，勝訴不一定是唯一的終點。有時候，一句道歉、一個被相信的眼神，就足以成為繼續走下去的力量。我們能做的，是多一點理解與陪伴，讓他們不必獨自走過。

孩子沒有說出口的故事， 都藏在這一本桌曆裡

2027《愛！一直都在》桌曆，是勵馨屏東目睹家暴兒少服務第三年與「台灣原創品牌傻笑鱷魚」聯名，13 位孩子們畫下自己喜歡的日常生活點滴，記錄那些想珍藏的瞬間。

對孩子而言，每一筆線條、每一塊顏色，都是他們努力留下回憶、表達自己的方式。這是一本保留孩子真實筆觸，及將生活裡想記得的人、地方與片刻慢慢畫出來的桌曆，或許線條不完美，卻也因此更加珍貴。

邀請您一同以行動支持 2027 年《愛！一直都在》桌曆，讓孩子的創作走進更多人的日常，也用行動支持每個努力長大的孩子。

陪伴不只一種形式：邀您支持勵馨的在地行動



現在就收聽
《算你勵害》S4E5



現在就收聽
《算你勵害》S4E6



屏東勵馨
2027 桌曆

近期活動・愛馨同行

2026 新竹市女孩日
女孩日記：海的另一端，是夢想的方向

2026 新竹市女孩日「女孩日記：海的另一端，是夢想的方向」準備開跑啦！邀請女孩走進新竹的海岸與生活，展開一場探索夢想的旅程。活動有海岸文化走讀、淨灘、海洋廢棄物手作、女造船師職涯體驗等多元體驗，帶女孩看見海洋產業、在地文化與不同職涯的可能性。鼓勵女孩勇敢想像未來、發現自己的方向，也一起成為守護海洋與家鄉的行動者。

活動場次及報名資訊將陸續公布，歡迎持續關注「勵馨基金會-新竹愛馨人」Facebook 粉絲專頁，掌握最新活動消息。



新竹愛馨人 FB

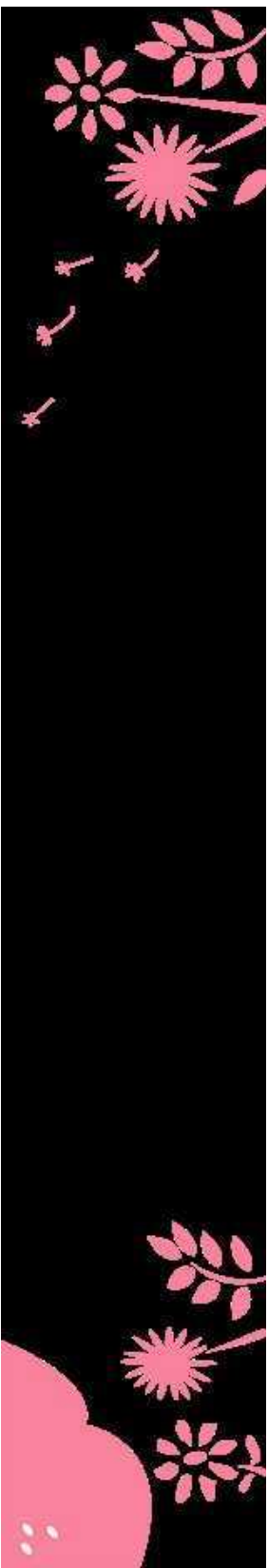
有些傷，需要「卿」聽；
有些故事，需要「庭」見——
勵馨新北駐法院服務互動展

有些傷，沒有驗傷單；有些害怕，說出口也不容易。走進法院，從來不是一道簡單的是非題。要不要聲請保護令？如何蒐證？如果再次見到對方，該怎麼辦？在安全、關係與經濟之間，每個選擇，都背負著沉甸甸的重量。

勵馨新北駐法院團隊「卿庭」，將艱澀法條轉化為互動體驗，帶您走進司法現場。從無法驗傷的「隱形傷痕」，到保護令背後的艱難抉擇；從當事人席望向法官，也從法官的位置回望當事人，邀您换位思考，理解司法程序中的不同視角。

願理解，讓陌生的司法多一點溫度；讓每一個努力為自己發聲的人，都被看見。我們深信：「你永遠都有選擇。」

展覽時間：2026/9/21 ~ 10/2
展覽地點：新北法院板橋院區前棟一、三樓公共空間



劃撥單

◎寄款人請注意背面說明
◎本收據由電腦印錄請勿填寫

郵政劃撥儲金存款收據

收款帳號	12174978	郵政劃撥儲金存款收據
收戶名	財團法人勵馨社會福利事業基金會	收款帳號戶名
寄款人	☐ 本人存款 ☐ 本戶存款	存款金額
姓名		電腦紀錄
地址		經辦局收款章戳
電話		
主管		

虛線內備供機器印錄用請勿填寫

通訊欄（限與本次存款有關事項）
捐款用途（請勾選）：
☐ 支持勵馨（由勵馨統籌分配）
☐ 亞洲女孩培力計畫
☐ EmpowerHer 她能改變未來
☐ 蒲公英飛揚計畫（性創傷復原與防治服務）
☐ 逆境兒少助學培力計畫
☐ 收出養家庭服務計畫
☐ 幫助小腳丫找到愛的家
☐ MeToo專業陪伴與性騷擾防治
☐ 目睹家暴兒少服務（向日葵小屋）
☐ 多陪一里路計畫
☐ 受暴婦幼生活重建，需要您相挺
☐ 兒童身體與自主權計畫（小星與天空鳥）
☐ 少女安置家園（女孩的幸福中繼站）
※我需電化申報（僅為首次必填寫）
身份證字號：
（僅限個人，將不提供紙本收據）
※紙本收據：
☐ 年度寄送 ☐ 單次寄送
☐ 不寄送（擇一）
※微信：☐ 同捐款人
☐ 匿名：

信用卡扣款授權書

【114010102】 184 期

填表日期： 年 月 日

收據抬頭		生日 年 月 日	性別 ☐ 女 ☐ 男 ☐ 不填寫 ☐ 開放填寫 請依照您自我認同的性別填寫即可
徵信名稱	※ 依據財團法人法第 25 條第二款之規定，本人 ☐ 同意 ☐ 不同意 以收據抬頭之名稱公開徵信。 如勾選「不同意」，您可自行命名 _____，或本會以「愛馨人」名稱為您徵信。		
電話	手機	宅	公
地址	□□□ - □□□		
電子信箱			
捐款用途 請選擇	☐ 支持勵馨（由勵馨統籌分配） ☐ 亞洲女孩培力計畫（EmpowerHer 她能改變未來） ☐ 蒲公英飛揚計畫（性創傷復原與防治服務） ☐ 逆境兒少助學培力計畫 ☐ 收出養家庭服務計畫（幫助小腳丫 找到愛的家） ☐ MeToo 專業陪伴與性騷擾防治 ☐ 目睹家暴兒少服務（向日葵小屋） ☐ 多陪一里路計畫（受暴婦幼生活重建，需要您相挺） ☐ 兒童身體與自主權計畫（小星與空空鳥） ☐ 少女安置家園（女孩的幸福中繼站）		
捐款金額	※ 定期每月捐款 ☐ 300 元 ☐ 500 元 ☐ 1,000 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） ※ 單次捐款 ☐ 1,000 元 ☐ 3,000 元 ☐ 5,000 元 ☐ 其他金額 _____ 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 ☐ VISA ☐ MASTER ☐ JCB ☐ 聯合信用卡		
捐款感謝禮	依照現行活動內容寄送感謝禮，未勾選或活動贈送截止將不寄出。 ☐ 我不需要捐款感謝禮 ☐ 我需要捐款感謝禮		
捐款收據	☐ 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 ☐ 我不需要 E 化報稅） ☐ 身分證字號 _____（首次申請必填） （若您已申請 E 化報稅，將不主動提供紙本收據）	
	☐ 紙本	☐ 不寄送 ☐ 按次寄送 ☐ 年度寄送	

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

※ 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

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。 114 年 4 月版

衛部教字第 1141364434 號（許可期間 115/1/1-115/12/31）



勵馨 Line@



我要捐款

勵馨總會

諮詢專線 02-8911-8595

捐款專線 02-8911-5561

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





他什麼都沒說 不代表他沒受傷

全台每年超過19萬件家暴通報，
近9萬名孩子，在爭吵與暴力環境中長大。
邀請您支持向日葵小屋，
陪孩子慢慢找回安全感。

