

## 附件四 109 年性別平等教育優良教學方案甄選活動

### 教案設計格式

#### (一) 教案理念及教學目標

<b>主題名稱</b>	愛情大學		
<b>實施年級</b>	<input type="checkbox"/> 高中職 (年級: _____) <input checked="" type="checkbox"/> 國中 (年級: <u>八</u> ) <input type="checkbox"/> 國小 (年級: _____)		
<b>節數</b>	節數 <u>4</u> (合計 <u>180</u> 分鐘)	<b>設計者</b>	吳姿穎、張鎮遠
<b>課程類型</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 議題融入式課程， 融入領域/科目： <u>綜合活動領域輔導科</u> <input type="checkbox"/> 議題主題式課程 <input type="checkbox"/> 議題特色課程	<b>實施時間</b>	<input checked="" type="checkbox"/> 校訂必修 <input type="checkbox"/> 選修 <input type="checkbox"/> 彈性學習課程/時間
<b>對應之總綱核心素養</b>	<input type="checkbox"/> A1 身心素質與自我精進 <input type="checkbox"/> A2 系統思考與解決問題 <input type="checkbox"/> A3 規劃執行與創新應變 <input checked="" type="checkbox"/> B1 符號運用與溝通表達 <input type="checkbox"/> B2 科技資訊與媒體素養 <input type="checkbox"/> B3 藝術涵養與美感素養 <input type="checkbox"/> C1 道德實踐與公民意識 <input type="checkbox"/> C2 人際關係與團隊合作 <input type="checkbox"/> C3 多元文化與國際理解		
<b>領域(類科)/學習重點</b>	<b>核心素養</b>	J-B1 具備運用各類符號表情達意的素養，能以同理心與人溝通互動，並理解數理、美學等基本概念，應用於日常生活中。	
	<b>學習表現</b>	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	
	<b>學習內容</b>	輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。	
		註： 若有融入全人性教育、生命教育、品德教育，可依需要自行增加欄位或列入相關項目。	
<b>性平教育議題</b>	<b>學習目標</b>	理解性別的多樣性，覺察性別不平等的存在事實與社會文化中的性別權力關係。	
	<b>學習主題</b>	身體自主權的尊重與維護	
	<b>學習內涵</b>	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。	
<b>教學目標</b>	1. 覺察每個人對愛情的價值觀不盡相同，並澄清自己的愛情價值觀。 2. 發展出親密關係中，合宜的親近與表達方式。 3. 從情感關係層面，展現認識自己、愛自己、保護自己的情感態度。		

### 年少時代：對愛的憧憬與誤解

情竇初開的年少時代已經開始對於愛、對於關係有許多想像，在這個階段的青少年渴望被人關注、也渴望被愛。但在迎向情感關係的過程中，卻有許多困境是難以和人道出的心事。

然而，在學校場域中「情感」似乎成了只可意會不可言傳的微禁忌話題，以至於現代青少年對於情感議題的知識與資訊來源大多是網路媒體，但從未有人和他們好好談論關於「戀愛」這件事。學生們養成私下練功的習慣，許多過度理想化的情感交往情節或誇大的情感迷思多來自小說或偶像劇，造成學生對於情感關係的錯誤想像。

### 隱喻：愛情大學

愛情充滿幸福與美好，但經營起來卻又艱辛而不易，往往在愛人之時看見自己的脆弱，也往往在被愛之時看見自己的價值。因此我以「大學」作為隱喻，暗指情感關係中廣博深遠的互動學問，同時亦代表著打破學生過往認知中情感只是「大人學」的想法，從中學生階段便及早開始和學生討論情感教育。情感教育的範圍廣闊而難解堪稱一門大學，希望在愛情的課室中，不再只有紙上談兵，而是個平台、是個機會、一場邂逅，與學生面對面地談論愛情，這個足以困擾所有人的煩惱。

在課堂中我也一再向學生澄清：這堂課並不是鼓勵學生現在就去談戀愛，而是在一瞥情感世界的細膩和複雜過後，更多的回頭檢視現在的自己，預備自己在未來成為一個更合適的愛人者。抱著滿心地期盼與理想，我開啟了這場遊樂之旅。

### 全人性教育：愛人愛己的修練之路

本課程認為要談論情感、談論愛，經常是個人與人際的修練。因此，本課程以「愛情分析學」探討個人的愛情價值觀作為開頭，第二堂課進一步討論「愛情測量學」中微妙的人際互動與人際距離，第三堂課以表達作為主軸將「愛情文學」作為人際溝通中富有同理心的表達練習場。最終，「愛情心理學」再將焦點由人際之間的互動轉向個人，引導學生重新思考當自己身處於各情境中會如何應對，並進行最終的統整性評量。

### 核心素養：融入情境的教學設計與學習評量

在教學設計的部分，設計者議從國中生的生活情境出發，從情境中探討學生的情感經驗，從中引出尊重自己與尊重他人感受的課程目標。並利用科技融入教學，如：POLLEVERYWHERE 等即時互動式發言平台，讓每個學生在課堂上更多發聲的管道。

在學習評量的部分，評量方式多元包含口語評量、高層次紙筆測驗、實作評量等，為各種學習風格的學生設計評量工具。除此之外，在「愛情文學」課程中考量學生的起點行為提供書信撰寫架構給特殊需求學生，建構良好的差異化教學。總結評量則是設計「國中生愛情事件簿」，將學生至於日常生活的情境中，從認識自己開始到如何親近／回應對方，並且重新省思當生活中的情感情境中能如何回應。

### 課程設計思路

What is love?

■第一節課：我的愛情價值觀

How to love?

■第二節課：親近 ⇒ 恰當性評估三元素

■第三節課：回復／面對拒絕 ⇒ 回覆信

■第三節課：過度追求／危險情人

Me in love

■第四節課：認識自己、學愛自己、保護自己

### 課程預期成果

1. 覺察每個人對愛情的價值觀不盡相同，並澄清自己的愛情價值觀。
2. 發展出親密關係中，合宜的親近與表達方式。
3. 從情感關係層面，展現認識自己、愛自己、保護自己的情感態度。
4. 打通師生之間的對談情感關係的平台，教師與學生之間更具信任感與對話空間。

### 教學對象與場域分析

- 實施對象的多元文化背景分析，包括性別、階級、族群等。
- 實施對象的起點行為分析，包括學科與性平教育。
- 實施對象若有特殊需求學生，請說明包含之隱性需求，如：辨色障礙、情緒障礙、學習障礙者之教學內容、學習評量、學習歷程及學習環境之適切調整。

### 多元文化背景分析

教學對象的家長多屬藍領階級，校園中有 40% 的學生來自脆弱家庭（單親、隔代教養、低收入戶、新住民子女等）。家長對於孩子與工作的時間和心力分配較難以平均，因此許多家庭對於學生較疏於照顧，在想法與意見的交流上亦較缺乏。這樣的家庭背景對於學生在情感關係上的影響是容易在兩性或是同儕關係上尋求認同感。

教學對象是為八年級，是一個進入國中逐漸熟悉校園生活並且開始對身旁的同儕產生好感或好奇的年級，相對於七年級學生更熟悉校園環境、同儕關係也更為緊密，相對於九年級承擔較少的學業壓力。身為校園內的

中堅分子，有人描述這個年紀的學生最容易成為人們眼中的「中二病」。他們的特徵是行為仍帶有孩子的稚氣，卻又有一個想要成為小大人的靈魂。這群學生渴望被認真對待，但有時又不一定能負起行為相對應的責任，在這個階段「情感關係」是他們充滿好奇但又時常被告誡不能提起的微禁忌話題。

### 起點行為分析

- 談論情感關係在國中階段遇到的最大困難便是學生的情感經驗大相逕庭，有些學生已經具備豐富的交往經驗在課堂中期待教師能有更多「該如何相處」甚至是「該如何分手」等相關內容，然而有些學生卻對於情感關係相當陌生談論親密關係的相處時往往感到抽象和難以想像而降低其參與課程的意願。
- 健康與體育課程綱要：第四學習階段 學習內容

D. 個人衛生與性教育	b. 性教育	Db-IV-1	生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。
		Db-IV-2	青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略。
		Db-IV-3	多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度。
		Db-IV-4	愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。
		Db-IV-5	身體自主權維護的立場表達與行動，以及交友約會安全策略。
		Db-IV-6	青少年性行為之法律規範與明智抉擇。
		Db-IV-7	健康性價值觀的建立，色情的辨識與媒體色情訊息的批判能力。
		Db-IV-8	愛滋病及其它性病的預防方法與關懷。

### 特殊需求學生

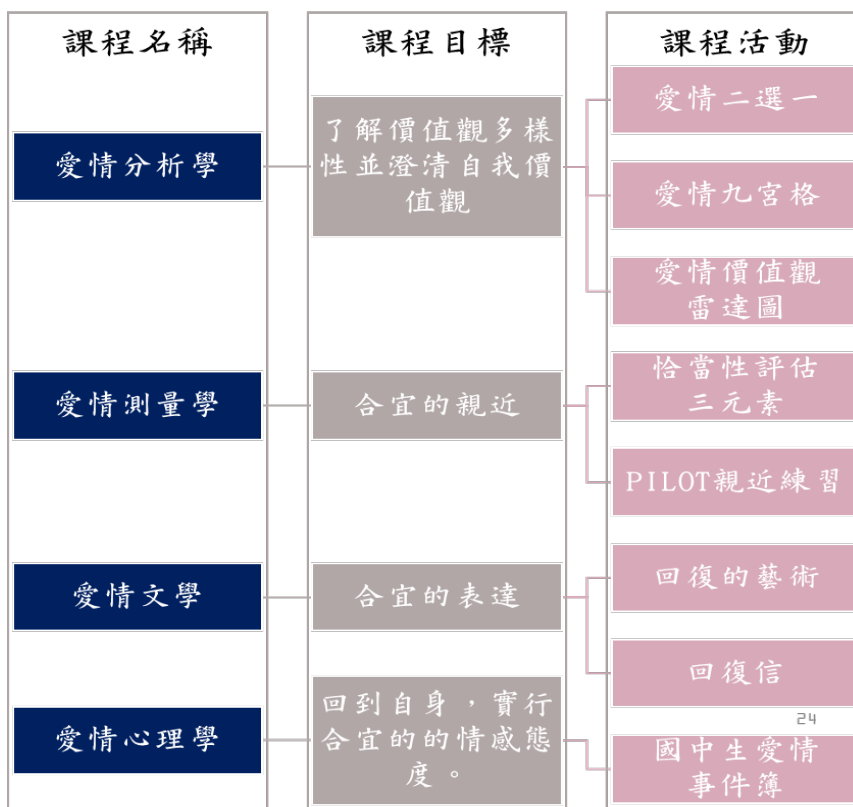
- 本課程教學對象中有幾位屬於特殊需求學生（自閉傾向、閱讀障礙），因此在課程設計上加入差異化教學給予學生文字撰寫的相關鷹架協助學生融入教學情境中。

學習評量方式與重點	單元名稱/節數(時間)	教學策略/教學評量
	單元一：愛情分析學(1節課)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 口語評量：課堂問答。</li> <li>● 高層次紙筆測驗《愛情分析學》學習單：整理自己最多類別的愛情價值觀進而澄清自己的愛情價值觀，並統整課程感受與收穫。</li> </ul>
	單元二：愛情測量學(1節課)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 口語評量：評量學生對於不合宜的親近所造成後果的覺察。</li> <li>● 高層次紙筆測驗《PILOT 正向人際及生活能力訓練課本》：學生在情境中練習合宜的親近。</li> </ul>
	單元三：愛情文學(1節課)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 高層次紙筆測驗《愛情文學—回復信》：作為評量學生是否展現同理心與情感的文學表達。</li> </ul>

	單元四： <b>愛情心理學</b> (1 節課)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>口語評量《國中生愛情事件簿》：</b> 各樣國中生常見的情感關係情境，檢測學生是否能從中實行認識自己、愛自己、保護自己等合宜的情感態度。</li> <li>● <b>高層次紙筆測驗《愛情大學課程回饋表》：</b> 了解學生在本系列課程中對於愛情的想法以及對於課程的想法回饋。</li> </ul>
<b>使用教材</b> <b>(含媒體)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 第一堂課           <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 教師自編「愛情分析學」學習單</li> <li>■ 108 學年度第二學期 翰林版綜合活動領域課本</li> <li>■ 教師自編「愛情分析學」課程 PPT</li> </ul> </li> <li>● 第二堂課：           <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 教師自編「愛情測量學」小組討論單</li> <li>■ 教師自編「愛情測量學」課程 PPT</li> <li>■ 教師自編「那些年我們一起追的女孩」追求剪輯版</li> <li>■ 《PILOT 正向人際及生活能力訓練課本》</li> </ul> </li> <li>● 第三堂課：           <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 教師自編「愛情文學—回復信」學習單</li> <li>■ 教師自編「愛情文學」課程 PPT</li> <li>■ 教師自編「那些年我們一起追的女孩」告白剪輯版</li> </ul> </li> <li>● 第四堂課：           <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 教師自編「愛情心理學」課程 PPT</li> <li>■ 教師自編「愛情心理學」課程總結回饋單</li> </ul> </li> </ul>	
<b>補充教材</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 第三堂課：教師自編「愛情文學」回復信撰寫之同理心架構。</li> <li>● <a href="#">iLOVE 戀愛時光地圖</a></li> </ul>	
<b>參考資料</b>	<p>一、指定參考資料：<a href="#">真善美教學資源分享網</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 主題教案：情感關係           <ul style="list-style-type: none"> <li>■ <a href="#">愛情先修班—健康兩性交往</a></li> <li>■ <a href="#">喜歡要如何表達？</a></li> <li>■ <a href="#">如何拒絕不想要的告白</a></li> <li>■ <a href="#">我倆是朋友或情侶</a></li> <li>■ <a href="#">愛情暖暖包</a></li> </ul> </li> </ul> <p>二、其他參考資料：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 幸福 e 學園           <ul style="list-style-type: none"> <li>■ <a href="#">兩性交往的第一步—情感表達與溝通</a></li> <li>■ <a href="#">我的愛說不出口？</a></li> </ul> </li> <li>● <a href="#">性別平等教育：教學資源手冊</a> (2019) (心理出版社)。</li> <li>● <a href="#">十二年國民基本教育課程綱要</a></li> <li>● <a href="#">十二年國民基本教育課程綱要 議題融入說明手冊</a></li> <li>● 李玲玲、曾浩怡、許硯婷、林詩珊、王楨元、王嘉瑛 (2019)。師生心「電」感應——談「初戀那件小事」，<a href="#">教育專業創新與行動研究創新教學活動設計類參賽教案</a>。台北市。</li> </ul>	

- |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>● 徐新娣(2004)。台北縣市大學生擇偶條件之研究，<u>國立臺灣師範大學人類發展與家庭研究所碩士論文</u>。台北市。</li><li>● 韋彥如(2014)。愛情的教與學：一個小學情感教育的行動研究，<u>國立高雄師範大學性別教育研究所碩士論文</u>。高雄市。</li><li>● 性平輔導小組輔導員群。愛情怎麼了嗎？--對不起，我不喜歡你，<u>新北市政府教育局國民教育輔導團國小性別平等教育輔導小組 性別平等教育議題學習活動設計</u>。新北市。</li><li>● <u>iLOVE 戀愛時光地圖</u></li><li>● <u>木木老師邊教邊學</u></li></ul> |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## (二) 課程安排架構概述



課程安排架構			
單元名稱/節數(時間)	學習指標/教學目標	教學重點	教學策略/教學評量
單元一： 愛情分析學 (1 節課)	覺察每個人對愛情的價值觀不盡相同，並澄清自己的愛情價值觀。	What is love? 1. 覺察愛情價值觀的多樣性與獨特性 2. 澄清自己的愛情價值觀	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 口語評量：課堂問答。</li> <li>● 高層次紙筆測驗《愛情分析學》學習單：整理自己最多類別的愛情價值觀進而澄清自己的愛情價值觀，並統整課程感受與收穫。</li> </ul>
單元二： 愛情測量學 (1 節課)	發展出合宜的親近與經營情感關係的方式。	How to love? 1. 在情感關係中使用恰當性評估三元素，發展合宜的情感表達與親近方式。 2. 以國中生習慣的青春愛情電影作為媒材探討劇情中的親近方式、主角們的反應以及現實生活中的情感。	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 口語評量：評量學生對於不合宜的親近所造成後果的覺察。</li> <li>● 高層次紙筆測驗《PILOT正向人際及生活能力訓練課本》：學生在情境中練習合宜的親近。</li> </ul>

<p>單元三： 愛情文學 (1 節課)</p>	<p>發展出合宜的表達情感關係的方式。</p>	<p>How to love?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 同理心訓練：瞭解面對分手情境時可能出現的情緒，並瞭解自己或他人面對分手情境時，可以採取的作為。過度追求、危險情人：新聞、法規、復仇式色情</li> <li>2. 透過撰寫《回復信》在情感關係中發展合宜的情感回復與態度。</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 高層次紙筆測驗《愛情文學—回復信》： 作為評量學生是否展現同理心與情感的文學表達。</li> </ul>
<p>單元四： 愛情心理學 (1 節課)</p>	<p>實行認識自己、愛自己、保護自己，表現出合宜的情感態度。</p>	<p>Me in love.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 國中生愛情事件簿：設計各樣國中生常見的情感關係情境，了解學生面對個情境時的態度與決定。</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 口語評量《國中生愛情事件簿》： 各樣國中生常見的情感關係情境，檢測學生是否能從中實行認識自己、愛自己、保護自己等合宜的情感態度。</li> <li>● 高層次紙筆測驗《愛情大學課程回饋表》： 了解學生在本系列課程中對於愛情的想法以及對於課程的想法回饋。</li> </ul>



### (三) 教案內容

學習指標/ 重點	教學活動 (含時間)	教學資源	評量方式 與重點
<p>第一節課</p> <p>覺察每個人對愛情的價值觀不盡相同，並澄清自己的愛情價值觀。</p>	<p style="text-align: center;"><b>準備階段</b></p> <p><b>一、課前準備</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 單獨坐。</li> <li>● 投影機、筆電等設備確認。</li> <li>● 課前準備：愛情價值觀學習單<sup>*N</sup>、班級名條、綜合活動課本。(N=班級人數)</li> </ul> <p><b>二、課程開場 (10min)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 教師引言：           <p>「各位同學，當你想到愛情你想到的第一個念頭會是甚麼？」</p> <p>(列舉學生可能的回答)</p> <p>以前在學校裡面，好像「愛情」是一個有點禁忌的話題，可能不要讓同學知道以免被亂傳，也不要讓老師知道以免他叫你先讀書，更不能讓爸媽知道不然手機門禁就會來。但剛剛你們想到愛情怎麼會了解地那麼深入？大家對愛情還是很憧憬，因此電影、電視劇、手遊、交友軟體、小說等等，變成了大家私下練功這個愛情必修學分的管道。</p> <p>所以我今天就一起在課堂上公開談「戀愛」吧！同學們一定會問「我現在又不能談戀愛，為甚麼要學戀愛？」老師想要換個問題問大家，「你現在又不用跟外國人講英文，你為甚麼要學？」因為你知道有一天你會把這項技能派上用場。愛一個人也是一樣的，這樣你說，戀愛是不是該好好學？</p> <p>你們很幸運，因為輔導課就是一堂考試不會考但人生會考你的課。因此接下來四周裡，我們要在這堂課上大膽的「談戀愛」。我們並不是鼓勵同學們現在馬上就去談一</p> </li> </ul>	<p>課程 PPT</p>	

場戀愛，而是在未來，如果有一天你真的遇到了讓你心動的愛情，你對他不再只有從小說、電視劇或養成遊戲上認識的愛情，在這堂課裡你將看到更多關於愛情的樣貌。

在這系列課程開始之前，有一些課程默契是我們一定要一起遵守的。

- **課程默契：**

- 組別／個人加分制
- 教師舉手即停止討論（可當場練習一次）
- 輕鬆但不隨便的輔導課，強調情感教育課堂中的**尊重與保密**。
- 尊重自己的感覺，尊重別人的感覺。可以自己決定要說多少，如果不舒服就舉手讓老師知道。
- 並不是鼓勵現在談戀愛，也不是談論八卦，而是公開的「談戀愛」，讓他在未來的某一天就能派上用場的愛人的能力。

- **課程地圖**



### 三、引起動機：戀愛二選一 (5min)

- **活動目的：**覺察每個人對愛情的不同觀點。
- **進行方式：**
  1. 教師引言：想必不用老師多加解釋，大家就已經從許多影音媒體或是親身經驗過甚麼是愛情。現在的大家因為網路媒體的發達，大家煩惱的往往不是不知道甚麼是愛；而是愛

	<p>來了的時候，你不知道他是不是那個對的人。</p> <p>2. 強迫選擇題：同學務必選擇其中一項答案，舉手回答。</p> <p>3. 說明選擇原因後加一分。(個人分數)</p> <p>4. 題目：</p> <p>a. A 其貌不揚的天才/B 顏質爆表的笨蛋。</p> <p>b. A 溫柔體貼但是窮光蛋/B 爆走火山但家財萬貫。</p> <p>c. A 你愛但卻不愛你的人/B 你不愛但卻很愛你的人。</p> <p>5. 教師小結：你有發現隱藏在背後的<u>(價值觀)</u>嗎？藉由這三個題目，大家可以發現每個人好像要的不太一樣，有的人在意的是樣貌/智力/性格/財富/想要愛人/想要被愛。我們可以從這些很極端的選擇中思考、了解自己面對愛情的態度。但是真正的愛情往往不是只有選擇題這麼簡單的，當這些價值觀、你對愛情的追求全部混在一起時他是一個複雜的多選題，你要怎麼選呢？你知道你在意的是甚麼嗎？。</p>		
第一節課	發展階段		
<p>覺察每個人對愛情的價值觀不盡相同，並澄清自己的愛情價值觀。</p>	<p>一、 愛情分析學 (20min)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動目的：覺察並沒有一個人可以完全和自己對愛情的期待一致，並且澄清自己的愛情價值觀，確認、分享交流、看見價值觀的多樣性。</li> <li>● 進行方式：</li> </ul>	<p>課程 PPT、綜合活動領域課本、「愛情分析學」學習單</p>	<p>高層次紙筆測驗：將自己的愛情價值觀進行排序以澄清自己的愛情價值觀。</p> <p>口語評量：覺察每個人對愛情的價值觀不盡相同。</p>

1. 發下「愛情分析學」學習單並提供愛情價值觀表給學生。(5min)

愛情價值觀	畫記	愛情價值觀	畫記
<del>有車又有錢</del>		有共同興趣	
生活習慣相似		未來有共同規畫	
<del>家庭背景我認同</del>		願意讓我了解他	
受親朋好友喜愛		會製造浪漫驚喜	
功課學歷表現好		喜歡親密舉動	
身體健康不生病		時時刻刻陪著我	
有責任感		喜歡我的外表	
個性積極上進		<del>對我甜言蜜語</del>	
情緒穩定，EQ高		外貌身材具吸引力	
幽默又風趣		<u>對我溫柔體貼</u>	
無不良嗜好		專情只愛我	
心地善良，人很好		傾聽我心事	
尊重彼此空間		包容接納我	
個性合得來		非常信任我	
<u>一起學習成長</u>		鼓勵支持我	

- 翰林版綜合活動領域課本第 23 頁
  - 選出 9 個你最重視愛情價值觀。
  - 依序從最重視的價值開始標 9 分，最後標 1。
2. 將所選的價值觀，依照數字填入九宮格 (2min)

**\*提醒：使用原字筆**

1	8	7
2	9	6
3	4	5

3. 愛情 BINGO (7min)

**\*提醒：使用鉛筆**

- 活動計時 3 分鐘

	<p>b. 茫茫人海中，2人組成一組進行BINGO!</p> <p>c. 碰到一個人就先在下方寫上他的座號。</p> <p>d. 比對九宮格找到「數字且價值觀皆相同」，則將該格圈起來擁有該分，將你們的共同積分寫在下方( )中。</p> <p>e. 組成一組後必須全程一起行動，若要拆夥則積分重新計算。</p> <p>f. 不能腳踏多組！隊友不限男女，追求最高分！</p> <p>g. 音樂停止時請停在原地蹲下，停止交談、行走！</p> <p>h. 最高分積分者獲勝，獲得「愛之煉金術師」的封號。</p> <p>4. 訪問：<b>(6min)</b>  <b>【高分的同學】(須強調是最後一格)</b></p> <p>a. 可以分享一下你們最高分的價值觀是甚麼嗎？  ⇒ 普查愛情價值觀</p> <p>b. 你是怎麼做到獲得這麼高分的？  ⇒ 或許我們都有相似的價值觀，但在關鍵的價值觀(前擠在意的價值觀中)能不能相同其實更為重要。最後三個加起來才6，第一名就9了！</p> <p>c. 教師小結：認識自己的愛情觀，知道自己最重視甚麼，是在感情中得高分的關鍵。</p> <p>5. 提問：</p> <p>a. 你覺得有辦法拿到滿分45分嗎？  ⇒ 要滿分真的太難了，幾乎不可能。沒有人的價值觀可以跟你一模一樣，除非你抄他的。但這樣更顯得了解自己、認識對方的重要性！</p> <p>b. 想想看，體驗活動中，你是否聯想到和現實中的感情相似之處？  ◆ 尋找感情(找人BINGO)：當我們覺得這個人合適的時候，心中就</p>		
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

	<p>會有一種 BINGO 的感覺！就是他了！他我可以！</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 價值觀（核對九宮格）：其實是組隊（感情）之前，好好地檢視自己、對方的價值觀是不是相似的。但在真實世界中的感情，不會有一個表隨時拿著讓你去檢視對方或是檢視你自己。因此在感情之前你們是否好好地認識彼此變得非常重要。可能透過群體互動、單獨互動、傳訊息、一起參加活動都是認識對方很好的管道。</li> <li>◆ 選擇權（可以拆夥）</li> </ul> <p>6. 教師小結：情感關係從認識自己開始！</p>		
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

<b>第一節課</b>	<b>總結階段</b>
-------------	-------------

<p>覺察每個人對愛情的價值觀不盡相同，並澄清自己的愛情價值觀。</p>	<p><b>一、愛情價值觀雷達圖 (5min)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>活動目的：</b>學生能澄清自己的愛情價值觀。</li> <li>● <b>進行方式：</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師引言：感情是兩個人的互動，現在國中階段的我們，甚至可能還沒踏入廣大情場，因此我們可以先從認識自己開始。</li> <li>2. 將愛情九宮格中所選擇的價值觀劃入雷達圖。</li> </ol> </li> </ul> <div data-bbox="438 1512 973 1926" style="text-align: center;"> </div> <p>3. 學習單提問：</p>	<p>課程 PPT、「愛情分析學」學習單</p>	<p><b>高層次紙筆測驗：</b>整理自己最多類別的愛情價值觀進而澄清自己的愛情價值觀，並統整課程感受與收穫。</p>
--------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------	--------------------------------------------------------------

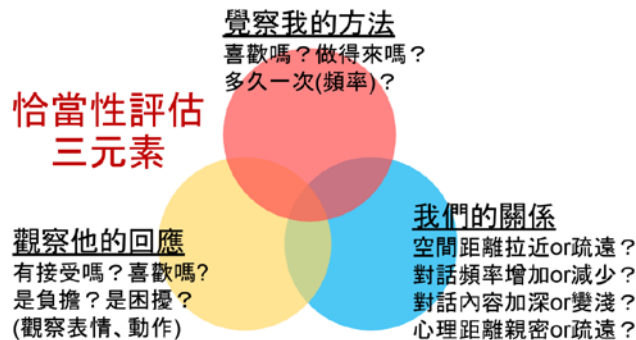
	<p>a. 我最多的類別</p> <p>b. 看到這個分布我的感受／想法</p> <p>c. 課堂課結束後，我的感受／想法</p> <p>4. 教師小結：看看這些選出來的條件，這或許就是你想像中愛情的模樣。或許他的樣貌會隨著時間和空間改變。或許當未來有人跟你告白的時候，你可以因為很清楚知道自己想要的愛情樣貌長甚麼樣，而更了解自己的心，知道如何回復他。</p> <p><b>二、預告下週課程(5min)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 在班上上課，並且課前完成分組。</li> <li>● 預告下週課程：認識如何合宜的親近、回覆。</li> <li>● 統計目前各組積分、給予鼓勵回饋。</li> <li>● 收回愛情價值觀學習單。</li> </ul>		
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

學習指標 /重點	教學活動 (含時間)	教學資源	評量方式 與重點
<b>第二節課</b>	<b>準備階段</b>		
發展出合宜的親近、表達與經營情感關係的方式。	<p><b>一、課前準備：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 分組坐</li> <li>● 投影機、筆電等設備確認。</li> <li>● 器材準備：班級名條、「愛情測量學」小組討論單 (A3 大小) *G、正向人際及生活能力訓練課本*N。(G=組別數、N=班級人數)</li> <li>● 按姓名發回學習單及正向人際及生活能力訓練課本。</li> </ul> <p><b>二、引起動機</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 訪問學生關於愛情價值觀的排行預測。</li> <li>2. <b>愛情價值觀統計結果報告：</b>回顧上週課程的個人價值觀，並呈現全班的價值觀分布給學生。討論這些價值觀對於國中學生的重要性，並說明價值觀的階段性。</li> <li>3. <b>教師引言：</b>就像上周的 BINGO 遊戲，你可能在感情裡面終於在茫茫人海當中找到了一個你覺得價值觀跟你相近的人，這麼 MATCH，但找到了之後然後呢？是不是還是要有一些作為？不能就只有一直遠看朦朧美啊！要近看一下，認識一下，才能讓彼此關係更靠近，那我們要怎麼做？因此愛情大學又再次開課啦！我們今天要上的是「愛情測量學」。</li> </ol>	課程 PPT	
<b>第二節課</b>	<b>發展階段</b>		
發展出合宜的親近、表達與經營情感關係的方式。	<p><b>一、愛情測量學—多近才合適？ (25min)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>活動目的：</b>讓學生在愛情的情境下，利用恰當性評估三元素發展出合宜的親近方式。</li> <li>● <b>進行方式：</b></li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 提問：甚麼是親近？ 和喜歡的人彼此關係更靠近的方式。</li> <li>2. 舉出國中生常見的親近方式 (也是舉出老師親身使用過或看過的親近方式) 舉例：在一封簡訊還是三塊的時代，我曾經一個月跟心儀的對象傳了 1000 多塊的電話費！ 或者是：你早上多買一條巧克力給自己喜歡的</li> </ol>	課程 PPT、 「愛情測量學」小組 討論單	<b>口語評量：</b> 評量學生對於不合宜的親近所造成後果的覺察。



人，可能因為你知道他今天月經來  
擬答：傳簡訊、偷看、送禮物、幫忙做事、約她出去...

3. 播放影片 1 《好友的親近方式》。
4. 從影片中引出提問：為甚麼不管用！？  
延伸提問：我該怎麼知道，我的親近方式有沒有用？
5. 引導語：可惜親近又不像投籃機，旁邊有個儀  
表板有進就葛萊芬多加十分，沒進就扣十分甚  
至少一個投籃的機會。但是親近其實有很多種  
形式，不同方式的親近也可能會造成不同的結  
果。
6. 向學生介紹「恰當性評估三元素」，並評估在剛  
剛的追求過程中，是否符合合宜的親近方式。



(\*資料來源：「恰當性評估三元素」龍山國中 李玲玲老師。)

7. 以影片內容作為舉例：
  - a. 廖該邊：討女生歡心／傻眼
  - b. 老曹：打籃球耍帥／困擾
  - c. 阿和：聊他喜歡的東西／接受
  - d. 許博淳：展現自己最無知的一面／受不了
8. 各組發下「愛情測量學」小組討論單
9. 提醒各組以男主角的立場來看親近方式，提醒  
學生利用恰當性評估三元素，並評估影片中追  
求過程，是否符合合宜的親近方式。
10. 播放影片 2 《男主角的親近方式》
11. 問題討論：
  - a. 影片中，男主角有哪些親近對方的方  
式？

	<p>告白、打電話給他、一起出去玩（單獨）、讓對方看到自己最強的一面。</p> <p>12. 各組發表評估結果 （備用問題）</p> <p>a. 難道男主角不夠喜歡女主角嗎？不夠努力嗎？那為甚麼他們以吵架結尾？ 他真的很喜歡也很努力，但有些方法讓他受傷</p> <p>b. 詢問同學是否有看見女主角反應的轉變？ 從喜歡、嬌羞到生氣、擔心</p> <p>c. 兩人關係的發展？ 從親近到疏遠，有時候親近最重要的目的是要知道我們的關心對方是否有接收到</p> <p>13. 引導語：難道男主角不夠喜歡沈佳宜嗎？他真的很喜歡，但有時候親近重要的目的是要知道我們的關心對方是否有接收到？對方是否因為這些舉動對我們的好感度更加分？但究竟要怎麼知道？難道有一個計分表嗎？ ⇒強調觀察和智囊團的重要</p> <p>14. 教師小結：親近的豐富性、階段性與主觀性。</p> <p>a. 豐富性：有好多的方法我們可以嘗試，從男主的四個朋友到男主角自己，他們都有不同「追女孩」的方式。</p> <p>b. 階段性：在不同的階段，適合不同的親近方式，也可能會造成不同的效果。在一開始男女主角的距離比較遠用打電話的方式聯絡感情，但感情更靠近了他們透過一起出去玩更認識彼此。</p> <p>c. 主觀性：雙方的感受格外重要</p>		
第二節課	總結階段		
發展出合宜的親近、表達與經營情感關係的方式。	<p>一、合宜的親近 (10min)</p> <p>1. 引導語：同學們可以回想看看你們曾經「親近他人」的方式，其實今天談的親近並不只侷限於愛情，也有可能是朋友或是你的家人，這些親近的方式都可以拿這個三角尺去檢視，你覺得你的親近方式對方有接受嗎？你們的關係有</p>	課程 PPT、正向人際及生活能力訓練課本	高層次紙筆測驗：學生在情境中練習合宜的親近。

	<p>更靠近嗎？</p> <p>假如你真的不知道還有甚麼方法可行，或是你真的不知道他的感受如何，別怕！你還有你的智囊團們！老師、家人或是朋友都是很好的傾聽者。</p> <p>課程的最後，我們評估了男主角過去曾經親近彼此的方式，終於要回到你的身上，今天如果有一個機會，有一個你很想要親近對象（可能是朋友可能是異性），老師要讓你們試著寫寫看一個新的邀約。</p> <p>2. 結合「PILOT 正向人際及生活能力訓練課本」第 22、23 頁，請學生根據這個結構進行親近練習。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. 對象（喜歡的人／朋友／家人）</li> <li>b. 你想要親近他的方式？（你會說什麼話、做什麼舉動？）</li> <li>c. 你需要觀察的是？</li> </ol> <p><b>二、預告下週課程(2min)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 課前完成分組。</li> <li>● 預告下週課程：認識如何合宜的回覆。</li> <li>● 統計目前各組積分、給予鼓勵回饋。</li> </ul>		
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

學習指標 /重點	教學活動 (含時間)	教學資源	評量方式 與重點
<b>第三節課</b>	<b>準備階段</b>		
發展出合宜的親近、表達與經營情感關係的方式。	<p><b>零、課前準備：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 單獨坐。</li> <li>● 投影機、筆電等設備確認。</li> <li>● 器材準備：回覆信學習單、便利貼、班級名條。</li> </ul> <p><b>一、引起動機 (3min)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 回顧上週課程，不同親近方式要觀察自己和對方的感受。到了最後，我們終於決定要告白了，在情感關係中，都希望告白能得到一個「回覆」。</li> <li>● 連結前幾堂課程，但要不要答應取決於自己的愛情價值觀以及對方親近的方式。</li> <li>● 教師提示觀看影片重點：追求的方式有那麼多種，今天我們要討論的主題就跟「告白」有關。等一下我們看一段影片，請特別注意一劇中女主角(沈佳宜)要被告白時，以及男主角(柯景騰)要告白時--可能的心情或想法。</li> <li>● 播放影片《那些年我們一起追的女孩—告白》</li> </ul>	課程 PPT	<b>口語評量：</b> 了解學生對於上兩堂的課的掌握程度與進入課程的狀態。
<b>第三節課</b>	<b>發展階段</b>		
發展出合宜的親近、表達與經營情感關係的方式。	<p><b>一、回覆的藝術 (15min)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動目的：讓學生了解合宜的回覆可以如何進行，不合宜的回覆可能會造成甚麼影響。</li> <li>● 進行方式： <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 發下一人 2 張便利貼，右下角寫下學生座號。</li> <li>2. 詢問學生和影片相關問題：</li> </ol> <p><b>【MEMO】</b> 學生將答案寫在便利貼上，貼至黑板。 (PPT 呈現如下圖所示)</p> </li> </ul>	課程 PPT、便利貼	

被告白者 沈佳宜		告白者 柯景騰	
心情			心情
回覆			期待
擔心			被拒絕的心情
在表達拒絕時，你會有甚麼考慮？甚至是 <u>擔心</u> 的事？		如果你是柯景騰，面對追求被拒絕，你的 <u>心情</u> 可能如何？	

(課程進行方式如下圖所示)



- (左半部學生) 如果你是沈佳宜，被告白時，你的心情可能如何？為什麼？  
感動、震驚、尷尬、驚喜、厭惡……
- (右半部學生) 如果你是柯景騰，告白時，你的心情可能如何？為什麼？  
緊張、擔心、害怕、期待……

3. 提問：你們覺得告白容易嗎？為甚麼？

4. 教師小結：強調面對告白這件事，告白的不容易：需要勇氣、可能被拒絕、接受了要想怎麼樣在一起。

從剛才同學的回答中，我們可以知道，在追求行為中，追求者和被追求者的感受可能很不一樣，回應方式也可能會有背後的考量。所以，雙方的感受和決定都應該受到尊重。

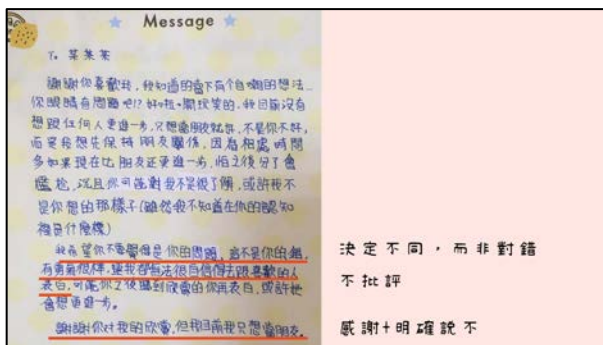
【普查】教師直接提問

- 如果你是柯景騰，你會想知道他的回覆嗎？
  - i. 告白了就想知道，直接了當地告訴我
  - ii. 委婉地告訴我吧...
  - iii. 不要，讓我一直追下去！
- 如果你是沈佳宜，你可能會做出怎樣的決定？為什麼？
  - i. (接受) 好啊！我們在一起
  - ii. (拒絕) 不了，因為...
  - iii. (未馬上決定) 我還要再想想

5. 教師提示：歸納剛才一起討論沈佳宜最後的決定，我們大概可以分為三類：接受、拒絕、未馬

	<p>上做成決定。當然故事會各有不同發展，而這三種，大家覺得哪一種決定後續最難處理？(通常學生覺得”拒絕”最難處理)答應很簡單，但拒絕卻需要很多智慧，國中生最常用的方法就是避而不談、假裝沒事或是開始厭惡對方。那今天我們就先聚焦處理沈佳宜決定拒絕柯景騰追求的狀況上，從最難的開始學起。</p> <p><b>【MEMO】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ (左半邊的同学)如果你是柯景騰，面對追求被拒絕，心情可能如何？為什麼？ 丟臉、覺得自己很糟、生氣、難過、受傷</li> <li>➤ (右半邊的同学)我們剛才了解被拒絕的人心中可能的感受，在表達拒絕時，你會有甚麼考慮？甚至是擔心的事？為什麼？ 以後當不成朋友、讓對方受傷、尷尬</li> </ul> <p>6. 現在，我們不但能同理對方的感受，又說到尊重雙方的決定，那你覺得怎樣的<u>回覆追求行為</u>會展現出對對方的尊重與同理呢？ 感謝、祝福、接受對方的決定、不批評、不表示厭惡、不為難或威脅對方、真誠、保密</p> <p>7. 教師小結：既然前面我們學到，追求別人時，不論對方接受或拒絕，我們都應尊重對方感受和選擇。而想要拒絕對方追求時，也應尊重對方感受，儘可能也不造成自己或對方日後的困擾。</p>		
<p><b>第三節課</b></p>	<p><b>總結階段</b></p>		
<p>發展出合宜的親近、表達與經營情感關係的方式。</p>	<p><b>一、回覆信 (20min)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 活動目的：提供生活情境，引導學生練習以同理心作為回覆信的基礎。</li> <li>● 進行方式： <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 介紹例子，請每位同學寫一封拒絕追求的信給對方。</li> <li>2. 與學生討論具有同理心的回應可能包含的關鍵要素。</li> <li>3. 提供回復信範例與「回覆的藝術」架構： <ol style="list-style-type: none"> <li>a. 態度層面 <ol style="list-style-type: none"> <li>i. 真誠（感謝／祝福）</li> </ol> </li> <li>b. 內容層面</li> </ol> </li> </ol> </li> </ul>	<p>課程 PPT、「愛情文學—回復信」學習單、「愛情文學」回復信撰寫之同理心架構。</p>	<p><b>高層次紙筆測驗：</b>以回復信作為評量學生是否展現同理心與情感的文學表達。</p>

- i. 明確
  - ii. 不批評
  - iii. 決定不同，沒有對錯
- c. 行為層面
- i. 尊重對方
  - ii. 明確說不
  - iii. 保密



4. 針對特殊需求學生提供更明確附有例句的同理心架構，如下圖所示。

**愛情大學** **入學手冊**

回覆的藝術		參考例句
態度層面	真誠 (感謝 / 祝福)	我們也可以當好朋友，互相學習、鼓勵。 謝謝你的欣賞，但我目前只想當朋友。
	明確	我覺得以我現在狀態、年齡，都不適合談戀愛。
內容層面	不批評	我希望你不要覺得是你的問題
	決定不同，而非對錯	這不是你的錯，只是覺得我還沒準備好
行為層面	尊重對方	我也不能剝奪你喜歡一個人的權利
	保密	這件事我不會告訴別人的，你放心！

讓我們一起學習回覆的藝術中，試著同理對方的感受，也尊重彼此的決定！

5. 教師總結：

這就好像現實生活中的愛情，有時候你的真心

或許就是沒有辦法得到對方的認可，但那代表你不是好嗎？不是，只是你的條件和他的需求並不相符，你一樣是個很棒的人。

但是練習合宜的、有同理心的表達方式，可以讓對方即使接到一封拒絕信也不會太過難受，甚至能繼續維持你們友情。

回覆的形式可能會變，從以前的寫信到現在的訊息甚至以後的視訊，但不變的是回覆時我們應具備的態度。尊重與同理對方的感受和自己的決定，都是面對感情時很重要的態度。

## 二、預告下週課程(5min)

- 在班上上課，並且課前完成分組。
- 預告下週課程：認識如何經營關係。
- 統計目前各組積分、給予鼓勵回饋。
- 收回回覆信學習單。



學習指標 /重點	教學活動 (含時間)	教學資源	評量方式 與重點
<b>第四節課</b>	<b>準備階段</b>		
實行認識自己、愛自己、保護自己，表現出合宜的情感態度。	<p><b>零、課前準備：</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 投影機、筆電等設備確認。</li> <li>● 器材準備：班級名條</li> </ul> <p><b>一、課程開場 (3min)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 統計目前各組積分、給予班級回饋，提醒學生最後一堂課敬請把握。</li> <li>2. 回顧上一堂課內容。</li> </ol>		
<b>第四節課</b>	<b>發展階段</b>		
實行認識自己、愛自己、保護自己，表現出合宜的情感態度。	<p><b>一、國中生的愛情事件簿</b></p> <p><b>【愛情價值觀－愛情分析學】 (10min)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 今天隔壁班的 A 跟你告白了，你覺得他的外表、成績、人緣條件都很好，但因為不太認識你對他好像沒感覺，你會接受他的愛嗎？為甚麼？ <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 欣賞=喜歡？欣賞對方的條件，但似乎沒有喜歡對方</li> <li>■ 情感關係從認識自己開始，知道自己在意甚麼，</li> <li>■ 認識自己的價值觀，也多認識對方的價值觀再做判斷</li> </ul> </li> <li>● 你決定再等等，想先認識彼此一點再決定。</li> </ul> <p><b>【親近－愛情測量學】 (20min)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● A 開始了一系列的親近攻勢，花了很多方式想要親近你，也讓你更認識他，（播等你下課）。已經上過愛情大學的你，會提醒他要怎麼利用「恰當性評估三角尺」去親近你呢？可能有哪些要注意的地方？有哪些可以幫得上忙的地方？（寫出具體的觀察點） <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 恰當性評估三角尺：觀察</li> </ul> </li> </ul>	課程 PPT	<p><b>口語評量：</b></p> <p>設計《國中生愛情事件簿》中各樣國中生常見的情感關係情境，檢測學生是否能從中實行認識自己、愛自己、保護自己等合宜的情感態度。</p>

	<p>◆ 教師自己的故事：在大學的時候同時有兩個人追我，我跟他說我覺得我喜歡「<u>          </u>」的追求方式，要多注意女生的反應和感受，他馬上就學起來了，也最後得到我的芳心。</p> <p>● 小結：互動性—關係是互動的結果</p> <p><b>【表達—愛情文學】（10min）</b></p> <p>● 終於 A 的誠意感動天，你們開始進入情感關係。他說他想要更認識你，於是在猶豫要不要給他你的手機密碼？</p> <p>■ 保護自己、心理界線：親密與隱私，不過沒有誰對誰錯，而是兩個人的共識。</p> <p>■ SHAWN 的故事：甚麼都給了對方，自己的信用卡、帳號密碼、身體界線，以為給了安全感，但也讓兩人之間越來越模糊不清，最後分手。</p> <p><b>【經營—愛情心理學】</b></p> <p>● 跟 A 交往後，你變得很在意 B 的想法，甚麼都希望符合 A 的期待，當看到 A 跟其他異性互動的時候會覺得很沒有安全感，常常覺得自己認不出自己變得很不快樂也沒有自信。你覺得你們各自可以怎麼調整？你可以向誰求助？</p> <p>■ 學愛自己：重視自己的感受</p> <p>■ 學習求助</p> <p>● 教師總結：在愛情大學這一堂課裡面，有一些東西老師似乎可以告訴你答案（像是身體接觸的法令明言禁止、透過觀察和溝通的重要性），但太多時候在愛情裡並沒有標準答案，往往取決於雙方的互動、溝通，還有當遇到問題時是否有智囊團可以討論訴說。</p>		
第四節課	總結階段		

實行認識自己、愛自己、保護自己，表現出合宜的情感態度。

- **教師總結：**在愛情大學這一堂課裡面，有一些東西老師似乎可以告訴你答案（像是身體接觸的法令明言禁止、透過觀察和溝通的重要性），但太多時候在愛情裡並沒有標準答案，往往取決於雙方的互動、溝通，還有當遇到問題時是否有智囊團可以討論訴說。
- **發下回饋單：**以高層次紙筆測驗了解學生對於本堂課所學與收穫。

**課程回饋單**

座號：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

各位愛情大學生們：  
謝謝你們這四週好認真的參與！時光飛逝，老師的教學也來到了最後一週。我很珍惜與你們共度的課程時光，最後老師也很想聽聽你們對於課程的想法與感受，讓我未來成為一位更好的老師。請你們放心，這份回饋單不會影響到你的課業成績。歡迎盡情發揮！我相當重視你們每一個人給我的回饋，每一張回饋單我都會認真看的！  
姿穎 實習老師/教授

(1)上完這堂課,讓我印象最深刻/最感動的一句話/部分是.....請畫下或寫下你的收穫。  
(2)你覺得在這堂課之後,你對愛情有了什麼樣的新認識?

(1)如果未來還有愛情課,你會希望老師再多談些甚麼呢?  
(2)針對初戀/情感/愛情,我的好奇/疑問..

(1)我覺得老師在教學中不錯的地方?(2)可以改進的地方?

最後,我想跟老師說.....(心情、感想、第一印象、畫畫、想說的話都可以跟老師分享喔☺)

教師自編「愛情心理學」課程總結回饋單

**高層次紙筆測驗：**了解學生在本系列課程中對於愛情的想法以及對於課程的想法回饋。

#### (四) 教學心得：歷程紀錄及省思

##### 教學心得：教學歷程記錄及省思 (1000—5000 字)

### 【起手式】理想國—教學的美好幻想

愛情充滿幸福與美好，但經營起來卻又艱辛而不易，往往在愛人之時看見自己的脆弱，也往往在被愛之時看見自己的價值。情感教育的範圍廣闊而難解堪稱一門大學，我多麼希望在我的愛情課室中，不再只有紙上談兵與守貞教育，而是個平台、是個機會、一場邂逅，與學生面對面地談論愛情，這個足以困擾所有人的煩惱。抱著滿心地期盼與理想，我開啟了這場教學的旅程。

在第一堂情感教育課程中，透過愛情價值觀的自我覺察與全班普查，我非常高興可以看見自己想像中的課程真的實踐在學生身上，透過對於國中生愛情價值觀的認識，以統計的方式找到學生在情感關係中真正在意的是甚麼，才發現或許現在的學生情感經驗與態度都比過去來得開放、成熟。教學指導老師提醒我，身為老師的我們是要做好準備迎接這群早熟的小大人們，以開放的心胸去討論，而非更多的限制或否定情感關係。透過活動設計進一步釐清學生的價值觀，指導老師很肯定我的設計，也讓我看見原來課程能走到這樣的光景。

### 【第二回】幻滅—光年過後的挫折與掙扎

第一堂課的成果，卻讓我第二堂課陷入更高的自我期待而感到焦慮不已。情感教育的廣大與沒有標準答案，讓我開始自我懷疑：我的情感經驗難道就能代表甚麼嗎？我對情感的看法只是我的生命經驗所塑造的主觀思想，能夠傳遞給學生嗎？我不知道該教什麼給國中生是最合適的，就這樣我陷入了自我懷疑的循環，一堂課設計了好幾個不同的版本，卻不知道哪一個是最能派上用場的。

第二堂課我預計和學生討論情感關係中「親近」這件事，人與人之間的相處看似有一個安全的距離與較適切的互動模式，但這樣隱微而恰好的「情感人際距離」該如何像國中生以通俗而深刻的方式呈現呢？讓我苦惱不已。我擔心學生回答的答案不如我的預期，我擔心給予太多指導棋讓學生失了自己的主見與個性，指導老師不斷地提醒要把課程專注在一個目標上，仔細地和學生討論。結束第二堂課的教學時，迷茫的挫折感深深地擊向了我，我感覺自己搞砸了，還因此自己躲在諮商室難過好一陣子，靜靜地沉靜在情緒裡。

情感教育之「難」讓我多了很多跟指導老師共備的機會，正因為它難所以我必須完全謙卑地向老師們請教，這是對我來說很重要的一個學習。我也才發現我是個多麼喜歡和學生互動、討論的老師，第二堂課的最後我之所以充滿挫折地離開是因為我發現都是我在講述，我不喜歡那樣的時刻，這樣自己跛足的心理讓我厭棄自己不珍惜每個教學的瞬間，所以我「覺得」我失敗了。當我將這些內心的指責一一抽絲剝繭地拆解開來，我才發現我不是真的失敗，而是有更多空間學習。我看見了自己的有限。

奇妙的是，那天結束時指導老師給我的回饋並不像我自己所設想的那麼糟糕。他說：「愛情本來就是一個非常難且需要時間和功力磨練的主題，教師要很明確地認識自己要教的內容為何，同時檢視自己的價值觀，這是相當不容易且需要後設的事情。」老師的話讓我感到安慰，而我也發現有時候我似乎太常用自己的方法想要證明什麼。老師反而還鼓勵我認為我很勇敢想挑戰這個主題，希望我好好鑽研未來在這個領域會有一番成就。回想起那天，相當感謝指導老師的回饋與鼓勵，讓我不以自己的有限為終點，而是開啟了更遠的一趟旅程。

## 【最終回】回歸理想－我的教育哲學：建構學習的遊樂園

在情意課程中，往往教師須考慮的不僅是自身的教學目標，背後還包含家長的擔心、導師的期待、學校的立場、學生的需要等等多面向的因素。這也是指導老師們對於情感教育的課程都以較為謹慎的態度去看待的原因，教師在其中要如何扮演平衡各方聲音的調和者甚是關鍵。在學校場域中找到自己的哲學，同時保全自己是我在這次情感教育課程設計中最大的學習。

在這系列課程實施結束過後，我從頭檢視當初羅列的各課程目標：

1. 覺察每個人對愛情的價值觀不盡相同，並澄清自己的愛情價值觀。
2. 發展出親密關係中，合宜的親近與表達方式。
3. 從情感關係層面，展現認識自己、愛自己、保護自己的情感態度。
4. 打通師生之間的對談情感關係的平台，教師與學生之間更具信任感與對話空間。

從許多學生的回應中我看見這次的課程似乎真的打通了教師與學生之間的溝通橋樑，下課後有許多學生跑向教師談論自己現正面臨的困境，尋求智囊團的意見嘗試找出新的解方；也有學生開始去檢視自己未來想要的到底是怎麼樣的愛情價值觀，而非只追求對方的外表；更有學生將課堂中練習的合宜表達方式應用於生活互動之中。似乎這一堂課程真的在學生的日常生活中開始發酵。

在這段課程設計的曠野之旅中，我最常思考的問題是「我到底想要帶給學生甚麼？」對於課程該如何鋪排、內容該如何設計才是對學生真正有幫助的是我所關注的焦點。幸運的是，在不斷對話的過程中，我找到了自己現階段的答案。

對我而言，身為教師就是在課室環境中建築一個富饒趣味的遊樂場，讓學生在其中盡情遊樂。這是一個自在的空間可以自由地說、自在地發想自己的生命與未來。遊樂園的想像看似美好，但其建造工程卻需要一些專業和時間，並不能一蹴可幾。遊樂之中蘊藏著新奇與刺激，然而刺激卻不能危險、不造成家長、校方的掛心或不安是指導老師們給我最大的啟示。架設充足且縝密的安全系統、鷹架層架，讓學生在其中不怕摔落，是我在日後仍可以磨練的重要功夫。

(1)上完這堂課讓我印象最深刻/最感動的一句話/部分是\_\_\_\_請畫下或寫下你的收穫。

(2)你覺得在這堂課之後，你對愛情有了什麼樣的新認識？

印象最深刻的是第一堂那個價值觀見解不同的地方。每個人對愛情的價值觀都不一樣。所以應該尊重每個人的價值觀。

(1)上完這堂課讓我印象最深刻/最感動的一句話/部分是\_\_\_\_請畫下或寫下你的收穫。

(2)你覺得在這堂課之後，你對愛情有了什麼樣的新認識？

印象最深的是，老師讓我們寫手機密碼要不要給另一件，我收穫到別人的想法，也了解自己的想法。  
發現愛情比想像中的艱難。

(1)上完這堂課讓我印象最深刻/最感動的一句話/部分是\_\_\_\_請畫下或寫下你的收穫。

(2)你覺得在這堂課之後，你對愛情有了什麼樣的新認識？

上完這堂課後，讓我印象最深刻的部分是第二堂課時，聽的周杰倫等你下課。  
上完這堂課後，讓我知道被告白後，該如何接受與拒絕。

(1)上完這堂課讓我印象最深刻/最感動的一句話/部分是\_\_\_\_請畫下或寫下你的收穫。

(2)你覺得在這堂課之後，你對愛情有了什麼樣的新認識？

1. 我知道了別人所為「不同的愛情價值觀」  
2. 吵架要懂得包容、磨合，不要因為別人失去了原本的自己。

(1)我覺得老師在教學中不錯的地方？(2)可以改進的地方？

(1)老師會讓我們每個人都有發言的機會

(2)教得太好，沒有缺點可以說。

(1)我覺得老師在教學中不錯的地方？(2)可以改進的地方？

老師讓我們可以自己想出問題的答案和自己的想法跟別人的不同。

(1)我覺得老師在教學中不錯的地方？(2)可以改進的地方？

我覺得老師的上課方式很有趣也很幽默，不會很無聊，會有一些讓我們選擇的地方，非常棒。

最後，我想跟老師說……(心情、感想、第一印象、畫畫、想說的話都可以跟老師分享囉)

老師，妳上課非常的有趣、好玩，希望有機會可以繼續上我們班的課，祝妳可以成為優秀的老師！

(上圖為學生回饋單中對課程的回應)

### 教學建議

1. 建立規範：由於情感關係是國中生非常在意的議題，因此在課程開始前的課堂默契和學生訂立規範顯得格外重要。設計者於本課程中的規範如下（可視情況增減）：
  - 組別／個人加分制
  - 教師舉手即停止討論（可當場練習一次）
  - 輕鬆但不隨便的輔導課，強調情感教育課堂中的**尊重與保密**。
  - 尊重自己的感覺，尊重別人的感覺。可以自己決定要說多少，如果不舒服就舉手讓老師知道。
  - 並不是鼓勵現在談戀愛，也不是談論八卦，而是公開的「談戀愛」，讓他在未來的某一天就能派上用場的愛人的能力。
2. 在教學過程中，教師可加入更多自身的例子做為不同情境塑造的題材，喚醒學生的情意。
3. 在和學生談情感關係時，有些學生會認為自己還沒有要談感情就否定課程的價值，然而這堂課成的主軸開頭是愛情結束在關係。更多強調的是當學生在親密關係中，包含親情、友情、愛情，可以如何溝通、調整跟協調。
4. 在課程中不斷將學生推向預設的目標：溝通平台，強調愛情課程只是一個討論的平台並不完全符應所有人的狀況。愛情課程並沒有一個標準答案的結尾，而是呈現愛情的樣貌與多樣性，同時傳遞給學生老師是一個可以討論情感的對象，建立教師與學生之間談話的橋樑。

(五) 上課歷程或學生學習照片 (至少 6 張) (可自行調整)



說明：利用學生的興趣話題作為引起動機。



說明：學生正熱絡地在進行愛情 BINGO 活動。



說明：以認識自己、了解自己的愛情價值觀作為第一堂課的總結。



說明：以前一堂課之愛情價值觀全班普查作為引起動機。



說明：邀請學生分享自己對於親近的看法。



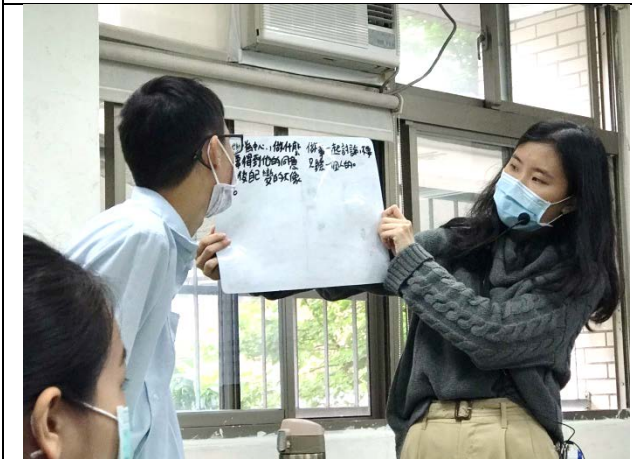
說明：揭示愛情測量學主題為探討情感關係中的親近。



說明：善用教室空間，融合黑板與電子白板之特性，引導學生站在男女主角角度進行同理心練習。



說明：回復信之範例教學



說明：學生發表組別討論結果。



說明：教師參與並引導學生思考課堂討論。



說明：教師解析學生答案並給予鑑賞式肯定。



(六) 使用教材 (例如: ppt、學習單、或其它教學使用之教材內容一如歌詞、書籍、圖片、網站內容等, 請盡量詳細列出。)

\*ppt 呈現表格 (請分頁呈現)

## 第一堂課

### 【PPT】



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10



11



12



13



14



15

### 【學習單】

108-2 龍山國中輔導學習單

# 愛情大學 入學手冊

第一課  
愛情分析學

愛情價值觀 BINGO!		
1	8	7
2	9	6
3	4	5

• 我的夥伴簽到處:          座號 (積分總和)

①          ( ) ②          ( ) ③          ( )

④          ( ) ⑤          ( )

8 年          班 號 姓名:                         

禮物出程度

對方願意在此關係投入、奉獻、犧牲的種度。  
\_\_\_\_\_分

瞭解情浪漫

對方在此段關係的用心跟喜歡程度。  
\_\_\_\_\_分

編個性特異

對方擁有的內在特質。  
\_\_\_\_\_分



DOROTHY ©

1. 我最多的類別 \_\_\_\_\_

2. 看到這個分布我的感受 / 想法 \_\_\_\_\_

3. 這堂課結束後, 我的感受 / 想法 \_\_\_\_\_

P.1

## 第二堂課

### 【PPT】



### 【學習單】

108-2 龍山國中輔導學年學習單

## 愛情大學 入學手冊

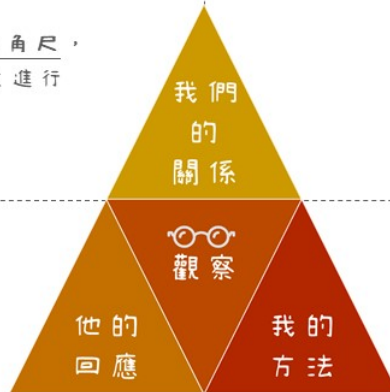
8 年 班 號 姓名: \_\_\_\_\_

### 第二課 愛情測量學

空間距離拉近或疏遠? / 對話頻率增加或減少?  
對話內容加深或變淺? / 心理距離親密或疏遠?

說明：讓我們用恰當性評估三角尺，  
來觀察影片中的親近方式，並進行  
評估並寫在格子內。

有接受嗎? 喜歡嗎?  
是負擔? 是困擾?



恰當性評估三角尺

延伸思考 我能做到嗎? 我的目的是甚麼?  
對我造成的影響? 我的感受是?



DOROTHY ©

P.2

### 第三堂課

#### 【PPT】



#### 【學習單正面】

姓名：\_\_\_\_\_ 學號：\_\_\_\_\_

愛情大學 入學手冊

第三課  
愛情文學

你覺得怎樣的「回覆」，會展現出對方的尊重與同理呢？

- 態度層面：
- 內容層面：
- 行為層面：

我的回覆：

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

© 2017 國立中山大學課程研發處

#### 【學習單反面】

姓名：\_\_\_\_\_ 學號：\_\_\_\_\_

愛情大學 入學手冊

看完信之後，我的感受...

為甚麼...

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

#### 【回應信撰寫之同理心架構】

愛情大學 入學手冊

回覆的藝術		參考例句
態度層面	真誠（感謝／祝福）	我們也可以當好朋友，互相學習、鼓勵。 謝謝你的欣賞，但我目前只想當朋友。
內容層面	明確	我覺得以我現在狀態、年齡，都不適合談戀愛。
	不批評	我希望你不要覺得是你的問題
	決定不同，而非對錯	這不是你的錯，只是覺得我還沒準備好
行為層面	尊重對方	我也不能剝奪你喜歡一個人的權利
	保密	這件事我不會告訴別人的，你放心！

讓我們一起學習回覆的藝術中，試著同理對方的感受，也尊重彼此的決定！

## 第四堂課

### 【PPT】



## 課程回饋單

### 課程回饋單

座號：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

各位愛情大學生們，

謝謝你們這四週好認真的參與！時光飛逝，老師的教學也來到了最後一週。我很珍惜與你們共度的課程時光，最後老師也很想聽聽你們對於課程的想法與感受，讓我未來成為一位更好的老師。請你們放心，這份回饋單不會影響到你的課業成績。歡迎盡情發揮！我相當重視你們每一個人給我的回饋，每一張回饋單我都會認真看的！  
姿穎 實習老師/教授

(1)上完這堂課,讓我印象最深刻/最感動的一句話/部分是.....請畫下或寫下你的收穫。  
(2)你覺得在這堂課之後,你對愛情有了什麼樣的新認識?

(1)如果未來還有愛情課,你會希望老師再多談些甚麼呢?  
(2)針對初戀/情感/愛情,我的好奇/疑問...

(1)我覺得老師在教學中不錯的地方?(2)可以改進的地方?

最後,我想跟老師說.....(心情、感想、第一印象、畫畫、想說的話都可以跟老師分享喔☺)

## 完整版課程 PPT 與教具



課堂檔案夾  
(PPT、教具、學習單)

\*由於資料豐富，因此以 QR CODE 形式呈現完整版課程檔案 (PPT、教具、學習單)。

## (七) 教材資源或其他參考資料 (清單)

### 一、指定參考資料：真善美教學資源分享網

- 主題教案：情感關係
  - [愛情先修班－健康兩性交往](#)
  - [喜歡要如何表達？](#)
  - [如何拒絕不想要的告白](#)
  - [我倆是朋友或情侶](#)
  - [愛情暖暖包](#)

### 二、其他參考資料：

- 幸福 e 學園
  - [兩性交往的第一步－情感表達與溝通](#)
  - [我的愛說不出口？](#)
- 性別平等教育：教學資源手冊 (2019) (心理出版社)。
- 十二年國民基本教育課程綱要
- 十二年國民基本教育課程綱要 議題融入說明手冊
- 李玲玲、曾浩怡、許硯婷、林詩珊、王楨元、王嘉瑛 (2019)。師生心「電」感應——談「初戀那件小事」，教育專業創新與行動研究創新教學活動設計類參賽教案。台北市。
- 徐新娣 (2004)。台北縣市大學生擇偶條件之研究，國立臺灣師範大學人類發展與家庭研究所碩士論文。台北市。
- 韋彥如 (2014)。愛情的教與學：一個小學情感教育的行動研究，國立高雄師範大學性別教育研究所碩士論文。高雄市。
- 性平輔導小組輔導員群。愛情怎麼了嗎？--對不起，我不喜歡你，新北市政府教育局國民教育輔導團國小性別平等教育輔導小組 性別平等教育議題學習活動設計。新北市。
- iLOVE 戀愛時光地圖。
- 木木老師邊教邊學。