99 年青少年性傳染病暨性教育課程教案

教學模組一

【主題二】：健康的情感關係

壹、單元目標

一、健康與護理課綱—「促進性健康」主題對應：

(一)核心能力：

1.養成健康的性觀念

1-3 認識社會文化對性的影響。

(二)核心能力：

3.具備健康兩性所需的生活技能

3-1 了解高中學生適宜的兩性交往過程。

3-2 學習向異性表達情感之「有效溝通」的生活技能。

3-3 學習判斷由普通朋友發展為男女朋友以及對婚前性行為負責任之「做決定」的生活技能。

3-4 學習對不想要的邀約之「拒絕技能」中的「自我肯定」技巧。

3-5 學習對色情媒體之「批判性思考」的生活技能。

3-6 學習維護身體自主權之「協商」的生活技能。

3-7 學習理性分手之「創造性思考」的生活技能。

(三)核心能力：

4.具備促進性健康所需的知識、態度和行為

7-1 認識性騷擾、性侵害的防治（預防策略、澄清迷思、因應與處理）。

8-1 學習尋求性健康社會資源協助（青少年保健門診、親善生育保健服務）

二、 學習目標

2-1 瞭解適宜的兩性交往過程，建立健康的交友態度與溝通技巧。

2-1 建立正向、安全的網路人際互動與批判網路色情資訊，澄清性迷思。

2-3 能有釐清性別關係間喜歡與愛的情感，以增進彼此的溝通與了解。

2-4 能自我肯定地拒絕過度的追求、表白與邀約，提升人我關係間的自尊。

2-5 學習適當的情緒調適與理性思考，面對情感挫折與分手。

2-6 演練性行為的抉擇時，分析後果並做出明智、健康決定的技巧。

2-7 明白性不等於愛，運用協商技巧拒絕不願意的性，以展現自我肯定。

2-8 能分辨不安全的約會，避免約會強暴。

2-9 認識性騷擾與性侵害，並學習預防策略與因應、處理方法，維護身體自主權。

貳、教學活動說明

教學活動名稱	時間(分)	學習目標	教學活動重點
【活動四】 愛不愛的藝術	25	2-4	◆ 由文章的引導思考情感關係發展中『開口約』的壓力，與可能面對「被拒絕」的焦慮。 ◆ 以影片觀摩學習如何「合宜的邀約表白」、「自我肯定的拒絕」與「被拒絕的調適」。 ◆ 以情境實例的分析與探討「過度追求」的行為與因應方法，瞭解面對違反身體自主與個人意願的追求是不尊重且違法的行為。 ◆ 建立拒絕不符合自主、自尊的情感關係的態度(包括不願意的告白邀約以及過度追求等)

參、 教學活動設計

教學活動四：愛不愛的藝術

(一) 學習目標：

2-4 能自我肯定地拒絕過度的追求、表白與邀約，提升人我關係間的自尊。

(二) 課前準備：

1. 裝置電腦、單槍。
2. 準備「愛不愛的藝術」PPT 檔(附件 2-4-1) 與影片檔(附件 2-4-2)。
3. 印製「愛不愛的藝術」學習單(附件 2-4-3)
4. 學生分組（約 6-8 人一組）

(三) 活動時間：25 分鐘

(四) 活動流程：

1. 教師呈現「愛不愛的藝術」PPT 檔(附件 2-4-1)提問：男女在情感表白的行動，有什麼不同嗎？並請學生針對「男追女隔層山，女追男隔層紗」，女生追男生似乎都比較容易的說法，是否同意及意見是什麼？
2. 教師回應學生想法，進一步引導思考對「男生主動，女生被動」、「女孩子要懂得矜持」、「女孩子怎麼這麼不害臊」、「女追男等於是倒貼」、「倒貼的女生比較不被珍惜」的看法，經過討論分享教師指出：限制某種性別在「愛情」的角色，例如：誰主動、誰被動，是不利於民主親密關係的發展。不論是男生、女生，勇於表達情感主動追求，並非「自貶身價」的倒追舉止。如果女生只是被動地期待另一方表白，(男對女告白)往往錯失關係發展機會」也容易增加男生的心理負擔。
3. 請一為自願的學生唸出「愛的心聲...」體會男生所承受主動『開口約』的壓力，與可能面對「被拒絕」的焦慮，並播放「心碎」短片(附

件 2-4-2(1))。之後請班上男、女生也分享自己面對心儀對象的心聲是什麼？

4. 教師回饋學生心聲後說明：面對情感心儀對象的焦慮有「開口約-不敢示愛」＋「被拒絕-求愛被拒」，如果「開口約」時有足夠勇氣，用合宜方式，讓對方自在來感受愛意，即使是「被拒絕」時要能釋懷，與對方保持良性互動、繼續相處，這是需要學習的，強調「情感發展沒有固定的公式，但任何健康的情感關係都在表達彼此的、關懷、善意，在告白與被拒絕的時候都應該是如此。
5. 播放「愛的劇場－合宜的邀約以及被拒絕的調適」兩部影片。(附件 2-4-2(2.3))，配合影片內容，教師說明重點：

(1)健康邀約表達情意的方式－

- 採取健康的心態：交朋友不是追男女朋友、 先當朋友再當情侶
- 使用「欣賞」來代替「喜歡」來表達對對方的好感〈口語表達〉
- 先以「團體約會」及「當面口頭」的邀約方式，勿直接進入「單獨約會」。
- 約會內容應「具體」且「有趣」
- 表現「誠意」與「尊重」

(2) 自我肯定的拒絕他人：

1.清楚陳述自己的立場與真實意思

2.提供一個原因

3.瞭解他人的感受，使用正向的語言，態度堅定。

4.肯定並維護自己有拒絕的權力

(3)被拒絕時候的情緒的調適：當面對兩性交往情感受挫，能夠有別於傳統的方式思考，產生具有原創與革新的觀念，使我們能適切回應生活情境的能力。

(4)無論是告白者、拒絕者、以及被拒絕者都應該能清楚且有信心地詮釋個人的想法或個人權益、不會否定別人的權益。這樣的表現才能在情感互動關係中，維護自己的獨立自主與自尊，同時也尊重、同理他人。

6. 教師提問「你曾經被告白、追求過嗎？」，配合投影片內容說明：2010/02/25 現代婦女基金會調查，七成女性、四成男性曾遭遇不愉快的被追求經驗。跟蹤、站崗、苦肉計...等「勾勾纏」 行為，名列最不受歡迎追求行為前幾名。3% 表示絕不放棄追求心儀的對象。77% 認為就算被拒絕，只要能堅持到最後一定可以成功。相信自己只要厚著臉皮，不屈不撓，便能用時間換取愛情，如此可能會產生令人不喜歡的「過度追求」。
7. 教師說明「過度追求」的意義：被追求者感到不受歡迎的追求行為，當事人雙方對於互動的感受落差極大，追求者的認知與手段通常異常人，然而其追求行為卻長期維持，令被追求者不勝其擾，影響正

常生活作息。並請學生分享曾經遭遇或聽聞的過度追求實例。

8. 從學生分享的案例(如果沒有則請老師舉例),進一步請學生思考會採取過度追求手段的人，其舉止與特質有什麼特別之處，讓我們可以有機可循而防範。說明過度追求者人格特質通常具有「戲劇性格」希望別人注意他、「自戀性格」認為別人一定會愛上自己、「佔有慾強」看上的目標一定要到手等。
9. 藉由以下新聞時事或生活中常見「過度追求」的五個案例，進行分組討論與分享：
   (1)案例說明：【案例一】校園護花使者?!、【案例二】奪命連環 call?!、【案例三】愛到沒齒難忘?!、【案例四】愛要大聲說出?!、【案例五】捉著每一刻?!
   (2)各組選擇一案例討論(五個案例最好都有組別討論之)。
   (3)討論問題：
   ＊如果你是被追求者，面對這種追求方式，你會感動嗎你會接受嗎？說出你的感覺是什麼？你會有什麼舉動？
   ＊如果你是追求者，你會如何表達情意？
10. 教師回饋分組意見並配合投影片說明與結語：
   (1) 要如何面對過度求的行為：醫生、律師、教授與公益團體提出的建議。
   (2) 適度的追求方法並播放「愛是多麼真誠」影片（附件 2-4-2(4)）：
   ＊尊重被追求者的意願，勿干擾對方生活。
   ＊如果被拒絕後應轉換自己的心情，感情是無法強求的。
   ＊.應該以真誠打動對方，學習控制自己的衝動與慾望。
   (3)「勇敢表達」≠「死纏濫打」;「死纏濫打」≠「感動接受」愛可以勇敢大聲說出來，不用被迫等待對於追求行為，是不被鼓勵的，甚至是觸法的可能危害身體自主權 。
   (4) 你有權不要委屈自己，接受任何你不願意的追求，請明確拒絕說「不」。

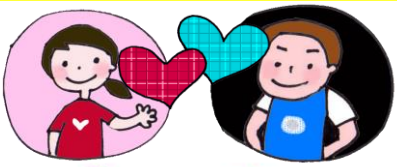
(五)附錄

附件：2-4-1「愛不愛的藝術」PPT 檔

2-4-1

愛不愛的藝術

「男追女隔層山，女追男隔層紗」
女生追男生似乎都比較容易
你同意這種說法嗎？



2-4-2

愛不愛的藝術

「男生主動，女生被動」
「女孩子要懂得矜持」
「女孩子怎麼這麼不害臊」
「女追男等於是倒貼」
「倒貼的女生比較不被珍惜」

對於這種說法你有什麼感覺？

2-4-3

愛的藝術

♥限制某種性別在「愛情」的角色，
不利於民主親密關係的發展。
♥不論是男生、女生，勇於表達情感、
主動追求，並非「自貶身價」的倒追舉止。
♥女生只是被動地期待另一方表白，
(男對女告白)往往錯失關係發展機會
也容易增加男生的心理負擔。

2-4-4

愛的心聲...

＜擲寄生＞（蔡智恒，2001：100）

對許多男孩子而言，開口約女孩子需要鼓起很大勇氣。而心理上會有某程度的害怕。

不是怕「開口約」而是怕「被拒絕」，台語有句話叫「體打的身體也禁不住三天的拉肚子。」如果改成：再堅強的男人也禁不住被三個女人拒絕，也是差不多通。

悲哀的是，對我來說「開口」這件事已經夠難了，要我開口可能跟要我從五樓跳下是同樣的艱難。

至於被不被拒絕，只是跳樓的結果是死亡或是重傷的差異而已。

你對愛的心聲又是什麼？

2-4-5

- 面對情感心儀對象的焦慮：
  「開口約-不敢示愛」+「被拒絕-求愛被拒」
- 「開口約」－需要勇氣，用合宜方式
  讓對方自在來感受愛意。
  「被拒絕」－如何釋懷，繼續相處。

附件2-4-2(1)影片

情感發展沒有固定的公式但
任何健康的情感關係都在表達彼此的
「愛」、「關懷」、「善意」

2-4-6

愛的劇場 用合宜方式－「開口約」

附件2-4-2(2)影片

2-4-7

愛的劇場 釋懷、相處－「被拒絕」

2-4-8

用合宜方式－「開口約」

釋懷、相處－「被拒絕」

- 都是符合【自我肯定反應】
  真誠適度合宜地表達自己的感受
  澄清並維護自己的權益
  同時尊重不侵犯別人的權益

2-4-9

過度追求經驗大調查

- 七成女性、四成男性曾遭遇不愉快的被追求經驗。
- 跟蹤、站崗、苦肉計…等「勾勾纏」行為，名列最不受歡迎追求行為前幾名。
- 3% 表示絕不放棄追求心儀的對象。
- 77% 認為就算被拒絕，只要能堅持到最後一定可以成功。相信自己只要厚著臉皮，不屈不撓，便能用時間換取愛情。

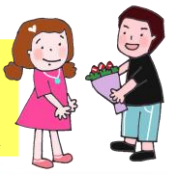
(2010/02/25現代婦女基金會調查)

2-4-10

什麼是過度追求

被追求者感到不受歡迎的追求行為，當事人雙方對於互動的感受落差極大，追求者的認知與手段通常異常人，然而其追求行為卻長期維持，令被追求者不勝其擾，影響正常生活作息。

過度追求者人格特質通常－
「戲劇性格」⇨希望別人注意他
「自戀性格」⇨別人一定會愛上自己
「佔有慾強」⇨看上的目標一定要到手



2-4-11

愛不愛的藝術　分組討論會

【案例一】	【案例二】
校園讀花使者?!	奪命連環call?!
曉華與玉婷是高中同班同學，曉華對玉婷頗有好感，為了表達愛意，每天都跟隨玉婷回家，想隨時保護玉婷，玉婷已經多次告知曉華不要再尾隨他回家。	小喬知道對方已經有要好的女朋友了，但還是對他朝思暮想，每天晚上一直打手機、傳mail表達愛意，對方覺得生活嚴重被騷擾了。

附件2-4-3學習單

2-4-12

愛不愛的藝術　分組討論會

【案例三】	【案例四】	【案例五】
愛到沒齒難忘?!	愛要大聲說出?!	捉著每一刻?!
一位大男學生為追求愛慕已久的女生，使出「苦部苦肉計」，將自己的牙齒連同情書寄給對方，表達「沒齒難忘」愛意。	為了讓對方知道自己的心意，所以在心儀對象住家下大聲叫喊我愛你。	太喜歡對方了，所以用手機、相機捕捉他每分每秒的動作，甚至是身體私密的部分。

2-4-13

愛不愛的藝術　分組討論會

問題：

1. 如果你是被追求者，面對這種追求方式，
   你會感動嗎？你會接受嗎？
   說出你的感覺是什麼？
   你會有什麼舉動？
2. 如果你是追求者，
   你會如何表達情意？

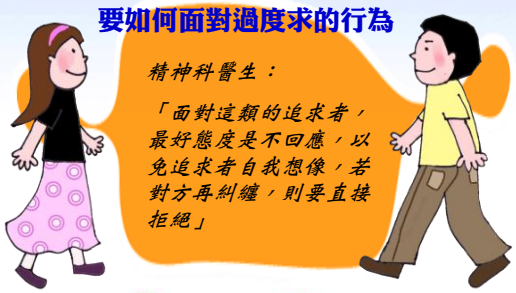
2-4-14

愛不愛的藝術

要如何面對過度求的行為

精神科醫生：

「面對這類的追求者，最好態度是不回應，以免追求者自我想像，若對方再糾纏，則要直接拒絕」



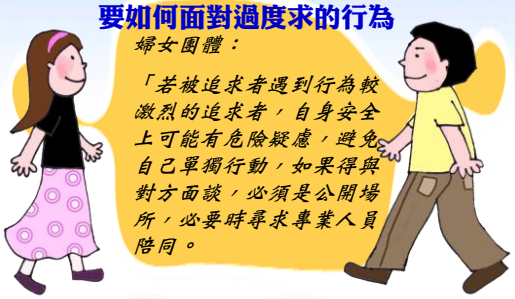
2-4-15

愛不愛的藝術

要如何面對過度求的行為

婦女團體：

「若被追求者遇到行為較激烈的追求者，自身安全上可能有危險疑慮，避免自己單獨行動，如果得與對方面談，必須是公開場所，必要時尋求專業人員陪同。



2-4-16

愛不愛的藝術 要如何面對過度求的行為

大學教授：

「面對無好感的追求者，要向對方明確表達『拒絕』之意，不要只是消極不理會，只要感到對方言語、行為讓你覺得不舒服，在當下就要勇於自我表達，不要怕破壞人際關係，讓對方知道自己的界線，因為已經有過警告，若對方再犯，就足以構成『性騷擾』。

附件：2-4-2 影片檔

項目	時間	內容說明（參考來源網址）
2-4-2(1)：心碎	34 秒	短片呈現一位小男孩獻花給演奏鋼琴的小女生，卻被拒絕，小男孩感到難過傷心地倒臥在地上。 【參考來源】： http://www.youtube.com/watch?v=dKsAMZu6OoY
2-4-2(2)： 青春四人行 (喜歡要如何表達)	1 分 12 秒	影片描述對於喜歡的對象如何情感表達與溝通並進行邀約。 【參考來源】： 「愛情先修班－青春四行人性教育教學影片精華版」衛生署健康局出版
2-4-2(3)： 青春四人行 (如何拒絕不想要的告白)	1 分 21 秒	影片描述面對不想要的邀約及告白以自我肯定方式拒絕，並顧及被拒絕者能的心情調適。 【參考來源】： 「愛情先修班－青春四行人性教育教學影片精華版」衛生署健康局出版
4-4-2(4)： 愛是多麼真誠	54 秒	為某手機廣告片，主角用心地安排拍攝街道路景，剪輯成一段「Will You Mary Me」表達愛意的影片，獻給其情人。 【參考網址】： http://www.youtube.com/watch?v=cpKMp4ipMwg

附件：2-4-3「愛不愛的藝術」學習單

愛不愛的藝術

藉由以下新聞時事或生活中常見「過度追求」的案例，說你的感受與看法：

【案例一】校園護花使者?!

曉華與玉婷是高中同班同學，曉華對玉婷頗有好感，為了表達愛意，每天都跟隨玉婷回家，想隨時保護玉婷，玉婷已經多次告知曉華不要再尾隨他回家。

【案例二】奪命連環 call?!

小喬知道對方已經有要好的女朋友了，但還是對他朝思暮想，每天晚上一直打手機、傳 mail 表達愛意，對方覺得生活嚴重被騷擾了。

【案例三】愛到沒齒難忘?!

一位大男學生為追求愛慕已久的女生，使出「苦部苦肉計」，將自己的牙齒連同情書寄給對方，表達「沒齒難忘」愛意。

【案例四】愛要大聲說出?!

為了讓對方知道自己的心意，所以在心儀對象住家下大聲叫喊我愛你。

【案例五】捉著每一刻?!

太喜歡對方了，所以用手機、相機捕捉他每分每秒的動作，甚至是身體私密的部分。

※本組選擇的情境是案例(

※討論問題：

1.如果你是被追求者，面對這種追求方式 感動

你會接受嗎？說出你的感覺是什麼？

2.如果你是追求者，你會如何表達情意？

(將討論結果紀錄下來，代表上台報告 2 分鐘)