

單元名稱	單元三：愛情轉個彎—兩性成長的開始
教學時間	50 分鐘 / 1 節
教學目標	3-1 學生能覺察以理性的情緒與反應，面對邀約受拒、分手失戀等感情挫敗之重要性。 3-2 學生能清楚較易發生婚前性行為的情境，學會運用協商技巧。 3-3 學生能運用創造性思考能力檢視自我非理性的想法，發展理性自我調適能力。 3-4 學生能肯定「不愛反而是才是真愛」及「愛我，就要尊重我」的態度。
高中護理 能力指標	1.討論人類性愛與愛表達的情感動力。 2.具備處理交友及婚姻關係中危險情境的能力。 3.學習兩性交往生活技能之應用。
教學準備	教師方面 1.準備「如何面對情感挫敗」互動式媒體。 2.準備小組於互動式媒體選單的選擇板。 3.準備「愛我，就要尊重我」互動式媒體。 4.進行「協商魔法師」活動 - 協商魔法師學習單 學生方面： 1.分為六組選出組長，並按照組別就座。 2.完成上週發給的「我思，故我在 - 創造性思考」學習單。 3.各組準備協商魔法師情境設計，上台表演。
設計理念	創造性思考(Creative thinking)：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。例如：面對兩性交往情感挫敗（邀約對方受拒或失戀）能發揮創造性思考，以「尊重」對方意願來表現「真愛」。 協商技巧(Negotiation)：能夠與他人溝通，以解決問題達成共識、達成協議為目的，包括了適度妥協與讓步。
教學活動	

【教師引言】(3 分鐘，投影片)

教師說明：青少年兩性交往正屬於在學習的階段，分手、失戀、婚前性行為的抉擇等感情問題，根據調查常是青少年兩性交往感情諮詢名列前幾名，而遇到的同學普遍都會常有傷心、忿怒、無法接受或逃避等情緒反應，甚至非理性的行為，舉例出社會情殺事件以「自殘、自殺」方式的不合理想法，因此為了幫助同學健康成熟面對兩性交往感情課題，本節將透過「不愛反而才是真愛」、「愛我，就要尊重我」課程，發展個人面對感情問題自我調適。

【活動一】如何面對情感挫敗(3-1、3-3；約 10 分鐘；影片互動「4 分」；課堂討論「6 分」)

1. 教師請同學將上次課後帶回去填寫的「我思，故我在 - 創造性思考」學習單拿出來，由各組組長帶領小組同學討論 3 分鐘後，隨堂抽點同學分享創造性思考。
2. 教師歸納同學想法後說明，根據心理輔導諮商建議，面對感情挫敗，可由兩方面自我調適：
 - (1) 換一個「理性想法」：根據 Ellis 理情治療的觀點：影響我們情緒的不是發生事情的本身，而是我們對此事件的看法和解釋；因此當同學邀約受拒或分手失戀，出現傷心、逃避情緒反應，主要源自你面對這樣事件的看法，我們怎麼想，就怎麼感覺，可藉由改變想法來改變情緒，即藉著不斷的質問、駁斥自己的非理性想法，來去除這些不合理的想法，並以理性的想法替代之，進而解決我們的情緒困擾，增進適應的能力
 - (2) 運用「創造性思考」：即是運用腦力激盪方式駁斥不合理的想法，以有別於傳統、與眾不同方式，來面對兩性交往情感受挫，此思考方式是具備新穎、獨特、改變等創意的特性。
3. 劇情簡述：複習上一堂課「愛情先修班 - 青春四人行」，PART 3『我倆是朋友或情侶：怡靜與俊彥由普通朋友成為男女的四個判斷準則』及 PART 4『都是色情刊物惹的禍：怡靜發現俊彥的色情書籍後的批判性思考』的劇情，同學也演練了做決定與俊彥的技巧後，那接下來看看劇中人物會再遇到怎樣的抉擇情況。
4. 播放「如何面對情感挫敗」互動式影片，詢問同學如果是影片中的阿倫，你如何會選擇何種面對方式？
5. 進行「小組討論」，教師依據各組選擇板，請小組分享選擇的理由。
6. 教師先播放不適切版的「死纏濫打」-非創造性思考影片，請 1-2 位同學發表對影片阿倫表現的想法？老師以口頭鼓勵同學的分享，並澄清說明 - 情感遭拒，採取「窮追不捨」的死纏濫打，易造成一種性騷擾。
7. 接著播放適切版的「面對感情挫敗並自我調適」-創造性思考影片。請 1-2 位同學發表對影片阿倫表現的想法？老師以口頭肯定同學的分享，並強調說明：影片中安琪提出『不愛反而才是真愛』的道理【當代心理學家佛洛姆 - 愛的藝術：愛就是關懷、責任、尊重、瞭解】：
 - (1) 愛是一種關懷。用對方能接受的方式去關心、幫忙他，讓對方因為我的參與，豐富彼此生活，有時無私的關懷反而更能讓對方感受到你的真心。

- (2) 愛是一種責任。愛是一種無條件、心甘情願的情感付出，因此兩性交往應是「不帶條件的接納」、「只給予不求回報」的愛才是真愛。具體說明真愛也就是負責任的態度與行為；劇中安琪無法再接受一段新的戀情，誠實面對自己的情感，明白告訴阿倫「不能傷害你」就是一種負責的說法與行為。
- (3) 愛是一種尊重。也就是如果你愛的人不能接受你所付出的感情，那就尊重他的情感，成全對方的選擇，「以死相逼」的非理性作法，反而造成對方反感，變成對方的負擔應。
- (4) 愛是一種瞭解。也就是當對方還是沒有辦法無法接受你時，我們必然瞭解不愛才是真愛。

【活動二】愛我，就要尊重我 (3-2、3-3；15 分鐘；影片互動「8 分」；課堂討論「7 分」)

1. 教師說明：當我們瞭解什麼是「愛」後，接下我們來進行「兩性交往觸身球」學習活動，2 分鐘後逐一詢問「你認為高中職階段兩性交往時你的親密底限是什麼？」，以舉手表示親密關係接受度，並統計贊成男女人數。
2. 教師統計比例指出男女生的差異？並從兩性在性的生理與心理發展上的差異說明：
 - (1) 在男女在「性」生理發展上差異（以慾望說明）：一般來說的性衝動/性慾望從青春期的開始增強，男性平均年齡 13.5 歲，女性平均年齡 12.5 歲，而性慾望增強達到最高峰男性是 18 歲，女性則約是 30 歲。
 - (2) 在男女在「性」心理發展上差異（以對愛情的渴望與愛人的能力說明）：在對愛情的憧憬與注重內在心靈溝通等情感發展上，一般女性於 18 歲就已發展至相當，而男性則約需到 30 歲才成熟至真正有能力去愛人。
 - (3) 男女交往關係的順序：男生是社交？體膚接觸？情感？婚姻；女生是社交？情感？體膚接觸？婚姻。當男女雙方對彼此關係定位不同，交往時就會出現認知不同情況。
3. 教師歸納說明在高中階段兩性交往常會男生急於想要發生肉體的親密性行為，女生面對這樣的要求，則往往不知道如何反應，甚至有些是在「半推半就」、「糊里糊塗」、「非自主情況」下發生婚前性行為，導入婚前性行為協商技巧
4. 教師說明青少年較難以控制不發生婚前性行為有以下八種情境，而根據不同情境，為避免兩性交往時性行為發生，可以使用的協商技巧，播放讓「愛我，就要尊重我」情境影片。

【活動三】「協商魔法師」活動 (3-2、3-3；約 20 分鐘；腦力激盪法、角色扮演、情境演練「20 分」)

1. 教師進行「協商魔法師」活動，發給每組一張設計書，請依據抽到的情境，小組同學運用腦力激盪法，融入協商技巧的招數（至少融入情境設計兩招或以上協商招數）。
2. 每小組進行組內演練 5 分鐘，隨機抽組別上台演出 2 分鐘，請全班同學當做觀察者，猜出運用的技巧有哪幾種？選出獲勝小組教師及演出同學予以口頭讚美。

【綜合活動】(5 分鐘)

1. 教師總結兩性交往隨著交往時間越長，有可能進一步成為「固定男女朋友」，雙方肢體接觸就會頻繁，最後可能就進入肉體接觸。如果太早發生親密接觸，很可能沈迷於肉體快樂上，而喪失了心靈

交流與溝通機會。強調太早的性行為，反而會阻礙彼此的交往發展，因此交往過程中應該清楚自我親密關係的底限，如果對方做出令身體不舒服的碰觸，覺得不舒服一方就應該立即說出來。

2. 發給同學「婚前性行為抉擇樹狀圖 - 我的選擇」學習單。
3. 預告下一單元內容。

【附 件】

附錄三：「我思，故我在 - 創造性思考」學習單。

附錄四：「兩性交往觸身球」學習活動學習單。

附錄五：「協商魔法師」活動的學習單。

【附錄三】「我思，故我在 - 創造性思考」學習單

我思，故我在 - 創造性思考

看到朋友快樂，我不能體會，看到情人走過，我不是滋味
聽到情歌在播 我只想喝醉 聞到你的香水 我好心碎
啊！因為我失戀 看什麼都討厭 啊 因為我失戀 吃什麼都無味

看到朋友快樂 我已無所謂 看到情人走過 我管他是誰
聽到情歌在播 我只想....睡 聞到你的香水 我覺得反胃
啊！因為我失戀 我懶得理誰 啊！因為我失戀 所以惹人討厭
啊！因為我失戀 我不需要人陪 啊！因為我失戀 我渴望安慰
啊！因為我失戀 我想花錢 啊！因為我失戀 我想我該閉嘴

失戀

詞 / 曲：范曉萱

看到這首歌詞，是否以感受到情感失落同學的經歷，根據 Ellis 理情治療的觀點：影響我們情緒的不是發生事情的本身，而是我們對此事件的看法和解釋。

請同學發揮你的創造力，為情感失落的同學，提供一些理性的想法



兩性交往觸身球

* 兩性交往「循序漸進」的六個過程：

團體活動 → 團體約會 → 單獨約會 → 固定對象
→ 結婚 → 親密行為。

* 請運用棒球術語的概念，你認為高中職階段兩性交往時你的親密底限是什麼？

1. 一壘（牽手、摟腰）。
2. 二壘（擁抱、親吻）。
3. 三壘（愛撫）。
4. 全壘打（做愛、性交）。

壘打數	一壘 （牽手、摟腰）	二壘 （擁抱、親吻）	三壘 （愛撫）	全壘打 （做愛、性交）
男生？				
女生？				

【附錄五】愛情轉個彎—兩性成長的開始：「協商魔法師」活動學習單

「協商魔法師」活動學習單的說明：

1. 以小組為單位，抽籤決定協商的情境（發給每組一份活動設計書）。
2. 請各組同學以情境表演方式呈現，隨機抽組別，時間不超過兩分鐘，上台人數不限。
3. 請各組同學設計情境內容，應以抽到的情境為主軸，融入設計協商技巧的招數做生活技巧演練，劇情請運用創意自由發揮，可使用相關道具輔助（道具無需華麗，盡量利用生活素材）。
4. 活動的設計書原則：融入協商技巧的招數至少兩招或以上。

「協商魔法師」的情境（請同學以抽到的情境為主軸設計）

根據研究調查發現，青少年較難以控制不發生婚前性行為的情境

1. 當朋友慫恿我和男/女朋友發生婚前性行為時。
2. 當我的男女朋友一直慫恿與他（她）發生婚前性行為時。
3. 當我的男/女朋友主動要求發生婚前性行為。
4. 當我與男/女朋友兩人獨處一個房間時。
5. 當我察覺對方性慾望高漲。
6. 當我與男/女朋友受到色情媒介引起性慾望時。

協商技巧的招數（請同學至少融入情境設計兩招或以上）

「協商魔法師」設計書
本組抽到了情境是

融入協商技巧的招數有

- 第一招「反激將」法。
反將一軍，能不盲從朋友意見，才是成熟。
- 第二招「自我解嘲」法。
幽默自己，我就是不想做，又何妨！
- 第三招「家教嚴厲」法。
拿爸爸媽媽當擋箭牌，拒絕對方的要求。
- 第四招「反說服」法。
用「性無法證明愛」，「愛我就要尊重我」說服對方。
- 第五招「遠離現場」法。
三十六計走為上策，藉機逃離現場。
- 第六招「轉移話題」法。
邀請一同做別件事，化解情境。
- 第七招「拖延戰術」法。
面對暴力強迫情境，緩兵之計、保命為先。
- 第八招「堅持拒絕」法。
堅定拒絕可有效化解對方的性衝動。