

臺北市立成功高級中學牧心專刊

(高一、高二、高三篇)

107/11/1 出刊

主編：巫志忠、姜懿芸 編輯：陳怡如、林上能、呂學侃、游于萱

輔導室：求是樓二樓 電話：23216256 轉 241. 242. 243. 244

E-mail：counseling@cksh.tp.edu.tw



「生涯」新資訊

■ 方案宣導(高三)

教育部 108 年度「青年教育與就業儲蓄帳戶方案」宣導資料如附，請高三輔導股長向班上同學宣布後公告，若有意願或想再深入了解之同學可與輔導老師詢問、討論。

■ 校外活動搶先報

1. 政大 2018 包種茶節訂於 11 月 3 日 (六) 10:00-16:00 舉辦，活動內容包含學系博覽會、校系簡介、學系探索遊、學系深度座談、政大之聲現場直播等，歡迎同學踴躍參加。
2. 中原大學 2018 校系博覽會訂於 11 月 17 日 (六) 9:00-16:00 舉辦，活動內容包含校系介紹、專題講座、各系館開放參觀等，歡迎學生參與。
3. 臺北市青發處 11 月份達人開講講座，11 月 4 日邀請鄭麗燕法官分享三十年法官生涯的體會、11 月 17 日邀請 mayaman 蔡侑霖分享自學馬雅文字及踏上馬雅大地考古的經驗，歡迎有興趣的同學可參閱青發處網站或學校首頁公告。

■ 校內活動訊息照過來

1. 大學校系介紹系列講座已開放報名，欲參加之同學請上特色課程學習歷程平臺報名！

1	11月9日(五) 12:15-13:00	陽明藥學暨醫藥衛生 學群介紹	陽明藥學系 林滿玉主任	四維樓 5 樓閱覽室
2	11月16日(五) 12:15-13:00	成大電機系介紹	成大電機系 劉光浩教授	四維樓 5 樓閱覽室
3	11月28日(三) 12:15-13:00	臺大工商管理學系	臺灣大學工管系 黃俊堯教授	四維樓 5 樓閱覽室
4	11月30日(五) 12:15-13:00	臺科大工學院介紹	臺科大化工系 曾堯宣教授 註冊組 曾思珺專員	四維樓 5 樓閱覽室
5	12月3日(一) 12:15-13:00	清大理學院介紹	清華大學物理系 劉怡維教授	四維樓 5 樓閱覽室
6	12月4日(二) 12:15-13:00	臺大國企系介紹	臺灣大學國企系 王之彥教授	四維樓 5 樓閱覽室

2. 香港科技大學留學說明於 11 月 2 日(五)17:10-18:00 求是樓 1 樓第一視聽教室舉辦，欲參加之同學請上特色課程學習歷程平臺報名！
3. 各項生涯或升學相關訊息，請持續留意學校首頁【生涯 / 升學訊息】公告。

同學們可以運用以下生涯相關資源，及早探索自己的興趣以及發展進路喔！

			
2018 博客來推薦書單 認識各學院的好書	104 升學就業地圖 科系與職業介紹	成功直錄播平臺 辦理過的生涯講座	大學問 豐富的大學資訊



成功男孩「News」加油站 (引自國民健康署青少年網站「性福e學園」-我的身體我做主)

正視身體自主權與身體界限

2017 年底「#Me Too」運動在全球發燒，越來越多過去曾遭受性騷擾與性侵害的受害者站出來勇於為自己發聲，也讓我們了解到在生活中許多與性及性別有關的言論、視覺上的圖片與影片、肢體動作，如黃色笑話、色情圖片與影片、具性暗示的手勢等，都可能構成性騷擾，而「身體自主權」與「身體界限」的概念也越來越需要被重視。

每個人都是世上獨一無二的生命個體，都具有身體自主權。身體自主權是指一個人對自己身心管理與主張的權利及能力。身體是一個人最寶貴、最私有、最初也是最終的財產，所以**每個人都有為自己身體做決定的權利，不論是生理與心理所感受與覺知到的，個人都有權利決定自己願不願意**。從身體自主權延伸出來的概念就是「身體界限」，是指一個人可以暴露出來讓他人注視，或容許他人碰觸的**限度**。它會因對象、時間、年齡、性別、情境以及目的之不同而改變，但是**皆由個人自主決定**。例如同樣是拍肩膀，父母親、兄弟姊妹、好朋友、陌生人拍你肩膀時，給你的感受卻可能是完全不一樣的，如果對方的碰觸會給你快樂、親密、溫暖、安全的感受，你可能就會容許他的觸碰；但如果對方的碰觸給你噁心、害怕或起雞皮疙瘩的感覺，你就會拒絕、閃躲這樣的身體接觸，是看你和對方的關係而決定。

因為每個人都是自己身體的主人，都具有身體自主權，所以你應該要了解自己身體的界限在哪裏，同時清楚的讓別人知道。**當我們不願意讓別人碰觸自己的身體，不願意經驗讓我們不舒服的感受時，我們有絕對的權利說「不」來保護自己不受騷擾**。同樣的，當我們與別人互動時，如果對方表達他的身體界限，表達他的不舒服時，我們也應該要學習去及時察覺，尊重對方的身體自主權，這樣才不會造成別人的困擾或傷害，也能避免性騷擾或性侵害等與性或性別有關的侵權事件發生的可能性，請各位同學務必注意，並讓自己成為懂得尊重自己與他人的成功人喔！



冷靜拒絕，勇敢說：

不！