



臺北市立松山高級商業家事職業學校
Song Shan High School of Commerce and Home Economics

爸媽**不**暴走，

孩子正成長！



現代婦女基金會
Modern Women's Foundation

陳嘉鴻 社工



法院社工的家事習題

家庭暴力、性侵害及性騷擾受害者服務 捍衛婦幼權益，撫慰受創心靈

自我介紹

新北臺北地方法院
家事暨家暴服務處
社工

臺北市政府
性別平等辦公室
研究員

臺北、桃園市政府
性別主流化委員會
外聘委員

Gather四合院
自釀文化復育中心
共理人

童話故事

睡美人

灰姑娘

白雪公主

有公式！

幸福似乎就這麼來了？

童話公式

◎ 男主角 ◎

工具化

→ 扮演拯救者

→ 協尋國王

◎ 女主角 ◎

獨撐大局

→ 外型美、遭妒忌

→ 被害與加害人



幸福，不一定簡單

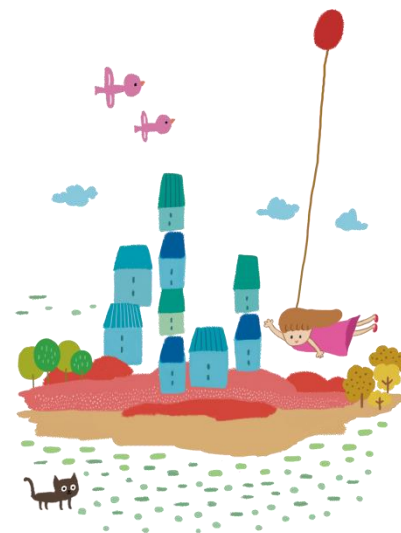


朝著幸福的方向



看見自己給的幸福

課程禮物





幸福，不一定簡單

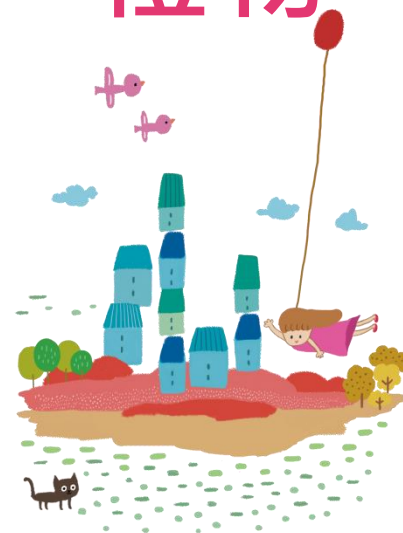
了解孩子發展與需求

看見孩子的特質與價值

覺察關係，而非爭輸贏

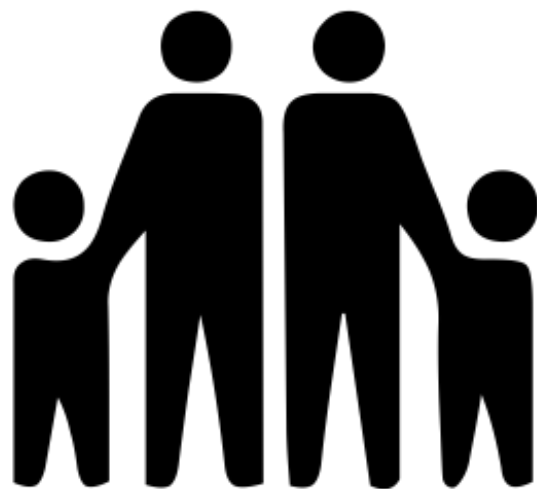
與孩子一起創造專屬劇本

課程 禮物



階段	年齡	發展任務與危機	發展順利的特徵	發展障礙者特徵
1	0-1(嬰兒期)	信任與不信任	對人信任，有安全感	面對新環境時會焦慮
2	2-3(幼兒期)	自主行動(自律)與羞怯懷疑(害羞)	能按社會行為要求表現目的性行為	缺乏信心，行動畏首畏尾
3	4-6(學齡前兒童期)	自動自發(主動)與退縮愧疚(罪惡感)	主動好奇，行動有方向，開始有責任感	畏懼退縮，缺少自我價值感
4	6-11(學齡兒童期)	勤奮進取與自貶自卑	具有求學、做事、待人的基本能力	缺乏生活基本能力，充滿失敗感
5	12-18(青少年期-青春前期)	自我統整(認同)與角色混淆	有了明確的自我觀念與自我追尋的方向	生活無目的的無方向，時而感到徬徨迷失
6	19-30(成年早期)	友愛親密與孤癖疏離(親密與孤立)	與人相處有親密感	與社會疏離，時感寂寞孤獨
7	31-50(成年中期)	精力充沛(生產)與停滯頹廢	熱愛家庭關懷社會，有責任心有正義感	不關心別人生活與社會，缺少生活意義
8	50-生命終點(成年晚期-老年期)	自我榮耀(統整)與悲觀絕望	隨心所欲，安享餘年	悔恨舊事，徒呼負負

需雙親的愛



發展階段

保持好奇

溝通 v.s. 吵架

安全的環境

資源介紹



STEP 1

察覺辨識
溝通吵架

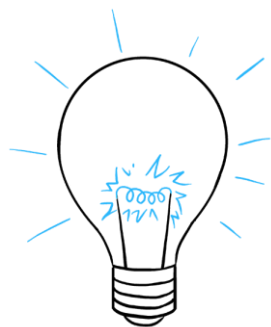
聽得進他人的話

才 叫 做 溝 通

溝通

吵架

一味的只是表達
自己的意見，而
不願意靜下來聽
取對方的言論
則 是 吵 架



吵架如何能贏？ 你需要「著眼於未來」

意見分歧是常態。

如何看清情境，靈活運用不同的說服工具，找到兩方都覺得最佳的解決方案。首先，若要真正解決問題，**必須著眼於未來選擇**，才能找到共識，並解決問題。



STEP 2

理解溝通
解讀差異

?

溝通
方式
種類

語言

情緒訊息

非語言

怎麼沒有去學校/ 寫作業？
每次都這樣

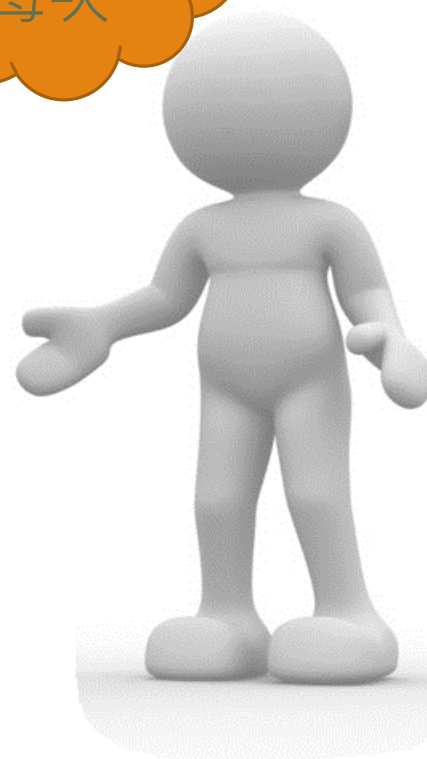
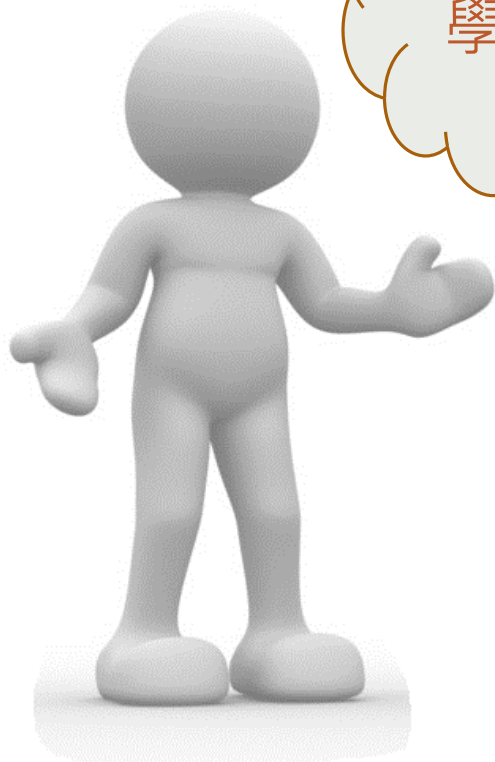
學業

語言和
非語言訊息

我沒有
每次



語言和
非語言訊息





STEP 3

保持好奇
深潛冰山

父母

孩子

學業

我沒有
每次

故事

事件

行為

水平線

應對姿態

憤怒

不滿

身體的感官感受、情緒感受（興奮、憤怒、傷害、恐懼、悲傷……）

擔心自己沒有教好

對自己被誤會感到生氣

感受的感受
（例：對自己的難過感到生氣）

學生應該要做好本分

作業好像比我還重要

觀點
（概念、規條、過去經驗、成見）

期待孩子有好的表現

期待可以符合父母期待

期待
（對自己的、對他人的、來自他人的）

渴望自己教養方式被肯定

渴望被接納

渴望（人類共有的，
被愛、被關注、被認同、被接納、
自由、歸屬感、有價值、
安全感和獨立）

盡父親的責任

期待有所成就、被肯定

自我、大我
（生命力、精神、
靈性、核心、
本質）



STEP 4

我訊息

試著把
「我」講清楚



我訊息練習

// 我 訊息 //

謝謝你願意讓我知道你的想法。
我聽到你不想去學校，感覺到有些疑惑，是發生了甚麼事情嗎？

區辨問題樣態

可解決
問題

可透過協商溝通來改善

永久
問題

無法解決
要很長的時間才有共識

區辨問題樣態

永久 問題

一方拒絕溝通、堅決立場

不斷討論，卻沒有進展
彼此更失望、受傷、冷漠疏遠

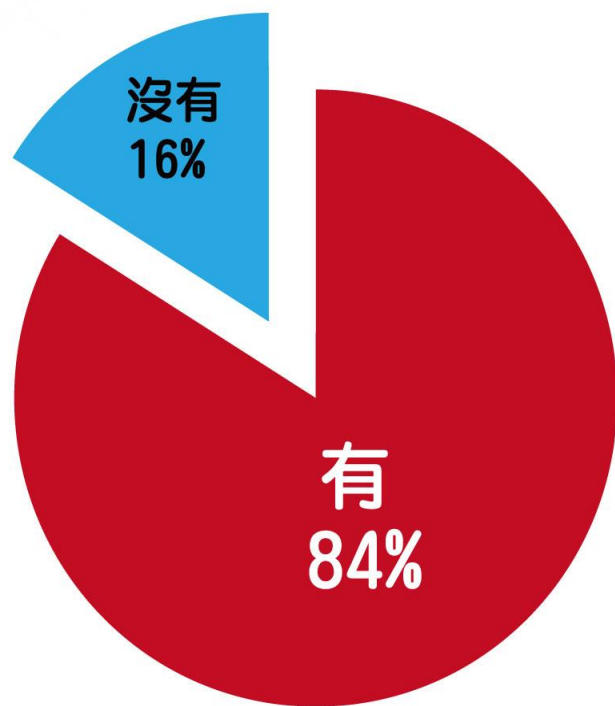
討論到後來變成謾罵

爸媽不暴走，孩子正成長！

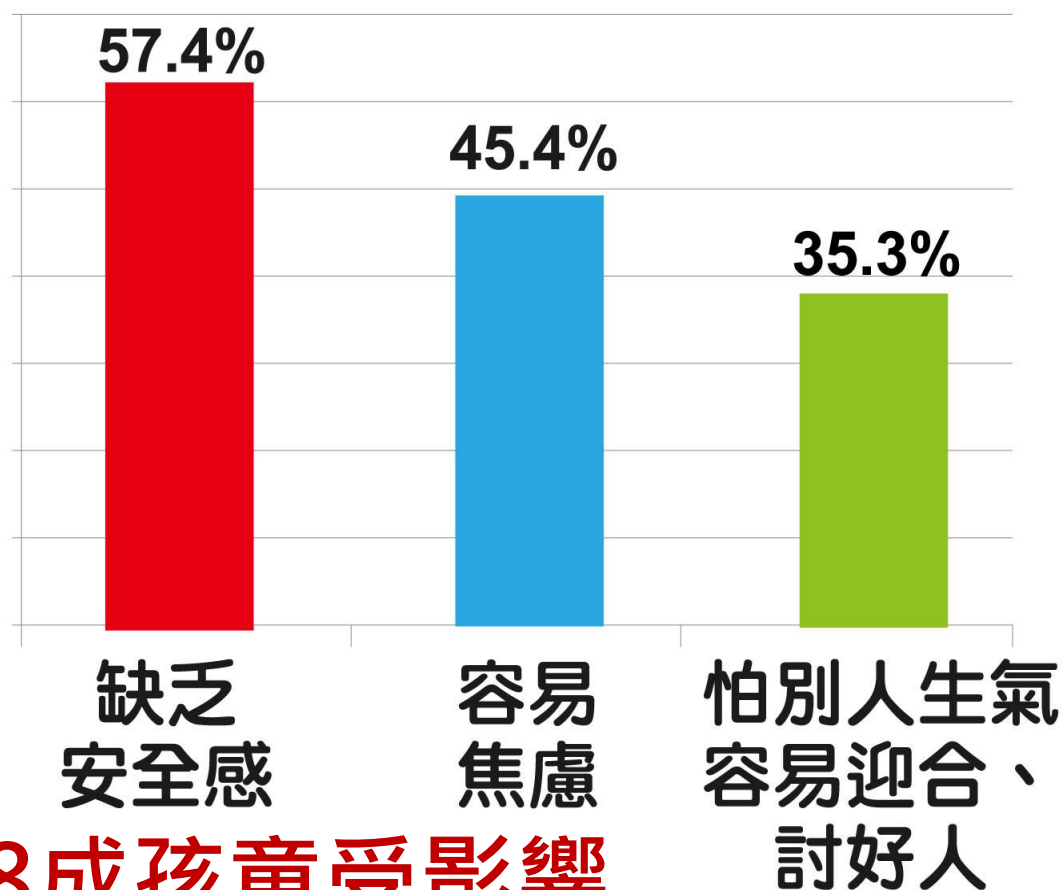


現代婦女基金會

※ 對你有影響嗎？



※ 產生的影響是？



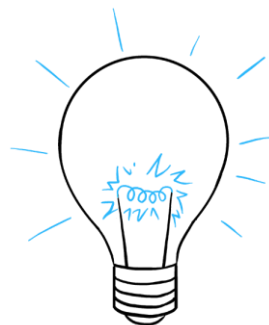
旁觀父母衝突 8成孩童受影響

我們可以盡量這麼做（3）

讓孩子知道衝突是一時，且是可以被解決

- 雙親可以意見不一致嗎？可以吵架嗎？

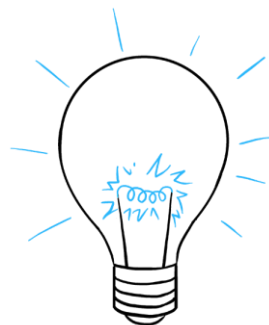




STEP 1

認識情緒

情緒若不穩定，或無法被理解，就較難有溝通效益

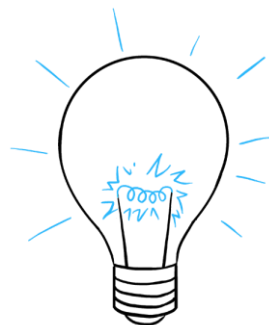


STEP 2

不要被杏仁核挾持

讓前額葉真正掌權

情緒若不穩定，或無法被理解，就較難有溝通效益



STEP 2

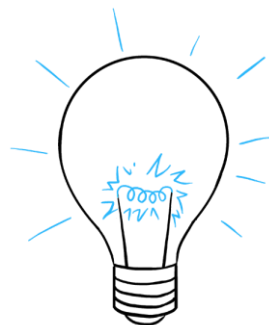
讓前額葉真正掌權

秒六停
則原

別緒
辨情

刀頭
剪石布

當者
試著
旁觀



STEP 3

伴侶是合作夥伴

伴侶是合作夥伴

// 和善 相處 //

孩子會獨立，另組家庭。

孩子期待父母關係和善，更喜歡
與父母相處、回家。

伴侶是合作夥伴

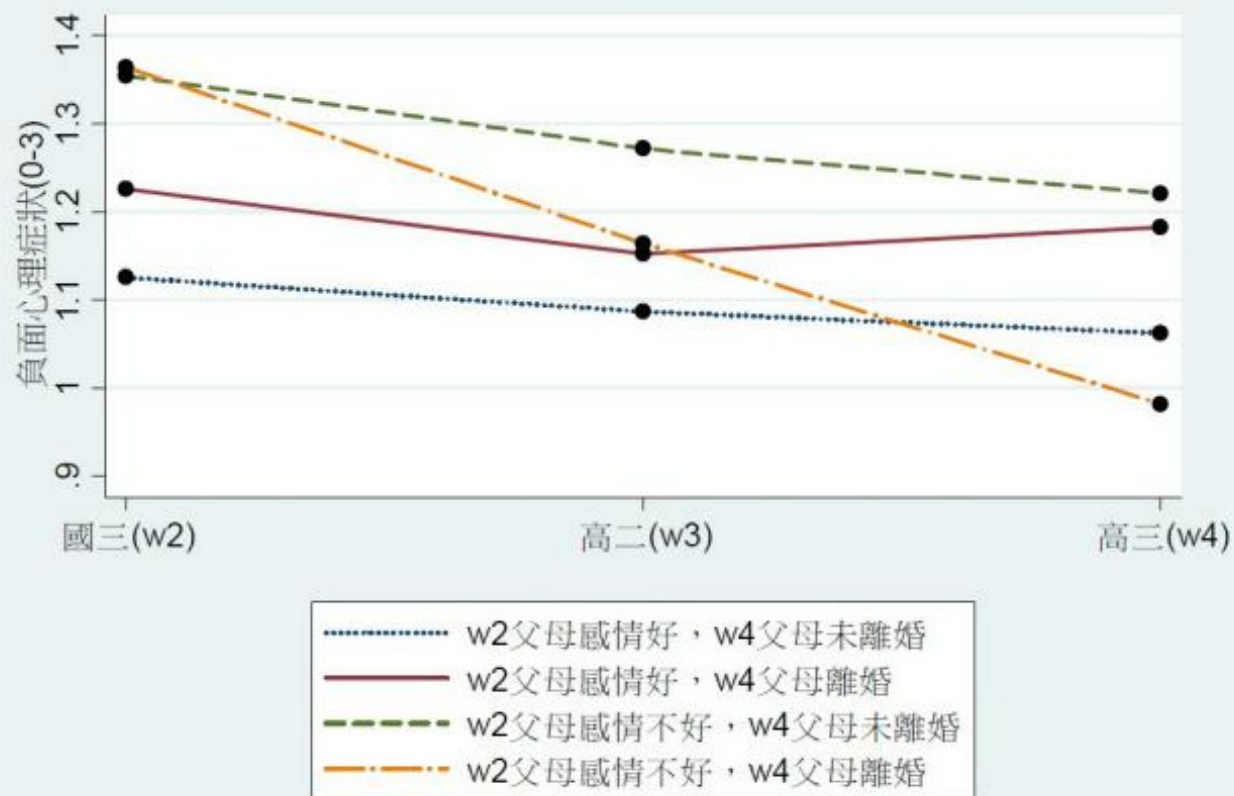
// 和善 相處 //



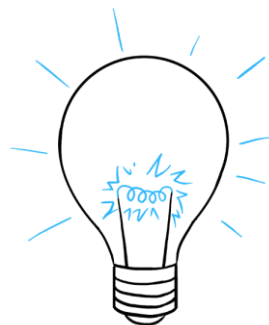
拉攏孩子，或者使孩子疏遠對方



父母高衝突不利於孩子心理健康



資料來源：台灣教育長期追蹤資料庫第二~四波追蹤樣本(限w2父母未離婚：N=3,405)



STEP 4

尋求資源

學習、諮商
法院、協商



法院社工的家事習題



法院社工的家事
習題

@MWF.FCSC

首頁

貼文

現代婦女基金會

爸媽**不**暴走，
孩子**正**成長！



讚 分享 編輯建議 ...

傳送訊息



法院社工的家事習題

法律
諮詢

家事
商談

親職
講座



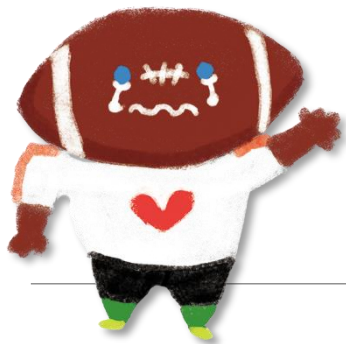
- ★想看看合作父母與親子會面故事
- ★願意支持高衝突家庭服務的讀者
- ★(曾)有衝突的父母
- ★離異/分居(過程中)的父母
- ★會接觸到離異父母、孩子的社工、心理師、法官、律師、老師、醫生...等專業人員&友人



本書更多介紹

尋求資源

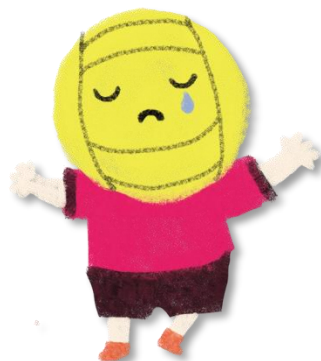
議題	單位類別	單位	免/付費
未成年子女議題 協談	家事商談	現代婦女基金會	免費
		兒童福利聯盟	免費
夫妻(個別)諮商	醫療(含衛生局)	新北市衛生局	免費
		台北市聯合醫院	掛號費
	諮商中心	各諮商中心	付費
法院 (家事法院)		各家事服務中心	免費/付費



子女的處境—球球兒

法院

尋求資源



★ 確認衝突時因應的方式

☆ 待彼此都可以討論時機

| 感謝 | 確認 | 傾聽、我訊息、保有好奇

與配偶討論與約定一衝突的因應方式

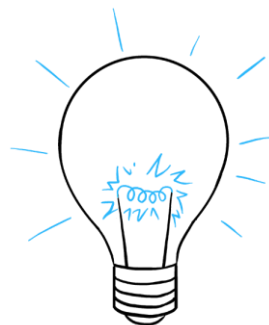


STEP 5



請關照好自己

父母好，孩子才會好



請關照好自己

| 自己的精心時刻

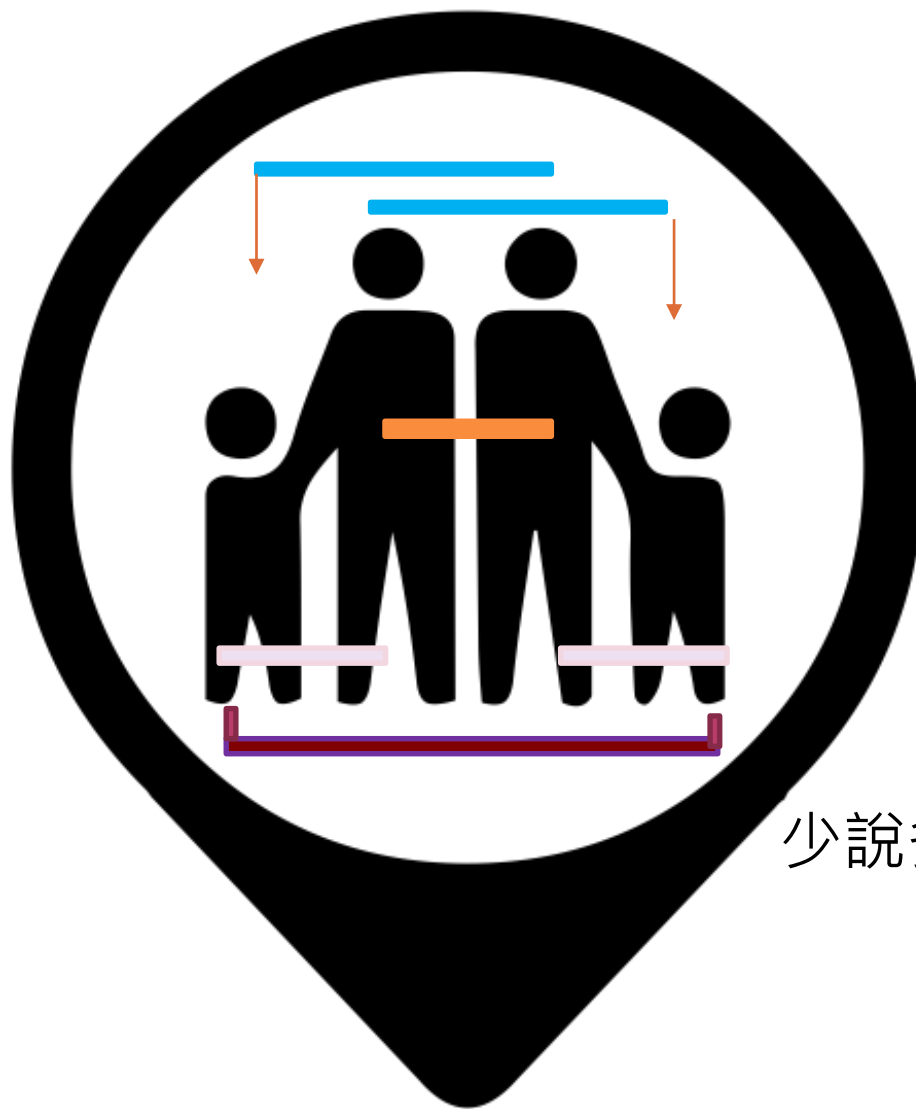
察覺自己的界限 |

與對方互惠cover

情感經營

支援互惠

保持友善
交流訊息
實質溝通
相互支援



保持好奇
少說多聽 ■ 感受情緒
精心時刻
正向價值

家庭
支持

內外
安全

保有
自尊

發展
抗壓性



問題解
決能力

有價
值感

人生
目標感



Created by Saeful Muslim
from Noun Project

Created by dars
from Noun Project

雙親
的愛

前額
葉Go

溝通
吵架



法院社工的家事習題



我訊息
練習

尋求
資源



Created by Gregor Cresnar
from Noun Project



Created by Marek Polakovic
from Noun Project

現代婦女基金會



Modern
Women's
Foundation
現代婦女基金會

現代婦女基金會成立於民國
76年，邁向34個年頭。



成立之初，希望在傳統及現代交接的年代，促進婦女的發展，提升婦女的地位；
但卻發現婦女基本的「人身安全」並未受到重視…

在50、60年代，

家暴被視為家務事，無法可管；

性侵害被害人想驗傷卻被醫院拒於門外，

公平正義無法伸張…

人身安全機制一片荒蕪…



現代婦女基金會

76年成立

- 77年成立國內第一個強暴危機處理中心

法案推動

- 86年起 人身安全三法(性侵害、家暴、性騷擾)、跟騷法

方案制度創建

- 減少性侵害被害人重複陳述方案、法院設置家暴服務處、危險評估及安全網絡防護行動、親密關係伴侶高壓控管、程序監理人、兒少及智能障礙性侵案件司法詢問員制度、OYMY(Only Yes means Yes)、合作父母等

弱勢保護服務

- 家庭暴力、性侵害、性騷擾被害家庭服務
- 高衝突家庭服務

人身安全法令推動

- 性侵害犯罪防治法
- 家庭暴力防治法
- 性騷擾防治法
- 跟蹤騷擾防治法推動中

防治宣導

- 人身安全防治宣導
- 性別平權宣導
- 合作父母議題宣導

每年服務**一萬**人以上
超過**三千**個家庭

518

用愛守護。

在台灣 平均每5分鐘
就有1個人受到家暴傷害
一年有15萬個孩子
在傷痛中長大



呼呼熊傾聽 每個受傷孩子的家庭秘密
希望召喚更多的愛 在最需要的時刻
給予受暴家庭立即的幫助

支持【518用愛守護】行動，
陪伴受暴媽媽與孩子 縫補傷口
一起 帶孩子回安全的家



| 捐款贈呼呼好禮 |



★ 捐款滿2000元 贈「518呼呼好茶組」

(內含茶日子隨身盒、「518呼呼・公益悠遊卡」一份)

幫助受暴媽媽與孩子擁有新生活

★ 捐款滿500元 贈「518呼呼・公益悠遊卡」

讓一位受暴媽媽或孩子接受團體輔導課程



法院社工的家事習題



合作父母與親子會面