

第 36 期

## 經國之心

主題:性別平等教育暨生涯教育宣導

99 年 4 月 30 創刊

發行人：陳新文

總編輯：呂學育

編輯：邱茲甄

林錦雲、杜維益

劉宛菁、李孟軒

呂鈺娟

賀

113 年度桃園市  
反/性別暴力微電影  
榮獲國中組第三名

704 李羿霆、劉建鑫、劉奕琳、

王儷霖

705 羅佳偉、郭晉瑜、廖祐誼

706 陳喬喬、蔡心菲

707 陳晨羽

708 張介璋

指導老師:李孟軒、劉宛菁、陳逸群

賀

## 113 學年度國中教育技藝競賽

906 陳怡儒 美顏組第 1 名

904 吳翊誠 基本電子應用組第 6 名

906 楊雅諤 美髮組佳作

903 陳冠豪 基本電子應用組佳作

904 楊仲恩 中餐組佳作

## 性平小學堂

行政院於 112 年 7 月 13 日通過《性騷擾防治法》、《性別平等工作法》及《性別平等教育法》等「性平三法」修正草案（同月底立法院三讀通過）。

其中有延長性騷擾申訴時效，增訂具權勢關係及未成年者申訴的特別時效。

（一）一般性騷擾案：申訴期限為知悉事件發生後 2 年內提出申訴。但自性騷擾事件發生之日起逾 5 年者，不得提出。

（二）權勢性騷擾案：考量遭受權勢性騷擾之被害人，不易向外求助而易逾申訴期限，權勢性騷擾案件的申訴期限，在知悉事件發生後 3 年內提出申訴。但自性騷擾事件發生之日起逾 7 年者，不得提出。

（二）性騷擾事件發生時，被害人為未成年之案：得於其成年後三年內提出申訴。



資料來源:性別平等全球教育網

## 讓每個人都能安心如廁——認識性別友善廁所

文 輔導室

你有沒有想過，上廁所這件事對每個人來說真的都一樣簡單嗎？

對大多數人來說，走進「男廁」或「女廁」是一件稀鬆平常的事。但是，對於一些人來說，這卻可能是一個讓人焦慮、甚至受傷的時刻。這些人包括跨性別者（例如出生時被認定為男生，但認同自己是女生的人）、性別不明確者，或是外貌不符合社會對「男」或「女」的刻板印象的人。

在這樣的情況下，「性別友善廁所」就成了一個重要的解方。

## 什麼是性別友善廁所？

性別友善廁所，也有人稱作「無性別廁所」、「共用廁所」或「多元性別廁所」，是一種不依照「男」或「女」區分使用者的廁所設計。換句話說，任何人——無論他們的性別認同是什麼，都可以安心地使用這個廁所。

這樣的廁所通常是單間式的設計，也就是說，每一間都是獨立空間，裡面有馬桶、洗手台，關上門後就像一個小房間，保有充分的隱私。有時候，這些廁所的門口會貼上「All Gender Restroom（所有性別皆可使用廁所）」的標示。

## 為什麼需要性別友善廁所？

有些人可能會想：「廁所不是就男的進男廁、女的進女廁，為什麼還要這麼麻煩？」

其實，對性別多元者來說，這樣的二分法很不友善。舉例來說，一位跨性別女性（她出生時被指定為男性，但她認同自己是女生），如果她外表比較中性或還在變化中，走進女廁時可能會被質疑、指指點點，甚至被趕出去；但走進男廁又會感到極度不舒服甚至害怕。

還有些人是「非二元性別」者，也就是他們不認為自己完全是男或女，他們同樣找不到一個適合自己的空間。

性別友善廁所的出現，就是希望讓所有人都有一個尊重、安心又安全的如廁空間。就像我們尊重每個人外表不同、個性不同，也應該尊重每個人對自己身體與性別的感受。

## 我們可以做些什麼？

性別友善廁所不只是建築上的改變，更是態度與觀念上的轉變。身為國中生的我們，可以從以下幾件事做起：

1. 認識性別多元：了解不是每個人都符合「男」或「女」的標準形象，每個人的性別認同都應該被尊重。
2. 尊重別人：看到外表與你想像不同的人使用廁所時，不要嘲笑、排斥，而是理解每個人都有如廁的權利。
3. 勇敢發聲：如果學校正在討論空間改造，或你有機會參與學生自治，可以提出推動性別友善廁所的建議。

當我們願意多一點理解與尊重，學校和社會就會更友善、更安全，也讓每一個人都可以自在地做一件看起來簡單，卻非常重要的事——上廁所。

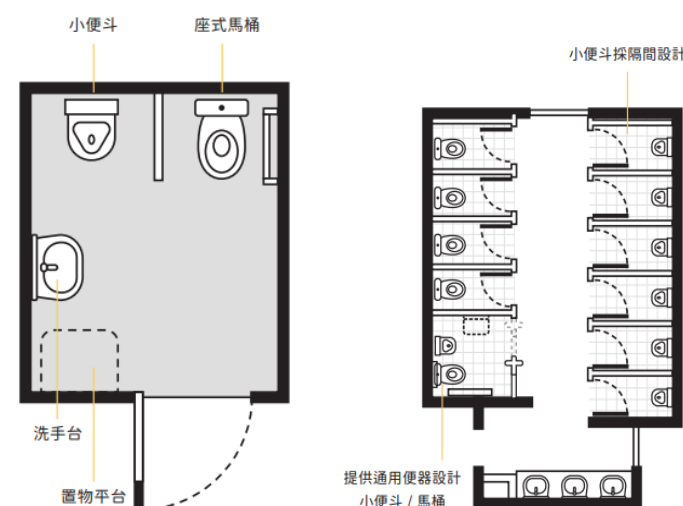


## ● 思考看看：

1. 你認為學校有沒有設置性別友善廁所的必要？為什麼？
2. 如果有同學對性別友善廁所有偏見或不了解，你會怎麼跟他解釋？
3. 除了廁所之外，你還覺得學校有哪些地方可以變得更性別友善？

回答問題並繳回者，可獲得神秘小禮物一份！

## ● 性別友善廁所空間配置範例圖：



1. 單人使用

2. 多人使用

資料來源：

性別友善運動設施空間與環境規劃指引手冊

<https://reurl.cc/XA8Wx0>

# 《AI 來了，我的未來在哪？》

文 輔導室

## 你有想過嗎？

有一天，我們會搭自駕公車去學校，用 AI 幫忙查功課，下課玩的是元宇宙籃球比賽，晚上吃的是機器人煮的拉麵？別懷疑，這不是科幻小說，而是未來真的會發生的事。這個世界變得太快，快到很多大人都還來不及適應。那我們呢？才國中，真的需要想生涯規劃嗎？

【答案：是的，而且越早開始，越有趣！】

## 你喜歡做什麼？不是考幾分而已！

很多人以為生涯就是選志願，或者考試考好一點，未來就會順利。其實生涯規劃真正的重點是：認識你自己。

給你幾個思考小提問：

- 如果讓你開一個 YouTube 頻道，你會做什麼內容？遊戲？開箱？實驗？唱歌？
- 假設你一整天都不用寫作業，你最想做的三件事是什麼？
- 班上有活動的時候，你是主動規劃的人？還是默默觀察的人？還是搞笑炒熱氣氛的人？

這些答案背後，就是你未來可能擅長的方向。

## AI 不是敵人，是你未來的助攻隊友！

2024 年，全世界掀起 AI 風潮。你現在看到的很多影片封面、商店標語、連作業的提問方式，可能都是 AI 幫忙生成的！

新興工作實例：

- AI 提示工程師（Prompt Engineer）：像馴獸師一樣設計問題，讓 AI 給出最厲害的答案。
- 虛擬時尚設計師：用 AI 做出不可能實體化的服裝，變成遊戲角色穿搭。
- 數位遺產保存師：幫人用 AI 保存聲音、影像、故事，讓家族記憶數位化！

你可能會想：「可是我不會寫程式啊！」沒關係！未來不是「誰最厲害」，而是「誰懂得怎麼用厲害的工具」。

## 把你的日常興趣，變成未來的「職業武器」

- 喜歡畫畫？你可能未來變成插畫師、動畫師、甚至是遊戲角色設計師。
  - 喜歡打電動？如果你研究策略、分析角色平衡，可能未來變成遊戲測試員、企劃師，甚至是遊戲主播。
  - 喜歡講話？參加演講、主持、說故事比賽，有可能未來走向 YouTuber、廣播主持、甚至心理師！
- 你的興趣 + 時代工具 + 勇敢嘗試 = 獨一無二的你

## 怎麼開始我的生涯小旅程？

- 這裡有四個國中就能開始的小行動：
- 觀察自己：記下你每天最開心做的三件事和最討厭的三件事。
  - 探索世界：多看看不一樣的職業介紹影片、紀錄片、職人分享。
  - 練技能：不用等長大再學技能，剪影片、做簡報、畫圖、講故事，現在就能練。
  - 勇於嘗試：參加校內社團、比賽、志工服務，越多體驗，就越知道自己喜歡什麼。

## 未來不只是一份工作，而是一種你喜歡的生活

未來的你，可能不是坐在辦公桌前敲鍵盤，而是用 AR 眼鏡和世界各地的人一起開會；可能不是考進哪間明星學校，而是發展出一套自己獨有的生活方式。你不需要馬上找到正確答案，只要開始問自己：「我想成為怎樣的大人？」現在的每個好奇、每次嘗試，都是你走向未來最珍貴的一步。



# 特教宣導-認識身心障礙者權利公約 CRPD

文 輔導室

## 定義

身心障礙者權利公約(CRPD)是 20 世紀第一個人權公約，分別於 2006 年聯合國通過，2008 年公約生效，影響全球身心障礙者的權利保障。

政府逐年改善對身心障礙者的權利保障，更於 106 年 10 月 30 日至 11 月 01 日召開身心障礙者權利公約(CRPD)初次國家報告國際審查會議，各界關心身心障礙者教育、社會福利、醫療等人士參與會議，共同研議臺灣未來身心障礙相關權利方針。

身心障礙者的權利需要你我的努力，讓我們尊重他人，包容不同的需求。

## 基本概念

1. 尊重他人、尊重他人自己做的決定
2. 不歧視
3. 充分融入社會
4. 尊重每個人不同之處，接受身心障礙者是人類多元性的一種
5. 機會均等
6. 無障礙
7. 男女平等

## 結語

換句話說，CRPD 的核心目標是建立一個平等、尊重、參與和融合的社會，讓身心障礙者能夠充分實現他們的潛能和享有與他人相同的機會。

**CRPD 小知識：**

下面幾個圖，是全世界都通用的、比較常見的，各種無障礙服務的圖示：

**無障礙空間標誌：**如果看到這個標誌，代表這個空間是無障礙環境、或有設置無障礙設備，方便身心障礙者進入、以及使用裡面的設施。

**易讀標誌：**如果看到這個標誌，代表這是讓不擅長閱讀文字的人也能閱讀的文件。

**手語標誌：**如果看到這個標誌，代表這個地方有提供手語服務。

**視障標誌：**如果看到這個標誌，代表這個環境適合視障者使用。

詳細內容可以參閱衛福部身心障礙公約網站。

[https://crpd.sfaa.gov.tw/BulletinCtrl?func=getBulletinList&p=e\\_1&page=1&rows=15&c=K&t=K](https://crpd.sfaa.gov.tw/BulletinCtrl?func=getBulletinList&p=e_1&page=1&rows=15&c=K&t=K)

