

青春愛情學堂

一、設計動機與理念

愛情，隱晦，卻又令人嚮往。青春期的學生對於愛情產生憧憬，在媒體、整體文化的氛圍下，在兩性交往中的身體親密愈來愈開放；然而，隨著家庭離婚率偏高，社會事件、偶像劇中充滿了分分合合的案例，學生並未能夠從家庭中學習到關係經營的策略與方式，大部分孩子效仿的對象是媒體、小說或同儕。在校園中，也常常見到學生的「速食愛情」，渴望得著愛情，卻不斷在愛情中受傷，有時出現性平的案件，有時關係結束，想立刻去找到下一段關係彌補心中的空缺。

然而在教學現場中，有些孩子仍然有不同的價值觀、不同的想法，在面對愛情的選擇中，也會提出不同的觀點，但這些聲音並沒有機會被聽見，媒體中一些似是而非的價值觀也未必有機會被討論與澄清。

本系列課程包含了以下幾個進程：進入交往前的思考、交往的進程、愛是什麼，以及愛的結局。課程提供學生討論的平台與自我探索的機會，透過同儕之間的對話，讓學生有機會聽見其他同學的想法與價值觀，透過一些問題的測試，讓學生有機會瞭解自己對於愛的期待與價值觀，任課教師也可從學生課堂中的討論、學習狀態，視情形調整班級課程的內容，以符合學生的真實需求。

二、教學目標與能力指標

(一) 教學目標

1. 認識愛的定義與表達愛的方式。
2. 覺察自己對愛情的價值觀、期待。
3. 認識感情發展的進程。
4. 覺察自己愛的語言、需求。
5. 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。

(二) 國中、小健體領域（高中職健康與護理）或其他領域分段能力指標

1-3-3 運用性與性別概念，分析個人與群體在工作、娛樂、人際關係及家庭生活等方面的行為。

1-3-4 解釋社會對性與愛的行為之規範及其影響。

(三) 重大議題

【性別平等教育】

2-4-6 習得性別間合宜的情感表達方式。

2-4-8 學習處理與不同性別者的情感關係。

三、教學對象：七年級(下學期)或八年級(上學期)的學生。

四、教學節數：共 4 節。

五、課程架構（主題、單元名稱、教學活動、教學資源……）

主題	兩性交往			
單元名稱	感情觀測站	愛情故事接龍	愛是什麼	愛的完結篇
教學活動	<ol style="list-style-type: none"> 曖昧糾察隊：請學生判斷圖篇中的二人是否有曖昧關係。 名詞解釋：欣賞、有好感、喜歡、愛。 價值大車拼：請學生討論「進入感情關係的條件與重要性」。競標後，請學生討論，若對方僅有這些得標的特質，會怎麼做。 	<ol style="list-style-type: none"> 團隊故事接龍：請各小組在有限時間之內，限定範圍書寫愛情故事的片段。 念出完成的故事，請學生思考與現實生活中的差距。 從學生的書寫中回饋，可針對相識的歷程、約會安全或偶像劇分析進行課程。 	<ol style="list-style-type: none"> 介紹愛情的三要素。 瞭解自己愛的語言。 親密關係與身體界線：衡量自身對不同關係程度的對象，可以允許親近到什麼程度。 	<ol style="list-style-type: none"> 歌曲賞析：複習愛情的進程、面對失戀的情境，可能的感受不同。 介紹失戀可能產生的四種結局，透過新聞案例分析，為何會演變成四種結局。 療傷：面對自己或周遭他人失戀的時候，可以做的事情。
教學資源	<ol style="list-style-type: none"> 教學 PPT 網路影片：愛與喜歡的分別 https://www.youtube.com/watch?v=SVpQysXKe3s 是愛還是喜歡 https://ilove.moe.edu.tw/約會時光/是愛還是喜歡 	<ol style="list-style-type: none"> 小組愛情故事接龍學習單 教學 PPT 	<ol style="list-style-type: none"> 發現你的愛之語—愛的語言評量檢測(取材自：單身愛之語。連結：http://web.tsvs.ntpc.edu.tw/guide/wp-content/uploads/sites/7/2016/05/love.pdf) 	<ol style="list-style-type: none"> 教學 PPT 歌曲：戀愛症候群、帥到分手、手放開、如果有一天 繪本：淚湯-失去摯愛的療傷食譜

六、教學策略

(一) 運用生活技能

1. 自我覺察：透過課程的問卷、學生討論的過程，讓學生覺察自己在面對兩性交往當中的期待、自己需要的愛的表達方式。
2. 有效溝通：透過小組討論，訓練學生表達自己的想法、並且透過討論的方式讓他人了解自己的觀點。

(二) 小組討論

1. 第一單元透過小組討論交往對象條件的排序後，各組之間的競標，讓學生有機會聽見同儕的聲音，並且體驗現實生活中，並非所有條件都能如願出現在對方身上，並且透過小組討論，思考如何面對此情境。
2. 第二單元透過小組透過愛情故事接龍活動，讓學生有機會來決定各故事中的主角教網的一段過程，也讓學生體會：在人生中有機會陪伴他人經歷一段愛情故事，但是最終幸福與否仍然需要回歸到二人的責任身上。

(三) 抽象概念具體化

由於愛情屬於抽象概念，本課程中試圖將抽象概念具體化，並且讓學生體驗、感受愛與喜歡的差異；面對分手情境時，大家的感受不同。

(四) 滾動式教學

由於各班學生對於愛情議題的準備程度不同，但班級內部仍有類似的愛情觀點或是氛圍，所以第二單元的愛情故事接龍中，教師可以因應班級學生寫出來的愛情故事瞭解該班學生的愛情態度、交友安全，或是處理衝突的能力，進一步針對班級性質彈性增加一至二節課程(包含約會安全、衝突解決等)。

七、教學活動設計

【單元一】感情觀測站

(一) 教學活動流程

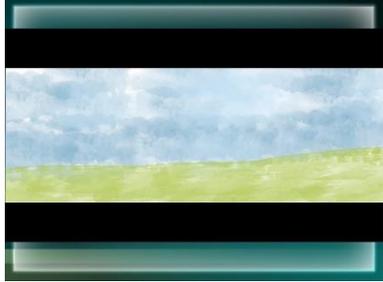
教學目標	教學活動	教材教具	時間(分)	備註
<p>1. 覺察自己判斷愛情的存在與否的標準。</p> <p>2. 瞭解愛與喜歡的定義。</p> <p>3. 體悟每個人對感情的期待不同。</p> <p>4. 認識彼此的差異，並找出面對差異的解決方式。</p>	<p>一、準備活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教材 PPT：教師事先搜尋男女生相處的畫面。 2. 教具：態度價值觀小卡。 3. 學習單：小組價值觀討論用。 4. 場佈：座位安排成小組討論的位置。 <p>二、教學活動</p> <p>◆ 引起動機：「曖昧？」</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請學生判斷圖片中的二人有沒有曖昧的關係，有的請比圈，沒有的請打叉。〈答案沒有對錯，純粹為個人的感覺。〉 2. 瞭解學生判斷的依據。 <p>◆活動一：愛與喜歡</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 愛與喜歡：透過字典、測驗、影片討論愛與喜歡的差異。 播放「愛與喜歡」的影片。 2. 詢問學生：喜歡，一定要說嗎？→詢問學生表達對他人好感的方式。 喜歡，就會在一起嗎？→詢問學生進入感情的準備。 <p>◆活動二：愛情差異大車拚</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請學生透過小組討論的方式，決定交往條件的重要次序。 選項包含：家庭背景、經濟條件、相處時間、相處模式、家人支持、個性特質、交友圈、健康狀況、共同興趣、身材(身高、身形)、學業成就、外貌(臉蛋、打扮)、感情史 2. 比大小：透過比大小的遊戲，請各組將各選項的重要次序(分數)舉出，分數最高的組別得標。 3. 小組討論：請學生思考：若是向自己提出交往的對象僅具備該組得標的條件，其他條件可能都沒有或者比較少，會怎麼做選擇。 <p>◆結語</p>	<p>教學 PPT</p> <p>愛與喜歡量表 測驗 愛與喜歡影片</p> <p>比大小圖卡、 小組討論學習單</p>	<p>5 分鐘</p> <p>15 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> <p>7 分鐘</p> <p>3 分鐘</p>	

	愛情未必是兩情相悅就一定要在一起，仍有許多現實的層面需要考量或是需要二人協調，想清楚之後再做決定，會讓自己與對方都過得更好。		
評量方式	1. 學生課堂中討論情形：觀察學生如何討論進入感情前所抱持的價值觀，並取得共識。 2. 小組討論學習單。		

(二)附錄

附錄 1：PPT，分頁呈現

<p>感情觀測站</p> <p>這裡絕對沒有八卦</p>	<p>請根據以下情境判斷二人之間 是否有曖昧關係</p>	
		
		
		
<p>判斷標準是什麼？</p> 	<p>名詞解釋</p> <p>欣賞 喜歡</p> <p>有好感 愛</p>	<p>國語字典說...</p> <ul style="list-style-type: none"> 欣賞：喜愛賞識。如：「她很欣賞他的為人。」 好感：對人對事有滿意或喜歡的感覺。「他的翩翩風采，贏得大家的好感。」 喜歡：喜愛。初刻拍案驚奇一卷一：「朋友家喜歡他有趣，頑要去處，少他不得。」 愛：親慕的情緒或親密的感情。

	<ol style="list-style-type: none"> 1. 當和他在一起時，我發覺好像兩個人都想做相同的事情。 2. 我認為他非常好。 3. 我願意推薦他去做為人所尊敬的事。 4. 以我看來，他特別成熟。 5. 我對他有高度的信心。 	<ol style="list-style-type: none"> 6. 我覺得大家和他相處，大部分都有好的印象。 7. 我覺得他跟我很相似。 8. 我願意在班上或團體中，做什麼事情都找他一票。 9. 我覺得他是許多人中，容易讓別人尊敬的一個。 														
<ol style="list-style-type: none"> 10. 我認為他是十二萬分聰明的人。 11. 我覺得他是我所有認識的人中，非常討人喜歡的。 12. 他是很想學的那種人。 13. 我覺得他非常容易贏得別人的好感。 	<ol style="list-style-type: none"> 14. 他情緒低落的時候，我覺得很重要的職責就是讓他快樂起來。 15. 在所有的事件上，我都可以信賴他。 16. 我覺得要忽略他的過失是一件很容易的事情。 17. 我願意為他做所有的事情。 	<ol style="list-style-type: none"> 18. 對他，我有一點占有慾。 19. 若不能跟他在一起，我覺得非常不幸。 20. 我孤獨時，首先想到的就是要去找他。 21. 他幸福與否是我很關心的事情。 														
<ol style="list-style-type: none"> 22. 我願意寬恕他所做的任何事情。 23. 我覺得他得到幸福是我的責任。 24. 當和他在一起時，我發現自己什麼都不做，只是用眼睛看著他。 25. 若我也能讓他完全信賴，會覺得非常快樂。 26. 沒有他，我覺得難以活下去。 		<p>愛比喜歡多出了…</p> <p>一、奉獻 願意為所愛的人付出</p> <p>二、責任 會不斷考慮自己的行為可能對方產生什麼樣的後果，當對方有難時，願意立刻幫助他</p> <p>三、尊重 要抑制自己利用對方的衝動，避免害人利己</p> <p>四、了解 願意設身處地為對方著想</p>														
<p>喜歡，就一定要說出來嗎？</p> 	<p>其實…</p> <ul style="list-style-type: none"> • 默默地欣賞，也是一種不錯的方式。 • 是愛、欣賞、喜歡還是迷戀？ <ul style="list-style-type: none"> - 迷戀：對方完美無瑕，無時無刻想著對方，但可能彼此不太了解。 - 喜歡：欣賞對方優點，偶爾小鹿亂撞。 • 表達也要尊重對方的感受！ 	<p>愛不到 賞耳光 小六生霸凌</p> <p>「愛不到妳，呼妳巴掌！」台中市某國小發生校園霸凌事件，一名小六林姓男童喜歡隔壁班女同學，寫銀髮字條給她，還打電話到她家騷擾，女童不想跟他交往，竟被他賞巴掌；男童長期行為偏差、常打架欺負同學，校方卻束手無策。</p> <p>八日送女兒去上學，沒想到女兒才踏入校園不到五分鐘，就遭埋伏在空中走廊的林姓男童，連續打耳光施暴，導致臉頰及脖子有多處紅色傷痕，她女兒遭到突如其來的攻擊，嚇得不知所措。</p>														
<p>喜歡，就一定要在一起嗎？</p> 	<p>小組討論時間</p> <p>如果要發展一段感情… 請為以下條件排序！ (3最小，2最大)</p>	<p>選項</p> <table border="0"> <tr> <td>1. 家庭背景</td> <td>8. 健康狀況</td> </tr> <tr> <td>2. 經濟條件</td> <td>9. 共同興趣</td> </tr> <tr> <td>3. 相處時間</td> <td>10. 身材(身高、身形)</td> </tr> <tr> <td>4. 相處模式</td> <td>11. 學業成就</td> </tr> <tr> <td>5. 家人支持</td> <td>12. 外貌(臉蛋、打扮)</td> </tr> <tr> <td>6. 個性特質</td> <td>13. 感情經驗(過去感情經驗)</td> </tr> <tr> <td>7. 交友圈</td> <td></td> </tr> </table>	1. 家庭背景	8. 健康狀況	2. 經濟條件	9. 共同興趣	3. 相處時間	10. 身材(身高、身形)	4. 相處模式	11. 學業成就	5. 家人支持	12. 外貌(臉蛋、打扮)	6. 個性特質	13. 感情經驗(過去感情經驗)	7. 交友圈	
1. 家庭背景	8. 健康狀況															
2. 經濟條件	9. 共同興趣															
3. 相處時間	10. 身材(身高、身形)															
4. 相處模式	11. 學業成就															
5. 家人支持	12. 外貌(臉蛋、打扮)															
6. 個性特質	13. 感情經驗(過去感情經驗)															
7. 交友圈																

附錄 2：（請將檔案名稱標明清楚於此，並附在光碟中）

1. 動畫：喜歡與愛的區別：

網址：<https://www.youtube.com/watch?v=SVpQysXKe3s>

2. 測驗：是愛還是喜歡：

網址：<https://ilove.moe.edu.tw/約會時光/是愛還是喜歡>

附錄 3：學習單

感情觀測站小組討論單												
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
家庭背景	經濟條件	相處時間	相處模式	家人支持	個性特質	交友圈	健康狀況	共同興趣	身材	學業成就	外貌	感情經驗

班級	
組員	

Part 2 小組討論

一、你們這組得標的編號有...?

二、最大遺珠是...?

三、最意外的收穫是...?



Part 3 想一想

如果對方身上真的缺少了這項特質(遺珠)，你會怎麼做呢?

學習評量(學習單使用說明)：

一、進入感情的考慮：〈小組價值觀的討論〉

- 請學生小組討論後，將各條件的重要程度由 2(最重要)、A、K、Q、... 排到 3(最不重要)，並在框內填入代碼。

二、小組討論：〈於競標活動結束後，請學生寫下即可〉

- 寫下得標的編號：將得標的條件編號寫下即可。
- 最大遺珠：請各組討論是否有「覺得非常重要，卻沒有得標」的條件。
- 意外收穫：其實不太重視，卻得標的條件。

三、想一想〈若對方無法完全符合自己的期待，自己會怎麼辦〉

- 請學生針對二-2 項「遺珠」寫下自己可能會採取的行動與原因。

評量規準

等級	A	B	C	D	E
說明	第三題回答做法，並且完整地呈現思考歷程與理由。	第三題回答做法，並大致地說明原因與理由。	第三題僅回答做法，並作簡略的說明。	第三題僅回答做法，並未做任何說明。	未達 D 級

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
家庭背景	經濟條件	相處時間	相處模式	家人支持	個性特質	交友圈	健康狀況	共同興趣	身材	學業成就	外貌	感情經驗

Part 2 小組討論

一、你們這組得標的編號有...?

二、最大遺珠是...?

三、最意外的收穫是...?



Part 3 想一想

如果對方身上真的缺少了這項特質(遺珠)，你會怎麼做呢?

(二)附錄

附錄 1：PPT，分頁呈現

愛情故事操龍

偶像劇公式破解

組員編號	題目	主角設定	相遇	相識	相戀	相愛	結局
說明	設定雙方年齡、職業、家庭背景	雙方怎麼認識的?	從不熟到一熟人的過程	兩人關係如何? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧?	他們為什麼在一起? 為什麼在一起? 為什麼在一起?	雙方關係如何? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧?	雙方怎麼分開? 雙方怎麼分開? 雙方怎麼分開?
題 目	1分鐘	2分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘
故事轉折							

組員編號	題目	主角設定	相遇	相識	相戀	相愛	結局
說明	設定雙方年齡、職業、家庭背景	雙方怎麼認識的?	從不熟到一熟人的過程	兩人關係如何? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧?	他們為什麼在一起? 為什麼在一起? 為什麼在一起?	雙方關係如何? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧?	雙方怎麼分開? 雙方怎麼分開? 雙方怎麼分開?
題 目	1分鐘	2分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘
故事轉折							

雙方本身存在的差異：
 • 你可以接受年齡相差多少?
 • 你可以接受身高相差多少?
 •

組員編號	題目	主角設定	相遇	相識	相戀	相愛	結局
說明	設定雙方年齡、職業、家庭背景	雙方怎麼認識的?	從不熟到一熟人的過程	兩人關係如何? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧?	他們為什麼在一起? 為什麼在一起? 為什麼在一起?	雙方關係如何? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧?	雙方怎麼分開? 雙方怎麼分開? 雙方怎麼分開?
題 目	1分鐘	2分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘
故事轉折							

大團體約會
 小團體約會
 不固定對象約會
 固定對象約會
 結婚/分手

組員編號	題目	主角設定	相遇	相識	相戀	相愛	結局
說明	設定雙方年齡、職業、家庭背景	雙方怎麼認識的?	從不熟到一熟人的過程	兩人關係如何? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧?	他們為什麼在一起? 為什麼在一起? 為什麼在一起?	雙方關係如何? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧?	雙方怎麼分開? 雙方怎麼分開? 雙方怎麼分開?
題 目	1分鐘	2分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘
故事轉折							

你會如何安排約會?
 • 有哪些地方你會特別想去?
 • 哪些地方你說什麼都不會去?
 • 會不會讓親友知道?
 • 人、事、時、地、物

組員編號	題目	主角設定	相遇	相識	相戀	相愛	結局
說明	設定雙方年齡、職業、家庭背景	雙方怎麼認識的?	從不熟到一熟人的過程	兩人關係如何? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧?	他們為什麼在一起? 為什麼在一起? 為什麼在一起?	雙方關係如何? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧?	雙方怎麼分開? 雙方怎麼分開? 雙方怎麼分開?
題 目	1分鐘	2分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘
故事轉折							

男女生本身就不同。
 • 男生通常看中結果、自尊..
 • 女生通常在乎感覺。
 衝突來源：家庭、價值觀、工作、...

組員編號	題目	主角設定	相遇	相識	相戀	相愛	結局
說明	設定雙方年齡、職業、家庭背景	雙方怎麼認識的?	從不熟到一熟人的過程	兩人關係如何? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧?	他們為什麼在一起? 為什麼在一起? 為什麼在一起?	雙方關係如何? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧? 有沒有曖昧?	雙方怎麼分開? 雙方怎麼分開? 雙方怎麼分開?
題 目	1分鐘	2分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘	4分鐘
故事轉折							

幸福和快樂是結局 ~~~~~
 分手快樂、祝你快樂 ~~~~~

你看過偶像劇嗎?
 你看過哪些偶像劇?

偶像劇有哪些公式?

公式一 帥哥配美人

我可能不會愛你

總長中人為了愛包紮。
 花了一個半小時的專程到別墅去，然後家裏從開關開到窗簾拉開。

公式二 錯綜複雜多角公式

公式三 浪漫到不行的場景

公式在這裡~~~

- 命運多舛版：被撞、失憶、車禍
- 因誤會而分開：偶爾在路上跌倒被抱住?!
- 不斷地錯過彼此
- 身分懸殊版：麻雀變鳳凰、機車上司
- 總是有辦法親到 (親密進展速度之快)

破解沒?!

【單元三】愛是什麼

(一) 教學活動流程

學習目標	教學活動	教材教具	時間(分)	備註
<p>1. 認識愛的三種要素。</p> <p>2-1. 瞭解愛的表達方式不只一種。</p> <p>2-2. 瞭解每個人對於愛所需要的表達方式不完全相同。</p> <p>3. 瞭解對不同關係的人，身體界線應該有所差異。</p>	<p>一、準備活動</p> <p>1. 愛的語言量表</p> <p>2. 教學字卡</p> <p>二、教學活動</p> <p>◆引起動機</p> <p>詢問學生：什麼是愛，愛要包含哪些要素</p> <p>◆活動一：</p> <p>1. 提出愛情的三要素。</p> <p>2. 詢問學生激情、親密、承諾三者，哪一項最容易達成、哪一項需要長時間的維持和經營才能達成。</p> <p>3. 承諾：詢問學生：在可以控制的狀態下，希望自己談幾次戀愛，進一步詢問他們：若不是一次的戀愛，前面幾次的戀愛過程是否有承諾。</p> <p>◆活動二：認識愛的語言(親密)</p> <p>1. 發下學習單，請學生找出自己的愛的語言。</p> <p>2. 介紹五種愛的語言，並統計學生愛的語言，讓學生知道：愛的表達方式不只一種，而且大家對於愛的需求不一定相同。</p> <p>◆活動三：親密關係(激情)</p> <p>1. 介紹 12 種親密關係的程度。</p> <p>2. 請學生依據陌生人、普通朋友、要好朋友、暗戀對象、男女朋友、夫妻等不同對象的親密層次，寫出自己可以接受對方對自己親密到什麼程度。</p> <p>3. 請學生寫下：可以接受路上情侶「閃」到什麼程度。</p> <p>※教師可巡視學生填寫狀態，通常最容易出現落差的是「男女朋友」，有些學生非常保守，也有學生相當開放，這個部分可以視情形讓學生舉手表達自己可以接受的親密狀態，或者教師可以口頭直接提出。</p> <p>◆結語</p> <p>愛包含了親密、激情與承諾，其中，親密需要時間了解對方的需要，並且需要用心去經營；而承</p>	<p>字卡</p> <p>學習單</p>	<p>2 分鐘</p> <p>3 分鐘</p> <p>5 分鐘</p> <p>15 分鐘</p> <p>15 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	

	<p>諾需要用一生去實踐。在激情的部分，雖然看似簡單，但也鼓勵學生在進入交往階段的時候，可以提出來和對方討論與共同遵守，如此可以減少未來留下來的遺憾或是疙瘩。</p> <p>※教師可回收學生對於親密關係程度的回饋單，若發現學生在用心填寫的狀態下，身體界線卻很開放，或是對於最親密的夫妻關係</p>			
<p>評量方式</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生課堂參與情形。 2. 學生愛之語測驗：能否找出自己比較容易感受到愛的管道。 3. 學生對不同關係(親密程度)的對象可以開放的身體界線到什麼程度*。 			

***說明：**

「學生對於不同關係的對象可以開放身體界線到什麼程度」的議題，教師可經由回收學生的學習單後進行瞭解與統計，隨著班級價值觀與氛圍的不同，會發現有些班級相當單純，在身體界線的開放程度上相對保守；也有些班級對於性充滿了好奇或是相對開放，在身體界線的允許程度上也較為開放。教師可以參考這些數值，作為是否需增加課程在於兩性交往中的親密關係的參考。

(二)附錄

附錄 1：愛的語言學習單(摘自 單身愛之語 網址：

<http://web.tsvs.ntpc.edu.tw/guide/wp-content/uploads/sites/7/2016/05/love.pdf>)

愛的語言測驗

班級： 座號： 姓名：

每道題目，都有二句話，選出最能反應你想法的句子，有些可能二個都想圈選，或都不想圈選，但還是請只圈選一個。

- 1.(A)我喜歡收到寫滿讚美與肯定的小紙條。(E)我喜歡被擁抱的感覺。
- 2.(B)我喜歡和我心目中佔有特殊地位的人獨處。(D)每當有人給我實際的幫助，我就會覺得他是愛我的。
- 3.(C)我喜歡收到禮物。(B)我有空就喜歡去探訪朋友和所愛的人。
- 4.(D)有人幫我做事，我就會覺得被愛。(E)有人碰觸我的身體，我就會覺得被愛。
- 5.(E)當我所愛、所景仰的人攬著我的肩膀，我就會有所被愛的感覺。(C)當我所愛、所景仰的人送我禮物，我就會有被愛的感覺。
- 6.(B)我喜歡和朋友或所愛的人到處走走。(E)我喜歡和在我心目中有特殊地位的人擊掌或手牽手。
- 7.(C)愛的具體象徵(禮物)對我很重要。(A)受到別人的肯定讓我有被愛的感覺。
- 8.(E)我喜歡和我所喜歡的人促膝長談。(A)我喜歡聽到別人說我很漂亮，很迷人。
- 9.(B)我喜歡和好友及所愛的人在一起。(C)我喜歡收到朋友或所愛的人送的禮物。
- 10.(A)我喜歡聽到別人接納我的話。(D)如果有人幫我的忙，我會知道他是愛我的。
- 11.(B)我喜歡和朋友與所愛的人一起做同一件事。(A)我喜歡聽到別人對我說友善的話。
- 12.(D)別人的表現要比他的言語更能感動我。(E)被擁抱讓我覺得與對方很親近，也覺得自己很重要。
- 13.(A)我珍惜別人的讚美，儘量避免受到批評。(C)送我許多小禮物要比送我一份大禮更能感動我。
- 14.(B)當我和人聊天或一起做事時，我會覺得與他很親近。(E)朋友和我所愛的人若常常與我有身體的接觸，我會覺得與他很親近。
- 15.(A)我喜歡聽到別人稱讚我的成就。(D)當別人勉強自己為我做一件事，我會覺得他很愛我。
- 16.(E)我喜歡朋友和所愛的人走過身邊時，故意用身體碰我的感覺。(B)我喜歡別人聽我說話，而且興趣十足的樣子。
- 17.(D)當朋友和所愛的人幫助我完成工作，我會覺得被愛。(C)我很喜歡收到朋友和所愛的人的禮物。
- 18.(A)我喜歡聽到別人稱讚我的外表。(B)別人願意體諒我的感受時，我會有被愛的感覺。
- 19.(E)在我心目中有特殊地位的人碰我的身體時，我會很有安全感。(D)服務的行動讓我覺得被愛。
- 20.(D)我很感激在我心目中有特殊地位的人為我付出那麼多。(C)我喜歡收到我心目中有特殊地位的人送我禮物。
- 21.(B)我很喜歡被人呵護備至的感覺。(D)我很喜歡被別人服務的感覺。
- 22.(C)有人送我生日禮物時，我會覺得被愛。(A)有人在我生日那天對我說出特別的話，我會覺得被愛。
- 23.(C)有人送我禮物，我就知道他想到我。(D)有人幫我做(家)事，我會覺得被愛。
- 24.(B)我很感激有人耐心聽我說話而且不插嘴。(C)我很感激有人記得某個特別日子並且送我禮物。
- 25.(D)我喜歡知道我所愛的人因為關心我，所以幫我做(家)事。(B)我喜歡和我心目中有特殊地位的人一起去旅行。
- 26.(E)我喜歡和最親近的人親吻(有身體接觸)。(C)有人不為了特別理由而送我禮物，我會覺得很開心。
- 27.(A)我喜歡聽到有人向我表示感謝。(B)與人交談時，我喜歡對方注視我的眼睛。
- 28.(C)朋友或者所愛的人所送的禮物，我會特別珍惜。(E)朋友和所愛的人觸碰我的身體，那感覺很好。
- 29.(D)有人熱心做我所要求的事，我會覺得被愛。(A)聽到別人對我表示感激，我會覺得被愛。
- 30.(E)我每天都需要身體的接觸。(A)我每天都需要肯定的言詞。

總計：A: _____ B: _____ C: _____ D: _____ E: _____

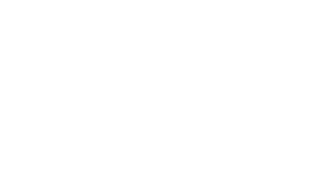
【單元四】愛的完結篇

(一) 教學活動流程

教學目標	教學活動	教材教具	時間(分)	備註
<p>1. 提升學生對失落情境的情緒覺察。</p> <p>2. 分析各種失戀情境可能產生的原因並提出後果</p> <p>3. 瞭解失戀情境之下自己可以如何自處，或如何陪伴失戀者。</p>	<p>一、準備活動</p> <p>1. 教材 PPT：尋找流行歌曲(與失戀有關)。</p> <p>二、教學活動</p> <p>◆引起動機：戀愛症候群</p> <p>1. 播放戀愛症候群，複習整段愛情進程。</p> <p>2. 有時候，愛情並不是一開始就成功。</p> <p>◆活動一：失戀歌曲賞析</p> <p>1. 播放失戀歌曲，請學生說出歌詞中，主角面對失戀的心情。參考：手放開—難過、成全；帥到分手—憤怒、不屑；如果有一天—思念、期待、後悔。</p> <p>◆活動二：失戀狀態</p> <p>1. 介紹四種思戀可能產生的結局：透過新聞案例或偶像劇情境，解釋各樣失戀情境如何演變成各種結局。</p> <p>◆活動三：療傷</p> <p>1. 播放歌曲，讓學生瞭解面對周遭他人失戀的時候可以採取的態度和方式。</p> <p>2. 透過「淚湯」一書，讓學生明白療傷的進程並非所有人都一致，度過失落情境也需要一些時間和空間。</p> <p>◆結語</p> <p>愛情未必是一次就成功，但面對分手情境可以採取的態度與做法，每個人也需要的失戀情境感受與復原所需要的時間不盡相同。但是，自己也可以成為周遭他人的陪伴者。</p>	<p>教學 PPT</p> <p>繪本：淚湯</p>	<p>8 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>10 分鐘</p> <p>12 分鐘</p> <p>5 分鐘</p>	
<p>評量方式</p>	<p>1. 學生課堂反應：</p> <p>(1)能否辨識不同的失戀歌曲背後隱藏的情緒。</p> <p>(2)能否透過課堂問答回答出各種新聞案例或偶像劇情境中的失戀情境的可能原因與後果。</p>			

(二)附錄

附錄 1：PPT，分頁呈現

<p>愛的完結篇</p> 	<p>先聽一首歌！</p> <p><<...戀愛症候群(live)...>> 詞/曲：高舒駿 ..高舒駿.</p> 	<p>有時候，天下有情人未必能終成眷屬。</p> 
<p>手放開<李聖傑></p> <p>我把自己關起來只留下一個陽台 每當人風地開窗我對著夜裏發呆 看著往事一幕一幕，再次演出我的愛 我把電視機打開聽著別人的對白 也許那些故事可以於我一個交代 你要的愛，我學不來 眼睛睜著你離去，人卻在作情敵似 不能給你未來，我這你現在 安靜結束也是另一種對待，當眼淚流下來 傷口癒著，分開也是另一種明白 我給你最後的疼愛是手放開 不要一張雙人床中間隔著一片海</p> <p>感傷的句點就留給時常慢慢漂白 把愛收進胸內乍湧口欲 高微的疼愛是手放開 不想用言語拉扯所以選擇不表達 感傷就像候車月台，有人走，有人來 我的心是一個站牌，為著等待 我把收音機打開聽著別人的失敗 哽咽的聲音彷彿訴說著相同悲哀 你的依賴，還在胸懷 我無法輕易推開，我無法隨便使時間 疏情中專心的人容易受傷</p>	<p>帥到分手<周湯豪></p> <p>像沒人藥的傷風在吹著我 感覺還那麼 心碎要分手 真的就只因為他離我 現在你只想要跟我 捉弄 太突然了你 現在我只要眼 碰到太顯眼</p> <p>不用再爭論誰對 愛到了你怎麼找退 uh 如果我付出你毫無所獲 愛得太快引去 怎麼 以後我不會 女人們診治青春不能放棄 這事收場 只愛 一個人捨棄 Now stop 乾脆不要那麼累 我寄</p> <p>我請到分手 安全感不夠 你選擇回絕定 現實對我揮別 我請到分手 安全感不夠 你選擇回絕定 原來你最高手 記得你怎麼</p> <p>When I gave you all my love you pushed me back I dont really care no more dont really care no more When I gave you all my love you pushed me back I dont really care no more dont really care no more</p>	<p>如果有一天<梁靜茹></p> <p>現在也只能欣賞 唯一的合照一張 淡忘了的是那個街角 想念的是當時的微笑</p> <p>生活中交錯失望 越想念就越孤單 若再被寂寞想頭趕上 多感傷原來只是正常 你是不是也在品嚐 一個人的咖啡和天光 是不是也忽然察覺到 多出時間看天色的變換</p> <p>如果有一天 我們再見面 時間會不會倒退一點 也許我們都忽略 互相傷害之外的感覺 如果哪一天 我們都發現 好聚好散不過是種遮掩 如果我們沒發現 就給彼此多一點時間</p>
<p>分手的結局</p> <p>你好我也好 你不好我好 你好我不好 你不好我也不好</p> 	<p>分手快樂<梁靜茹></p> <p>我無法預你預 愛而求全有沒有用 可是我多麼不捨 朋友愛得那麼苦痛 愛可以不對誰 至少愛著你感動 如果他總為別人揮 分手快樂 請你快樂 為何苦非為他等在雨中 揮別錯的才能和對的相連 泡咖啡的壞手 想給誰你心口上的痛 離開密愛 像坐過車 妳卻想上街走走 吹吹冷風會清醒的多 看過散了心就會是透明的 妳你都不怕分手 只有點遺憾難過 沒人能把這的幸福沒收 情人節就交來了 剩自己一個 孤零零你會活得有笑容 其實愛對了人 情人節每天重覆 (你白他時候真的笑多了)</p> <p>分手快樂 祝你快樂 妳可以找更好的 不想過冬 厭倦沉重 就飛去熱帶的高島游泳</p> <p>分手快樂 請你快樂 揮別錯的才能和對的相連</p> <p>http://tw.club.yahoo.com/club/JF_Home</p>	<p>給周圍有朋友失戀的你...</p> <ul style="list-style-type: none"> • 每個人難過的程度不同，需要的時間也不一樣。 • 不要只顧著說「加油」。 • 陪伴永遠是最珍貴的付出。 
<p>給失戀的你</p> <ul style="list-style-type: none"> • 不要立刻再愛 • 不要責備自己 • 保持冷靜、從中反省 • 紓解情緒、維持健康 • 接受現實、學習原諒 	<p>Let It Go</p> 	<p>對的人<戴愛玲></p> <p>你在我心中是否還苦惱 那次覺得苦了愛的等 離你的關係我一切都好 一個人不靠相擁 愛雖然很美妙卻不能為了寂寞又陷了泥沼</p> <p>愛要耐心等待仔細尋找感覺很重要 寧可空白了手等一個真心的擁抱 我相信在這世界上 一定會遇到 對的人出現在對的 oh~oh~oh~oh~ya~</p> <p>那次的痛過 讓我想學到 愛要耐心等待仔細尋找感覺很重要 寧可空白了手等一個真心的擁抱 我相信在這世界上 一定會遇到 對的人出現在對的 oh~oh~oh~oh~ya~</p> <p>愛雖然很美妙卻不能為了寂寞又陷了泥沼</p>
<p>愛是..</p> <p>尊重 體諒 瞭解 責任 包容 成全</p> <p>Hi</p> <p>記得，你永遠值得被愛</p> 	<p>~用心，才有愛； 有愛的人，才能付出愛~</p> <p>凡事包容、凡事相信、凡事盼望、凡事忍耐 愛是永不止息</p> 	

八、參考資料

教學書籍：

1. 林正常等(2016)。國民中學健康與體育課本第三冊。台北市：康軒。
2. 蓋瑞·巧門(2006)。單身愛之語。中國主日學協會。

網路影片：喜歡與愛的區別：網址：<https://www.youtube.com/watch?v=SVpQysXKe3s>

網路資源(問卷)：

1. 愛與喜歡量表：參考自 http://web.hk.edu.tw/~sfch/e_book/pbt17/pbt17-006.htm
2. 發現你的愛之語：參考自 <http://web.tsvs.ntpc.edu.tw/guide/wp-content/uploads/sites/7/2016/05/love.pdf>

網路資源(學習網站)：

1. 浪漫的愛~偶像劇的迷思：https://stv.moe.edu.tw/co_video_content.php?p=289249
2. iLove 戀愛時光地圖學習網站 <https://ilove.moe.edu.tw/index.php>
內含：愛與喜歡測驗、愛的語言測驗、走出分手壞情緒等各式測驗，可讓學生於課後學習。

九、教學評量

1. 小組討論學習單：透過第一節課的小組討論學習單，瞭解當學生們沒有辦法獲得和自己期待相符條件的對象，會採取什麼樣的決定(評分規準已附於第一節課教案附件)。
2. 小組接龍學習單：發現各班學生可能潛在的狀態(如約會安全、兩性交往的過程等)，作為後續課程的準備。
3. 學生課堂回饋：透過學生在課堂上參與與討論的情形，瞭解學生們的回應是否能夠自我覺察，或是增加對議題情境的覺察，以及學生之間對話是否產生觀念上的改變。
4. 長期評量：瞭解導師、輔導處、學務處在處理學生兩性問題上，相關議題個案量是否降低。

十、教學心得與教學建議

本課程的最大特色在於提供平台讓同儕之間能夠對話，讓學生能夠多認識不同觀點與價值觀，並且增加自我覺察的狀態，瞭解自己對於愛的期待、以及自己對於愛的表達方式的需要。有別於過往的課程當中較多著力在如何與他人相處，本課程中較多從自己的價值觀出發，再與同儕討論，有機會聽見他人的想法與價值觀，經過統整、討論、澄清與反思，來檢視目前媒體或是大環境中對愛情的期待與經營方式。

在課程實施中，多數學生同意：「性的親密並不能完全解決親密關係當中兩個人的差異與問題，愛情的經營需要回歸到自我覺察、瞭解自己的需要，學習表達自己的想法、觀點，並且也學習去尊重對方不同的觀點、需求。」在我們的文化氛圍中，愛在心裡口難開，發生衝突時卻難掩情緒說錯話而傷害身邊的人，提高對自己的覺察是處理問題與情緒的根本方式，也希望學生透過本課程多了解自己和同學的觀點，進一步做出對自己最合宜的選擇。

由於在校園中，發現學生分分合合的速度很快，也在當中看見沒有痊癒就急著找下一位替代品的狀態不斷在校園中上演，因此決定將「分手議題」做為第四節課的主題，但礙於課程時間壓縮，並沒有再進一步設計相關學習單，僅讓學生有覺察失戀者可能出現的各種情緒。但建議可以在生命教育、死亡教育等，同樣會提到「失落」情境中，引導學生思考：面對失落情境可能需要的時間，以及當周遭他人處在失落狀態時，能夠給予什麼樣的陪伴，並且進一步引導孩子，提升對他人情緒的覺察與關懷，會使整個分手議題的課程更為完整。

原本本校是因該屆七年級學生的交往情形較為頻繁，交往中的親密關係有越矩的風險，因而將八年級兩性交往的課程提前至七年級下學期實施，經過了課程的實施之後，並沒有出現原本在學輔兩處擔心學生交往所衍伸的性平事件，相反的，學生在愛情課程的討論中，透過大量的對話，也聽到了其他同儕的想法、增加了自己對於愛的需求的了解之後，更能做出對自己合適的選擇，一直到課程實施一年後，也較少聽見學生之間在交往當中發生衝突的案例；另外，因為各班氛圍的不同，健教老師也將第三單元中，學生對於親密關係的態度做了統計，這些資料在不洩漏個資的前提下，在往後的課程中，針對班級的氛圍與價值觀進行介入。