

# 105 年度台中市政府社會局性別專區書目



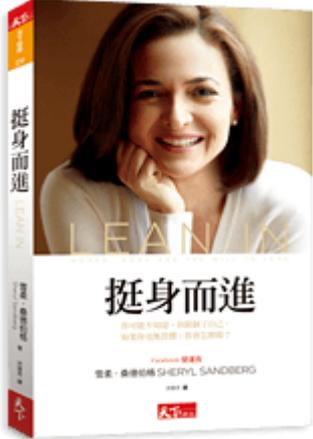
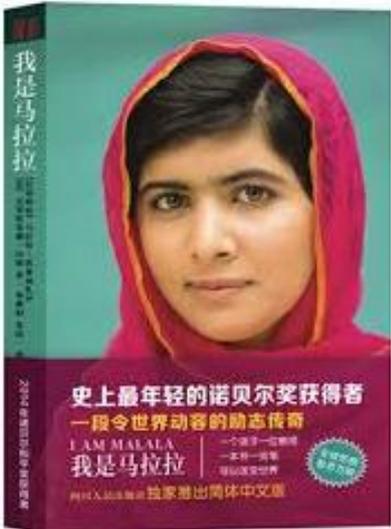
臺中市政府 | 社會局  
Social Affairs Bureau  
Taichung City Government

# 目錄

1.書籍.....1-13

2.繪本.....14

3.電影.....16

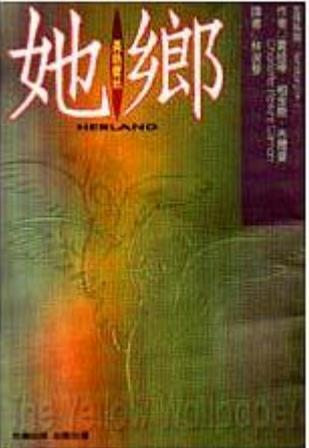
名稱【出版年/出版社】	作者	性別議題
<p>挺身而進【2015/天下雜誌】</p> 	<p>雪柔·桑德伯格</p>	<p>女性參與</p>
<p>第二性【2015/ 貓頭鷹】</p> 	<p>西蒙波娃 邱瑞鑾 譯</p>	<p>女性主義/解放</p>
<p>我是馬拉拉【2013/ 愛米粒】</p> 	<p>馬拉拉·優薩福扎伊 克莉絲汀娜·拉姆</p>	<p>性別/教育</p>

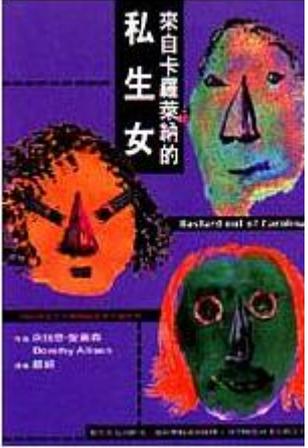
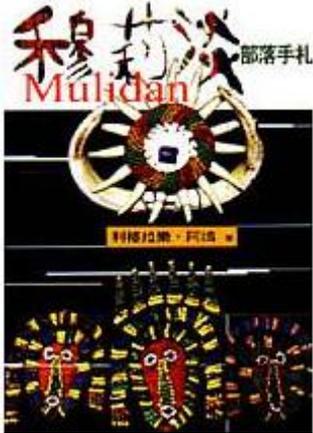
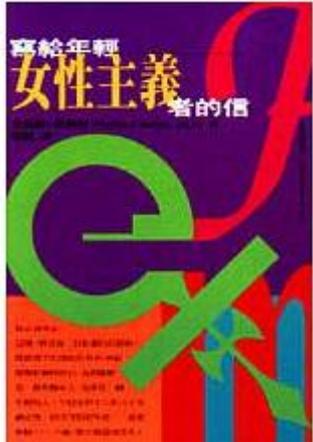
你可能不知道，你限制了自己。  
如果你毫無畏懼，你會怎麼做？

當生涯的進階像爬方體攀爬架而不是階梯，  
當時代的演進鼓勵我們坐到桌前、真實溝通、發揮天賦，  
各個階段我們是否跟隨著時代的變化，重新思考每個人的定位，而非從性別。

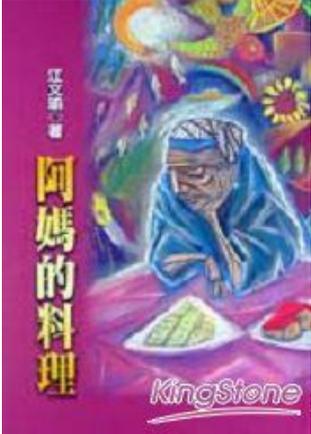
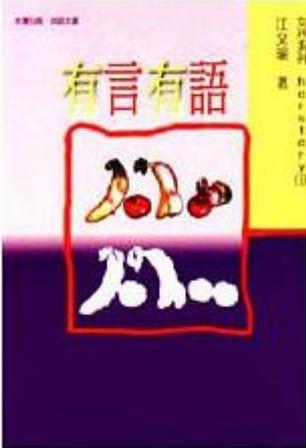
「女人不是天生命定的，而是後天塑造出來的。」——  
西蒙·德·波娃  
將帶領我們一步步經歷波娃的思辨歷程，從女人面臨的困境，到女人如何在深刻的自覺後開創自己的選擇，其邏輯清晰、批判精準的論述，使得此一經典至今難有其他作品能望其項背，不僅被視為西方「解放女性」的世界性宣言，更成為現代女性主義思潮中的扛鼎之作。

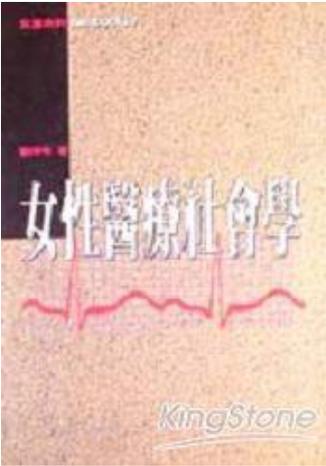
馬拉拉，一位年輕的女孩，為了倡導受教育的基本權利，發出了連子彈都無法穿透的堅定力量。  
她會讓你相信，一個女孩子最純粹的聲音，會如何激烈地改變世界！  
現年 16 歲的馬拉拉，是「諾貝爾和平獎」創設以來，最年輕的候選人！更是呼聲最高的得獎者！

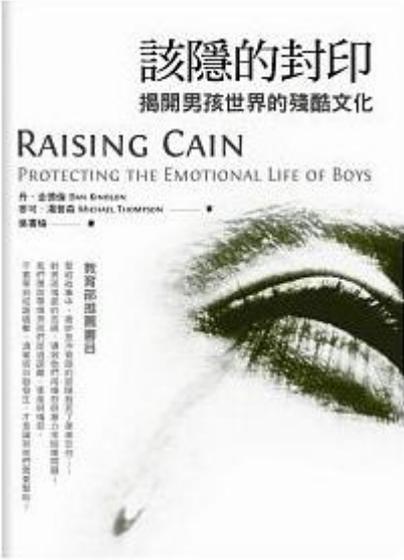
<p>不怕小孩問：寫給父母的親子性教育 指南【2008/大辣】</p>	<p>賈斯汀里查森醫師</p>	<p>性教育</p>
	<p>身為父母的你，一定希望能給孩子比較正確、開明且健康的性知識，但是該從哪裡著手呢？如何跟不同年齡的孩子討論性，並讓親子對話可以持續下去？如何避免跟青少年在隱私權、暗戀及衣著打扮等小事上，發生不必要的衝突？別煩惱，本書正是寫給父母的親子性教育教戰手冊，協助家長安然度過孩子的每個發育階段。</p>	
<p>一個女人的感觸【1997/女書文化】</p>	<p>王瑞香</p>	<p>兩性關係</p>
	<p>這不是寓言或傳奇，這是一則真實的故事。 從前從前有一位女孩，她非常嚮往美麗的愛情。由於太嚮往了，以致聰慧的她心中充滿了疑慮。譬如，心細的她經過仔細的觀察和檢驗，發現父親對母親既不忠心也不溫柔。接著她發現，她深愛的男友（也是日後的丈夫）有著同父親一樣的症狀。顯然男人就是這樣了，偏偏愛情又不能少了男人，那怎麼辦呢？ 這是我的摯友阿香的真實故事，她用巧妙的文筆將它裁剪成一篇篇既有趣又犀利的短文，於過去十年間陸續發表於報章雜誌。類似這些文章，無疑對台灣的兩性關係與性別特質發揮了很大的影響力。此時重讀，相信有溫故知新的妙用。</p>	
<p>她鄉【1998/女書文化】</p>	<p>Charlotte Perkins Gilman 著 林淑琴 譯</p>	<p>性別意識</p>
	<p>是一部女性烏托邦的諷刺寓言，描寫三位男性科學家闖入女人國的探險故事，透過他們的種種奇遇，探討傳統社會以男性為主體的價值觀及各種制度的偏狹謬誤。</p>	

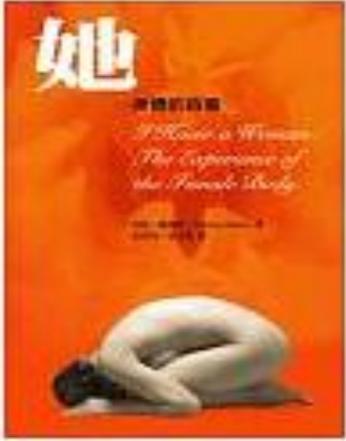
<p>來自卡羅萊納的私生女 【1998/女書文化】</p>	<p>Dorothy Allison 著 / 嚴韻譯</p>	<p>家庭角色</p>
	<p>骨頭，一個生長於南卡羅萊納州的私生女，和母親、妹妹，以及母親龐大的家族相依為命，過著貧窮卻親密的生活。不意，一名男子的介入改變了一切。她、母親和繼父間的三角關係，難言又難解。她所深愛的母親是否仍值得信賴？還是會背叛她而與繼父同盟？一開始似乎待她還不錯的繼父，越來越冷酷暴烈。後來發生的事，使得他們之間絕不可能再回頭。</p>	
<p>穆莉淡 Mulidan - 部落手札 【1998/女書文化】</p>	<p>利格拉樂·阿女烏 著</p>	<p>原民文化與女性</p>
	<p>寫出原住民女人的強韌、部落小孩的童真，與山居生活的悠閒情懷，是一本結合原住民、女性等多重弱勢身份織就的篇章。</p>	
<p>寫給年輕女性主義者的信 【1999/女書文化】</p>	<p>Phyllis Chesler 著 / 嚴韻譯</p>	<p>女性主義</p>
	<p>菲莉絲·契斯勒用充滿溫暖、同情、力量的聲音，把她的個人經驗和婦運歷史交織在一起，評估她那一代的成就和失敗，並鼓勵下一代接手那些仍待完成的任務。契斯勒坦誠而真率地討論女性主義的基本面向，解釋女性主義的重要性，並引導下一代承繼且開創出屬於他們自己的女性主義。《寫給年輕女性主義者的信》不是藍圖，也不是指導手冊，她將女性主義刻劃成一種詮釋世界的方式，有多少個人，就有多少路徑、層次、選項，以及決定。契斯勒用個人而親密的語調，給下一代提供了哲學的引導。</p>	

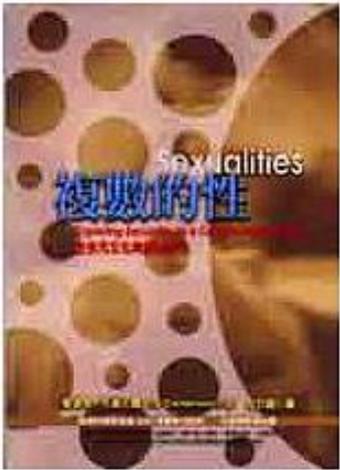
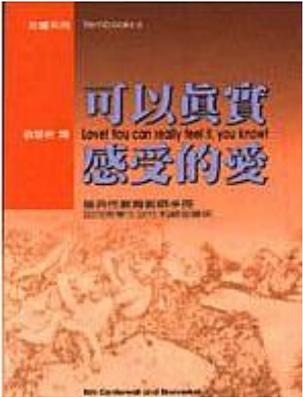
<p><b>優雅的慾望【1999/女書文化】</b></p>	<p><b>姚嘉玲著</b></p>	<p><b>兩性關係</b></p>
	<p>五年前，當這個男人走上講台，我就知道這個人一定會和我的人生有什麼關聯。</p> <p>我只能這樣讓你走，流淚也要讓你走，多麼不捨也要讓你走，唯有讓你這樣走了，才能完成某種事情，才能從這長長久久無止無盡的悲哀之河中流出。看著你愈來愈模糊的背影，即將消失在我的視線，我流著淚，努力記住你最後的樣子，這或許是整個宇宙裡，我們最後的一點關聯。</p>	
<p><b>聰明母雞與漂亮公雞【1900/女書文化】</b></p>	<p><b>陳月霞著</b></p>	<p><b>父權結構與女性意識</b></p>
	<p>本書深刻的表露了，女人由浪漫天真的情懷，在父權結構下，活生生的長期淬煉的過程；同時彰顯女人無論扮演什麼角色，都該堅持一份自主，且永遠培育尊嚴的基本人權而自育育人。沒有說教，沒有律典，卻隱約指出女性意識與平權概念，不是學術術語，而是一種生活態度。對於性別理論與實踐有興趣的人，過去如錯過了陳月霞的文章，這次一定能從此書獲得新的知識、感動與機會。</p>	
<p><b>女人的四分之一【2001/女書文化】</b></p>	<p><b>羅悅玲著</b></p>	<p><b>婚姻關係</b></p>
	<p>作者分享她身為女性的許多寶貴經驗，並道出多數已婚職業婦女的心聲。如她在文中所言：「我把自己切割成四等份：一份給學生，一份給孩子，一份給先生，留下一份，自己保有。」等到孩子長大了，「留給自己的那一份變成了『四分之一強』」。作者之所以能夠在工作、家庭、婚姻、之外還擁有自己，是她對生活的「虔敬」之心，以及頗能理性、幽默地處理夫妻關係。所以女人的四分之一就是「擁有自己的智慧」，對於身處婚姻中的現代女性，這是至少應有的堅持。</p>	

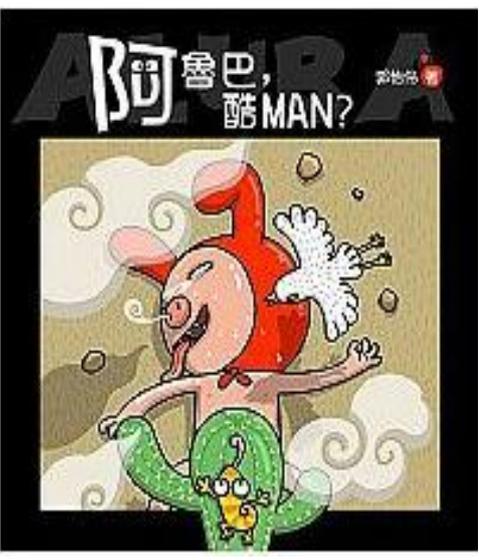
<p><b>阿媽的料理【2001/女書文化】</b></p>	<p><b>江文瑜著</b></p>	<p><b>女性生活與歷史</b></p>
	<p>阿媽的料理詩集，以食物作為貫穿全書的隱喻系統，構成龐大的長篇組詩---阿媽的料理系列鮮活了女性的歷史與生活，飲食雌雄系列筆雕男女情慾，台灣餐廳秀系列澎湃著政治各式；歷史的，情慾的，政治的，交織流動，複雜而深刻。</p>	
<p>穿梭 N 度空間的女人 【2004/女書文化】</p>	<p><b>倪美貞著</b></p>	<p><b>女性生命故事/角色</b></p>
	<p>這是一個女人在有限的時空裡面交錯穿梭，被撕裂、被擠壓，企圖在鬚根樣態的存在中茁壯的故事。她一片片地說出自己怎樣地活著，我們才開始一片片地懂了她，她的苦她的愛她的亂她的難她的慾她的夢，還有她死不肯休止的纏鬥。這不僅是她個人的心路歷程，更是多少女人穿梭於多度空間，靠鬚根孕育愛與夢的生命寫照。</p>	
<p><b>有言有語【1996/女書文化】</b></p>	<p><b>江文瑜</b></p>	<p><b>女性觀點</b></p>
	<p>以下三個「如果」，如果都可以在您身上成立的話，那麼您是可能翻閱這本書，然後興奮的一頁一頁往下閱讀的「知音讀者」：(1)您被再生紙、素樸的封面吸引；(2)您篤信「女性觀點」應該有看頭；(3)您喜歡一邊看書，一邊感受對既有體制「憤怒」的閱讀經驗。</p>	

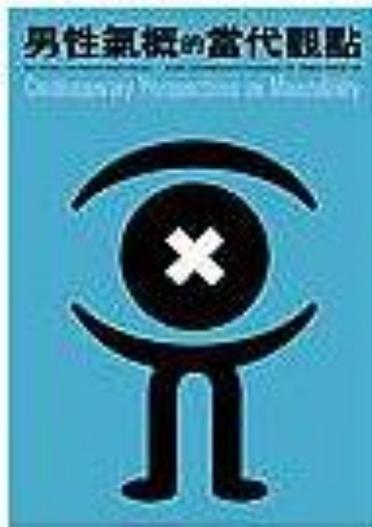
<p>女性・國家・照顧工作 【1997/女書文化】</p>	<p>劉毓秀主編</p>	<p>女性/照顧者</p>
	<p>收錄於本書的七篇論文，試圖打破過去將照顧者〔女人〕和被照顧者一併關入「私領域」，使其隱形化的論述與做法，而從整體女性的觀點，重新發掘、分析、詮釋照顧工作，並思考運用國家資源、政策與制度解決照問題的可能性。</p>	
<p>女性醫療社會學【1998/女書文化】</p>	<p>劉仲冬著</p>	<p>女性/醫療</p>
	<p>近來，女性、健康及醫學方面的問題逐漸受到各方的關懷重視，本書可以說是國內試圖全面性探討上述議題的第一本著作。作者從事女性及醫療社會學研究多年，對此兩學術範疇有深入及獨到的見解。本書集結作者近年相關研究論文及學術討論會報告內容涵括從女性醫療社會學的角度討論從事照顧工作的女人、女性醫療消費者的經驗及處境，並以性學為例檢視醫學理論的建構等問題。本書之相關研究方法亦值得從事女性研究者參考，是一本醫學、護理及性別研究者必需一讀的好書。</p>	
<p>不與男孩同一國【1999/女書文化】</p>	<p>FrancesK. Conley 著 / 何穎怡譯</p>	<p>性騷擾/歧視</p>
	<p>經歷十數年的奮鬥終於爬上顛峰的少數精英女性醫事人員，在不堪男性主管常年的歧視與騷擾而提出反擊時，發現她個人絕非單一事件：許多和她有相同經驗的女性同事都保持緘默，因為她們被整個龐大的共構結構給「滅口」了--這個環境對性別歧視保持沉默與默許，對申訴案件採取消音或壓案，甚至對受害人採取敵意反挫，而那些居於上位的加害者卻完全不需擔心被舉發或懲罰。</p>	

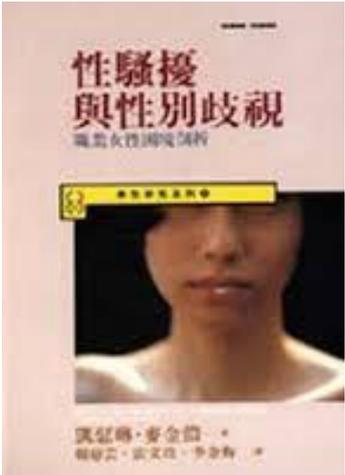
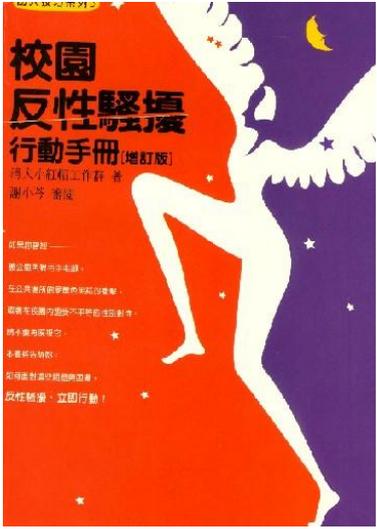
<p>找尋空間的女人 【1900/ 張老師文化】</p>	<p>畢恆達</p>	<p>性別與不平等待遇</p>
	<p>畢恆達教授以其環境心理學家的觀點，敘述女人心底深刻的具體經驗，呈現當今社會不平等待遇下，女人狹小的生活空間：外出求學被兄弟佔據房間的女孩；找不到寬敞空間看書、寫作的婦女；車明明開得好好，被駕駛座旁的男人罵笨的媽媽……這些都曾經是女人成長過程中遭遇到的經驗，卻很少有人關心她們所承受的不平等空間待遇。藉由此書或許可讓女人與男人重新思考：女人，妳的空間何在？</p>	
<p>該隱的封印：揭開男孩世界的殘忍文化！【2009/ 商周出版】</p>	<p>DAN KINDLON</p>	<p>性別特質</p>
	<p>校園暴力事件頻傳，本書探討同儕暴力的問題，提供問題解決的瞭解切面 幫助男性重新看待自我情感的壓抑來源與提供可能出口 探討男孩世界的問題最經典與具代表性的著作 書明白指出，男孩子被有系統地帶離情感生活，帶離的力量有兩種：一是成人，另外一種則來自於男孩同儕的「殘酷文化」，在殘酷文化中的男孩子很少被鼓勵，少有機會發展出熱情、敏感與溫暖等特質。</p>	
<p>空間就是性別【2004/ 心靈工坊】</p>	<p>畢恆達</p>	<p>性別與不平等待遇</p>
	<p>畢恆達指出，從家庭空間到公共空間，性別分化已滲入每一個生活角落。從教育界、廣告界、建築界到設計界，長期缺乏性別平等的目光，不斷複製「男強女弱」、「男主女從」的傳統觀念，雖然進入二十一世紀，性別偏見依然具體反映在家庭、校園、職場、社區，以及所有的生活空間之中。這不只是現代男女的緊箍咒，也限制了不同性別氣質的全人發展。</p> <p>在《空間就是性別》一書中，畢恆達引介許多國外的做法，希望刺激國內的讀者，以創意來形塑更具有性別平等意識的生活空間。</p>	

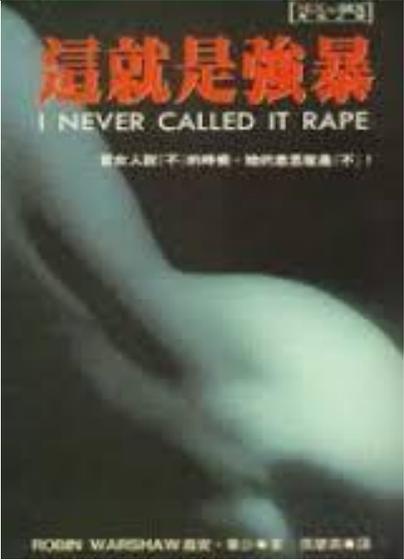
<p><b>她：身體的故事【2005/女書文化】</b></p>	<p><b>Cortney Davis 著</b> <b>朱恩伶、石大青 譯</b></p>	<p>身體象徵</p>
	<p>這是一個女性護理執業師和四個女病人的私密故事。寫詩的女護理執業師珂妮·戴維絲行醫二十五年，閱歷了無數女病人身體，看盡了她們跟反覆無常婦科疾病奮鬥的掙扎，也聽遍了她們私密的心聲。她用詩意妙筆把二十五年的光陰濃縮成一年，把形象模糊的無數女病人幻化成四個鮮活生動的女人，寫出了一部感人的小說</p>	
<p><b>乳房的歷史【2000/先覺】</b></p>	<p><b>亞隆</b></p>	<p>身體象徵</p>
	<p>這是一本文化研究的書，作者企圖橫跨古代到現代，分別從宗教、藝術、醫學與心理學等領域，探索西方世界如何看待、理解、界定乳房</p> <p>它在嬰兒眼中代表食物，在男人眼中代表性。醫師眼中只看到疾病，商人卻看到鈔票。宗教領袖將它轉化為性靈象徵，政客要求它為國家主義服務，心理分析學者則認為它是潛意識的中心。做為女性身體象徵的乳房，</p>	
<p><b>大女生的尷尬記事【2003/尖端】</b></p>	<p><b>李淳廉</b></p>	<p>身體象徵</p>
	<p>從小女生到大女生，多多少少會面對身體上的種種尷尬，不論是臉紅心跳的性愛常識、難以啟齒的生理問題、還是漂亮女生絕不該有的糟糕窘狀，書中將提供實用又清楚的解決之道，讓所有的大、小女生，再也不必陷入「到底該如何開口」的苦思當中。現在，把這些惱人的尷尬大小事，通通交給我們，以後，不用再慌張得不知該如何解決囉！</p>	

<p>複數的性--從多元文化角度探索性 【2002/女書文化】</p>	<p>Centerwall,E</p>	<p>性教育</p>
	<p>在人类的性所身處的世界中，有挑逗、渴望、充滿感覺的動作、愛和欲。但人类的性也涉及嫌惡、羞恥或逃避。性教育嘗試用語言文字呈現人类性的不同面向。讓情感有所表達、打破沈默，也可以防止性造成負面影響，譬如性病、性暴力以及意外懷孕。</p> <p>人類後天免疫缺乏 / 愛滋被稱為沈默的流行病，有其理由。而這個沈默與性有關。錯誤觀念、迴避談論、知識不足，還有能力匱乏都是造成沈默的原因，但它們回頭又助長了愛滋病的流行。</p>	
<p>可以真實感受的愛：瑞典性教育教師 手冊【1998/女書文化】</p>	<p>E.CENTERWALL</p>	<p>性/親密關係</p>
	<p>新的角度探討性與親密關係的議題，引用兒童及青少年的生活案例，並以青少年的經驗及其提出的問題為基礎所形成的教育方式來做分析。本書的內容是專為增進成年人與青少年的溝通、對話而設計的，目的是希望每一個學生，在成長的過程、學習性與愛的路途上，都能覺得自己被瞭解與受到尊重，進而培養出正面看待、經營親密關係的自信與能力。</p>	
<p>未婚懷孕怎麼辦 台北市女性權益促進會【2006】</p>	<p>台北市女性權益促進會</p>	<p>未婚懷孕</p>
	<p>這是一本關於青少年與性的小書，女權會試著用青少年談話的用語與俏皮的圖像，與她們輕鬆地聊一聊月經、自慰、安全性行為、情慾與未婚懷孕等切身相關的私密話題，企圖補足教科書知識與現實之間的落差，給予青少年詳盡、健康的性教育。</p>	

<p>自己的房間【2008/天培】</p>	<p>維吉尼亞·吳爾芙</p>	<p>女性主義</p>
	<p>若莎士比亞有個才華洋溢的妹妹，她會一樣成名立萬.....？在維多利亞時期，女子是不能受教育的。而吳爾芙卻在封閉古老的社會裡帶你進入另一個想像的空間。 本書是由吳爾芙在英國紐南母 ( Newnham ) 和格登 ( Girton ) 兩間女子學院的演講〈婦女與小說〉兩篇講詞合併而成。其中對女性書寫的空間與意義作精闢的闡述，並做了一個結論：『女性若是想要寫作，一定要有錢和自己的房間』。這篇精彩講稿發出了女性的聲音，視為女性主義的重要聖經。</p>	
<p>如果男人有月經【1997/書泉】</p>	<p>A.SCAMBLER &amp;G. SCAMBLER 丁凡</p>	<p>兩性</p>
<p>阿魯巴,酷 MAN?【2007/女書】</p>	<p>郭怡伶</p>	<p>無處不性別</p>
	<p>從阿魯巴命名學、祕傳管道到圖解十五招，本書作者尋訪近三十位男性，試圖捕捉男生無以名狀、女生百思不解的銷魂快感，更用性別的眼睛看見，少男藏在歡愉之後的壓抑、恐懼與成長心事。</p>	

<p>男性氣概的當代觀點【2003/女書】</p>	<p>Kenneth Clatterbaugh 著 / 劉建台、林宗德譯</p>	<p>男性支配/父權主義</p>
	<p>本書是第一本有系統地辨識、分析與批判當代社會關於男人或男子氣概觀點的書籍，也是研究男性運動流派的經典之作。克拉特鮑將有關男性氣概的觀點分為八種——保守的、擁女主義的、男權的、神話創作的、社會主義的、男同志的、黑人的以及福音派的觀點。</p> <p>分別從對於人類本質、社會變遷、道德的預設等面向來分析，並探討每個團體或運動對於女性主義的回應，以及對於這些回應的批判，最後還提出這些不同觀點可能給男人的生活帶來怎樣的改變與影響。</p>	
<p>北國性騷擾【2006/五南】</p>	<p>Crara Bingham/L.L</p>	<p>性騷擾</p>
	<p>真實故事改編，1975年在明尼蘇達州礦坑工作的羅倫詹森(莎莉賽隆)，她與其他女同事們必須長期忍受男同事的性騷擾，從言語上的輕薄、到色情漫畫，更有甚者。羅倫詹森忍無可忍終於在1984年挺身而出控告那些不肖份子，獲得了壓倒性的勝利。</p>	
<p>約會暴力【1998/遠流】</p>	<p>BERRIE</p>	<p>性別暴力</p>
	<p>年輕女性在包含暴力和虐待的約會與親密關係中，所遭受到的侵害、羞辱與創傷，和成年受虐婦女的經驗相當類似，但是情況更糟——因為青少年缺乏處理兩性關係的經驗和教育，為尋求認同而容易受所謂「同儕規範」所左右，急於獨立的心態使他們不會向家人求助，而師長們對這種「未成熟」親密關係不以為然甚至貶抑為「咎由自取」的態度，使這些年輕女性成為暴力受害者的情況雪上加霜。</p>	

<p>錯的是我們不是我-家暴的動力關係 【2004/商周】</p>	<p>LINDA G.MILLS</p>	<p>親密關係/家庭暴力</p>
	<p>家庭暴力並不是一種發生在神祕的父權制度以及無辜的女人之間的現象，也從來就不曾只是男性／加害者、女性／受害者這種單純的二分法而已。事實上，暴力是一種具有相互性的動力關係，可以區分成各種連續性的範疇，從情感暴力到身體暴力，從攻擊到防衛。米爾斯主張，儘管家暴受害者並不需要為自己所受到的傷害負責，也不需要為引爆了伴侶的暴力而感到罪惡，然而，他／她卻必須要為自己所助成的家暴動力關係負起責任。透過「親密虐待圈」與「敘事治療」，米爾斯提供了我們一個正視自己的暴力史、瞭解伴侶之間權力動力關係的方式，藉以達成全面減少暴力的目標。</p>	
<p>性騷擾與性別歧視：職業女性困境剖析【1993/時報文化】</p>	<p>凱瑟琳·麥金儂</p>	<p>性騷擾/性別歧視</p>
	<p>本書在美國被譽為是對性騷擾的社會意義與法律回題做全面性探討的經典著作。書中確認性騷擾乃是社會的結構性問題，是性別歧視的一種表現。深入探討性騷擾的政治、經濟、社會層面，以尋求在法律上解決問題的著作，對台灣婦女的權利意識、婦運及有關的立法及法律運作，應大有值得借鑒的地方。</p>	
<p>校園反性騷擾行動手冊 【1998/張老師】</p>	<p>清大小紅帽</p>	<p>校園性暴力/性騷擾</p>
	<p>一群關心校園性暴力和性騷擾的清大女學生，組成「小紅帽反性騷擾行動小組」，為爭取一個尊重女性尊嚴及身體自主權的校園社會而努力。本書詳述性騷擾的定義、如何處理性騷擾、提供相關的法律知識和社會資源等，不但有助於釐清一些似是而非的觀念，更可喚起女性的自主意識，俾便做好心理建設，健康而堅強地面對性騷擾。</p>	

這就是強暴【 1996/平安 】	R.WARSHAW	兩性
	<p>當強暴發生在妳身上時，妳簡直無法相信這是真的，尤其當強暴者是妳所認識的男人時。但妳要了解：妳真的被強暴了，那不是妳的錯，而妳並不孤獨。雖然妳以前從來沒有聽過這種事，可是妳已經遭到了一種最常施諸於女性的強暴。『用浩劫餘生』來形容，是相當貼切的。強暴是一種有生命威脅的可怕經驗，不要只想自己來克服它，求援不是軟弱的象徵。長期而言，和別人談談那次的強暴，能帶給妳更多的力量，幫助妳更快、更完全的復原。告訴某個人---一個可以信賴的朋友、親近的家人或老師。也可以打電話給各地的強暴協助專線、女性社團或諮詢團體。</p>	