

# 國立永靖高級工業職業學校 109 學年度第 1 學期 期末導師會報暨教師與輔導管教工作坊會議議程

|      |                              |      |      |
|------|------------------------------|------|------|
| 會議時間 | 109 年 12 月 23 日（星期三）下午 12：10 |      |      |
| 會議地點 | 國立永靖高工行政大樓三樓會議室              |      |      |
| 會議主席 | 林主任承隆                        | 記 錄  | 陳曉嵐  |
| 列席指導 | 許校長榮添                        | 出席人員 | 如簽到表 |

## 壹、主席致詞(略)

## 貳、校長致詞：

- 一、有鑒於近日虎尾科大的重大交通事故，請各位師長務必向學生重申交通安全之重要性。
- 二、110 年 5 月 12 日(三)原定為期中考，但為要配合辦理防毒活動，且紀錄片之更生人高肇良先生，曾就讀永靖高工，故大愛電視台安排高先生至永工進行講座分享，若有造成各位師長不便，敬請見諒。

## 參、檢討上次會報提案決議執行情形：

| 會報提案 | 執行情形 | 執行單位 | 列管情形 |
|------|------|------|------|
| 無    |      |      |      |

## 肆、提案討論：無

## 伍、各處室業務宣導

### 教務處：

- 一、報告學生學習歷程檔案操作之流程，且因學習歷程是採取自願性，故學程檔案有無上傳，是不能影響學生之學業成績。
- 二、109 學年度第 2 學期跨教育階段特教生鑑定預計於 110 年 3 月進行審查，依據鑑定送件檢核表內規定應送件之資料，煩請導師協助填寫學生在校的輔導紀錄，並於 110 年 1 月 6 日之前繳交給資源班導師，謝謝。

### 實習處：略

### 總務處：

- 一、製圖科無障礙電梯已完工，但尚待驗收及申請使用執照，因此尚禁止使用。
- 二、12 月 6 日起，製圖科與建築、室設科廁所整修工程開工，預計 110 年 4 月 4 日完工，相關注意事項敬請同仁配合並協助宣導，造成不便，尚祈見諒：
  - (一)施工區週邊將設各式安全圍籬及材料、機具，敬請全校師生勿接近施工區並注意安全。
  - (二)初期刨除打牆工序無可避免將產生大量噪音及振動，為減少施工對教學的影響，室設與建築科教室(課堂課)將再 12 月底至 1 月底暫時搬遷。目前較可行方案為行政大樓四樓彈性學習教室 5、6 及天佑館二樓，會後請室設與建築科導師留下，進行討論。
  - (三)製圖科一樓通道為施工材料及廢材清運主要通道，考慮安全及施工粉塵，因此製圖科教室留置目前課室。
- 三、預計下學期開學將汰換電機科、行政大樓等教室木頭課桌椅，相關事項廣

續規劃中。

#### 圖書館：

- 一、靖園雙週報第五十三期已於 109 年 12 月 18 日出刊，本期內容為校友會吳理事長回饋母校捐款暨獎勵技藝競賽獲勝同學記者會報導，與及各處室活動等，敬請閱覽，而封面及目錄簡要如下，也感謝各處室的支持及負責採編人員準時交稿，辛苦您了。

※本期開始支援行動載具(如手機、平板等)直接閱覽，手機直拿會單頁、橫拿會成雙頁閱覽，且依顯示器大小自動調整。

<http://finder.yjvs.chc.edu.tw/book/content.php?id=59>

<http://finder.yjvs.chc.edu.tw/book/list.php?type=7>

|                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div data-bbox="212 712 778 1467"><p>靖園雙報<br/>第五十三期</p><p>繽紛「靖園」</p></div> | <div data-bbox="831 712 1353 1467"><p>目錄</p><p><b>校長室</b><br/>校友會理事長回饋母校捐款、課親善大使活動、<br/>縣府陳參議頒獎技藝競賽獲獎同學-----01</p><p><b>實習處</b><br/>校友會吳理事長獎勵<br/>技藝競賽獲獎同學記者會-----05</p><p><b>教務處</b><br/>辦理110年適性入學宣導講師培訓<br/>機械、英文科公開授課、實習教師教學演示---09</p><p><b>學務處</b><br/>生涯講座、第四次社團活動花絮<br/>陳彥翰同學縣美術比賽寫生組優選頒獎-----15</p><p><b>總務處</b><br/>電機科廢品回收處理、<br/>專業群科情境展示牆建置情形-----19</p><p><b>圖書館</b><br/>新書暨性平書展、靖園即景-----37</p><p><b>輔導處</b><br/>校內教師研習-生活美學藝術治療-----39</p><p><b>人事室</b><br/>陶藝研習：退休教師展才藝、<br/>教職員工生樂翻天-----41</p><p><b>進修部</b><br/>家庭暨性平教育講座-----43</p></div> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 二、109 學年第一學期新書暨性別平等新書展覽暨書目公告。

- (一) 新書書目已公告校網且可下載查詢。
- (二) 新書含性平、家庭及各科推荐等書共有 314 冊。
- (三) 展期一週，自 12 月 17 日至 24 日。
- (四) 地點於圖書館閱覽區。
- (五) 展覽結束後即開放借閱，歡迎到館閱覽利用。



#### 輔導處：

- 一、 **個案轉介單**：如有需要輔導處協助的學生，導師可將此單填寫完後交回輔導處，輔導處會協助了解學生狀況並安排認輔或輔導或諮商。
- 二、 **連繫（重大違規、特殊需求、一般）學生家長調查表**：請導師平日做好學生之家庭聯繫紀錄付出的時間及愛心，並於 110 年 1 月 13 日（三）前調查表交回輔導處，俾利彙整回報國教署。
- 三、 **資料電子化**：個案轉介單、連繫(重大違規、特殊需求、一般)學生家長調查表等相關表件，已於【輔導處網頁-表單下載】處公告，請各位導師如有需要，可自行運用。
- 四、 **學生及家長晤談資料建立**：已運用欣河輔導系統建立，請導師多利用師生線上查詢系統輸入與學生或家長會談或電話聯絡等紀錄，若發現無法填報資料請洽註冊組開放權限。
- 五、 **性平視訊及憂鬱防治視訊**：搭配班會討論題綱加強宣導學生性平意識及生命教育的觀念，請導師務必要求同學於播放時間打開電視觀看，謝謝導師的協助，本學期播放時間為 9/23、10/21、12/2、12/16。
- 六、 **退休教師認輔**：10/07（三）開始本學期第一次認輔，預計一學期 6 次，時間為 10/07、10/21、11/4、11/18、12/2、12/23，屆時會開晤談單給學生以利請公假，感謝導師及任課老師的協助。
- 七、 **校外志工體驗活動**：感謝同學的踴躍報名，錄取 36 名學生，於 109/12/09（三）帶領 36 名學生前往二林喜樂保育院服務，藉由服務院生來理解生命教育的意涵，是服務也是學習，感謝師長的鼓勵與同學的參與。
- 八、 **職涯達人講座**：109/12/16（三）周會時間於教學資源中心 3 樓資源教室辦理。邀請太陽馬戲團段智敏先生分享，共有 22 位學生報名，18 名學生參與講座，感謝導師的鼓勵。
- 九、 **性平與家庭教育文摘**：「好聚好散：談安全分手」、「如果生活充滿否定句」  
--提供導師參考之文章。

陸、學務工作暨各組報告資料

- 一、請導師善用班級經營手冊及師生線上查詢系統，並加強落實「學生個別約談紀錄簿」及「學生家庭電話聯繫紀錄簿」的功能並請詳加紀錄，以收輔助帶班之效用。
- 二、請各處室及各教師，如有申請學生公假或免週會，基於校園安全及照顧學生立場，請務必在場照看。
- 三、本學期行動載具開始統一於每日早上 9 點管理至學務處外手機保管櫃中，請各位同仁能協助多加宣導及管制，如有發現學生違規使用，請通知學務處知悉處理，感謝各位同仁協助與配合。
- 四、109 學年度 2 學期團膳工讀申請至 110 年 1 月 15 日止，請有需要的同學至員生社領取申請表。
- 五、國立永靖高級工業職業學校生活作息表擬討論修正，提供給各位同仁參閱，也請大家能多加提供意見，以利修正。

| 週二、三   |             | 週一、四、五            |             |
|--------|-------------|-------------------|-------------|
| 自主學習時間 | 07:10-08:10 | 上學、晨間活動<br>(環境整理) | 07:10-07:45 |
|        |             | 升旗朝會              | 07:45-08:00 |
| 第一節課   | 08:10-09:00 |                   |             |
| 第二節課   | 09:10-10:00 |                   |             |
| 第三節課   | 10:10-11:00 |                   |             |
| 第四節課   | 11:10-12:00 |                   |             |
| 午餐     | 12:00-12:30 |                   |             |
| 午休     | 12:30-13:00 | 12:30-12:55       |             |
| 第五節課   | 13:05-13:55 | 13:00-13:50       |             |
| 第六節課   | 14:00-14:50 | 14:00-14:50       |             |
| 環境整潔   | 14:50-15:10 | 14:50-15:10       |             |
| 第七節課   | 15:10-16:00 | 15:10-16:00       |             |
| 第八節課   | 16:05-16:55 | 16:10-17:00       |             |
| 放學     | 16:55       | 17:00             |             |

## 訓育組

- 一、109 年 12 月 23 日(星期三)體育組 5-7 節辦理班際排球競賽，參加排球競賽同學到排球場集合檢錄，其他一、二年級各班同學進活動中心參加聖誕節活動，統一管理。
- 二、109 學年度第二學期 110 年 5 月 12 日(星期三)週會，辦理生命與生涯教育講座-更生人高肇良，並配合大愛電視台拍攝紀錄片，請各班級導師協助隨班聆聽。
- 三、高二校外教學參觀活動原定 110 年 4 月 21 日~23 日辦理，因與全國技能競賽撞期，故延後一週於 110 年 4 月 28 日~30 日辦理。
- 四、109 年 12 月 28 日(星期一)下午 12:30~13:00 高三辦理畢業紀念冊第二次班編會議。
- 五、109 學年度教室佈置競賽成績如下表，並擇日於升旗進行頒獎，全校大部分班級都未製作教室佈置，請導師多協助督導。

| 年級 | 第一名 | 第二名 | 第三名 |
|----|-----|-----|-----|
| 一  | 化一乙 | 化一甲 | 資訊一 |
| 二  | 室設二 | 建築二 | 機二乙 |
| 三  | 機三甲 | 室設三 | 製圖三 |

## 社團活動組：無 生輔組

- 一、本學期即將結束，請提醒同學利用時間至本校網站師生線上查詢系統，確認個人獎懲及缺曠紀錄，若有問題可至生輔組反應處理，以維護個人權益。
- 二、「109 學年度寒假家長聯繫函暨學生生活須知」預於 110 年 1 月 11 日(星期一)完成發放，預於 110 年 1 月 15 日(星期五)收繳家長聯繫函回條，請各班導師利用時間協助向同學宣導，寒假期間相關安全注意事項。
- 三、各班同學如有利用寒假期間從事 2 日(含)以上戶外或登山活動時，請至學務處生輔組實施回報，以利掌握同學戶外活動行程。
- 四、寒假期間提醒同學返校參加重補修、打掃、溫習功課、技能檢定及球隊練習等事宜，請依規定穿著本校制式服裝並確實遵守各項規定，違規者將依學生獎懲要點議處，另請勿單獨太早到校及太晚離開校園，務必儘量結伴同行或由家人陪同，絕不行經漆黑小巷或人煙罕至的地方及進出危險場所，避免單獨留在教室，不單獨上廁所，避免單獨到校園偏僻的死角，確維自身安全保持高度的警覺心。
- 五、109 學年度第 2 學期「友善校園週」，預於 110 年 2 月 18 日(星期四)起至 110 年 2 月 25 日(星期四)實施，學務處將辦理相關宣導活動，屆時請各位導師協助向同學宣導。
- 六、近期有許多同學發生交通意外事故，造成人員受傷，請提醒同學嚴禁無照騎乘機車，確實遵守交通規則，切勿存有僥倖心理，凡事多注意以確保個人安全，如有遇到交通事故問題無法處理時，請通知教官前往協助處理。

七、近期有班級遺失錢財及物品，請提醒同學請妥善保管個人財物，貴重物品請勿帶到學校，如須離開教室，請將錢財及貴重物品隨身攜帶，勿讓有心人士有機可乘；提醒同學請勿隨意拿取他人財物，一經發現一律嚴懲，如發現財物遺失情況，請保持現場完整，並完成人員清點，立即通知教官前往協助處理。

八、時序進入冬季天氣寒冷，請提醒注意使用熱水器及瓦斯爐等爐具時，應特別注意環境通風狀況，以避免一氧化碳中毒，隨時注意自身安全。

九、為有效防範詐騙事件請提醒同學應告知家長，如接獲可疑詐騙電話或不慎遇上歹徒意圖詐騙，切記反詐騙 3 步驟：「保持冷靜」、「小心查證」、「立即報警並撥打 165 反詐騙諮詢專線或撥打本校校安專線 04-8231548」尋求協助。

十、本校榮獲國教署提名參加「教育部109學年度交通安全教育訪視」評比，屆時請各位老師幫忙協助宣導，若對交通安全有任何建言還請不吝指教，為校爭取佳績。

#### 衛生組及健康中心

一、下表為高一新生健康檢查異常追蹤結果，有新增特殊疾病個案及仍有同學未完成複診或繳交回條，敬請導師多予關心。

| 異常項目    | 異常人數<br>/百分比 | 複診正常 | 未回診 | 複診異常                   |
|---------|--------------|------|-----|------------------------|
| 胸廓異常    | 1 (0.26%)    | 1    | 0   | 0                      |
| 淋巴腺腫    | 1 (0.26%)    | 0    | 0   | 1<br>(左頸腫塊，1 個月後再追蹤變化) |
| 尿糖      | 2 (0.52%)    | 0    | 0   | 2<br>(確診糖尿病，胰島素+藥物治療)  |
| 尿蛋白及尿潛血 | 149(39.1%)   | 41   | 73  | 35<br>(泌尿道感染、腎結石、需追蹤)  |
| B 肝表面抗原 | 1 (0.26%)    | 0    | 0   | 1<br>(確診 B 肝帶原，需定期追蹤)  |
| GOT/GPT | 22 (5.77%)   | 0    | 7   | 2+13<br>(脂肪肝藥物治療+門診追蹤) |
| CXR     | 35 (9.18%)   | 17   | 11  | 7<br>(脊柱側彎、心臟肥大)       |
| 泌尿生殖檢查  | 1 (0.26%)    | 0    | 0   | 1<br>(腹股溝疝氣，建議手術治療)    |
| 尿酸      | 80 (21%)     | 1    | 34  | 45<br>(藥物治療*2)         |

二、 目前是流感及病毒性腸胃炎流行期高峰，以及為預防嚴重特殊傳染性肺炎 (武漢肺炎)，請全校教職員工生做好預防工作，一起為大家的安全環境努力，以下幾點請共同配合：

- (一) 教職員工生如有生病發燒、咳嗽、呼吸急促等呼吸道症狀，或有腹瀉、失去嗅、味覺等相關症狀，應在家休息避免到校或外出並立即就醫診治；**於沒吃退燒藥且未發燒 24 小時後或未再嘔吐或腹瀉 24 小時後再到校。**
- (二) 校車每日上車前由車長量體額溫， $\geq 37.5^{\circ}\text{C}$  者暫緩上車待就醫確認後再到校，**搭車全程配戴口罩**，車上避免飲食或交談。
- (三) 避免到人群聚集或空氣不流通的地方，室內大型集會(如週會)全面佩戴口罩，社團及彈性課程等跑班課程，因屬跨班級接觸，故鼓勵佩戴口罩，若因活動需要無法佩戴口罩，請維持室內 1.5 公尺，室外 1 公尺之社交距離；建議書包放置備用口罩 2-3 個(學校口罩依規定提供臨時發燒生病時使用)。
- (四) **教室及辦公室門窗開啟保持通風**，若天氣寒冷仍須保持每扇窗至少 15 公分開啟，定期做環境消毒並記錄。
- (五) 落實入校實聯制，額溫高於 37.5 度禁止入校，外賓須配戴口罩。

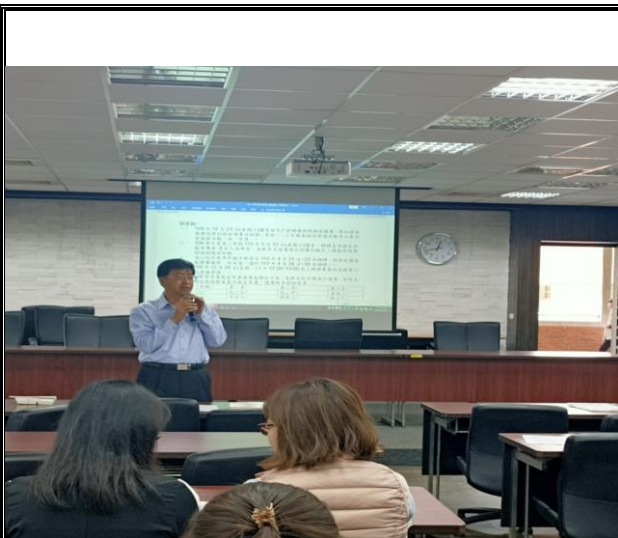
體育組：

- 一、 109 年 12 月 23 日(星期三)下午時段辦理全年級排球比賽，屆時請參賽同學準時到排球場集合，也請導師協助提醒貴班參賽同學。

柒、 臨時動議

捌、 散會

玖、 會議照片



校長指示



主席報告



各處室報告



各處室報告

## 附錄

### 性別平等教育法

#### 第 2 條

本法用詞定義如下：

一、性別平等教育：指以教育方式教導尊重多元性別差異，消除性別歧視，促進性別地位之實質平等。

二、學校：指公私立各級學校。

三、性侵害：指性侵害犯罪防治法所稱性侵害犯罪之行為。

四、性騷擾：指符合下列情形之一，且未達性侵害之程度者：

（一）以明示或暗示之方式，從事不受歡迎且具有性意味或性別歧視之言詞或行為，致影響他人之人格尊嚴、學習、或工作之機會或表現者。

（二）以性或性別有關之行為，作為自己或他人獲得、喪失或減損其學習或工作有關權益之條件者。

五、性霸凌：指透過語言、肢體或其他暴力，對於他人之性別特徵、性別特質、性傾向或性別認同進行貶抑、攻擊或威脅之行為且非屬性騷擾者。

六、性別認同：指個人對自我歸屬性別的自我認知與接受。

七、校園性侵害、性騷擾或性霸凌事件：指性侵害、性騷擾或性霸凌事件之一方為學校校長、教師、職員、工友或學生，他方為學生者。

#### 第 28 條

學校違反本法規定時，被害人或其法定代理人得向學校所屬主管機關申請調查。校園性侵害、性騷擾或性霸凌事件之被害人或其法定代理人得以書面向行為人所屬學校申請調查。但學校之首長為加害人時，應向學校所屬主管機關申請調查。任何人知悉前二項之事件時，得依其規定程序向學校或主管機關檢舉之。

**中華民國刑法【民國 100 年 11 月 30 日 修正】**

**第 227 條**

對於未滿十四歲之男女為性交者，處三年以上十年以下有期徒刑。

對於未滿十四歲之男女為猥褻之行為者，處六月以上五年以下有期徒刑。

對於十四歲以上未滿十六歲之男女為性交者，處七年以下有期徒刑。

對於十四歲以上未滿十六歲之男女為猥褻之行為者，處三年以下有期徒刑。

第一項、第三項之未遂犯罰之。

**第 227-1 條 （減刑或免刑）**

十八歲以下之人犯前條之罪者，減輕或免除其刑。

**第 229-1 條 （告訴乃論）**

對配偶犯第二百二十一條、第二百二十四條之罪者，或未滿十八歲之人犯第二百二十七條之罪者，須告訴乃論。

**刑事訴訟法【民國 99 年 6 月 23 日 修正】**

**第 237 條 （告訴乃論之告訴期間）**

告訴乃論之罪，其告訴應自得為告訴之人知悉犯人之時起，於六個月內為之。

得為告訴人之有數人，其一人遲誤期間者，其效力不及於他人。

**菸害防制法(民國 98 年 01 月 23 日)**

**第 12 條**

未滿十八歲者，不得吸菸。父母、監護人或其他實際為照顧之人應禁止未滿十八歲者吸菸。

**第 15 條**

下列場所全面禁止吸菸：

一、高級中等學校以下學校及其他供兒童及少年教育或活動為主要目的之場所。

九、教室、圖書室、實驗室、表演廳、禮堂、展覽室、會議廳（室）及電梯廂內。

**第 31 條**

違反第十五條第一項或第十六條第一項規定者，處新臺幣二千元以上一萬元以下罰鍰。

朋友非常孝順，父親過世後，辭去美國的高薪工作回台陪伴母親。但是不到半年，她就回來找我，請我想辦法找出為什麼她與母親不合，她說每次母親一開口說話，她心中就好像火山要爆發，她知道母親寂寞，希望她多陪陪她，她自己也希望能夠孝順，畢竟這是她回國的目的，但是，不知怎的，三句話沒說完，她就發火，如果要避免對母親頂撞，她就必須講完她要說的話立刻走開，我們都是念科學的，不相信犯沖、相剋等迷信說法，但是檢討了半天，都找不出為什麼「母慈女孝」但就是合不來。

直到有一天她送來一捲錄音帶，是星期日在家中與母親說話的錄音，請我分析。分析完畢，我知道為什麼了。在這捲錄音帶中，母親的話占五分之四，我的朋友只說了五分之一，而且句子都很簡短，只回答必要的話。母親的句子中絕大部分是否定句，例如「不要穿這件衣服」、「不要塗深紅色口紅」、「不要擦地板了，先去買菜」、「不要買這種樣子的小黃瓜，這種胖肚子的，裡面全是子」、「不要放那麼多洗衣粉」、「不要用這種醬油，有色素」、「不要看這個連續劇」，到了晚上，她母親要她換一件厚一點的睡衣時，我的朋友就爆發了。

人天生有保護自己的本能，當一個人總是批評你時，你的大腦很快就形成一個防衛機制，只要一看見這個人，全身細胞就緊張起來，進入備戰狀態，這個人講的每句話都會先從負面去解釋，先篩選可能的敵意，再處理語意。當你想做一件事而有人攔阻你時，第一次你會勉強順從，第二次你便不想讓他知道，因為你不喜歡被駁回的感覺，久了以後，便什麼事情都不讓母親知道了。但是越是不想讓母親知道，母親越是拐彎抹角地想打聽出來，這時女兒便覺得隱私權被侵犯，於是母女關係就惡化下去了。看到平日不以為意的說話方式導致這樣的結果，心中真是震驚，我們常常對越是親密的人講話越不小心，忽略了對方需要被尊重。

孩子大了，有自己的主見，父母要學會尊重他的選擇，說話時要避免用「不要」這個字作為句子的開頭，不要讓孩子覺得「我在父母眼中一無是處」。孩子小的時候，這種感覺會造成自信心的低落，如果孩子已經去外面闖了個天下，建立了自信心，這種說話方式會使孩子迴避你，雖然孩子也知道父母是好意，但是心理學上的研究已經讓我們知道理智和感情是分家的，是不同的神經迴路在處理的，心中知道該怎麼做並不代表一定會快樂的去做。

當奉養父母變成不得不做的義務時，雙方都會很痛苦。天下沒有什麼事情比親子關係不和更令人傷心的了。親子、夫妻、朋友、同事……之間的相處也是如此啊！

一個親密的關係，是其中的任何一方都不需要犧牲、違背自己或不敢發言；任一方都能以平等的態度來表現自己的強弱或優劣。——家族治療大師莫瑞·包溫

愛情開始之初的羅曼蒂克，是親密關係中最刺激浪漫、讓人興奮心醉神迷的時刻，充斥期待、幻覺或錯覺，把完美伴侶的形象放到對方身上，此時的關係是一種美好夢想的實踐，包含許多希望和期望，充滿能量、熱忱和活力。

當浪漫逐漸消退，彼此越熟悉、越看清楚對方的本性和行為，如果伴侶行為對自己造成困擾、或是發現對方不如想像中完美時，則會開始想去控制對方，要求她／他符合自己心目中理想的伴侶形象，而非接受她／他原本真實的樣貌，於是雙方都不滿意，想改變對方滿足內在隱藏的安全需求，溫和勸告、強烈抱怨或指責、命令強迫或更激烈的手段，相互較勁、爭奪關係中的支配和控制權。

走到這個時候，如果你／你發現妳／你的伴侶有以下跡象，妳／你可能正步步陷入危機四伏的危險關係中：

妳／你是否為了讓他／她高興、討好他／她，被迫放棄自己原有的工作、興趣、嗜好、生活中重要他人或社交活動？

她／他是否常常瞧不起、嘲笑、貶抑你／妳的想法、感受或成就？

當妳／你讓他／她感到不舒服或不滿意時，他／她是否曾經大聲咆哮、放狠話威脅、對妳／你摔東西或動手打妳／你？

和她／他相處互動時，你／妳是否常因她／他喜怒無常而感到困惑、焦慮、沒有自信？你／妳常擔憂會惹惱觸怒她／他？

她／他是否會認為你們之間的問題都是你／妳不夠好所造成？都是你／妳害她／他發脾氣的？

小奇第一段親密關係是在懷疑伴侶劈腿的爭吵中、被順勢分手的，頓失關係的她、終日無所適從，寂寞空虛總是如影隨形的滲透進每一個呼吸，此時的她遇見了阿大，阿大總是隨侍在小奇身旁，他記得小奇的每一件大小事和需要，小奇說：「我那時所有的時間都被阿大填滿，我覺得我永遠都不用再感到孤單，他的眼裡只有我、他讓我不用擔心前段關係的挫敗會重蹈覆轍，我以為他就是那個完美共度終生的伴侶！」

但慢慢的、有些東西在發酵，小奇發現阿大不如想像能成熟的處理一切，在關注小奇的同時，其實也要小奇滿足他的需求，如果小奇無法準確猜想並回應阿大未說出口的需要，阿大通常都會鐵著一張臉，甚至，小奇期待阿大能主動表達需求，阿大也嗤之以鼻，當小奇提出和阿大不同的想法時，阿大總是怒吼表示小奇憑甚麼自以為了不起，爭執越頻繁，阿大怒罵、搥牆、摔東西、酗酒的頻率也越來越高，甚至不分時間場合就把小奇趕出兩人共處的空間，小奇期待兩人能暫時分開冷靜後再談談，阿大卻將之解釋為小奇的心另有所屬的脫逃方案，阿大淡淡的說著自己的家庭背景，說著自己母親因為不堪家中孩子吵鬧企圖跳樓的行徑，小奇越聽心裡越毛，阿大到底是因為如他所言太害怕失去小奇所以一時激動、還是這其實是恐怖情人的危險徵兆？小奇害怕分手，一方面害怕阿大的行為，另一方面更害怕自己孤身一人，但阿大的行為終究讓小奇喘不過氣，在朋友的鼓勵之下，小奇膽戰心驚的展開求助旅途。

陪伴小奇將近一年後，小奇終於相信自己值得被好好善待，真正的關係中不該存著恐懼和驚惶，小奇終於同意阿大的行為其實都是精神暴力和控制，小奇終於有分手的決心和勇氣，但怎麼做才能安全脫身成為下一關的難題。

陪著小奇探索阿大過往親密關係結束的經驗，發現斷然結束常讓阿大陷入被背叛的憤怒，若有似無的拉遠關係，成為確保安全分手的重要方向。阿大和家人黏密不可分割的關係，成為小奇提分手的關鍵時機，當阿大忙著關照家人需求、無暇和小奇角力，小奇順勢以電話用堅定的語氣提出分手，面對阿大軟硬兼施的說法，小奇只是單單重述分手的立場，並拒絕和阿大在私人場合碰面，阿大因為照顧家人疲憊不堪，所以也未再有進一步激烈的舉動，用了一年的時間，小奇順利從這個危險的關係中脫身。

當關係走到分手的這一天，妳／你通常都怎麼處理？有些關係能夠有效溝通好聚好散，有些關係從最開始就危機四伏。如果妳／你和小奇一樣，希望妳／你可以相信「失去關係不可怕，留在危險關係才致命」，如果妳／你認同關係中已風險重重，分手是唯一終點，對於伴侶的理解將成為分手計畫的重要基礎，是直接斷絕、還是漸行漸遠？用甚麼管道提出分手的企圖才能達成目標？甚麼狀況下安全風險會加劇？有沒有關鍵人物可以居中協調？法律規範是否能夠有效控制風險？分手後能不能做朋友……

安全分手有標準的建議版本，但卻沒有絕對合適的版本，確保安全空間、找到討論安全計畫和提供保護的合適夥伴，然後掌握風險最低的分手時機，才是安全脫身的不二法門。

※本文摘自網氏/岡市女性電子報（作者為勵馨基金會桃園分事務所督導）

## 連繫(重大違規、特殊需求、一般)學生家長調查表

填表人身份：

☐ 導師 姓名：\_\_\_\_\_ 班級：\_\_\_\_\_  
☐ 專任教師 姓名：\_\_\_\_\_  
☐ 教官 姓名：\_\_\_\_\_  
☐ 行政人員 姓名：\_\_\_\_\_

| 項 目                                    |                         | 人 次 |    |    |    |    |
|----------------------------------------|-------------------------|-----|----|----|----|----|
|                                        |                         | 月份  | 月份 | 月份 | 月份 | 月份 |
| 1. 確認重大違規事件或特殊行為的學生，通知其家長或監護人(或實際照顧者)。 |                         |     |    |    |    |    |
| 2. 提供家長家庭教育諮商或輔導。                      | 以電話進行。                  |     |    |    |    |    |
|                                        | 運用通訊方式提供改善之建議。          |     |    |    |    |    |
|                                        | 提供相關之書面或視聽資料。           |     |    |    |    |    |
|                                        | 至重大違規事件或特殊行為學生家中進行家庭訪問。 |     |    |    |    |    |
|                                        | 至一般學生家中進行家庭訪問。          |     |    |    |    |    |
|                                        | 邀請家長到校晤談                |     |    |    |    |    |

※依高級中等以下學校提供家庭教育諮商或輔導辦法第六條：

高級中等以下學校於發現有重大違規事件或特殊行為學生時，應即通知其家長或監護人及實際照顧學生之人，並依其違規情節輕重，以下列方式提供家庭教育諮商或輔導：1.以電話進行家庭教育諮商或輔導。2.運用通訊方式提供改善之建議。3.提供相關之書面或視聽資料。4.至學生家中進行家庭訪問。5.由學生家長或監護人及實際照顧學生之人參加學校提供之家庭教育諮商或輔導課程。6.其他適當方式

※依高級中等以下學校提供家庭教育諮商或輔導辦法第八條：

高級中等以下學校應將有重大違規事件或特殊行為學生資料建檔，記錄並追蹤其家長或監護人及實際照顧學生之人接受家庭教育諮商或輔導情形，檔案資料應妥善保管並保密。

※本表若有疑問請與輔導處陳惠如主任(分機 703)或林彥佑老師(分機 720)聯繫，並於期末 110 年 1 月 13 日（三）前交回輔導處。