

	《3 月號》
	發行單位：輔英科技大學學務處諮商輔導中心 出版日期：96/03/01 創刊日期：91/10/01 發行人：盧力華學務長 總編輯：楊瀚焜主任 編輯：陳淑慧 位址：行政大樓 3 樓 電話：分機／232；專線／7820807 E-mail：friend@mail.fy.edu.tw
No.37 Mar-2007	

可以修鍊的聰明

吳淡如

也許我們並不想改變世界，
但我們可以每天實現一點小小夢想。

▶行動使妳超脫困境

女人不要妄自菲薄。做小事，也可以有大成就。

有 2 屆的諾貝爾和平獎，得獎者都是女人，她們的故事可以給在逆境中的女人很豐富的啟示：

2003 年和平獎得獎者是伊朗的女作家艾巴迪，她是伊朗有史以來第一位女律師，也是一位甚具魅力的演說家。現年 57 歲的她，一直在法庭上為自由派人士辯護。她在極端重男輕女的社會裡是一個異類，隨時可能會沒命，然而，她卻不在乎任何針對她人身安全的威脅，就算好幾次遭遇當局監禁，也不改其志。

在那樣的逆境裡，還能夠為理想奮鬥，絕不像我們只要對自己說「加油」就可以，她要對付的環境，比電影「明天過後」裡的大風暴還要狂野。這世界上有一半以上的女性，都還活在逆境裡，隨手舉個例子，就令人毛骨悚然。

連對婦女不算最嚴苛的沙烏地阿拉伯，也曾發生這麼一則令人印象深刻的事件——有一名寡婦從父親和先生那兒繼承的遺產都被兄弟搶走了，她生氣的威脅兄弟要報警處理，兄弟們竟聯手把她關起來，11 年來給她果皮麵包過日子，讓她瘦得皮包骨，不久前她因肚子劇痛，才被送進醫院動手術，醫生竟從她的子宮中取出 9 枚

戒指、3 條項鍊和 3 袋錢！原來，她為了怕僅剩的「老本」給兄弟們拿走，才把這些財物都塞進子宮裡。只有子宮裡的東西，才是真正屬於女人，婦女的困境不言可喻。

不久前，艾巴迪發表的演說，大膽指出：「回教世界要婦女戴面紗，不如教婦女好好用她們的腦袋。」這句話在我們聽來是至理名言，卻不知又為她惹來了多少人身威脅。一個女人能在那樣的逆境中奮鬥，誰能不說她了不起？

▶小行動脫離大困境

2004 年得獎人也是一位女性：東非第 1 位女博士馬塔伊。她是肯亞綠帶運動的倡導者，從 27 年前起，就創建了一個全國婦女委員會，鼓勵鄉下婦女種植樹木，而且從樹苗中獲得酬勞，目前已經種了 30,000 棵樹，擁有 6,000 多公頃苗圃，對於阻止土壤沙漠化和防止飢荒上，已有卓越貢獻。當然多年來，她也因為與某些團體的利益衝突，面臨多次被抹黑、生命也常受到威脅。

馬塔伊的名言是：「我們往往著眼於龐大目標，卻忘了任何人都可以貢獻微薄力量；也許我只是在這兒種下 1 棵樹，但如果數 10 億人都開始行動，那麼結果一定很驚人！」

這 2 位和平獎得主都是女人，她們的成就也有十分女性化的部分：她們都不是好大喜功的世界和平先驅，都發揮了管家婆的本事，從瑣碎的、小的地方開始做起，而且從不懈怠、正氣凜然的對著全世界嘮叨下去。

比較起來，一般平凡管家欠缺的或許「只」是「正確方向」、「宏觀視野」和「大愛情懷」的堅持而已。頒獎給這種了不起的女人，確實比頒獎給政客或宗教領袖們高明，看來諾貝爾獎的評審們也漸漸認同世界和平的維護，還是不能缺乏女人的堅持吧。

女人較腳踏實地，比較不會好高騖遠，比起男人來，較願意在「不可能」中盡自己小小的努力。也許我們並不想改變世界，但我們可以每天實現一點小小夢想。像馬塔伊一樣，種 1 棵樹，算 1 棵，不必目標遠大，但得持續不懈，只要我們沒有放棄，總有一天，生命的沙漠會變成綠洲，樹會長高，氣候會改變，足以讓我們在自己創造的夢想中好好休憩。

（資料來源：【寫給女人的生涯企劃書】）



心靈電影院—《跳格子的女孩》

簡介：此部影片觸及「婦女的階級差異與經濟勞動」相關問題，在經濟全球化的趨勢下，婦女的經濟勞動處境仍然相對弱勢。《跳格子的女孩》訪談近 10 位亞洲、中東、非洲、中南美洲等第三世界國家的小女孩，她們才 10 來歲，卻已經擔負著 80% 成人世界的勞務工作；有些小小年紀卻即將出嫁，平時以撿垃圾維生、有些為人幫傭遭顧主虐待、有些是姐代母職的小媽媽；非洲女孩必須忍受割陰蒂的劇烈痛苦、回教國家的女孩則必須全身包裹。童稚的面龐一面談著自己每天多如牛毛的工作，一面表達受教育的渴望，也夢想著美好的未來。

導覽者：劉一蓉老師

時間：3/22(四)，1800-2000

地點：C101

可蓋護照章及心靈集點卡，歡迎踴躍參加！



心靈 Blog—性別法規宣導

諮商輔導中心為協助本校「性別平等教育委員會」宣導相關性別平等業務，在中心網站彙整有性別平等相關之校內、外的法律規定，讓您了解己身相關之權利及義務，歡迎上網參閱。（搜尋路徑：本校網頁→行政單位→學務處→諮商輔導中心→法規章程）

校內法規：

- ☺「校園性侵害或性騷擾防治規定」
- ☺「性別平等教育委員會設置要點」
- ☺「性別平等教育實施準則」

校外法規：

- ☺教育部「性別平等教育法」
- ☺教育部「性別平等教育法施行細則」
- ☺教育部「學生懷孕事件輔導與處理要點」
- ☺教育部「各級學校及幼稚園通報兒童及少年保護與家庭暴力及性侵害事件注意事項處理流程」
- ☺內政部「性騷擾防治法」
- ☺內政部「兩性工作平等法」



心靈書坊—寫給女人的生涯企劃書

作者：吳淡如

簡介：

漂亮，讓男人看得見；聰明，讓男人看得起。

擁有屬於妳的生涯規劃，自己永遠看得起自己。

在這個多變的時代，要談生涯規劃，一定要有幾個原則——

- 一、生涯規劃一定要由自己規劃。
- 二、好漢做事好漢當，自己選擇的路，不管成功失敗，都要有承擔的勇氣。
- 三、就算人生路大致符合自己的生涯規劃，但未必就表示從此一路幸福快樂。

我們都必須改變，只因世界正在改變。若不把改變當成生活的養分，那麼，終其一生無所得。加油，永遠給自己機會，不要失去讓自己感動的可能，不要害怕精采人生！



心靈超好康—心靈集點卡

心靈集點卡 發卡單位：輔英科技大學 學生事務處 學生諮詢中心

姓名：

凡參與學生諮詢中心舉辦之心靈成長活動，例：心靈電影院、專題演講、座談會、成長團體等，每參與一場活動即可蓋心靈小點1點。
 集滿15點換精美小禮唷 集滿10點換愛語小禮唷 集滿15點換高節小禮唷
 活動於96/06/30截止，禮物數量有限，換完為止，歡迎踴躍參與。

學生諮詢中心服務資訊

- 服務地點：行政大樓三樓
- 洽詢電話：07-7811151#222
- 輔導專線：07-7820807
- 郵件信箱：friend@mail.fy.edu.tw
- 中心網頁：<http://www.data.fy.edu.tw/student/counseling/index.htm>

學生諮詢中心服務項目

- 諮商晤談
- 學生輔導活動、心理健康講座
- 心理測驗
- 導師輔導知能研習
- 真心障礙學生輔導
- 視聽圖書借閱
- 學生申訴案件收件
- 校園性騷擾、性侵害事件收件
- 培訓、指導熱心服務派
- 編輯、發行心靈成長文宣刊物

95 學年度凡是有參加諮商輔導中心所舉辦的心靈輔導活動，如：心靈電影院、專題演講、自我成長團體等，皆可領取心靈集點卡集點兌換小禮唷！數量有限、行動要快，發完為止。(領取地點：行政大樓 3 樓諮商輔導中心)