

善牧

GOOD SHEPHERD SOCIAL WELFARE FOUNDATION
天主教善牧基金會

誌

2025 JUN.
162



當離開不是那麼簡單
看家暴的困境和希望

心的多重宇宙 帶孩子認識情緒和善意溝通

台北小羊之家團體活動 讓孩子了解情緒和學習人際互動

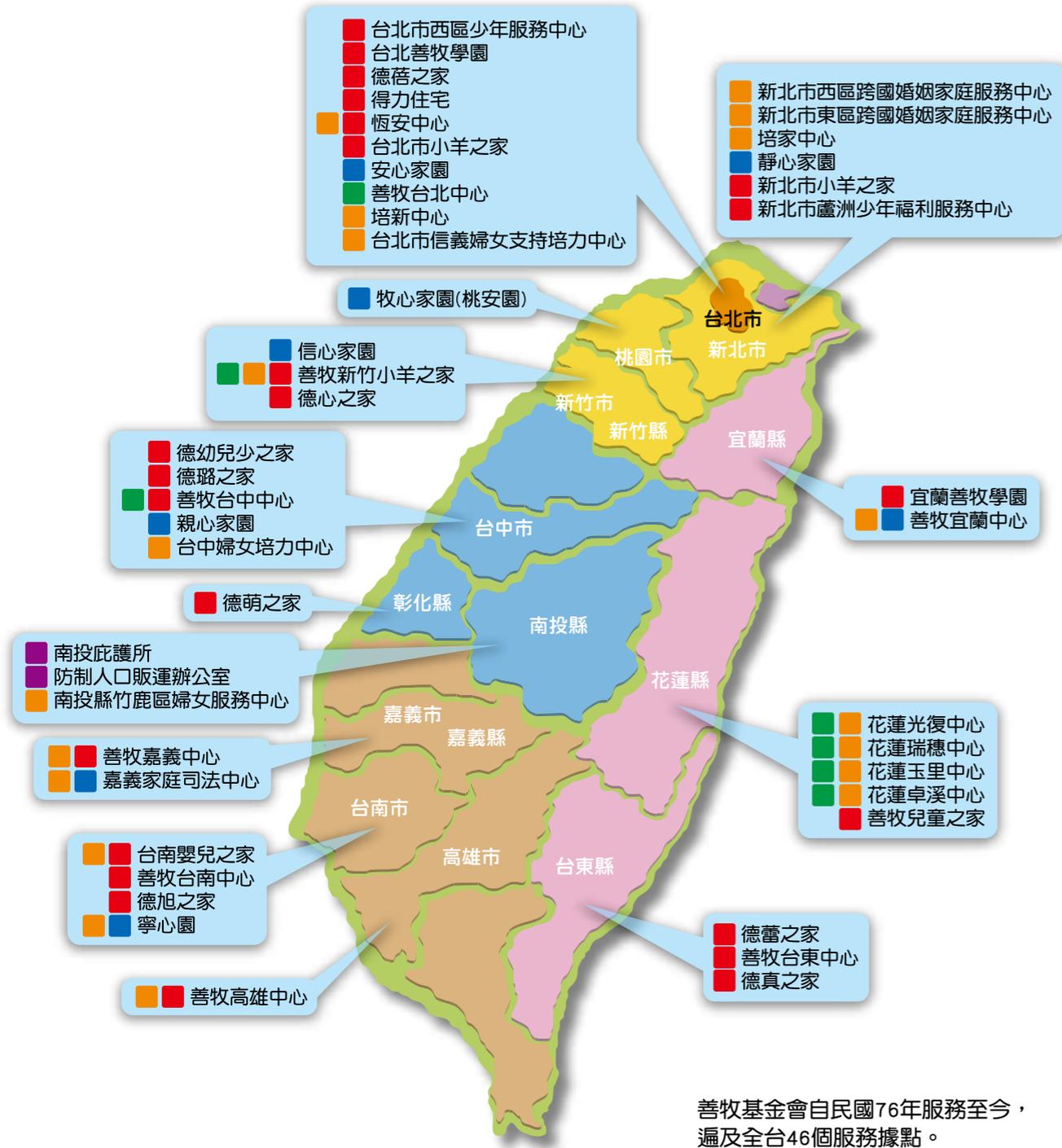
跨越那道檻，讓復原力在心中流動



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。

接住目睹家暴兒少的無助 陪他們看見未來可以不一樣

家庭中父母的激烈爭吵甚至暴力相向，對孩子來說，無論是當下同處在暴風雨中，或是夜裡被驚醒的無助時刻，對這群目睹家暴的孩子所造成的衝擊傷害，不比打在身上的傷力道輕，因為他們不知道怎麼會這樣？是不是我不乖？…。這樣的創傷若沒有被發現和陪伴、輔導，可能影響他們未來的人生，因為「看不見的傷，最痛」。



在目睹家暴兒少輔導工作耕耘近 30 年的善牧，深知在這樣環境中長大的孩子，只看到家庭暴力中的怒，使得他們無法懂得辨識情緒，阻礙了情緒正確表達和人際關係的建立，比方說：孩子在學校激動地推了同學一把，只因為他想表達關心，但他不知道該怎麼做…。

目睹家暴的兒少於民國 104 年納入家暴法的服務對象，在服務體系中是相對辛苦的族群。善牧運用專業及長期陪伴，以孩子的眼光和立場，與他們一起辨識大人間的衝突不是他的錯，並且打破暴力的祕密，進而對暴力建立正確的認知，更重要與珍貴的是，陪孩子看見自己的需求和價值。

社工們在輔導創傷的同時，讓孩子了解自己可以不一樣，「雖然不能選擇家庭，但可以選擇自己想要成為什麼樣的人，以及回應情緒的方式。」另一方面，也讓孩子知道是可以表達生氣的情緒，只要在不影響他人的前提下，讓人知道發生了什麼事，而不是以暴力表達一切。

這一期「復原力故事」，我們從「跨越那道檻，讓復原力在心中流動」裡小乖的故事，感受她是如何在社工的陪伴鼓勵下，努力地找到方法，跨越心中的那道「檻」，不再是那個「害怕只能往肚裡吞」的孩子；並分享善牧社工們及心理師陪伴目睹家暴兒少透過戲劇和藝術團體，讓孩子的復原之路充滿勇氣和力量，試著帶他們漸漸打開與外界連結的天線。

對於目睹家暴兒少輔導工作，「除了專業上的努力外，我們還可以做些什麼？」如同時下超夯的動漫「排球少年」裡的一段經典台詞：「只要球還沒落地都還有機會。」於是善牧台北小羊之家邀集各界菁英們集思廣益，花了兩年時間完成「目睹家暴兒少資源網絡工作指引」。這一期的善牧誌內容，期盼從善牧夥伴各個面向的感受和看見，讓社會大眾能更加了解目睹家暴兒少的處境和心聲，站在他們的立場，陪伴他們看見可以不一樣的未來。

執行長 

3/ 執行長筆記

4/ 國際視窗

女權倒退 聯合國推動 6+1 行動增進婦女權利
加薩兒童飽受以色列軍事行動創傷
美國凍結預算 阿富汗女性受教權恐進一步惡化

6/ 善牧新鮮事

心的多重宇宙 航行至中原大學 帶孩子認識情緒和善意溝通
台北小羊之家團體活動 帶著孩子練習認識情緒和人際互動

9/ 封面故事

114 年善牧媽媽節——
當離開不是那麼簡單 理解受暴婦女的困境與希望

14/ 專題故事

小洋雙週記 弟弟妹妹的新課表
小洋雙週記 家庭會議，開會了！

16/ 復原力故事

跨越那道檻，讓復原力在心中流動

18/ 工作線上

目睹家暴兒少資源網絡工作指引——
透過網絡夥伴團隊合作 接住每位需要幫助的目睹兒少

20/ 姊妹上菜

越式蝦子水晶餃

24/ 活動集錦

26/ 感謝有您

發行 財團法人天主教善牧社會福利基金會
發行日期 2025 年 6 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、涂瑞珍
設計 周淑卿
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 162 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

女權倒退 聯合國推動 6+1 行動增進婦女權利

根據 2025 年聯合國婦女署 (UN Women) 發布的《北京會議 30 年後婦女權利回顧》報告指出，1995 年的《北京宣言和行動綱領》在女權上取得了重大進步：女孩的教育水平已經實現平等、產婦死亡率下降了三分之一、女性在議會中的代表比例增加了一倍多，但近年受到新冠肺炎疫情、氣候緊急狀況、食品和燃料價格飆升等因素影響，全球仍有 1/4 的國家女性權利出現倒退。也因此，今年推行了《北京 +30 行動議程》6+1 行動方案，期待能以更確實的行動，加速實現所有婦女和女孩的性別平等。



《北京宣言和行動綱領》是 1995 年由 189 個政府的承諾——讓世界各地的婦女和女孩享有平等的權利、機會、權力和安全；《北京會議 30 年後婦女權利回顧》報告是綜合了 159 個區域和國家審查成果，報告發現，許多國家在性別平等和增強婦女權能方面取得了長足進步，然而，性別歧視仍然深植於所有經濟體和社會，長期限制著婦女和女孩的權利和希望。

聯合國秘書長安東尼奧 古特雷斯 (António Guterres) 表示：「婦女的人權正受到侵犯。我們看到的不是平等權利的主流化，而是厭女症的主流化。我們必須共同堅定立場，讓人權、平等和賦權成為所有婦女和女孩、所有人、所有地方的實現。」

因此，2025 年推出的《北京 +30 行動議程》包含：為所有婦女和女孩發起數位革命、擺脫貧困、零暴力、充分且平等的決策權、和平與安全、氣候正義等六項行動，並在這些行動方案中加上把年輕女性放在努力目標的核心位置，確保成功推動婦女權利的進步。

加薩兒童飽受以色列軍事行動創傷

以色列 3 月 18 日對加薩再度發動空襲，讓近 2 個月短暫獲得喘息的巴勒斯坦民眾再度陷入戰爭的痛苦。美國有線新聞電視網報導，以色列自 2023 年 10 月初對加薩發動軍事行動，已對當地的兒童造成難以抹滅的心理創傷，1 名 8 歲女童因為驚嚇過度長不出毛髮，跟母親說：「媽媽，我好累想死。」

有線電視新聞網 (CNN) 在以色列日前再次掀起戰火前，訪問加薩當地多名兒童。加薩拉法 8 歲女童圖貝爾去年經歷以色列空襲後就開始掉髮。她現在與家人住在避難帳篷內，她拿著鏡子向 CNN 表示，「我好難過，沒有頭髮可以梳...」醫生診斷，圖貝爾掉髮是因為「神

經性休克」，除了因去年 8 月的空襲造成的驚嚇，以色列前年開始空襲加薩，顛覆了圖貝爾的日常生活，也可能導致她掉髮。

CNN 引述戰爭兒童聯盟和加薩社區危機管理訓練中心去年底發布的報告，指出以色列對加薩的攻擊，致使兒童嚴重的心理傷害。該報告對 500 多名弱勢兒童的照顧者進行調查，發現 96% 處於這種境況的兒童覺得死亡迫在眉睫，約有 49% 的兒童表示，因為以色列的攻擊而「希望死去」。



以色列與哈瑪斯年初達成階段性停火協議後，巴勒斯坦人開始返回家園。不過圖貝爾的家已經被炸為平地，也沒有錢返家，只好跟家人留在難民營。她說：「房子被炸了，裡面有許多回憶。然而而交通費太貴了，我們即使能離開，也沒有水，我們不知道哪裡可以待下來。」

美國凍結預算 阿富汗女性受教權恐進一步惡化

塔利班重掌阿富汗政權後，實施一系列針對女性的限制政策，包含禁止女性從事多項專業工作，以及限制女性接受教育等，剝奪女性基本權利，根據聯合國教科文組織資料統計，至少有 140 萬名阿富汗女孩無法接受中等教育。阿富汗也成為全球唯一全面禁止女性接受中等與高等教育的國家。

塔利班政權曾表示，教育限制僅為暫時性措施，承諾在制定符合伊斯蘭法的課程後將重新開放學校，這承諾至今仍未兌現，現在伊斯蘭學校成為阿富汗女性接受教育的唯一選擇，這些機構以教授《可蘭經》、伊斯蘭法律與阿拉伯語為主，但是據 BBC 報導，多數伊斯蘭學校教材融入極端主義，傳播塔利班軍事及政治觀點，並針對女學生限制特定服飾及嚴格的性別隔離。

國際援助成為阿富汗女性是否能受教育的關鍵角色，美國國際開發署 (USAID) 於 2018 年設立的女性獎學金基金計劃 (WSE)，資助超過百餘名阿富汗女性到海外攻讀研究所及大學。今年 2 月，美國政府削減預算，導致 USAID 資金凍結，WSE 計劃被迫終止，超過 80 名在阿曼就學的女性被要求返回阿富汗。

在國際關注與強烈批評的壓力下，美國國務院日前宣布，將延長贊助至 6 月底，作為暫時過渡，但據聯合國難民署報告，返回阿富汗的女性學生可能面臨強制婚配、拘禁甚至人身迫害。

心的多重宇宙 航行至中原大學 帶孩子認識情緒和善意溝通

文 / 宣導企劃部專員 胡家韻

善牧台北中心跟中原大學服務學習中心合作，提供預防暴力種子培育課程讓大學生報名參加，課程主要是由台北中心社工帶著學員們學習「身心界限和善意溝通」，再請這群大學生以服務隊的形式，規劃兩梯次「心的多重宇宙」兒童營隊，帶著高年級孩子們以正向的方式學習人際互動，尊重彼此的差異和界限，希望把社會教育向下紮根，減少人際互動中暴力的發生。

營隊活動中，首先是由大學生帶著孩子進入「百變怪星球」，邀請孩子們用不同顏色的字條寫下各種心情，像是紅色的開心和藍色的開心有什麼不同？用這樣的方式讓孩子認識情緒的多樣性：「原來開心包括好多種開心。」像是：滿足、快樂、期待都是開心，是可以再細分成不一樣的情緒。



帶孩子學習安全生氣



接下來的關卡是「生氣怪獸」，大學生們請孩子用輕黏土創作生氣怪獸，透過孩子們的想像力發揮，手中的怪獸模樣大不同，有的看起來張牙舞爪、有的顯得暗黑恐怖，有趣的是還有小朋友反向思考，捏出「星之卡比」，因為他覺得生氣時，可以用這隻怪獸來療癒自己。活動這樣的設計，是想讓孩子學會「安全生氣」，同時透過揉捏的動作，也是一種療癒和宣洩，孩子完成創作後，心裡的不開心也化掉了。

鼓勵孩子勇於表達

讓人印象深刻的是，有位孩子全程用小筆記本把每個關卡的重點都記下來，看在大學生眼裡，覺得：「一切用心都值得了！」也有孩子很壓抑，對於父母假日沒辦法陪伴他而感到失望，但卻不斷告訴自己：「可能爸爸媽媽很忙，才不能陪我吧...。」於是活動中，大家鼓勵他可以試著表達出來，讓爸媽知道他的心聲。還有孩子對於：「媽媽沒有經過我同意，就到房間來看我的日記。」但孩子並沒有因此而生氣，而是小小聲地說：「因為媽媽很少對我好奇，

她願意了解我，我是很開心的。」大學生和社工們聽了很揪心，於是鼓勵孩子說：「我們都知道你很想跟媽媽靠近一點，有機會可以跟媽媽說喔！」

營隊的學習是雙向的，也就是中原大學的種子學員（大哥哥大姐姐們）和孩子，透過這個活動可以各有不同的觸動，像是第一梯次營隊參加的小朋友以男孩居多，他們很喜歡找「大哥哥」玩，熟悉後就想拿大哥哥的手機，於是大哥哥就跟孩子說：「這是我的手機，我必須自己操作，不能借給你。」當場和孩子設立界限後，孩子也能夠接受，大家一起把課程中的重點學以致用。



學習界限不踩線

另外，有位文靜的大姐姐在跟孩子互動中，孩子說：「妳為什麼要戴牙套？」「戴牙套很醜！」這樣的評價讓她很受傷，不知道該如何回應，於是社工就代替這位大姐姐繼續接下來的活動。後來社工在適當的時機跟孩子說：「你可以對美醜有自己主觀的判斷，但在話說出口之前，要考慮對方會有什麼樣的感受。你這樣說姐姐很受傷。」

孩子也意識到自己說錯話，想到這位大姐姐當時回答：「這是我變漂亮的過程。」孩子覺得有一點不好意思。另一方面，這位學員（大姐姐）因為看到社工與孩子的互動而釋懷許多，也在活動後分享：「這次的經驗，讓我知道可以如何跟別人說出自己的想法。」

讓情緒緩和再表達



經過兩梯次營隊活動的洗禮，在回饋分享會時，許多大學生們表示，「善意溝通」在營隊執行時，無論是活動規劃或是自我學習都有更深刻的體會和了解，還有在溝通中，透過組織語言和思考的過程，可以讓情緒有時間冷靜下來，表達就可以比較溫和些。另外就是要學習彼此尊重，再加上如果自己對於身心界限及情緒表達有充份的認識，就能漸漸在人際關係中找到最自在的平衡和方式。

台北小羊之家團體活動 帶著孩子練習認識情緒和人際互動

文 / 宣導企劃部專員 胡家韻

善牧台北小羊之家陪伴目睹暴力孩子的創傷復原和成長，社工們會依每個孩子的情況給予專業的協助，在與孩子慢慢建立信任感之後，除了個別的輔導支持，也會透過團體活動讓孩子透過與心理師和同儕互動，認識自己的情緒以及學習人際溝通的技巧。

這次活動首先登場的是學齡前和低年級孩子的戲劇治療，心理師和協同帶領者及社工，會先嘗試做肢體伸展開啟活動的序幕。下課前，老師及社工們也會幫孩子抹乳液按摩手腳，與孩子建立安全放鬆的感覺。待彼此關係漸漸穩固後，會安排跟父母衝突類似的故事，陪伴孩子整理他們的生命經驗，假設的情境裡會有大人（老師或社工飾演）之間的衝突劇情做為引子，然後讓孩子去想自己可以怎麼做。



接著登場的是中、高年級的藝術治療，由心理師帶著孩子進行撕貼畫創作，也加入一些戲劇的元素，讓孩子試著去構思劇本及表演，試著練習情緒表達及人際互動。空間有一處「冷靜角」，如果孩子情緒比較無法控制，可以到那裡休息一下，學習幫助自己，練習正向的社會規範，在團體期間，遊戲和創作是一個溝通的媒介，從中讓心理師、社工帶著孩子們思考自己的感受和覺得很棒的地方並激勵自己，下午也有戲劇課程，由孩子們分組發想人際或家庭有關的主題，再用正向接納的方式表達出來。

善牧希望透過團體課程給孩子一個新榜樣，因為目睹暴力的孩子，許多在家裡生活時，界限是被破壞的，而破壞者本身表達的方式是非常強烈的，容易讓孩子心生恐懼，容易學習到「如果要達成目的，就用激烈強硬的方式」，但社會有既存的架構和規範，如果有不同看法的時候，大家可以試著溝通，想一想怎樣是正向解決問題的方法。

善牧台北小羊之家每年都會為這群孩子們舉辦為期 3-5 天的團體活動，即便孩子在課程中曾感到緊張或與其他孩子有磨擦，但這群孩子對於活動都是充滿期待的，家長也反應孩子對於情緒處理穩定許多，透過社工和心理師專業的陪伴和啟發，期待讓孩子的復原之路充滿勇氣和力量。

114 年善牧媽媽節—— 當離開不是那麼簡單 理解受暴婦女的困境與希望

文 / 宣導企劃部專員 洪詩琪

根據衛福部統計，110 年至 112 年親密關係暴力通報案件數，從 53,408 人增加至 60,856 人，上升 14%，其中被害人有七成以上是女性。天主教善牧基金會自民國 81 年承辦台灣第一所婦幼庇護家園，陪伴許多受暴婦幼長出自己的力量，迄今全台有 6 家婦幼庇護家園。

善牧的服務包含許多不同境遇的媽媽，從 102 年起在母親節前後舉辦「善牧媽媽節」，規劃「媽媽就是生命力」攝影展、新住民母親單車活動、收出養家庭紀錄片放映活動……，今年的善牧媽媽節，善牧以多年的庇護經驗，分享服務觀點及看見，期待有更多同理的眼光，給予受暴婦女關懷及支持。

跑？不跑？常見離開受暴環境的三大考量

「沒有錢，以後生活會長成什麼樣子？」在新北市已成立 28 年的善牧婦幼庇護家園，家園主任張曉芬分享，經濟最常是婦女猶豫要不要離開受暴環境的首要考量，許多婦女在受暴環境裡面已經很久沒有工作，長時間跟社會脫節，對未來會產生不安全感，因此不容易離開；然而服務中看見，即便有工作的婦女，他們可能在每一次收入進來，就一直不斷地支出家計，難有存款；抑或有存款可是全部都被相對人控制，婦女怕拿不到那些錢，想等有十足把握可以拿到錢之後再離開。「經濟」是一個最明顯的顯性樣態，無論有沒有工作，有沒有錢，要脫離受暴環境都還是沒那麼輕而易舉。



第二個最常見的考量是「孩子」。有孩子的婦女，更害怕沒錢養小孩，也擔心爭取不到監護權，這跟經濟的考量環環相扣。婦女想要帶著孩子離開受暴環境，若是經濟能力、照顧的資源都不夠的時候，很難順利脫離相對人，因此有些婦女會想等孩子大一點，帶出來相對比較照顧，或是不用花那麼多錢了，有的婦女甚至會等孩子成年之後再走。庇護所裡不乏孩子已經 17、18 歲，甚至 20 幾歲的，30 幾歲的庇護婦女。

相對人的暴力有蠻多比例不只是在婦女身上，也有很多會用在婦女的人際資源，所以第三個考量是「害怕親友遭報復」。相對人為了要讓婦女可以繼續配合他，也會到娘家或是工作場合騷擾對方，造成親友都不敢協助她，婦女也會預期自己離開了，親友會受害而更不敢離開。

張曉芬進一步說明，真的要走到離開暴力環境這一條路是很遠的，因為前面有這麼多的無能為力，談跑跟不跑好像是想離開但離不開，所以選擇先不跑。她也問過有些婦女為什麼不跑，婦女說：「我就可以對付他啊，為什麼要跑」，或是覺得自己說的不被相信，就覺得：「好吧，我就跟他槓上了。」

無論那一種，我們知道每個選擇都是一個困難的選擇。

通報？不通報？接受服務讓生活有不一樣的可能

家暴是不是家務事呢？有的婦女即便遭遇嚴重肢體暴力，被通報後仍不願意接受服務，覺得這是「我們家的事」，每天打來打去、吵來吵去，生活還是得過，不然還能怎麼樣。張曉芬比喻，像是陷入泥沼一樣，看不到世界其他面貌，自然而然不認為有什麼好改變的，日子過一天算一天，比較難思考到其實是可以離開的，也沒有想過有資源的需求。



張曉芬說，「如果把眼光放在人權的角度，家庭暴力就不是家務事」，那是一個人與生俱來的權利，我相信你是有價值的，值得好好被對待。遏止暴力、遠離暴力，通報並接受服務，是相對比較有機會接觸到多元資源，也是為自己踏出的重要第一步。

專業協助的資源範圍很廣，過往傳統的婦女協助比較著重在安全議題，現在則是聚焦在婦女未來的發展性跟家庭系統等全面性的觀點提供服務，包含：婦女有沒有小孩、未來的生活規劃、建構平穩的生活樣態等，避免再次掉入暴力關係裡面。觸及的議題包含就業、經濟、子女、司法，或是可能長期在家暴環境下造成的憂鬱、精神疾病的需要協助就醫治療，甚至於與社區建立更好的支持網絡、和原生家庭修復關係……，依照婦女需求提供相對應的資源，讓生活有不一樣的可能。

不可諱言地，有鑑於婦女許多考量及錯綜複雜的因素，不是通報的婦女就會接受服務，也不是通報就等於離開暴力環境，即便如此，張曉芬分享，不見得沒有走到最後就是沒有效，她們可能還在中間、還在努力，因為她的心裡已經有不一樣了，那這個不一樣就是可能會在未來發酵，或者是更懂得自己的權益、自己的尊嚴在哪裡，只是可能在現實生活裡還沒有機會去展現更多。



以暴力對待另一個人，是屬於犯罪行為，當能區辨確實是暴力的狀況，還是得發揮好事者精神，勇於通報，因為，真的有太多人等待這個機會被協助。

我能？我不能？練習看見自己的價值

庇護所是一個隱密、安全，可以讓受暴婦幼遠離暴力、充分休息的地方，會不斷視服務對象的需求，開創或調整各項服務，協助婦女累積面對未來的能量，進而能逐步思索並規劃未來生活。

張曉芬分享，即便是佈置溫暖的庇護家園，對於婦女來說仍是從原來的環境突然到一個完全陌生的地方，內心充滿不安全感，加上娘家很遠回不去，也可能是不敢回去，完全不知道何去何從，有些婦女晚上在房間自己哭，感到無助；也有些婦女好像讓自己很積極，努力顯示出：我沒事我沒事，但其實心裡亂得不得了。「我們都明白，她們要花很大的力氣讓自己好好的活著。」

所有剛進來的情緒：低落、憂鬱、麻木、隔離、積極……，都會在幾個禮拜後殊途同歸進到另外一個階段，是因為環境比較安全，也比較熟悉了，身心議題開始浮現出來。這段時間婦女的脆弱感會非常強烈，覺得沒有人在乎自己，不知道自己是誰等等，沒有辦法掌握未來，往往寧可選擇回去她熟悉的關係裡面。

善牧挹注很多種服務，像是生活照顧、親職能力的培養、經濟生活的規劃、醫療健康的協助、就業的安排以及運用社區資源的能力，提供受暴婦女不同階段的支持，並透過團體活動讓婦女重拾對生活的掌控權和選擇權，張曉芬指出，過程中還有一個非常重要的工作，是透

過「賦能」建構婦女自我價值，讓她們慢慢、慢慢地重新看見自己、認識自己，進而回到自己。



「賦能是填充她心裡的狀態，促使內在復原力長出來。」張曉芬進一步說明，人是一個元素，任何的互動都是在給予能量，甚至是一句話、一個動作、一個眼神，從這些日常讓婦女有力量可以支撐，感受到自己是有價值的人。當她們開始喜歡自己、認識自己，知道自己想要什麼、可以承擔什麼、值得什麼，再去思考這段關係要不要留著、要怎麼回應相對人不合理的行為，最後為現階段做一個更好的選擇。

返家？不返家？學習安全議題迎向沒有恐懼的生活

善牧的家庭暴力保護庇護服務中，有將近一半以上的婦女選擇返回家庭。在家園期間，善牧努力協助婦女將生理需求及安全需求兩方向鞏固妥當，期待可以移植到婦女返家之後，繼續變成對自己的協助。

生理上若需要用藥、回診，婦女知不知道回診時間，能不能穩定用藥，一定要先建構個人健康管理的責任；安全上，制定安全計畫並演練，討論可能會遇到什麼事，有哪些資源可以因應，並且學習辨識暴力徵兆，降低家暴產生的危機。

然而，對於離開庇護所選擇自立的婦女，除了怎麼樣去預防再回到暴力循環裡，因應壓力的能力非常重要。張曉芬說，生活上一定是已經到一個程度才有辦法自立，所以沒有那麼擔心婦女的生活能力，但從經驗中發現，一旦婦女工作中遇到挫折，或者是有新的親密關係，或是她的相對人再來找她，在各式各樣的壓力當下，心理能量能不能撐住，讓她不再去依附對象，進入一段不好的關係，就成了一個很大的考驗。



善牧利用不斷地與自立婦女來回討論及反思，從前端協助婦女建立健康回應壓力的方式、試著突破負向的關係循環、更細緻辨識暴力危機……，練習對應生活上的各種議題。

與返家婦女相較之下，自立婦女更需要依靠，心理上的依靠，庇護所發展出「暖心賦能計畫」，給予不間斷的關懷，增加她們面對生活上困境的能量，讓家園不只是提供安全休憩的場所，更像是心靈的停泊港。「大部分的自立婦女沒有娘家，那我們就是她們的娘家，你回來就會被我們呵護，這個扎根的存在對婦女們很重要是一個價值感。」張曉芬分享。

感受接納陪伴，重新開始

婦女無論是選擇返家或是決定自立生活，都要面對外在生活壓力，以及內在創傷修復，根據國外研究，平均來說婦女需要來來回回庇護所七次才能夠脫離原本的暴力環境，足見改變並非容易的事。



對於多次進入庇護所的婦女，張曉芬以正向眼光看待婦女反覆的選擇，「生活中要吃什麼不吃什麼，不也都一樣反反覆覆做選擇嗎？小的事情都可以這樣，更何況是人生上的事情、關係上的事情本來就不容易，」重要的是，婦女每一次進入庇護所都是不同的，也許尋求安置的間隔時間拉長了，也許是她們為自己又多做些準備了，也許是在庇護所復原的時間更短了……「我們相信，只要婦女願意選擇，就再有一次機會，都很好。」



張曉芬提醒，對於婦女開始啟動想要為自己另外一個選擇的時候，也許無法給予太多資源，只要好好鼓勵她、肯定她的勇敢，就能帶動她的自我價值；對於走向自立重新開始的婦女，真心地去接納她們，不需要提太多以前的故事，只要相信從現在開始可以不一樣。

我們都是每個人的重要他人，在受暴婦女的分岔路口，可以提供正確資訊、可以提供「你是有價值」的信念，協助她們在為自己做決定的時候，多增加一股支持力量。

114年的善牧媽媽節，善牧也邀請民眾支持受暴婦幼庇護工作，協助更多婦女找到自己，走出暴力環境。

小洋
雙週記

弟弟妹妹的新課表

前不久剛來家園的阿力弟弟，今年三歲，他很有趣喔，每次只要電視開始播放旺旺隊的歌曲，他就會跑到電視機前站好，然後，對著螢幕一直拍手。

可是他怪怪的～
老師給我旺旺隊的貼紙，我知道他特別喜歡小礫，想把小礫的貼紙給他，問他要哪幾張，他就只是看著我手上的貼紙，伸手要搶卻不說話…

社工阿姨說，阿力還小，正在努力學習中，要我多陪他玩，多跟他說話，社工阿姨還說，家園要開始幫弟弟妹妹上課了，禮拜一到禮拜五，有寫功課日、說故事日、體育日、綜合日，還有，禮拜三休息日，哈哈…



❤️ 社工阿姨的話

善牧家園裡，大部分學齡前的兒童，由於原生家庭刺激不足，導致人際互動薄弱，多半都有發展遲緩及情緒的議題。他們不會用言語表達，而是透過大吼大叫、撒潑打滾的方式來傳達訴求，甚至有孩子4歲了，剛入園時，連話都不太會說。

這成了家園照護上的挑戰，因為孩子得從零開始教起，甚至包含如廁、刷牙、飲食等日常常規訓練。為了讓孩子在語言能力、認知學習、動作、平衡等各方面，更有系統的學習，善牧也給孩子們安排不同的課程，而後，驚喜的發現，原本還沒辦法聊天的孩子，居然可以開始一問一答，連公單位社工也驚訝，怎麼進步這麼快！

小洋
雙週記

家庭會議，開會了！

上次的家庭會議，我們決定了，今年家園的登山活動要挑戰合歡山。所以，這次的家庭會議接著要討論，爬合歡山前，可以做哪些訓練，讓我們有體力走完全程，喔，還有活動分工，小宇說，我的聲音大，走在前面提醒大家「有車！靠邊！」、「等等右轉喔」…，很適合！

但有件事讓我很頭大，因為我喜歡跑步，所以活動前的訓練，我想加入跑步，可是有些人說跑步很累，不喜歡，大家會同意我的提議嗎？

❤️ 社工阿姨的話

孩子在弱小無助的成長階段，被忽略、虐待，或受到複雜家庭問題的影響，往往失去了應有的權益。而讓孩子在生活中學習表達自己的意見，有助於他從中找回生活掌控權，提升自信，並翻轉原生家庭所帶來的負向經驗。

因此，善牧將孩子的聲音透過家庭會議落實於生活中，我們融入兒童權利公約（CRC）概念，讓孩子有更多的空間去主導生活，例如：請孩子提出想去哪登山，思考可以如何規劃、進行，再由善牧的媽咪、阿姨們評估可行性及安全性。雖然每次討論都需要花較多的時間釐清、溝通想法，但每一次的過程對孩子來說，都是學習。



就見他們每回聚在一起就不斷吵架，不停告狀，可一旦出門後，卻又因為有著相同的目標，反而更加團結合作！

跨越那道檻，讓復原力在心中流動

文 / 宣導企劃部專員 胡家韻

小乖是一位情緒壓抑且少語沉默的孩子，家裡還有一對弟妹，在她小時候就看著爸爸常常外遇、金錢及管教議題，爸媽爭執不斷，家裡都籠罩在爭吵、憤怒的氣氛中，很難有歡樂的時光，本來就不快樂的她，以為最糟的情況就是這樣了。但有一天她放學回家，一進門她看到最令她震驚的一幕：「傢俱從鞋櫃一路倒塌到客廳，安全帽被扔在地上，散落一地的物品上血跡斑斑……。」媽媽在哪裡？小乖不敢想，但又害怕媽媽的安危……

一直以來，小乖因為不像妹妹們般愛撒嬌，在家中總是被嫌棄，爸爸常罵她笨或動輒動手打小乖的頭……。善牧台中中心組長王稚菁剛見到她時，小乖總是眉頭深鎖、鬱鬱寡歡，一直低著頭不說話，偶爾搖搖頭、點點頭，眼睛注視雙手且不知所措，回想當時的景況，稚菁說：「感覺她心靈承載的委屈，被藏在很深層。」

原本害怕只敢肚裡吞

幾次遊戲後，小乖終於願意互動，如果桌遊玩輸了，她總喃喃自語：「你怎麼這麼可憐！」「你好倒楣喔！」對於輸贏的反應總是輕描淡寫，但用詞都是負面消極的。後來稚菁漸漸帶著她，把注意力放在自己身上，同樣的情境，過程中稚菁會向小乖請求協助，希望她幫忙想想辦法；或透過共同討論與合作的遊戲，建立彼此信任友善的關係。於是小乖開始主動，臉上漸漸有了笑容，當一起完成任務時，她會開心地分享：「老師，我不是很厲害呀！」有了自信心的小乖，也會開始關心週遭的人事物，遊戲中細心觀察社工需要的協助，主動幫忙或提醒社工，在她小小的心靈裡，她找到方法讓自己跨越心中的那道「檻」，不再是當初那個「害怕只能往肚裡吞」的孩子。



許下心中三個願望

經過了好長一段日子，小乖會跟社工聊天，也會分享和媽媽及弟妹在家裡的相處點滴。有一次會談中，稚菁請小乖想想心中的「三個願望」，她寫下：「希望爸爸不要亂發脾氣、媽媽可以再溫柔一點、希望爸爸媽媽能和好。」於是稚菁和小乖一起把三個心願做成卡片，稚

菁與小乖討論：「卡片寫好了，妳希望怎麼讓爸媽知道妳的心願呢？」小乖希望轉交給爸爸。由於當時爸媽已經分居，小乖請媽媽將卡片轉交給爸爸，小乖的卡片就像種子開始發芽，讓爸爸對小乖的親子態度有所改變，小乖表示爸爸變得溫柔。

物換星移但感情不變

在大人的世界裡，也許「物換星移」了，但孩子們並沒有受到太大的影響。媽媽考慮到，如果孩子轉學得重新適應新環境，於是尊重孩子的決定減少轉學異動，小乖在學校的生活過得很快樂充實，會分享：「爸爸脾氣有變比較好喔！」「爸媽帶我們一起去騎腳踏車、到公園玩耍。」後來台中中心舉辦親子活動，稚菁邀請媽媽帶小乖來參加，沒想到媽媽主動詢問：「我可以請爸爸一起來參加嗎？」進一步了解，才知道小乖的媽媽很用心，雖然雙方離婚了，但是他們對孩子的愛是不會改變的，只是用不同的形式呈現。雖然沒有做夫妻的緣份，但彼此都想在孩子成長過程中，扮演好爸爸媽媽的角色，朝著友善合作父母的概念共同努力。



復原力在心中流動

活動中，善牧社工們看到一家五口和樂融融，大家耐心聆聽著彼此的需要，並以溫柔正面的方式回應。闖關時，這一家子會相互打氣，為共同達標而努力。大家心中沒有恐懼或芥蒂，太陽照得每個人神清氣爽，在這個溫暖的午後，「復原力」在這個家庭中串連流動，滋養他們的內在和心靈。

回到對家的想望

「中心活動當天是我們第一次看到小乖的爸爸。」稚菁內心有所感觸地說，在那次看見全家共同參與親子闖關活動之後，小乖也圓滿結案了。回想與小乖相處的那段日子，稚菁說：「社工先安定孩子的內心，接著就是家庭關係的修復，找出日後相處的平衡點。」而在過程中，媽媽選擇再次相信爸爸，善牧社工選擇相信這家人，於是這次的家庭親子活動成為了一個嶄新的契機，讓這家人回到「這個家」最初想望的模樣。

目睹家暴兒少資源網絡工作指引—— 透過網絡夥伴團隊合作 接住每位需要幫助的目睹兒少

文 / 宣導企劃部專員 胡家韻

隨著國人的居住空間樣貌及家庭結構的轉變（例如：都會居住更密集及小家庭居多），以及社會大眾對目睹兒少逐漸有概念，讓之前目睹兒少隱而未現的情況漸漸浮出，在此同時相關的網絡連結就更顯得重要。



一般來說，目睹兒少有兩個特色，一個是「次級」，指的是暴力發生時，目睹兒少通常是依附在家長後面，處理順序排在比較後面，而且他們是無法自己決定的主體；另一個是「隱型」，就像他們受到的創傷看不見，那樣深沈的影響是無法想像的。如果兼具以上兩種特色，那是容易成為接觸不到的黑數。但說不定他們身邊就有貴人，可以即時幫助到他。

時下超夯的動漫「排球少年」裡，有這樣一段經典台詞：「只要球還沒落地都還有機會。」這就是善牧台北小羊之家企劃「目睹家暴兒少資源網絡工作指引」的初衷，希望盡可能透過每一位網絡夥伴的努力，承接住無助傷痛的目睹兒少，讓他們也能擁有充滿期待的未來，不讓內心的傷痛成為成長中的無形禁錮。

「目睹家暴兒少資源網絡工作指引」有分成基礎篇和實務篇，實務篇裡提到司法、社政、教育、警政、醫療五大網絡，每個運作環節都可以成為強而有力的支撐，一起托住這群目睹兒少，讓他們在資源系統中得到最適切的幫助。同時希望大家能了解，「目睹暴力兒少受到的傷害，不比直接被暴力對待的影響小。」



在目睹家暴兒少輔導工作耕耘近 30 年的天主教善牧基金會有感於在服務過程中，服務和網絡的專業資源是環環相扣的，無法單靠某一個專業，撐起孩子足夠的復原空間。因此善牧邀集各界菁英們一起集思廣益，花了兩年的時間，完成「目睹家暴兒少資源網絡工作指引」，

讓大家透過手冊能更了解：如果你是網絡的一員，可以如何保護這群孩子；如果你是社會大眾，遇到身邊有目睹兒少，可以尋求哪些資源和支持。

手冊溝通的另一個重點也呼應到「排球少年」裡有句發人深省的句子：「在網子這一邊的，都是你的夥伴。」排球不是一個人的運動，即使有些人能攻亦能守，發球、扣球、接球、攔網都非常厲害，但也不可能一個人打全場，球隊要能成功勝出，需要每位成員通力合作才能完成。

手冊裡有許多實用的知識和作法參考，例如：社政篇提到「兒少承認自己來自『有暴力衝突的家庭』是需要有很大的勇氣。所以網絡人員需要以「傾聽」、「同理接納」、「陪伴」及「與孩子討論自我保護的方法」來協助孩子。手冊裡不但有介紹可以怎麼做，也有匯整實務人士特別提出的「貼心小叮嚀」，像在警政篇裡有提到：在關心孩子或詢問孩子事情的經過時，若父母在現場，孩子可能會無法放心且如實的陳述，建議可以帶孩子到獨立的空間進行。



手冊後面的附件也很推薦網絡夥伴多多運用，包括資源連結及各類檢核表，如果對這本手冊有興趣進一步了解，可以透過下方連結閱讀電子版手冊，如果需要紙本做其他宣導及運用，可以連絡善牧台北小羊之家社工，電話：02-2381-1123。



目睹家暴兒少
資源網絡工作指引

越式蝦子水晶餃

文 / 宣導企劃部主任 鄭雅婷



來自越南河靜省的胡氏美，去年剛結婚來台，是非常「新」的新住民，雖然才剛嫁來台灣不到一年，但她的中文說得非常流利，也很適應在台灣的生活。談起中文，大家都很驚訝為什麼胡氏美能說得這麼流利，她笑著說，因為台塑越南廠正好開在她家對面，村裡的人都想去台塑工作，家人也希望她學中文，因此她大學時就讀中文系。

嫁來台灣之前，她在越南先認識了先生，沒想到二人因疫情分開二地，每天靠著視訊來維繫感情，就這麼談了二年的遠距離戀愛，後來，她有機會成為文藻外語學院交換生，來台學習中文一年，在台灣這段時間，除了學習語言、認識台灣文化外，她也可以認識男方的家長，實際知道男方家人對她的態度，加上先生真的很照顧她跟她的家人，才讓胡氏美決定遠嫁來台。

談起這道很少在台灣看到的越式蝦仁水晶餃，胡氏美說，這道菜是越南中部的名產，特別是在順化，每個人到順化旅遊時，都會特地買它作為伴手禮。她邊備料邊解釋，順化是越南有名的皇城，在當地仍有許多曾在皇宮工作過的人住在那裡，她大學時期就是在順化唸書，想分享這道美味的料理給大家吃看看。

不過，在當地製作這道料理時，他們連木薯粉都是用木薯現磨的，非常費功夫，在這裡教大家的是在家裡可以簡單嘗試的版本，歡迎大家在家試看看。



剛來台灣時，胡氏美便接到善牧的關懷電話，來參加中心舉辦的課程，在社工的邀請下，成為文化講師，教大家做簡單的越南料理。胡氏美笑說，其實不論是在越南還是在台灣，她從來都不會下廚，為了要教大家越南料理，她特地去研究食譜、在家試做等，才敢出來做給大家吃。



※ 本食譜同步於「愛料理」刊登



【材料】3 人份

【粉漿材料】

木薯粉	400 克
白開水	600 毫升
鹽	少許
食用油	1 湯匙
香蕉葉	25 片 (約 15X15 公分)



【餡料】

新鮮蝦仁	200 克
五花肉	200 克
紅蔥頭	少許
胡椒粉	0.5 湯匙
魚露	1 湯匙
食用油	1 湯匙
咖喱籽	1 湯匙 (可略)



【沾醬材料】

魚露	3 湯匙
清水	3 湯匙
糖	1.5 湯匙
蒜頭辣椒	1 湯匙
檸檬汁	1 湯匙 (或用醋代替)

【作法】



1. 首先先準備粉漿，將木薯粉、鹽、油和百開水均勻混合至無顆粒狀後，將粉漿靜置 15-20 分鐘待粉漿鬆弛。



2. 將紅蔥頭、蒜頭、辣椒切碎備用，並將蝦仁去背拿掉沙腸，對半切備用。



3. 取一支炒鍋，加一匙油熱鍋後，放入咖喱籽炒香，再將咖喱籽過濾後，留下油即可。(若無咖喱籽可略)



4. 將炒鍋加入一匙油熱鍋，放入切好的紅蔥頭，炒香後先放五花肉炒熟後加入咖喱籽油伴炒，炒入味後再放蝦仁，加入一湯匙糖及一湯匙魚露，炒熟入味後，再放入胡淑粉拌勻。



5. 將靜置完成的粉漿倒入鍋中，用小火煮煮，期間用鍋鏟不停攪拌防止燒焦，待粉漿半凝固有阻力時，關火用餘溫將其拌成團即完成。



6. 取一鍋水，水滾後將香蕉葉燙軟備用(約 10 秒)。



7. 將香蕉葉抹上一點油，將 1-2 匙的粉漿放置香蕉葉中間，加入少許內餡後，將二邊葉子往中間及上下折，將內餡包覆好後，取另一個撕成絲的香蕉葉綁緊固定綁好。



8. 將包好的香蕉葉放入蒸鍋，約蒸 10 分鐘待餃子外表變透明後即完成。



9. 取一小碗製作沾醬，將沾醬材料—魚露、百開水、糖、蒜末及辣椒末，與檸檬汁或醋調勻後，即可沾水晶餃食用。

姊妹
小提醒

◎香蕉葉可以跟農民要一些，或是在東南亞商店也有機會可以買到，香蕉葉有特殊的香氣可以為料理加分，若找不到香蕉葉，也可以用粽葉替代。在調粉漿時，水可以多一點沒關係，到時加熱時比較好控制粉漿，不會一下子變濃稠。

◎咖喱籽可在東南亞商店買到，有些商家也會賣現成的咖喱籽油，若找不到這樣食材，也可先省略。

善牧 X 愛心捐款平台

善牧與 7-ELEVEN、萊爾富、OK 便利商店、街口支付、蝦皮、LINE Pay 公益合作，提供 24 小時不打烊的多元捐款管道，讓您不用再花費許多時間，辛苦跑銀行或是郵局捐款囉！

歡迎大家使用超商機台或是手機 APP，動動手指傳遞善意，捐款支持善牧服務工作，一同牽起更多有需要的手。

捐款方式說明：

機台捐款

1. 7-ELEVEN ibon 便利生活站

操作方式：ibon 機台→【儲值/繳費】→【慈善捐款】→
【閱讀教育類】→選擇【善牧基金會】→
填寫捐款金額與個人資料→列印捐款代收單→櫃台繳費捐款。



2. 萊爾富 Life-ET

操作方式：Life-ET 機台→【繳費/代收】→【愛心捐款】→選擇【善牧基金會】→
【我要捐款】→填寫捐款金額與個人資料→列印捐款代收單→櫃台繳費捐款。

3. OK 超商 OK-GO

操作方式：OK-GO 機台→【繳費】→【愛心捐贈】→【捐款】→【婦幼福利】→
選擇【善牧基金會】→填寫捐款金額與個人資料→列印捐款代收單→
櫃台繳費捐款。

APP 捐款

1. 7-ELEVEN OPEN POINT APP

操作方式：開啟 APP →【服務】→【繳費】→【慈善捐款】→選擇【善牧基金會】→
【立即捐款】→填寫捐款金額、個人資料、付款方式→下一步完成捐款。

2. 街口支付 APP

操作方式：開啟 APP →【公益捐款】→搜尋並點選【善牧】→點選【捐款專案】→
【立即捐款】→填寫捐款金額、個人資料、付款方式→
輸入付款密碼完成捐款。

3. LINE Pay APP

操作方式：進入【錢包】→【LINE Pay】→【愛心捐款】→搜尋並點選【善牧】→點選
【捐助專案】→【捐款】→設定【捐款數量】→填寫個人資料→
【透過 LINE Pay 捐款】→選擇【付款方式】→點擊【支付】完成捐款。

4. 蝦皮 APP

操作方式：開啟 APP →搜尋並點選【善牧基金會】→選擇【捐助專案】→【直接購買】
→選擇捐款金額、捐款收據→【立即預購】→【去買單】→【結帳】完成捐款。

舊書再生響應「世界環境日」環保公益都兼顧



家中看完的書先別丟！一招讓你輕鬆送愛心，同時還能響應「世界環境日」，公益與環保一兼二顧。現在透過 TAAZE 讀冊生活二手書義賣活動，可將家中塵封已久書籍變成捐款，幫助善牧服務的家庭與兒童。

聯合國為鼓勵全球民眾提高環保意識和採取環保行動珍惜資源，將每年 6 月 5 日定為「世界環境日」，促使各國政府及國際組織推動各項行動呼籲民眾響應環保。

家中用不到的書籍，留著占空間，丟掉又可惜。善牧邀請您一同響應世界環境日，動手把書籍變成捐款，一起為善牧的孩子送暖。



二手書
變捐款流程

以功代金 環保又溫暖

以功代金是希望民眾將購買紙錢的預算，捐款給需要幫助的弱勢團體，並藉由不燒金的行為避免焚燒紙錢所造成的空氣污染，響應環保愛地球。

今年中元節，誠摯地邀請您透過以功代金，保護這片美麗的家園，也將溫暖分享傳遞，讓良善和美好能不斷循環。



以功代金捐款

父母好孩子才會好 善牧新推出小學堂影片

在台灣，25 歲以下生育的人數每年約占總出生人數的 12~13%，是不容忽視的群體，而這不只是個別家庭的事，更是我們整個社會共同面對的課題。善牧看見這些年輕爸媽的支持系統往往較為薄弱，卻又同時需面臨各項艱難的挑戰，目前在新北、新竹、嘉義、台南與高雄提供年輕爸媽各項支持服務與資源連結，陪伴他們重整生活，面向未來。

今年善牧小學堂針對如何面對非預期懷孕與常見的年輕爸媽迷思，製作兩集善牧小學堂，分享從懷孕到產後的資訊與政府資源，陪伴正在面臨懷孕的家庭穩定情緒，並對未來能有所準備，此外，也希望透過影片解開民眾對年輕爸媽服務常見的疑問與迷思，一起投予年輕爸媽正向的眼光以及溫暖的支持。



影片連結



感謝有您

♥ 謝謝您，讓我看見我的好！

身形瘦高的小隱，自小在家裡被爸爸不當對待，他說：「從幼兒園起，爸爸就常用激烈語言貶低媽媽、貶低自己。」長期被貶抑，小隱越來越相信自己是個不重要的人，他把感覺隱藏起來，就連外表也不甚在意。當時的他，頭髮長到蓋住了眼睛、眼鏡還帶有裂痕，就像他說的，「是個隱形人。」

善牧「小羊之家」是台灣第一個以目睹家庭暴力兒少為主體的服務中心，二十多年來，我們協助目睹暴力兒童重整創傷經驗，發展復原力，並陸續在台北、新北、新竹、台中、高雄設立目睹兒少服務據點。

進入輔導後，雖然家中仍舊衝突不斷，但小隱用來保護自己的冷漠外牆開始龜裂。透過會談、諮商，善牧協助小隱看見他的優勢，漸漸地，小隱試著表達自我，也發覺自己原來有著多元興趣，然後，我們發現，小隱身上的復原力甦醒了，臉上的笑容也變多了！



感謝櫻桃爺爺多年來的拋磚引玉，捐贈旗下人氣商品，讓善牧有更多資源陪伴孩子走過傷痛。謝謝您，讓孩子看見他的好！

♥ 感謝菲力工業 熱心公益捐助善牧

西摸，曾經是善牧服務的孩子，原本她有個可愛的家庭，但爸爸早逝，媽媽車禍重病被安置在機構，在社會局介入後，10歲的西摸和6歲的弟弟被安置在善牧庇護家園。

在社工關懷下，西摸才知道可以做自己，不用一直堅強當一家之主，可以當個小女孩，而她也被鄰居姐姐漫畫人物吸引變得很愛畫畫，西摸長大後原本想朝社工、幼保的領域發展，然而善牧社工不希望她埋沒才能，鼓勵她學畫畫，並從視覺傳達設計系畢業，更擔任善牧台中中心的宣導漫畫作者。

來到善牧安置家園的孩子，都帶著原生家庭的創傷，善牧提供家庭式照顧環境，給予孩子安全、溫暖的新生活。感謝菲力工業長期穩定的捐助善牧，讓愛的力量不中斷，支持善牧守護孩子平安成長、勇敢逐夢。



善牧基金會
www.goodshepherd.org.tw



廣告

復原力UP

給孩子不怕失敗的勇氣



「我就爛!」、「想躺平…」
你的孩子是否也害怕犯錯、
不願嘗試和挑戰，
甚至遇到挫折後情緒反應激烈、
玻璃心？

今年第十屆善牧爸比媽咪節，
邀您一起為孩子培養面對壓力、挫折的韌性！



主辦單位保有最終修改、變更活動解釋及取消本活動之權利，若有相關異動將會公告於官方網站及報名頁面，恕不另行通知。

免費報名



台南場

2025.07.26 六

諮商心理師 陳志恆

上午場 10:00 - 12:00

失敗為成功之母！接納挫敗情緒，培養挫折容忍力

下午場 13:30 - 15:30

其實我也很棒！正向聚焦，關注優勢，引發行動力

地點：臺南市立圖書館總館拾光講堂



高雄場

2025.08.16 六

臨床心理師 王意中

上午場 10:00 - 12:00

擦去孩子眼鏡上的灰塵，滾出自信的複利

下午場 13:30 - 15:30

讓失敗化為孩子成長養分的復原力

地點：高雄市政府社會局婦女館演講廳

指導單位：教育部、臺南市政府社會局 主辦單位：財團法人天主教善牧社會福利基金會

合辦單位：高雄市政府教育局家庭教育中心、高雄市政府社會局、高雄市單親家庭服務據點一南區



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
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： <input type="checkbox"/> VISA <input type="checkbox"/> MASTER <input type="checkbox"/> JCB <input type="checkbox"/> 聯合信用卡 <input type="checkbox"/> 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： <input type="checkbox"/> 不用寄收據 <input type="checkbox"/> 按月寄送 <input type="checkbox"/> 年度彙總
季刊免費寄發： <input type="checkbox"/> 需要 <input type="checkbox"/> 不需要
我願意將全名顯示於芳名錄： <input type="checkbox"/> 同意 <input type="checkbox"/> 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： <input type="checkbox"/> 同意 <input type="checkbox"/> 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](#)

114年1-2月【集發票「牧」愛心】發票數量及中獎金額

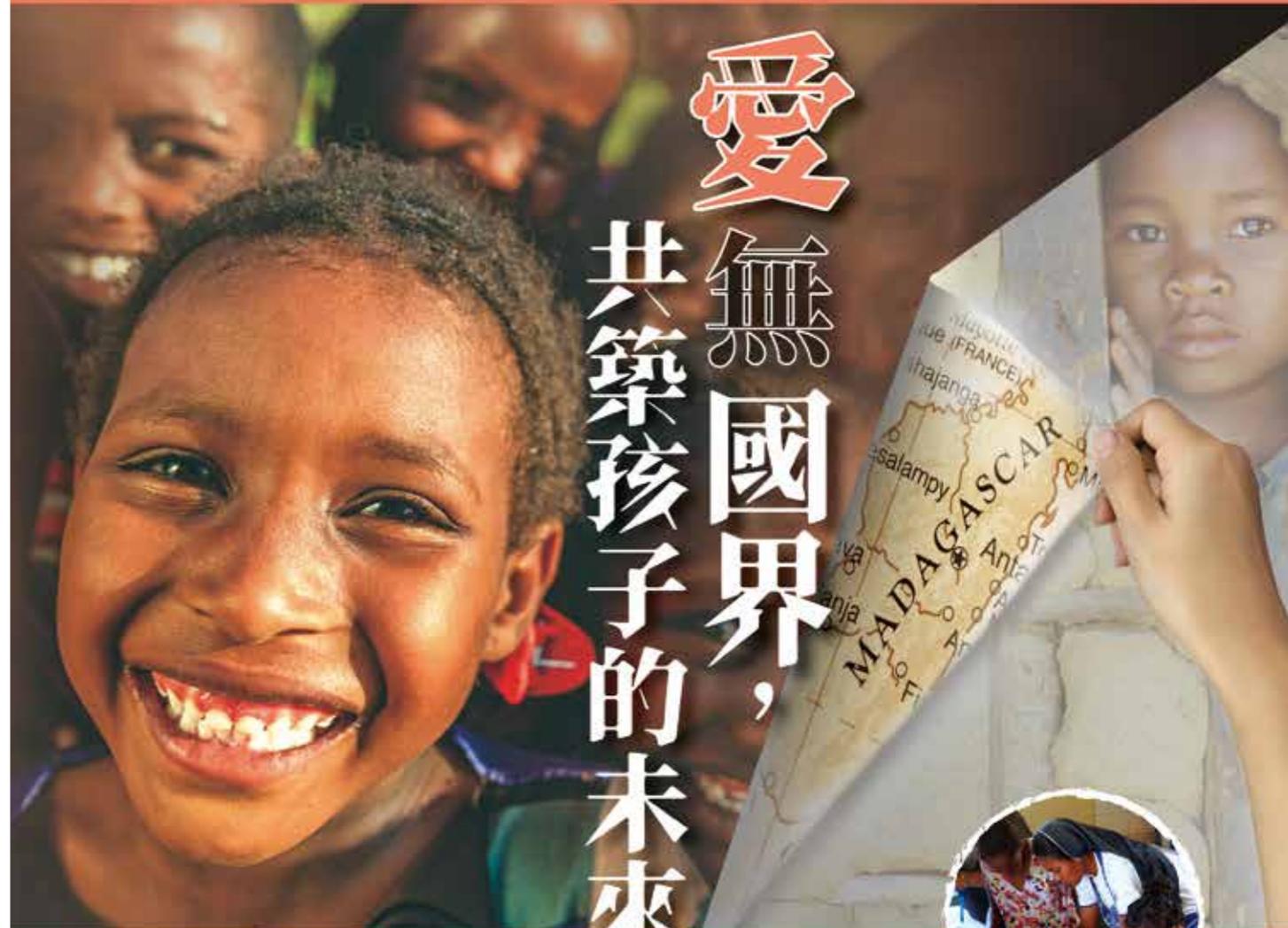
月份	發票數量	中獎金額	平均一張發票中獎金額
1-2月	22,773張	62,900元	2,762元

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。



114非愛不可

勸募許可文號：衛部救字第1131363854號



愛無國界，共築孩子的未來

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





一個人的價值高於全世界
尋找失落、眷顧弱小、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