

# 輔導雙月刊

第54期

## 性平停看聽-【尊重自己和別人的身體自主權】

每個人有捍衛自己身體的權利，未經允許的碰觸或騷擾，都是不尊重他人的行為，如果當事人覺得人格尊嚴受到傷害，就有性騷擾嫌疑。彼此尊重，隨時覺察是否影響到別人的感受，如此才能營造出友善、平等、尊重的性別相處環境。



發行人：鄭忠煌  
主編：陳淑媛  
編輯：中學輔導室  
協辦單位：導師、國文老師  
發行單位：東莞台商子弟學校  
發行日期：2021/12/16



### 性平教育——性平停看聽

1002 吳仲惟 / 指導老師：高慧吟老師

社會上性平教育的開展以及性別平等意識的覺醒，是自由在不斷擴充下的一大躍進。

我們所支持的「天賦人權」宣導「人生而平等、自由」。為此，聯合國發起一項名「為他為她」的運動，希望終結性別不平等現象。其間流傳甚廣的一個口號：「作一名無心的女權主義者」使我對這項運動的內涵有了更深層的理解——女權主義並非是洪水猛獸，而是在不平等對待下的女性對社會制度、風氣的本能反抗，是對自由、平等有聲的呼救。

由於男女的身體構造不同，所以自古以來就盛行男性外出獵食，女性留家看守的生活習慣，各司其職。但也正因如此，體能更為強悍、掌握食物獲取來源的男性逐漸開始控制、支配社會資源，出現皇帝等一方男性統領。在中國古代，男孩被要求讀四書五經、能曉勇善戰，女孩子則是守女德，不允許參與朝政。久而久之，在現今倡導男女平權的社會大背景下，仍然出現帶有性別刻板印象的話語：就好似女性積極參與各種社會事項就會被人多嘴地評價為愛「拋頭露面」，而男性喜歡化妝就是做作矯情。而我們也不得不承認，這個世界對女性總是更為苛責——不顧家就是不負責任，不會賺錢就是沒有能力，不能家庭事業兩不誤就是一個不合格的母親。由於性別刻板印象和母親光輝形象的過度渲染，女性似乎應該在守規矩的同時又要無所不能。在相同條件下，相對沒有家庭約束的男性普遍更容易找到工作，而「女強人、女上司、女司機……」似乎與這個世界格格不入；然而，當社會不斷產生對女性能力的歧視和壓迫時，年輕男性也會為自己不夠「男子漢大丈夫」而產生焦慮，造成對男性成功的扭曲理解，變得脆弱和不安。

因此，性別不平等所傷害的是社會發展的根基——即人的自信和自尊。缺乏自我肯定的人生是無法通過獲取幸福感來創造價值的，而缺少新價值支撐的社會將會不斷地內消，走向文明的退步，動蕩不安。



### 請不要靠近我

1007 江紫瑤 / 指導老師：竇少彤老師

那天夏天很熱，雖然已經是六點，但空氣悶的喘不上氣，沒走幾步就汗流浹背的。白雲把天空遮的密不透風的，許是把調皮的涼風攔住。

我急著回家，步伐很快，額頭不斷流下豆大的汗，書包與後背接觸處更是難受的要命，我把校服外套脫了，才覺得有些涼快，繼續趕路。

每天放學都是我期待的時候，因為只有這段短短 20 分鐘的我是最放鬆自由的，不需要隨時捧著個單詞本或是語文書，只需要一點廉價的零食，或是舒服的冰棍陪伴我就好。

外套怎麼抱都不舒服，乾脆就直接領著，反正回家也要洗了。

走過一條馬路，一個揹著黑色雙肩包，看起來是外國人的男子向走過來。

我當時還在幻想著今天看的那部小說，我就是那個女主角，面對肌肉男的威脅，面無表情的把他們全打趴下。所以見到人走過來的第一反應竟是愣了一下。

很有可能是問路的吧？畢竟人生地不熟的。

他操著一口我聽不懂的語言，不是英文，也不是韓文日文，在我的認知裏我沒聽過，我當即大腦一片空白。

直到，直到他的手有意無意的從我的胸部拂去，微妙的觸感讓我猛地一顫，那個外國人立刻轉身往我來的方向走，在我轉頭看向他時，他還擺擺手表示自己沒事。一副無害樣。

旁邊有人看著，有抱臂看戲的大媽，有騎著電動車等客的大叔，也有幾個路過看幾眼的同齡人，但每一個人都沒理我。

我覺得很不對勁，他走過來時我就覺得不對勁，外國人怎麼可能會向學生問路啊，聽不聽得懂是一回事，但那一下讓我很不舒服，很不舒服。

我看著他離開的背影，反應過來了，女主角揍人的熱血情節在我腦中幾倍速的上演，我衝了過去，狠狠的踹了他一腳。

原本還在看戲的人們立刻過來指責，指責我為什麼欺負外國人。我看到有人在拿手機拍我，我連忙捂著臉落荒而逃。

逃啊逃啊，我掉進了一個深淵，深不見底。

我猛地一起身，急促的呼吸，入眼的是黑色，夜幕的黑，窗簾緊閉著，兩隻手緊緊的抓著薄被，額頭不知何時開始滿頭大汗。

原來是夢啊

我起身下床喝水，客廳裏的月光從窗外映來，照到了，茶几旁的垃圾桶裏，裏面是一件被我團起來扔掉的外套。

回到床上，我蜷縮在角落，好像這樣有安全感。發著發著呆，眼淚便落了下來。

我沒有追上去，也沒有踹那一腳，真實的我裝作什麼事也沒有發生似的轉身離開。

一切的一切，都不過是我的夢。

我沒有女主角逆天的力量，也沒有女主角無謂的勇氣。我害怕。

請你離我遠一點，請尊重我的懦弱。

我輕輕的哼道：“裙子輕舞落寞，美麗又不是她錯……”

於社會，這種事情並不少見，無論是什麼場合。同事之間應該互幫互助，同學之間應該和睦相處。這樣侵犯他人利益的事情，更是要避而遠之。女孩很膽小，不敢說出實情。不要讓加害者得寸進尺，讓受害者深陷“沼澤”！

（根據真實事件改編）



701王資涵／指導老師：鄭衣婷老師



## 性平教育—性平停看聽 之一

1002 黃思綺／指導老師：高慧吟老師

性別平等是現在人很常會忽略的問題，尤其是性別刻板印象，類似於女生就應該怎麼怎麼樣，比較常見的還有男女同工不同酬。大家普遍的認為女生就是不太會做事，所以給的薪資比較少，可是其實不管男生或女生只要工作時長是一樣的，那就應該平等對待。還有一個就是男生也應該給育嬰假，因為小孩在成長過程中不應該把帶小孩的責任全給母親，而且也不是只有母親的陪伴就好，小孩也需要有父親的陪伴。

性別平等強調男女公平對待，不能重男輕女，或重女輕男，以前大家總認為男生比女生重要，男生可以傳薪火之類的，於是



## 性平教育—性平停看聽 之二

1002 陳睿庭／指導老師：高慧吟老師

中華傳統思想「重男輕女」「女子無才便是德」……這些都顯現了性別不平等的現象，但在現代生活中，不止女生，男生也有可能遭遇性別不平等的現象。

但大家生來都是人，為什麼不同性別的人間要產生忽視，甚至以歧視的眼光去看待對方。

在國中的某一節課，忘記之前在講什麼內容，有一位男同學說了一句讓人非常不舒服的話：「女人都是生孩子的工具。」此話一出，班裏的女生都紛紛跳出來反駁他說的話。女生也可以有自己的生活、工作、興趣，而不是像古時候一樣大門不出，二門不邁，在家相夫教子。其實性別平等，說白了就是互相尊重，互相包容、理解。

也正是男女間的不相同，才讓這個世界有了更多的色彩，所以，要互容尊重，為性平做更多的行動吧！



## 性平教育—性平停看聽 之三

1002 范瑞芸／指導老師：高慧吟老師

性別平等教育在當今社會是非常重要的，因為在以前的時候，許多家庭重男輕女，甚至在懷孕的時候發現是個女嬰就跑去打胎，這種現象也導致了男女比例失調，造成了許多男性到老都是單身以及社會中產生了許多犯罪問題。

在日常生活中，也經常可以看見許多父母對兒子噓寒問暖，卻對女兒不聞不問，就像是陌生人一樣。性別平等教育，也包括了性別刻板印象，例如說：只有男生才能打籃球，女生打籃球就會被嘲諷說：女生那麼柔弱，打籃球肯定會摔跤，而且球都投不進；只有女生才可以玩芭比娃娃，而男生玩卻會被說是娘娘腔。有一次，我在小區裏面打籃球，我聽見有個男生很小聲的說：「原來女生也會打籃球哦……。」我在心裏默默翻了一個大白眼，女生為什麼就不會打籃球了？說不定有些女生打的比你還好呢！

所以性平教育真的特別重要！都 2021 年了，還有許多人重男輕女，有些國家的女性在過去甚至不能開車、出門，只能在家生兒育女，做家務。武則天都能當皇帝了，女生為什麼就不能繼承家業呢？



701楊仔安／  
指導老師：鄭衣婷老師



## 性平教育—性平停看聽 之四

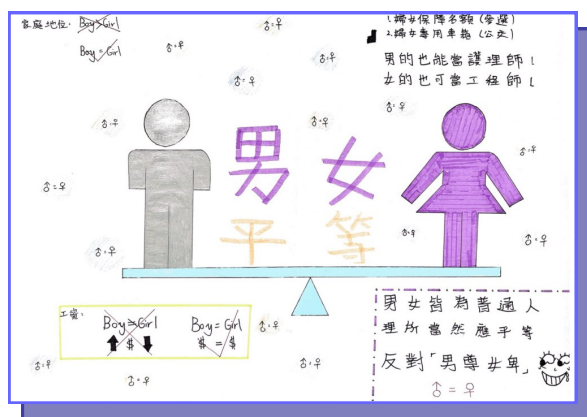
1002 黃妍晰／指導老師：高慧吟老師

性別平等一直是一個充滿熱度的話題，而現今對於性別的刻板印象與性別歧視卻一直充斥在這個社會當中。所以我覺得這是一個非常值得重視並好好討論的話題。

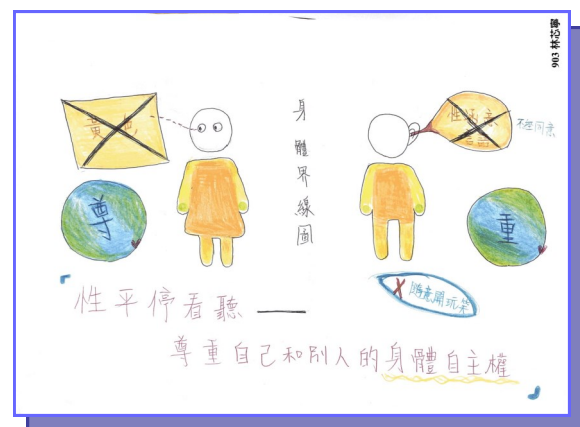
不論在社會或學校當中，關於這類話題的新聞層出不窮，經常能看到職場中因為性別不平等導致差別待遇、同工不同酬的問題，或是因為性別刻板印象而讓女性失去某些工作的機會……我覺得這些問題都是公司經營者與全民價值觀需要反省與改進的。

在學校中，同儕之間的性別刻板印象更為嚴重，普遍會因此而導致某些同學遭受排擠、人身攻擊，使得他們無法自由平等地做自己，而這也成為我們常常看到校園霸凌等新聞。

我希望在現今社會當中可以多推廣性平教育，讓大家都意識到這個問題，並且重視。這類新聞也可以慢慢消失且不再發生。



903 郭怡君／指導老師：黃玲錚老師



903 林芯寧／指導老師：黃玲錚老師



903 鄭湘霓／  
指導老師：黃玲錚老師



## 尊重彼此，避免性別刻板印象

1002 陳姿允／指導老師：高慧吟老師

現如今「性別」已成為了我們生活當中一個很熱門的議題。當然不同的人，存在種族、國家地區、年紀等各種差異，對「性別」這個議題也有著不一樣的思考與想法。

傳統社會中普遍有重男輕女的觀念，例如：好的資源總是留給男生，甚至早些年還會有「只要讓男生去上學讀書，女生就只需要在家裏學好家務活，沒有讀書的必要」的想法。這都讓許多女生遭受不平等的待遇，長大之後在工作的選擇及競爭上都處於劣勢的狀態。

除了女生，實際上男生也遭受了許多因性別而導致的不平等。在許多人心中對男生的印象都是「堅強」、「勇敢」、

「很酷」、「喜歡藍色」等，可是在現實生活中卻不全跟這些刻板印象相符。當一個女生和一個男生喜歡的玩具同樣是芭比娃娃時，我們往往會對那個男生感到疑慮甚至有人還會透露出怪異的眼光。男性護理師、男秘書等都會遇到類似的情況。

隨著性平觀念的宣導，男女平等這個觀念也逐漸進入人們的心中，我們開始更客觀的看待性別這個議題，相對弱勢的群體也開始為自己發聲和爭取權益。我認為不管是男生還是女生，我們的地位都是相等的，並沒有誰比誰高貴、誰比誰優秀。我們應該要做的是主動去瞭解不同性別之間的差異，尊重彼此，在彼此不方便或困擾的時候能夠體諒、理解對方，甚至伸出自己的援手去提供幫助，而不是冷眼相待或是落井下石。



## 請尊重我發展我自己身體的權力

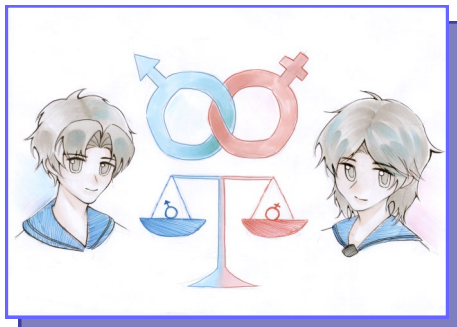
901 楊子喆／指導老師：李佩純老師

聯合國：「我的身體是我的，我的身體我做主！」這一番強而有力的話，正是保障大家身體自主權的基礎。身體自主權人人皆享有，人人皆不可被侵犯。

「傳說中的長髮美人竟是他？史上最強新人！與高爾宣和楊士弘等人一同角逐獎項」，新聞上正熱烈地報導這位史詩級新人。穿著一身黑西裝，留著一頭黝黑長髮，走在星光紅毯上的持修，曾連奪許多獎項，自信的他從不畏懼他人異樣眼光。持修曾在一次採訪上說：「雖然有許多人都瞧不起留長髮的我，取笑我是個怪咖，但我從不在意，因為身體是我的啊！」持修有著少女般的臉龐，喜歡把自己打扮得漂漂亮亮的，雖被冠上「娘娘腔」或「怪咖」的稱號，他仍持續做自己。有一天他終於被發掘，性感的聲調與宛如少女般的精緻臉龐，替他圈起了一批又一批的忠實粉絲，也在音樂界靠著自己獨一無二的形象打出一片天。「留長髮的男生有什麼不好？」他總是笑著說道。

來自美國的女歌手 Pink(粉紅佳人)在頒獎典禮上說著自己的女兒被人嘲笑媽媽太男生一事：「你有看過我留長髮嗎？『no, mom.』你有看過我為他人改變自己嗎？『no, mom.』你有看過如此男性的我演唱會門票銷售一空嗎？『yes! mom!』」Pink 霸氣回答在學校被笑的女兒。Pink 從小也被笑「太壯」、「不淑女」，但他不當一回事，他認為掌控身體的權力操之在己，何必為他人改變？人與人之間要尊重彼此的身體發展權。「看似男生留短髮的我，看似男生般強壯地的我，看似行動如男生般野蠻的我，究竟有何不可？請尊重我發展我自己身體的權力！我就愛如此有男子氣概的我！」Pink 在頒獎台帥氣地撂下這句話。

「姿態英勇」的女生及「嬌弱溫文」的男生究竟有何不可呢？Pink 和持修都展現了不同層次的美，不畏懼各種酸言酸語，勇敢做自己！讓我們尊重你我身體的自主權，看見每個人獨特的美！



803 高詩涵／  
指導老師：陳蕙美老師



## 肢體接觸是不能越界的

901 陳孺嘉／指導老師：李佩純老師

隨着社會的變化，許多舊時古板的風俗習慣漸漸消失，新的思維取而代之，如男子可當「家庭煮夫」、女子也可以外出工作。男女的地位漸漸平等了，但是對彼此身體自主權的尊重，我們還是有很多要學習的。

社會的進步，讓「祝英台們」在讀書一事上，不必再扮男裝才能外出求學，男女同學在求學各階段都可以同班，共學共玩，因此，對異性的情愫在相處中漸漸醞釀，班對慢慢出現。校規也與時俱進，不再那麼死板：不反對異性談戀愛，但——肢體接觸是不能越界的。對於一些意志力薄弱的同學，一次次的牽手有可能演變成親密接觸，若每一次都答應對方放寬一些界限，結果當然是越來越隨意，觸犯校規。師長們為了制止此類行為，總是苦口婆心。其實，若是想清楚了，在我們這個年齡段並不具備對彼此負責的能力，保持距離、共同成長才是最好的道路，那麼，我們就會尊重對方，不越界。

除了男女朋友外，同學之間不論同性亦是異性，也要相互尊重。青少年時期，大多第二性徵也都顯現了，觸及到他人隱私，在兒時是童真，在此時是不尊重且不禮貌的行為。父母的耳提面命：「只有尊重別人，別人才會尊重你。」一個人如果隨意觸碰他人身體，給他人的感覺就是「你也可以用同等態度對我，我不在意。」「身體髮膚，受之父母，不敢毀傷。」任意讓別人觸碰自己的身體，是對自己身體的不負責；若因把握不好觸碰的尺度而受傷，也是對父母養育之恩的不在乎。久而久之，「物以類聚」，周圍都將是舉止隨意的人，一個鮑魚之肆就形成了。

這些原因及後果解釋了為何父母及師長時常耳提面命：愛護自己的身體、互相尊重是必需的。



## 每個人給自己定義的「身體界限」不同

901 楊傑伶／指導老師：李佩純老師

以前從來沒有注意過什麼是「身體自主權」，這次看了「身體自主權」的解釋后，我不禁被嚇了一跳：原來，身體自主權，可以離我們這麼近！

所謂「身體自主權」，網上給的解釋是：一個人對自己的身心管理與主張的權利及能力。聽起來可能有些艱深，但是以我自己的角度來解釋，就是當別人的言語或動作侵犯到了自己的身體忍耐度的話，這個人就算侵犯到了我的身體自主權。

每個人的身體忍耐度不同，有的人允許陌生人摸一摸頭，有的人甚至連手也不給握，這種「身體忍耐度」可以用「身體界限」來代替。每個人給自己定義的「身體界限」不同，因此我們要尊重每個人的界線，不要因為不了解別人的界線所在，而使雙方都不愉快。

為什麼我一再強調「身體界線」這件事呢？因為我認為，「身體界線」是與「身體自主權」最密不可分、且眾人最容易忽視的，生活中常常出現與「身體界線」相關的事例，就牽連上了「身體自主權」。例如：初次見面爸爸媽媽的朋友時，對方可能會為了表達自己的善意，而摸我的臉或頭，這時候我的內心就會產

生強烈的反感，因為他（她）越過了我的身體界線了，這種情況下，身體自主權的重要性就顯現出來了。

還有一種生活中很常見的情況，也是違反了身體自主權，那就是男同學之間經常愛開黃色笑話。男同學自己講黃色笑話時，本人可能沒什麼感覺，殊不知，這樣的行為可能已經讓周圍的同學感到不適了。

那麼，如何尊重、維護自己與他人的身體自主權呢？依據上述所舉的兩個實例，我得出了以下方法：一、清楚地跟對方說明自己的身體界線，並希望對方不要逾界；二、自己也不要隨意觸碰對方的身體，哪怕自己認為沒什麼，也要為對方着想，經過對方同意後，才可進行接觸；三、男同學說黃色笑話時，如果已經讓內心感到不適及反感時，應立馬制止他們的行為，並說明他們的行為已經給自己帶來了不適。



## 尊重自己和他人身體自主權

901 陳鏡安／指導老師：李佩純老師

每個人都有自己的身體自主權，如果有人冒犯到他人的身體自主權，我們有權利讓他人停止。

互相尊重他人的身體是應該的，比如情侶之間，要互相理解，為對方著想，保持一些空間給對方，如果對方不想做某些親密動作，另一方也要尊重他的選擇。

又或者看電影有時會出現男生笑話女生身材的畫面，每個人都有身體自主權，所以開玩笑也不應該拿別人的身材來開玩笑。這種玩笑也不止在電影出現過，在班級中也常有人會開這種玩笑，比如別人胸太小，身材太胖，太壯... ..不只是男生會以女生的身材作文章，有時連女生自己也不尊重同性。

有一部韓劇的女主被公認的男神學長牽手，拍肩膀... ..，她一開始懷疑是自己太敏感了，於是放任不管，但後來那位學長向她表白，而且在她沒同意的情況下抱著她不放，最後她把那位學長推開了。我覺得她做得很對，因為她不但尊重了自己的身體，不因男神學長而昏頭，也了解真正的喜歡是尊重，不會在對方未允許時胡來。

以前班上常玩「疊羅漢」，不知道男生為什麼對這個遊戲那麼感興趣，每個課間都在玩，幾個人疊在一起，不但危險，又有可能發生衝突。我就看到一兩次有人沒疊好，導致疊的人全摔在地上。後來終於被老師發現，制止了。這些人中有的可能把別人強拉去疊，被夾在中間的人不知保護自己的身體，疊在上面的人沒想過要尊重別人的身體，每個人只想疊在別人背上，讓別人當自己的軟墊，導致惡性循環，停不下來。

身體是我們自己的，我們要學會尊重自己和別人的身體自主權，不能亂拿別人身體開玩笑，也要學會保護好自己的身體。



## 開個小玩笑而已，幹嘛那麼在意？？！

901 陳郁婷／指導老師：李佩純老師

在這多元的世代，男生有一群好姐妹，女生有一群好兄弟早已不足為奇，在我們班上也印證了「男女之間有純友誼」這件事，但不管是同性或異性、關係為何，我們都應該要尊重彼此，不觸犯底線。



公民課上說：身體自主權是與生俱來的，不分種族、不分性別。也正因為如此，每個人所設定的允許別人觸碰自己身體的界線、底線都不同，所以我們不能以「我」來思考，不能抱持著「我覺得……」「我認為……」的想法隨意觸碰別人的身體。

尊重別人要先尊重自己。舉個例子，如果是一個很注重自己形象、不喜歡看到自己醜照的人，那麼，在日常生活之中，這個人應該就不會去拍別人的醜照。在身體自主權上也是如此，當今天我不喜歡別人拍我屁股時，我就需要明確告訴他，我不喜歡，同樣的，我也不能去拍別人的屁股。

另外在平時同學間的交往中，最容易讓人忽略的小毛病：我不過是碰了你一下，開個小玩笑而已，幹嘛那麼在意？這種心態常會使兩人友誼逐漸出現裂痕，比如在不知道對方是否在意勾肩搭背時，就自己湊了上去；在別人蹲下綁鞋帶時，為了貪圖一時樂趣，從別人身上跳過去而造成對方心理上的不舒服甚至是肉體上的傷害。每個「我認為」表達親暱的行為背後，也許是讓對方心裡不舒服的開始，所以，我們應以對方的角度思考做這行為是否正確後再去行動。當然了，對自己無法接受的行為也要勇敢大聲地說「不」，不要讓自己的權益沈默了。

不管與誰相處，都應該尊重，不能隨便，在與他人的接觸上更不能是「只要我喜歡」就好。而身為自己身體的「管理人」，也要維護自己的身體自主權。

## 尊重



禁止性騷擾

903 劉書瑋 / 指導老師：黃玲錚老師

身體，是父母自生下你就給予你的自我財產，是不受到他人的侵犯的，而你則要去適當的保護及尊重。

當有人做了使你不舒服的舉動，你應該要勇敢說不，不應該讓別人可以有一剝削你的身體自主權。身體是自己的，就像沒有人會喜歡別人亂動自己的東西一樣，所以在自我保護的狀態下，也記得要和他人形成互相尊重，才能共善共好，這個社會一切都是互相的，要別人尊重你時，同時也要尊重別人，而且也要對自己的身體負責。

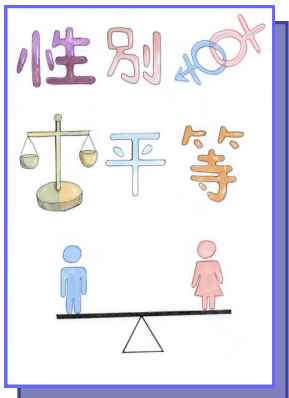
最近新聞上小孩被猥褻或被性騷擾的案件日漸增多，而且不乏從固定印象的女生轉變為男生，原來男生的身體也會被性侵？沒錯，幾年前教育局發放了一個名為：「男生也會被性侵？」的影片，片中阿緯的悲慘遭遇，引起許多師生或家長的關注。

事情經過是因為阿緯在家和阿媽吵架而出走，在外頭遇到叫阿杰的大哥，杰哥對他很好，使他放鬆警惕來到了杰哥家，而後遭到侵害，此時阿緯身體的自主權已經受到侵犯，而造成嚴重的心理傷害，所以大家也需要多家注意，自身的自主權不要被奪取了，自己是身體的唯一的主人。



803 李育禎 /

指導老師：陳蕙美老師



803 陳妍翎 /

指導老師：陳蕙美老師

## 性別平等



803 黃丞逸 /

指導老師：陳蕙美老師



## 一隻小鹿

佚名：小鹿

一隻小鹿，每天都沐浴著溫暖的陽光，感受柔軟的大地，與自己的家人和夥伴無憂無慮的生活在森林中。直到有一天，森林裡來了一個偷獵者，看到不諳世事的小鹿，心生起了不好的念頭，想要把身手敏捷的小鹿騙進自己的槍口。於是他找到小鹿，希望小鹿能幫他背上一副沉重的鎖鏈。

一開始，小鹿不懂拒絕的重要性。在保護和珍視自己身體的方面，她毫無概念和缺乏重視，把外來的侵犯合理化讓自己接受，就算受傷害的是自身。害怕拒絕他人會失去某些人事物，但小鹿卻忘記了最不應該失去的是自己的權益。

一次次的退縮和讓步也正如在小鹿身體上了一層層的鎖鏈，每動挪一霎，沉重枷鎖的刺耳碰撞聲像是想大肆張揚，向眾生宣告她的懦弱。她更惴惴不安，蜷縮著靠著自己，但還是能看到感受到自己身上的傷痕。越來越沉重的，越來越繁複的銹鏽，壓在身上，像在狹窄的暗房呼吸，拒絕也成了一種負擔。終於啊，皮開肉綻的那一刻，她疼的清醒了，看著被鐵鏈勒破汨汨而出的鮮血。她奮力掙脫，叮噠的金屬聲轉變成澎湃的交響樂。每一次拒絕，就是她成功卸下的每一層鎖鏈。

小鹿整理著自己的毛髮，還是能看到感受到自己身上的傷痕，但她已經不覺得這是可恥的事，而是經歷抗爭，學習如何脫下枷鎖，學習如何保護自己，學習如何拒絕他人的印記。一縷一縷細微的光帶著動聽的旋律，透進囚住她的暗房，讓她徹底勇敢。

在更多的地方，也有著更多人像小鹿一樣被剝奪了身體自主權，卻因為害怕而不敢站出來，但是只要你明瞭“身體自主權”之所以為自主，正是它屬於每個人自己該擁有的權利，沒有誰能有資格從你們身邊奪走它。可能在抗爭的過程當中會很挫折、矛盾、失落，但是只要願意站出來去面對，正義和希望的曙光終究會到來。

