

在教學過程發揮初級預防功能

114學年度
家庭教育研習

家庭暴力對兒少之影響 (認識與協助)

114. 06. 30



主題二

主題三

參考書目

索引

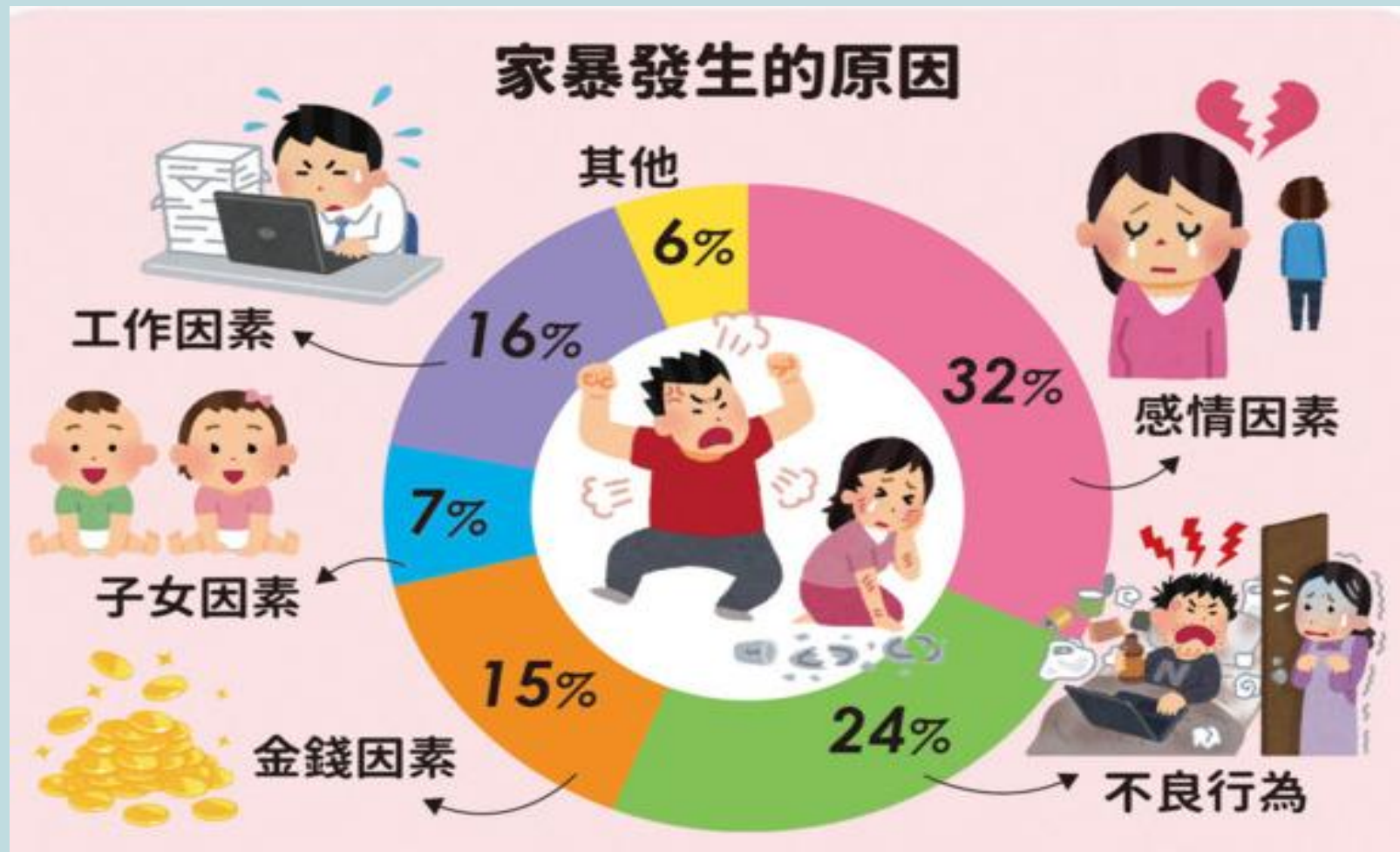
主題一

課程內容

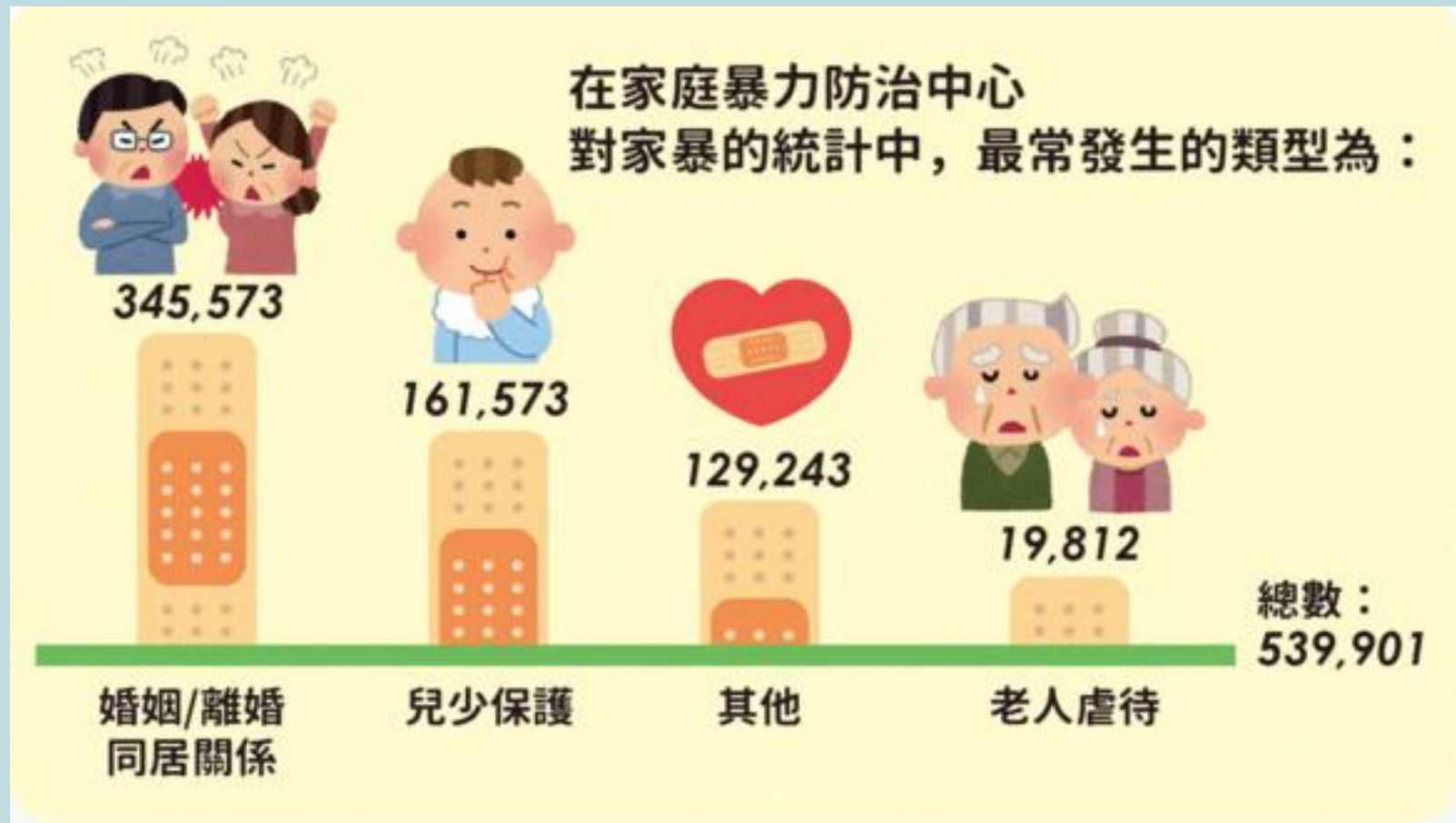
主題一：什麼是家庭暴力

- 1.能認識何謂暴力，知道暴力包含那些類型，並對「暴力」形成正確的概念。
- 2.強調家庭暴力不是兒童的錯，兒童不需要為家庭暴力負責。

家暴發生的原因



家暴發生的類型



受害者不該有的念頭



主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

教導暴力的責任

「霸王生氣是我的錯嗎？」

「都是我沒有阻止霸王，所以才讓家人受傷的！」



施暴者選擇使用暴力傷害家人的身體和心情，所以施暴者必須為自己的暴力行為負責，家庭暴力的發生不是兒童的錯。

遠離家暴3方法

不家暴撇步 123



每個人愛的語言都不一樣，我們可以選擇用「擁抱」來關懷家人，哪怕有多大的不完美也用心看待並包容一切，畢竟「家」不是論對錯，而是愛的加油站。

愛的五種語言



▲ 蓋瑞巧門 Gary Chapman 博士認為每個人都有自己主要愛的語言，依個人的成長經驗和需求，可分為 1. 肯定的言詞、2. 接受禮物、3. 服務的行動、4. 精心的時刻及 5. 身體的接觸五種。

暴力五大類型



肢體暴力

(抓、撞、毆打、
武器攻擊等)



言語與 精神暴力

(吼叫、辱罵、
跟蹤、限制、
騷擾、控制等)



經濟暴力

(不給生活費、
過度控制家庭財務等)

性暴力

(違反意願強迫
發生性行為、
傷害性器官等)



目睹暴力

(看到或聽到暴力
情境、聲響等)



| 專題文章

愛擁抱， 不家暴！



整理 / 劉威群 校園服務處

進行預防性教育的意義

有助於班級經營

藉由預防性教育，讓教師可以與一般學生探討暴力的本質，並且教導學生正確的人我互動技巧，和自助與助人的方法，以及衝突解決的技巧。

適時協助有需要的學生，並打破暴力的代間循環

1. 當有學生表達被協助的需要時，教師可以給予陪伴 和支持，轉介相關服務資源，並將必要的資源引進學生的家庭。
2. 透過向下紮根的工作，才可打破家庭暴力的循環，讓家庭暴力防治工作朝社區預防的方向推動。

教導「多元化家庭型態」的概念



每個家庭都有各自的特色與功能，打破對完整家庭的迷思。

主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

教導「談論秘密的時機」

當秘密讓你覺得很難受、不知道該怎麼才好，你希望可以得到別人的幫助時（如：家庭暴力），這個秘密對應該對適當的人說出來。



主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

教導「尋找適當的求助對象」

找一找~那些是可以幫助小朋友的愛心超人呢？

「愛心超人」是：



1.有愛心 2.熱心幫助人 3.會保護小朋友 4.大人

主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

課程內容

主題三：SOS ~ 安全計劃

能了解家暴受害者基本的求助資源，
並能知道如何報警求助。



主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

課程內容

主題四：猜一猜，是什麼躲在後面？

讓兒童瞭解情緒的類型，並能認識家暴目睹兒童一般行為反應背後的情緒狀態。

主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

故事：快樂森林



想一想～
從生活中那些事情，可以
感受到家人愛我們呢？

住在快樂森林裡有一個重要的規定，那對是：
要快樂、不要暴力，如果違反規定對必預要離
開快樂森林。

主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

練習「情緒的辨識與同理」



小豬斑斑睡覺的時候，迷迷糊糊中聽到叔叔阿姨大聲吵架的聲音，還有摔東西的聲音，他不知道外頭發生了什麼事情...

Q：斑斑半夜聽到吵架聲時，可能會有那些心情呢？

A：擔心、害怕、驚慌、恐怖...

練習「情緒的辨識與同理」

斑斑再也睡不著覺了，他想了很多事情：叔叔阿姨為什麼要吵架呢？是我做錯了什麼嗎？他們會不會不要我了？我們違反快樂森林的規定了嗎？...

Q：當斑斑睡不著在想事情的時候有那些心情呢？

A：難過、挫折、喪氣、害怕...



練習「情緒的辨識與同理」



斑斑醒來時，發現叔叔的眼睛紅紅的，阿姨的臉上有一大塊瘀青，斑斑什麼都不敢問，對匆匆抓起書包去上學。

Q：當斑斑早上看到叔叔眼睛紅、阿姨臉瘀青時的心情是什麼呢？

A：驚訝、懷疑、擔心...

練習「情緒的辨識與同理」

斑斑到了學校發現自己忘了帶功課，老師問的問題又答不出來，斑斑的心情亂糟糟的...



1. 心情有令人舒服的好心情，也有讓人不舒服的壞心情，而不舒服的心情是遇到困難時的正常反應。
2. 暴力會使人有很多不舒服的心情。
3. 斑斑是我們的好朋友，當他心情不好時，非常需要我們的關心和幫助。

主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

課程內容

主題五：伸出一雙關愛的手

能以關懷、接納的態度去支持家暴目睹兒童的遭遇、心情及困難。

主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

故事：罕見疾病兒陳炯安

罕見疾病兒陳炯安勇敢陳對生病的事實，不放棄學業，行走困難的他，在學校經常受到同學的幫助，同學也不斷為他加油打氣 ...



教導「成為愛的天使」

團體討論

1. 如果你是陳炯安，你會有什麼感覺？
2. 這個故事讓你最感動的是什麼？
3. 這個故事裡有一個愛的天使，你認為誰才是愛的天使？為什麼？



教導「如何關懷家暴目睹兒童」



分組討論

1. 生活在暴力家庭的小朋友，他的心理狀況是怎麼樣的？
2. 生活在暴力的家庭對小朋友的學校生活有什麼影響？
3. 幫助生活在暴力家庭的同學，有什麼是我們可以做的（可以怎麼幫助同學）？什麼是我們無法改變的？

主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

課程內容

主題六： STOP

1. 了解暴力加害人的情緒與行為模式，學習非暴力的人我互動技巧。
2. 能學習衝動控制技巧而不使用暴力。

主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

故事：大象，快停止打人吧



大象爸爸很生氣但又不敢跟大象阿公對抗，看到大象妞妞沒有寫功課，就拿棍子把妞妞打了一頓...

大象阿公心情不好，回家和大象爸爸吵了一架...



主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

妞妞覺得又委屈又生氣，
對故意打大象彎彎出氣，
還學阿公的口氣罵彎彎...



大象彎彎帶著一肚子氣
去上學，跟同學熊熊打
架，還把熊熊的課本撕
得亂七八糟...

教導 「如何終結暴力」

老師告訴彎彎：「打人是
不對的喔！你要學習控制脾氣
，這樣你對可以停止打人的
壞習慣！」



想一想，要如何終止暴力的惡性循環呢？

1. 知道「可以生氣，但是不可以暴力」，怒氣不可以發洩在別人身上。
2. 停止暴力的方法對是控制自己的脾氣和衝動。
3. 練習技巧：深呼吸、離開現場、找人訴苦、揉紙團丟進垃圾筒...

課程內容

主題七： 火線衝突

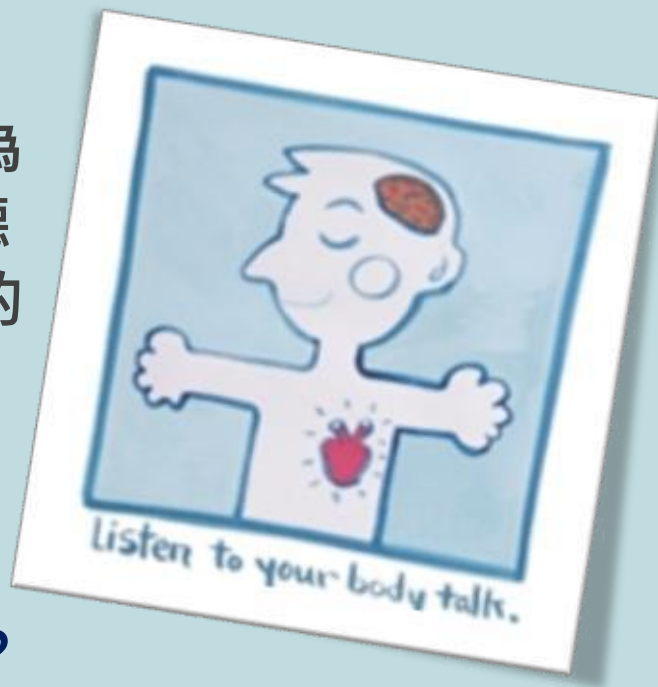
1. 瞭解人際衝突發生的原因，以及學習辨識衝突當下的情緒和行為反應。
2. 練習如何避免爭吵，包括基本的溝通態度、情緒的覺察與表達，發展問題解決技巧。

練習「自我覺察」

與人發生爭執的時候，記得為自己照一張「身體X光」，聽聽你的身體現在正要告訴你的話：

1. 頭腦在想些什麼？
2. 心情是什麼？
3. 身體的感覺又是什麼呢？

然後，你對會知道要如何做出正確的決定喔！



教導「解決衝突的技巧」



1

停

先暫停一下，提醒
自己現在很激動，
不適合採取行動或
做決定。



2

看

看看自己現在的樣
子，提醒現在這個
樣子不是自己想要的
結果。



3

聽

照一張身體x光，然
後誦著和自己說話，
幫助自己心情可以
平靜一些。

主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

教導「解決衝突的技巧」

學習「心情紅綠燈」



1

紅

暫停

2

黃

想辦法

3

綠

解決問題

課程內容

主題八：猜一猜，我會怎麼做

1. 能用正確的觀念與安全的做法來因應家庭內的暴力衝突。
2. 能知道想法可以改變心情，學習情緒調適的方法。

主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

故事：爸媽吵架記



晚餐後，我和姊姊在客廳作美勞，爸爸抱怨外公電視開太大聲，外公生氣的離開客廳，媽媽覺得爸爸對外公說話的口氣太差，對和爸爸吵了起來...

主題二

主題三

參考書目

索引

主題一

我很討厭家裡吵吵鬧鬧的，對大叫「你們不要吵了」，結果，爸爸變得更生氣了，差點把我的美勞模型給踩壞了...



我又害怕又生氣，覺得剛剛不應該對爸爸媽媽頂嘴，可是，他們愈吵愈兇，到底該怎麼辦才好呢？

教導「如何因應家暴衝突」

我和姊姊一起討論好安全計畫的內容。接下來，我們又一邊聊天，一邊把美勞模型做完了，心情也慢慢變好了...



當家庭內發生衝突時~

1. 降低身體的傷害，安全最重要。
2. 降低心理的傷害，讓心情變好。

教學技巧

本教案所使用的教學方式包括了：團體討論、分組討論、角色扮演（戲劇演出）、分析「想法-情緒-行為」之間的關係、活動演練（遊戲）等。

帶領討論時的技巧：

1. 普遍化（讓學生瞭解目睹家暴的感受是正常且一般的）：
「有許多人都曾看過爸媽吵架，都會有不好受的感覺；看到爸媽吵架會生氣，難過...，這些是很正常的感受...」
2. 替代化（讓學生透過說故事或演戲，而不是用『我』這個角色來直接描述，來討論家暴的相關議題，有助於學生在安全的環境中接觸自己的經驗）