

## 單元四

愛情平衡木－交往中的性別框架



# 愛情平衡木—— 戀愛中的性別框架

指導：國立臺灣師範大學 晏涵文教授

撰稿：臺北市立金華國中 黃蕙欣老師

## 壹、目標宗旨

根據許多研究指出，性別角色上的誤解會導致感情上的困擾，若是能夠在性別特質展現彈性的男女生，在未來感情生活的經營，也會相對比較彈性與和諧，也能產生更好的戀愛與相處關係。

在戀愛關係中，雙方對於彼此都有著不同的期待，但是這些期待中，是否充滿性別的限制與框架，戀愛增加兩人世界的感情溫度與理解，並透過長時間的相處了解彼此的界線與契合度，在過程中也許常常因為一些價值觀的不同，而產生莫大的衝突，不同的性別期待與刻板印象就是其中的一部分，如何了解存在彼此心中既有的感情性別框架與社會中常見的感情性別期待？每個人面對情感關係，是否可以清楚知道角色的位置所帶來的權力關係，有什麼正向與負面的影響？可以怎麼調整並澄清其中不合理之處？便是本單元想要探討的重要項目。

## 貳、影片劇情概要

### 一、劇情介紹：

本單元透過小美和阿峰的交往過程，探討四個議題：誰該主動？誰要處理？誰聽誰的？誰先道歉？並穿插兩位朋友彤彤和承智的不同觀點，幽默的表達，愛情中沒有



誰輸誰贏，重點是只要兩人能取得平衡，就OK啦！本單元兩位男女主角，透過四個故事橋段的設定，呈現出男女主角重新相遇、交往相戀、深入認識彼此、性別價值衝突、省思與化解衝突，在過程中不斷的提出男女生在交往過程中可能面臨的性別框架挑戰，也透過男女主角與配角的對話，突顯出我們生活中常見的性別衝突，作為老師引導學生討論時的素材與重點。

## 二、人物介紹：

作詞：林麗珊 作曲：廖薇 主唱：廖薇

(主) 我願化作窗前閃爍的星

每晚向你眨眼睛

天亮藏入你的心

我願是你雙眼溢出的淚

是悲是喜無所謂

只願相依偎

(副) 浮動的心讓我們只能彼此猜疑

愛情平衡木上上下下擺盪個不停

花木蘭？小王子？我只想做我自己

跟隨心跳的聲音

尋找愛情的旋律

## 參、建議討論題綱及討論方式



## 一、教師請學生思考從小到大所聽到或看到的童話故事中角色的性別框架設定。

### (一) 童話故事／浪漫偶像劇中的男主角通常個性、經歷、表現是…

舉例：

- 1.心地善良，又酷又帥是一定要的條件。
- 2.喜怒不形於色的冷漠，泰山崩於前而面不改色的冷靜。
- 3.若有所思的憂鬱，略帶一點霸道。
- 4.具備相當高的社會地位。
- 5.扮演女性救世主的角色，且面臨挑戰絕對不會軟弱。
- 6.感情世界中是主動的角色。

### (二) 童話故事／浪漫偶像劇中的女主角通常個性、經歷、表現是…

舉例：

- 1.溫柔乖巧，默默等待愛情的回應。
- 2.俏皮促黠，天真無邪且單純，對感情世界一無所知。
- 3.每天都沉醉在愛的氛圍中。
- 4.經歷許多歷練而成為女人。
- 5.美麗且擁有好身材是必要條件。
- 6.必須被動不能主動，在故事中主動的通常是壞女人或是配角。

## 二、教師詢問這樣的角色設定往往來自於一般人心中對於感情世界的角色幻想？

### (一) 請班上男女生試著思考這些條件是否為自己心中所期待的(理想層面)？

建議教師可以依照前兩個問題的引導，進一步讓男女生思考上述的條件，甚至以不同的性別置換思考，看看異性對彼此間的期待是否如同這些媒體所營造的形象。



## （二）請班上男女生試著思考媒體的感情世界性別刻板條件是否合理（現實層面）？

思考完畢後進行分享與交流，呈現男女生在媒體角色塑造下可能造成的壓力，也就是當現實跟不上理想的時候，必定造成彼此性別間的不愉快與束縛。

## （三）請班上男女生試著思考現實兩性交往過程中是否也有不合理的性別刻板期待呢？

讓學生透過上述問題的逐步引導，能夠反思並觀察交往過程中可能隱藏的性別刻板框架。

### 三、教師接著播放影片，並在影片播放之時，提醒下列幾項觀看重點。

影片的播放是協助教師讓教學更加聚焦、有重點，並且接續上述的問題討論，在此做出觀念的聚斂，男女交往時的性別框架不是只有下列敘述的四種，會因兩人的生長環境、文化背景、宗教等而有所不同，但是以下的影片重點可能是學生未來生活中可能面對的相似情境，透過這樣的情境模擬，讓學生可以透過情境觀察，製造學生省思與同理心建立的機會，影片可以依照段落一段段進行播放與討論，也可以一次播放完畢後進行分組的討論，形式依照老師的習慣與學生特質進行彈性運用。



#### （一）誰該主動？

##### 故事重點：

兩個星期過去，雙方因為不同理由都在等對方聯絡，小美決定問對方關於拍照的事，給對方機會，後來阿峰終於打電話約小美。

1. 你認為為什麼他們不敢打電話給對方，個別的原因可能是什麼？



2. 男生思考：在感情的世界中，女生比較主動，你會如何思考這樣的狀況？感覺又是如何？你能接受嗎？
3. 女生思考：在感情的世界中，你會是主動的女生嗎？為什麼？

## （二）誰要處裡？(以付錢、打蟑螂兩個案例作為示例呈現方式)

### 故事重點：

兩人相約，小美的好朋友彤彤及阿峰的男性友人承智也一起赴約。小美因為其他三人都是因為自己而來，決定請客，但阿峰卻說出不該讓女生請客。最後大家決定各付各的，彼此比較不會有壓力。吃完飯到公園散步，板凳上出現



蟑螂，四人均跳開不敢打，彤彤認為女生打蟑螂會被男生認為是男人婆，承智雖然怕蟑螂但也覺得男生不敢打蟑螂似乎很丟臉。小美與阿峰雖然不怕蟑螂但都不喜歡打死蟑螂的樣子，但最後她們決定不管這麼多，並表明打不打蟑螂跟男生或是女生無關。

1. 你如果未來和男／女朋友一起出去吃飯，你覺得應該如何付錢？為什麼？
2. 對於男生被要求在感情世界中應該擔任保護者，女生是被保護者，這樣的情況在影片中以打蟑螂的方式呈現，但是現實生活中是否也有其他類似的狀況呢？
3. 對於在交往中男生應該堅強勇敢、女生應該柔弱的性別框架想法，你認為可接受的程度如何？公平性又如何？

## （三）誰聽誰的？

### 故事重點：

阿峰看到網路上的留言，發現大部分男生認為不該什麼都聽女生的安排，而女生則有人覺得男生應該配合女生，有人反而希望男朋友做好安排，自己才不會這麼累。阿峰覺得有道理，決定這次約會先做好規劃。小美看雜誌，上面說女生偶爾要一點任性會讓男生覺得可愛，也可以測試男生是否愛你，於是小美決定試一下。兩人見面，



因為之前各自受電腦與雜誌影響，而吵起來，最後各自離開。

1. 身邊許多資訊都告訴我們角色中應該扮演何種樣貌的性別角色，請同學思考，從小到大，接收過哪些與影片中類似的性別要求？
2. 對於感情中，男性被要求應該堅持、百折不撓，女性應該要可愛和小任性，這樣的要求是否是合理且有助於兩性關係發展的要求呢？請提出你的想法。
3. 在感情中，兩人應該如何呈現各自的特質，對於兩個人的關係才有正面的助益，請提出比較好的做法與想法。

#### (四) 誰先道歉？

故事重點：

兩人越想越不對，受別人想法的影響而堅持，根本不是自己的想法，最後兩人同時向對方道歉，真誠的說出自己的想法。

1. 影片中的主角因為哪些事情起了爭執？
2. 女主角為何要道歉？他們發現自己在交往過程中產生了哪些盲點？

### 四、教師請學生思考未來的愛情藍圖，並提出愛情錦囊妙計。

教師告訴學生，我們在文化與習俗的染缸中生活，身處其中有許多觀念不知不覺已經浸潤在我們的生命經驗中，有許多的作為與習性常常會在平日影響我們的決定。在影片中展示了許多的交往性別框架，透過男女主角的衝突詮釋，也讓我們瞭解並看到可能出現在我們生命中的景像，避免在日後重蹈覆轍。教師請學生思考，在男女主角的故事基礎上，如何思考自己未來的感情生活，並能突破自我的感情框架，請學生參考影片中的情境，或是生活中的觀察，對於交往過程中可能出現的性別框架，提出自己的3個感情錦囊，並與班上同學分享，做為大家未來經營感情生活時的重要參考。

## 肆、引導重點及疑問處理

一、進入親密的交往關係，需要有所準備，有健康的心態進入親密交往，會讓未來關係更加美好。

(一) 認識自我與自我悅納：擁有好的自我認同和高自尊，是兩性親密關係的先決條



件。一個人如果能夠自我認同，便會比較清楚自己的興趣、嗜好、能力、情緒及價值觀。因此，面對親密關係中的許多決定時，能夠以良性的溝通進行自我價值的呈現，而非一味的以沉默容忍或是宣洩情緒方式進行自我表達，也才能做出較好的抉擇。

- (二) 對性別角色有正確的認識：性別角色的學習與每個人的成長環境與文化有許多的關聯，有人覺得「男人應該主動熱血與陽光、有淚不輕彈」、「女人應該可人貼心、撒嬌又示弱」。因為刻板不合理的印象與要求，而造成彼此相處與感情經營上的衝突。因此，交往前對於未來可能面對性別角色的衝突有所認知，並且提前建立正確的觀念與做法，是經營優質的親密關係重要之課題。
- (三) 正確認知親密關係的本質：愛與歸屬、承諾與責任、熱情等都是戀愛關係中很重要的因素，但是在這些期待與付出中，我們了解愛情最重要的元素其實來自於尊重與了解。因此，進入愛戀關係前，若是能理解關係的經營是一種學習，與不間斷的溝通，唯有在尊重前提下的正確表達，在同理的狀態下進行他人立場的思考，才能面對可能的性別刻板狀況。

## 二、交往關係常見的性別迷思：

### (一) 「理所當然」的迷思：

我們可以看到許多人置身在自己習慣的文化圈或經驗中，是理所當然的，也就創造出一種「假象舒適圈」的刻板，這種狀態在生活中比比皆是，兩性交往中的刻板印象也是其中一種。因為成長經驗與成長背景不同，因此對於事物的認知其實各有不同。然而，在親密關係裡面我們往往受到過去經驗的影響，以為全世界的人都是如此這般。例如，女生覺得在情感關係中男朋友應該要主動，女性就不敢主動表達自己的情感，否則就是「八婆、花癡」，這樣的性別刻板印象限縮了女性自主表達情感的權力。這樣一味地以自己的理所當然，要求對方或解釋對方的行為，將容易造成衝突、爭執與失望。

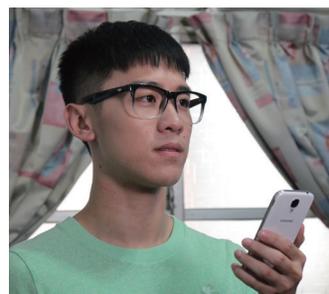
### (二) 「戀愛中的男人應該…」迷思：

男人應該對女人主動展現強烈的興趣：男人可以使用各種手段來表達愛意，這樣的方式才能真正打動女人，行動力越強，方式越多元，也才能真正表示誠意與意願。但是卻往往忘記，這樣的方式對於男性是莫大的壓力與要求，其實兩個人交往的真



正重點，應該在於感情細水長流的經營，而非短暫的熱情。

男人應該堅強與堅持：男人是力量和堅強的化身，擔當與責任是男人的名稱，對傳統男人而言，上要贍養孝敬父母親、下要撫育子女、中間還要做妻子的遮風擋雨傘，男人的肩膀對於一個女人來說，是依靠、是女人在脆弱時的支撐，不論是社會所賦予的傳統責任，或是未來必須為家庭承擔的任務。所以男人從小就被人們套上枷鎖，要做一個頂天立地的男子漢，要為這個社會承擔責任。在戀愛關係中，男性必須呈現這樣的性別刻板特質，才容易在眾多男性中脫穎而出，否則就成了不值得愛的人。男生從小到大沉浸在這樣的思維與氛圍中，進入交往關係時，必然將堅強當作一個非常重要的男性特質，必須強裝堅強，不管是逞強或是懼怕否，都必須展現傳統價值所賦予他的性別框架，這是非常辛苦的事。



### （三）「戀愛中的女人應該…」迷思：

女性應該保持一定的矜持：男性與女性就像獵人與獵物互相追逐的狀態，男性必須不斷的努力，女性就像釣魚一樣，慢慢的讓男性一步步進入交往的狀況中，所以女性一定要保持足夠的矜持與被動，否則就無法吻合社會的期待。許多女性期待絢麗迷人的愛情包裝，認為這些包裝就是愛情的品質保證，但是愛的重點在於真心，無法真心以待，而是彼此較量與較勁的愛情，其實失去愛的真正本質。所以抱持對於戀情必須由另一方全力以赴想法的女性，多半都失望了，因為愛情其實是需要彼此投入心力經營的，在經由經營後，享受人格成長與豐富生活，才是經營親密關係的本質。

在愛中喪失自我：有人說：好女人說：「愛是，跟他吃一樣的食物」，聰明女人說：「愛是，雖然我們口味不同，卻還能彼此相愛」。在愛中保有自我，在合宜適當的尺度中，彼此溝通協調，展現各自的舒適距離。並非一味的躲在男人後面，失去女人自我的舞臺；或是飛蛾撲火的貼近，以尋求溫暖的慰藉，得到卻是遍體鱗傷。想要得到別人的愛，首先要自己愛自己，有自尊與自信的人，才值得愛也懂得愛，也才有真正的魅力。



這些刻板印象是交往過程中一些似是而非的觀念，造成對親密關係的不切實際的期待與幻想，也因此有了許多的失落，甚至誤解。這些神話實在是兩人世界的絆腳石。因此，破除刻板印象，以具有建設性的思考與行動，將是經營兩性交往關係的第一步。現實生活中的「愛情」，其實時常是不太完美的配對，但是卻在彼此努力溝通、妥協與改變後發展出更豐富的生活。

### 三、兩性交往間的性別刻板印象所產生的衝突處理：

#### (一) 了解自己在交往時可能發生的真實性別想法與狀態：

認清每個人都有其獨特性是非常重要的，這些獨特性來自於個人成長經驗中所塑造出來的興趣、能力、嗜好或價值觀。有了這樣的認知，在面對差異時便不會對這些差異感到強烈的不安。

#### (二) 思考自己在交往時的性別刻板印象可能產生的影響：

男女兩性交往不只是表面上的兩性互動，事實上，其互動的方式是受到男女雙方成長的社會文化因素所形成的「性別角色」影響。這些都是來自一代傳一代文化所形成的「性別角色」。而這些性別角色，往往是未經你我思索，就已經透過家庭、學校、社會等「社會化」過程，「灌輸」到我們對「性別」的觀念，進而影響到我們與異性的互動。如社會生物學演化理論的觀點：生物界為確保自我基因的傳承，各種動物發展多樣化的生存之道與求偶策略。女性偏好擁有一個能夠也願意長期廝守在她身邊，為她與孩子提供生存資源與保護的男人，男性則偏好具較高受孕機能與生育機能的年輕女性。所以，女性對異性特質的偏好是重視男人與事業發展有關的能力與人格特質，在交友擇偶上會偏好選擇「學歷高」、「年長」等象徵社會地位與經濟基礎的男性；而男性則是偏好「青春」與「美貌」的女性。隨著社會環境的變遷，Ben (1975) 認為傳統性別角色有其發展的歷史背景及當時存在的意義，但它已經不符合現代社會，它的存在只會抑制人們潛能的發揮與兩性和諧的互動。心理學家佛洛姆 (1969) 在《愛的藝術》一書中指出：傳統性別角色，並不能反應真實的世界，因為兩性其實同時具備了男、





女兩性的特質，就如如在生理上男人與女人互有異性的賀爾蒙。因此現代的性別角色觀念已經有一些改變，強調雙性化／剛柔並濟以及性別平等的性別角色。而所謂的「雙性化」性別角色強調的是彈性與整合性，該表現女性特質的時候可以表現女性化特質，該表現男性特質的時候可以表現男性化特質。就實證研究結果，的確顯示具有此種「雙性化」性格特質的人，心理較健康，對壓力有較大的承受力，也比較有能力形成及維持親密關係，對婚姻有較大的滿意度，有較好的適應能力。

### （三）透過溝通來調整彼此間對於性別認同的差距：

許多現代與傳統價值衝突可能在交往過程中出現，例如傳統價值中呈現男女約會時，應由男性來付賬；兩性交往時，男性應主動去邀約對方；女孩不可第一次就答應男生的邀約，且第一次約會時要遲到；兩性交往時，女性需要男性的保護等，這些與現代的價值觀念已經漸漸無法接軌，產生交往過程的衝突增加。兩人在面對衝突時，處理方式非常重要，一旦出現退縮、投降、攻擊或說服等等行為時，或許表面上會暫時止住衝突，然而卻往往使關係受到嚴重的傷害。如果以欺騙或威脅恫嚇的互動方式，那肯定會使關係受到嚴重的傷害，甚至導致關係終止。因此面對衝突時，首先是雙方必須有「處理衝突的意願」，因為除非雙方願意相互了解、妥協或改變，衝突才可能有機會被加以討論。接著以「就事論事」的態度，能客觀地陳述問題，並且坦誠面對自己的情緒與感受，如此一來才有機會真正解決衝突，一起尋求解決問題的可能方式。認清每個人都有其獨特性是非常重要的，這些獨特性來自於個人成長經驗中所塑造出來的興趣、能力、嗜好或價值觀。有了這樣的認知，在面對差異時便不會對這些差異感到強烈的不安，讓彼此都擁有自我。





## 伍、學習單內容

### 一、國中版學習單內容

#### 任務1：線索搜尋

請同學根據影片內容，填入正確的情境代號：

A 誰該主動 B 誰先處理 C 誰聽誰的 D 誰先道歉



填入代號：



填入代號：



填入代號：



填入代號：

#### 任務2：心情探索

請將男女主角的心情填入下列空格中：

- 面對是否應該主動邀約時，男主角的心情是\_\_\_\_\_；女主角的心情是\_\_\_\_\_。
- 面對付錢的情況時，男主角的感受是\_\_\_\_\_；女主角的感受是\_\_\_\_\_。
- 看到蟑螂時，男主角心中的感受是\_\_\_\_\_；女主角的感受是\_\_\_\_\_。
- 面臨衝突時，男主角心情的轉換是由\_\_\_\_\_轉為\_\_\_\_\_；女主角心情的轉換是由\_\_\_\_\_轉為\_\_\_\_\_。



**任務3：角色置換**

請各位同學思考，在你的生命經驗之中，是否曾經看過或聽過影片中類似的事情？請提出你的故事並說明你自己的想法。若是你未曾經歷或聽過類似的事件，也請你試想，以上四種狀況，你認為哪一種是你最不能接受的？並提出你的想法。

---



---



---



---



---

**任務4：破除交往性別框架**

請你將上列你不喜歡或最想改變的交往性別框架，撰寫於下列表格中，並思考你可以突破的積極方式，並找一位同學分享彼此的想法。

我最想改變的交往性別框架：	我思考的突破方式：
我的好朋友：_____ 他最想改變的交往性別框架：	他思考的突破方式：

**二、高中版學習單內容**

(一) 請依照自己的實際狀況填寫，請使用螢光筆或是紅筆塗畫圈圈，圈圈塗的越多代表認同程度越高。



(男生版)

	浪漫劇情的角色設定	我的接受度	實際可行性
1	心地善良，又酷又帥是一定要的條件	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○
2	應該有喜怒不形於色的冷漠，泰山崩於前而面不改色的冷靜	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○
3	常帶若有所思的憂鬱，略帶一點霸道	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○
4	具備相當高的社會地位	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○
5	扮演女性救世主的角色，且面臨挑戰絕對不會軟弱	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○
6	感情世界中是主動的角色	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○
7	其他：	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○
圈圈個數總和			

1. 我的接受度與實際可行性的圈圈總數分析：

- 接受度比實際可行性(請勾選) 高 一樣 低
- 哪一項分數落差最多？第\_\_\_\_\_項
- 我自己分析原因應該是\_\_\_\_\_

2. 對於交往中的性別刻板框架，我認為對於自己未來的交往過程將產生如何的影響？

(請勾選)

- 正面影響      沒有影響      負面影響

原因說明：

3. 性別框架的覺察與突破，對於兩性相處都會有正面的助益，請你根據影片中的不同情境，提出你的改善妙計。

	浪漫劇情的角色設定	我的接受度	實際可行性
1	誰該主動：在交往過程中，男生應該主動，不應該膽怯退縮		○ ○ ○ ○ ○
2	誰先處理：男生不應該有所畏懼，勇敢是男性一定要具備的特質		○ ○ ○ ○ ○
3	誰聽誰的：男生應該在事情的處理上擁有霸道氣質與主導全局的權力		○ ○ ○ ○ ○
4	誰先道歉：面子是男生的生命，絕對不可輕言道歉		○ ○ ○ ○ ○



(女生版)

	浪漫劇情的角色設定	我的接受度	實際可行性
1	溫柔乖巧，默默等待愛情的回應	○○○○○	○○○○○
2	俏皮促狹，天真無邪且單純，對感情世界一無所知	○○○○○	○○○○○
3	每天都沉醉在愛的浪漫氛圍中	○○○○○	○○○○○
4	經歷許多歷練而成為女人	○○○○○	○○○○○
5	美麗且擁有好身材是必要條件	○○○○○	○○○○○
6	必須被動不能主動，在故事中主動的通常是壞女人或是配角	○○○○○	○○○○○
7	其他：	○○○○○	○○○○○
圈圈個數總和			

1. 我的接受度與實際可行性的圈圈總數分析：

- 接受度比實際可行性(請勾選) 高 一樣 低
- 哪一項分數落差最多？第\_\_\_\_\_項
- 我自己分析原因應該是\_\_\_\_\_

2. 對於交往中的性別刻板框架，我認為對於自己未來的交往過程將產生如何的影響？(請勾選)

- 正面影響      沒有影響      負面影響

原因說明：

3. 性別框架的覺察與突破，對於兩性相處都會有正面的助益，請你根據影片中的不同情境，提出你的改善妙計。

	浪漫劇情的角色設定	我的接受度	實際可行性
1	誰該主動：在交往過程中，女生應該被動，又有所矜持		○○○○○
2	誰先處理：女生在許多事物上不應強出頭，將表現的舞臺留給男生，默默享受成果就好		○○○○○
3	誰聽誰的：女生應該偶耍任性、脾氣、裝可愛，才是男生喜歡的類型		○○○○○
4	誰先道歉：女生應該顧及男生的面子，低下身段道歉沒有關係		○○○○○



## 陸、參考文獻

- 1.高松景（2004）。都是「刻板性別角色」惹的禍－兩性交往中的性別角色。杏  
陵天地，13（5），頁29-31。
- 2.羅伯·費雪（Robert Fisher）（1998）《為自己出征》，方智。
- 3.劉秀娟、林明寬（1997）：兩性關係－性別刻板化與角色。臺北：揚智。