



新竹教育大學102年度性別平等教育研習

談『情』說『愛』在校園

青少年性教育教材示範

新北市積穗國中 龍芝寧





課程大綱

青少年性教育教學示例

1. 生活技能融入教學
2. 性平議題融入-轉化式課程
3. 性教育媒材

(歌曲、繪本、影片)教學





青少年問題大 還是大問題



青少年視訊諮詢 兩性關係占 4 成

《2012/02/26 18:48》

13 至 15 歲正是情竇初開的花樣年華，對兩性關係也最好奇，國民健康局建置「性福 e 學園」網站，幫助搞定談「性」說「愛」的疑難雜症。

統計去年青少年網站接受視訊諮詢服務，發現兩性關係、性生理及性心理問題及情緒問題是青少年最常詢問的問題，分別占 40.56%、16.91%、7.94%；其中，13-15 歲的國中時期孩子常諮詢的問題為：兩性關係占 27.38%、人際與師生關係占 17.12%、性生理及性心理問題占 14.67%。

學生的問題會有哪些？



正視青少年親密關係的需求 協助孩子在關係中自我成長





愛你在心口難開



學習如何適切地表達情感與溝通，及以尊重和諧的態度來處理情感關係，成為他們在中學階段的心理發展任務之一。



青少年如何談情說愛

現代愛的七字箴言

你愛我，他知道嗎？





↑ 學生畫出「青少年的情感世界」
呈現出滿對性與愛的期待與恐懼

用負面情緒維繫感情

我只好這樣做

幾個禮拜前，小潔與交往兩個月的男朋友分手了，這也是她生命中第N個閃電交往後分手的男朋友。

視戀愛為人生第一要務的小潔，卻有個很不好的習慣，每當她失去一段戀情，都會不由自主地拿起小刀刀片往手腕上，劃下一道道傷痛的痕跡，像是在向他人宣示自己傷得有多重。

一開始，小潔身邊的人都會對她的狀況給予關心，提醒她要愛惜自己，希望她能快快走出失戀的低潮。

但是，當相同的自傷劇情，不斷地在小潔生活中重複演出，身邊的人也就開始見怪不怪，像是放羊的孩子般，

看到學生性教育的需要



BABY'S EYE VIEW.

學生在求學的階段，
發生在他身上有關「性教育」事件
都是教育人員的教育主題。

老師字典裡沒有“放棄”



捕捉校園現場的青春性事

「老師不反對你談戀愛，但你能兼顧學業嗎？」

「談戀愛沒關係，但不要太早發生性關係，會懷孕喔！」

「這麼快就定下來，以後有可能遇到更好的對象」

「你還小等長大後，談戀愛也不遲。」

「你父母知道嗎？如果父母不反對、
老師也沒有意見。」



忽略學生的身心發展需要，
多半老師和家長聯手共同「極力圍堵」。



青少年無法從學校、教師得到正面支持與協助，
因此關閉溝通之門，
性與愛的教育因此殘缺不足，親密關係學習因此受阻。

誰來教我愛



很多時候人生中的**完美演出**
也是必須通過許多**錯誤與練習**才能達到的……，
可是回到真實人生，
不管是談戀愛、交朋友、選填志願，
大部分小孩卻連一點練習、
嘗試錯誤的機會都沒有。—侯文詠〈不乖〉

性教育教學怎麼教？

2012年03月19日07:17



蘋果日報-血淋淋夾嬰 師播墮胎片 國中生嚇軟

將青少年的性與愛、情感關係災難化，只重視強調「性和親密關係視為麻煩的、危險」的教學策

恐嚇已經拉不住躍躍欲試的青少年，想用自己的力量

試著為自己的人生創造一些可能性。





希望能藉由故事，
更貼切地去體會一些我們
從前所不曾經歷甚至措手不及的情緒。

★霜淇淋的滋味



三個高中在學女生，各自因不同原因而懷孕了，
各自對懷孕的處理方法也不相同：留養、出養及墮胎，
選擇後各自的影響也不同。
藉由她們的好朋友娓娓將故事說出……

宜文：一生下來只爲了愛情，愛情沒了、自己也不存在了……

美恩：抱持高度、積極的好奇心，總在第一時間就去嘗試……

淑芳：像一般女孩平凡而單純，從沒想過會發生在自己身上……

昭霖：自主有想法，常是朋友們商量事情的首選對象…

青少年未婚懷孕，
並不像一場感冒，
病痊癒了一切就好了。
未婚懷孕是

一連串做決定的歷程，
所做出的每一個決定
都將深深影響未來的生活。



因此，不要忽略了
學生的個別樣貌與主體性...



不再高高的站在批判角度看青少年現況，
問自己『**可以為他們做些什麼？**』。
除了擔憂焦慮外，
我們找到建設性的著力點了嗎？

校園性教育 有什麼？

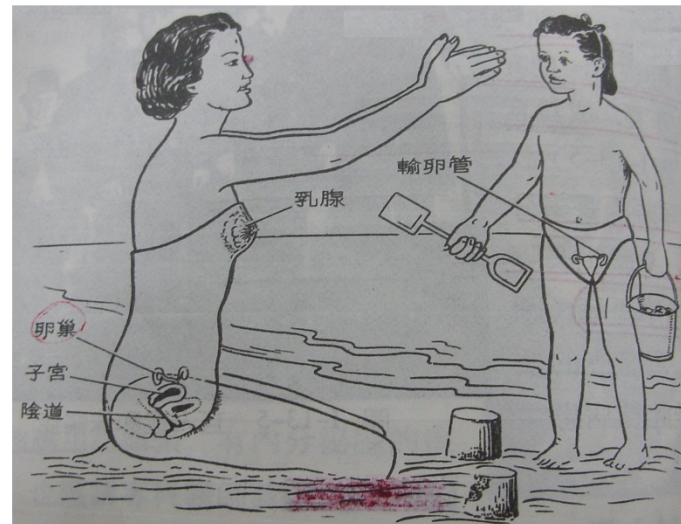
那一年，我們一起教(學)性教育…



57年健康教育課本



強調男女生殖生理構造功能



校園性教育 教什麼？

這些年，教(學)的性教育有什麼不一樣？



83年健康教育課本

強調男女生殖生理構造功能



12年國教 健康教育_性教育

性教育 ≠ 「性生殖教育」 ≠ 「性行為教育」 ≠ 「性知識」

- 是「**親密關係的教育**」 教導健康兩性親密關係
- 是「**品格教育**」， 教導與性有關的「**價值觀**」
- 以及將價值實踐所需要的「**生活技能**」。
- 是「**愛的教育**」



性教育是學習如何愛人與被愛的教育

第3章

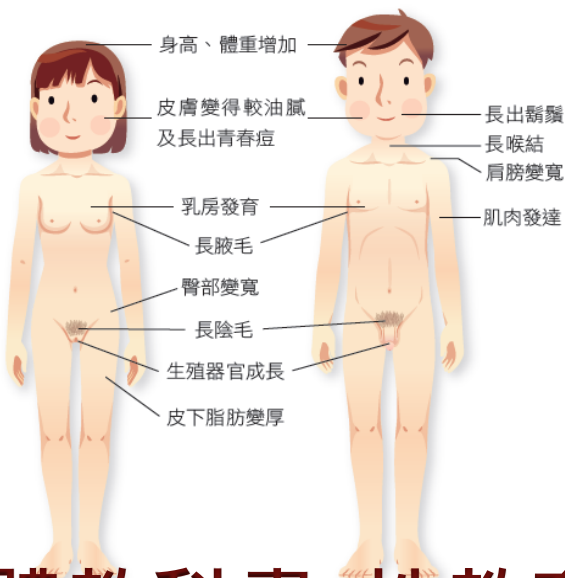
我的青春檔案

你將學到的是

探討青春應注意的個人衛生與常見的生理問題，並學習適當的保健方法，同時學會尊重與接納多元的性別特質，促進青春期的生、心理健康。

生活行動家

「第一性徵」是指男女性的生殖器官；「第二性徵」是指女性進入青春後才出現的性別特徵。根據課文第二性徵圖文，可檢視自己已經出現哪些性徵？並藉此了解自己是否進入青春期的成長階段。



▲圖 1-3-1 第二性徵示意圖

七上健體教科書_性教育

生活行動家

請勾選出最符合你的特質，並與其他同學比較，是否會因為彼此的性別不同，而有明顯差異？

- | | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| <input type="checkbox"/> 獨立 | <input type="checkbox"/> 冒險 |
| <input type="checkbox"/> 勇敢 | <input type="checkbox"/> 主動 |
| <input type="checkbox"/> 自信 | <input type="checkbox"/> 感性 |
| <input type="checkbox"/> 文靜 | <input type="checkbox"/> 溫柔 |
| <input type="checkbox"/> 細心 | <input type="checkbox"/> 體貼 |
| <input type="checkbox"/> 其他 | |

多元性別風貌



我喜歡保養皮膚、設計飾品，讓自己看起來賞心悅目！



我想要多做體能訓練、鍛鍊肌肉，擁有強壯、健康的體魄！

▲圖 1-3-18 每個人都有其喜好。

由於生活環境不同，每個人都會依照自己的生活經驗和特質，形成獨特的自我個性(圖 1-3-18)，所以你可以觀察自己及周遭的親友、同學們，在生活中表現出勇敢、主動、獨立的陽剛氣質，或是細心、文靜與體貼的陰柔氣質，並發現這些獨特的個性並不能以男、女二分法來區隔。什麼樣的行為舉止「像男生」或「像女生」，很難找出界線與定義，重要的是每個人都必須認識自己，自由自在表現出「自己」。

當面對心思細膩的男生或豪邁率性的女生時，你的想法是什麼？會如何看待他們呢？當你以負面言語批評他人「娘娘腔」或「男人婆」而排擠對方，則會導致人際關係間的歧視與不平等(圖 1-3-19)。因此，我們都應該以開放的心胸認識自我、看見彼此的差異與多元的特質面貌，進而以尊重、包容、欣賞的心態，平等對待每個獨一無二的個體！

我只是比較內向，為什麼同學不接納我？男生就一定要活潑、好動嗎？

▲圖 1-3-19 若是以刻板的觀念看待他人，很可能導致人際關係間的歧視與不平等。

翔宇太文靜了，根本不像男生！跟他在一起可能會被誤認為娘娘腔呢！

不會吧！我覺得和翔宇成為朋友很好呀！



第1章

彩繪兩性關係

你將學到的是

欣賞、接納男女之間的差異，學習與異性建立良好的友誼關係。了解兩性交往、性行為、未婚懷孕、分手等相關議題及法律責任，並建立面對這些問題的正確態度。



▲圖 1-1-1 討論兩性間的感情發展模式。

第2章

我的身體我作主

你將學到的是

了解與他人身體接觸的界線，並運用有效的方法解決性騷擾事件。了解色情媒體對身心健康的影響，以及培養面對色情媒體資訊的正確態度。



▲圖 1-2-1 家人間適當的身體接觸，有助於提升家人間的感情。

看完上面的故事(圖1-2-1)，想想自己是否也常擁抱最愛的家人呢？有些身體接觸的感覺舒服、溫暖，如家人間的擁抱、情人間的親吻、朋友間的搭肩或握手等。但每個人對肢體接觸的感受不同，有些人認為和異性牽手、搭肩沒什麼關係，有些人則認為這是很隨便的行為。

身體觸碰的界線在哪裡？這個界線的訂定因人而異，也會因場地、時間而有不同。日常生活中，有些身體接觸會讓人不舒服、不愉快，如拉女生的內衣肩帶、摸胸部、觸碰私處等。當進行班級競賽、啦啦隊表演、團康活動時，為了班級團體的榮譽表現，身體觸碰的程度就較開放。在某些特殊情況下，如醫師觸診、護士打針或人工呼吸急救時，也不算侵犯他人的身體。

八上健體教科書 性教育

看完他們的對話後，你可以發現兩性間的感情發展模式，但你知道哪些是牢固的感情基礎的條件呢？包容、信任，還是外表與財富？(圖1-1-1)。接下來，讓我們來認識與學習人生的感情習題吧！

第 1 章

生命的軌跡

你將學到的是

人生各階段的生理、心理發展及重要的人生任務；預防先天性異常的優生保健方法及讓自己擁有較佳健康狀態的原則。

最近我覺得體力變差，而且經常感冒，每次感冒都好久才好。可是，我小時候並不容易生病，是不是我現在不喜歡運動，抵抗力比較差的原因？這樣會不會影響未來的身體健康……。

是喔！我沒什麼明顯的感覺，還是常打球、身體狀況感覺不錯。不過我剛好和你相反，以前身體不好，我媽常帶我去游泳，鍛鍊體力，也叮嚀我不能偏食，要三餐正常，所以現在我好多了。我媽說，有好的健康狀態，以後身體才不會常常有病痛。



資訊站

依據世界衛生組織的定義，健康是生理、心理、社會三方面安寧平靜的狀態，由於每個人對於健康所關注的層面不同，故其健康狀態可能會因為個人主觀的感受，而有不同的認定，並非單純以生理上是否生病作為健康的判斷依據。

人的健康狀態，常像幸惠與淳也的對話一樣，是一種自我的感覺判斷，有人雖然沒有每天睡滿八小時，但是因為經常運動，所以依然覺得自己體力很好；有人雖然罹患慢性病，但因為控制得宜，並且和家人相處愉快，自己也覺得健康狀態還算可以；也有人身體明明沒病，但是每天愁眉苦臉、心情鬱悶，所以覺得自己健康不佳。雖然身體是否生病作為健康的依據

了解影響身體狀態的原因後，若能在必要時進行遺傳諮詢及健康檢查，避免異常基因的影響，同時維持良好的生長環境及生活型態，並給予個人完善的醫療照護，都可以讓身體健康維持在理想的狀態。

優生保健

遺傳因子異常或在懷孕期間因母體環境不利於胎兒發育，使胎兒在出生前產生疾病或異常的情形，就是「先天性異常」。若要避免這些情況發生，就必須做好「優生保健」的工作，它包含以下幾項內容：

一、婚前健康檢查

檢查內容包括：遺傳諮詢及父母疾病的檢查，以預防生下罹病的嬰兒。



二、產前健康檢查

母親在懷孕期間，要定期做產前健康檢查，以了解胎兒的健康狀態。此時，適當的運動、攝取足夠的營養、注意安全、避免使用影響胎兒成長的物品及藥物，也是確保胎兒健康的方法。

三、新生兒篩檢

新生兒在出生四十八小時後，必須做新生兒篩檢來了解是否罹患疾病，以免因早期不明顯的症狀，而延誤治療時機，造成身體、智能的障礙。此外，為孩子做好預防接種，例如：B型肝炎疫苗；白喉、百日咳、破傷風混合疫苗；小兒麻痺疫苗等，都是預防傳染病發生及確保嬰幼兒健康的好方法。

生活行動家

想要知道有關優生保健的相關訊息，你可以到衛生署或各縣市衛生局網站查詢。例如：行政院衛生署，網址：http://www.doh.gov.tw/lane/health_edu/a6.html。



第2章

健康的愛、安全的性

你將學到的是

增進對性病的認知與面對性與愛的態度，運用有效防護策略，降低性病的發生，並能支持、接納愛滋感染者，進而避免愛滋病蔓延。

資訊站

身體自主權

是指個人對於自己身體的感受，擁有做決定與主張的權力及能力，同時也包含自我保護與管理的義務。

未成年者性行為相關法令

雙方或某一方是未成年者，無論是否情投意合而發生性行為，都可能觸法：

性行為對象	刑法刑責
未滿十四歲者	三年以上，十年以下有期徒刑
十四歲以上未滿十六歲者	三年以下有期徒刑
十六歲者	

【本報訊】

只要兩情相悅就可有性行為？五分之一青少年say yes!

家扶基金會於西元2012年7月公布的「青少年身體自主權」調查報告，發現青少年中，每五人就超過一人認為只要兩情相悅或對方邀請，即可與對方發生性行為。在兩性親密關係互動越來越頻繁的同時，青少年面對性與愛的態度仍有待加強。

現代青少年性觀念開放，兩性關係的定位模糊，因此踰矩法令界限偷嘗禁果，而發生令人遺憾的事件時有所聞，例如：性侵害、未婚懷孕、甚至是感染性病等。性與愛的關係扮演著影響健康的重要角色，能帶來幸福、快樂，也可能帶來極大的傷害與痛苦，青少年面對性與愛的抉擇時，請你仔細想一想，身體是自己的，可以「給」別人嗎？只要是和我交往的對象，就擁有和我進行親密關係的權力嗎？目前我的條件是否能夠發生性行為？男生和女生誰應該負起執行安全性行為防護措施的責任？先澄清自己的價值，並確認每個人都有責任與義務來維護身心的健康，所以對自己性健康採取安全保護措施，免於性病的威脅，是負責任的重點表現。

第1章

魅力獨特

你將學到的是

超越以往狹隘的身體價值，以不同的觀點看待及認識自己的身體，重新省思自己對體型的態度，並學會健康的自我價值觀。

資訊站

根據民國95年國中學生健康行為調查結果，43.2%的國中學生對自己的身材或體型不滿意，其中又以女性學生對自己的身型滿意度較差，平均每兩位國中女學生，就有一人對自己的身型不滿意。



圖1 青少年常因過度在意自己的外在形象而產生壓力。

你是否曾和圖1中這位青少年有相同的心聲？他的心聲也許曾在你的心中出現過。

青少年因過分在意外在形象，紛紛陷入追求完美體型的迷思中，也因媒體的強調與資訊的傳播，對於外表的要求似乎比過去更加嚴格。長期下來可能會造成失眠、壓力過大、過度進食；嚴重者，甚至會出現焦慮、憂鬱、孤僻及缺乏自信的情形。這些心理負擔也可能造成「陽萎」等建立時時障礙，進而導致社會適應的困難。



從事性教育

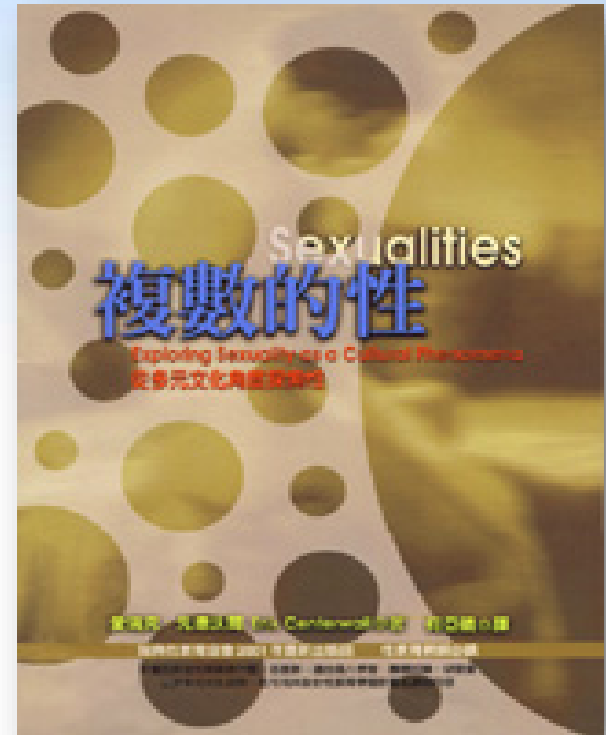
⇒你的立足點絕對不可以是個旁觀者，你一定要面對事實。

性教育議題

⇒是個非常敏感、十分個人的題材。每個參與者個人的生命歷程。

性教育教學

⇒引導出見解、尊重到每個人的樣貌。透過感覺和人生經歷用心瞭解的問題。



----Eeik Centerwall，
引自「複數的性」



Milton等(2001)提出中學性教育老師授課時的特質是性教育成效的關鍵一

1. 非批判性的態度，尊重學生觀點與想法
2. 建立互信關係，學生真實經驗想法分享
3. 不必樹立權威形象，誠實開放面對學生的問題
4. 善用傾聽，了解真實需求，不急於下結論
5. 適時幽默，降低敏感議題的困窘
6. 尊重學生有自己做決定的權利與義務
7. 保持彈性調整教學方法與課程內容

教師---性教育課堂的靈魂



「愛」與「建立自尊」

是人生的重要學分，

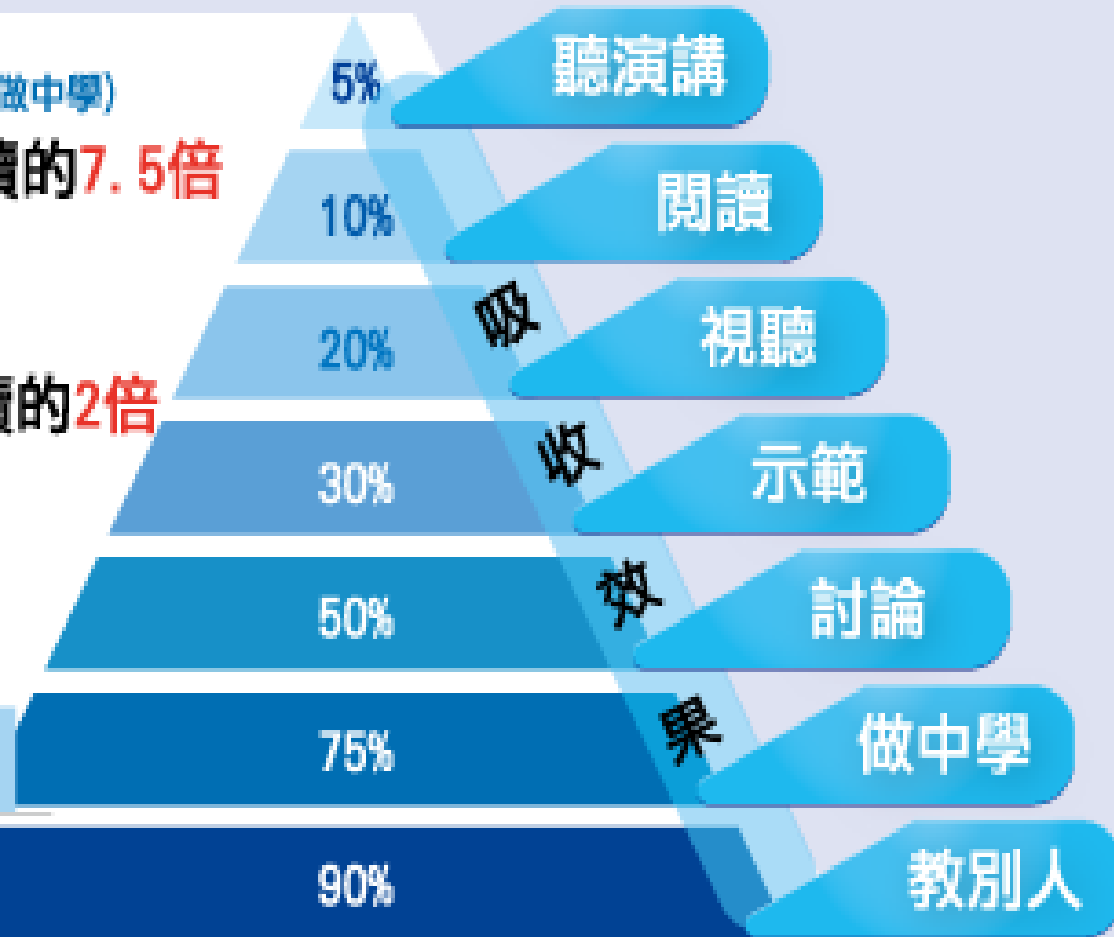
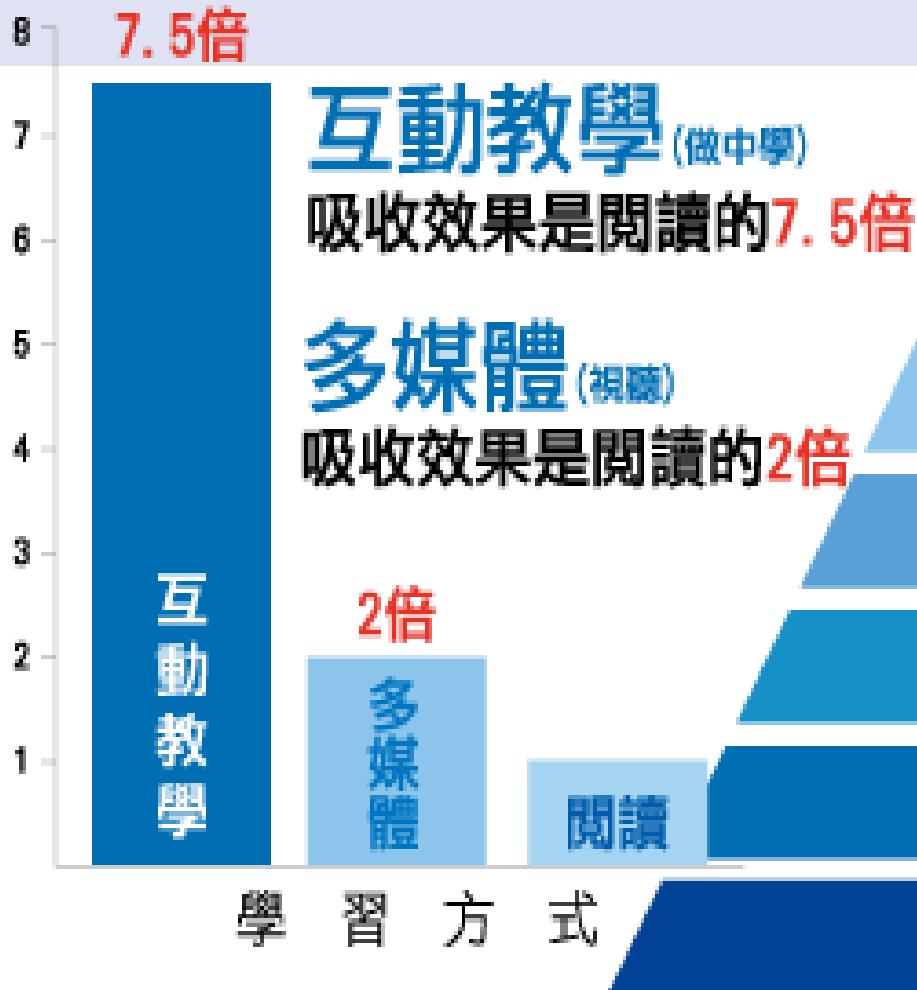
「願意去愛」是每一個人的自然天性；

「如何去愛」卻是需要學習的人生課題。



青少年性教育教學_善用各種教學方法





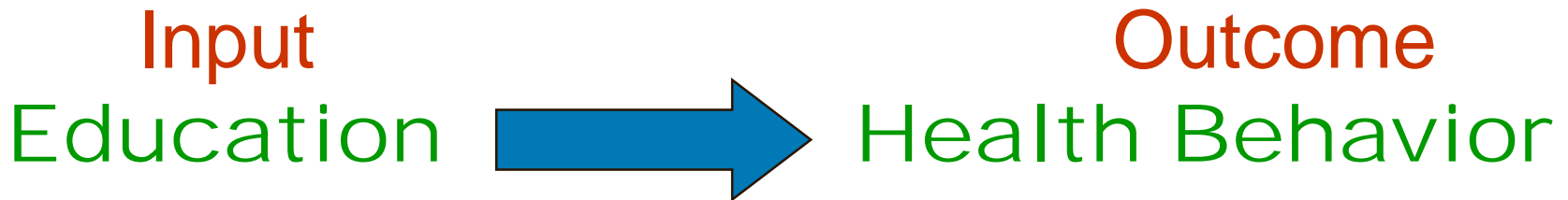
· 學習金字塔理論是由美國教育學家艾德格·戴爾 (Edgar Dale) 所提出的教學理論。



現代健康教育內涵之轉變

最終目的在於健康行為的實踐。

將一般的衛生資訊，藉著教育的方式和力量，使其轉變成為一個人的健康生活型態。



Information ~~==~~ Education



生活技能融入教學示例

技能 〈Skills〉

◆ 生活技能 〈Life Skills〉

ex. 協商使用保險套

◆ 健康技能

〈Health Skills〉

ex. 使用保險套

不吃這一套—情境回應練習

如果你戴保險套，會讓我有更多愛以及被關懷的感覺。

戴上保險套，比較沒感覺。

附件3-5-3學習單

No condom.No deal

她知道為了避孕和避病，安全性行為是必要的措施，而保險套是最好的選擇，這是知識層次；

因此，她就去學習如何正確使用保險套，這是技術層次；

1.生活技能導向

這就是權力層次——在這個例子中，這是性別之間的權力。

但這樣，並不保證她事到臨頭，一定會順利使用保險套，因為有可能——她的男伴拒絕了……

此時，事情如何進展，女孩與男伴之間會如何互動或協商，以得出最好的結果——安全自在地享受性？

協商與互動牽涉到雙方的權力，如果女孩雖然擔心懷孕，卻不敢堅持要求男伴戴上保險套；或是擔心自己無法滿足男伴，他將離她而去，這樣一想，她就有可能棄守原則，委屈自己接受一個品質不好的性。



WHO 15 項生活技能

人自己-情緒健康	人與人-社會健康	人與事-工作成就健康
自我覺察	同理心	目標設定
情緒調適	有效溝通	批判思考
抗壓能力	人際關係技能	創造性思考
自我管理、 監督的技巧	自我肯定技能	解決問題
	協商技巧	做決定
	拒絕技巧	
4項	6項	5項





生活技能的涵義與重要性

是一種人際技巧，本質是一種社會心理能力，是學生將「所知道」的知識與「所相信」的信念、態度及價值，轉化為實際「行動」所需要的一種能力。

志明：我的朋友都和女朋友發生性行為，而且感情愈來愈好，我想我們應該也可以...

春嬌：可是我覺得性與愛不一樣耶！

志明：妳如果真的愛我，就應該給我啊。

春嬌：但我不想.....





生活技能教學三部曲

重複練習

概念形成

概念演練

概念維持

成為習慣

1. 營造自動改變的歷程

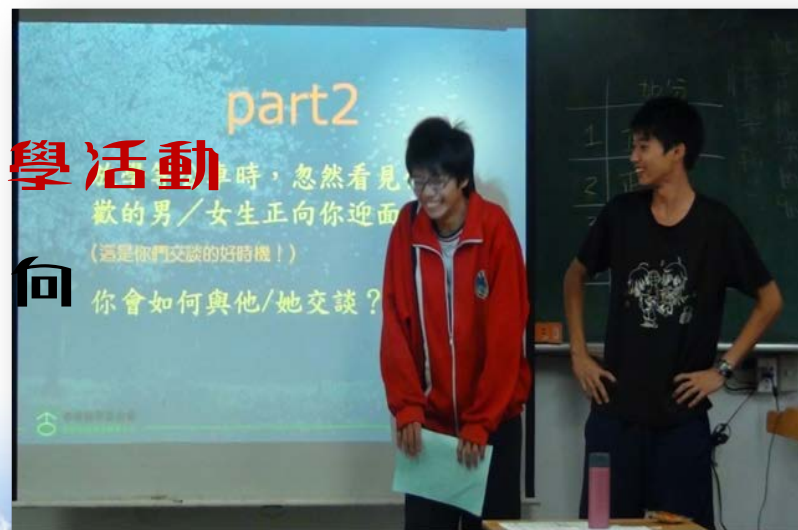
--- 引發參與動機及價值觀

2. 設計與生活經驗相連結之教學活動

--- 情境教學、問題解決導向

3. 塑造學習者自身成功的經驗

--- 示範、演練、修正





兩性交往相關生活技能

- ◆ 喜歡要如何表達？有效溝通
- ◆ 如何拒絕不想要的邀約？自我肯定拒絕
- ◆ 我倆是朋友或情侶？做決定
- ◆ 都是色情刊物惹的禍！批判性思考
- ◆ 如何面對情感挫敗？創造性思考
- ◆ 愛我一就要尊重我！協商技能
- ◆ 做個情慾自主高手！健康自我管理





性教育/愛與情感教育

情緒調適有效拒絕

溝通技巧

愛的告白
與表達

邀約
接受/拒絕

親密與愛
的分享

建立自我概念，
提升自尊與自信

分手調適
與學習

做決定

建立自尊

創造性思考
尋求協助

從青少年的經驗談起

那些年，

我們在一起過的

女孩。

如何表達喜歡

告白如何做...

You Are
the Apple of
My Eye

電影
原聲帶

Original
Soundtrack



博客來

books.com.tw



廖該邊_搞笑

阿和_邀約

曹國勝_捉弄



沈佳宜

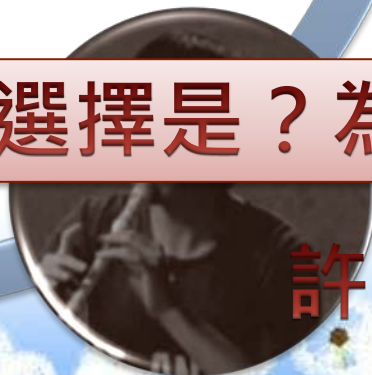


喜歡，你的經驗是？選擇是？為什麼？

柯景騰_等待



許博淳_笨拙



喜歡/愛要如何表達 讓你懂得我的心....

有效溝通要素：

分享情感 + 自我表露

將自己的訊息 清楚傳遞 給對方，

對方也能夠 正確地接收 訊息，

並可以 反映 出傳達者之意。



搞笑



捉弄



笨拙

重要概念建構

老夫妻吃魚頭故事

大家來找碴

有一對老夫妻感情很好，
有天老太太生病了，老先生買了一條魚，
特地把老太太愛吃的魚頭端給她，

老太太卻哭了…

其實老太太最討厭吃魚頭，

但因為愛老公，

她總是把自己喜歡的魚肉留給老先生吃

老先生卻誤會她愛吃魚頭；

而魚頭才是老先生的最愛，

但因為愛老婆，

大半輩子以來，

他總是默默看著老太太吃掉自己喜歡的魚頭。

愛的表達



老夫妻吃魚頭故事

老夫妻相愛嗎？

那老太太為什麼要哭？

老夫妻互動關係出了什麼問題？



「愛你在心口難開」

「其實你不懂我的心」





請觀賞「愛的劇場」：情感通不通？



大家來找碴_1

愛的溝通與表達

大家來找碴_2

是表達善意與關懷？
還是滿足自己需求？





你好！我是趙晨希，我的興趣是和朋友打籃球，希望能和你做朋友！

晨希

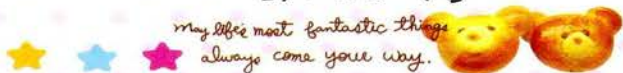


欣怡：我第一次看到你，覺得你很有趣，希望能跟你交個朋友。

趙晨希



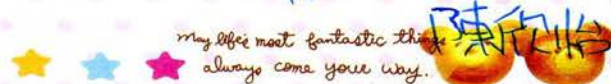
!!! 您好，我是謝欣怡，我希望和你當朋友，我非常欣賞你打球的技巧和動作 :) 謝欣怡



My life's most fantastic things always come your way.



!!! 唔，請問在嗎？希望你能看到這封簡訊，學長真的很厲害，人也長得好，我敢和你當朋友嗎？不管能不能，我希望你可以給我答覆。



My life's most fantastic things always come your way.

陳欣怡



Hi! 那個.....同學，其實...其實.....我注意你很久很久了。先別急著拒絕，先listen to me, 我叫趙晨希，3年9班，身高180，體重70。雖然我們是陌生人，但希望我們能先當個普通的朋友，朋友就好了。

趙晨希



你好，這樣 0.0
沒4.88 0_0

溝通與表達_演練



謝欣怡



性教育/愛與情感教育

溝通技巧

愛的告白
與表達

情緒調適
有效拒絕

邀約
接受/拒絕



建立自我概念，
提升自尊與自信

親密與愛
的分享

分手調適
與學習

做決定

建立自尊

創造性思考
尋求協助



如果想邀請朋友參加活動, 你會...

我的邀約方式:

直接口頭熱忱邀請

直接口頭隨意告知

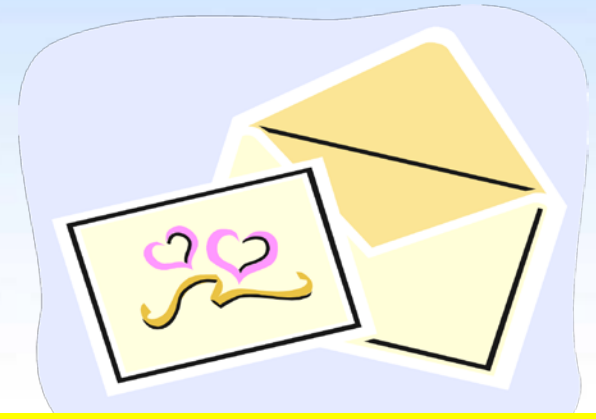
請別人告知

利用E-mail或簡訊

利用facebook發佈訊息最多

利用卡片邀請

其他...



邀約的技巧不只用在邀請自己喜歡的人, 以後用在生活中邀請朋友. 邀請工作夥伴. 邀請親人... 都是可以配上用場的技巧喔!

如果別人使用這些邀約方式, 你會覺得

他人的邀約方式	我會答應的機率 (%)
直接口頭熱忱邀請	0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
直接口頭隨意告知	0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
請別人告知	0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
利用E-mail或簡訊	0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
利用facebook發佈訊息	0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
利用卡片邀請	0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100
其他...	0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100

最高





邀約三部曲

第一步：Are you sure?

—— 你確定想要邀約他/她嗎？

第二步：Are you ready?

—— 你準備好了嗎？

第三步：Are you ok?

—— 你覺得邀約方式有哪些？



健康、成功的邀約原則：

- 健康的心態：
 - ① 當朋友的心態。
 - ② 用“欣賞”代替“喜歡”或“愛”。
- 誠懇的口語表達：
 - ① 表現“誠意”與“尊重”。
 - ② 以“當面口頭”的邀約方式最適合。
- 適當的活動方式：
 - ① 團體活動。
 - ② 活動“具體”、“有趣”又“安全”。





內向男孩9 情人節 的邀約

我知道你有男朋友...♥ 你知道明天是什么节日吗?...♥ 明天是2月14号...♥ 不是我的生日,也不是你的生日...♥ 明天是情人节...♥ 我知道他可能会找你吃饭...♥ 但是我希望他不得空罗...♥ 我可以等的...♥ 我可以等你们吃完了之后...♥ 我再跟你吃...♥ 你跟他讲 你自己搭巴士回啦...♥ 你叫他自己先回啦...♥ 我等了你三年了...♥ 每一年的情人节我都很想跟你度过罗..♥ 如果你可以给我一个机会的话..♥ 我现在去Oder罗..♥ 你喜欢吃什么..♥ 你想是麦当劳还是KFC.♥ 麦当劳啦.♥ 不是我 我希望你能够喜欢吃麦当劳..♥ 不是我喜欢吃..♥ 最重要是你喜欢吃..♥ 麦当劳有送玩具..♥ 情人节礼物我想到了..♥ 你有答案 你 Call我罗..♥ 我的电话在这里..♥ 012-521-1314...♥ 我会等...♥ 我会等你的电话...♥ =.="麦当劳还有送玩具咧,你的情人节礼物送她麦当劳玩具=."

姓名：_____ 學號：_____ 年級：_____ 日期：_____

請分組選擇下列其中一種邀約情境，並利用所學的“邀約三部曲”進行邀約演練。



情境一：你和朋友出去玩時，發現喜歡的男/女生和朋友們，剛好坐同一輛巴士到同一目的地，你會提出邀約嗎？

情境二：這星期六放假，你在家上網時遇到心儀很久的人，聊天得知他/她沒事做，你會提出邀約嗎？

情境三：從朋友口中得知，你喜歡的人很愛唱K，剛好你有一張優惠券，你會提出邀約嗎？

情境四：你和朋友出去玩時，在路上遇到喜歡的人，想要嘗試約他/她一起去玩，你會提出邀約嗎？

（前提：你喜歡的人還不知道你喜歡他/她。）



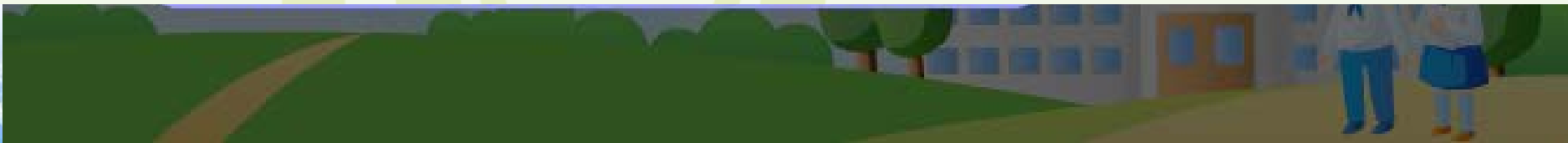
邀約秘訣

寫下我的邀約技巧：

1. 我的態度是：

2. 我會說的話：

3. 如果被拒絕，我會：

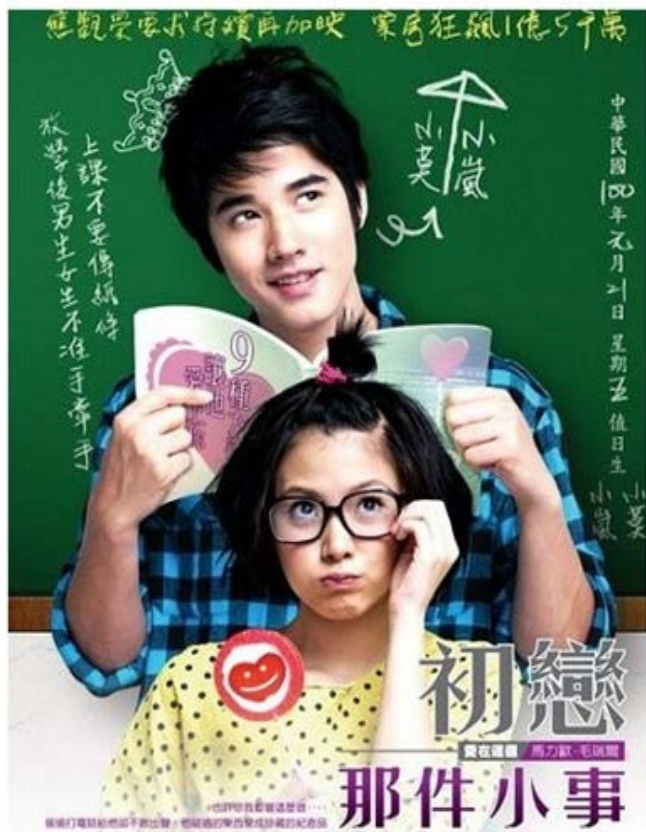




情感關係與處理

◆ 小水向阿亮學長告白…

真正的傷心與失落
(90'00''-100'30'')



情境探討 事件→感受→發現→處理




小水要如何調適...

健成喜歡家愛.....


一天中午他鼓起勇氣向家愛告白，希望家愛能答應成為他的女朋友，但家愛其實只是將健成當作好朋友而已。

小水



家愛，你可以當我的女朋友嗎？

郎有情妹無意



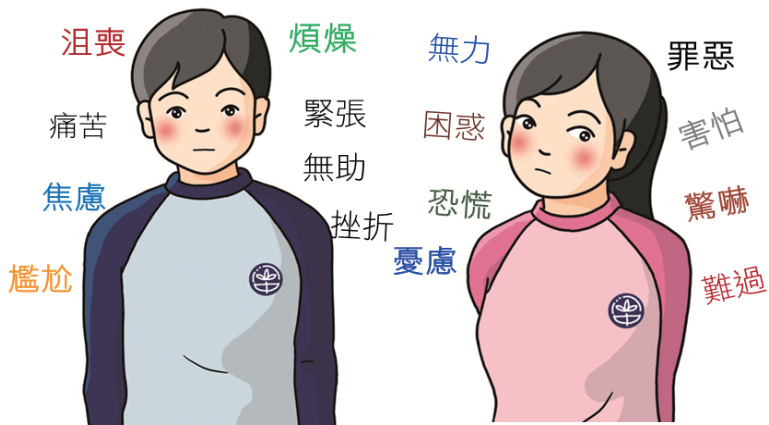
這個……可是我只是把你當作好朋友……

- (1) 假如你是健成，你被拒絕了會有什麼反應？如何處理心中的感受？
- (2) 假如你是家愛，你會如何拒絕健成？如何處理心中的感受？

請你想一想！不同的角色有哪些不同的心情？

我被拒絕了……

我要如何拒絕？



方式1：拒絕我是對方的損失！ 方式2：我會再接再厲！不達目的絕不罷休！



反應方式有很多，請選擇！



方式3：天涯何處無芳草，下一個會更好！

方式4：彼此祝福，還是朋友！



健成被拒絕時心理感受的調適

這些方式可以提供參考：

- 1.對自己還是要有信心。
- 2.我們還是朋友。
- 3.還是祝福對方。
- 4.找個適合的時間，與信賴的人好好的談一談吧！

鼓起勇氣告白，沒想到還是被拒絕了，真的好慘！



方式1：過於自信 —— 過於以自我為中心。

方式2：死纏爛打 —— 以自我利益為前提，不顧他人感受。



反應方式大匯集



方式3：隨遇而安 —— 沒有想法，怎樣都可以。

方式4：雙贏策略 —— 你好，我也好。



陳宇欽 =

絕情信...

- 堅定自己想要拒絕的想法，但表達時口氣要委婉，不要因為不好意思而動搖心意。
- 以真誠的態度說明無法接受的原因，讓對方了解你的困難。
- 清楚表達拒絕的意思，並且確定對方接受到你的訊息。
- 以同理心安慰對方，提出替代方案，讓彼此都感到滿意。

5. 我現在還不想再在國小時候被
追我，但沒一個成功。
所以你別想太多了。





活動、紀錄分析法：在學習活動中觀察學生學習行為，瞭解學生對有效拒絕技能演練的過程。

say No檢核表	非常符合	符合	不符合	非常不符合
1.堅定自己想要拒絕的想法，但表達時口氣要委婉，不要因為不好意思而動搖心意。				
2.以真誠的態度說明無法接受的原因，讓對方了解你的困難。				
3.以同理心安慰對方，讓彼此都感到滿意。				
4.清楚表達拒絕的意思，並且確定對方接收到你的訊息。				

好人卡 Good Guy Card



謝謝你，你是好人！
Thank you!
You are a good guy!

_____ 先生／小姐／朋友／同學大鑒：
謝謝妳／你喜歡我，妳／你的好意我收到且心領了，妳／你真是個好人！
但是因為：（可複選）

妳／你不是我的菜

我不可能喜歡妳／你

我已經有喜歡的人了

我已經有穩定交往對象

現在不想談戀愛，只想交朋友

我希望畢業之後再談戀愛

我爸媽不贊成

其他：_____（自行填寫）

我覺得我們是好姊妹

我覺得我們是好兄弟

你就像我哥哥／弟弟一樣

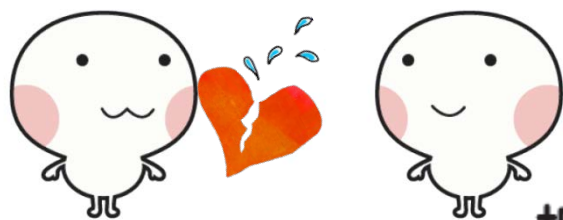
妳就像我姊姊／妹妹一樣

跟我在一起很麻煩

因為以上種種，我無法接受妳／你的愛意，

但我想我們還會是好朋友，好嗎？

祝順利找到下一個～



拒絕 ≠ 傷害對方

_____ 敬上



自我肯定拒絕的步驟

1. 清楚陳述自己的立場與真實意思

我無法接受

2. 提供一個原因

因為我目前
還不想
交男女
朋友

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

感謝對方
的邀約

拒絕後內心
不必感到歉疚





性教育/愛與情感教育

情緒調適有效拒絕

邀約
接受/拒絕

分手調適
與學習

創造性思考
尋求協助

建立自尊

建立自我概念，
提升自尊與自信



愛的告白
與表達

親密與愛的
分享

做決定

溝通技巧

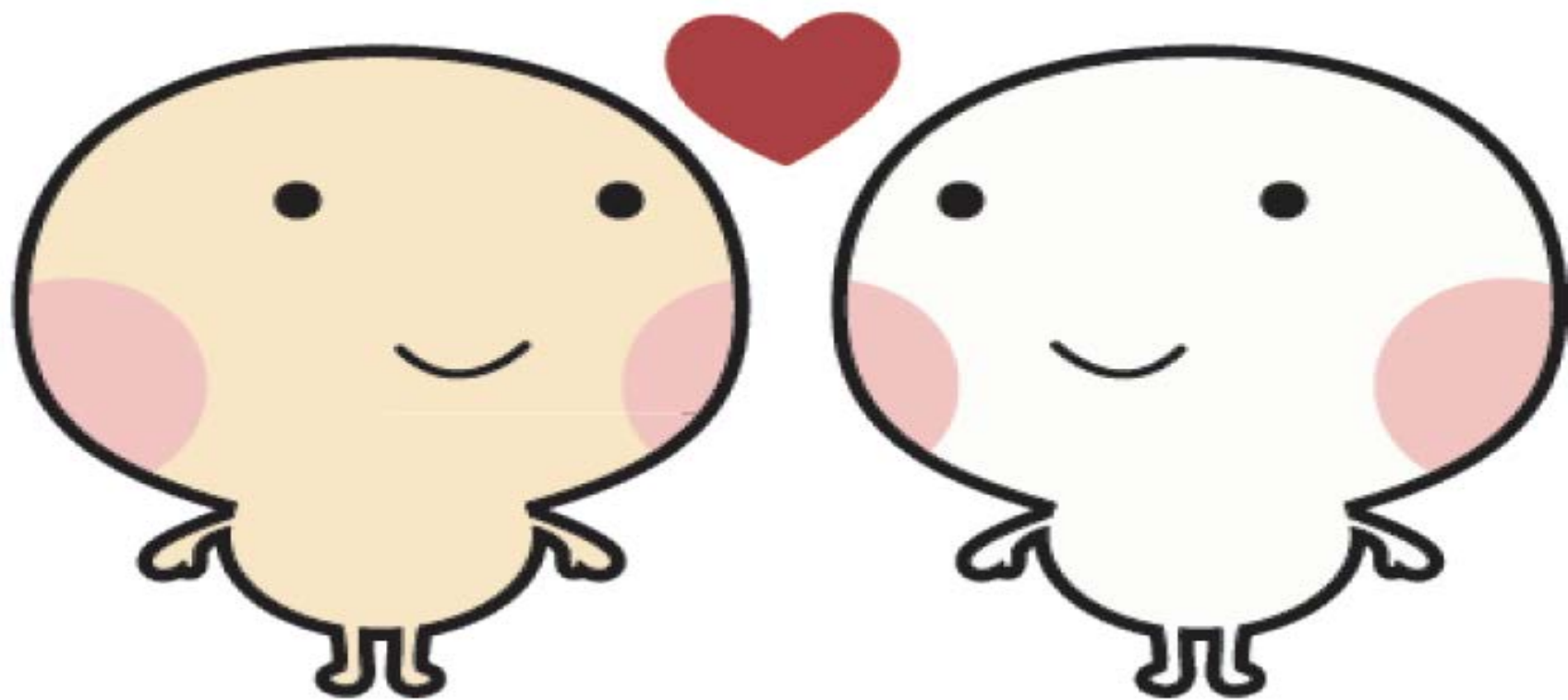


好聚好散，更快樂



想想你的父母或親友的情感…

你認為一次戀愛就會有幸福結果嗎？



高中情殺

嶺



不准妳說Bye Bye
高中學生57刀砍死同校女友

凶惡情郎說：「我得不到的人，別人也別想得到，我寧可她死在我手裡，我也不要她被別人照料，因為我真的太愛她。」

好聚 不好散



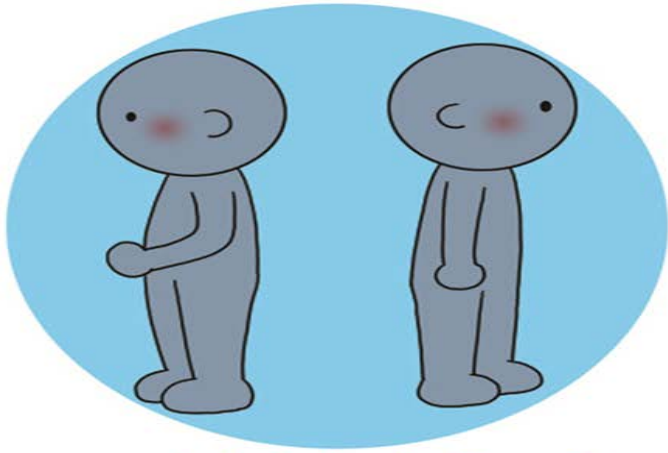
「好聚好散」 的情愛新文化



分手快樂 祝妳快樂

妳可以找到更好的
不想過冬 厭倦沉重
就飛去熱帶的島嶼游泳
分手快樂 請妳快樂
揮別錯的才能和對的相逢
離開舊愛 像坐慢車
看透徹了心就會是晴朗的
沒人能把誰的幸福沒收 妳發
誓妳會活的有笑容

沉默式分手

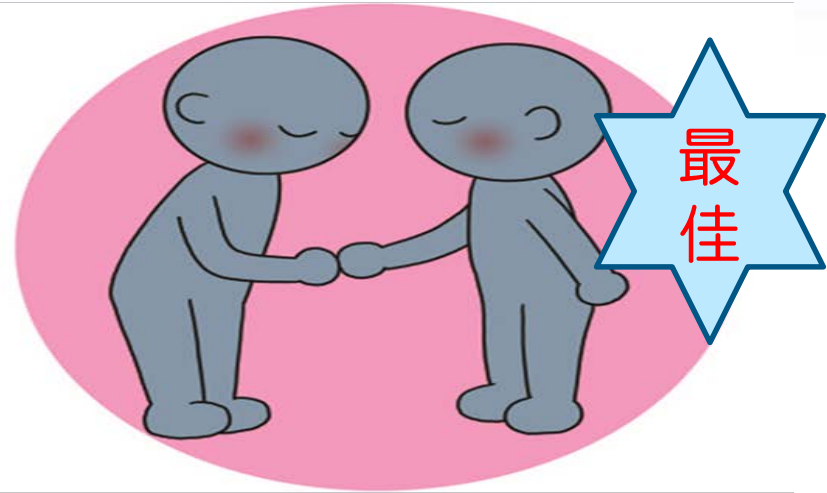
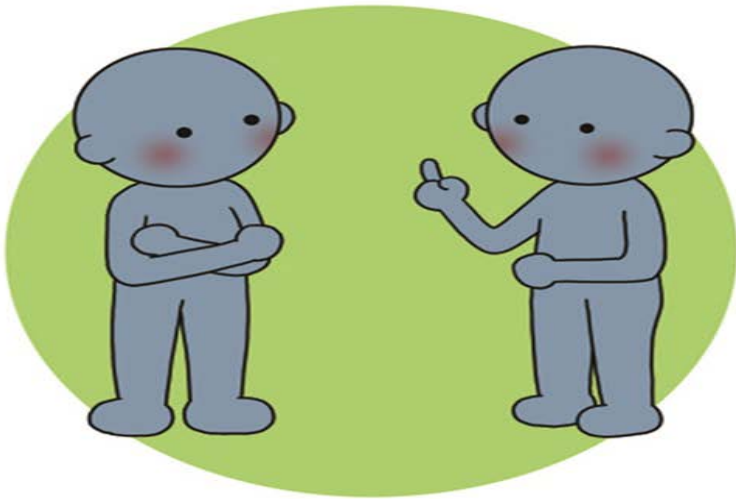


談判式分手

宣洩式分手



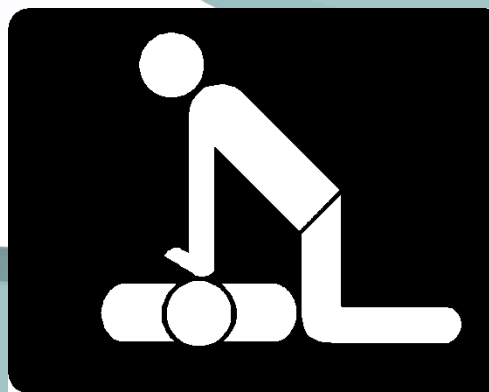
協議式分手



理性分析 → 綜合評鑑 → 創新運用

▶ 愛情分手CPR

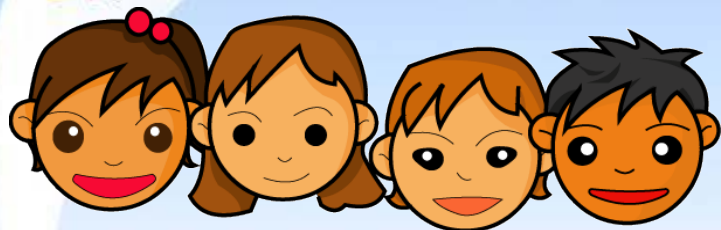
Peer support
(同儕支持)



Care
(專業關懷)



Recovery
(自我復原)



感情挫折心理復原

【說出來】你最常和誰說心事：_____

【唱出來】心情不好時候，你會唱你一首歌_____

【動一動】你最喜歡從事的運動是：_____

【深呼吸】你做完深呼吸後感覺如何：_____

【寫下來】寫下最能鼓勵你的一句話：_____

【笑一笑】想到哪一件事讓你最開心：_____

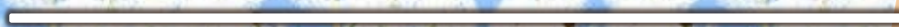


「緊緊相依的心如何Say goodbye，
你比我清楚還要我說明白，
愛太深會讓人瘋狂的勇敢，
我用背叛自己、完成你的期盼。」

「把手放開不問一句 Say goodbye，
當作最後一次對你的溺愛，
冷冷清清淡淡今後都不管，
只要你能愉快。」



我的療傷歌曲：





性教育/愛與情感教育

情緒調適有效拒絕

邀約
接受/拒絕

分手調適
與學習

創造性思考
尋求協助

建立自尊

建立自我概念，
提升自尊與自信



愛的告白
與表達

親密與愛的
分享

做決定

溝通技巧



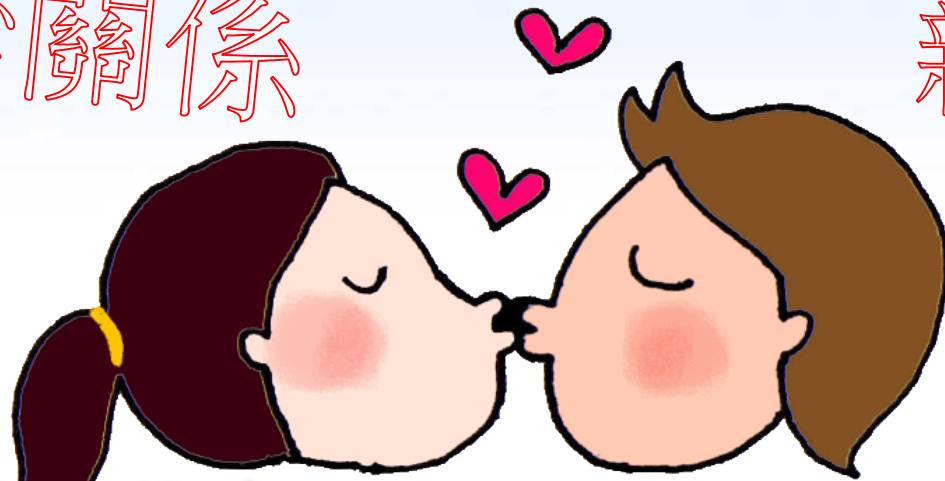
親密關係

親密關係

親密關係

親密關係

親密關係



親密與愛的分享

愛我- 就要尊重我 !



我的底限在那裡？

摟腰

胸部以上的愛撫

牽手

擁抱

性交 親吻

胸部以下的愛撫



親密關係細思量

班級：807 座號：1 姓名：甄子涵

1. 眼望全身	2. 相互注視	3. 牽手	4. 摟肩
5. 手與身體接觸	6. 臉的接觸	7. 摟腰	8. 聲音表達
9. 手與性器官接觸	10. 手與頭接觸	11. 口與胸接觸	12. 性交

一、這樣的情侶，可以發展如何的親密關係及原因

情侶	宜的親密關係	原因
高中，在補習班認識三天，互相喜歡的同學	1, 2, 8	三天太短，不夠熟，但可以表達自己的感覺。
35歲，相戀20年，感情很好的情人	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10	交往時間長，夠了解對方，但未婚，該保留一點空間，欣賞你的看法。
27、25歲認識2年，經常吵架的上班族，感情不太好	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8	認識不算久，個性可能不合，保留多一點自己的空間。
國中八年級在一起，現在是國中九年級，互相鼓勵的同學	1, 2, 8	跟朋友一般的相處。
國小五年級，互相欣賞的小學生	2, 3, 8	不懂事，小小接觸，表達感覺。

二、如果未來三年內你談戀愛，你最大的尺度是 1, 2, 3, 8, 10

三、如果對方想和你再進一步更親密些，但你並不願意，你要如何表達？

捨開他，跟他說自己還沒準備好，請他尊重自己的決定。



▶ 心動不一定要衝動



▲圖 1-1-6 兩性交往時，心動但不能衝動。

看完上面的情境(圖 1-1-6)，想一想，假如你正在談戀愛，有機會與男女朋友更親密時，你會做出什麼選擇？會接受下面哪些親密行為？並思考你的理由。

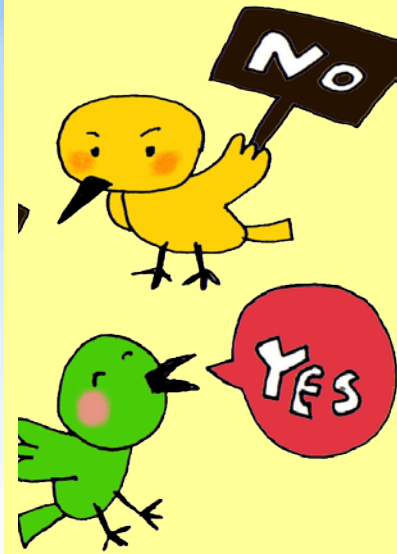
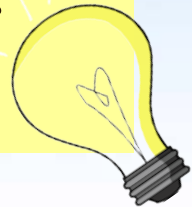
牽手	搭肩摟腰	擁抱	親臉	接吻
摸臉	摸胸部	摸屁股	摸私處	性行為

兩性在固定對象後的交往互動中，因為彼此喜歡，會想和對方多一點肢體接觸，但是在不同人生階段中，身體接觸的程度也會有所不同，有些未成年的小情侶只會牽手或擁抱，而有些成年的情侶，可能發展出性關係。但是性關係真的等於愛嗎？



要不要發生

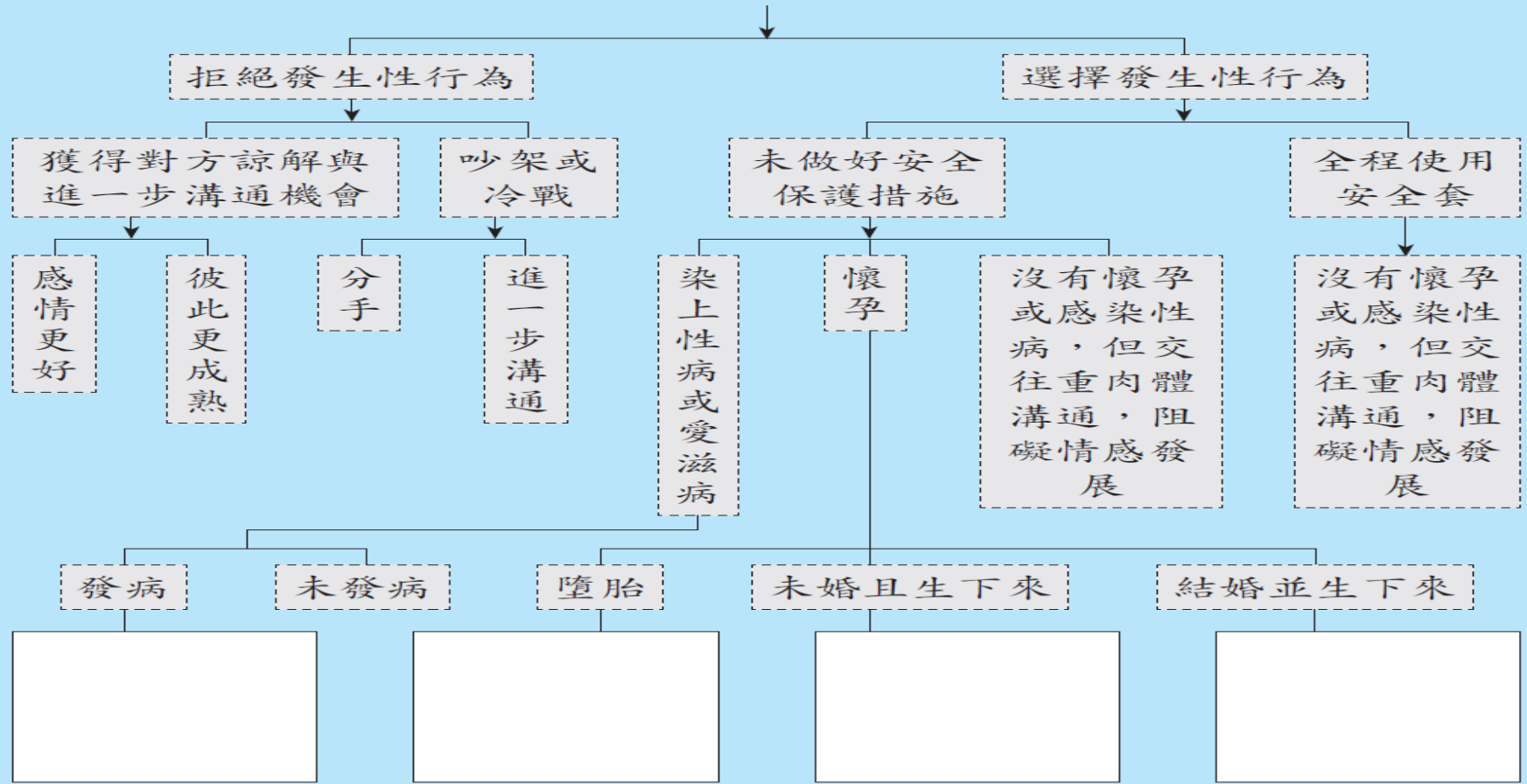
考慮因素：
自己的意願
所冒的風險
可能後果



是不是符合好的決定
健康的、安全的
尊重自己和他人
合乎規範與法律的



當面臨是否要發生婚前性行為時，
如果我選擇……會……



(1) 請你用藍筆標示認為最慘結局的路徑。為什麼是最慘的結果？

請說明 _____

(2) 請你用紅筆標示認為最好結局的路徑。為什麼是最好的結果？

請說明 _____

(3) 請你用黑筆標示認為最僥倖結局的路徑。為什麼是最僥倖的結果？

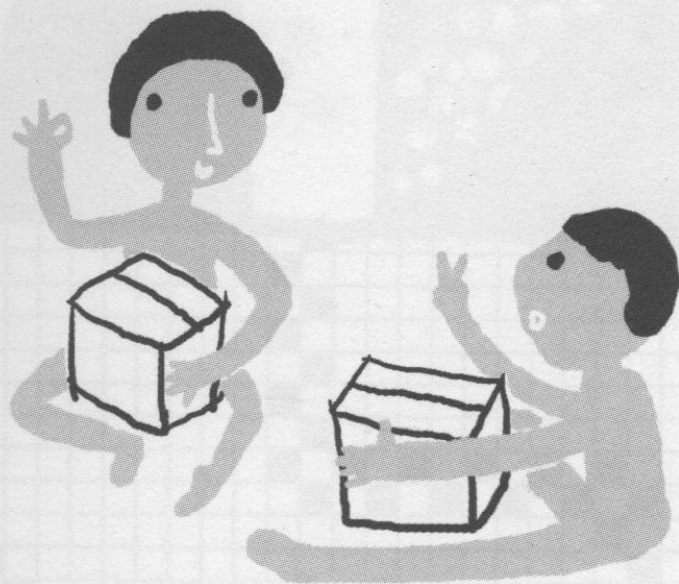
請說明 _____

建立新道德

真實世界中的性，是一個需要不斷學習、修正與創新的過程，許多時候必須考慮它牽涉到的多重複雜的面向，要培養能力經常做出好決定，也不是那麼容易。正因為這樣，我們更必須勇於學習，在與人互動時，建立出新道德。下面是一些例子：

多元 vs. 協商

性本來多元，應該多元。如果性只涉及個人，這當然比較簡單，自在舒坦是基本原則，但當必須與他人互動時，就無法各自「一元」，各行其是。充分表達，相互協商，達成共識，是必須學習的。



自由 vs. 責任

兩個人一起從事的性，必須責任同擔，快樂同享。



隱私 vs. 公開

既要開放談性／做性，也要尊重個人隱私，兩者之間如何拿捏，也是一門學問。

自主 vs. 尊重

除了「只要我喜歡，有什麼不可以」，也必須加上「只要我不喜歡 妳／你就不可以」，或「只要她／他不喜歡，我就不可以」，才能在個人自主與尊重他人之間取得平衡。



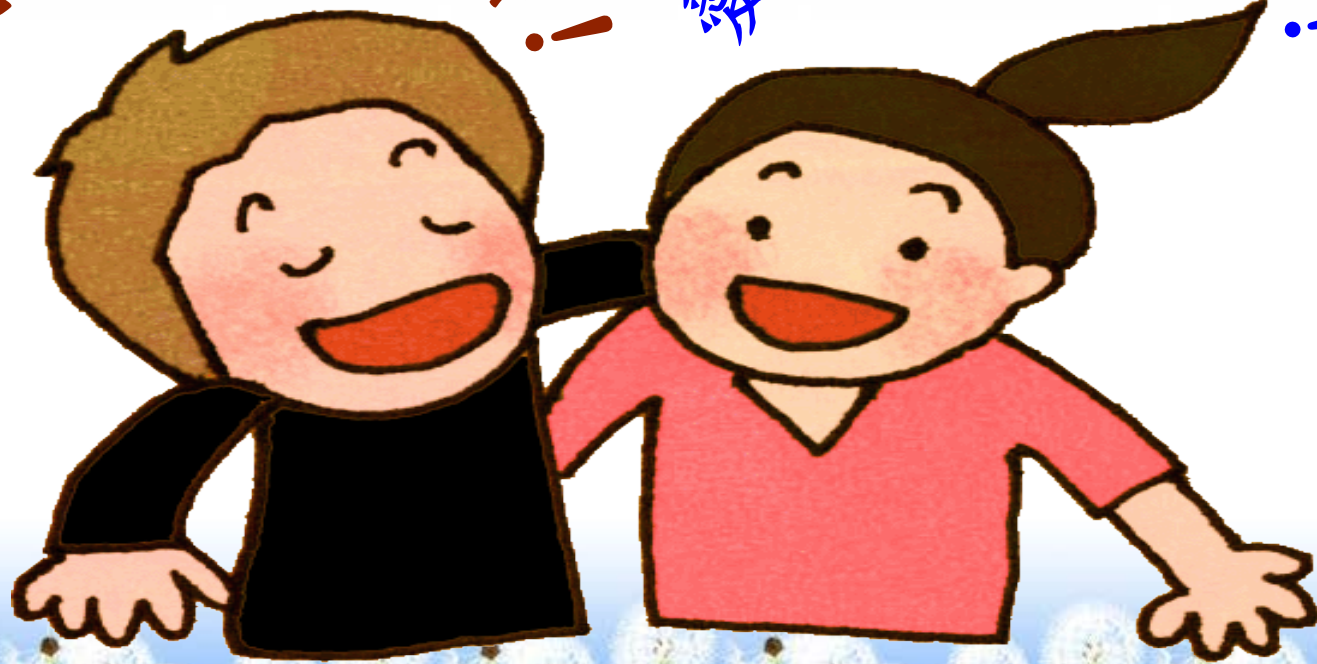


我就是我！

尊重自己的決定，堅持正確的選擇



自信的人最帥！ 愛自己的人最美！





性教育/愛與情感教育

情緒調適有效拒絕

溝通技巧

愛的告白
與表達

邀約
接受/拒絕

親密與愛
的分享

建立自我概念，
提升自尊與自信

分手調適
與學習

做決定

建立自尊

創造性思考
尋求協助



2. 性平議題融入-轉化式課程

性別與情感——愛的練習曲

性別平等教育議題融入健康與體育學習領域





轉化式融入領域教學

性平
指標

2-4-7 釐清情感關係中的性別
刻板模式。

健體
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。

學習目標：

1. 覺知情感關係的性別刻板印象。
2. 探討性別刻板印象對情感關係發展的影響。
3. 認識自尊與和諧與共成長的情感互動關係。

1. 健體領域「性與愛的意義」與性平議題
「情感關係與處理」內涵整合
2. 發展整合性教學目標



教學策略：學生經驗為導向



1. 校園訪問：青少年如何學習性/愛的學分？
2. 學生為主體—理解學習者對情感關係的想像與經驗
3. 廣告媒體四層次(4F)提問

情境事實(Facts)→性別互動的感受(Feelings)

→反思生活經驗發現(Findings)→未來的運用與啟示(Future)



愛的留言板

- (1) 「廣告中女主角對男主角說了什麼話？而男主角怎麼回應呢？」
- (2) 「你對於男女主角間互動情形的想法是什麼？」
- (3) 「你覺得廣告呈現的兩性關係，是誰具有主導決定權呢？」
- (4) 「舉出生活中你觀察到的情感關係裡，男主動、女被動的情形，還有哪些呢？」
- (5) 「那你對於『女生主動追求男生』的看法是什麼？」





教學策略：順序式曼陀羅創意思考



1. 呈現情境故事：學生配音角色扮演

2. 分組討論：「愛的故事九宮格」學習單

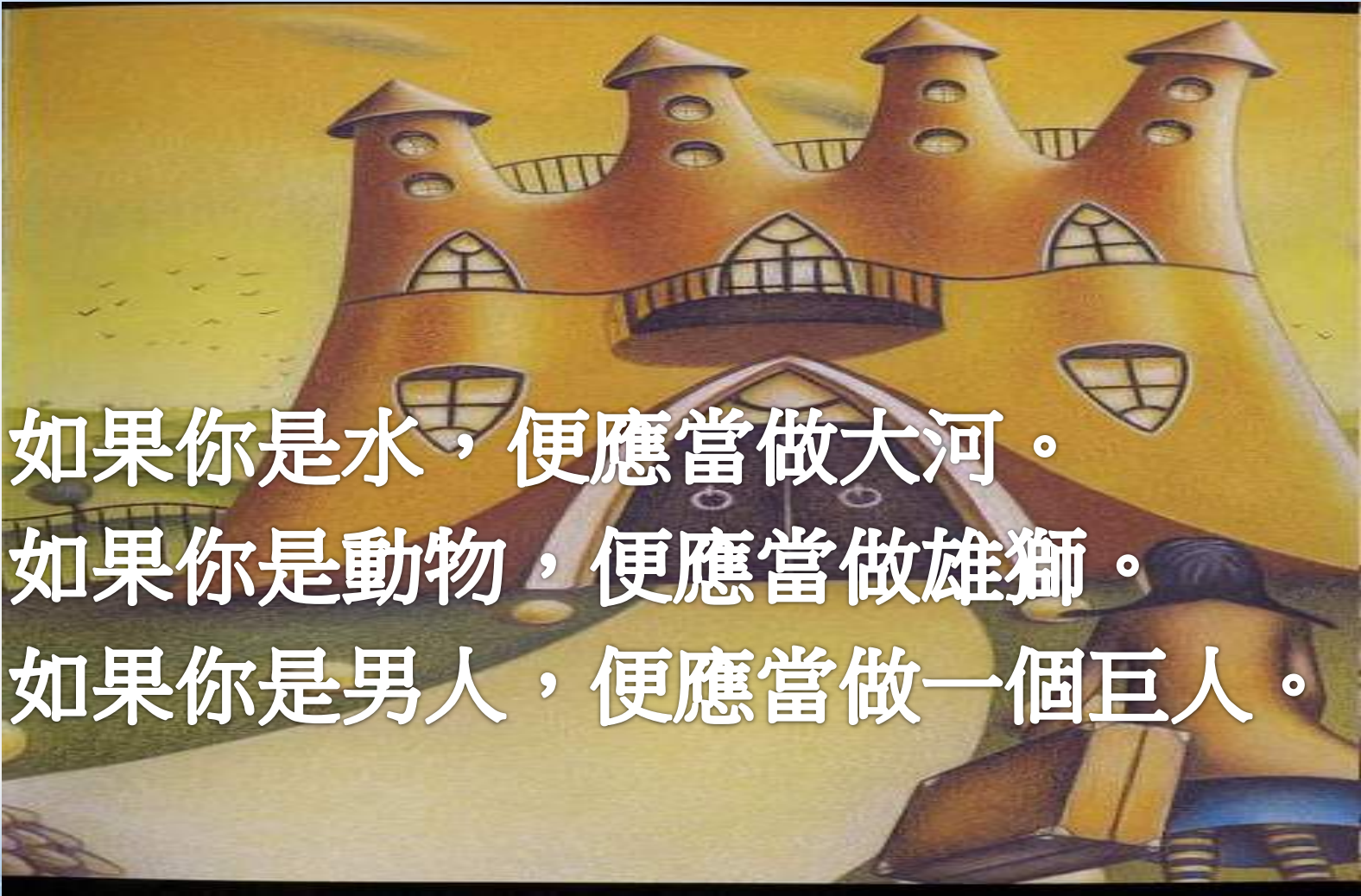
運用**順序式曼陀羅創意思考**討論情境情感關係發展

3. 小組發表：展現多元情感互動關係

4. 教師統整與團體探究：展現多元情感互動關係



「羅蘭」和「莫亞」的 愛的故事



如果你是水，便應當做大河。
如果你是動物，便應當做雄獅。
如果你是男人，便應當做一個巨人。

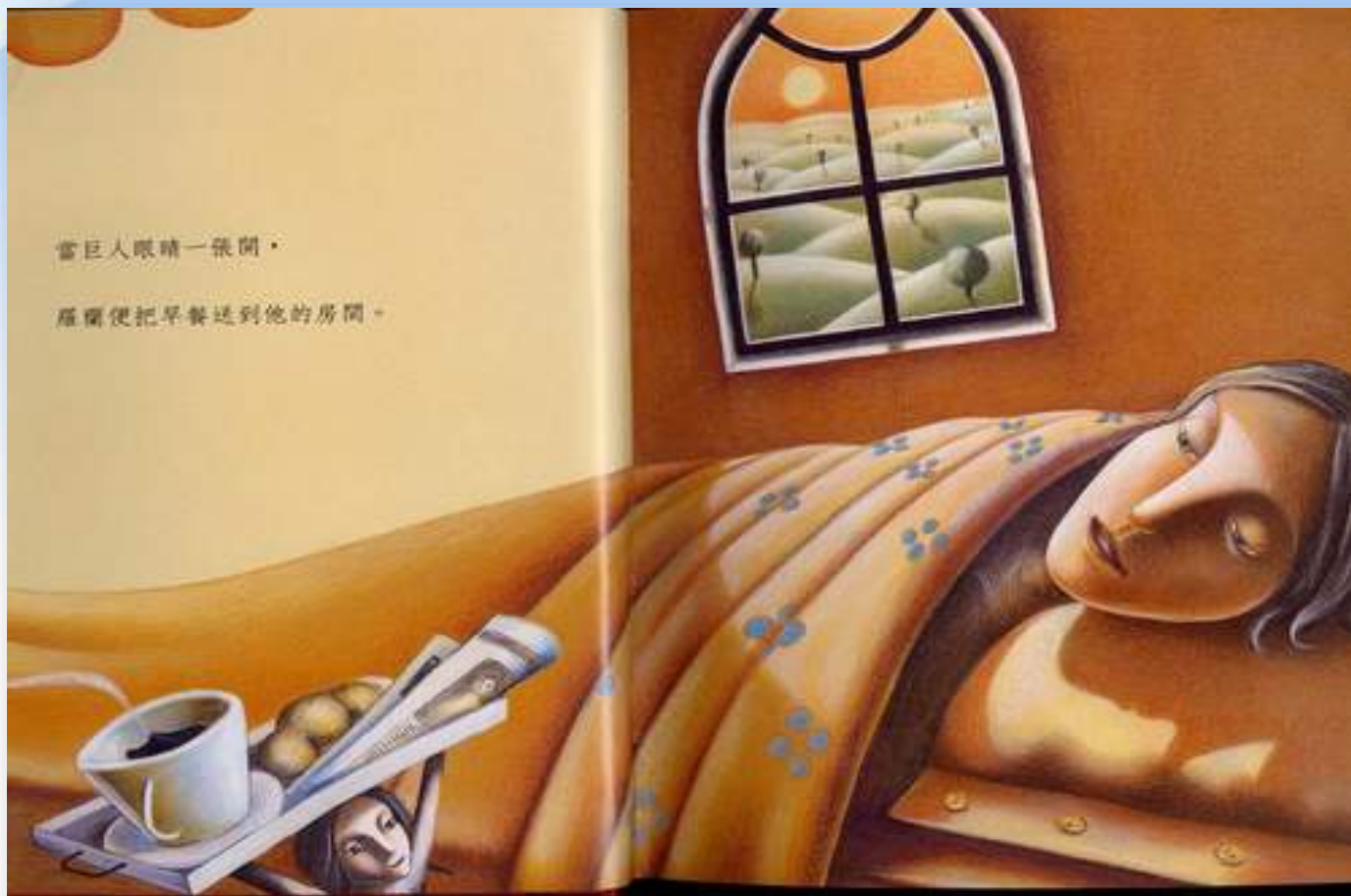


巨人莫亞的房子非常大，沒有管家是不行的。

他的管家退休前，承諾會為他找一個新管家來。



結果來了一個長得像紫羅蘭的女孩。
她的名字叫羅蘭。
巨人看羅蘭這麼瘦小，
懷疑她是否可以做好管家的工作，
但莫亞需要人幫忙，只好先試用看看。



當巨人眼睛一張開，
羅蘭便把早餐送到他的房間。



時間一點一點的過去，
他們倆的感情也一點增加。

他們倆的感情也一點一點增加。



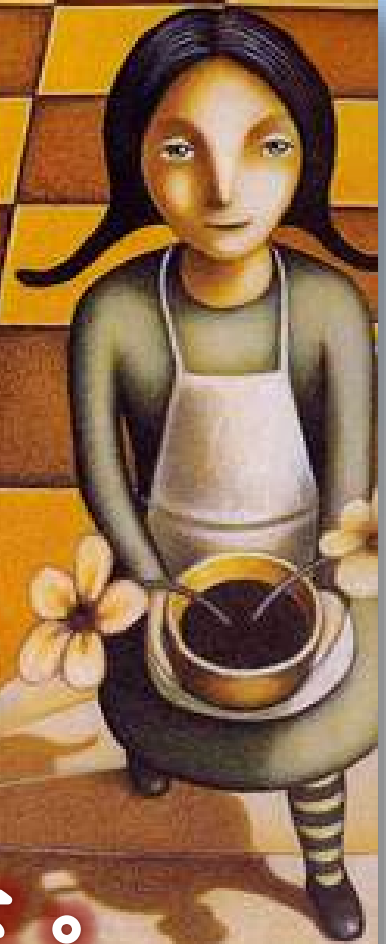


花有好的主人，

自然會把最美麗的生命開出來。

於是，巨人的房子充滿著新的色彩。

**花有好的主人，
自然會把最美麗的生命開出來。
於是巨人的房子充滿著新的色彩。**





有一天，巨人對羅蘭說，

他要出門去，過一段時間就回來。

他沒有告訴羅蘭他要去哪裡，

也沒有說要去做什麼，就走了。

**有一天，巨人對羅蘭說，
他要出門去，過一段時間就回來。**

巨人不在，羅蘭靜靜發呆，

想著莫亞明天就回來。

巨人不在，

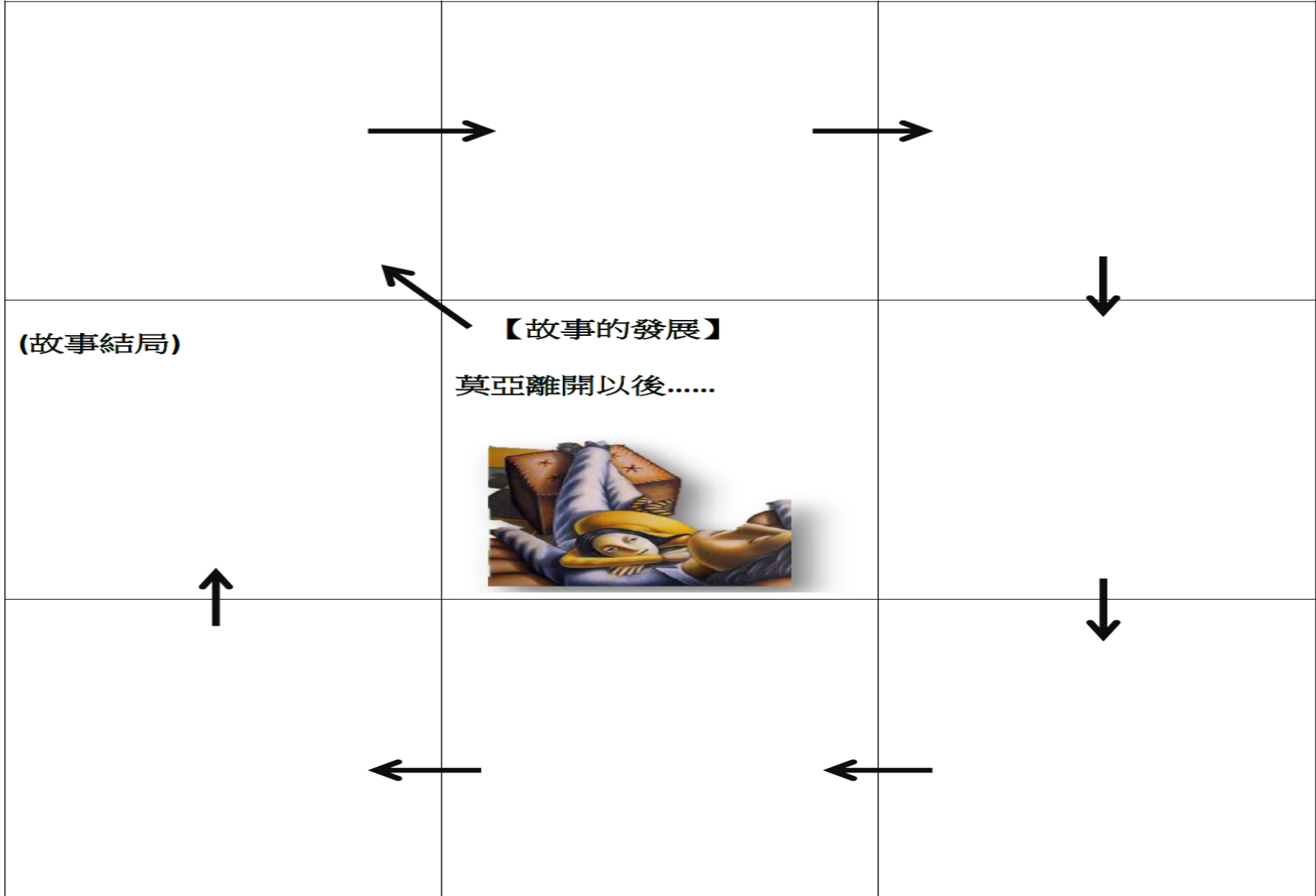
羅蘭沒什麼可忙的，

她總是靜靜的發呆，

想著莫亞明天就會回來。

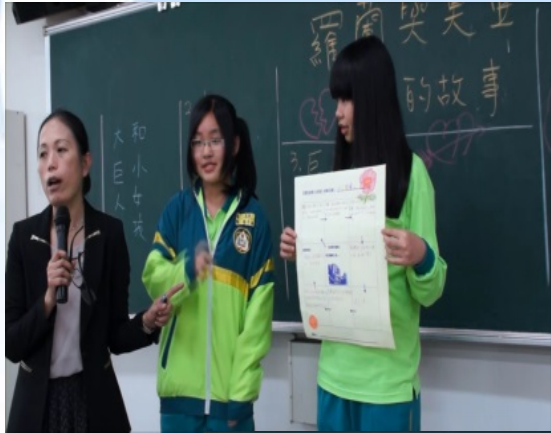


【故事九宮格】 故事名稱： _____





「羅蘭」和「莫亞」的愛的故事



結局	在一起	分開
幸福		
傷心		

根據繪本情境分組討論與分享報告，
教師適時回應學生意見與討論，
統整說明「在一起/分開」「幸福/傷心」四種情感發展。
探究性別刻板印象對情感關係發展的影響



教學策略：擴散式曼陀羅創意思考



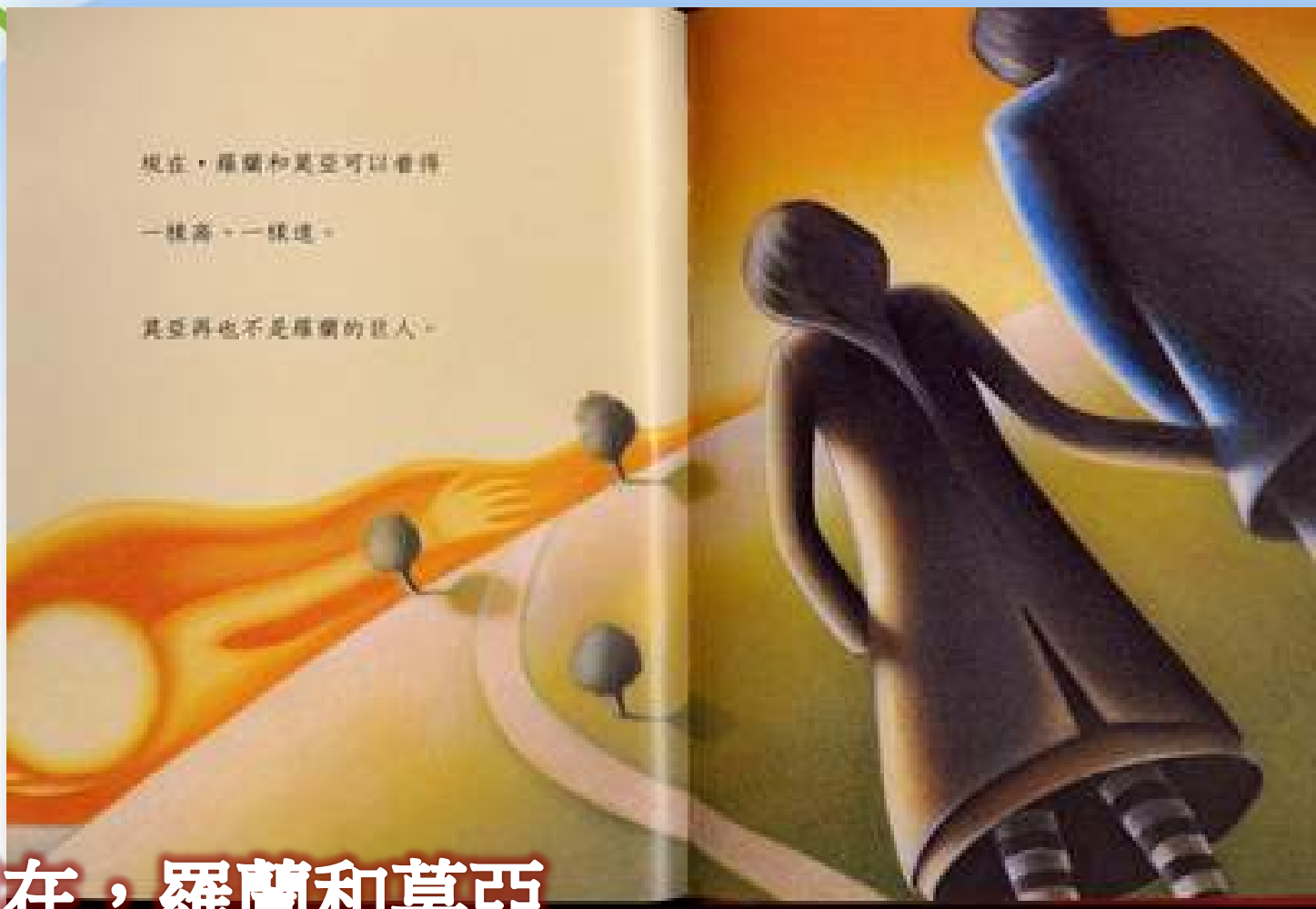
1. 呈現情境故事：全班故事接龍
2. 提問概念重建：運用「擴散式曼陀羅創意思考」
釐清與建構性別平等情感互動樣態
3. 教師統整概念：建構自尊、和諧情感互動關係



現在，羅蘭和莫亞可以看得

一樣高、一樣遠。

莫亞再也不是羅蘭的巨人。



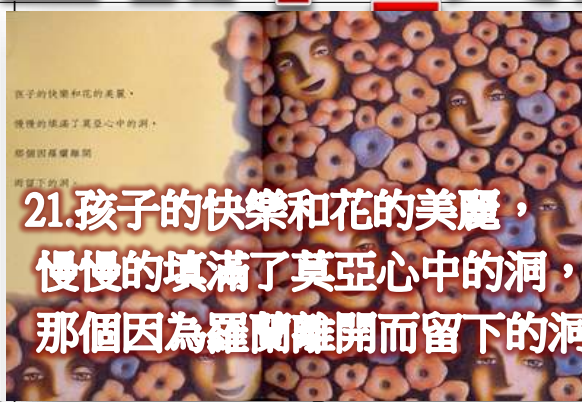
28.現在，羅蘭和莫亞
可以看得一樣高、一樣遠。
莫亞再也不是羅蘭的巨人。



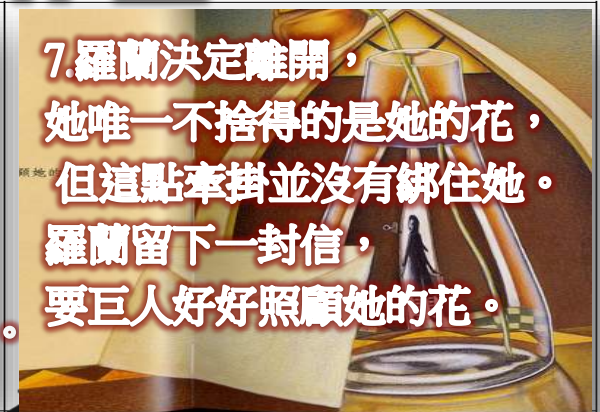
「愛的密碼」大解密



羅蘭決定把她腦子空點地方出來。
除了莫亞，她要裝別的東西進去，
她把巨人的書，一本一本拿來認真看。



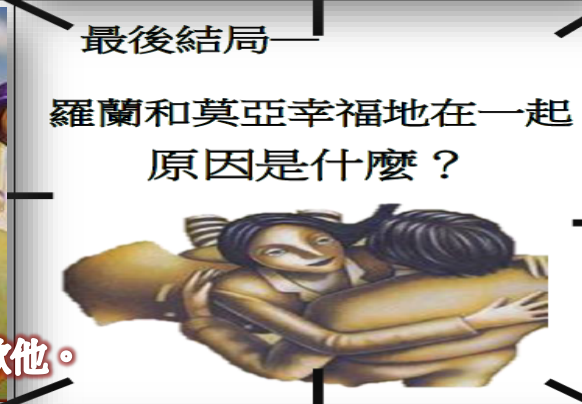
21. 孩子的快樂和花的美麗，
慢慢的填滿了莫亞心中的洞，
那個因為羅蘭離開而留下的洞。



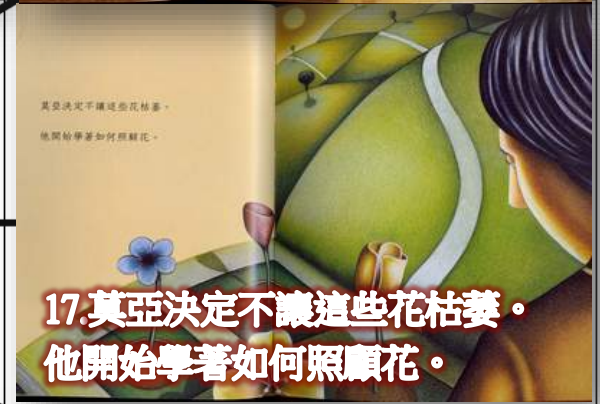
7. 羅蘭決定離開，
她唯一不捨得的是她的花，
但這點牽掛並沒有綁住她。
羅蘭留下一封信，
要巨人好好照顧她的花。



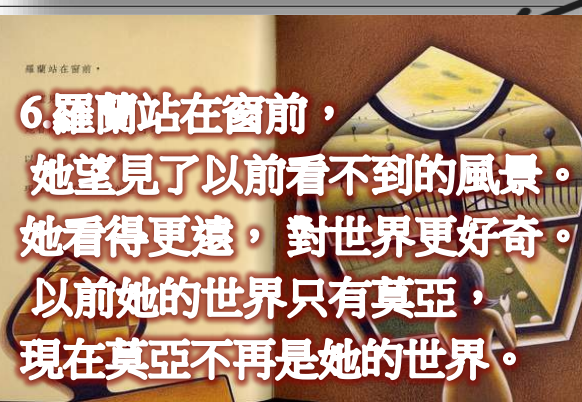
20. 莫亞還建造了一個花園迷宮，
讓附近的小孩都來玩。
他喜歡和小孩在一起，小孩也喜歡他。



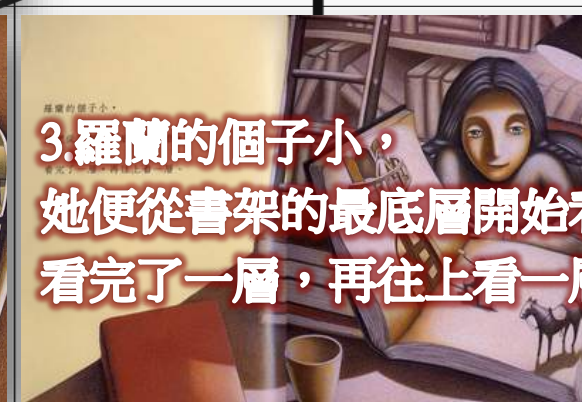
最後結局——
羅蘭和莫亞幸福地在一起
原因是什麼？



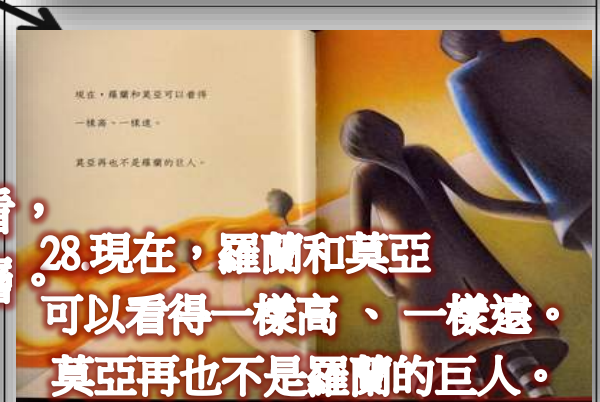
17. 莫亞決定不讓這些花枯萎。
他開始學著如何照顧花。



6. 羅蘭站在窗前，
她望見了以前看不到的風景。
她看得更遠，對世界更好奇。
以前她的世界只有莫亞，
現在莫亞不再是她的世界。



3. 羅蘭的個子小，
她便從書架的最底層開始看，
看完了一層，再往上看一層。



28. 現在，羅蘭和莫亞
可以看得一樣高、一樣遠。
莫亞再也不是羅蘭的巨人。



3.性教育媒材(歌曲、繪本、影片)教學

愛的MV秀What is Love?

因為愛情 不會輕易悲傷

所以一切都是幸福的模樣

因為愛情 簡單的生長

依然隨時可以為你瘋狂



摘錄：《因為愛情》歌詞，填詞：小柯

彩繪青春(一)



你可以關注是—

☞ 歌詞是如何表達性/愛關係？

☞ 你會選擇這樣的方式表達愛嗎？

☞ 用不同色筆劃出你認同與不認同的性/愛態度？



愛你愛到死

愛是什麼東西 不過就是種

情是什麼玩意 不就是 而已

Honey Darling Baby 或是叫我小親親

只要哄我 冥王星都陪你去

Oh~愛你愛到

但你若 就去死一死

BABY愛我

請你讓我 一次

你可以關注是—

☞ 故事中的性/愛是浪漫還是暴力？

☞ 你認為故事中有誰的權利受剝奪？

☞ 用不同色筆劃出你認同與不認同的性/愛態度？



第一步：質疑；第二步：反思；第三步：解放；第四步：重建。



看見廣告的「性/愛」戲碼





📌 質疑不合理的地方



📌 省思說出真實的狀況



📌 解構與重建性/情感教育概念

生活網路中，透露性意識

視而不見、習焉不察





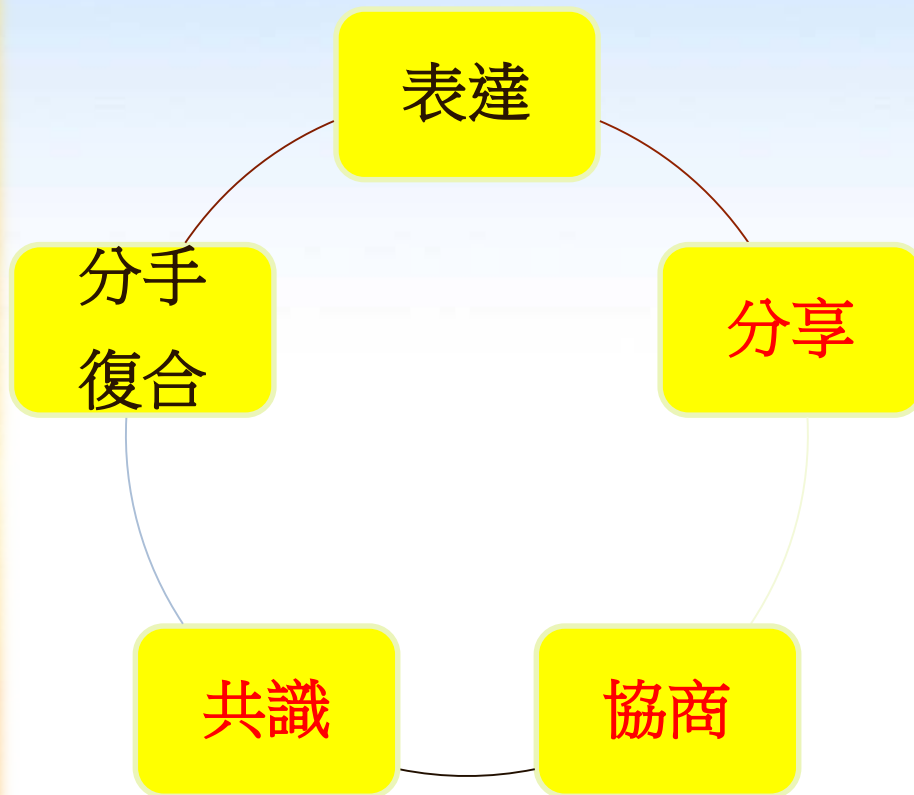
繪本四層次閱讀理解教學

Getit



~鱷魚和長頸鹿~

搬過來、搬過去





媒體運用_繪本

Getit



~鱷魚和長頸鹿~

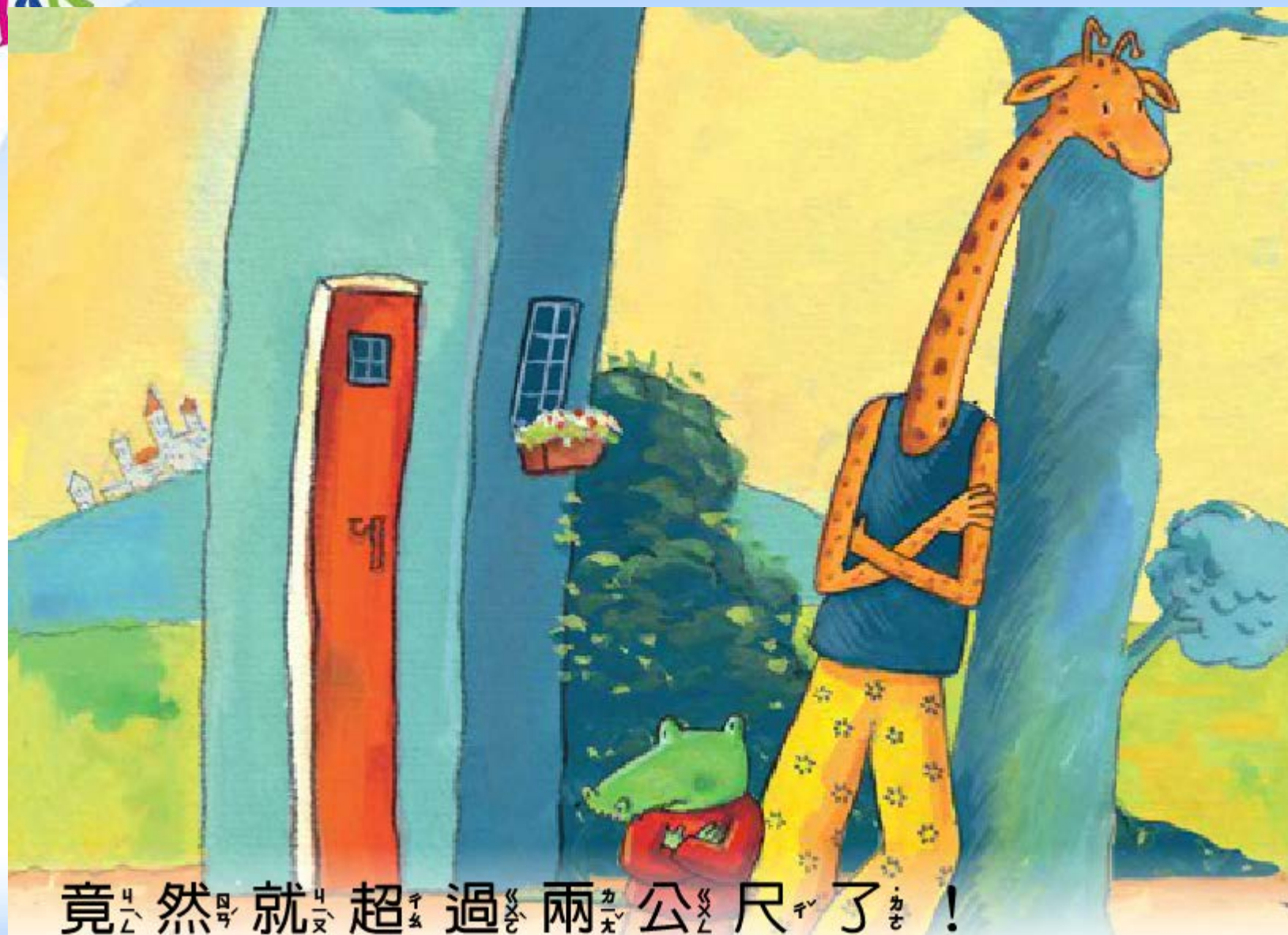
搬過來、搬過去

鱷魚與長頸鹿談戀愛了…… 會發生問題？

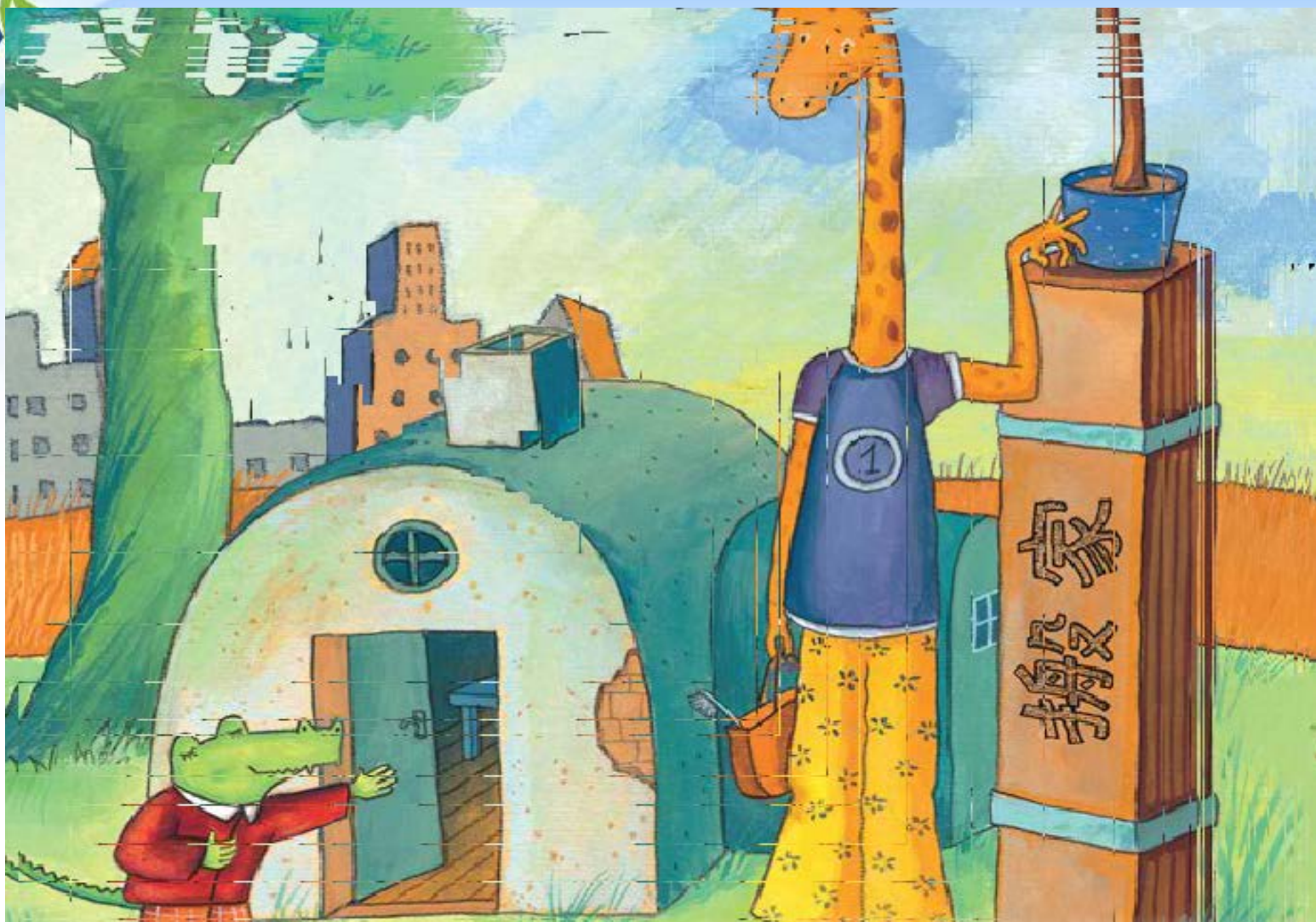


相愛容易，相處難！





竟_ハ然_シ就_シ超_ス過_ル兩_ハ公_リ尺_ノ了_カ！



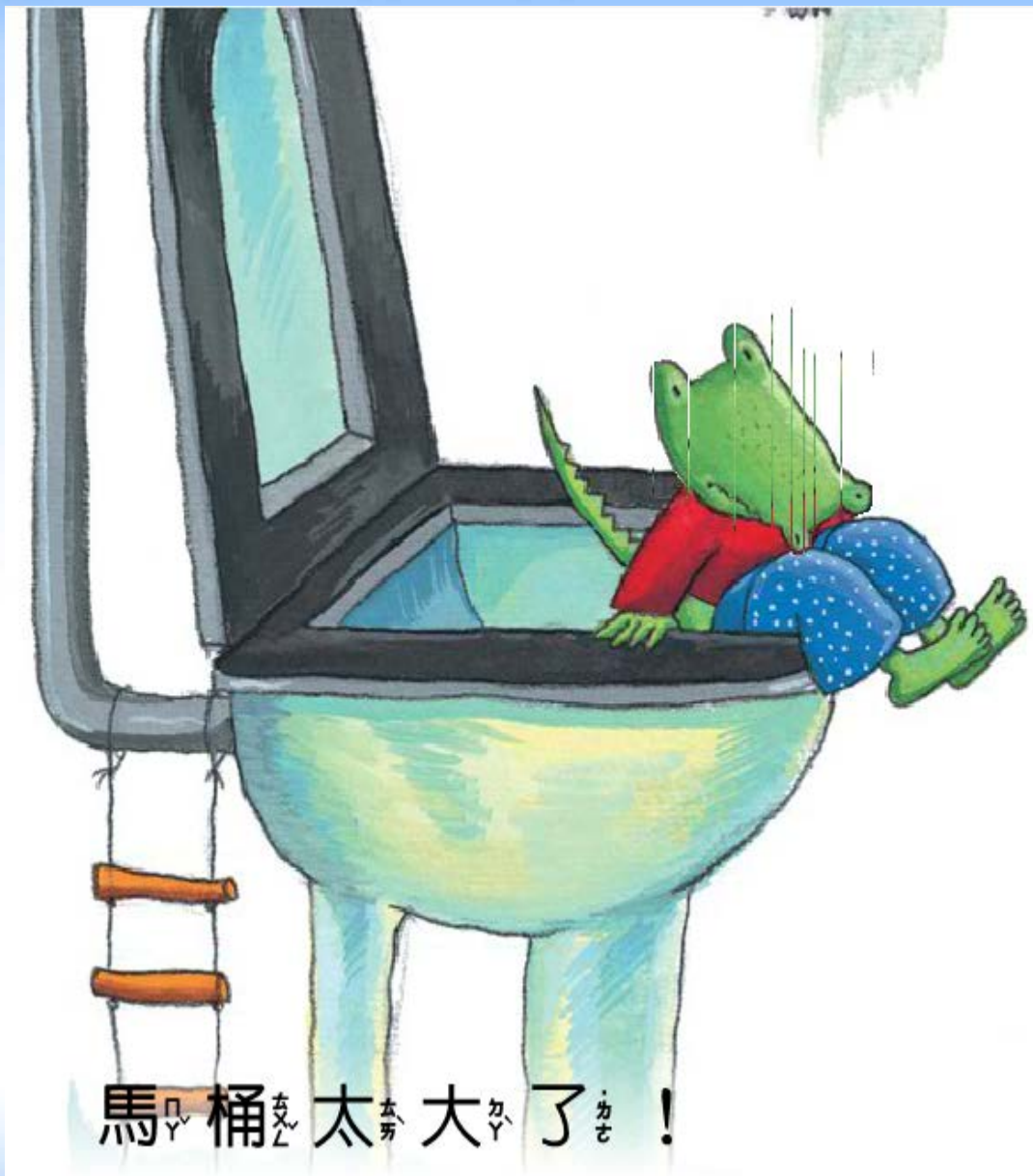
當^カ然^カ囉^カ！ 真^マ心^コ相^ア愛^カ的^カ伴^カ侶^カ



而且非常、非常不理想。

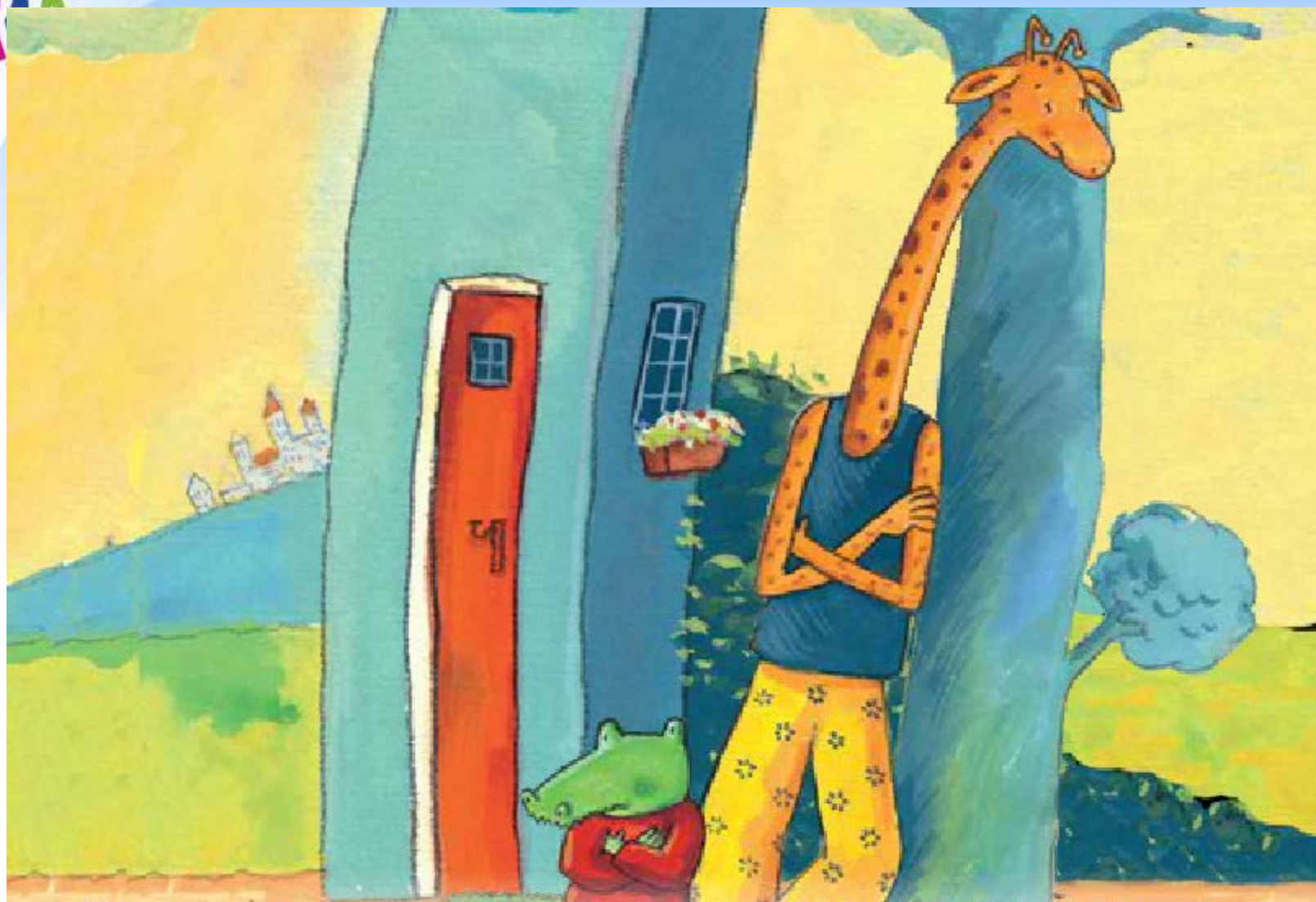


他們可能也需要一張



馬_ウ桶_ツ太_タ大_カ了_カ！





鱷魚和長頸鹿越來越難過。



第二天早上，
太陽在天空閃耀著，
鱷魚和長頸鹿來到花園裡，
訂出一個偉大的計畫。

現在鱷魚和長頸鹿住在
新房子裡。



在水中，
鱷魚和長頸鹿
的高度相同。
他們可以一直注視
著對方，
給彼此一個最甜的微笑。
所有的問題，
都被「洗」得一乾二淨啦！



四層次提問

<p>第一層次 Facts 熟悉故事中的 人、物、時、地、 事</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 長頸鹿和鱷魚為了什麼原因而生活在一起？ 2. 長頸鹿和鱷魚一起生活時彼此最大的差距為何？ 3. 開始共同生活時，長頸鹿和鱷魚曾住在那裡？個別在生活上遇到什麼困難？如何解決？ 4. 最終，長頸鹿和鱷魚採取什麼方式，讓彼此開心生活？
<p>第二層次 Feelings 對故事角色的 體會，以及對故 事情節的感受</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 面對生活差異時，長頸鹿和鱷魚有什麼樣的心情？ 2. 當長頸鹿和鱷魚共創一個合適彼此的生活環境時，他們的感受為何？ 3. 長頸鹿和鱷魚面對生活差異，採用什麼樣的態度溝通？你喜歡這樣的方式嗎？ 4. 長頸鹿和鱷魚，他們用什麼方式或態度愛著對方？你認同這樣的方法嗎？為什麼？
<p>第三層次 Findings 自己的生命經 驗與故事情 境、角色的對 照、反思、發現</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 如果長頸鹿和鱷魚面對生活差異，放任彼此難過，不去解決的話，故事可能會如何發展？ 2. 兩個生長背景、性格、生活習慣差異很大的人，可以一起戀愛生活嗎？原因為何？ 3. 你身邊周圍有和你想法、生活差異大的家人或朋友嗎？面對彼此想法的差異，你們像長頸鹿與鱷魚一樣，彼此討論解決嗎？通常的做法為何？ 4. 你和長頸鹿和鱷魚一樣，愛著你的家人嗎？你現在用什麼方式表達你對家人的愛？
<p>第四層次 Future 自我省思後的 啟示以及未來 的運用</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 如果你的家人和你的想法、行事有差異，你可以用那些具體的方式妥善溝通，解決問題？ 2. 與家人衝突難過時，如何讓自己平復心情，冷靜溝通解決問題？ 3. 面對差異、彼此溝通解決問題有什麼好處？ 4. 未來成人後，你還可以運用那些方式表達你對家人的愛？

愛的抱抱



大偉和亞美是班上公認的班對，記得剛開始交往的時候，其他同學還不知道，所以兩個人只能逮到機會就互望微笑，偶爾放學回家的路上，大偉會幫亞美扛一下沉重的書包，就是兩人最甜蜜的時光。

愛的抱抱



但隨著大家都曉得他們是男女朋友後，大偉認為「**愛就是讓大家都知道**」，所以在班上聊天時也不避諱抱著亞美的腰，有時還會拉著亞美坐在自己的大腿上說悄悄話。每當大偉在同學面前表現兩人親暱的舉動時，面對著其他人曖昧或不以為然的表情，雖然亞美覺得有點尷尬而想拒絕，但在大偉的堅持下，她也不好意思說什麼。

愛的抱抱

3

我是他的女朋友？

還是他炫耀的工具？



不過有時亞美也會懷疑，大偉這種作法是真的愛她，還是只是想誇耀他有追女人的本事而已…。

大偉與亞美的感情發展 可能會是如何？



大偉與亞美善用「人際關係技巧」， 重新建立彼此的良好互動關係。



【人際關係技巧】

方法一：表達關懷與感受

永歌：朝暉，我覺得談戀愛是兩個人的事，在別人面前摟摟抱抱的讓我覺得很不自在，我們能不能就像從前那樣，簡單的散散步，聊聊每天發生的事情和想法，這樣或許我們會更了解彼此…

大偉與亞美善用「人際關係技巧」， 重新建立彼此的良好互動關係。



【人際關係技巧】

方法二：尊重他人的感受與特質

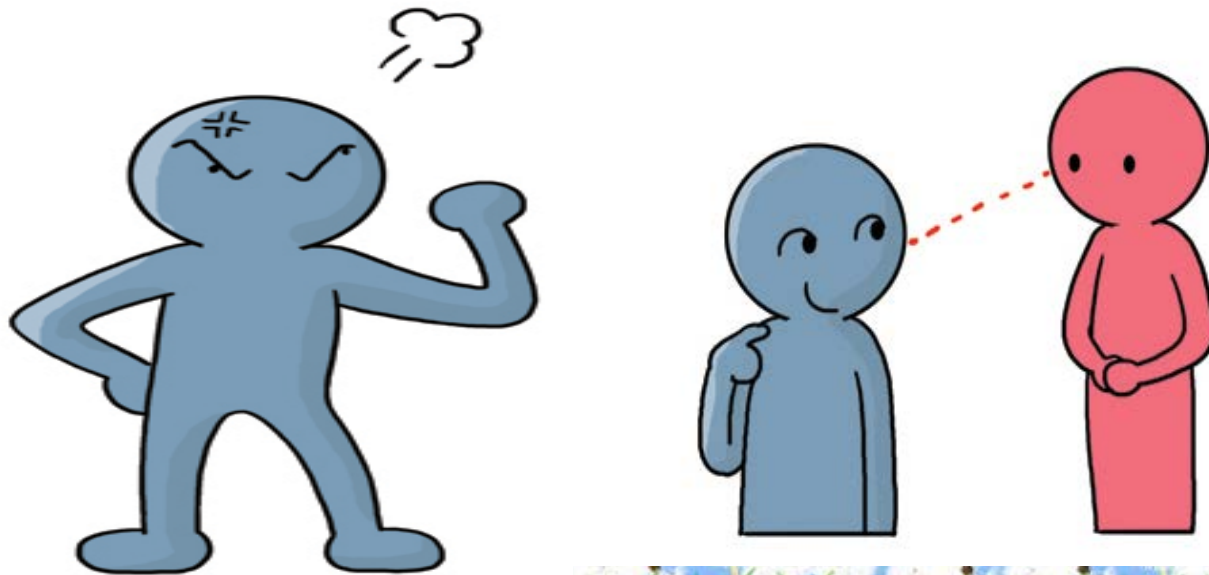
朝暉：還好你有說出這些想法，我之前會這樣做是因為我好想讓大家都知道我有這麼漂亮的女朋友，而且我以為這樣可以證明我已經名草有主啦，你也會比較有安全感！不過現在想想也的確有臭屁的心態，看到朋友羨慕的眼光感覺真讚！可是現在我知道你的想法了，你的感受才是我最在乎的，以後我會更注意這個部份，希望你將來想什麼也都要直接跟我說喔！



(1) 了解「愛」即是「尊重」，親密關係不應是表演或誇耀的工具。

(2) 兩性之間的互動必須建立在雙方可以安全且自由表達個人意見的基礎上，適當的表達自己的情緒與意見，同時了解、尊重與接納他人的感受與需求。

(3) 進展太快的肢體接觸非但沒有縮短兩人心靈的距離，反而阻礙了真愛的發展。





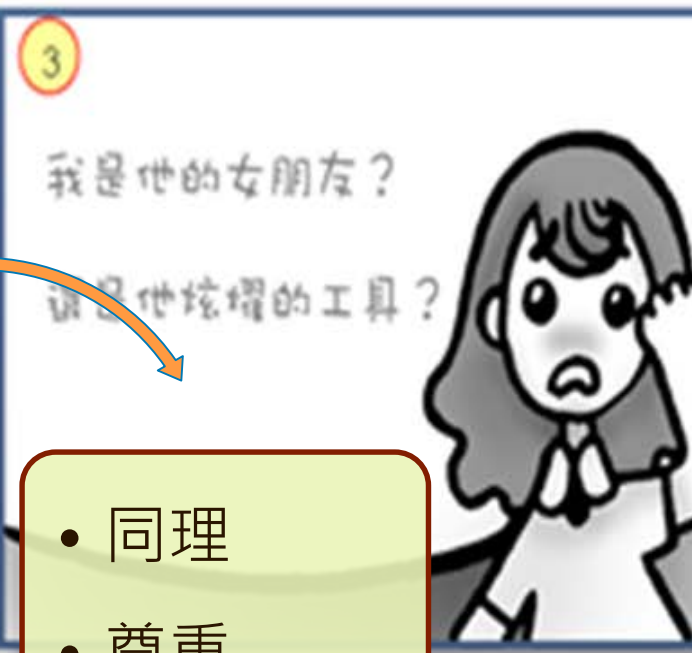
愛的抱抱



1



2



3

人際關係

- 不舒服
- 尷尬

自我覺察

- 表達
- 溝通

- 同理
- 尊重

人際關係

非禮勿動、非禮勿視

人際關係

【先思考】

這樣做可能會有什麼結果，我要停止這些親熱行為嗎…

【人際有效溝通】

如果不想在那麼多人面前做這些事，我該如何溝通與表達呢？

方法一：**表達自己的想法**(寫在右邊的對話框中)

方法二：**尊重他人的感受**(寫在左邊的對話框中)



實作評量法：從學習單與實際展演中，瞭解學生性別互動覺察、溝通表達與尊重、同理的立場與行為。

愛的抱抱



非禮勿動、非禮勿視

【先思考】

這樣做可能會有什麼結果，我要停止這些親熱行為嗎…

【人際有效溝通】

如果不想在那麼多人面前做這些事，我該如何溝通與表達呢？

方法一：**表達自己的想法**(寫在右邊的對話框中)

方法二：**尊重他人的感受**(寫在左邊的對話框中)





互動式媒材教學

由3C商品來看危險情人

分手步驟123

小心愛情恐怖份子

影印機

衛星定位器

拳擊機

電子寵物機

電視機

提款機

大聲公

情趣用品



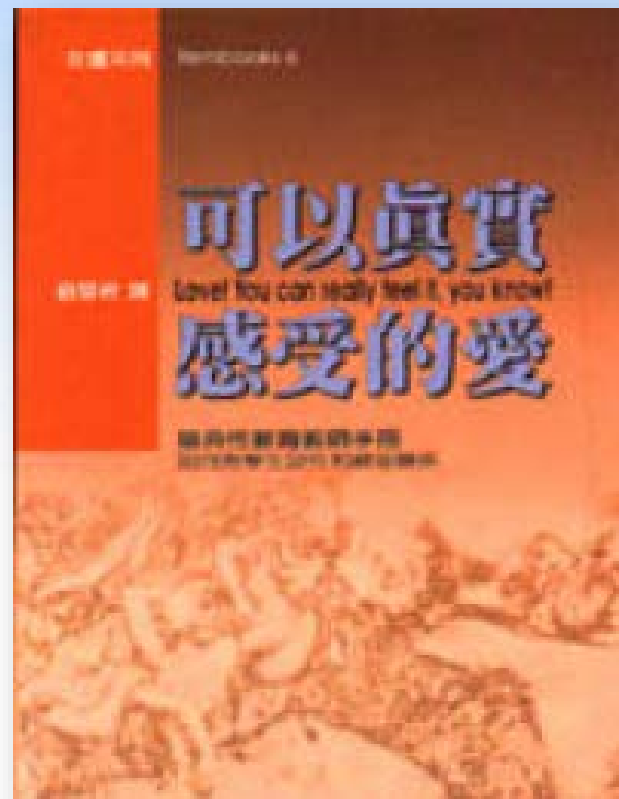


創造各種可能的對話

「一個年輕人的世界，
其中可能有許多個人的缺點，
有對自我認同的追尋，
還有對愛情的強烈渴求，
或許還有夢想與期待…」

性與親密關係教育的目的，

就是要創造與這個世界對話最大的可能性。」



《可以真實感受的愛》瑞典性教育教師手冊
(Love You can really feel it, you know)

教師對於課程——

所抱持的態度

所涉入的思維

所產生的知覺

所帶出的行動

關係著教學的成效

牽引著教學實踐的走向



青少年在乎尊嚴、渴望自主，
就讓他們明瞭：
我是性的主人，
不是它奴隸。
這便要增進自我控制力量

— 曾昭旭（1990）



健康自主監督管理



成長，

有的時候就像是一場探險…

經驗生命的光亮與陰影
感受力量與溫柔的同在
這就是此次 **旅行** 的意義

透過今天的分享，希望我們一起成長…

Thank You