

本校每年出版與家庭教育主題相關的輔導專刊，並鼓勵孩子踴躍投稿。

心橋興語 輔導專刊

Sim Ciao Sing Yu Counselig Issue No.21

性別平等教育

第21期
113年12月13日 出刊

第一版
師說親語・活動花絮

發行單位：南投縣南投市潭興國民小學
發行人：江坤銘校長
主編：周惠賢主任、劉世督組長
編輯：李昭瑜老師、熊春慧老師、馬雪芳老師、張慧雯老師
稿件來源：全校師生、家長及志工

學校網址：<https://chps.ntct.edu.tw>
學校地址：南投縣南投市復興路669號
學校電話：049-2224013
學校傳真：049-2238869

【性別平等教育】 瞭解並尊重不同的性別特質—談性別平等教育

校長 江坤銘

性別平等是現代社會的重要議題，也是塑造學生價值觀與世界觀的核心之一。對國小學生而言，性別平等教育有助於消除性別歧視，促進多元性別的發展，讓學生學會尊重不同性別，建立包容與多元的學習環境。

性別平等教育的重要性

- 1. 消除性別刻板印象**
傳統觀念認為男孩應堅強不哭，女孩應溫柔文靜，這些刻板印象限制孩子自由選擇生活方式與職業的可能性。性別平等教育能挑戰這些觀念，幫助學生了解性別不應是界定能力或行為的標準。
- 2. 增進性別尊重**
學會尊重性別差異，理解性別平等的價值，能培養學生包容心與同理心，減少歧視與暴力行為，建立更和諧的人際關係。
- 3. 促進社會整體進步**
性別平等是社會發展的基石。當不同性別享有平等機會，社會將更繁榮、創造力與智慧得以充分發揮。

學校推動性別平等教育的策略

- 1. 課程設計融入性別平等**
學校可在語文課介紹多元性別的傑出人物，在社會科討論性別與社會角色的關聯，在自然科學強調男女貢獻。透過跨領域課程，學生自然理解性別平等的重要性。
- 2. 強化師資培訓**
教師是推動性別平等教育的關鍵，必須具備性別敏感度，掌握相關教學策略，並在課堂中注意避免性別偏見。定期的專業發展能幫助教師塑造包容的學習環境，成為學生的榜樣。
- 3. 創造性別平等的學習環境**
學校應確保物理空間、教材內容與活動安排體現性別平等。例如，活動空間應為全體學生開放，教材應涵蓋多元性別代表，鼓勵所有學生參與各類活動，發掘自己的潛能。

延伸思考與挑戰

推動性別平等教育時，可能面臨以下挑戰：

- 1. 傳統觀念的影響：**部分家庭和社會的性別觀念可能與學校教育相矛盾。
- 2. 資源不足：**教材與教學資源的有限性可能影響教育的多樣性。

為此，學校可以：

- 1. 與家長溝通，**透過親師座談讓家長理解性別平等教育的價值。
- 2. 引進多元教材，**涵蓋性別議題的多面向，幫助學生深入學習。

結語

性別平等教育是教育與社會進步的重要基石。學校需積極推動，從課程設計、師資培訓到學習環境的創建，為學生提供一個尊重與平等的成長環境。透過全社會的努力，才能真正將性別平等的理念落實，促進社會的和諧與繁榮。

【性別平等教育】 讓每個孩子閃耀屬於自己的光芒

家長會長 林靜怡

我們都希望孩子能在愛與關懷的環境中快樂成長，性別平等教育正是實現這個願望的重要基石。它教導孩子們，無論性別如何，人人都有追求夢想的權利，並鼓勵他們欣賞多元的價值觀。

性別平等的核心在於突破刻板印象。例如，男孩可以喜歡粉紅色，女孩可以熱愛科學夢想。每個孩子都應該自由探索自己的興趣，而不被性別標籤所限制。學校在課程中致力於推廣多元價值，鼓勵孩子們尊重自己與他人，培養包容的態度。

作為家長，我們也需要注意自己的言行。或許曾不經意地說過「男孩就該勇敢」或「女孩應該溫柔」的話，卻無形中強化了刻板印象。從今天起，讓我們改變方式，用支持與理解陪伴孩子，讓他們明白，我們尊重並珍視他們每一個選擇。

我們也要教導孩子識別和對抗不公平，當面對不公平時，勇於表達自己的感受，並支持需要幫助的朋友。這不僅是一種保護自己的能力，更是一種建立友善社會的責任感。

性別平等教育的推行需要校園與家庭攜手合作。透過我們的努力，孩子們不僅能學會尊重自己與他人，更能在平等與愛的環境中成長為自信的個體。

最後，讓我們一起努力，為每位孩子營造一片自由的天空，讓他們在這片天空中綻放屬於自己的光芒。

校長室小客人

113.09.09



六甲邱偉哲、溫怡臻
六乙胡恩誠、黃慈祐
六丙王冠彥、龔育賢

五甲鄭于凡、林廷彥
五乙施妍安、何昌維

校長室小客人

113.09.23



四甲吳芊蒂、杜品豫
四乙陳怡蓁、蕭曉敏
四丙田孟軒、吳劉士峰

三甲洪琬雯、謝正綺
三乙林以恩、李昕柔
三丙陳柔蓁、劉寶岑

校長室小客人

113.10.07



二甲 張晉旗、鄭宇奎
二乙 王云雅、翁亞歌
二丙 許淳唯、張庭禎

一甲 簡路銘、林上傑
一乙 陳姿語、謝亦晴
一丙 繆宇班、陳若若、吳孟珍

校長室小客人

113.10.21



六甲邱妍慈、龔怡源
六乙李欣慶、謝雨璇
六丙莊東暉、方祈恩

五甲許恩綺、游芯語
五乙翁承臨、陳曼嫻

校長室小客人

113.11.04



四甲簡育軒、徐廷維
四乙龔育寧、韓玉菁
四丙龔好恩、簡語妍

三甲簡可昕、劉煥岑
三乙周佑陸、陳敬儀
三丙陳宥翔、龔郁茜

校長室小客人

113.11.18



二甲 陳以奇、李予湘
二乙 江啟雅、邱彩蝶
二丙 蕭善義、簡可昀

一甲 蕭妍恩、張品鳳
一乙 李昀雅、羅甯紘
一丙 龔承均、許堂鈞



親職教育講座家長心得分享

輔導主任 周惠賢

本校於113年10月30日辦理本學期親職教育講座，特別邀請到台中市神岡區岸裡國小楊朝銘校長擔任講師，講題「如何教出5A小孩」：

Ask 會問問題，好奇心，是孩子的最大資產。

Active 積極主動，是成功的關鍵。

Awareness 自我覺察，才能身心平衡。

Ambitious 有抱負的，立恆志前進。

Attitude 良好的態度，是處事的根本。

而教養的兩大法則，不外乎「以身作則」和「陪伴」；除此之外，面對重視多元智能的新世代，更應該培養孩子斜槓的能力。

沒有完美的父母，只有「好」、「良好」、「夠好」的父母；而教養，也不是一開始就很厲害，而是開始了就會很厲害！

給家長的教養建議，也是5個能適應2030未來世界人才的人格特質：

1. 培養創造力和問題解決的能力。
2. 培養數據和科技智慧 (STEAM)。
3. 推動自主學習能力。
4. 鼓勵團隊合作和溝通力。
5. 強調品格和社會責任感。

113年度教育優先區「親職講座」活動照片

校長引言



楊校長宣講



家長專心聆聽並筆記



頒發感謝狀



113學年度親師座談會



幼兒園



一年甲班



一年乙班



二年甲班



二年乙班



二年丙班



三年甲班



三年乙班



三年丙班



四年甲班



四年乙班



四年丙班



五年甲班



五年乙班



六年甲班



六年乙班



六年丙班

我想當一位...



一甲 徐臣晴

我長大後要當一位軍人，因為軍人很厲害，不怕敵人攻擊；軍人還可以幫助救災和運送物資，很受大家的歡迎，也受大家尊敬。

我看到電視裡的軍人穿好看的制服開飛機很帥氣，還看到女軍官，現在我男女平等，軍人也不分男女，所以我長大後要當一位幫助大家的帥氣軍人。

二甲 張雲旗

我的夢想是成為一名舞蹈家，每次聽到音樂，我都會跟著節奏跳舞，感覺非常開心。我最喜歡的是韓風舞，因為它很酷。雖然練習時會很累，有時候動作還做不到，但我從不放棄。我的老師告訴我，只要努力練習，就會變得越來越好。我希望有一天能在大舞台上跳舞，讓大家都看到我的表演，並帶給大家快樂和感動。我會繼續加油，朝著夢想前進。

三甲 胡有勛

在學校裡，不分男生女生，都是學校的一份子。我們可以在這樣的環境下學習如何與異性相處和合作，為彼此創造美好的回憶。在團體中，有許多活動和比賽是男生女生都能夠一起努力勝任的。例如，接力賽就是一個不分性別的比賽，只要拿到接力棒，大家的目標一致，那就是拼盡全力往前衝，努力爭取勝利。

特別是在運動會上，接力賽更是男女合作競爭激烈的比賽活動。記得上次的接力賽中，我接到了男生傳來的接力棒，並朝著終點全力衝刺。雖然我們沒有得名，但那一刻，我和他建立了深厚的信任。我體會到，這樣的比賽正是男女協力、不分你我的最佳表現。

比賽活動不僅僅進入了我們的團隊精神，還讓我們學會了欣賞彼此的優點，共同克服挑戰。透過活動，我相信我們會更加團結，不論性別，我們都能夠為共同的目標一起努力。

三乙 周侑陞

男生和女生的權利是一樣的，不存在性別歧視這個問題，而學校是學習和與異性相處與合作的最佳場所。在這裡，我們可以盡情地發揮自己的專長，和大家一起創造美好的校園生活。

在團體中，大部分的工作都需要男生和女生合作，才可以協力完成。就像拔河比賽，男生和女生必須團結一致，才能贏得比賽，不然就會因為不團結而落敗。所以不分性別，團結最重要。

不論是男生、女生，都可以擁有大權或權利，女生也可以當總統，也可以盡情地展現自己的專長，讓大家都看見你的好。而最重要的是：男女協力，不分你我，共創性別平等的生活。

四甲 許恩榜

每個人都是這世界上獨一無二的個體，有時候，我們會近距離的相處，不管我們的關係有多親密，只要沒有經過當事人的同意，任何人都不能隨意窺探對方的隱私。要尊重自己也要尊重別人的身體自主權。

當別人做出不當的碰觸或舉動時，我們應該要大聲制止，並說出自己的感受。記得有一次我在幼兒園的時候，有幾個比較壯的同學，他們覺得我的力量很大可以把我抱起來，在沒經過我的同意之下就把我抱起來。那時我馬上制止，並說出自己的感受，從此之後他們就不會再亂抱我了。

當我們不小心做出不當的碰觸或舉動時，我們應該要馬上停止自己的動作，並向他人道歉。有一天我不小心碰到同學，同學當場提出不滿，我馬上停止動作，並向同學說對不起，幸好我沒有繼續做出讓人不舒服的行為，造成別人的困擾。

讓我們一起做一個懂得尊重自己與別人的身體自主權的人，大家和諧相處，做自己身體的主人，相信人和人之間的關係會更融洽。

四乙 陳逸安

「尊重自己與別人的身體自主權」，這是一個很重要的主題。我們應該要明白，每個人都是一個獨立的個體，擁有自己的身體自主權。在與他人相處時，我們應該要尊重對方的隱私和身體自主權，不要隨意侵犯對方的身體自主權。

同時，我們也要尊重自己的身體自主權。如果別人做出不當的碰觸或舉動時，我們應該要大聲制止，並說出自己的感受。記得有一次我在幼兒園的時候，有幾個比較壯的同學，他們覺得我的力量很大可以把我抱起來，在沒經過我的同意之下就把我抱起來。那時我馬上制止，並說出自己的感受，從此之後他們就不會再亂抱我了。

當我們不小心做出不當的碰觸或舉動時，我們應該要馬上停止自己的動作，並向他人道歉。有一天我不小心碰到同學，同學當場提出不滿，我馬上停止動作，並向同學說對不起，幸好我沒有繼續做出讓人不舒服的行為，造成別人的困擾。

讓我們一起做一個懂得尊重自己與別人的身體自主權的人，大家和諧相處，做自己身體的主人，相信人和人之間的關係會更融洽。

我長大後想當一位鋼琴老師，因為我彈鋼琴很厲害，而且我覺得這個工作很有氣質，教學的時候還能聽到美妙的鋼琴聲，讓我感到很开心！現在男女平等，不止女生可以當鋼琴老師，男生也可以！我要努力學習，長大後可以當一位很棒的鋼琴老師！

二甲 陳宜鈞

我從小就希望長大後能當一位老師，每次和姐姐玩扮家家酒時，我總是喜歡扮演老師，教小朋友念書。我喜歡站在講台上說話，就像現在在學校老師給我們上課的樣子，看起來很優雅。所以我也覺得那很符合我的理想，當一位和藹可親的老師。

二乙 林奕程

我長大後想當一位科學家。從小我就喜歡探索世界，因為我對很多事情都充滿好奇心。科學家可以研究植物、動物，甚至是太空。這些都讓我感到很有趣。

我覺得科學家是不分性別的，男生和女生都可以做這份工作。我的老師告訴我，很多偉大的科學家都是女性，比如居里夫人。她們的成就讓我非常佩服，我希望像她們一樣發現新的食物，幫助大家解決問題。

每個人都有機會追逐自己的夢想，只要努力一定會成功。

三甲 陳晉晨

每天早上的打掃時間，老師會帶領班上的同學們去車道外掃區打掃，這是一個無論男女都能互相幫助的機會。

老師分完組別的打掃區域後，每一組不分男女都很賣力的掃落葉，雖然有時候會因為一些小事情而產生爭執，但同學們仍然會互相扶持。當女生看到男生累了，會主動去幫忙打掃；男生也會在女生需要倒垃圾的時候伸出援手。全班同學都非常認真，每個人都投入心力，互相合作，努力保持掃區的整潔。

經過全班的共同努力，車道外掃區已經變得乾乾淨淨，沒有任何垃圾和落葉了。在這個過程中，男生女生不僅僅建立了彼此之間的友誼，還體會到團隊合作的快樂。掃完後，雖然大家都汗流浹背，但心中充滿了油然而生的成就感啊！

三丙 廖威結

學校是我們學習性別平等的最佳場所，在這裡，我們可以各自發揮自己的專長，學習如何與異性相處和合作，共創性別平等的校園生活。

在學校裡，有許多活動是需要大家一起互相合作，才有辦法完成，例如大隊接力比賽。當天在耀眼的陽光照射之下，大家熱情激烈歡呼。終於輪到我們班上場了，上場前我心想，平時體育課的時候，老師都會陪我們練習，並告訴我們許多技巧注意事項，例如跑時要注意前鋒跑者的狀況，接到接力棒後就要全力衝刺，跑得快的人要排在最前或最後的棒次。雖然過程中有不愉快時候，但當有人受傷、掉棒時，無論男女生都會互相幫忙、互相鼓勵及指導。

大隊接力是個團體比賽，不是個人努力就好，需要每一個男女隊員都發揮合作精神，同心協力，用盡全身力量去跑，就這樣，我們得到了第一名。

四甲 吳辛蒂

我們都有爸爸、媽媽的身體，但有時家人、朋友、同學……等，都難免會碰到自己的身體讓人不舒服。

要遇到這種事情時，如果你說你不喜歡你碰到我或下次請不要碰我，這兩種說法都可以，如果講不聽，可以跟老師或你信任的人說。

如果你不小心碰到別人，一定要跟他說對不起，因為這樣他才不會覺得你是故意的，而且如果不道歉就走了，他會覺得你怎麼那麼不負責任，所以不能覺得碰到別人沒有關係，就覺得自己沒有錯。

在公共場所裡，有些關係很好的同學就亂拉另外一個同學衣服或褲子，這是非常不尊重別人的身體。

每個人都有自己身體的自主權，在未來的生活我們會遇見各式各樣的人，一定要學會怎麼保護自己。

四丙 陳怡婷

「性別平等」，傳統上指兩性應享有平等的公民權利，在「政治、經濟、社會、氣質、家庭」中應受到完全平等對待，反對性別歧視。也意味著女性和男性、女孩和男孩享有相同的權利、資源、機會和保護。

「性別平等」是社會上人們常掛在嘴邊卻又難以做到的事情。社會上對於男生女生有刻板印象，認為男生總是溫柔、弱小、嬌羞，而男生就應該勇敢、強壯、高大，對於性別總是會有一些歧視，誰不曉得男生有「勇敢、強壯、高大」的特質就被認為是這樣的女生不是女生。

時代進步了，社會的觀念也逐漸隨著時代改變，以前的婦女因為當時的時空背景被要求要小腳，但是時空環境與時俱進了，我們應當自我覺醒，不要被舊時的觀念框架，男生女生不應該因為性別而被要求不同的標準。

希望我們能朝向性別平等、多元尊重的社會邁進，使不同性別的人都能依自己的性格發展，被尊重被包容，期待邁向「只有性別」齊，沒有性別「歧」視，的未來。

我想當一位廚師，以前的廚師只有男生可以當，很少有女生當廚師。現在性別平等觀念的提倡，不同的性別可以做不同的工作，沒有規定一定要做什麼工作。

我要跟不同的廚師學習和交流，也要跟不同國家的廚師學習他們國家的特色菜餚，將這些菜餚帶回臺灣，開一間異國料理餐廳，讓很多人吃到不同國家的料理，讓每個人嚐到幸福的味道。

二乙 翁亞欣

我長大後想當一位畫家。因為我從小到大都喜歡畫畫，而且我擁有很多想像力，可以把自己想到的東西畫出來，像是可愛的小動物、漂亮的花朵，還有出現在夢中的城堡。

我覺得畫畫就像是魔法，可以把普通的東西變得很特別。我希望畫出更多美麗的圖畫，讓大家看到我的心情和夢想。我會努力學習畫畫，畫出自己的心中世界，讓大家都能夠感受到畫中的快樂。

我覺得不管是男生還是女生，都可以當畫家，因為畫畫是每個人都可以做到的事，也是一件快樂的事。



三甲 林致恩

我覺得學校和安親班，是讓我們學習男女性別平等的最佳場所。班上有很多事情，無法單靠男生或女生的力量來完成，要一起同心協力的合作才能完成。例如：抬轎、抬轎、抬轎，如果一個人抬不動，不分男生、女生，我們可以主動向前幫忙，一起把抬轎這個工作順利完成。

在安親班，如果看到同學不太會寫數學作業的時候，不分男生、女生，我們都可以主動向前幫忙。男生、女生不分你我，當發現別人需要幫忙的時候，我們都可以主動幫忙。

男生和女生的身體構造本來就不同，與人與人之間互相幫忙，除了能幫助到別人以外，也能促進好人緣，一舉數得好處多多。

三丙 廖威結

學校是我們學習性別平等的最佳場所，在這裡，我們可以各自發揮自己的專長，學習如何與異性相處和合作，共創性別平等的校園生活。

在學校裡，有許多工作是需要大家一起互相合作幫忙才有辦法完成。以掃地工作來說，有些比較需要用到力氣的部分就需要男生同學來幫忙，但有些比較細緻的地方，就要靠我們女生來完成。

無論男生還是女生，都有自己的專長，大家一起同心協力，發揮自己的本事，才能把事情更加有效率的快速完成。

四乙 莊幸珈

你知道什麼是性別歧視嗎？性別歧視是指性別所導致的差別待遇。我們周遭環境有很多例子，比如：我們覺得男生就是要玩車子、玩變形金剛，女生就是要玩洋娃娃、玩家家酒，但是我們都忘記了，玩什麼是依據喜好，而不是依據性別。

一般人都會認為，男生的工作就是要當維持社會秩序的警察、或是看到流血而不會昏倒的醫生；而女生的工作就是要當細心的照顧病人的護士、或是耐心溫柔的幼兒園老師……可是職業不分性別，任何人都能做，像是奧運金牌奪得者林郁婷，賽前因為性別爭議，差點被取消參賽資格；但她並沒有因為風波受影響，選擇獲得獎牌。

我們應該尊重每個人的性別和喜好，不因為刻板印象而歧視他人；也可以製作影片讓大家知道性別平等的重要性，一起說「只要性別「齊」，不要性別「歧」視。」

四丙 簡宇煥

「身體自主權」指的是一個人對自己身體的思考與感受有自我主張的權利，同時也有運用、自我保護、與管理的義務。「身體自主權」就是清楚知道自己的身體界限，同時也要尊重他人的身體界限。「身體自主權」是指一個人對自己身心有管理和主張的權利及能力。

從小長輩就不斷告訴我們：我是自己身體的主人，不要因為別人利誘，例如：給我糖果、餅乾、飲料……等就同意讓別人觸摸身體，也不要因為他人恐嚇，例如：如果不跟我玩，我就打你……等，因為害怕而屈服，要懂得求救。在學校老師也常常提醒我們要尊重自己與別人的身體，玩遊戲開玩笑要有分寸，不能因為好玩或好奇而侵犯他人，每個人都是一個獨立的個體，即使是親密的家人也必須遵守「身體自主權」的規範。

四丙 簡宇煥

「身體自主權」指的是一個人對自己身體的思考與感受有自我主張的權利，同時也有運用、自我保護、與管理的義務。「身體自主權」就是清楚知道自己的身體界限，同時也要尊重他人的身體界限。「身體自主權」是指一個人對自己身心有管理和主張的權利及能力。

從小長輩就不斷告訴我們：我是自己身體的主人，不要因為別人利誘，例如：給我糖果、餅乾、飲料……等就同意讓別人觸摸身體，也不要因為他人恐嚇，例如：如果不跟我玩，我就打你……等，因為害怕而屈服，要懂得求救。在學校老師也常常提醒我們要尊重自己與別人的身體，玩遊戲開玩笑要有分寸，不能因為好玩或好奇而侵犯他人，每個人都是一個獨立的個體，即使是親密的家人也必須遵守「身體自主權」的規範。

我想當一位太空人，每次在書本裡看見各式各樣不同大小的星球圖片，不僅讓我好奇的想到宇宙去探險的夢想。

我最想探索的星球是土星，想瞭解它五彩繽紛的土星環是怎麼形成的？另外，就是月球了，想知道月球上是不是有美麗的嫦娥、玉兔搗藥、吳剛在砍桂樹嗎？

如果有一天，我真的成為太空人，我一定會拍攝許多外太空的景物回來，與大家一起分享討論。

二丙 蕭肅廷

我長大後想當一位護士，學習怎麼照顧病人，讓病人不再害怕；也會安慰病人，讓他們感覺舒服一點，變得更健康。我覺得女生當護士很棒，男生也可以當護士，大家都一樣可以幫助別人，所以我希望我長大後，也能當一位優秀的護士。

二丙 蕭肅廷

11月8日我參加了兒童舞蹈比賽，獲得了優等，我覺得很开心，所以我長大後想當一位舞蹈家。我的舞蹈老師群裡也有一位男老師，他跳起舞來的姿勢很優美，看起來像一隻美麗的天鵝。我想，跳舞不分男女，只要喜歡都可以和我一樣來學跳舞，將來當一位舞蹈家。



三乙 林致恩

我覺得學校和安親班，是讓我們學習男女性別平等的最佳場所。班上有很多事情，無法單靠男生或女生的力量來完成，要一起同心協力的合作才能完成。例如：抬轎、抬轎、抬轎，如果一個人抬不動，不分男生、女生，我們可以主動向前幫忙，一起把抬轎這個工作順利完成。

在安親班，如果看到同學不太會寫數學作業的時候，不分男生、女生，我們都可以主動向前幫忙。男生、女生不分你我，當發現別人需要幫忙的時候，我們都可以主動幫忙。

男生和女生的身體構造本來就不同，與人與人之間互相幫忙，除了能幫助到別人以外，也能促進好人緣，一舉數得好處多多。

三丙 廖威結

學校是我們學習性別平等的最佳場所，在這裡，我們可以各自發揮自己的專長，學習如何與異性相處和合作，共創性別平等的校園生活。

在學校裡，有許多工作是需要大家一起互相合作幫忙才有辦法完成。以掃地工作來說，有些比較需要用到力氣的部分就需要男生同學來幫忙，但有些比較細緻的地方，就要靠我們女生來完成。

無論男生還是女生，都有自己的專長，大家一起同心協力，發揮自己的本事，才能把事情更加有效率的快速完成。

四乙 莊幸珈

你知道什麼是性別歧視嗎？性別歧視是指性別所導致的差別待遇。我們周遭環境有很多例子，比如：我們覺得男生就是要玩車子、玩變形金剛，女生就是要玩洋娃娃、玩家家酒，但是我們都忘記了，玩什麼是依據喜好，而不是依據性別。

一般人都會認為，男生的工作就是要當維持社會秩序的警察、或是看到流血而不會昏倒的醫生；而女生的工作就是要當細心的照顧病人的護士、或是耐心溫柔的幼兒園老師……可是職業不分性別，任何人都能做，像是奧運金牌奪得者林郁婷，賽前因為性別爭議，差點被取消參賽資格；但她並沒有因為風波受影響，選擇獲得獎牌。

我們應該尊重每個人的性別和喜好，不因為刻板印象而歧視他人；也可以製作影片讓大家知道性別平等的重要性，一起說「只要性別「齊」，不要性別「歧」視。」

四丙 簡宇煥

「身體自主權」指的是一個人對自己身體的思考與感受有自我主張的權利，同時也有運用、自我保護、與管理的義務。「身體自主權」就是清楚知道自己的身體界限，同時也要尊重他人的身體界限。「身體自主權」是指一個人對自己身心有管理和主張的權利及能力。

從小長輩就不斷告訴我們：我是自己身體的主人，不要因為別人利誘，例如：給我糖果、餅乾、飲料……等就同意讓別人觸摸身體，也不要因為他人恐嚇，例如：如果不跟我玩，我就打你……等，因為害怕而屈服，要懂得求救。在學校老師也常常提醒我們要尊重自己與別人的身體，玩遊戲開玩笑要有分寸，不能因為好玩或好奇而侵犯他人，每個人都是一個獨立的個體，即使是親密的家人也必須遵守「身體自主權」的規範。

四丙 簡宇煥

「身體自主權」指的是一個人對自己身體的思考與感受有自我主張的權利，同時也有運用、自我保護、與管理的義務。「身體自主權」就是清楚知道自己的身體界限，同時也要尊重他人的身體界限。「身體自主權」是指一個人對自己身心有管理和主張的權利及能力。

從小長輩就不斷告訴我們：我是自己身體的主人，不要因為別人利誘，例如：給我糖果、餅乾、飲料……等就同意讓別人觸摸身體，也不要因為他人恐嚇，例如：如果不跟我玩，我就打你……等，因為害怕而屈服，要懂得求救。在學校老師也常常提醒我們要尊重自己與別人的身體，玩遊戲開玩笑要有分寸，不能因為好玩或好奇而侵犯他人，每個人都是一個獨立的個體，即使是親密的家人也必須遵守「身體自主權」的規範。



尊重自己與別人的身體自主權

五甲 許恩綺

生命的過程中，每一天都在成長與進步，成長不只有身高、體重會增加，「包括心靈、頭腦及知識的進步」。

成長的過程中，改變、影響最大的就是青春期的生理和女生會不一樣，大家會覺得很奇怪、害羞、恐懼，面對這些變化，我們應該要去學習、去適應，就像動物會換皮後一樣，要經歷成長的轉變，補強不足的能力與基因，所以我們要接受這個改變。就如花兒開花結果、毛毛蟲結繭成蝶，這都是正常的成長過程。我們都要學習去尊重別人的身體變化及界線。

身體的成長要配合心靈與知識才能健康的成長。很多不懂的人會嘲笑、欺負他人，應該讓他們學會尊重自己、尊重別人。如果成長過程中，我們能更了解自己的變化，做好心理準備與調適，才能健康又快樂的長大，真正做到保護自己，尊重他人。

尊重自己與別人的身體自主權

五甲 游芯語

每個人人生下來都不一樣，光是外表、個性，就可以分類出人類的不一樣，但個性和外表，除了會帶來思想的激發，對不了解的事物，抱持不同想法，而引發互相傷害，這才是現在社會最擔心的議題。所以要學會尊重，才不會互相傷害，這才是現在人類最嚴重的課題，也是該培養的美德。

任何生物不管多密切，都還是自己想要的保有身體距離，人和人之間也是如此，每個人為了保持心理上的安全感，會在周圍畫出空間，如果別人太靠近你，會覺得緊張、不舒服，比如說坐公車的時候，我們會先從別人的位置入座，如果有很多人，要和大家貼在一起，就會不舒服，所以身體是一種隱私的空間，我們都應該尊重別人。

人只要一生下來就是有所不同，我們都應該好好學習自己及他人的界線，每個人都可以主張自己的身體自主權。永遠都要保持尊重的界線去面對這些差異，讓我們都保持善良的心態去看待世界的每一件事情，不要輕易去批判、冒犯他人。

尊重自己與別人的身體自主權

五乙 曾育嘉

我們的身體是自己的，不能去侵犯別人的身體自主權，那要如何尊重自己與別人的身體自主權呢？

在日常生活中，無論是朋友、同事還是陌生人，我們都應保持適當的距離，避免隨意觸碰他人。例如，在公共場合，我們若無意中碰到他人，應立刻道歉，而不是忽視對方的感受，這樣才能讓對方感到被尊重。再以一場聚會為例，有些人會習慣性地拍別人的肩膀或背部，這樣的舉動可能會讓某些人感到不適，所以，要尊重對方的身體，不隨意觸碰，大家才能更愉快地相處。

在各種關係中，無論是親密關係還是普通朋友間，都應該明確確自己的行為是可以接受的，哪些是不能接受的。同樣，保護自己的身體自主權也非常重要。我們有權決定自己的身體該如何被對待，這不僅是避免暴力或性侵害，更是在日常生活中學會堅定地拒絕不合適的要求。

即使是家人或朋友，我們也應該勇於表達自己的界限。例如，在家庭聚會中，長輩可能會親吻孩子的臉頰，但如果孩子不喜歡這樣的接觸，家長應尊重孩子的感受，停止這些行為。也就是說，提高自我保護意識至關重要，我們需要學會辨別何為不當行為，並在遭遇不尊重自己身體的情況時勇敢表達拒絕。只有當每個人都學會尊重自己與他人的身體自主權，社會才能更加和諧與美好。

尊重身體自主權不僅是對他人感受的尊重，也是每個人應該具備的基本素養。只有互相尊重與保護，才能創造更加和諧的社會。

尊重自己與別人的身體自主權

五乙 王品惟

人生下來便有所不同，學習如何互相尊重彼此差異，並不互相冒犯，是身為這個世紀的人類最為重要的課題，也是該培養的美德。

我們不只要認識及承認：只要是物種，就會有所不同，每個人都該好好學習認識自己與他人的身體界線，也就是每個人都可以主張的自己的身體自主權。

每個人想法不同，理想的身體情況也有所不同，在不影響別人的情況下，我們都應該尊重彼此的身體狀況，並維護我的身體界線。

學習尊重世上的不同，認知到我與我是不同的個體，在不互相影響的情況下，不該隨意碰觸或評論，永遠都要保持尊重的界線，去面對這些差異。就讓你保持善良的心態看待世間的每件事情，不輕易去批評、冒犯他人，一同建構友善安全的個人生活環境吧！

只要性別「齊」視，不要性別「歧」視

六甲 邱祈慈

「你希望別人怎麼尊重你，你就怎麼尊重別人。」身體是我們自己的，我們可以自由的掌控自己。「尊重」是開啟性別平等大門的一把鑰匙。

我們必須學會怎麼尊重他人身體，如果你不希望他觸碰你的身體，那就不去亂碰對方，因為他有他的身體自主權。當然，你也有，我也有。因為每個人都是世上無一二的生命個體，而身體是一個人最寶貴、最私有、最初也是最終的財產，所以每個人都要有自己的身體做決定的權利。

男生、女生是平等的，男生可以當花育人員；女生可以當警察、消防員，很多職業、工作沒有分男女，也不要覺得說：他/她為什麼要做那個工作？因為那是他/她的選擇，是他們的自由。

不亂用權力傷害別人和自己，尊重別人也愛護自己，才是對自己的身體保護、負責與尊重的自主表現，這就是「身體自主權」。我們有絕對的權利說「不」來保護自己不受騷擾。同樣的，當我們與別人互動時，如果對方表達他的身體界限時，我們也應該學習去及時察覺，尊重對方的身體自主權。

我覺得任何生物不管多麼親密，都還是自己自己想要保有的身體距離；人與人之間也是如此，每個人為了保持心理上的安全感，會在周圍畫出一片屬於自己的空間，當人與人之間的距離太過親近時，我們就會感覺緊張，覺得不舒服。在這個世界上最重要的就是學會「尊重」他人與「性別平等自由」。

只要性別「齊」視，不要性別「歧」視

六甲 張羽瑄

在現代社會裡，許多人在性別的意識裡還留著傳統的觀念，這些觀念會導致男女的性別平等教育出現問題，尤其是老一輩的長輩，會有刻板的「重男輕女」和「男外女內」的舊觀念。

在早期社會，大多數女生在家照顧孩子、洗衣煮飯等家務事，男生才可以出去上課、上班，把錢賺的盆滿鉢滿就好了；甚至，到民國五十年代的電子鍋品牌「巧妻」廣告，寫著「滿足全家的口福是主婦的驕傲」短短的句子卻蘊含了每位主婦「應該」做的事情。

現代的社會，改變了許多，隨著性別觀念的進步，女生和男生的工作可以有許多選擇，可以自由選擇，護士和醫生也可以由男生和女生來擔任。

在未來，希望可以把女生和男生不同性別的意識觀念消除掉，這不僅可以讓未來的社會有更多女生可以進步的發展空間，也可以讓下一代的子子孫孫有更好的生活。

只要性別「齊」視，不要性別「歧」視

六乙 李欣慶

古人常說：「男外女內。」這句話讓我們知道以前的時代男女非常的不平等，但是現在還是有這種行為，有這樣的行為可能是因為阿公、阿嬤以前都這樣生活，所以也對自己的孩子這樣做，就這樣一代一代的傳下去，自然這種傳統就延續下去。

古人所謂的「男外女內」是指男生長大成人一定要去外面做辛苦的工作，從小就要讀書，也不能在家煮飯、洗衣服。「女內」則是只能在家煮飯、洗衣服等雜務，就算想上學、讀書也不行，長大成人就要繼續來幫家裡補貼生活費。

我記得之前媽媽跟阿嬤說有一對夫妻，妻子跟丈夫回老家，進去之後伯母看到自己的兒子在洗碗、洗衣服，便叫他停下來，跑去跑媳婦說：「我說妳啊，怎麼可以讓兒子洗碗和洗衣服？這些不是你應該做的嗎？」阿嬤就非常驚訝的說：「以前的傳統現在居然還存在著，真是可怕啊！」

我之都不知道古時代的傳統到現代還流傳著，我們應該要支持性別平等，不要再讓古時候的傳統給束縛，要讓男生、女生之間都要享受平等的權利和平等的待遇。

只要性別「齊」視，不要性別「歧」視

六乙 黃慈炫

自古以來，女生的地位就比男生低，而女生就是要柔弱、順從男生；男生一定要壯碩、領導女生。現在的性別平等是真的平等嗎？是否還隱藏著不為人知的事實呢？

「嫁出去的女兒，潑出去的水。」一直以來女性就被認為是長大以後要嫁人的、沒有用；有些男生從小就喜歡玩洋娃娃、縫衣服，就會被同學說是娘娘腔，像是愛玩洋娃娃的吳宇剛、玫瑰少年葉永鋕，他們的故事告訴我們每個人都可以往自己喜歡的方向發展，但是同學的嘲笑也讓他們十分痛苦，唯有放開心胸才能讓他們朝他們想要的方向發展。

「男外女內」在古代女生被認為一定要在家做家事，男生就一定要出去賺錢養家糊口，在現代的職場上，我們也可以看到這個問題，像是護士總是被認為是女生的工作，這是不對的觀念。到現在「重男輕女」都還沒有完全消除，所以「從父姓、媽姓的錢要爸爸管、女生嫁人後要住在男方家」這是普遍存在的事實。

女生也可以強悍，男生也可以柔弱，勇敢的去做自己，每個人都選擇權，想做什么就做什么，不要在別人的看法也不受被「重男輕女」的觀念束縛，記住：「只要性別「齊」視，不要性別「歧」視」。

只要性別「齊」視，不要性別「歧」視

六丙 王冠彥

我們都出生在同個世界，為什麼性別歧視呢？現在的社會是男女平等，大家都一樣，但是如果你問以前的人，他(她)的回答卻不是這樣。

在以前農業社會，男性是天，女性是卑微的，女性大多在家做家事、照顧小孩，而且以前只有男生可以讀書，女生則不能，女性在個的財產、自主權上經常遭受忽略，而男性相對地比較受到重視。但是隨著教育的普及，男女性的教育水準提高，性別平等的觀念漸漸普及，現在女性地位較過去提升。

性別平等並不是口號，例如：現在的性別平等工作法保障父母請育嬰假，近年來男性請育嬰假的比例也慢慢提升，爸爸在家也能餵奶、換尿布、幫新生兒洗澡等工作，在家裡不分你我，也沒有性別的差別，一起為家庭努力。還有像是警察、護士、消防員等職業，不再只有男性或女性的工作，兩性在各行各業都有傑出的表現，也不要再用有色的眼光看待，讓大家擁有平等的工作機會和待遇。

從以前的農業再到工業，最後變成現在的科技產業，社會在進步，人們對於兩性的關係也在無形中提升，從「男外女內」最後形成性別平等的現況，讓我們一起走出重男輕女的社會，走進男女平等的世界吧！

只要性別「齊」視，不要性別「歧」視

六丙 陳亭好

每一個人，不論是男生或女生都應該得到同樣的尊重。性別「齊」視，就是希望大家都能夠平等的看待彼此，而不是因為性別不同而有偏見，這樣可以讓我們的社會更和諧。

有時候人們會用性別來決定誰該做什麼事？例如：女生應該要喜歡洋娃娃，男生一定要喜歡車子。但其實，每一個人都有自己的興趣，不應該因為性別去限制大家的選擇，而是應該讓每一個人去做自己喜歡的事。

如果每個人都能把性別當作一個自然的差異，而不是看作一個限制，那麼大家就能在更公平的環境中發展。從小學開始，我們就應該學會尊重每個人，不因性別而區別對待。男生和女生都應該擁有同樣的學習機會。

如果我們能夠尊重每個人的選擇，不因性別去限制他人的自由，這樣的社會會更加和諧。我們每個人都應該為了平等而努力，讓性別不再是個分界線，而只是每個人獨特的特徵之一，這樣的社會，才是更加公平與美好的。

親職教養文章

孩子考不好該怎麼辦？5原則教他「有效訂正」

2024年11月14日/分類：教養新觀念、教養直播/作者：天才領袖團隊

1. 自己講為何這題錯？

大人可以引導孩子自己說出這題錯在哪裡，這能培養他們的「後設認知」能力，也可以問孩子：「你當時是怎麼想的？」或「你覺得為什麼會這樣答錯？」讓孩子對解題過程有更深入的反省，進而培養自我改進的能力。

2. 訂正速度越慢越好

「訂正」是孩子學習中重要的一環，能夠讓他們仔細思考錯題的過程，從容分析並理解每個錯誤的原因，有助於幫助他們學會新知並真正的吸收成自己的東西，從中也能訓練孩子自己找答案，提升問題解決的能力。

3. 錯題分析：「會的」找錯的原因；「不會」哪裡沒注意到

對於「會但出錯」的題目，要引導他們找出出錯的原因，可能是因為粗心、漏看或漏寫，可以問問孩子下次該如何防止沒看到呢？寫完考卷是不是應該再檢查一次呢？

而對於「不會」或看不懂的題目，則要引導他們去讀懂基礎概念和重新理解題意，找到容易犯錯的地方並加強練習，陪伴孩子做上述的分析能讓訂正更具針對性，幫助他們不再犯類似的錯誤。

4. 去翻課本或習作找答案

在找答案的過程中讓他們重新檢視所學的知識，並將課堂學習與實際問題連結起來，透過再次的複習，加深孩子對課本知識的理解。

5. 加強閱讀理解及速度

許多孩子考試錯誤的原因是因為閱讀理解不足或閱讀速度太慢，尤其是應對複雜題目時，可以透過大量閱讀來訓練閱讀理解力和提升閱讀速度，讓他們能更準確地抓住題意，有效提升解題效率。

孩子考試考不好常見10問題

1. 考前複習過，考出來還是錯
2. 考前都說會，考試都不會
3. 考不好都說是看錯、沒看到
4. 漏東漏西，題目都沒有好好看
5. 訂正檢討都只是抄答案
6. 考卷常常寫不完
7. 訂正很敷衍、很沒耐心
8. 常常努力讀了，還是考不好
9. 不會自己去課本找答案，等人告訴他
10. 問他哪裡不會，都說不知道

訂正考卷避免四NG做法

- NG1 怎麼又粗心！你有沒有仔細看題目
- NG2 怎麼連這種題目都不會？
- NG3 這題不是複習很多遍，怎麼還錯？
- NG4 你到底有沒有認真讀書？

掌握5原則教孩子有效訂正

- 原則1 自己講為何這題錯？
- 原則2 訂正速度越慢越好
- 原則3 會的，找錯的原因；「不會」哪裡沒注意到
- 原則4 去翻課本或習作找答案
- 原則5 加強閱讀理解及速度