

暖暖說出口：性暴力倖存者與助人者的陪伴共學論壇

從沉默走向聲音，從聲音走向理解

一、活動緣起

2023 年現代婦女基金會調查指出，近九成性暴力倖存者未曾報警，四成未對外求助。2024 年國家人權委員會訪查更顯示，揭露通常延遲數年至數十年，顯示正式系統在第一線介入時，往往未能建立信任。暖暖 Sunshine 協會中服務的 339 位性暴力倖存者中，65%倖存者對正式系統表達不信任，常因被質疑、流程繁瑣或減述原則未落實而退出求助。

基於以上理由。「暖暖說出口」陪伴共學論壇透過邀請倖存者與專業助人工作者齊聚一堂，學習用「創傷知情」的眼睛，在彼此的故事與經驗中，學習如何更靠近、更理解，創造一個溫柔而真誠的對話場域。從沉默出發，一起說出口、一起回應，一起建構更有溫度的支持系統不僅推廣性別平等，也能實踐 SDGs 3.4 與 5.2，讓更多人願意發聲，轉化自我的受創經驗，促進倖存者復原力與能動性。

二、活動內容

- 時間：114/8/23（六）、114/8/30（六）10:00-17:30
- 地點：露西森林・名日文化（台北市中山區中山北路一段 66 號 7 樓）
- 人數：40 位報名參與者，包含社政、醫療、心理、教育、司法不同系統的實務工作者、相關學者與學生。

※公部門單位開放每單位一位免費名額(仍需繳交保證金)。

- 活動安排：

時間	8/23 - 內在反思	8/30 - 系統對話
10:00-10:30	開場引言 從沉默走向聲音	開場引言 我們都希望能夠更好，可是……
10:30-12:30	《同行日記》導讀： 看見倖存者的地圖	交流座談： 專業人員也會感到困難的時刻
12:30-13:30	午餐／午休	午餐／午休
13:30-15:00	世界咖啡館： 同行日記沒有說的事	腦力激盪： 那些曾讓倖存者打退堂鼓的瞬間
15:00-15:10	小憩時間	小憩時間
15:10-16:10	小組討論 I： 專業支持的想像？	小組討論 II： 我們可以怎麼同行？

		專業與倖存者如何協作？
16:10-17:10	倖存者論文發表： 復元的多重路徑 為自己發聲	藝術安頓 讓我們回到自己
17:10-17:30	藝術安頓： 讓我們回到自己	結語： 打開對話與陪伴的空間

● 內容說明：

1. 雙日論壇，從「自我」到「連結」的對話旅程

首日（8/23）以「內在反思」——從心出發，了解倖存者的內心世界為主題，從倖存者角度出發，陪伴每一位參與者看見倖存者復元的歷程；次日（8/30）系統對話——讓我們靠近彼此，也靠近支持的可能，則聚焦讓助人工作者與倖存者得以真誠對話，釐清誤解、建立信任與同行的可能。

2. 同行日記導讀：倖存者撰寫、倖存者出聲

邀請參與者一起翻開由倖存者共同撰寫的同行日記，同行日記摘錄倖存者的普遍經驗與感受，透過導讀與分享，讓聲音不再被埋藏，也讓專業人員更貼近倖存者的真實感受。

3. 世界咖啡館 & 腦力激盪：那些說不出口的心事

設計「沒有標準答案」的輕對話空間，談談那些曾讓人想放棄的瞬間、那些同行手冊沒說的事，讓困難與情緒也能被溫柔安放。

4. 深入小組對話：一起描繪支持的樣子

論壇兩日皆安排小組討論，由倖存者與專業助人者共同探索：「支持」可以是什麼樣貌？「協作」又可能有哪些方式？讓理解不只停留在理念，而是從討論中慢慢長出行動的輪廓，希望參與者能帶走一個屬於自己的溫暖陪伴方式。

5. 彼此陪伴的網：打開理解與共感的空間

活動強調「非指導式、非教導式」對話，讓每位參與者都能自在表達、不被評價。期待這場論壇，不只是一次知識交流，而是一段互相聆聽、共同成長的陪伴歷程。

三、活動亮點

1. 導入全台第一本倖存者寫給倖存者的《同行日記》給專業工作者，分享倖存者內在心路歷程，俾利專業工作者更加具有創傷知情的視角
2. 第一場由性暴力倖存者立案團體發起的共學論壇，邀請專業助人者參與對話，認識創傷回應與復元的多種樣貌
3. 促進制度與個人間的理解，反思體制內支持與陪伴的實踐可能
4. 共構一個能安心發聲、相互理解的交流空間

四、主辦單位

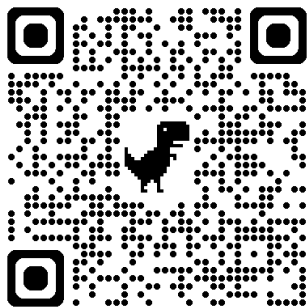
五、協力宣傳單位

Keep walking 夢想資助計畫

- 未來大人物
- 好好星球文化基金會
- 兒少權心會

六、報名資訊

1. 採線上報名，我們將根據報名者的背景，盡可能組成多元且跨領域的參與者組合，希望讓交流時可以碰撞出更多火花！所以並非優先報名優先錄取。
2. 提醒您：填寫報名表不代表錄取成功。將以三封信件通知報名結果，請特別留意：
 - 報名通知信：您填寫完報名表後，會收到第一封報名通知信，代表我們已收到您的報名資料。
 - 錄取及繳費通知信：如您錄取，將收到第二封信件，內含繳交保證金的資訊。
 - 報名成功通知信：完成繳費後，收到第三封通知信，才代表報名程序完成並取得參加資格。
3. 報名網址：<https://nuannuan-sunshine.neticrm.tw/civicrm/event/info?reset=1&id=113>



4. 錄取日期：第一次寄送資格審核是 7/28，需要在 8/7 前完成繳費，若未完成繳費由後續遞補名額。第二次寄送資格審核信是 8/8，需要在 8/15 前完成繳費
5. 聯繫人員：王亭云專員 tingyun@nuannuansunshine.org。

七、預期效益

1. 促進 7 位倖存者與 47 位專業工作者的雙向理解與信任

透過論壇中同行手冊導讀、對話活動與小組討論，促進倖存者與專業人員間的真實交流，使雙方得以在非權力關係的平等空間中，理解彼此的限制與需求，建立信任基礎。

2. 強化 47 位實務工作者的同理視角與陪伴能力

藉由倖存者現身參與與分享生命經驗，讓助人專業者更能貼近復原過程中可能出現的心理歷程與創傷反應，有助於提升其在工作現場中的敏感度與陪伴品質。

3. 支持 7 位倖存者重新建構經驗意義與說話的能動性

鼓勵倖存者透過導讀與對話練習說出自身經驗，在安全、尊重的場域中產生自我肯認，強化其說話的權利與復原的主體性，重拾與世界的連結感。

4. 形成可延伸的對話模式與社群資源基礎

透過論壇所產出的交流經驗、同行日記應用回饋與小組討論紀錄，累積未來推廣使用的實務素材，作為後續工作坊、社群發展、跨領域合作的重要參考資源。

5. 建構倖存者友善的多元支持環境

論壇將匯聚來自社政、醫療、心理、教育、司法等不同系統的實務工作者，在跨專業討論中共同思考如何打造更具溫度與回應性的支持網絡，進一步促進制度與文化的正向改變。