



112 年度學生事務處性別平等教育推廣計畫成果報告

暨 113 年度性別平等教育推廣計畫

## 112 年度性別平等教育系列活動成果列表

### III-2

#### 【多元之下，擁抱自己】系列活動

場次	活動時間	活動名稱	講師	地點	參與人數
1	03/13	親愛的對象：深入相愛本質 探索主流價值下的自我認同	蔡秀娟 諮商心理師	會議室 (一)	43 人
2	03/22	愛情地雷解除指南 如何避免撞上渣男、渣女與 媽寶	王家齊 臨床心理師	會議室 (一)	41 人
3	04/15	關係也要畫上美好句點 乾燥花圈手作工作坊	陳俐伶 諮商心理師	會議室 (二)	25 人
4	05/04	來吧！雲端幸福計畫 網路交友的攻略需知	陳昱安 諮商心理師	會議室 (一)	23 人
5	05/10	我不知道愛是什麼 讓我們用心談・練・愛	張宇傑 諮商心理師	會議室 (一)	40 人

## 112-1【月球旅行紀】系列活動

場次	活動時間	活動名稱	講師	地點	參與人數
1	9/25	性創傷修復	謝筱柔 諮商心理師	會議室 (一)	43 人
2	10/18	談場舒適的戀愛	海苔熊 臨床心理師	會議室 (一)	42 人
3	10/30	PUA 暗黑戀愛術	黃柏威諮商 心理師	會議室 (一)	36 人
4	11/1	再靠近一點點	蔡宜文諮商 心理師	會議室 (一)	48 人
5	12/2	搶救一個人的跨年- 人際互動工作坊	劉嵩瀚講師	台北醫學院	60 人
6	12/6	來年的我-自我意向 性平擺攤活動	諮輔組與衛 保組	宿舍前草坪	85 人
7	12/23	刺繡曼陀羅-自我療癒工作坊	張心瑀老師	會議室 (二)	12 人

**【新生性平系列活動】**

9/10	新生入學指導宣傳	體育館	江彥陵心理師	全校新生
9/12	性平班級宣導	機械系	江彥陵心理師	150 人

**文宣品製作**

DON'T CROSS THE LINE 帆布袋 300 份  
便條本及筆 500 份  
於宣導攤位及活動陸續發放中

經費使用情形：

核定金額	500,000
實支金額	335,553
備註	原先預估精神科醫師諮詢費用由教育部心理健康計畫支出。

活動海報及照片：

台科大諮輔組 性別平等教育計畫系列活動

### 親愛的對象： 深入相愛本質

### 探索主流價值下的自我認同

日期：03/13 (一)  
時間：18:30-20:30  
講師：蔡秀娟諮商心理師  
地點：學生活動中心二樓會議室一

※活動提供免費停車位。  
※歡迎踴躍報名，請掃描QR code。  
※本活動可申請高教深耕獎學金。  
※活動報名費予以酌退。  
※如有任何疑問，請洽諮輔組電話：2730-1171

所謂關係到底該是什麼樣子？  
多元文化讓我們認識更多族群  
同時瞭解愛的形式並不被侷限  
但，在彼此相愛而成為我們之前  
你是否已經好好的認識自己  
或探索過自己所期待的關係

報名掃我



### 愛情地雷解除 如何避免撞上 渣男、渣女與媽寶？

花若芬芳，蝴蝶自來  
只是為什麼總會遇到不符合自己期待的伴侶呢  
面對所謂渣男、渣女或是媽寶應該堅持關係嗎  
或應該做些什麼才能找到屬於自己的理想情人

願善良的你，被世界溫柔以待  
就讓我們跟著心理師的腳步，一起解除愛情地雷

地點：學生活動中心二樓會議室一  
講師：王家齊臨床心理師

03/22 (三)  
18:30-20:30

※活動提供免費停車位，欲查詢活動詳情，請掃描QR code  
※本活動可申請高教深耕獎學金，全程參與者予以認證  
※如有任何疑問，請洽陳宜敏實習心理師 (02)2730-1171

台科大諮輔組 性別平等教育計畫系列活動



### 為關係畫上美好句點 手綁花園手作坊

畢業、分手...一段關係的結  
束，從圓開始...

時間：4/15(六)10:00-16:00  
地點：學務處會議室二  
講師：陳俐伶諮商心理師

報名連結：



日期：05/04（四）  
時間：18:30-20:30  
講師：陳昱安諮商心理師  
地點：學生活動中心二樓  
會議室一



報名掃我

## 來吧！雲端幸福計畫 網路交友的攻略需知

網路世代打破你我距離  
關係的建立已不受限制  
但心之所向的幸福計畫  
可以如何透過雲端實現

讓我們跟著心理師的腳步  
一起攻略網路交友的秘笈

※活動提供限量便當，欲查看活動詳情，請掃描QR code  
※本活動可申請高教深耕獎學金，全程參與者予以認證  
※如有任何疑問，請洽陳宜萱督學心理師 (02)2730-1171

台科大諮輔組 性別平等教育計畫系列活動



喜歡和愛的差別是什麼？  
究竟應該如何談戀愛呢？

親密關係好像有點複雜  
用心就可以收穫美好嗎

讓我們跟著心理師的腳步  
一起探索心中的愛、練習去愛

## 我不知道愛是什麼 讓我們用心談・練・愛

日期：05/10（三）  
時間：18:30-20:30

講師：張宇傑諮商心理師  
地點：學生活動中心二樓  
會議室一



※活動提供限量便當，欲查看活動詳情，請掃描QR code  
※本活動可申請高教深耕獎學金，全程參與者予以認證  
※如有任何疑問，請洽陳宜萱督學心理師 (02)2730-1171

台科大諮輔組  
性別平等教育計畫系列活動

## 搶救一個人的跨年

2023 北醫 x 北科 x 海大 x 北大 x 台科 跨校桌遊工作坊

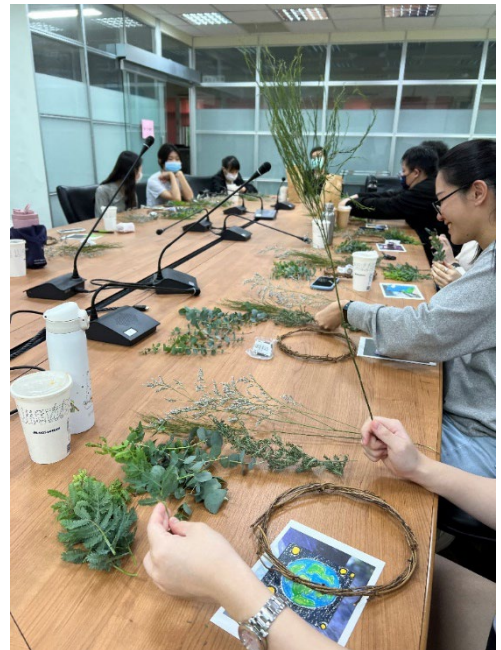
透過整天瘋狂有趣、緊張刺激的桌遊活動，  
你除了可以更認識自己以外，  
還能拓展在他校的人際交友圈哦！



而且這麼棒的活動是全程免費的，你還在等什麼？  
歡迎在冷冷的冬天裡，和我們一起熱起來吧！

活動時間 // 112 年 12 月 2 日（六）09:00 - 16:30  
活動地點 // 臺北醫學大學杏春樓6201教室  
活動講師 // 心桌遊工作室 劉嵩瀚講師群

每校限額12名學生，報名及相關問題請洽各校窗口



## 月球旅行記： 那些關係互動的另一面

112-1台灣科技大學·性別平等教育系列講座

今年夏天的METOO，如一陣狂風將人們捲到戀愛、親密關係、伴侶追求的陰暗面。原本已經夠複雜的東西，變得更加複雜。本次系列講座將從不同面向拆解性創傷修復、PUA、親密關係的建立與界線拿捏，穿越重重迷霧，看見關係的本質。

09/25 (一)  
月亮的陰暗面 (一)：性創傷修復你我他  
#謝淑柔心理師  
#「我想讓你知曉，你不孤單。」  
今年夏天，我們見證到關係的陰暗面，以及因此受傷的人。當注意力從陰暗面回歸日常生活，傷心造成創傷者困擾，讓人手足無措。邀請她心無意/善意之舉，變成傷害的你，聽取創傷修復專家的溫柔心理師分享，關於性創傷對信任者的影響，以及何謂「創傷知情陪伴」成為他人創傷修復路上同理的存在。

10/30 (一)  
月亮的陰暗面 (二)：PUA暗黑戀愛術  
#黃柏威心理師  
#「清醒一點！你被PUA了啦！」  
等等等！這是什麼意思？什麼是PUA？我被騙了嗎(ㄟ)？原來這些行為就是PUA，那我怎麼辦？！別怕！讓柏威心理師告訴你如何離開PUA的頭銜，迎向美好未來！

10/18 (三)  
今夜月色真美 (一)：談場舒適的戀愛  
#海苔熊 #1018  
#「告訴我怎樣才能談好戀愛？」  
腦科學認為親密關係是質與量的變化，催促著人走向另外一個人。如果質與量是動力，身為船長的我們該如何乘風航行，穿越愛情海洋的挑戰，找到自己的方向？跟著海苔熊，從大派心理學的角度，探索航海圖吧！

11/01 (三)  
今夜月色真美(二)：再靠近一點點之前  
#戀愛百慕大 #1101  
#「想靠近你，但不想變成嗶嗶女/M」  
原來這樣靠近，會被討厭？不論你們是不是情侶，都有機會變成嗶嗶女/M。親密的界線怎麼拿捏？且聽看過戀愛百慕大的宜文妮妮道來！

月亮的陰暗面 (一)：性創傷修復你我他  
報名表入口：

## 刺繡曼陀羅關係照護工作坊



在一針一線中靜心，將過去的紛擾濃縮在作品中-存放

12/23(SAT) 12:00-17:00  
地點：學務處會議室二  
限定八人團體

# 來年的我

脫離他人眼光  
走向真誠的自己

每一口每一步每一刻  
活出真實的自我

12/6

我們  
一起  
啟動  
改變



夜已深，  
還有什麼人

讓你醒著數傷痕？

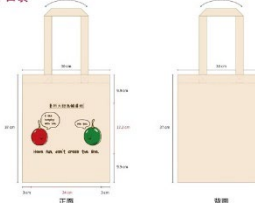
## 親密關係失落團體

地點：諮詢組諮商室C / 人數：原則六人為上限  
時間：11月29-12月20，每週三（共四次）  
帶領者：唐經美 實習心理師 黃景楠 實習心理師

**BULK** 簡樸 / 禮品確認單

A0030-12安胚布平口袋

標準規格長 27.5x30cm  
標準規格長 27.5x40cm

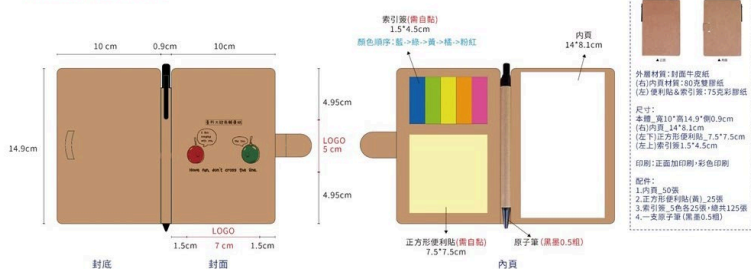


印位：數位(數碼)印刷異機  
位置：正面  
數量：300pcs





便攜型便利貼口袋本



# 「美好關係，從心出發」 113 年度學務處諮輔組 情感教育與性別平等推廣計畫

## 壹、緣起

如同 Kohut 在自體心理學中提到的，一個健康的人是能夠擁有獨立感，又能依附他人，以自己為榮，同時又能將他人理想化。性別平等也就是立基於對自我的認識，對他人的理解與包容，進而在人際之間互享尊重，也在關係中保護自己，捍衛自己，自然而然形成適當的人我界線。

現今親密關係，因為種種因素例如文化的衝擊、關係的多樣態而有更複雜的流動，再者，經過了疫情對於人際距離的考驗，現在的我們終於不再帶著恐懼與緊繃相處，但同時也是重新建構與人的適當距離的時刻。故今年度的活動規劃聚焦在人我界線，試圖以「客體關係」的角度來理解親密關係，主軸也定在各式親密關係裡的自我認識進而理解界線需求，期望能以理性和諧的方式推廣性別平等、建立互相尊重的安全校園而非教條式的訓誡。

112 年度秉持活動規劃多樣性，強化學生認知方面的性別平等知能，於認知架構上建立起正確且安全之性別平等概念，辦理活動包含全校性身體界限性平宣導 2 場、手作坊 2 場、成長團體 2 場、跨校聯誼團體 1 場、講座活動 8 場，宣導攤位 1 場。

113 年度性平等教育計畫持續以「情感教育、自我保護、尊重多元」為三個實施方向，並以知識面的「資訊傳遞」、情感面的「深度探討」及實務面的「行動參與」三個層面規劃性別教育推廣活動，本年度重點計畫亦是強化情感教育課程，以基礎情意教育為根本，提昇校內師生性別平等意識，建立尊重且友善的校園環境。

## 貳、法源依據

一、性別平等教育法

二、國立臺灣科技大學性別平等教育實施要點

## 參、目的

一、深入探討感情及關係間之議題，以強化教職員工生對感情處理和性平意識，持續經營友善和諧的校園環境。

二、促進校園多元性別之實質平等，瞭解性別角色發展的多樣化與差異性，維護人格尊嚴及尊重社會多元化現象，以建立無性別偏見的校園。

## 肆、實施策略

一、一核心三方向三層面。

「113 別平等教育活動推廣計畫」架構以「捍衛自我，散發光采」

為計畫主要實施核心「情感教育」、「自我保護」及「尊重多元」

為三個實施方向，如圖一。



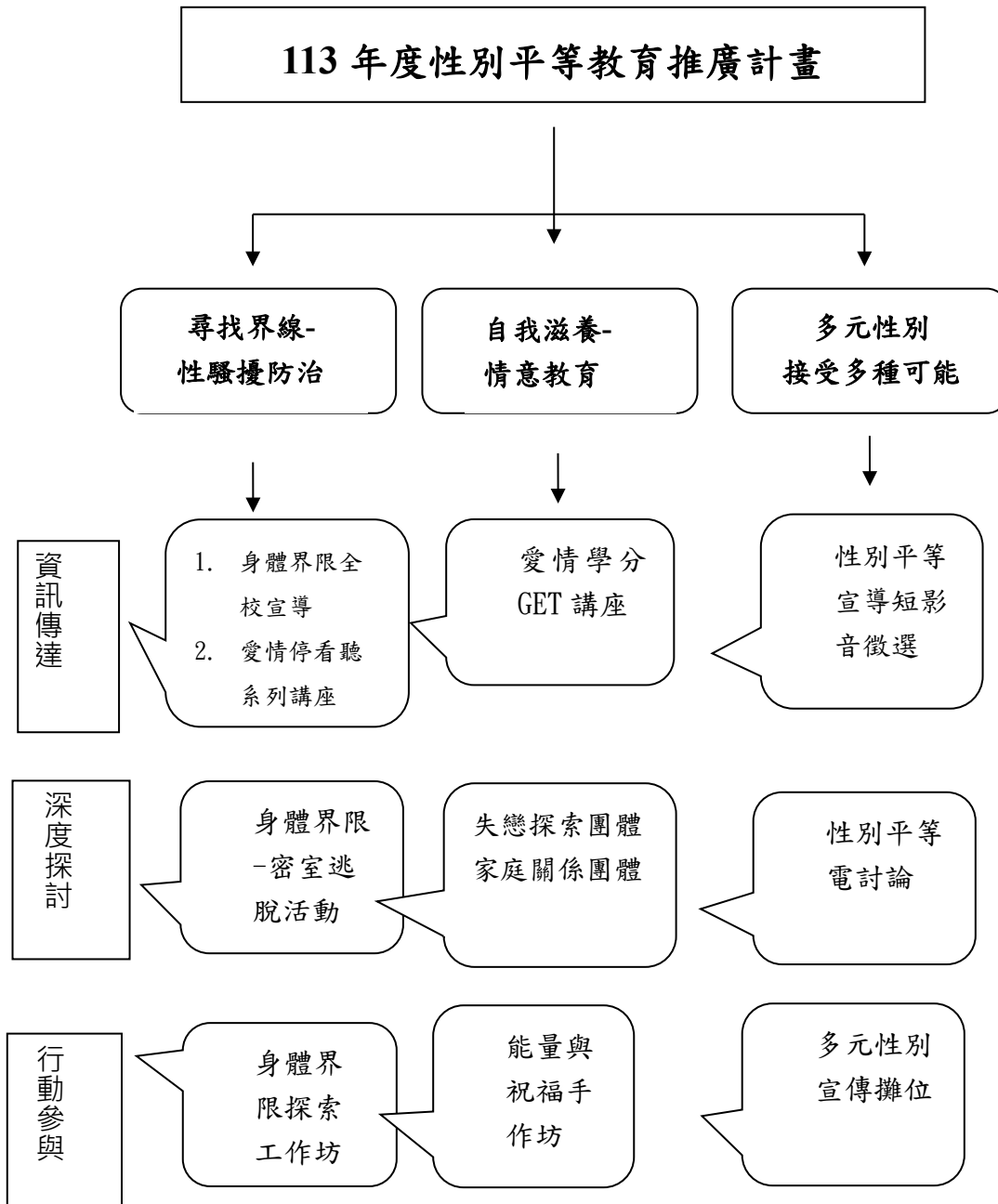
圖一、113 年度性別平等推廣計畫核心

「美好關係，從心出發」

## 二、活動架構

活動設計上著重「資訊傳遞」、「深度探討」、「行動參與」三個層面；在「資訊傳遞」面上，經由各式活動帶領、愛情專欄撰寫、性平專屬社群平台經營等，建立以學生為主體的性別資源網絡，協助學生意識到生活中的性別議題，且結合起自身的生活經驗，加以分享、傳播給自己身邊的同學；在「深度探討」面上，藉由小團體及帶狀性講座模式對於關係議題有深度討論；

在「行動參與」面上，邀請社團或有興趣的同學，藉由活動內容規劃及參與，將對安全校園及友善校園的關懷付諸於具體實踐的支持與行動，整體活動設計架構如圖二。



圖二、活動設計架構

表一、預計執行活動列表

113 年性別平等教育計畫預計執行活動列表				
活動性質	活動形式	活動名稱	預計辦理時間	次數
性別平等資訊傳遞	專業講座	1. 愛情停看聽系列講座 2. 愛情學分 get 系列講座	3-12 月	約 15 場
	文字宣導	愛情專欄文章	1 月~12 月	約 10 篇
	文宣品製作	預計製做好關係御守筆袋、愛無界資料夾及筆記本等	11 月	
性別平等深度探討	知能測驗	性平常識小學堂	9 月	與新生普測合或與志工團合作於社團博覽會合併進行
	訓練課程	性別平等宣導短影音徵選	4-6 月	
	成長團體	1. 關係探索團體 2. 多元性別支持團體	4-6 月 9-12 月	上下學期各 6 場次
性別平等行動參與	訓練課程	個案研討會-邀請專業督導討論性平案例	4 月 10 月	上下學期各 1 場次
	心理營	關係探索心理營	6 月	與諮輔義工合辦
	行動劇	身體界限探索工作坊	9 月	
	宣導攤位	多元性別際關係界限宣導攤位	12 月	
	工作坊	能量與祝福系列手作坊	4.10 月	預計辦理 2 場



陸、性平計畫經費需求表

經費項目		計畫經費明細			說明
		單價 (元)	數量	總價(元)	
業務費	講師鐘點費	2,000	100	200,000	講座、研習、團體及訓練課程講師費約 50 場次
	二代健保雇付金額			4,220	$200,000 \times 0.0211 = 4,220$
	活動耗材費	3,000	20	60,000	講座、研討會、電影欣賞、團體、訓練課程、宣傳週擺攤等相關活動材料費。
	餐費	100	1,000	100,000	心理營、講座、研討會、電影欣賞、團體、訓練課程、宣傳週擺攤等相關性平活動之參與學生及工作人員餐費。
	文宣品製作費	25,000	2	50,000	印製及發放文宣品。
	愛情專欄稿費	1,020	20	20,400	1,020 元/千字
	設計費	1,500	15	22,500	性平文宣品及各式活動海報設計編輯
	印刷費	5,000	1	5,000	包含大型海報輸出、研習演講資料及活動宣傳單印製。
	書籍及影片採購	5,000	2	10,000	建置性別教育資源網絡，採購書籍及影片供學生參閱。
		小計		472,120	
雜支	雜支		27,880	凡前項費用未列之辦公事務費用屬之；如文具用品、郵資等。	
合計			500,000		