

本期主題：性別平等教育宣導



掌聲！台灣女孩林念慈獲「全球百大女性」

[轉自 聯合報]2017-12-09 17:37 記者郭宣玚]

台灣女孩林念慈甫獲英國廣播公司 (BBC) 「全球百大女性」，她在尼泊爾創立可重複使用的「布衛生棉」，扭轉當地衛生環境，推動「**月經革命**」。……林念慈 (35 歲) 分享表示，尼泊爾當地女性月經來臨時，因拋棄式衛生棉價格無法負擔，不少女性甚至不防經血，讓她決定生產能重複使用長達 3 年的環保布衛生棉，推動「月經革命」。在尼泊爾的傳統社會，月經被視為禁忌話題，所幸透過多次溝通，打開在地女性心房，告訴她「沒有衛生棉帶來的困擾」。因此，她創辦「棉樂悅事工坊」，改變月經文化更創造工作機會讓當地民眾發展微經濟。

回顧創業過程，林念慈表示，一路走來並非一帆風順，剛開始推廣，布衛生棉從初期的大量贈送，到後來無論女性、男性都願意出錢購買，真正打開在地正視衛生文化的議題。……林念慈帶來革命性改變，從一句尼泊爾語都不會講的「外來人」，蛻變為推動「月經革命」，還成立社區有機農產品小舖、婦女手作工坊。林念慈說，「棉樂悅事不僅是生產者，也扮演教育者的角色，轉折過程令人意想不到。」



台灣女孩林念慈 (右 1, 穿白外套者)。圖/林念慈提供

看過來



男老師捐長髮 做公益兼性別教育 [2016.01.01/聯合報/記者林宛諭]

彰化縣北斗國中輔導主任陳宏綸與男老師蕭俊民昨天將一頭長髮剪掉，把頭髮捐給**切膚之愛基金會**。陳宏綸說，希望趁此機會也對學生進行性別平等教育。

二位男老師昨天在全校師生面前，把留了 3 年的長髮剪了。「男老師留長髮好奇怪哦！」陳宏綸說，留長髮 3 年來，學生從不解到能認同，他花了不少心思和學生們討論。當初是因生了一場病，他理了光頭，後來想何不從光頭開始再把頭髮留長，並融入他的性別平等教育中。

陳宏綸說，性別平等教育是很難教的課程，他留著長髮告訴學生，**如果看到男生留長髮，或看到女生留平頭，都不要排斥，應該要予以尊重「和你不一樣的人」。**



美術老師蕭俊民說，其實他想留長髮已經很久了，只是當老師還是有心理上的包袱，為人師表要以身作則，不敢輕易嘗試。此次響應主任的捐髮計畫，也是很難得的經驗，不過他笑說，留長髮要洗頭很麻煩，以後應該不會再留長髮了。

如果我是個男孩/女孩，我會……

許多偶像劇或電影的情節裡，男女主角因為一次的意外而互換了靈魂和身體，男生變女生，女生變男生，然後發展出一連串有趣的故事，那你有沒有想過，如果你變成女生或變成男生，你會做些什麼不一樣的事？你會希望他人怎麼對待你？而你周遭的世界會因你有些什麼不同呢？



※如果我是個男孩……

如果，我有那一天，醒來已是男兒身……也許我並不會意外也不會有所改變，但我會盡我所能的去平等對待女性。雖然，我們現在生活於這號稱性別平等的社會，但所有人也都明白距離「真正的平等」仍有一大段路。所以我想傾盡我的力量，不用完成零距離，只要縮短就行了！



308 殘燭映雪

如果我是男生，我便可毫無顧忌的玩生存遊戲，而不是被以「太暴力，對女孩子不好。」為由而不做。如果我是男生，就無需讓心思千迴百轉，不害怕一失足便失去所有。只有我是女生，在提倡平權的台灣社會中打滾、成長。我接受了現況，但試圖以文字來改變一切……

303 慕蓮

如果我是個男孩，那我希望我是個富有正義感的男生，替那些被欺負的人打抱不平，我希望我是個勇於嘗試的，要挑戰自己做不到的事，我還希望我是個勇敢的男生，面對問題絕不退縮。但我覺得不管我是男還是女，我都會勇敢的踏出每一步，活出屬於自己的色彩。

215 韓韓

如果我是男生，我會希望可以在打扮上不受外界閒言閒語，好好做自己。現在有很多男生的打扮很女性化，但還是有很大一部分的人沒辦法接受，因為看不順眼所以會在網路留下惡毒的評論，如果要大眾改觀鐵定非常困難。

116 江雯寧

如果我是男生我希望當個有責任感的男生，且做事認真負責不會敷衍了事，這樣才會受到大家的信任，因為沒有責任感的男生大家都不喜歡。我還希望做個有風度的男生，做錯事會自己反省不會跟別人計較一些小事，這就是我想當的男生，這樣才會交到許多朋友。

101 黃鈺英

如果我是男孩，在下課中，我不會故意捉弄女孩子，偷拿她們的東西，在抬餐時，主動幫她們搬，不嘲諷，在課堂上，不說帶色情暴力的言語，引起她們的注意，在家裡，我會表現自己是成熟、懂事的小孩，不讓長輩擔心。如果我是男孩，就不像女孩一樣拘束，被要求夏天制服只能穿裙子，說話要輕聲細語，外出時不可以自己一個人，還有聽懂女孩話裡的心思。

101 王妍禎

如果我是男生，我能做的事也一樣，就是為了自己努力。我覺得男生女生除了身體特徵上的差異外，其實能做的事不相上下。我不認為現今我做不來的一件事之根本原因是我的性別；或者哪天我克服了一件事是因為我的性別。因此我相信性別不設限，外來才能無極限。

211 陳芝婷



如果我是男生，我會想把頭髮剪短，因為每次夏天都好熱；如果我是男生，我會想再長高一點，因為男生這個身高太矮了。如果我是男生，我還是會跟家人說我愛你，因為講出愛是不分

男女的，最後，如果我是男生，我依然會希望家人跟我互相擁抱，因為想感受到愛的心情也是不分男女的。

218 任苡綾



210 星爆氣流斬

性別小學堂



性別刻板印象的形成最主要來自於家庭及整個社會環境的影響，目前生活週遭最常接觸到的傳播工具，如電視、電影、廣告及印刷品……等，依然還是呈現著或多或少具有性別刻板印象的情節，像是男主角的特質常是勇敢、獨立、有主見；而女性則是被賦予溫柔、順從、或情緒化的形象。但，人和人之間的相處有許多的面向，每個人都有自己的個性、特質，對於個別差異，大家必須互相尊重、學習彼此理解。從這次徵文活動中，透過同學的文字書寫，可以發現現今國中生心中性別刻板印象的樣貌，鼓勵同學可以藉由書寫、反思覺察自己心中存在著的性別刻板印象，有了覺察之後，才能進行自我修正或選擇，減少性別刻板印象的偏見。



※如果我是個女孩……



如果我是女生，享有的福利應該會比現在更多，考科學班時，女性享有「女性保障名額」，這聽來似乎合理，仔細想想，男生與女生不是平等的嗎？老師們口中老是掛著「性別平等」四個字，但在社會上卻未徹底落實性別平等，希望有朝一日，性別平等能夠真正的實行。

211 張峻豪

專家觀點

積極性差別待遇 才是真平等

諮詢／林芝宇（雲林縣東明國中教師）

我常使用以下的比喻：如果在一百八十公分高的圍牆裡，正舉辦一場精采的棒球賽，三個身高不一的孩子（分別是 130 公分、150 公分與 170 公分）想觀看圍牆內的球賽，於是我提供每個人一個 20 公分高的墊子，以便他們看球賽，結果如何？當然只有 170 公分高的孩子得以欣賞球賽。作法上我很公平，提供每個人一樣高度的墊子，卻得到不公平的結果。

婦女保障名額的用意即是如此，立憲之初，有鑑於傳統社會男尊女卑，女性難與男性有同等競爭的基準，所以給予婦女在選舉中的保障名額，促進男女實質上的平等地位。不過，育兒責任、家務分工等種種性別不平等的束縛，使得女性在職業升遷上，也像是頂到了「透明天花板」般無法向上晉升，因此需要更多保障，給予更高的墊子，讓她們有機會表現自己。

一到下課，男生拚命往球場衝，即使距離一樣，但有幾個女生能贏過男生的速度呢？如果坐視不管，不協助女生得到更多運動機會，那麼很快的，女生會因為缺乏練習而慢慢與運動疏遠。因此，站在學校鼓勵所有學生都有機會運動的立場下，應給予學生不同程度的協助，才能達到實質上的平等。

如果我是女生，我會像平常一樣，用自己的方式走路，用自己的方式做每一件大大小小的事情，我不會因為我是女生，就表現的一副弱小的樣子，我會站出來，對每一個人大聲說，不可以因為是女生，就對女生有不公平的對待，要對每一個人公平！

215 黃暉理

如果我是女孩，我覺得沒有甚麼差別，只是性別更換成女生而已，我一樣會喜歡運動，一樣不喜歡讀書……，很多事都是跟原本的一模一樣，所以如果我是男孩或女孩，都沒有差別，但是，如果我是女孩，或許會比較細心，對待人的態度也可能會不一樣。

101 黃子齊

如果我是一個女生的話，我想我的生活可能會變得完全不一樣，有可能因為身材的關係遭受他人的冷嘲熱諷，也有可能被具有刻板印象的人們要求不能夠做特定的事，天啊！沒想到當一個女生竟然會遭受到這些事，但是，現今男女生漸漸會互相尊重，以上的歧視相信會越來越少。

215 曾思凱

如果我是女孩的話，我會繼續充實自己的能力，然後成為一位在社會上成功的人士，向一些對女生懷有刻板印象的人們，說明女性絕對不會輸給男性，我認為為做一件事不會因為性別而會有所不同，最重要的而是有沒有認真做、努力做，才會得到豐碩的果實！

220 覺偉倫

何謂積極性差別待遇

人因為後天環境與先天能力的不同，而形成不公平的生存競爭或教育機會的不均等，必須藉由教育或法令的後天力量加以補救。



時事觀點

<http://www.adaymag.com>

#If I Were A Boy，是外國網站 Elite Daily 發起的一場為女性發聲的活動。雖然我們從小就被教育“男女平等”，每個人都可以自由公平地去追逐自己的夢想，但長大以後，我們卻明白這一切不過是殘酷現實中的美好理想罷了。……

雖然相比起舊社會，現在已經有了很大進步，但無可否認，還有為數不少的地方須改進，所以 Elite Daily 特意邀請了女性員工寫下如果自己是男的，會有怎樣不同的做法。（以下摘錄部分內容）

#If I were a boy I'd appreciate a girl's ability to express her emotions.

如果我是男的，我會很讚賞女性表達自己情緒的能力。



#If I were a boy I would keep my hands to myself.

如果我是男的，我會管好自己的手（意指不會隨便去觸摸別人）。



#If I were a boy I'd never use the phrase "Like a girl" as an insult.

如果我是男的，我絕對不會用“Like a girl”這種話來諷刺詆毀別人。



剪下截角，06/08 前投至輔導處抽獎箱，抽出之幸運兒將可獲贈小禮物。
班 級：_____ 姓 名：_____

讀完第 4 頁 Lupita Nyong'o 的故事後，你覺得自己具有的內在力量是：_____

（最少 10 字）3



奧斯卡女配角 Lupita Nyong'o 真情告白 別讓外表決定你的價值

2014/04/08 (<http://blog.cw.com.tw/blog/profile/220/article/945>)

以「自由之心」Twelve years a slave 拿下第 86 屆奧斯卡最佳女配角的 Lupita Nyong'o，戲裡的演出令人動容，血淚詮釋了名為派西 Patsey 的黑人女奴，面對惡劣時代的堅毅奮戰。Lupita Nyong'o 主修電影及戲劇研究，曾自編自導紀錄片，而自由之心是她第一步躍上大銀幕的處女作，甫一登台，就獲得了各界影評和獎項的肯定。

以黑馬之姿火紅竄起，Lupita 除了感謝，更希望好萊塢裡頭能有更多黑人明星的臉孔。於奧斯卡前她在 Essence Black woman 的一席演講，更會讓我們反思所謂「美」的定義。這麼一位漂亮的黑人女星，在大眾面前，坦承她曾對自己的黑皮膚感到無比厭惡，花了一陣子時間，她才能接受最真實的自己。Lupita 分享了一封來自黑人小女孩的信。信裡的她這麼寫…

親愛的 Lupita,

“我覺得妳很幸運，在星光熠熠的好萊塢之中，你能以一個黑人女星的姿態如此閃耀。我原先已經打算要去買漂白藥劑把自己染白了，直到我發現了你，我才知道原來黑皮膚，其實也可以漂亮的，其實也可以是被認可的…”

聽到這兒，或許所有人都跟 Lupita 一樣感到心痛。當你打開電視，眼光所即都是和自己膚色不同的人，而這群人被定義為「美麗」，你會怎麼想？Lupita 接著說出自己的故事，曾有一段時間，她完全不認同自己的長相與膚色……

“曾經，我覺得自己一點也不漂亮。我打開電視機，結果看到的是一個又一個白皮膚的女星。在現實生活裡，人們取笑並以嘲諷我如夜色般的黑皮膚為樂。我還記得當時我每天這麼向上帝祈禱：「我希望我一覺醒來之後，會看見白皮膚的自己。」”

我每天晚上都這麼用心地祈禱，但是每天早上我照鏡子望向自己，只看見黑如夜色的皮膚，我對自己有了無窮無盡的失望。我甚至這麼和上帝打商量，我發誓我會乖乖聽媽媽的話，不會忘東忘西，只要他願意把我變得「白一點」。

當我來到青少年時期，可想見的是，我對自己厭惡的情緒上昇到極高峰。儘管我的媽媽總是不停地告訴我「你很漂亮」，但我總撇撇嘴不當一回事，她是我的媽媽，她總該偏心的覺得自己的女兒漂亮吧。

直到她的出現，Alek Wek, 一個令人驚豔的黑人模特兒，我們在伸展檯以及各大雜誌封面上都看見她的身影，人們討論著她有多迷人。我當時簡直不敢相信，人們居然會認為一個和我一樣「黑」的女人是漂亮的。我的膚色一直都是我最厭惡自己的地方，而突然間，我相當困惑的發現，一直以來我原來都錯了。

此刻，一朵花在我心裡頭綻放，當我望向 Alek Wek, 我在她身上如同池畔倒影一樣地看見了自己。而現在，我走的每一步，都讓黑皮膚的我們更被看見，更被欣賞，更被放送「美麗定義」的媒體接納。但同樣的，我們當然也必須承認，大眾對於「白膚等於美」的想法仍相當根深蒂固，而這更會影響到電視機前的她們。……我媽媽總告訴我說：

「美麗，是不能吃的，別用美麗餵養自己。」我也想说永遠不要用你的長相定義你自己，你的外表無法決定你的價值。真正永垂不朽的美麗，來自你對你自身以及身邊的人的關愛，那會活躍你的心、振奮你的靈魂。我想起我在自由之心裡頭扮演的角色派西 patsey，直至今日我

仍記得當年的她，儘管她美麗的軀體早已腐朽，長存我們心中的是她美麗的精神。

正如當年 Alek Wek 對我曾有過的重大影響，我期許自己也能帶給所有黑皮膚的女孩正面影響力。年輕女孩，請你相信自己、喜歡自己，黑皮膚是很漂亮的。除了外在的漂亮，你更要努力探求自己的內在能量。外在的美麗終會逝去，但內在的美麗，永垂不朽。

～ 生而為人的價值不該只單單反映在外表的美麗上，

更該反映在永垂不朽的內在力量～



超級名模
Alek Wek

