

107 年度婦女福利業務/婦女中心  
網絡聯結暨人才培力工作坊

進階課程

活動手冊

(107 年 11 月 13~14 日 2 天 1 夜)

主辦單位：衛生福利部社會及家庭署

承辦單位：財團法人婦女權益促進發展基金會

地 點：臺北市沃田旅店 502會議室

中 華 民 國 107 年 11 月 13 日

# 目 錄

壹、議程.....	1
貳、中高齡女性面臨的處境與挑戰及社會支持.....	7
參、消失的身心障礙女性.....	15
肆、障礙女性培力-實務分享人簡報.....	33
伍、中高齡女性培力與支持-實務分享人簡報.....	41
陸、分組名單.....	59
柒、附件-課前指定作業.....	61
捌、筆記.....	63

## 107 年度婦女福利業務/婦女中心網絡聯結暨人才培力

### 進階工作坊

#### 壹、緣起

台灣國家婦女館作為國內婦女權益與性別平等工作交流重要窗口，為使各縣市婦女福利業務及婦女中心的工作伙伴，能有更多聯結與資源互惠，自 97 年起即定期辦理婦女中心聯繫暨人才培力會議。近年來，更著重提升各縣市婦女福利服務的多元性及在地化，進而針對性別觀點融入方案、性別統計運用、婦團培力等議題深入討論，希望藉由培力課程引導縣市及中心的工作伙伴思考，並提升服務熱情，進而使各地的婦女福利業務推展能更契合在地婦女的需求。

107 年賡續加強各縣市業務同仁專業知能，及促進各地婦女中心間網絡連結，將針對縣市婦女福利業務承辦人員、婦女中心伙伴及業務主管辦理初、進階人才培力工作坊，以提升婦女權益推展及性別觀點融入福利服務之能力。

本年度以初、進階工作坊模式辦理，業於 7 月 12 日～13 日辦理初階工作坊；課程主軸為擴展性別視角、婦女福利業務的資源連結/創造與公私協力關係培養，以及障礙女性處境探討。為延續初階課程基礎，持之強化專業知能建構及實作能力，訂於 11 月 13 日～14 日辦理一場次進階培力工作坊，課程將聚焦「中高齡女性」及「身心障礙女性」，將探究上述群體的需求，並針對所需福利服務進行專題討論。

#### 貳、辦理單位

主辦單位：衛生福利部社會及家庭署

承辦單位：財團法人婦女權益促進發展基金會

#### 參、時間地點

時間：107 年 11 月 13 日(二)～11 月 14 日(三)，共 2 天 1 夜。

地點：北投沃田旅店 502 會議室。

## 肆、議程

第 1 日(11 月 13 日星期二) · 9:30~21:00	
時間	課程內容/講師
09:30-09:50	報到
09:50-10:00	課程說明
10:00-12:30	<p><b>【專題討論一】</b> 中高齡女性面臨的處境與挑戰及社會支持</p> <p>楊佳羚 高雄師範大學性別教育研究所/ 副教授</p>
12:30-14:00	午餐/休息
14:00-17:00	<p><b>【專題討論二】</b> 消失的身心障礙女性~身心障礙女性的社會處境與需求</p> <p>郭惠瑜 東海大學社會工作學系/ 助理教授</p>
17:00-17:30	<p>綜合座談</p> <p>衛生福利部社會及家庭署</p>
17:30-19:00	晚餐/休息
19:00-21:30	星空時間-性別電影暨議題討論



第 2 日(11 月 14 日星期三) · 8:50~16:40	
時間	課程內容/講師
08:50-09:00	報到
09:00-11:00	<p style="text-align: center;"><b>【實務分享一】</b> 障礙女性培力的探索</p> <p style="text-align: right;">鄭美里 /前中國時報、女書店前總編輯， 社大資深讀書會、團體帶領講師</p>
11:00-12:00	<p style="text-align: center;">障礙女性培力-對話 《寫自己的故事：身心障礙女性性別意識培力作品集》</p> <p>分享人：林珍如、陳佩琪、許映琪、蔡心于 《寫自己的故事：身心障礙女性性別意識培力作品集》作者群</p>
12:00-12:30	<p style="text-align: center;">障礙女性培力如何實踐 -以中心觀點</p> <p>分享人：邱玫 瑪利亞社會福利基金會(臺中市犁頭店婦女中心)/ 社工師</p>
12:30-13:40	午餐/交流
13:40-14:20	<p style="text-align: center;"><b>【實務分享二】</b> -中高齡女性培力與支持 -女性家庭照顧者支持服務 (社區資源連結)</p> <p>分享人：梁淑英 高雄市天晴女性願景協會/執行秘書 分享人：張筱嬋 中華民國家庭照顧者關懷總會 / 副主任</p>
14:20-16:20	<p style="text-align: center;"><b>【分組實作】</b> 中高齡/身心障礙婦女服務 群體方案設計</p> <p style="text-align: right;">顏玉如 暨南大學家庭暴力研究中心/副 執行長</p>
16:20-16:40	綜合座談
16:40~	賦歸



11 月 13 日  
專題講座簡報



# 中高齡女性面臨的處境 與挑戰及社會支持

楊佳羚  
高師大性別教育研究所副教授  
瑞典隆德大學社會學博士  
《台灣女生 瑞典樂活》《第二人生》作者

## 中高齡女性的樣貌？



想像中樣貌的刻板印象/侷限



中高齡女性做些什麼？面對  
哪些困難？



## 數字猜一猜

- 中高齡女性就業率
- 經濟安全/年金/財產分配
- 與家人同住比例



## 台灣的狀況

- 台灣女性勞參率
- 台灣女性未就業原因
- 台灣女性經濟狀況

# 性別統計

- 瑞典的例子 <http://www.scb.se/en/>
- Women and Men in Sweden
- 人口, 健康, 教育, 時間, 親職假, 就業率與數入, 犯罪, 影響力與權力
- <http://www.scb.se/en/finding-statistics/statistics-by-subject-area/living-conditions/gender-statistics/gender-statistics/>

## 以托育為例

小孩 年紀	自己	祖父 母	其它 親戚	保母	私立	公立	公司	移工
3歲 以下	47.33	39.31	0.93	10.23	1.71	0.36	0.07	0.05
3-6	24.52	15.6	0.66	2	39.2	16.84	0.2	-

# 誰養得起？

小孩年紀	平均費用	保母	私立	公立
3歲以下	16,007 (50%)	16,479 (51%)	16,724 (52%)	8,313 (26%)
3-6	8,719 (27%)	16,505 (51%)	10,311 (32%)	3,761 (12%)

- 給中高齡女性的服務/活動
- 整體社會的配套



# 台灣的社區福利服務藍圖

- 以社區為基
- 舉辦活動樣態
- 如何讓社區中心不成為蚊子館：軟體設計是關鍵
- 積極參與社區的婦女
- 隆德老人中心的實驗方案：
- 在地的例子：主婦聯盟基金會共食共老、屏東美園部落、高雄婦幼青少年館、五甲社福中心、非營利社區自治幼兒園、長青中心

## 社會支持的配套

- 誰的路權？
- 公共交通？
- 誰的公共空間？
- 給誰的活動？

# 長照、托育與婦女就業

- 不迷信「專業主義」
- 以「終身教育」、「有給的在職進修」取代高門檻
  - \* 與地方政府及社區結合的「產學教育」、高教改革
  - \* 瑞典1960年代前「家庭主婦」vs.1970年代後托育照顧服務的建置
- 以「好的勞動條件」留住人材：去除以職業為區分的年金及福利制度；工會；左派的政黨

## 閱讀補給站

- 楊佳羚《台灣女生 瑞典樂活》、《第二人生：迎接熟齡新社會運動》
- 吳媛媛《幸福是我們的義務》
- 周傳久《北歐銀色新動力》
- 李濠仲《北歐超完美丈夫的秘密》、《娜拉，如果你在挪威長大》







## 消失的身心障礙女性： 身心障礙女性的社會處境與需求

郭惠瑜  
東海大學社工系  
[huiyukuo@thu.edu.tw](mailto:huiyukuo@thu.edu.tw)  
2018/11/13

### 關於我

郭惠瑜

#### 學歷

- 英國里茲大學社會政策博士
- 台北大學社工所
- 輔仁大學社工系

#### 經歷

- 東海大學社工系助理教授
- 英國智能障礙倡權組織CHANGE志工
- 財團法人罕見疾病基金會社工專員
- 伊甸社會福利基金會台北總會社工專員

## 我為什麼關注身心障礙女性的議題？

- 出生六個月大時罹患小兒麻痺症。
- 研究所的生命書寫經驗「右腳告白：一位肢體障礙社工學習者的生命書寫與主體實踐」
- 留學過程接觸障礙與性別理論的衝擊
- 博士論文：台灣1955-1965年代出生的小兒麻痺女性生命歷程研究

## 自我書寫裡的看見

郭惠瑜（2010）。右腳告白：一位肢體障礙社工學習者的生命書寫與主體實踐。

- 障礙者的身體不屬於自己
- 日常的凝視
- 醫療場域中的障礙女體
- 完美女體形像的宰制：身體形象的管理策略
- 傳統女性角色的質疑：會不會生小孩、結婚不在選項內、努力念書靠自己

身心障礙者的生命經驗是『性別的』

# 與西方障礙、性別理論的碰撞

英國里茲大學(Leeds University)

- 障礙研究(Disability Study)
- 社會模式
- 障礙研究的多元議題

(資本主義、種族、**性別**、階級、文化、第三世界)



博士論文：台灣1955-1965年代出生的小兒麻痺女性生命歷程研究

(Women Ageing with Polio in Taiwan: a Life Course Approach)

## 在課程開始前...

- 當你看見一位坐輪椅的女性，  
你會用什麼形容詞來形容她？
- 當她出現在你的服務單位時，  
你覺得她是來做什麼的？



# 消失的身心障礙女性

- **身心障礙女性主體經驗在女權運動與障礙權利運動中缺席**
  1. 女性主義學者企圖翻轉傳統女性之角色，將女性角色重新塑造為有力量、能幹等形象。相對的，身心障礙女性則往往被視為孱弱與依賴的角色，這些身障女性所擁有的特質很可能強化傳統女性柔弱無能的形象，因此受到了女性主義主流論述的排除(Fine and Asch, 1988)。
  2. 雖然女性主義主張重視少數族裔、不同階級女性群體經驗的多樣性，卻排除了身心障礙女性的群體經驗。如：女性主義在社區照顧討論中，照顧者/受照顧者二元論的論述，忽略了身心障礙女性照顧者的需求(Morris, 1989)。
  3. 障礙權利運動的訴求強調公領域議題，如教育、就業，忽略私領域議題如婚姻、親密關係、家務協助等與女性相關議題。

## 當障礙遇上性別：身心障礙女性與雙重壓迫

- 障礙與性別交織之下所產生的**雙重壓迫/雙重弱勢(double disadvantages)**：身心障礙女性雙重弱勢身份，作為一位女性以及身心障礙者，將使其遭受更多的社會壓迫與排除。
- 例如：身心障礙女性在職場在薪資結構上可能遭遇的雙重歧視。

非身障者>身障者 (障礙)

男性>女性 (性別)

非障礙男性>非障礙女性>身障男性>身障女性 (障礙與性別交織)

## 案例討論

小美因為脊髓損傷長期坐輪椅，她分享早年痛苦的上課經驗。學校沒有無障礙廁所，所以小美上廁所很麻煩，需要同學協助搬一張椅子進去廁所，同學要壓住椅子，讓她可以用坐的方法上廁所。直到他國一月經來了，在學校換衛生棉變成她最痛苦的事情，她請一位同學來協助，但這位同學後來拒絕協助小美，因為同學的說「女人的月經是骯髒的，不要幫她」小美只好硬著頭皮要繼續的詢問其他人...

以小美的案例，“障礙”與“性別”如何產生交互作用，並且影響小美的學校生活？

## 從雙重壓迫到多重壓迫

- Vernon (1991) 認為雙重壓迫無法完全解釋障礙女性複雜的壓迫經驗，而提出多重壓迫觀點 (Multiple Oppression)。
- 社會中大多數的人擁有多重身分類屬，如障礙、種族、階級、年齡與性別，壓迫經驗並非累積計算(1+1=2)，也不必然同時發生，而是在不同脈絡之下產生不同的交互作用。  
如：黑人跟白人障礙者者一起應徵工作，全都錄取白人障礙者 (種族歧視)  
障礙女性就業率比障礙男性就業率低 (性別歧視)  
障礙女性就業率比非障礙男性低 (性別與障礙的交互影響)
- 社會階級往往容易被忽略的重要因素，階級會影響身障者的障礙經驗。
- 障礙女性的壓迫經驗是複雜的，工作者必須要能夠辨識身障女性身上多重身分交織之下的壓迫經驗。

## 障礙女性的社會處境

身心障礙者權利公約 (The Convention on the Rights of Persons with Disabilities)

### 第6條 身心障礙婦女

1. 締約國體認身心障礙婦女與女孩受到**多重歧視**，就此應採取措施，確保其充分與平等地享有所有人權及基本自由。
2. 締約國應採取所有適當措施，確保婦女獲得充分發展，提高地位及賦權增能，其目的為保障婦女能行使及享有本公約所定之人權與基本自由。

## 障礙女性的社會處境

### 聯合國身心障礙女性處境報告書

- 障礙女性產生障礙的比例高於男性。
- 目前全球障礙女性約佔7億人，因為女性平均餘命長、至殘率高於男性，人數持續增加。
- 障礙女性無論在健康、生育健康、教育、就業與經濟活動參與、居住、暴力與虐待上均較障礙男性面對更多的威脅與排除。

台灣障礙女性現況：

- 2018年第二季統計資料，台灣身心障礙總人口數約110萬6千人，男性占56%，女性占44% (衛福部，2018)。

# 障礙女性的性議題

- 對於障礙女性在性理解上的扭曲

1. 身障者是無性(asexual)，如視智能障礙者是永遠的天使、強迫節育
2. 身障者是性慾過度/性慾高張(hypersexual)，如：智障青少年的性衝動需要被控管。

- 身體形象的錯誤認知

1. 不具吸引力，不符合社會文化建構的「主流標準」
2. 障礙者身體具有特殊吸引力，物化障礙女性的身體 (devotee 慕殘者)
3. 不論哪一觀點，身障者的身體是「不正常的」

# 障礙女性的性議題

## 性暴力的受害者

- 障礙女性受暴者比較難逃脫暴力關係、照顧關係中的權力不對等。
- 障礙女性比較難受獲得到家暴服務、庇護場所沒有無障礙、缺乏易讀資訊
- 缺乏適當的性教育



## 障礙女性與親密關係

- 不被認為是性伴侶，沒有性生活
- 性別表現權利被限制與剝奪：被年輕女孩們girls talk 排除  
(拿了拐杖穿了支架，穿什麼都一樣醜、沒有為自己買過內衣)
- 爸媽過度保護限制親密關係的發展
- 社會歧視態度：身心障礙者應該跟身心障礙者在一起，造成障礙女性的內在壓迫 (internalized oppression)
- 社會環境阻礙，如：社交娛樂場所，交友網站、交友 app 否方便障礙者使用

## 障礙女性與母職角色

- 並非所有障礙女性都想要結婚或是成為母親，某些障礙女性也如同非障礙女性，不婚主義、不想要小孩，或進入同性關係。
- 但某些障礙女性想進入婚姻、母職角色確遭受否定。她們的不婚、不育或許不是只一種「選擇」。



## 障礙女性與母職角色

### 迷思一：障礙女性生育權遭漠視

- 「請勿複製另一個你」：多數身障女性不被鼓勵生育，被醫生鼓勵絕育、終止懷孕等。
- 產檢科技的進步，強調身障女性再進行生育決定對需要對孩子負起「基因責任」（genetic responsibility）
- 孕程缺乏支持：醫療人員區乏專業知能、缺乏資訊，無障礙產檢設施、缺乏身障母親的角色模範

### 迷思破除：

- 許多疾病遺傳性被誇大，隱含優生思維，認為“重障者不值得被生下來”。
- 過去針對遺傳疾病的女性育兒研究發現這些女性更懂得如何照顧患有遺傳疾病的孩子。

## 障礙女性與母職角色

### 迷思二：認為障礙女性無法照顧小孩

- 身體功能限制無法提供小孩週全的照顧
- 「小幫手」照顧迷思，認為障礙爸媽需要依賴小孩照顧，忽略應該對障礙爸媽提供支持性服務，協助他們實踐親職角色，依賴是缺乏社會支持所產生的結果。
- 服務使用的標籤化，將尋求協助的障礙女性視為無能力的照顧者。

## 障礙女性與母職角色

### 育兒的迷思破除：

- 研究顯示許多障礙女性過去與自己障礙相處的經驗，是她們更懂得照顧自己的小孩
- 障礙女性可以發展自己的因應策略來照顧孩子
- 出生在障礙家庭的孩子在日常環境較常接觸到障礙者，培養其對於人類多元差異性的接受度與包容性。



## 障礙女性與母職角色

「一般爸媽帶小孩看病很容易，可是我跟我先生都拿拐杖，不能牽著小孩走路，所以每次都要請我婆婆三人行一起去。我很希望有人可以在我要帶小孩去看病的時候陪我一起去，幫我牽著她，因為小孩打針害怕的時候還是有爸媽陪比較好。」（截錄自訪談紀錄）

「我懷孕的時候肚子越來越大，腳很痛，但當時沒有什麼人告訴我要注意什麼，肚子最大的時候還繼續拿拐杖，摔了很多次，我都覺得我的小孩可以平安初生，真的是“天公ㄟ子”！」

（截錄自訪談紀錄）

這些障礙媽媽的需求是什麼？

## 障礙女性與母職角色

### 障礙女性在育兒照顧上的需求：

- 服務提供者將障礙女性視為依賴者，而非家庭照顧者。
- 現行身心障礙者成人服務、家庭照顧者支持服務很少把障礙女性的親職需求納入常規性服務項目。
- 現有的服務系統需要思考的「如何提供相關協助支持障礙女性實踐母職、家庭照顧者角色」
- 服務如何協助其實踐母職角色而非「取代」，是未來發展相關服務必須考量的重點。
- 如：障礙女性需要懷孕過程的資訊與輔具支持、育兒輔具支持、陪同就醫需求、居家無障礙環境的調整等。

## 障礙女性就業處境

- 障礙女性的就業機會比障礙男性低。
- 根據勞動部2016年的統計，身心障礙者的勞動參與率為20.41%，遠低同年度台灣整體勞動參與率58.75%。而以身心障礙群體內部比較，身心障礙男性的勞動參與率為25.27%，障礙女性只達障礙男性一半約14.11%。
- 障礙女性很可能面對薪資上的歧視，根據勞動部2016年統計，障礙男性的平均月薪資約2.7萬，高於女性的2.2萬。
- 職業訓練的性別刻板印象，將障礙女性導向低薪工作
- 如同非障礙女性，家庭與就業之間的平衡缺乏支持
- 養兒育女與職涯斷裂，影響晚年退休金

# 障礙女性就業處境

## 我們也是「奇蹟的女兒」(下)：身心障礙工廠女工的雙重歧視

新加坡 08 Aug. 2018 113 分享



圖 / 新加坡 奇蹟的女兒

受訪者美足（化名）提到她在鐘錶組裝工廠上班，男性員工擔任機芯的組裝，需要具備高專業知識與技術，而女性多屬作業員，薪水也較低。而在性別結構的影響外，雇主對於身障女工的計薪方式也採差別待遇。

“一個小兒麻痺的朋友說她是計件的，明明大家在一起工作，老闆會說因為你不方便，所以給你計件，計件對我們來說當然比較不好啊。”

# 障礙女性與老化

## 被遺忘的三明治世代：中高齡身障女性照顧者之困境

- 中年身障女性開始承擔照顧配偶、公婆、父母的角色
- 單身身障女性的照顧責任
- 肢體障礙女性所經歷的“雙重老化”，自己面臨提早老化，還得繼續照顧年邁的雙親
- 孝道難外包，無法負擔外籍看護工照顧成本

‘我自己都開始身體退化了，現在我照顧他們，以後誰來照顧我?’

# 障礙女性與老化

## 障礙女性老年生活的問題與挑戰

- 身體老化與本身障礙交互影響所產生的功能退化
- 晚年經濟安全風險高，早年工作收入低、提早退休、障礙女性的貧窮女性化現象待探究。
- 單身者選擇獨居、已婚者也不再期待養兒防老，障礙女性晚年獨居、居住安排的議題必須重視。
- 缺乏社區照顧支持，障礙女性晚年機構化風險高。

「不管你有結婚沒結婚，你先生也會先走，到最後都會剩你一個人。」

# 障礙女性與老化

## 障礙女性老年生活的想像

- 接受機構生活，但其待小型化社區化的安養機構
- 老年生活不只失能照顧，社區參與很重要。
- 同儕友伴需求高
- 期盼設立身障者的團體家屋，障礙者同住互相照顧與支持

“我們老了，但沒有在等死。”

## 結語

- 女性服務需要認知服務群體的多樣性，必須能夠理解障礙女性的壓迫經驗很可能受到身分多元交織性的影響，產生更複雜的需求。
- 台灣身心障礙政策、性別政策、照顧政策制定者與相關服務提供者需要具備性別意識與障礙意識，打破現行政策與服務輸送系統的「障礙盲」與「性別盲」。
- 認知障礙女性在不同生命歷程所承擔的家庭照顧者角色，並進一步提供適當支持。把「當媽」或「不當媽」的選擇權還給障礙女性。

## 未來～障礙女性需要持續的獻聲，現身

- 障礙女性群體性別意識與障礙意識覺醒的培力工作，讓更多不同障別女性的主體經驗被看見。
- 障礙女性需要持續的獻聲，現身，檢視主體經驗中的壓迫。(不同障別、性傾向、年齡、種族、階層等)。
- 看見障礙女性的能動性，對抗歧視與壓迫。

謝謝大家

Q & A

郭惠瑜 東海大學社工系

[huiyukuo@thu.edu.tw](mailto:huiyukuo@thu.edu.tw)



11 月 14 日  
專題討論簡報





# 女性身障者生命故事書寫班 方案分享

臺中市犁頭店婦女福利服務中心  
分享人：邱玫



## 邱玫簡介

- ◆現職  
財團法人瑪利亞社會福利基金會
- ◆經歷  
臺中市社工師公會 常務理事
- ◆專業證照  
社會工作師
- ◆信箱: [m789@mail.maria.org.tw](mailto:m789@mail.maria.org.tw)
- ◆瑪利亞社會福利基金會 <http://www.maria.org.tw/>



財團法人

瑪利亞社會福利基金會

Maria Social Welfare Foundation

代理人 沈春華

Serving life brings joy  
服務生命是一件快樂的事



弱勢服務 / 最弱 最小 最遠 最普及 Minority services / The most vulnerable The Youngest The most distant The most widespread

## 瑪利亞 LOGO



- 聖母抱子圖
- 玫瑰代表愛與美

使命

以「愛 永不止息」  
的精神服務障礙者，  
以傳播天主愛的福音。



## 方案緣起

- CEDAW：消除對婦女一切歧視公約
- CRPD：身心障礙者權利公約(第6條)
- 從母機構多年的身心障礙者服務經驗發現，身心障礙青年經給予機會教育可逐漸萌發性別概念，而社會文化對於身心障礙女性常只見障礙不見性別，因此透過書寫為媒介，呈現女性身障者之生命故事，讓女性身障者有機會為自己發聲，使其性別處境與需求被看見並能肯定自我價值。



## 方案內容簡介

1. **實施方式**：以書寫方式呈現女性身心障礙者個人成長經驗與生命故事，每次設定一個主題單元透過經驗敘說、自然創作、閱讀等方式來進行作品創作與分享，未來彙整生命故事作品進行展出。
2. **服務對象**：女性身心障礙者，不限障別與年齡；此次共招收7位肢體障礙者及1位精神障礙者，手部功能困難者安排支持者陪伴與協助。
3. **活動時間**：6/12、6/26週二上午9:00~12:00、下午13:30~16:30，共計4場次、12小時
4. **講師**：鄭美里老師

# 方案中的性別書寫

- 看見與接納：我喜歡 vs. 我不喜歡
- 難忘童年場景
- 成長：從女孩到女人
- 擁抱：愛自己與愛世界

## 看見與接納



# 我的喜歡和不喜歡

## 喜歡和不喜歡

李美惠

我喜歡明亮亮的燈光，不喜歡昏黃的燈光。  
 婚後發現，先生生性浪漫，喜歡昏黃燈光、燭火。  
 我卻偏愛明亮亮的燈光，往內心深處尋找記憶，為何獨愛明亮？  
 昏黃的小燈跳進心房，那是醫院晚上的孤寂！  
 白色的牆、白色的床單、白色的護士阿姨，配上床頭一盞小小的黃燈  
 加上隔壁床被蛇咬的小女孩整夜的呻吟，孤單無助的心情！  
 明亮亮多好，就像白天，人來人往，有醫生有護士有家屬，有窗戶灑  
 進大把的陽光，暫時忘掉一人隻身在異鄉。

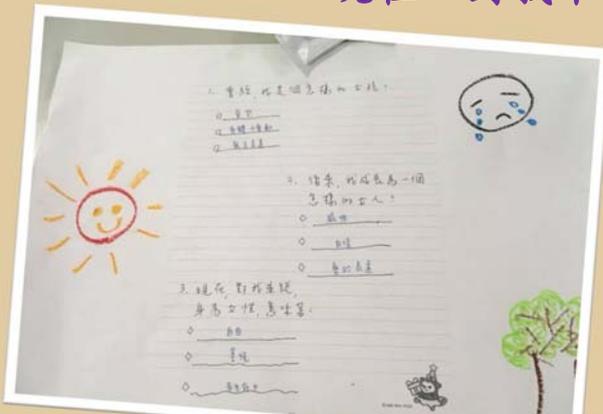
## 難忘的童年場景 玉茹

台中的漁港小村莊裡，太陽公公正熱情的照耀著大地，風兒快樂飛舞穿梭  
 天地之間，蟲鳴鳥叫聲正在演奏歌頌者快樂的樂曲，潺潺溪水聲，涓涓細  
 水流，歡欣舞動環繞期間，鳥兒帶來快點的種子翱翔飛舞天際間，黃燦燦  
 的稻田喜見稻穗千重浪，同聲頌讚著這美好時光，譜成童年歡欣樂章。  
 此時 田間正上演著一老一少騎著鐵馬來回穿梭在一望無際的稻田間，老  
 農夫踏實的耕耘盼望好收成，黑黝黝的小女孩像是個跟屁蟲似的黏在老農  
 夫身旁，開心天真的認真學習模仿老農夫的一舉一動，跟著快樂收割。  
 累時 老農夫坐在田埂邊欣賞著自己的傑作，小女孩天真無邪的躺臥在濃  
 濃稻草香的稻穗中，望著天空美麗的天際，隨著雲朵勾勒編織出一幅又一  
 幅夢幻班的情境……，日落黃昏時分 一隅”火焰班的美麗天使之翼，猶  
 如似女孩的雙翼”，鼓舞了女孩乘上祝福的雙翼翱翔飛向天際間。

# 難忘童年場景

# 從女孩到女人

- 曾經，我是一個.....的女孩
- 後來，我長成為.....的女人
- 現在，對我來說，身為女性意味著.....



## 擁抱：愛自己與愛世界



## 發現與感受

- 「行的障礙」是所有肢體障礙女性普遍的經驗…。
- 有很多被幫助的經驗…。
- 「說者」與「聽者」的交會，我們跨越了障礙的門檻，進入對方的世界。
- 她的信念：上帝關了一扇門，必定會再為你開一扇窗

## 發現與感受

- 是一個陪伴的歷程、與她們同在。
- 支持之後萌發的力量…。
- 每個人都獨一無二，但沒有誰是特殊的。
- 每個人都是自己生命中的主角，都能說出一個個真摯又令人動容的故事。

## 方案延續進行式：

「陪妳一起好好存在」身心障礙女性支持團體

• 我看見你！



# 記憶的盒子



# 謝謝聆聽



大家好！

我是淑英

妳可以叫我”球球”

很高興與您們認識

分享

中高齡婦女培力與支持

關於這個生命豐富的女人

- 來自一個純樸鄉下—旗山 長大的孩子
- 叫淑英—父母的期待
  - ~虎背熊腰像英雄，內心端莊像淑女
- 叫球球—一個孩子的創意
  - ~人生如球，有彈性、圓融通達.....
- 叫懷恩—感恩負面的恩典
  - ~記得這份情
- 叫了緣—結善緣 了善緣

感恩父母送我生而為人最棒的禮物

“健康、活力、有自信”

向前引力

- 在廟口長大的我→會玩、會配合、會觀察...
- 在國、高中的我→學團康，練就勇敢站舞台
- 在當國小代課教師的我→會偷學，求生存
- 在婚姻歷程的我→二結二離同一個人
- 在晚晴的我→學到承擔、投資自己
- 在天晴的我→學以致用、廣結善緣
- 在得到二個癌的我→應證我所學，安度難關
- 這一切的我→感恩→分享、回饋、奉獻、傳承



# 社會大學教會我的事

- 一、思考四層次
- 二、找到事件的意義
- 三、看懂腳本，改寫故事
- 四、善解人意的美好
- 五、快樂的泉源來自感恩的心
- 六、無憾的人生



# 從

那一年 (民國81年1月)

醜小鴨變變變.....

## 一個哭哭啼啼的外遇個案

個案 ◀ 會員 ▶ 理監事 ▶ 理事長 ▶ 工作人員



# 演而優則導

81年1月22日找到晚晴

83年9月~88年8月晚晴第三、四屆理事長

88~90晚晴主任

91~93彩色頁 專案執行

93~94.8月晚晴資源發展部主任

95年1月8日成立天晴

晚晴是我的再生父母

彩色頁是我的婆婆

天晴是我的孩子



# 陪伴

• 一群相同際遇的女人，經驗交流、相互取暖、療傷、聊療心、學習...

• 逢年過節的陪伴

除夕大團圓、過年離家出走、存情方案

傳統與迷思





# 看見

## • 傳統與迷思

☑ 我的先生說：有我有全部

(房子、車子、孩子、錢子、...)

☑ 嫁出去的女兒，大年初一不能回娘家

☑ 離婚後若死了，神主牌放哪裡？

☑ 要忍！子女監護權.....

☑ 單親的單心與擔心

獨自面對困境的孤單、經濟、教養、歧視

...



# 問題

## • 這些是什麼碗糕？

☛ 父權體制？

☛ 女性主義？

☛ 婦女主流化？(個人)

☛ 性別主流化？(結構)



# 學習

## • 培力(投資自己)

參加成長課程(81/2/14參加婚姻成長團體)

晚晴每月請講師來演講(苦苓、黃越綏、....)

辦理各式成長團體、單親親子營、法律諮詢

☑ 83年開始參加婦幼館的課程

☑ 多元學習，參與研習會、論壇、.....

學習到→閱讀自己→閱讀人生→閱讀家族

→閱讀宗教→閱讀社會→閱讀國家

(摘自人間福報)



# 明白

## • 舉這一例

### 婦女主流化與性別主流化

	婦女主流化	性別主流化
問題意識	女性「缺乏」教育、訓練、自信、自尊	社會結構如何在資源、機會、決策各方面再製了性別不平等
問題歸因	個人(婦女)	結構(性別不平等)
改變策略	個人導向— 婦女必須改變自己 自立自強以「跟上」社會	結構導向— 政策與制度必須協助改變社會現況與文化規範，以促進不同性別都有平等的選擇與機會

(以上比較表改編自李安妮博士演講資料)



## 行動

• 拿“香”跟著拜(台語)



• 支持！

• 做就對了！



• 跟對的人 → 用對的方法 → 做對的事

13



## 發現

• 自助 → 人助 → 共助 → 公助 → 天助



• 參與 → 投入 → 深入 → 就豐富

• 有料 → 有用 → 有心 → 有容 →

→ 有量 → 有德 → 有趣



\* 七有人生(老友趣 伴自來)

14



## 分享

**因為不足，所以不斷學習**



☑ 助人不光是熱情

☑ 專業的學習

☑ 實務經驗的驗證

~ 有心、用心、肯學、堅持...



**英雄不怕出身低！**

15



## 回饋

• 繼續呼朋引伴走下去

• 把這份力量、感動傳下愛



• 來過的人 → 過來人



16



# 傳承

• 以愛出發

- 真的分享
- 善的循環
- 美的共鳴



# 愛在天晴

一起創造”自己”  
生命的奇蹟



# 牽手同行雨過天晴

蘇東坡的詞”定風波”

~ 回首向來蕭瑟處  
歸去 也無風雨也無晴~

牽手同行  
雨過「天晴」  
重展生命契機

願景

夢想



行動



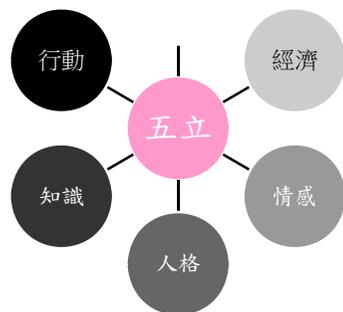
實現



# 天晴宗旨

- 結合關心婚姻議題之女性，透過學習自我成長。
- 培植弱勢婦女增能，並互相扶持、互相關懷，建構支持網絡。
- 充實會員的力量與資源，肯定婦女的自我承擔及生命的價值感。
- 讓女性從單純接受，進而轉化成為能分享，能回饋給更多的婦女朋友，並成為社會有用之人力資源。

# 天晴使命



21

# 天晴的特色



22

# 是個案也是姐妹

- 🐣 天晴會員人數約200人
- 🐣 五分之三單親
- 🐣 五分之一婚姻邊緣
- 🐣 五分之一認同本會之支持者

因此，創造學習的沃土，建構支持網絡  
 陪伴安度難關、資源轉介與分享  
 成為社會人力資糧，回饋社會  
 是天晴的特色。

23

# 天晴讓姐妹有回娘家的感覺



48

## 天晴手札作品

- 外遇別慌手札
- 離婚別怕手札
- 再婚別急
- 阿母寫給囡仔的一張
- 鏡子的故事
- 寫給前夫的一封信
- 夢的故事 (96年發行)
- 不婚別亂 (96年發行)



25

## 天晴107年度四大主軸

### 社區婚姻陪伴種子

當妳或身邊周圍的人面臨婚姻難題時，妳會怎麼做？如果妳願意關心身邊周圍的人或其他家庭，妳可以怎麼做？如果妳期許自己是一個助人者，歡迎您加入種子的行列培育自己

用對的方法、做對的事、  
成為對的人

26



- 1.106年 你敢與小三通姦，我送你入監？談－廢除通姦刑事罰，讓婚姻回歸民法 論壇
- 2.107年 新法上路，你懂嗎？離婚可請求分配年金 說明會

27

## 天晴107年度四大主軸

### 愛在大高雄， 重組家庭關懷支持方案

建立良善的支持系統，讓有再婚(重組)家庭相關經驗的女性用對的方法處理困境，並能協助想進入再婚(重組)家庭的姐妹們，如何經營與維繫家庭和諧

28

# 重組家庭關懷支持

重組(再婚)家庭相關經驗的女性用對的方法  
處理困境

協助想再婚(重組)家庭的姐妹們，如何經營



下一站的幸福 3.01



森林家庭 3.26



兩家併一家 2.20



# 天晴107年度四大主軸 ~~阿桑，你需要什麼？

樂活暮年準備行動計畫

無論你是已婚、未婚、二度單身之資深女性，  
到最後都是一個人…

「一個人」和「寂寞」不是同義詞，「老年」  
也不代表絕對的「弱勢」……

天晴將帶領您開始思考與規劃，如何動身準備，  
過一個樂觀優雅、充實而有餘裕的暮年生活。



暮年輕旅行、保單健檢、生命教育系列電影、  
暮年樂活說書會、老來俏、預立醫療自主  
預立遺囑、自己的故事自己寫等 課程

# 我們一起樂活到老

107年樂老藍圖課程主題

1. 你看書我聽書我們一起來玩書
2. 老來俏~穿搭我在行
3. 樂老第一招頭殼操~~來玩記憶圖像
4. 閱讀電影~可可夜總會
5. 財產，留給自己？還是子女？
6. 送您一份愛的禮物~預立醫療自主
7. 老後你是?萬人迷VS顧人怨
8. 遺憾拼圖→無憾生人

# 天晴107年度四大主軸

## 天晴鬆筋小站~一棒挺你闖天下

透過本市婦女團體社會工作人員之專業能力及角色，運用專業方法協助評估需求，陪伴支持遭逢困境之弱勢婦女，並為其規劃執行相關的工作訓練，進一步連結資源，讓更多的婦女們學習第二專長，重新獲得就業或創業機會。



# 牛角經絡培力

陪伴支持遭逢困境之婦女，規劃牛角經絡技能培力



# 鬆筋小站緣起

話說……

96年1月份…  
於高雄市婦女館做“主題學習站”的展覽

經媒體報導



鬆筋協會 王苓安理事長  
親自拜訪天晴

# 因此…



執行秘書 先以身試法

“果真奏效”



96年開始呼朋引伴  
推廣~鬆筋視力保健DIY

# 五根棒子陪你走天下

## 天晴的信念



健康自己來~我可以，相信大家都可以  
~社區走透透~



以最少的經費創造最高的價值  
~申請經費 減輕費用壓力~



以移動式的架構概念  
~創造利潤~



取之社會，回饋社會  
~創造自我價值~

37



• 培養自我保健能力

• 培植就業技能

• 專業進階班

• 拓展就業通路，媒合就業

• 專長在職訓練

• 就業、生涯、自我肯定成長團體

• 創業輔導

• 取之社會 回饋社會



38

### 天晴鬆筋小站

扶植婦女就業增能  
培力站

自我  
保健



### 天晴鬆筋小站

培力  
創業就業



回饋  
社會



### 鬆筋小站精神



愛在天晴  
天晴有愛

39

52

## 婦女技能培力的核心

- 教鬆筋
- 更要鬆心

40

# 天晴的看見 與姐妹的擔心

自信心不足  
溝通技巧的缺乏  
行銷技巧缺乏

天晴的看見

姐妹的擔心

是否每個月都能有穩定的收入?  
光這一套就夠了嗎?

天晴的看見

## 裝備桶

自信心建立課程

溝通技巧課程

自我形象建立課程

行銷技巧課程

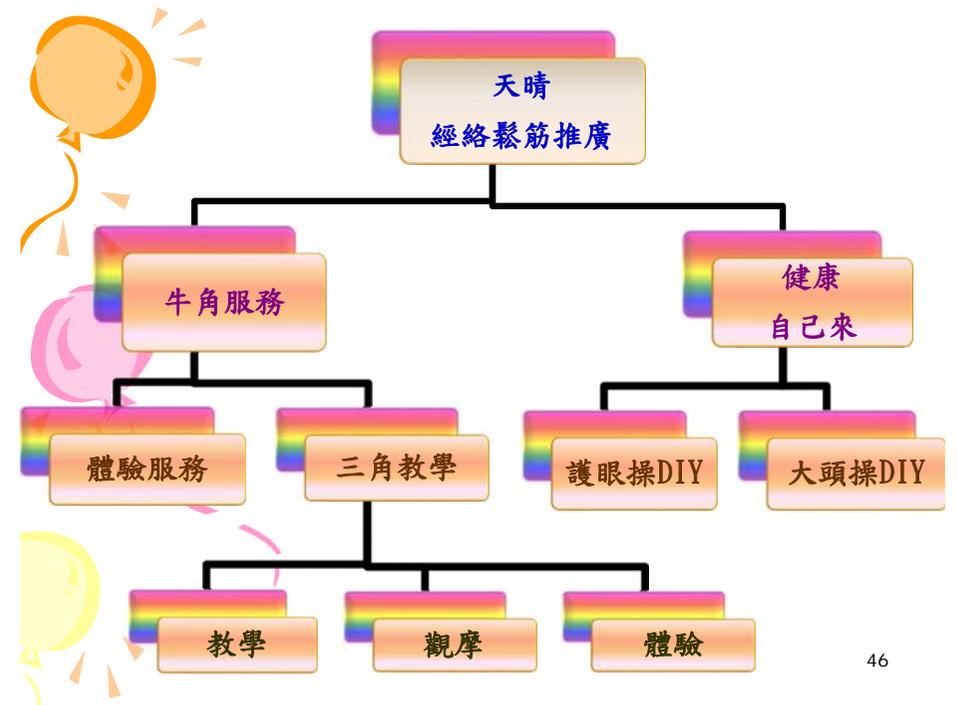
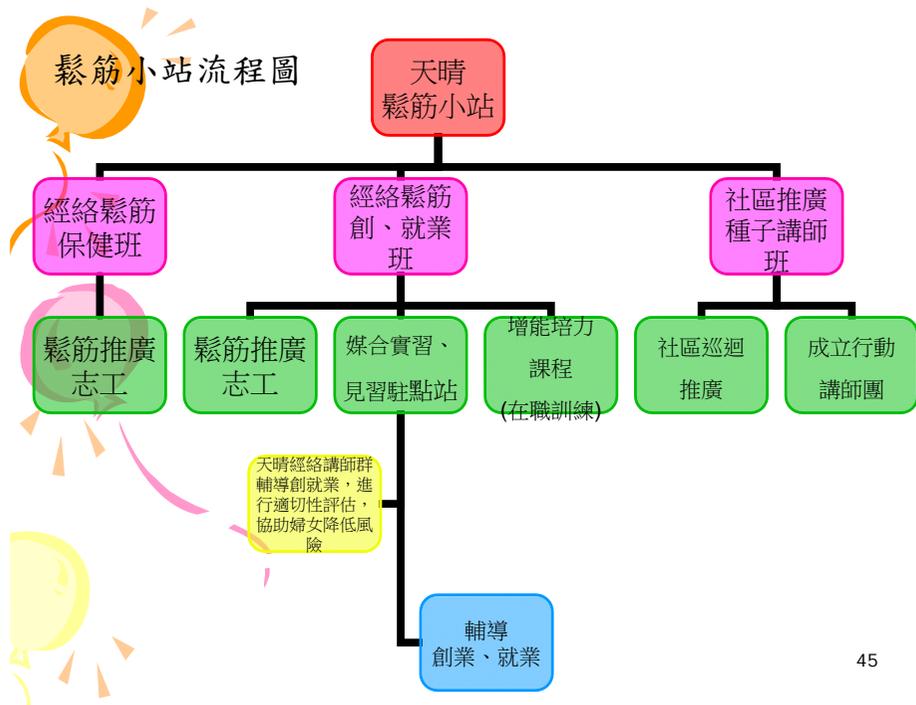
周邊課程大放送

姐妹的擔心

是否每個月都能有穩定的收入?  
光這一套就夠了嗎?

天晴邀請創業與就業成功的姐妹分享心路歷程  
運用母雞帶小雞，讓姐妹能彼此協助  
參與天晴所開辦的培力課程→增加能力  
跟著天晴參與推廣活動→增加客源

## 鬆筋小站 成效



### 97年~104年 經絡鬆筋推廣場次及人數

年度	97年	98年	99年	100年	101年	102年	103年	104年
場次	42場	60場	62場	62場	76場	116場	123場	142場
人次	1704 人次	1810 人次	3505 人次	3505 人次	3620 人次	3668 人次	3650 人次	3870 人次



## 一、實體操作，增加技能熟練度



## 二、參與設攤，歷練移動駐點功力



## 活動照片



與國際有約

高雄端午國際龍舟活動



106年的年天晴鬆筋小站

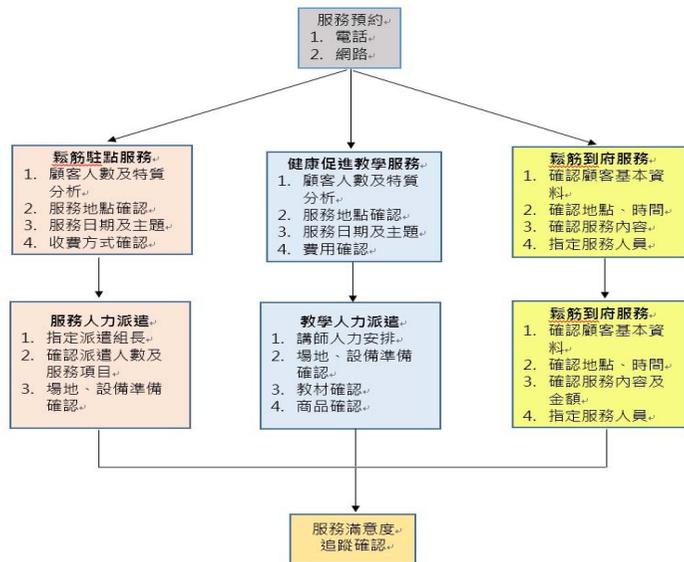
成立

鬆道家~

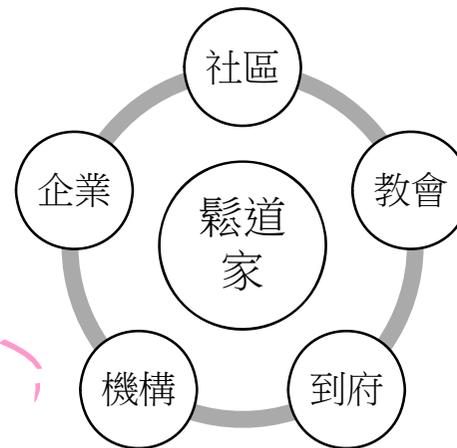
天晴經絡紓壓到府服務

派遣平台

# 府服務 派遣平台



# 鬆道家派遣平台



## 我們就是這樣長大的~一路的陪伴

從學員 → 練功(每周來天晴練功)

• → 到社區推廣(成為護眼天使)

• → 課程學姊(技能的增強)

• → 當助教(儲備單堂課的講師)

• → 鬆筋DIY講師(教學經驗的堆疊)

• → 鬆筋師(一棒闖天下)

• → 授課講師(天晴鬆筋的講師群)

傳承

分享

奉獻

回饋

## 當我們同在一起

• 中高齡婦女培力與支持

• \*啟動生命能量：身、心、靈

☑有資源：點→線→面(學習、人際、視野)

☑找方法：透過學習找到移除恐懼的方法

找到滋養自己的方法(信念、信仰)

☑信念：七有人生→老有趣 伴自來

☑成為：來過的人→過來人→喜樂自在的人



## 你們真的很重要～謝謝你們

• 一路走來

☑從83年進入婦幼館的學習

→啟發我對心靈成長的多元與滋養

☑婦幼館的婦女經濟培力

→讓天晴姊妹有更專業的經營概念

好好逛市集讓姊妹學會移動、設攤

57



## 你們真的很重要～謝謝你們

☑婦女館的性別融入課程行動研究案

→啟發姊妹用牛角看性別、說性別、懂性別

☑史料室的婦團史料營

→訪談姊妹的成長故事，應證天晴做到了

培力及支持中高齡婦女的歷程

→訪談姊妹共6位(每個故事都很精彩)

①從家暴離家當清潔工成為鬆筋的講師

②走出婚姻困境成為鬆筋小站的站長

③72歲照顧洗腎的姊妹能行動獨立參與推廣

④發現得乳癌的鬆筋姊妹仍一起參與推廣安度難關<sup>58</sup>



## 我是一個有福報的人！

• 我需要什麼？

• 很開心，我可以呼朋引伴

~~人約黃昏後！

樂活人生站(讚)~~

(籌備中)

59



## 天晴堅持的信念

壯有所用

盡我所能

善用所有

愛就是一切答案

57

60

牽手同行共創好業

• 你們是天晴的”未來”

• 天晴是你們的”寶”

61

## 天晴服務時間

上班時間：每週二~週六（上午9:00~下午6:00）

休館時間：每週日、一休館

電話：07-322-9588

傳真：07-322-0703

地址：807高雄市三民區松江街73號

電子信箱：[tcwwa950108@gmail.com.tw](mailto:tcwwa950108@gmail.com.tw)

網址：<http://tcwwa950108.iwomenweb.org.tw/>

公車：往北(301、224、R29)

往南(301、224、R28、R30)

高雄捷運：R12 後驛站(2號三民公園出口)

R11 高雄火車站(走天橋過後站)

62

## 天晴就在你左右

歡迎有空到天晴

• 喫茶配話

博感情！



63

58

# 課程分組名單 暨附件



## 分組名單

(組內依姓氏筆畫排序)

	姓名	服務單位	職稱	年資
<b>第一組</b>	王惠娟	臺中市政府社會局	股長	2~3 年
	史淑貞	新北市婦女服務中心	主任	1 年以下
	何旻杰	彰化夢想館 (中華民國基督教女青年協會)	主任	1~2 年
	林佩霓	彰化縣政府社會處	科長	7 年以上
	楊巧雯	新北市新住民家庭服務中心	主任	3~5 年
	蕭惠如	高雄市政府社會局	科長	7 年以上
	鍾梅金	桃園市政府社會局	科長	7 年以上
	鐘雅惠	臺北市政府社會局	科長	7 年以上

	姓名	服務單位	職稱	年資
<b>第二組</b>	呂恬君	桃園市婦女發展中心 (桃園市基督教女青年會)	專案人員	2~3 年
	邱群惠	新竹縣婦女福利服務中心 (中華民國基督教女青年會總會)	社工督導	1 年以下
	洪千惠	澎湖縣婦女福利服務中心	社工員	1~2 年
	陳怡安	嘉義縣婦女暨青少年福利服務中心 (嘉義縣紫藤婦幼關懷協會)	社工員	1 年以下
	黃君卉	宜蘭縣政府社會處婦女暨新住民家庭服務中心	社工員	1~2 年
	黃靜如	南投縣草屯區婦女福利服務中心 (南投縣基督教青年會)	社工員	1~2 年

	姓名	服務單位	職稱	年資
<b>第三組</b>	李玉珠	澎湖縣婦女福利服務中心	管理員	7 年以上
	袁怡菁	嘉義縣婦女暨青少年福利服務中心 (嘉義縣紫藤婦幼關懷協會)	社工員	1 年以下
	馬藝純	彰化夢想館 (中華民國基督教女青年協會)	社工師	1~2 年
	陳冠勳	宜蘭縣政府社會處婦女暨新住民家庭服務中心	社工員	1 年以下
	曾芷琳	新竹縣婦女福利服務中心 (中華民國基督教女青年會總會)	社工員	1 年以下
	劉淑淇	臺東縣婦女福利服務中心	社工員	1 年以下

	姓名	服務單位	職稱	年資
第四組	林琬婷	南投縣政府社會及勞動處	科員	1~2年
	林郁慧	高雄市婦幼青少年活動中心	社工員	1年以下
	阮庭卉	屏東縣女性夢想館	社工員	1年以下
	陳品瑄	基隆市政府社會處	辦事員	1~2年
	蔡瓊珊	雲林縣政府社會處	社工師	1~2年
	曹湘筠	連江縣政府衛生福利局	約用人員	1~2年

	姓名	服務單位	職稱	年資
第五組	方睿逸	嘉義縣政府社會局	科員	1年以下
	李怡霈	臺北市政府社會局	科員	1年以下
	洪瑛茹	南投縣政府社會及勞動處	社工師	2~3年
	陳宜芬	苗栗縣政府社會處	科員	7年以上
	黃薇家	彰化縣政府社會處	辦事員	3~5年
	趙中志	嘉義市政府社會處	科員	5~7年
	蔡昇倍	雲林縣政府社會處	社工師	1年以下

	姓名	服務單位	職稱	年資
第六組	陳傳怡	新北市政府社會局	社工員	2~3年
	黃珮婷	屏東縣政府社會處	社工員	3~5年
	蔡宛庭	臺南市政府社會局	社工師	3~5年
	賴宣儒	臺北市政府社會局	科員	3~5年
	韓忠懷	基隆市政府社會處	社工員	5~7年
	簡瑩麗	花蓮縣政府社會處	科員	5~7年
	魏劍凜	桃園市政府社會局	社工師	1~2年

## 附件

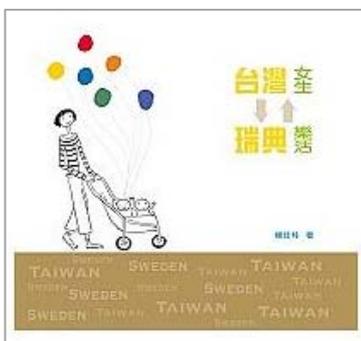
### 107 年度婦女福利業務/婦女中心網絡聯結暨人才培力計畫 [ 進階課程課前指定作業 ]

作業一：

專題「中高齡女性面臨的處境與挑戰及社會支持」

一、請事前閱讀下列兩本書或下列章節

- (一) 《台灣女生瑞典樂活-生態城市馬爾摩》 p291-300
- (二) 《第二人生-帶著媽媽出海去》 p46-52
- (三) 《第二人生-健康老年就在老人聚會中心》 p90-96
- (四) 《第二人生-部落的在地老化》 p90-96



作業二：

專題「消失的身心障礙女性～身心障礙女性的社會處境與需求」

一、請閱讀網路文章

「她們不配當媽媽？——被遺忘的身心障礙女性家庭照顧者」

文/圖 郭惠瑜

<https://www.twreporter.org/a/opinion-disabled-women-caregiver>



二、思考並回答問題：

(一)這篇文章帶給你什麼想法與刺激？

---

---

---

(二)當我們開始覺察到“母親”這個群體的多樣性，如單親未婚的

---

---

---

(三)母親、新住民母親、甚至同志母親，為什麼獨漏身心障礙母親？

---

---

---



