

台灣女科技人群像簡介

20130308 修訂

姓 名	中 文 張珏 英 文 Chueh Chang	
服務單位/職稱	台大健康政策與管理研究所/副教授	
聯 絡 電 話	02-33668061	
電子郵件信箱	chueh@ntu.edu.tw	
個人/相關網站	http://www.cph.ntu.edu.tw/ihpm/?tid=188 (健管所個人網站) http://fengren.ngo.org.tw/chueh%20chang/index.htm (張珏老師的教室)	
主 要 學 歷	美國約翰霍普金斯大學理學博士 (主修行為科學與衛生教育) 國立臺灣大學公共衛生碩士 國立臺灣大學理學士 (主修心理學)	
簡 要 經 歷	2010/08~迄今 國立臺灣大學健康政策與管理研究所副教授 1998/08~2010/07 國立臺灣大學衛生政策與管理研究所副教授 1999/08~迄今 國立臺灣大學人口與性別研究中心婦女研究室研究員 2006/07~迄今 澳洲Griffith大學環境與人口健康中心合聘兼任副教授 2012~迄今 行政院性平會委員 2009~迄今 總統府人權諮詢委員會委員 2004~迄今 健康人生聯盟召集人 2001~迄今 參與聯合國非政府組織婦女地位組團長 2001~2008 台北市婦權會委員 2001/06~10 美國Columbia 大學訪問 1995~2008 中華民國消費者文教基金會監察人 1995~迄今 台北市雙胞胎協會創會理事長 1987~迄今 中華心理衛生協會常務監事 (理事長、理事) 1997~2005 世界心理衛生聯盟理事 1995~2007 臺灣公共衛生學會理事 1991/08~1999/07 國立臺灣大學人口研究中心組主任	

	1990/08~1999/07 國立臺灣大學婦女研究室召集人 1985/08~1998/07 國立臺灣大學公共衛生學研究所副教授 1977/08~1985/07 國立臺灣大學公共衛生學研究所講師 1975/07~1977/07 國立臺灣大學公共衛生學研究所助教 1974/09~1975/07 國立臺灣大學附設醫院兒童心理衛生中心技士
目前研究主題	憂鬱政策的性別影響評估、壓力紓解新方法(笑笑功)、衛生福利部心理及口腔健康司組織職能評估之研究、心理健康與人權
專長領域	婦女/性別研究、性別教育、心理衛生、醫療社會/健康心理學、雙胞胎研究、婦女健康/政策 請勾選 <input type="checkbox"/> 自然科學 <input checked="" type="checkbox"/> 應用科學 <input type="checkbox"/> 數學/電腦 <input type="checkbox"/> 生命科學 <input type="checkbox"/> 工程 <input checked="" type="checkbox"/> 科學教育 <input checked="" type="checkbox"/> 社會科學 <input type="checkbox"/> 商管 <input type="checkbox"/> 醫事 <input type="checkbox"/> 其他：請註明_____
休閒活動	推展公共心理健康主流化、性別主流化、推廣笑笑功、增進雙(多)胞胎家庭福利、電影欣賞
在科技領域的經歷和心得的分享 & 對其他女科技人或未來女科技人的建言	
<p>以下是我在 2013/11/9 台大健康促進研究中心與健管所為我主辦一場一年半前的退休傳承會中我的感言，以生活點滴來呈現給年輕人參考，我的座右銘是[自助助人、自愛愛人、自立立人]。總要有衝勁和活力，面對挫折轉化成能量，多體驗多學習，都能儲備有一天就會用到。</p> <p>註:退休傳承會不代表立刻退休，但是是事先準備與告知大家。</p> <hr/> <p>回頭自己畫出自己的生命圖像，感謝與感恩有原生家庭與配偶家人的支持，有雙胞胎姊姊的陪伴，一直有小學初中高中到大學及研究所的同學，身處在台北市，從未離家過真是得天獨厚，直到大四畢業雙胞姊姊出國讀書了！的確有半年時間的退縮！從農藝系轉到心理系，即使心理系的同學有一半是北一女的舊識，但是還是要有半年的調適！那時候還是會想回農藝系去參加他們的活動。我去美國攻讀博士，也是要有半年才真正熟悉美國文化，兩年後再去繼續讀書時，卻發現只要兩個月就習慣了，抗逆能力是有學習潛力的。</p> <p>出國攻讀博士是一大挑戰，尤其是第一次單獨出門，離開才一歲的女兒和家人，那種適應需要面對，每次聽到電話中先生與女兒牙牙聲音，馬上哽咽，電話太貴無法常打，後來只要讀書累了或想家了，就用錄音錄下我的思念再寄回家去。當然美國在 Hopkins 的朋友同學，幫忙加油打氣，遠在台灣朋友幫我論文收集資料。感謝我的指導教授 David Celentano 和其他老師等對我的啟迪，讓我有機會自由的學習，作自己認為有意義的論文。</p>	

同樣學士論文主題，柯永河教授對我的包容，讓我選擇作「雙胞胎成長的適應」；碩士論文，徐澄清教授和林家青教授的諄諄善誘，也讓我體會到長期追蹤研究的重要性。這些都造就我後來對學生的教學和指導態度。

過去成長歷程中的 mentor 有不少，Ms. 吳（吳就君），是我學習團體動力、家族治療和心理健康促進紮根的老師，宋維村醫師引領我進入心理衛生界（擔任中華心理衛生協會秘書長），讓我被訓練負起責任，想務實的心理健康促進的點子並找經費，同心圓的朋友是看我成長的陪伴者，姜蘭虹老師帶領我進入婦女研究室開啟我對婦女議題的投入。同學胡幼慧不論在婦女研究與心理健康都以充權方式讓我逐步覺察瞭解到社會建構的問題，不是僅用心理學立場看人「只要努力就好」，還需重視到結構問題以及他對結構的影響。

所有參與婦女研究與婦權會的朋友，以及中華心理衛生協會一路走來的理監事和秘書處工作同仁，還有我公共衛生一路走來的同事和成長的學生也都是亦師亦友相互支持學習。

另一人生大事件，是我 1997 年開始擔任世界心理衛生聯盟（WFMH）的理事會八年的時光，讓我真正有了世界觀，再方面 1999 年因為 WFMH 連結到去聯合國觀摩到聯合國婦女地位委員會中各政府的投入與承諾，才更覺得要將台灣的好傳出去，也要帶動我國底層民眾和政府工作者一起去觀摩，回來落實，去週邊民間團體平行會議交流，讓世界看到我們的努力。在這些轉折下，朱明若老師和林蒲慕容老師變成我在婦女健康需求評估及心理健康政策制訂的學習對象。另一位亦師亦友的就是推展笑笑功的高瑞協老師，他見證了台灣本土的創意，融合了中華文化的基本精神，以及生活中的「心理健康」定義。

對未來的傳承，如何讓人生樂章更活絡，不再是「說者諄諄聽者藐藐」，只有讓每個人都更有感，有感於性別平等的重要，有感於需要行動減少社會不平現象，有感於能照顧到自己心情是一大好事，才會一起行動，當然一起與政府為伙伴關係，以及監督關係的糾葛，也能坦然處理。在我們亦開始追隨 WHO 幾年前所提「所有政策都要將健康加入」（Health in All policy），此地的 health 當然應包括心理健康，雖然政府還沒看到，我樂意提出「公共心理健康主流化」的理念與行動，讓這樂章要如何譜，有待大家一起來。知福、惜福，能共創幸福。

工作、研究、教學、興趣或其他等相關之補充（中英文皆可）

一、 心理健康你我他

「擁有心理健康是權利、維護心理健康是國家、社會、家庭、個人的責任」！

對促進每個人的心理健康，似乎是天經地義的事，但是近大半年為爭取有獨立的心理健康司，我不斷會聽到他人轉話或直接問我，為何我會這麼堅持？我則要反問：「為何你不

認同心理健康？它是健康的一部分！」

二、 婦運之路

1985 年以前是朦朧期：(1979 年拋夫棄女負笈美國)

1985 年 啟蒙期：從無知到覺察

1990- 1999 婦女研究室的發展：推廣伙伴期，跨校園行動到政策白皮書

1990-1995 婦女研究看到健康議題：更年期為例

1995-2000 婦女健康政策的啟蒙期

2000- 2005 婦女健康政策倡議期

2006-2012 從研究到政策發展

三、 雙胞胎與我、我與雙胞胎

自己是雙胞胎：有伴真好，相互扶持，感謝與感恩

朋友是雙胞胎：卻看到別的姊妹衝突，別人兄弟鬩牆，心疼彼此的傷害。

研究的雙胞胎：被研究的雙胞胎對其他人雙胞胎好奇靦腆，但少去互動。

也訝異一些研究者的無情，只管研究比較，不管雙胞需求。

父母有雙胞胎：喜累參半，為少子女化的國家解決危機，但是卻被漠視。

國家對雙胞胎：不了解雙胞胎的負荷，認為與一般單胞一樣對待即可。

代言於雙胞胎：以心理健康性別平等原則關懷雙胞胎本身、媽媽/爸爸與家庭。

傳承於雙胞胎：破除社會/家庭對雙胞胎迷失、雙胞胎要覺醒、自助助人。

四、 笑口常開、健康常在

2003 年在癌友團體，一次工作坊的晚上，見到高瑞協老師，一人發一個塑膠袋，讓我訝異！然後開始大笑讓我尷尬，最後發現塑膠袋是讓大家在笑的振動腹部黏液可以吐出來，也讓我有點覺得噁心，卻佩服全場其他癌友的自在！！爾後再經驗幾次的工作坊，我才體會出笑笑功的精髓。後來與林仁壽和劉麗飛教授一起討論，覺得這是由台灣自己研發出來的抒壓方法，連結中國傳統氣功，值得從研究中去瞭解其功效。也從文獻探討中得知笑的研究，在國際已經有學術專門名詞 gelotology。我們很高興能將台灣本土發展的[笑笑功]宣揚國內外，並已有四篇碩士論文出現，學術成果則在國內期刊刊登 2 篇、國外 2 篇。

2004 年介紹癌友去紐西蘭參加世界心理衛生聯盟 (WFMH) 及比爾基金會和世界衛生組織合辦的心理健康促進與異常行為預防世界大會的開場表演，高老師帶領大家自在笑與伸展深獲好評，緊接在 2005 年去埃及開羅 WFMH 年會上正式舉辦台灣笑笑功工

作坊，一方面突破外交困境讓台灣走出去，世界大會中看到台灣，一方面也展現台灣人的聰明與驕傲，我們有自己研發心理健康的工具，不是都承襲西方國外。就這樣每年一定參與國際大會，足跡橫跨挪威、香港、澳洲、希臘、美國的華盛頓首府及加州洛杉磯和聖地亞哥等，2007年由紐約華裔婦女商會主辦在地僑界笑的講座，提供僑界不論婦女團體、老人團體、外丹功團體等的體驗笑笑功健身強心的自我療效，2010年開始，也在紐約連結上聯合國朋友沈祖為在聯合國內員工的兩個社團，「風水雅集」和「靈性團體」，為他們舉辦笑工作坊，也在三月聯合國婦女地位委員會開會時，週邊民間團體會議活動中，舉辦工作坊幫忙碌的婦運人士提供抒壓好方法。而國際友人也開始看到笑笑功的優點，陸續開始邀請高老師前往，2013年七月，由林玉華老師與我和李豐，就前往馬來西亞，完成高老師遺志，為他們舉辦兩千人的大團練，盛況空前，回應熱烈。

填表日期： 102 年 2 月 24 日

※ 本表格將會在台灣女科技人電子報中刊出 <http://www2.tku.edu.tw/~tfst>，撰寫者可自行決定提供哪些資訊。