

活動訊息

◇ 高雄應用大學~「2017 職涯探索一日營」

- 1、活動時間：106/7月15日(星期六)8:30~17:00。
- 2、活動地點：國立高雄應用科技大學。
- 3、活動費用：每人200元，二人同行則一人免費。
- 4、即日起至額滿為止。本活動採網路報名或電話(07-953-7037)專人報名，請確實填寫相關資料，所有資料只為本次活動需求使用報名網址：<https://goo.gl/SY2qFw>。

家庭教育文章



家人不是你的 出氣筒

發現情緒
生氣不是不好，只是在發現自己生氣的情緒後，先接納自己的反應，不要急著批評或是採取行動。

辨識原因
建議先離開衝突現場，冷靜想想：「發生什麼事了？」才能針對問題找到真正的原因，或許有時你根本不知道自己在氣什麼，或是不敢對真正惹你的人生氣，而把情緒發洩在家人身上。

適當表達
很多事情並不容易分得清楚「都」是誰的「對或錯」，先拿掉「白癡、都是你的錯...」等指責的情緒性字眼，請理性表達自己的立場。

家庭教育諮詢專線 412-8185
男性關懷專線 0800 - 013999

臺中市 Taichung City Domestic Violence and Sexual Assault Prevention Center
家庭暴力及性侵害防治中心 廣告



小心危險情人



他/她是危險情人嗎？

- | | 是 | 否 |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1.他/她發起脾氣經常無法克制？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.他/她一週內是否有四天以上喝酒到酒醉？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3.他/她是否有因精神問題或酗酒吸毒去過醫院？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4.他/她易對您猜疑或控制
(如：查看手機、強迫回報行蹤)？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5.他/她有「輸不起」的人格特質
(如：千錯萬錯，都是別人的錯)？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6.他/她是否打過您目前18歲以下的小孩，
並曾同時有新舊傷？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7.他/她最近一年失業或就業不穩定
(一年就業時間不到半年或將失業)？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

若勾選「是」的題數愈多，代表他/她是為危險情人的可能性就越高！

*此量表參考危險評估量表(DA新版)

您處在危險環境嗎？

- | | 是 | 否 |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1.過去一年內他/她打您或傷害身體，是否越打越嚴重？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2.他/她是否以言語、態度、行為等方式造成您精神或
心理極大的壓力？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3.他/她是否掌控您的經濟，使您在經濟上極度不自主？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4.他/她是否說過「要分手、離婚、聲請保護令等就一起
死」或「要死一起死」？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5.他/她是否在您不願意有性行為時，強迫您跟他/她發生
性行為？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6.他/她是否有做過讓您不能呼吸或要您死的行為？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7.他/她是否要脅要殺您？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

若勾選「是」的題數愈多，代表您處在危險環境的可能性就越高！

*此量表參考危險評估量表(DA新版)

保護專線 **113** 緊急報案 **110**



臺中市 Taichung City Domestic Violence and
Sexual Assault Prevention Center
家庭暴力及性侵害防治中心 廣告