

愛孩子從認識兒童公約開始

99鼓勵生育 宣導短片 娃娃篇 (30秒) .mp4

主講者: 嶺東科技大學 幼兒保育系 副教授
韋明淑 主任

兒童權利公約(CRC)知多少？

- 兒童權利公約是最具普世性的國際公約，我國自2014年11月20日立法施行“兒童權利公約施行法”，決心國際兒權保障規範為標竿，全方位構築守護兒童身心健康發展的環境。



兒少是國家最重要的資產，教育部將持續與各部會共同努力，依循CRC四大原則，以**兒童最佳利益**為優先考量，在**禁止歧視**及**尊重表達意見**的前提下，保障兒少的**生命及生存權**，並促進其**最適發展**。

什麼是兒童人權?

- 我們所有人生而平等
- 不管膚色、宗教、出生國家、工作、性別為何,都享有相同權利,任何人都不可以任意侵害他人的生命、財產及妨礙他人自由
- 因為小朋友的身心智能發展都還未成熟,所以需要大人們來協助保護,讓小朋友們都能享有平等的人權。

兒童也需要人權嗎?

-
- 波蘭兒童人權之父柯札克（Janusz Korczak）說：
 - 「**沒有孩子，只有人。**」
 - 兒童應該被**當成一個完整的人來看待**
 - 即使他們的經驗、知識、情感和成人不同
 - 他們的權益是和成人相當的
 - **必須被尊重**，不能因為他們比較小，權利就被忽視。
 - **看見孩子，也看見孩子的人權**

四大兒童權利

- 生存及發展權
- 受保護權
- 教育權
- 參與權

■ 兒童權利公約就兒少健康、福利與受照顧權上

■ 我們知多少?做了多少?



兒虐悲歌 / 病歷關鍵文字讓虐童犯被判刑

udn 聯合新聞網 · 2018年3月28日



比特幣區塊鏈存有虐童內容, 害礦工也被當變態?

科技新報 TechNews · 2018年3月26日



杜絕虐童藍委修法提高刑責

自由時報電子報 · 2018年3月31日



法操》虐童造成四肢骨折是「重傷未遂」還是「傷害」? 刑法刑度有問題嗎?

自由時報電子報 · 2018年4月1日



針扎大腿、剪她頭髮恐怖女虐童判刑

自由時報電子報 · 2018年4月2日



虐童造成四肢骨折為什麼是「重傷害未遂」? 刑法刑度有問題嗎?

The News Lens 關鍵評論網 · 2018年4月3日



兒童交通事故死傷3成未用安全椅

華視新聞 · 2018年3月30日



印度北部發生校車墜谷事故約20名兒童遇難

新華網 · 23小時前



印度西部發生交通事故至少18人喪生

新華網 · 7小時前



加強安全過路口苗縣學童戴小黃帽

udn 聯合新聞網 · 2018年3月30日



魂斷異鄉! 馬爾他雙層巴士撞路樹遊客2死6傷

新頭殼 · 11小時前



避免幼小的生命殞落衛福部打算這麼做

udn 聯合新聞網 · 2018年3月24日

用「為你好」包裝的傷害

- 愛他、教他、但不要用「關係」控制他。
- 成人確實具有教養孩子的責任，但是教與養的同時，別忘了愛孩子、關注孩子真正的需求，親子之所以能連結的重要核心。
- 請不要用你若做不到我的要求，我就「不愛你」、「不要你」這樣中斷關係的方式，作為教養孩子的手段。
- 「教育」、「訓練」、「馴化」、「虐待」這四者的內涵必須被清楚定義，不可混淆。

獨立評論 林蔚昀

我們自以為是的「愛」就是愛嗎?

- 「孩子不需要完美父母，
孩子需要的~~
是願意
- 不斷練習與嘗試的父母。」

根據衛福部保護司 最新統計數據~~

- 2020 家庭暴力通報案件

180,000件

- 其中兒少保護案件

超過 2.5萬件

美國童年逆境研究(ACE研究)

測量了十種童年逆境在童年時期是否經歷

肢體暴力、情緒暴力、情緒疏忽、
身體疏忽、性侵害、家暴
家長離婚、親人有藥物酒癮問題、
家長有心理疾病、家中有人去坐牢。

每三個人中就有兩人
經歷至少一種童年逆境

- 每八個人中就有一人
- 至少經歷四種童年逆境

一份來自美國華盛頓州的報告顯示

- 一間有三十位學生的高中教室
- 在一間教室裡，有快一半的學生至少經歷三種ACE問卷中的童年逆境。
- 如果我們再加上其他種類的創傷，像是校園霸凌、手足暴力、親人過世、天災人禍等等，有許多孩子其實正在經歷許多創傷事件。

童年逆境

- 學生上課不專心、干擾上課、不耐煩、暴怒、不回應
- 老師生氣、挫折、不被尊重、覺得不耐煩
- 學生上課前發生了甚麼事?

甚麼是「創傷知情」？

- 創傷是一個很主觀的感受

任何一件讓你**感受到生命有危險、受威脅的事情**都有可能讓人受創。

- 「**創傷知情**」是一種**解讀事情的眼光**——

在理解創傷如何影響人後，你可以用這些知識基礎來重新看待孩子的行為、以及改變回應孩子的做法。

- 如果孩子的行為像是一座冰山，孩子表現出來的行為，就只是冰山水面上的那一角而藏在水面下的——那些我們看不見、沒有談論的——則是**童年逆境**和**創傷**對一個人造成的影響。

2005年美國創傷知情照護中心（ National Center for Trauma-Informed Care ）該模式包含以下4點要素（ SAMHSA ， 2014 ）：

- ①**理解創傷（ Realize ）**：提供創傷介入服務的工作者應認知到創傷的普遍性和影響力，並理解倖存者呈現的行為狀態乃是過去創傷經驗的調適性反應（ adaptive response ）。
- ②**辨認創傷（ Recognize ）**：在倖存者及與創傷介入服務系統相關工作者身上辨識出其創傷症狀與警訊。
- ③**利用創傷知識作回應（ Respond ）**：在政策、流程的制定和實務工作上充分運用與創傷相關的知能。
- ④**防止再度受創（ Resist Re-traumatize ）**：為避免倖存者在接受服務過程中再度受創，工作者應盡量不使用可能觸發創傷反應的介入方式，例如單獨隔離曾經被嚴重疏忽的孩子。

多元迷走神經理論：

- 伯格斯博士解釋，人的自主神經系統(Autonomic Nervous System)會依據感受到的安全程度產生三階段反應：「社會連結」(Social Engagement)、**「攻擊或逃跑」**(Fight or Flight)、**「凍結、關閉」**(Freeze、Shut-down)。

你在「神經系統梯子」的哪裡？

「神經系統梯子」分成三個階段。

當我們**感覺到安全時**，我們在梯子的最上方，這時我們處在社會連結階段——你**感覺到平靜**、能夠思考、想要親近人、與人互動。

當身體**感受到有威脅時**，你就來到了梯子中間——**攻擊或逃跑**階段，你可能感到身體充滿能量、焦躁，這時候身體藉由「行動」幫助你攻擊或逃離威脅。

而當**感受到劇烈威脅**、或是覺得被困住(無法攻擊或是逃跑)，這時你就掉到梯子的最下層——**凍結、關閉**階段，你可能感受到身體很沉重、麻痺、失去能量，這是身體在面對最劇烈威脅時的保護機制。

幫助孩子學習和練習調節身心

- 孩子的大腦還在發育，還沒發展足夠的能力幫助自己調節身心，故很多時候孩子會在梯子的中間或是最底層，需要大人幫助他們調節，回到梯子最上方。
- 幫助孩子學習和練習調節身心。
- 當孩子能夠回到社會連結階段，他的神經覺感受到安全，不需要進入防禦狀態應付威脅，那些「問題行為」自然就會消失。

「協同調節」 (Co-regulation)

- 我們藉由接收另一個人傳遞出來的安全訊號，來讓自己調節回到身心穩定狀態，這樣的互動稱為「協同調節」 (Co-regulation)。
- 我們都希望孩子可以學會調節情緒，但建立良好的自我調節都要從有「協同調節」開始。
- 孩子並不是一生下來就知道如何自我調節，而是從一次又一次的協同調節~~

從身邊大人身上接受安全的訊號、支持、被接納——學習讓自己穩定下來。

- 更重要的~~~

提供孩子協同調節的機會，讓他們學習如何調節回到梯子最上層的綠色區。

「身心容納之窗」

- 丹尼爾席格醫師提出「身心容納之窗」概念
- 「身心容納之窗」寬窄程度不同
 - 「身心容納之窗」較寬~~比較能面對
處理情緒、調節自我
 - 「身心容納之窗」較窄~~比較容易衝到
戰或逃、掉入關閉凍結狀態

我們如何讓自己擁有更寬闊的「身心容納之窗」？

- 每一次當孩子情緒或行為失控，都顯示他不知道如何調節自己的情緒或感受。
- 孩子需要從身邊的照顧者學習如何調節情緒，但是在充滿虐待、暴力、與疏忽的家庭中，孩子並沒有機會學習到這些技巧。
- 但孩子有機會能夠從你身上學到~~

每一次出現情緒行為問題，都是你能夠幫助他學習自我調節的好機會。

如何幫助孩子調節自己的情緒呢？

- 處理這一切的過程，大人需要讓自己平靜，
- 但如果你本身很平靜，你的聲音、表情、肢體訊息都能夠幫助孩子感到安全、調節情緒。

創傷知情者

- 研究顯示，當孩子的生命中可以有一位讓他**感受到被支持、可以依賴的大人**，就能夠提升**復原力**。
- 另外，研究也發現，讓孩子處在一個安全與被支持的環境，可以幫助他從創傷中復原。

用新的視野來看待孩子的問題

- 我們每個人都可以成為任何一位孩子生命中那位重要的大人，
- 你不需要成為一位心理治療師，你只要成為創傷知情者，
- 然後建立一個每位學生都能感受到安全與被支持的環境，你就能幫助到許許多多孩子。

願每一位孩子都可以 好好被愛、被理解、被聽見與被看見

- 成為創傷知情老師，
- 用不一樣的眼光和態度看待孩子的行為，
- 幫助孩子做調節，
- 建立一個安全的環境，
- 讓孩子能夠好好學習。

撰稿者：留佩萱



- 創傷知情 <https://www.youtube.com/watch?v=RFPjz3JZnNE>
- 好好愛我好好愛我：[一起來認識兒童權利公約\(PPT版\).pptx](#)
- 愛~~與你童在 [愛，與你童在-認識兒童權利公約\(PPT版\).pptx](#)