

輔導雙月刊~校園性別友善小叮嚀！

出版:嘉商輔導處
出版日:114.04.11

認識性別議題，讓我們更理解彼此！

誰說男生不能溫柔，女生不能堅強？

誰說**粉紅**是女生的，**藍色**是男生的？

誰說「男主外、女主內」？你的未來，由你決定！



你的性別認同與性傾向，值得被尊重！

支持多元，也是在創造更安全的學習環境！

一起創造尊重多元的校園環境！
有任何疑問或需要支持，輔導處隨時歡迎你！

性別刻板印象：隱形的枷鎖性別

性別刻板印象是社會對不同性別的固定看法與期待，影響我們的行為、選擇和自我認同。這些觀念源自於文化、傳統與歷史，無形中會滲透日常生活，限制個人發展。



來源：從小被形塑的角色

性別刻板印象來自於家庭、教育、媒體與社會環境。例如：男孩被期待勇敢堅強、不輕易表露情感，而女孩則被鼓勵要溫柔體貼、擅長家務。媒體也強化性別角色，讓男性成為強勢英雄，女性則被塑造成依賴的陪襯角色，加深了社會對性別的誤解。

影響：無所不在的限制

刻板印象影響職場、家庭與心理健康。女性容易面臨「玻璃天花板」，難以晉升，而男性選擇「女性化」職業，則可能遭受歧視。在家庭中，女性承擔較多家務，男性參與家庭事務的機會受限，影響家庭平衡。這些不公平的期待也可能導致焦慮與自卑。

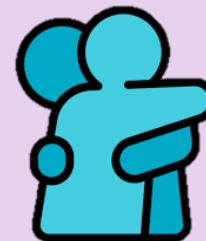
打破刻板印象：從教育到行動

✦ 教育：鼓勵大家探索興趣，打破性別限制。

✦ 媒體：呈現多元性別形象，擴展大眾視野。

✦ 個人：勇於挑戰社會期待，忠於自我。

✦ 社會：建立包容環境，尊重每個人的選擇與權利。



□ 打破性別框架，每個人自由發展，一起創造更公平的世界！

別讓一時衝動，變成一輩子的傷痛

—關於性影像的拍攝與傳播，我們都該謹慎小心

在親密關係中，分享私密影像可能是一種信任的展現，但當這份信任被濫用，性影像就可能變成傷害的工具。

根據衛生福利部統計我國首次數位 / 網路性別暴力狀況，18-74歲民眾遭受數位 / 網路性別暴力的1年盛行率為47.4%，終生盛行率為59.4%，而「影像性暴力」佔其中的10.4%。

即便是你自願拍攝的影像，一旦在未經你同意的情況下被傳播，都構成對你的心理與法律傷害。

性影像外流，不只是隱私的問題，還容易產生以下的情緒

羞恥感



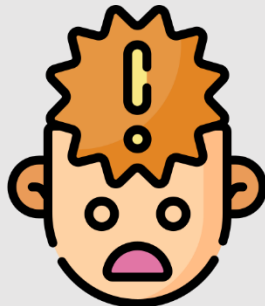
自責



焦慮



恐慌



這些都是受害者可能經歷的情緒。但請記住，錯不在你！受害後的心理創傷，可能影響人際、學業與日常生活，甚至會產生更嚴重的心理議題，都請多多留意。

有任何疑問或需要支持，輔導處隨時歡迎你！

那我們遇到相關情境可以怎麼做呢？

在拍攝前先想三秒

「這段影像，一旦不在我掌控中，會不會讓我受傷？」



保護自己，也提醒他人

1. 拒絕任何形式的性影像索取或分享要求。
2. 看見朋友正拍攝、分享疑似私密影像時，勇敢勸阻。
3. 向老師、家長或可信的大人求助。



如果你不幸受害，請你知道：

你不是孤單的，我們會一起面對！

可前往輔導室，我們將提供相關協助或使用下列相關資源：

◆ 婦女救援基金會 ◆ 勵馨基金會 ◆ 現代婦女基金會 ◆ 1925安心專線
◆ 衛生福利部 性影像處理中心 全年無休諮詢熱線 02-6605-7373(服務時間9:00-22:00) ◆ 警政署 110報案專線 ◆ 衛生福利部 113保護專線

讓我們一起終結性影像的傷害，重拾信任與安全。

欲知更多相關資訊，請掃QR-CODE看影片：

