

善牧。誌



2025 MAR.
161



成為生命中的光，為社會注入暖流 善牧夥伴與服務據點榮獲多項肯定

台北善牧學園成發順利落幕 看見孩子的堅持與努力

善牧新書：以愛相伴渡過青春期風暴 陪伴收養家庭青春期身世告知

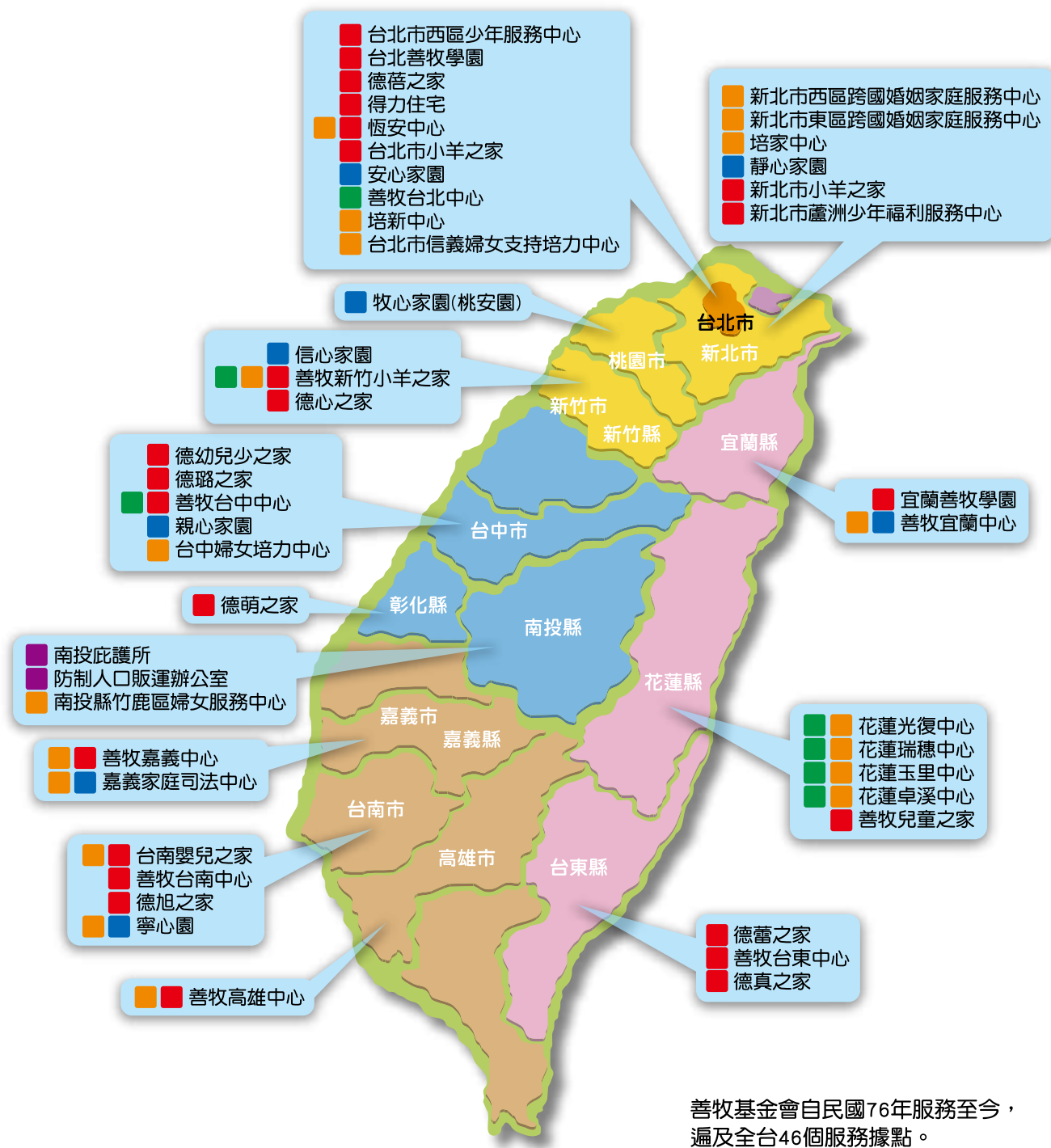
工作線上：我溫暖她們的同時，她們也溫暖了我



天主教善牧基金會服務據點

善牧基金會服務項目：

- 家庭暴力保護服務
- 兒童保護與支持服務
- 家庭支持服務
- 防制人口販運服務
- 社會教育



善牧基金會自民國76年服務至今，
遍及全台46個服務據點。
(113年8月修訂)

善牧簡介

一個人的價值高於全世界

尋找失落、看顧弱小、慈愛正義、永不放棄

「我是善牧，我認識我的羊，我的羊也認識我，我為我的羊捨命。」
(若 10:14, 16)

『善牧』代表的是以同感悲憫之心 (COMPASSION) 尋找失落、看顧弱小、慈愛正義、永不放棄的精神和行動。就如耶穌基督一樣，我們將去尋找迷途的羊，像善牧般地照顧他們，並領他們回到羊棧之中，幫助這些小羊找回身上的「復原力」(resilience)。

民國 76 年，在國外婦女庇護工作已有 300 多年經驗的善牧修女會，受邀來台協助不幸少女，並在服務中發現需要，開展出環環相扣的服務。30 多年來，善牧長期關注婦女兒少的議題，致力服務人群中的弱勢邊緣者，如受暴婦幼、不幸少女、棄虐兒、目睹家庭暴力兒少、高危機青少年、中輟生、年輕爸媽、未婚小媽媽、單親家庭、新住民、原住民族家庭及人口販運被害人，全台服務據點 46 處，為台灣婦幼保護工作的先驅。

3/ 執行長筆記

4/ 國際視窗

戰爭對加薩兒童產生嚴重心理創傷
野生動物監測科技 在印度淪為偷窺監控女性工具
英國立法禁止AI生成兒童性圖像

6/ 善牧新鮮事

台北善牧學園成發順利落幕 看見孩子的堅持與努力
善牧雙溪聖誕派對 溫馨團聚好時光

8/ 封面故事

成為生命中的光，為社會注入暖流 善牧夥伴與服務據點榮獲多項肯定

10/ 專題故事

善牧新書：以愛相伴渡過青春風暴 陪伴收養家庭青春期身世告知

14/ 工作線上

我溫暖她們的同時，她們也溫暖了我

18/ 姊妹上菜

椰汁薑黃飯套餐

22/ 感謝有您

讓愛的暖流在心中流動

去年底的低溫特報一直持續到今年過年，在善牧，夥伴們陪著服務對象一起度過寒冬，如同這一期「封面故事」兒少之家的夥伴提到，一個暖呼呼的紅糖饅頭，一個暖心的舉動，融化了像「小刺蝟」般充滿防備心的小女孩，這樣的暖流，一直在善牧全國各個服務據點流動著…。

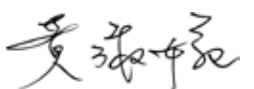


然而，面對日益複雜的社會，社會工作面對更多的困難及挑戰，在這過程中感謝有各界的支持與肯定，給予社會工作者鼓勵與支持。善牧很榮幸在 113 年中獲得「法務部表揚推展犯罪被害人保護有功團體獎」、「駐臺灣地方法院家事服務中心評鑑優等獎」、「中輟生預防及復原輔導工作績優團體獎」、「兒童及少年安置及教養機構評鑑優等及甲等」多項服務上的肯定，另有 9 位社工夥伴榮獲專業人員獎項，展現了善牧多年來在服務上的愛與深耕。



此外，這期善牧誌想與您分享由台南嬰兒之家集結 20 年收養實務所匯集的新書 - 「以愛相伴渡過青春風暴」，這是全台第一本「如何與孩子面對身世議題」的親子教養手冊，期待陪伴收養家庭面對不容易的青春暨不同年齡階段的孩子一同長大。這本書不僅提供收養家庭參考，也適合一般社會大眾閱讀。

新的一年開始，善牧的服務仍秉持著愛、包容與尊重。祝福世界上每個與善牧同行的企業、團體、社會大眾、服務使用者與使命夥伴們成為彼此的祝福，同享平安喜樂的暖流和恩典。

執行長 

發行 財團法人天主教善牧社會福利基金會
發行日期 2025 年 3 月
發行人 歐晉德
總編輯 黃淑婉
主編 鄭雅婷、胡家韻
編輯 鄭雅婷、巫孟佳、胡家韻、洪詩琪
吳孟嬪、陳翰德、呂映蓉、涂瑞珍
設計 鄧淑方
印刷 皇輝彩藝印刷事業有限公司

本期會訊線上閱讀、下載方式，請至善牧基金會官網首頁，點選「宣導資料／季刊下載 161 期季刊」。

為響應環保，捐款芳名錄與季刊刊載於善牧基金會官網，若需紙本之芳名錄或取消季刊寄送，請來電告知 (02)2381-5402。



善牧誌下載

戰爭對加薩兒童產生嚴重心理創傷 籲國際社會提供更多心理援助

以色列和哈瑪斯雙方達成停火協議，長達一年多的戰事終於在今年 1 月 19 日告一段落，不過在加薩的戰地記者和人道救援團體相關醫療人員表示，戰爭對於加薩兒童的心理影響將成為後續不易修復的挑戰之一。



根據聯合國數據，此次衝突已造成超過 1 萬 5000 名加薩居民死亡，其中 40% 為兒童；而世界衛生組織報告，加薩地區約有 70% 的兒童出現創傷後壓力症候群 (PTSD)。加薩兒童心理議題可源自過去數十多年來與以色列發生的種種爭端，讓該地的居民長期陷於焦慮、失眠、貧困、憂鬱等痛苦，因此早在 2022 年，國際組織救助兒童會的報告指出，加薩的兒童心理疾病可能是全球最嚴重之處，平均每 5 名就有 4 名活在憂鬱、悲傷和恐懼裡，且其中有 3 名出現自殘行為。記者阿赫邁德 (Layla Ahmed) 採訪了一名 10 歲的男孩，他談及空襲時表示：「每天晚上，我都夢到炸彈落在我們家。」

巴勒斯坦衛生部心理健康司司長潔柏 (Dr Samah Jabr) 表示，當地的孩子遭遇的恐怖經歷，甚至無法單純用 PTSD 的定義和醫療方式來看待，因為他們是長期、連續性的在面對這些災難和親人傷亡，這些威脅到目前為止都還不算完全解除。而目前加薩僅有不到 50 名持證心理諮詢師，遠不足以應對龐大的需求，當地的心理健康專家呼籲國際社會提供更多心理援助，特別是對兒童和婦女的支持。

野生動物監測科技 在印度淪為偷窺監控女性工具



根據英國劍橋大學一項研究發現，用於監控老虎、大象等野生動物的科技設備，如攝影機陷阱、聲音紀錄器、無人機等，在印度正被惡意用來監控、恐嚇女性，對他們的生活造成了深遠的影響。

這項研究在印度北部科彼特老虎保護區進行，當地社會風氣保守且父權色彩濃厚，森林

長久以來是女性遠離男性，尋求「自由和表達」的空間。當她們在森林裡採集柴火和牧草時，會唱歌、談論性事等話題。然而，為了追蹤和保護老虎等野生動物而引進的科技設備，卻將社會的「男性凝視」延伸至森林，甚至被蓄意用來恐嚇和壓制女性，侵犯其隱私及安全。

為了躲避攝影機，有些婦女開始冒險深入森林更深處，然而，該地卻是全球老虎最密集的地區；她們也減少了唱歌的頻率，但唱歌卻是用來嚇阻動物攻擊的方式之一。研究中提及，一位曾在 2019 年表達過對攝影機的恐懼，同時表示自己被迫進入「陌生區域」的婦女，已於 2024 年遭老虎攻擊身亡。

這項研究不只揭露了印度的問題，也提醒我們全球各地的野生動物監控設備，可能都已在不经意间侵犯了人類隱私，研究者呼籲保育團體應審慎考量新科技可能對不同地區居民的影響，改用以不具侵害性的方式蒐集數據。

英國立法禁止AI生成兒童性圖像

根據法新社報導，英國政府 2 月 2 日宣布將立法明定生成性虐待兒童圖像的人工智慧 (AI) 工具違法，違者最高判 5 年徒刑，而持有教授如何使用 AI 對兒童進行性虐待的 AI「戀童癖手冊」也將觸法，最高可判處 3 年徒刑，是全球第一個將相關舉動列為違法的國家。



英國內政大臣古柏表示，有人正在利用新科技剝削兒少，像是網路威脅、恐嚇，還有透過直播要求他們做不當的事，除此以外，英國官方也發現，兒童色情與性犯罪的網絡十分複雜、型態多樣。為保護兒少安全，新法律將多管齊下，除了製造影像之外，持有、散布這些內容，以及出現兒童色情影像的網站，通通都會被處罰。

古柏指出，不肖份子使用 AI 工具，把兒童真實生活圖像「裸體化」，或「把其他兒童的臉孔合成到現有圖像上」，來生成兒童性虐待圖像。新法還將明定，「經營專為戀童癖者設計的網站，分享惡劣的兒童性虐待內容或誘騙兒童建議的掠奪者」違法，最高可判處 10 年徒刑。這些措施將列入「犯罪和警務法案」提交國會。

專家則提醒，由於網路科技的特性，兒少性虐待影像可能跨國流傳。網路觀察基金會執行長雷希爾呼籲，「這是國際犯罪，我們督促英國政府發揮國際影響力，促成全球其他政府採取類似行動。」

台北善牧學園成發順利落幕 看見孩子的堅持與努力

文 / 宣導企劃部專員 洪詩琪



台北善牧學園於去年底舉辦成果發表，邀請到學員們的家長、師長及生活中的重要他人參與，見證孩子在學習路上的成長，給予肯定的掌聲與稱讚。

本期共有 11 位學生參與成果發表活動，帶來音樂饗宴、花式籃球、舞蹈、氣球藝術表演及咖啡拉花等多項表演，以他們的熱情與活力讓會場尖叫聲滿棚。此外，28-1 期的成果發表也首度由對主持工作有興趣的學生媛芯擔任音樂小精靈，與社工們一同串場、訪問表演者，展現出穩健的台風與清晰的口條，非常具有主持人的架式。

去年颱風假很常落在周四，大大影響到音樂課進度，孩子雖然揚言抗拒表演，但無論是吉他、電子琴、還是爵士鼓的學員，都在活動前努力練習，把最完整的學習成果展現出來。舞蹈課表演的小周和老師一起站上舞台，說是要簡單呈現，上場前卻仍默默在場外練習了許多次。對於孩子來說，成果表演帶給他們期待也帶來許多壓力，能夠站上舞台就是一件不容易的事情，每個堅持都彰顯了他們的進步。

台北善牧學園主任吳金雲說，每場成發都是一場獨一無二的活動，「每期學生都不一樣，遇到的問題也有所差異，預期的成發進度、設定常常一變再變，但社工和講師會推著、拉著孩子前進，讓他們都擁有自己的舞台，呈現出學習成果」。



學園裡的學生因著過去的學習經驗，有高度挫折感，學園以綜合活動、興趣類、技藝類等三個領域課程，超過 20 種的選修，共同和學校接住有多元需求的孩子，希望他們能夠穩定作息，在學園裡享受學習。

吳金雲表示，學園裡由講師和社工一起設計出難易度適合學生的課程，協助他們在學習上可以獲得成就感、跟上進度，並與學生討論在學習中遇到的困難，引導有不一樣的經驗跟看見，用新的方式在這裡完成學習，「培養出學習態度或者學習習慣，才是孩子在未來能帶著走的最大禮物」。

善牧雙溪聖誕派對 溫馨團聚好時光

文 / 宣導企劃部專員 胡家韻

已經舉辦超過 20 年的善牧雙溪聖誕派對於去年底在土城修院舉辦，當天正好是冬至，是象徵團圓吃湯圓的日子。「今天的天氣很冷，但因為每個人都帶著溫暖的心，加上孩子們精彩的才藝演出，天真的笑容彷彿煦煦陽光，帶給大家平安快樂的心情。」總為善牧孩子們送暖的雙溪扶輪社，精心規劃了熱鬧溫馨的聖誕活動，與善牧家園的孩子們及離園的大孩子們「回娘家」，共度每年重要的團聚時刻。活動一開始，首先是來自雙溪扶輪社、碧泉扶輪社及雙溪扶青社社友們的祝福，以及善牧張文觀修女與大家分享這個聚會的由來和一路以來的點點滴滴，並對社友們致上最深的感謝。

緊接著大家一起享用美味豐盛的聖誕大餐，Uncles 和 Anties 準備孩子愛吃的美食，像是炸雞、薯條、熱雞湯、蛋糕、甜點、麻油雞和應景的紅豆湯圓，孩子們一口接一口吃得好滿足，飽餐後，大家再移師到修院前的希望大草原聊天、玩遊戲，為了感謝這群陪伴孩子們長大的 Uncles 和 Anties，家園孩子和社工們準備精彩可愛的勁歌熱舞，讓現場整個氣氛都 high 起來。有超萌可愛的帶動唱，也有動感十足的歌舞表演，讓 Uncles 和 Anties 也忍不住跟著節拍一起同樂。



表演中也有雙溪扶青社大朋友們及團康老師帶來精彩的互動節目，雙溪扶輪社、碧泉扶輪社、雙溪扶青社社友們和孩子組隊參賽，一起興奮地「支援前線」，給台上代表闖關的隊友們最大的支持和喝采，整個希望大草原充滿歡笑聲。活動裡還有孩子最期待的聖誕禮物，一波波的驚喜讓孩子們好開心，每一份禮物、麋鹿和聖誕花圈都承載著 Uncles 和 Anties 的祝福，孩子們禮物兩手拿不完，還有貼心準備的點心盒，在這樣感恩的季節裡，Uncles 和 Anties 與孩子們有著約定，未來大家還要一起共度歡樂溫馨的聖誕時光。善牧基金會張文觀修女說：「孩子長大了，也有家庭、有了未來、有了新的方向，她們永遠記得在聖誕節時，和 Uncles 和 Anties 一起同歡，是大家生命中很寶貴的回憶。」



Anties 與孩子們有著約定，未來大家還要一起共度歡樂溫馨的聖誕時光。善牧基金會張文觀修女說：「孩子長大了，也有家庭、有了未來、有了新的方向，她們永遠記得在聖誕節時，和 Uncles 和 Anties 一起同歡，是大家生命中很寶貴的回憶。」

成為生命中的光，為社會注入暖流 善牧夥伴與服務據點榮獲多項肯定

文 / 宣導企劃部



感謝各界的支持與肯定，給予社會工作者鼓勵與支持，113 年度善牧基金會共計獲得「法務部表揚推展犯罪被害人保護有功團體獎」、「駐臺灣地方法院家事服務中心評鑑優等獎」、「中輟生預防及復原輔導工作績優團體獎」、「兒童及少年安置及教養機構評鑑優等及甲等獎」獎項共 5 家及 9 位社工夥伴榮獲專業人員獎，展現了善牧多年來在服務的專業成果。

在衛生福利部「113 年度全國績優兒童及少年安置及教養機構專業人員」表揚中，善牧德幼之家社工副組長楊總綺、善牧德萌之家主任陳玉潔、善牧德心之家組長王筱汶、善牧台南嬰兒之家保育組長陳郁錚等四位夥伴同時獲獎。這份殊榮不僅是對個人專業的肯定，更象徵著善牧在兒少安置服務領域的深耕足跡。

在面對日益複雜的服務環境，這群默默付出的天使們始終堅守「尋找失落、看顧弱小、慈愛正義、永不放棄」的精神。善牧德幼之家社工副組長楊總綺分享，近年來服務對象的情緒議題更加複雜、情緒張力越來越大，團隊成員在工作現場也曾受傷，但每當看見孩子們在一次的情緒風暴中，慢慢學會照顧自己的情緒、練習修復關係，這樣的成長讓所有付出都充滿意義。



同樣獲獎的善牧德萌之家主任陳玉潔分享了一個暖心的故事。當一個充滿憤怒的小刺蝟說：「別裝了，這個世界上沒有人會愛我！」一顆小小的紅糖饅頭竟然成為打破僵局的關鍵。從此這位原本充滿防衛的少女，不只敞開心房，更成為安定其他少女的小幫手。這樣的轉變讓我們看見，有時候「愛就是如此簡單、純粹」。看似刺蝟的孩子們，僅僅需要一份真誠的擁抱，就能看見原來是隻迷途的可愛綿羊。

在善牧德心之家服務的王筱汶組長則提到，陪伴需要時間、需要耐心等待發芽。一個從其他機構轉來的孩子，花了將近一年的時間才願意敞開心房。「我說不出來是什麼，但就是一



個感覺，感覺可以跟你說了。」這樣的信任需要漫長的等待，但每一次的靠近都讓人感動。雖然筱汶也曾在長年的工作中，覺得疲倦、無力而想放棄，但無意中從孩子的視角發現，原來自己的小小舉動，竟能成為孩子心中的溫暖，愛的力量就此展開，「就是做些小小的事，做些我能做的事，就很棒了！」又能繼續再堅持下去。

善牧台南嬰兒之家保育組長陳郁錚的故事則特別令人動容。從一個曾經是高風險家庭的孩子，到現在成為守護者，從被愛到給愛，照顧弱勢孩子成為她最大的渴望。郁錚始終謹記阿嬤的叮嚀：「我們吃的是貧民米，你現在就是在回饋社會，一定要好好照顧那些無依無倚的孩子。」這份使命感讓她在服務十年後依然初心不改，更期盼要傳承善牧精神給新加入的夥伴，成為「牧羊人」繼續走下去。

此外，在各縣市獲獎名單中，德幼之家楊曉琳組長榮獲「臺中市社會工作人員表揚新銳督導獎」、牧心家園廉千慧社工員榮獲「桃園市績優社會工作專業人員潛力新秀獎」、德心之家主任黃韻蓉榮獲「新竹縣績優社會工作暨社政人員績優社工督導獎」、台北市信義婦女支持培力中心主任連雅萍榮獲「臺北市優良社工人員表揚樂在其中獎」、培新中心康雅青社工師榮獲「臺北市績優服務人員推動新住民照顧輔導措施表揚獎」。

在善牧，我們始終相信「一個人的價值高於全世界」。這群獲獎的夥伴們用行動實踐善牧的使命，展現出只要懷抱信念、堅持初衷，就能為生命帶來改變。他們或許會在服務過程中遇到挫折，感到疲憊，但總能在團隊的支持下繼續前進，以專業與愛心守護每個需要幫助的生命。期盼社會大眾能更加關注這群默默耕耘的社工夥伴，讓他們的角色被看見、被理解、被尊重。

善牧新書：以愛相伴渡過青春期風暴 陪伴收養家庭青春期身世告知

文 / 宣導企劃部專員 吳孟嬪

天主教善牧基金會台南嬰兒之家去年底發表新書「以愛相伴渡過青春期風暴」，透過收出養社工、專業心理師團隊與收養家庭故事分享，將 20 年收養實務與專業知識匯集成書，期望協助養父母或收養家庭在親子教養、身世告知之間以及青春期孩子自我認同議題上，獲得更多支持與經驗傳承。本書從被收養孩子的角度出發，共有七大章節，除了提供分齡分階段身世告知的原則、技巧，書中也羅列了協助養父母辨別對於青少年階段的教養衝突是否和身世告知有關等迷思的方法。作者團隊談及創作過程，指出惟愛完成一切，只要孩子能從生活中大大小小的事件、語言和情緒記憶的累積中，感覺到自己是值得被愛的，就有成長茁壯的力量。

「為何生母不養我還要生下我？」、「知道身世是我的權益，那是屬於我的一部分，我只是好奇我們長的像不像？」、「我不想讓養父母難過，如果他們不提，我也不想多問，但對於原生家庭我有點好奇，社工可以幫助我更認識自己的過去嗎？」這是許多被收養人的心聲。身世告知是收養工作的核心議題，國內外研究均指出，身世告知不會影響親子關係，反而與被收養孩子的自我認同相關，多數被收養人都想知道自己來自那裡、長得像誰、為何被出養及原生家庭的樣貌等。



善牧發現，近 15 年來，雖然收養人面對身世告知的態度已明顯逐步開放，但實務經驗中仍舊遇到有些父母在收養多年後，仍未準備好進行身世告知；有些是被動地等待孩子發現或提問；有些甚至是在無法隱藏秘密時，說出了收養事實，但此時被收養的孩子大多已進入青春期前後階段，更有甚者已成年或到了買房結婚的年紀。但其實收養人對於身世告知，心裡是有擔

憂的，他們疑惑該進行身世告知嗎？講了之後是否會影響親子關係？孩子知道自己是被收養的，會自卑、傷心嗎？還有些收養家庭，孩子正逐步邁入青春期，不再像過去那樣可愛、聽話，甚至會面臨對自我價值的懷疑，想著為什麼被放棄的是我？行為和情緒也開始變得難以預測，此時，養父母又想著，青春期的叛逆是和身世告知有關嗎？他們身上這些難管執拗的特質、爆裂的脾性，是否來自原生父母的基因遺傳呢？

善牧基金會副執行長李碧琪說：「善牧一直以來都希望為收養完成後的家庭提供持續性的支持服務，然而翻找坊間有關身世告知議題的書籍，卻少見以青少年被收養人及其養父母為主角的叢書，加上青春期正是孩子尋求自我認同的關鍵時刻，是以身份、身世、認識自己、尋親準備等元素，有著不可言喻的重要性。因此，我們起心動念，期許可以匯集、編制一本與家有青少年收養家庭、與身世告知議題相關的親職書冊，提供收養人參考。」

對於青春期會遇到的親子衝突議題，書中有許多收養父母分享，認為這是一般家庭都會遇到的，無關乎孩子是否為親生。不過，他們也坦言，若親子間出現衝突，當孩子說出「你不是我親生父母」這句話時，確實有椎心的痛！然而，痛歸痛，大家也提醒，當孩子拋出這句話時，父母一定要記住，這就是句氣話，是孩子不經大腦的胡言亂語，然後，記住秉持「先處理心情再處理事情」的原則，穩住當下的自己，找回安全感及掌控感後，重啟親子關係連結，因為就算不是親生的，「你還是我的孩子」，該有的管束還是得有！

與會的作者團隊也指出，身世告知是一個持續性的歷程，因為資訊的給予會依據孩子的年齡及心智發展，一點一點地提供，因此，身世告知不是障礙賽，並非跳過就結束。而面臨親子衝突或教養挫折時，父母需要了解的是，每個孩子都是獨一無二的，也有其限制所在，所





以，希望大家多傾聽孩子的心聲，尤其是正處於風暴核心的青少年，需要更多的耐心與包容，同時，也建議父母多看看孩子的優點，因為惟有收養人展現親職合作且情緒穩定，孩子才能在這過程中學習如何處理情緒、應對壓力並建立自我認同，而收養人的理解、愛與支持將是這段成長旅程中的關鍵指引。

「以愛相伴，渡過青春期風暴」首刷後，將分送各地方政府、收出養機構及社政網絡單位，善牧台南嬰兒之家社工部主任劉宜菁說：「期望這本書能幫助收養人在這段旅程中找到平衡點，無論選擇何時進行身世告知，孩子們都能感受到來自養父母的愛與支持，讓身世告知成為另一段親子共同探索與成長的開始。」她同時指出，目前國內有部分收養家庭，因為收養高照顧需求孩童，面臨照顧上的困境，需要更多的協助與陪伴，善牧未來仍將持續給予他們支持，除此之外，也希望網絡單位及政府相關部門能給予這些養父母們更長程的陪伴與資源協助。即日起，捐款滿 500 元，可索取「以愛相伴 渡過青春期風暴」一書，邀請您一起加入我們，給予收養家庭更多資源協助。



捐款即可索取
書籍一本

114 非愛不可

勸募許可文號：衛部教字第 1131363854 號



在地球另一端的島國——非洲馬達加斯加，
每10位少女就有1名曾遭受性暴力，
女孩因貧窮而被迫輟學、早婚，
甚至成為性剝削、家暴的受害者。
善牧修女會在當地提供教育、醫療與庇護，
協助女孩遠離暴力，重新找回自我價值，
邀請您幫助善牧，讓愛穿越國界，
燃起孩子生命的希望。



捐款方式

戶名：天主教善牧基金會 郵局劃撥捐款：劃撥帳號18224011
請於劃撥欄中註明「非愛不可」另有線上捐款、信用卡捐款方式，
請洽(02)2381-5402或上善牧官網查詢



陪伴不能回家過年的人：我溫暖她們的同時，她們也溫暖了我

文 / 宣導企劃部專員 胡家韻
文章轉自「獨立評論@天下」

「這世界並不美好，活著是一件不容易的事情。」

在善牧安心家園服務的生活輔導員黃秉暄，對自己工作的期待，就是努力減少服務對象的痛苦，讓她們感受到世界上還有一個的地方是安全、自由且不被傷害的，她們從來沒有被世界遺忘，而且不只有她，而是有一群人在為這一切努力。

以下，是秉暄以第一人稱的方式，分享她在庇護家園陪伴受暴婦幼們的感受點滴。

聆聽她們的心事，整理出未來的輪廓

為什麼會覺得世界不美好？可能是因為我的成長經驗，包括原生家庭、同儕給我的難題，再加上自己心中一直有些「檻」過不去、想不通，這些環環相扣加在一起，讓我覺得人生不容易。小時候不懂，就讓自己符合大人期待般表現出快樂的模樣，這對還是孩子的我來說，是件很辛苦的事。

不知道從什麼時候開始，可能在慢慢更認識自己之後，我開始向外探索，嘗試學習做自己想做的事。於是畢業後，我決定出社會要做助人工作，如果服務對象遇到什麼難處，她們可以放心坦誠地和我討論和溝通，真正和內心的自己對話，對未來的選擇可以有比較清晰的輪廓。透過幫助別人，讓我感受到自己的價值。



大學畢業後來到善牧安心家園，面對的服務對象都不是那麼快樂，我希望能用自己擅長的方式讓她們好過些。我在學校就讀戲劇系，每一次排演、進入角色，都需要細心地揣摩和整理才能全然融入劇情，透過戲劇體驗各種不一樣的人生。可能也因為有這樣的學習經驗，讓我很容易理解這群在善牧安心家園的受暴婦幼們，她們有著各種不一樣的傷痛經歷。有了同理、有了信任，我感受到我們之間的連結更進一步。

這裡永遠為妳留一盞燈

「每逢佳節倍思親」對每個人有不同的詮釋，尤其是家家戶戶最重視的農曆過年，五味雜陳的感覺會更深刻。但家園的婦女對於人生下一步，還處在按下暫停鍵的階段。我們能做的就是讓她們知道，「想在家園獨處靜一靜，或是到街上散散心，無論妳想怎麼過年都好，這裡永遠為妳留一盞燈。」



記憶中，我家過年時，因為爸爸廚藝好，桌上滿滿豐盛菜餚不會少，有水餃、鍋物、香腸、長年菜、魚、滷牛肉、蝦子等，就是我們都很熟悉的年夜飯。爸爸媽媽和哥哥還有我一起圍爐，是很開心的事情，也跟爺爺奶奶一起去親戚家串門子。我們家還有一個很有趣的「傳統」，就是爸爸會買一大本的刮刮樂，然後大家一起刮、一起期待，通常我都是刮到最多獎金的。雖然不管刮到多少都要「上繳」，但就是過年應景一下，歡笑中有著熱鬧的氛圍。

剛入職的第一年，我第一次在家園跟婦女和孩子們過年。那天是初三，中餐是加熱冷凍年菜，因為想顧到每個人的口味，再加上年菜種類好多，大夥兒看到我手忙腳亂都一起過來幫忙，那次我才知道，原來要準備一大桌的年菜是很不容易的！等到菜餚都熱騰騰的擺上桌，就像剛打完一場仗一樣，感覺吃什麼並不是那麼重要，而是大夥兒聚在一起為同一件事情忙進忙出，這就是家園過年團聚的感覺。

去年則改成讓家園裡的婦女和孩子可以自己選擇如何準備過午餐點。有些婦女會出去吃飯或是買回來吃，也有一些婦女想在家園煮飯，我就是屬於後者，想跟著大家一起搭伙一起吃。另外我還給自己一項秘密任務，擔心大家中午吃完飯回來會無聊，下午的時候，我把投影機、歡樂道具都準備好，準備了很多團康活動，想給大家驚喜。

結果大家都沒有回來，一直在等門的我感覺有些失落。大家後來反應過來，知道原來我準備了初二「回娘家彩蛋」，便通通圍過來安慰我，並默默給我一個溫暖感謝的眼神和微笑。我後來才從夥伴們口中知道，原來她們沒回來，是想讓我在過年工作期間可以休息！

過年期間家園裡有人選擇出去走一走，也有人選擇努力工作掙錢，也有的就是想好好的休息。我想讓她們知道我都在，家園的夥伴會陪伴她們一起過年。有時候我也會讓婦女好好休息，我幫忙托育、陪孩子玩。

婦女們在家園過年，有時候會發生情緒一下子激動起來的情況，我是既緊張又心疼。印象很深刻的是有一次過年，半夜有位婦女來找我，一直不斷地寫東西、唸給我聽，難過得完全無法控制自己的情緒。於是我出去拿衛生紙給她，這樣一轉眼的功夫，她就不見了。我急忙



四處尋找她，家園的廚房、晒衣間、廁所、遊戲室都沒有看到她的身影，但因為大門警報沒有響，應該是回房睡覺，於是主任陪我一起盤點整體狀況，確認沒問題就讓我去休息。那時候，我好怕聽到救護車的鳴笛聲或是有人按電鈴，直到天快亮時，我終於確定她是好好的在房間睡覺，心頭的大石才終於放下來。

家人也看見我的成長蛻變

來安心家園服務已經快 3 年了。當初來這工作是我堅持的，父母希望我回鄉發展，想把我留在身邊，不太清楚我為什麼要選擇這個工作。但這 3 年家人們看到我的改變，發現我重拾信心，也漸漸理解我的選擇。新的一年，我希望我的家人能了解我的工作，也支持我的決定與信念。

想起家園辦活動的時候，大家常常說：「秉暄上去大家一定開心啦！」支持我在這裡工作的動力，是一份執著和熱忱。我期待每個人都可以免於暴力的傷害，面對創傷可以得到安慰與支持，每次看到服務對象有一點點進步、一點點不一樣，有在慢慢幫助自己修復，我就很為她們感動，真心覺得自己的付出和陪伴是很重要的。而我在工作中難免也會疲憊有壓力，曾經因為和服務對象產生誤會而難過，那時候心裡滿挫折的，沒想到夥伴們和婦女們都不約而同地私下跟我說：「辛苦了，她還不夠成熟，還沒有長大。」頓時我就好了。大家用行動給我充份的信任和支持。原來，我在溫暖別人的同時，也有許多人在溫暖著我。

椰汁薑黃飯套餐

文 / 宣導企劃部專員 洪詩琪



鄭姐蒂是善牧新北市西區
跨國婚姻家庭服務中心的印
尼姊妹，來台超過 20 年，
但之前的生活僅侷限在雇主
家工作，較少有自己的生
活圈，直到結婚後才來到中
心，參加中心舉辦的多元課
程與活動，認識更多新住民
姊妹。

姐蒂手腳俐落的在廚房準
備家鄉菜，一邊聊起印尼與
台菜的不同。「台菜很簡單
啊！」她說。姐蒂的煮菜功
夫是前雇主手把手傳授的家
常作法，煎煮燉炒是家中最
常使用的方式。「和印尼菜
不一樣，印尼菜調味上用很
多香料，口味上更辣一些，
製作也比較繁複、時間又
長，要蒜頭、辣椒、紅蔥頭、
黃薑、南薑等辛香料磨碎再
烹調，而台菜常用蒜頭拍碎
爆香，炒一炒就上桌了。」



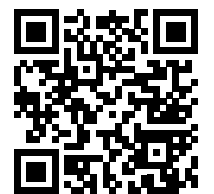
姐蒂不忘分享，先生知道她
喜歡炸東西，特地去超市買
了炒菜的油、適合油炸的油，
放置不同地方並提醒她使
用。

印尼菜的口味較重，辣椒
是姐蒂做菜的靈魂，對她來
說，台灣的辣椒辣度不夠，
還是喜歡印尼的辣椒。問姐
蒂有沒有做過印尼菜給先生
吃，她笑說：先生吃「不合
」。所以想吃家鄉菜的時候
都是煮一人份，老公品嚐
幾口就好。那先生最喜歡她
做的什麼台灣菜呢？姐蒂又
笑了笑：「只要不辣就好。」

說起先生的好，姐蒂如數
家珍：先生知道隔天有事要
早起，會先她一步起床叫她；
朋友來家裡玩，先生即便不
在家，提醒她要開冷氣，也
會準備飲料、點心幫忙招待
朋友。這些把自己放在心上

的生活小事，讓姐蒂感受到
先生的貼心，所以她從不吝
惜大力稱讚先生。然而姐蒂
也說，在遠嫁來台灣之前，
真的經過好一番猶豫，擔心
對方會家暴、如果遇到不好
的事情要怎麼告對方、如果
被關在房子怎麼辦…，「我
在這裡工作很久，看到先生
人不錯，如果沒有認識那麼
久的時間，要來到那麼遠的
地方，沒有同鄉、沒有親人，
還真的不敢耶！」

這次分享的料理是印尼傳
統過生日、結婚喜慶的日子
時，一定會出現的薑黃飯，
有的人會把薑黃飯形塑成圓
尖柱的形狀，將最上方尖端
部分提供給節慶的主角。姐
蒂說，除了薑黃飯外，各式
各樣的配菜會一起上桌，炒
麵、馬鈴薯餅、蛋、蔬菜、
天貝、雞肉等等，隨著每戶
人家喜好不同，有各自風格
出現，但主角薑黃飯是絕對
少不了的喔！



※ 本食譜同步於
「愛料理」刊登



【食材】4 人份

白米	兩杯
天貝	半包
高麗菜	1/4 顆
胡蘿蔔	一根
小黃瓜	兩根
大陸妹	兩顆
番茄	兩顆
蔥	3-4 根
蛋	兩顆
芹菜	少許（擺盤，可省略）



【調味料】

酥炸粉	半包
薑黃粉	少許
椰奶	半包
蒜頭	7 瓣
辣椒	2 根
紅蔥頭	4 瓣
檸檬葉	4 片
月桂葉	4 片
雞粉	少許（可用鹽巴代替）

【作法】



製作薑黃飯：

1. 白米洗淨，加入水、半包三角椰奶、少許薑黃、檸檬葉、月桂葉及少許雞粉，蒸熟即成椰奶薑黃飯。



辣炒天貝：

1. 天貝切成一口方便食用大小，放入油鍋，油炸至金黃酥脆貌，撈起瀝乾備用。



2. 鍋子下點油，將切末的紅蔥頭、蒜放入爆香後，再加入天貝、切小段的辣椒及雞粉調味，拌炒兩分鐘即可盛盤。



香酥蔬菜餅：

1. 兩大匙酥炸粉加上半杯水調成粉漿，加入適量雞粉、高麗菜絲、紅蘿蔔絲、蔥末及蒜末拌勻。
2. 鍋內倒入兩小碗油，油熱後用湯勺挖一匙蔬菜放入鍋中炸至金黃色。



原味雞蛋捲：

1. 將蛋打在碗中，加入適量雞粉攪拌均勻後，倒入少量油鍋內煎成薄片狀。蛋熟後切長條狀。



組裝：

1. 拿一平盤，放上倒扣的薑黃飯，用辣椒芹菜裝飾，周圍擺上新鮮蔬菜及上述配菜即可。

姊妹 小提醒

◎ 做薑黃飯要先調好味道，加入椰奶一起烹煮，水要少放一些，避免太軟。電鍋跳起後先將米飯拌鬆，再悶 10 分鐘即可。

◎ 天貝外觀的白色菌絲是正常的，如果出現黑色或綠色斑點表示發霉，就不可以食用囉。



感謝有您

♥ 感謝江鳥咖啡 回饋 10% 支持善牧服務工作

喝杯咖啡吧！江鳥咖啡與善牧合作的公益咖啡計畫，凡購買「深夜貓頭鷹」咖啡系列，江鳥將回饋 10% 的營利為公益金，捐贈善牧用於家創兒服務費用，邀您一起喝咖啡做公益。

自 2021 年起江鳥咖啡與善牧展開公益咖啡合作計畫，目前以「深夜貓頭鷹」咖啡系列做為合作品項，捐贈該品項 10% 的獲利協助善牧的家創兒服務工作，合作至今吸引了許多捐款人成為品牌的忠實粉絲，與江鳥咖啡一起響應公益。除了可以在江鳥官網透過購買咖啡支持公益計畫，也可透過捐款善牧的方式來索取，更多相關的內容詳情請見善牧線上捐款平台。



Yahoo
善牧捐款

♥ 感謝威秀影城 與善牧一起陪伴孩子走向復原之路



每位來到中途之家的孩子，背後都有一個令人心疼的故事。無法在原生家庭長大的痛，常化為各種防衛及攻擊的盔甲，來隱藏內心渴望被愛的願望。善牧提供家庭式的照顧，協助孩子修復創傷，重新找回自我價值。

不過，修復創傷並不是一蹴可幾，需要長時間的陪伴與療癒才能走出傷痛，且近年安置童本身或因創傷而引發身心症狀的比例攀升，需要投入更多的人力與資源。感謝威秀影城長期的支持，10 多年來透過影城傳播的資源，讓更多民眾認識善牧的服務工作，邀請大家一同響應公益，與善牧攜手幫助家創兒。

♥ 感謝雪樂地支持善牧中途之家照顧計畫

在台灣要能看到雪，有的家長會關注天氣預報，當合歡山下雪時就帶著孩子前往賞雪，若不方便去山上，也有如雪樂地一樣的室內滑雪場供親子同樂。不過，許多遭受家庭創傷的孩子，鮮少機會可以有如此的體驗，甚至他們的願望就只是生活能更加平穩、安定。

善牧建構出一條龍的兒少替代性照顧，從緊急短期安置到中長期、自立轉銜等服務，接住孩子不同時期的需求。感謝雪樂地攜手善牧陪伴這些孩子，藉由自身力量號召民眾一起幫助善牧的服務工作，匯聚更多愛的能量來協助孩子平安、快樂地長大。



感謝有您

♥ 感謝異想新樂園愛心公益 力挺受暴婦幼

善牧在台灣 30 多年來守護在受暴婦幼的身邊，除了緊急庇護家園，提供安全的避風港，也透過社區、校園的預防暴力教育宣導，加深社會對拒絕暴力的共識。同時，每年 11 月善牧也會響應聯合國的「消除對婦女暴力國際日」，呼籲預防及消除對婦女和女孩的暴力！

感謝異想新樂園再度與善牧攜手響應 Orange Day，不僅捐出 1% 樂園門票收入幫助受暴婦幼，更提供限量平日入場券做為捐款滿額禮，鼓勵民眾捐款幫助善牧，讓受暴婦幼走出創傷陰霾。邀請您發揮愛心，與孩子一起做公益，同時享受充滿意義的親子時光。

♥ 感謝臺灣喜佳長期支持善牧家創兒



感謝臺灣喜佳每年透過號召會員製作愛心手縫包，以及提供專業師資舉辦達人做公益行動，幫助善牧服務的家創兒。去年 11 月初達人做公益「愛布釋手 bag」縫愛傳溫情，由擁有 13 年資歷的縫紉達人李瑞琳老師授課，教導半數為手作新人的學員，從裁剪、拼接及車縫，一針一線完成專屬的「愛布釋手 bag」，讓學員享受手作的樂趣與成就感。

感謝參與課程的學員，您的愛心捐款，讓善牧能持續進行服務工作。最後特別感謝臺灣喜佳長期的支持，每年透過達人做公益活動、捐贈愛心手縫包當滿額禮，與善牧共同守護家創兒平安長大。

♥ 感謝高雄市穎崴慈善關懷協會 帶給孩子愛的聖誕禮物

聖誕節是一個充滿祝福與溫暖的節日，許多孩子都相當期待這一天能獲得許願已久的聖誕禮物。非常感謝高雄市穎崴慈善關懷協會，邀請企業同仁一同響應公益，透過聖誕關懷心願禮物活動，將一份份孩子們許願的聖誕禮物帶到善牧高雄中心，以實際的行動支持善牧高雄中心的服務。

善牧高雄中心長期陪伴單親、新住民家庭，同時還有未滿 20 歲懷孕及目睹暴力兒少的服務，提供有不同需要的家庭專業的服務。善牧在服務中發現需要，並開展出環環相扣的服務，歡迎您一同支持善牧的服務工作，一起攜手將愛送到每一個需要的角落。



信用卡捐款專用

電子發票捐善牧，❤️❤️❤️❤️❤️❤️❤️❤️

發揮愛心好輕鬆

消費刷電子發票
捐贈條碼

捐贈碼：
8835 (幫幫善牧)

102年起消費說出
「8835」
(幫幫善牧)
捐贈碼



☐ 我願意單次為善牧基金會捐款新台幣_____元

☐ 我願意成為基金會定期捐款人

☐ 每月100 元 ☐ 每月500 元 ☐ 每月1,000 元

☐ 其它金額 每月_____元

☐ 起訖日期：於_____年_____月起至_____年_____月止

長期持續捐款不需填寫終止日，信用卡有效日到期來電通知變更即可。

☐ 我願一次捐款，本次捐款及扣款金額總計_____元整

手機即時捐

台灣大哥大 即時捐
手機直撥 完全免費 **518016**

中華電信
Chungwa Telecom
511835
幫 善 牧

※以上捐款，本會均開立正式收據，此收據依法可扣抵所得稅，感謝您的善心義舉！

信用卡別： ☐ VISA ☐ MASTER ☐ JCB ☐ 聯合信用卡 ☐ 美國運通卡
發卡銀行：_____ 捐款人姓名：_____
信用卡卡號：_____
持卡人姓名：_____ 持卡人簽名：_____
持卡人身份證字號：_____
信用卡有效期限：_____ 年 _____ 月
捐款日期：_____ 年 _____ 月 _____ 日 (填表日期)
金額：_____ 萬 _____ 千 _____ 百 _____ 拾 _____ 元 (每月定期捐款者，請填月捐款金額)
收據地址：_____
連絡電話：(O) _____ (手機) _____ (H) _____
E-mail：_____
收據寄送方式： ☐ 不用寄收據 ☐ 按月寄送 ☐ 年度彙總
季刊免費寄發： ☐ 需要 ☐ 不需要
我願意將全名顯示於芳名錄： ☐ 同意 ☐ 不同意
108/2/1 依財團法人法第25條規定，應主動公開捐贈者全名及金額，若無勾選視為同意。
同意基金會將捐款資料提供財政部作為個人年度綜合所得稅申報 (請提供收據抬頭身分證字號)
若無勾選視為同意： ☐ 同意 ☐ 不同意

※提醒您多留意信用卡上的有效期限，以避免我們漏接您的愛心！

洽詢專線：02-2381-5402 分機：203

請多加利用傳真：02-2361-1371 回傳本單，謝謝！

■ 郵政劃撥帳號：18224011 ■ 劃撥戶名：財團法人天主教善牧社會福利基金會

更多元的愛心碼教學請上善牧官網：[幫助善牧 > 捐發票](#)

113 年 1-12 月【集發票「牧」愛心】發票數量及中獎金額

月份	發票數量	中獎金額	平均一張發票中獎金額
1-12 月	107,285 張	219,100 元	2.042 元

為響應環保，捐款芳名錄與季刊將刊載於善牧基金會網站上，若需紙本之芳名錄或取消季刊訂閱，請電洽 (02)2381-5402。



善牧基金會
www.goodshepherd.org.tw

勸募許可字號：衛部教字第1131364186號 <114年星火傳愛>

支持中途之家照顧計劃
走向復原之路



手機即時捐

台灣大哥大 即時捐
手機直撥 完全免費 **518016**

中華電信
Chungwa Telecom
511835
幫 善 牧

超商捐款

7-ELEVEN

萊爾富

OK

郵局劃撥捐款帳號：**18224011** (戶名：天主教善牧基金會)，請於劃撥欄中註明「星火傳愛」另有線上捐款、信用卡捐款方式，請洽(02)2381-5402或上善牧基金會網站www.goodshepherd.org.tw查詢



立即捐款 LINE PAY 街口支付

愛心贊助

台灣大哥大

VIESHOW

臺灣喜悅股份有限公司

廣信新媒體

HYPHY

Riverbird

康橋國際學校

ADA'S SOAP

艾迪客

愛都髮型

德大生技有限公司

AROMASE

丁丁藥局

艾迪客

艾迪客

艾迪客

艾迪客

艾迪客

艾迪客



一個人的價值高於全世界
尋找失落、看顧弱小、懸念正義、永不放棄

一九九二年十月創刊

發行人：歐晉德

發行所：財團法人天主教善牧社會福利基金會

地址：108011 臺北市萬華區柳州街7號2樓

郵政劃撥帳號：18224011

劃撥戶名：財團法人天主教善牧社會福利基金會

網址：www.goodshepherd.org.tw

E-mail：web@goodshepherd.org.tw

電話：(02)2381-5402 傳真：(02)2361-1371

中華民國行政院新聞局局版臺誌字第九七四七號

台灣郵政台北誌字第592號執照登記為雜誌交寄



善牧 FB



善牧 LINE