

附件四 111 年性別平等教育優良教學方案甄選活動

教案設計格式（12 年國教組）

收件編號：

（此欄由主辦單位填寫）

（一）教案理念、教學目標及評量

主題名稱		面對愛情，那你呢？	
實施年級		☐ 高中（年級：_____） ☐ 高職（年級：_____） ☒ 國中（年級：八） ☐ 國小（年級：_____）	
節數		節數 6（合計 270 分鐘）	
課程類型		☒ 議題融入式課程， 融入領域/科目： <u>綜合活動領域輔導科</u> ☐ 議題主題式課程 ☐ 議題特色課程	實施時間 ☒ 校訂必修 ☐ 選修 ☐ 彈性學習課程/時間
對應之 總綱核心素養		☐ A1 身心素質與自我精進 ☐ A2 系統思考與解決問題 ☐ A3 規劃執行與創新應變 ☒ B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養 ☐ C1 道德實踐與公民意識 ☐ C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解	
領域/ 學習重點	核心素養	綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	
	學習表現	2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。	
	學習內容	輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。	
性平 教育議題	核心素養	性 C2 覺察人際互動與情感關係中的性別權力，提升情感表達、平等溝通與處理情感挫折的能力	
	學習主題	性別權力關係與互動	
	學習內涵	性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力	
教學目標		1. 覺察並釐清自身對於愛情的想法及觀點。 2. 覺察在愛情中重視的價值觀，了解每個人價值觀下的標準可能有所不同。 3. 探索親密關係發展歷程，思考現階段自我成長的具體行動。 4. 分析模擬情境的需求，規劃經營關係的方法與策略。 5. 統整自身愛情觀及經營親密關係原則，建構未來行動方向，評估行動	

適切性。

設計理念
(含動機)

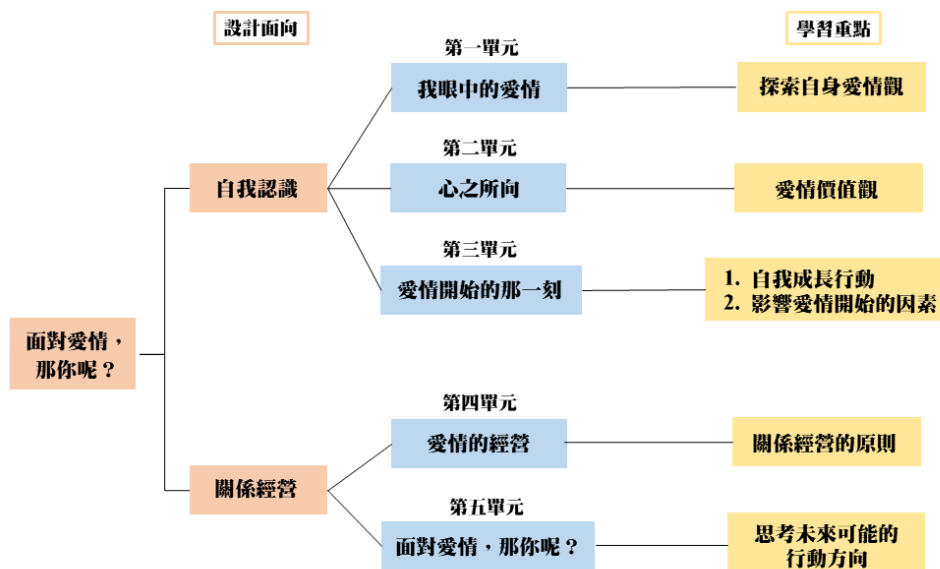
教學設計動機

在學校當中，常常聽到學生和老師說：「誰誰喜歡某人」，用開玩笑、談論八卦的方式來看待愛情這件事。在青少年時期，對於性、情感關係產生好奇是正常的事情，但也同時會受到身邊環境他人的影響，使得學生討論情感關係相關議題須有所顧慮，讓人不禁思考在青少年階段的情感教育上，教導哪些觀念對學生來說更適切及貼合目前學生的需求，在這樣的思考下，我認為重要的是認識自己及尊重這兩件事情，因此本課程從「自我認識」及「關係經營」兩大面向作為設計出發點，學習愛自己與尊重他人。

教學設計理念及課程架構

從第一單元探索自己的愛情觀，再到第二單元思考自己期望的理想情人，接著第三單元理解愛情發展的歷程，後續的第四單元探索經營關係的原則，最終單元讓學生統整所學，思考未來行動。課程設計透過不斷的提問、反思、同儕討論互動中，引導學生從中認識自我，覺察並統整自己看待愛情的角度，也透過同儕互動學習關係經營的方式及原則，學習傾聽他人的想法及意見。整整的六堂課中，在第一堂課進行課程討論的規範，期望學生的在安全的氛圍下以開放的態度討論愛情，其中也不時提醒學生現階段探索愛情並不是鼓勵學生現在就去談戀愛，而是可以學會去認識自己、學會去看人，認識自己在愛情重視的東西，等到未來當愛情來臨時，可以有更多的準備度，減少在愛情受傷的可能性。

課程架構圖



教學對象與
場域分析

實施對象為八年級學生，該校學生弱勢家庭比例高，家長職業多為藍領階級，以攤商、服務業居多，在校學生與老師關係密切，互動氛圍良好。八年級上學期健教課同時教導情感關係，因此學生對於該主題並不陌生，也逐漸對於情感關係有更多的探索與好奇。

	本教案實施班級的特性為班上凝聚力高、活潑，對於老師的提問需有較多的引導才能引出學生回答，整體活動投入程度高。該班有一位學習障礙的學生，因此在活動設計上盡量以淺顯易懂方式呈現，並適時於書寫學習單的時間給予其更多引導，該班其他同學也很願意協助該生，期望透過教師及同儕的協助下，使該生也能寫下及表達其對於課程主題的想法。																								
學習評量方式與重點	學習評量方式：上課參與、口與評量、高層次紙筆評量。 <table><tr><td></td><td colspan="5">表現標準</td></tr><tr><td></td><td>A 優良</td><td>B 良好</td><td>C 基礎</td><td>D 不足</td><td>E</td></tr><tr><td>評量標準</td><td>統整自身愛情觀及經營親密關係原則，建構未來行動方向，評估行動適切性。</td><td>能分析情境需求，規劃經營關係的方法與策略</td><td>能探索自身愛情價值觀，並覺察親密關係發展的歷程。</td><td>能表達自身對愛情的想法及觀點。</td><td>未達D級</td></tr><tr><td>評量工具</td><td>口語評量 高層次紙筆評量：第六節課情境討論單</td><td>口語評量 高層次紙筆評量：第四堂課小組一日約會計畫討論單</td><td>口語評量 高層次紙筆評量：第二堂課「心之所向」學習單</td><td>口語評量 高層次紙筆評量：第一堂課「我眼中的愛情」學習單</td><td>未達D級</td></tr></table>		表現標準						A 優良	B 良好	C 基礎	D 不足	E	評量標準	統整自身愛情觀及經營親密關係原則，建構未來行動方向，評估行動適切性。	能分析情境需求，規劃經營關係的方法與策略	能探索自身愛情價值觀，並覺察親密關係發展的歷程。	能表達自身對愛情的想法及觀點。	未達D級	評量工具	口語評量 高層次紙筆評量：第六節課情境討論單	口語評量 高層次紙筆評量：第四堂課小組一日約會計畫討論單	口語評量 高層次紙筆評量：第二堂課「心之所向」學習單	口語評量 高層次紙筆評量：第一堂課「我眼中的愛情」學習單	未達D級
	表現標準																								
	A 優良	B 良好	C 基礎	D 不足	E																				
評量標準	統整自身愛情觀及經營親密關係原則，建構未來行動方向，評估行動適切性。	能分析情境需求，規劃經營關係的方法與策略	能探索自身愛情價值觀，並覺察親密關係發展的歷程。	能表達自身對愛情的想法及觀點。	未達D級																				
評量工具	口語評量 高層次紙筆評量：第六節課情境討論單	口語評量 高層次紙筆評量：第四堂課小組一日約會計畫討論單	口語評量 高層次紙筆評量：第二堂課「心之所向」學習單	口語評量 高層次紙筆評量：第一堂課「我眼中的愛情」學習單	未達D級																				
使用教材(含媒體)	第一單元 1. 教師自編「我眼中的愛情」學習單 2. 關係卡卡（關係經驗探索卡） 第二單元、第三單元 1. 教師自編「心之所向」學習單 第四單元 1. 教師自編「小組一日約會計畫」討論單 2. Facebook 粉專：直男行為研究社的「一日約會計畫」 第五單元 1. 教師自編「情境討論單」																								
補充教材	1. 愛情卡 2. 孫中興（2016）。學著，好好愛：台大超人氣「愛情社會學」精華，六堂愛的必修課，翻轉愛的迷思。台北市。三采文化。																								
參考資料	一、指定參考資料： 1. 真善美教學資源分享網 (1) 主題教案一：珍愛自己尊重他人 (2) 主題教案二：愛情大學																								

二、其他參考資料：

1. [十二年國民基本教育課程綱要](#)
2. [十二年國民基本教育課程綱要 議題融入說明手冊](#)
3. [國教署性別平等教育資源中心](#)
4. [木木老師邊教邊學](#)

(二) 課程安排架構概述

課程安排架構			
單元名稱/ 節數(時間)	學習指標/ 教學目標	教學重點	教學策略/教學評量
單元一： 我眼中的愛情	覺察並釐清自身的愛情觀	1. 透過數線活動及牌卡寫下自身對愛情的想法及觀點。	口語評量、高層次紙筆評量：第一堂課「我眼中的愛情」學習單，了解學生如何看待愛情關係。
單元二： 心之所向	覺察在愛情中重視的價值觀，了解每個人價值觀下的標準可能有所不同。	1. 從價值觀清單中選出期望情人具備的條件。 2. 思考各條件下的具體標準。	口語評量、高層次紙筆評量：第二堂課「心之所向」學習單，藉由逐步篩選，思考自己重視的價值觀，並透過同儕分享，了解每個人價值觀標準之異同。
單元三： 愛情開始的那一刻	探索親密關係發展歷程，並思考現階段自我成長的具體行動。	1. 根據自己所期望成為的情人模樣，思考現在可以培養的方法。 2. 透過配對活動體驗尋找理想情人可能有的想法及感受。 3. 認識影響愛情可能發生的因素。	口語評量、高層次紙筆評量：第二堂課「心之所向」學習單，透過書寫了解日常生活中可做的成長行動，並透過小組討論、口頭分享，了解學生是否了解影響愛情發生的可能原因。
單元四： 愛情的經營	分析模擬情境的需求，規劃經營關係的方法與策略。	1. 討論約會的意義及功能 2. 小組根據情境討論期望的約會行程。	口語評量、高層次紙筆評量：第四堂課小組一日約會計畫討論單，評估學生是否能根據情境需求規劃約會行程，並透過各組分享，了解關係經營處理策略。
	了解經營關係上的原則，思考維持及經營關係的方法。	1. 分享及統整男女雙方在關係經營的價值觀上可能的異同。 2. 思考當雙方價值觀不同時，可以如何面對及處理的方法。	
單元五： 面對愛情， 那你呢？	統整自身愛情觀及經營親密關係原則，建構未來行動方向，評估行動適切性。	1. 講解關係經營的原則。 3. 練習將所學的原則運用至情境當中，寫下自己面對情境的作法、想法。	口語評量、高層次紙筆評量：第六節課情境討論單，評估學生是否統整所學，運用於情境當中。

(三) 教案內容

學習指標 /重點	教學活動 (含時間)	教學資源	評量方式 與重點
覺察並釐清自身的愛情觀	第一節課【我眼中的愛情】 一、準備活動 (15mins) (一)說明愛情課程的注意事項：尊重、保密。 (二)在黑板上畫下數線，並發下每人一張便利貼。 - 學生將寫上名字的便利貼貼在符合自己的位置上。 ● 數線代表意涵：對於愛情的準備度 (是否準備好進入愛情關係)，1 分為尚未準備好，10 分為完全準備完成。 - 詢問學生貼在某處的原因。 - 貼在哪一個位置？ - 貼在某處的原因。 - 有什麼方式可以幫助自己往前一步。 (三)全班提問：現在此時此刻適不適合交男女朋友？ (四)教師引言：愛情是主觀的，對於愛情可能已有自己初步想像，而這樣的想法可能來自我們的過去經驗或是生活的所見所聞，在愛情中，很多問題並無一定的標準答案，重要的是自己是否了解自己如何面對愛情這件事。 二、發展活動 (25mins) (一)邀請學生想像對其來說，愛情可能有樣子 (兩人會做的事、愛情給他正負向印象等) (二)課前先將「關係卡卡」貼在教室窗戶上，學生挑選出認為能代表自己對於愛情的想像模樣之卡片。 (三)邀請學生分享所選卡片：選擇這張卡片	課程簡報、便利貼 課程簡報、關係卡卡、紙黏土、第一堂課「我眼中的愛情學習單」	口語評量 口語評量

	的原因、跟愛情的關聯。 (四)發下學習單，針對自己所選的卡片，回答以下問題： 1. 描述所選擇的卡牌。 2. 選擇這個卡片代表愛情的原因/卡片與愛情的關聯。 3. 當愛情中出現這樣的模樣時，你的感受是…？ 4. 在關係中，雙方可以有哪些行為達成／避免出現這樣的模樣？ 三、總結活動 (5mins) (一)總結：平時我們可能透過身邊的人、社群或媒體影音而對於愛情有些想像或期待，然而在愛情關係中，認識自己是很重要的，透過思考及探索自己對於的想法，更認識自己的愛情觀。 (二)調查學生跟愛情有關所好奇、想問的或困擾的提問。		高層次紙筆評量
覺察在愛情中重視的價值觀，了解每個人價值觀下的標準可能有所不同。	第二節課【心之所向】 一、準備活動 (13mins) (一)進行愛情二選一活動，邀請學生從選項中挑出自己偏好的選擇，題目： 1. 品學兼優但個性木頭 vs 活潑有趣但功課極差 2. 外貌普通但很貼心 vs 顏質爆表但脾氣不好 3. 他比較喜歡我 vs 我比較喜歡他 (二)每一題邀請兩位學生分享選擇的原因。 (三)教師引言：價值觀就是在做選擇時的一個依據，不管是期望對方的外表、特質、課業，或是和另一伴相處的方式，而價值觀沒有對錯之分，每個人都各有自己的偏好，在愛情來臨之前，先探索及認識自己的愛情價值觀，提升自己對愛情的準備度。 二、發展活動 (27mins)	課程簡報 課程簡報、第	口語評量

	(一)發下價值觀清單，先針對學生有疑問的價值觀名詞進行解釋。 (二)透過以下步驟選出自己期望另一伴所具備的條件。 1. 使用藍筆圈起 10 個重視的價值觀 2. 講解價值觀分類，統計自己所圈出的 10 個價值觀中所偏重的分類，分類如下： (1) 特質 (2) 態度 (3) 現實條件 (4) 能力 (5) 肢體接觸 3. 使用紅筆畫掉 5 個相對不重要的價值觀 (三)寫下所選的 5 個價值觀下，在現實生活中可以轉換成哪些具體行為或是標準。 (四)兩兩互相分享自己所選的價值觀及其具體標準。 (五)邀請學生分享自己所挑選的價值觀及其具體標準。 三、總結活動 (5mins) 總結：探索價值觀可以幫助我們在遇到愛情前，了解自己重視的東西，未來有可能會根據自己的經驗而有所變動，但當我們清楚知道自己想要的東西時，比較不容易一頭熱，減少在愛情裡受傷的可能性。然而，即使選擇相同的價值觀，每個人的標準也會有所差異，這也可能導致關係中的雙方期待有所落差，也是關係經營上需要考量的部分。	二堂課「心之所向」學習單	高層次紙筆評量 口語評量
--	--	---------------------	----------------------------

探索親密關係發展歷程，並思考現階段自我成長的具體行動。	第三節課【愛情開始的那一刻】 一、準備活動（15mins） （一）邀請學生猜測事前統計班上所選的前三名價值觀。 （二）教師說明：在價值觀的篩選下，去思考自己真正重視、期望對方擁有的條件，是未來我們在尋找伴侶時可以參考的依據。在愛情關係中我們期待找到完美情人，但現實中並非容易，而我們不妨思考現階段可以成長的方向，自己其實也能成為他人眼中的理想情人， （三）用螢光筆畫下自己目前具備的條件。 （四）挑選一個期望所成長的目標，寫下一個可以具體培養的行為。 （五）邀請學生分享具體作法。 （六）教師說明：了解重視的價值觀、成為更進步的自己，當你自己準備好進入親密關係後，找到理想的人是否容易呢？就來體驗看看吧。 二、發展活動（27mins） （一）講解「尋找理想情人」體驗活動規則。 1. 每人抽一個價值觀，將價值觀貼在胸前。（意義：代表具備此價值觀的人） 2. 根據在上一節課中挑選的前五名價值觀，去找到一位貼著自己重視的價值觀之同學，進行配對。 3. 配對方式：雙方可自行決定是否要進一步猜拳，兩人進行猜拳時，若平手則成功，若失敗則去找下一位，不可重複配對。 4. 配對成功則在學習單上互相簽名 5. 過程中需紀錄自己猜拳至配對成功的次數。 6. 目標：與自己前五名價值觀之同學配對成功。 （二）邀請學生分享並完成學習單：	課程簡報、第二堂課「心之所向」學習單 課程簡報、價值觀名牌、配對紀錄單、小白板	高層次紙筆評量 口語評量 課堂參與 口語評量
------------------------------------	---	---	--

	教師提問： 1. 猜一次就成功/猜三次以上成功/未配對成功 2. 決定是否要和對方配對的考慮因素。 3. 過程中所遇到的困難或是快速成功的感受。 4. 找不到想要的價值觀時，是選擇堅持還是妥協。 學習單內容： 1. 與我配對成功的價值觀是…？決定是否要和對方猜拳的考慮原因？ 2. 在活動過程當中發生了什麼事？ 3. 當你快速成功配對/配對很多次才成功/沒有配對成功時，你的感受是？ 4. 在現實生活中，你會堅持找到自己的理想情人還是有所妥協，原因是…？ (三)總結：在現實生活中我們期待找到符合我們條件的人，而在尋找理想情人的過程，很有可能遇見不是符合我們條件的人，或是我們並非他人的理想情人，而後你可能會有所彈性調整。然而並非我們符合彼此的價值觀就會在一起，除了那人符合你的條件外，還有許多因素會影響愛情的發生。 (四)以排為單位進行小組討論，問題：影響兩人在一起、進入親密關係的可能原因。將討論結果寫在小白板上。 (五)各組上台進行分享 (六)將學生答案進行統整，介紹影響愛情發生的可能因素。(出自：學著，好好愛：台大超人氣「愛情社會學」精華，六堂愛的必修課，翻轉愛的迷思) 1. 彼此契合(符合條件) 2. 外貌 3. 願意付出		分組討論 口語評量
--	--	--	-------------------------

	4. 自我成長 5. 相似性 三、總結活動 (3mins) 總結：除了做好自我準備外，有許多內外在因素影響愛情開始的那一刻，然而真正進入關係後，有一大議題是關係的經營，則是後續課堂的討論主題。		
分析模擬情境的需求，規劃經營關係的方法與策略。	第四節課【愛情的經營 1】 一、準備活動 (20mins) (一)複習前三堂的課程內容。 (二)教師提問：情侶之間有哪些方式可以幫助彼此之間維持關係呢？→方式之一是約會。 (三)討論約會的意義及功能。→教師總結：關係間為了增進彼此認識或是維持感情及熟悉程度，兩人可能會透過約會的方式，增加兩人與對方相處時間。 (四)將全班進行男女分組，共分成四組。 (五)每一組會拿到一份 Facebook 粉專：直男行為研究社的「一日約會計畫」，小組討論以下問題並將結果寫在討論單上。 1. 看完以上的約會行程，對於此行程的想法或感受。 2. 行程的優勢及缺點。 3. 幫此行程評分(1~5 分) (六)各組分享討論結果。 (七)教師說明：在愛情關係中，每個人在關係經營上所期待的不同，和對方的互動方式上也會有所差異，約會行程安排背後帶有我們對於雙方彼此互動的價值觀，如果是你，你會如何安排你的約會行程，達到約會的目的呢？ 二、發展活動 (25mins) (一)發下各組討論單及平板，請各組發想一	課程簡報、Facebook 粉專：直男行為研究社的「一日約會計畫」四份、小組討論單 課程簡報、小組討論單、平	分組討論 口語評量 分組討論

	日約會行程。 1. 情境：小明和小琪是國中生，兩人<u>剛開始交往不到一個月/已交往半</u>年的時間，而<u>這一次兩人第一次/本周末</u>相約出去，對於該去哪裡約會而煩惱，需要大家的建議。 2. 時間：週末早上 9 點 30 分至晚上 8 點。 3. 注意事項：依照各組所拿到的條件規劃一日約會行程，包含： (1) 時間、地點 (2) 替此行程的命名 (3) 此次約會行程的重點特色 (4) 設計過程中遇到的困難 (接續下一堂課)	板四台	實際演練
了解經營關係上的原則，思考維持及經營關係的方法。	第五節課【愛情的經營 2】 二、發展活動 (40mins) (一)提醒各組設計的重點及原則，給予學生最後 10 分鐘的討論時間。 (二)各組進行討論，提醒學生進行收尾。 (三)依照情境，先邀請<u>情境一</u>的男女兩組進行分享。 1. 邀請台下同學投票喜歡的設計，並分享原因。 2. 統整此情境下，兩組設計及考量因素的差異。 (四)接著邀請<u>情境二</u>的兩組進行分享。 1. 邀請台下同學投票喜歡的設計，並分享原因。 2. 統整此情境下，兩組設計及考量因素的差異。 (五)邀請學生思考關係中的雙方期待不同時的解決方式，統整出關係經營的原則。 三、總結活動 (5mins) 總結：在愛情關係中，透過約會能幫助彼此增進情感，然而隨著交往的時間長短、每個人各有不同的想法，不單單只是完成行程的	課程簡報、小組討論單、平板四台	分組討論 高層次紙筆評量、口語評量

	設計，更是要考量雙方彼此的想法。然而不僅是約會行程的安排上可能會有所衝突，若關係中雙方想要的東西不同時，可以利用如溝通、互相體諒等，達到雙方關係的平衡。		
統整自身愛情觀及經營親密關係原則，建構未來行動方向，評估行動適切性。	第六節課【面對愛情，那你呢？】 一、準備活動（10mins） （一）回顧上週課程，說明關係經營的原則 1. 互相尊重 2. 溝通、表達自身想法 3. 保有自己的空間 （二）教師說明：約會是關係經營的一種可能方式，若雙方可以去考慮及思考關係經營的原則，可以幫助關係可以更穩定。 二、發展活動（30mins） （一）進行各情境說明，並提醒學生先根據情境寫下自己的想法，情境如下： 1. <u>情境一</u>：你的另一伴覺得你陪伴他的時間太少（兩人想要的東西不同）而經常吵架，這時你會如何怎麼做呢？（至少想出兩個方法） 2. <u>情境二</u>：你有一位認識一陣子的朋友，相處過後發現他的條件你很喜歡（外表、特質、能力），和她相處也覺得很自在，覺得自己很喜歡他，你是否會向他表達你的心意？ 3. <u>情境三</u>：當有人向你告白，而平時你們也聊得很來，你是否會接受他的告白？你考慮的因素有哪些？ 4. <u>情境四</u>：當你發現另一伴的缺點，且是你無法接受的生活習慣，你會怎麼做呢？ 5. <u>情境五</u>：當另一伴想要看你的手機	課程簡報 課程簡報、第六節課情境討論單	高層次紙筆評量

	通訊軟體，你是否願意？你會如何回應他？ (二)發下各排的討論單（同排同一情境），開始進行個人書寫。 (三)請各排同學聚集在一起，分享自己面對情境時的想法。 (四)各組將小組討論結果寫在討論單上。 (五)各組進行分享。 (六)教師挑選情境，邀請每排派一位同學和教師進行情境演練，練習和對方溝通的方式，並於演練後統整溝通的技巧。 (七)回顧及統整六堂課所帶出的觀念。 三、總結活動（5mins） (一)教師總結：愛情是一件很主觀的事情，對於愛情我們可能都會有一些理想，然而這樣的愛情可能和實際也有些落差，而透過這六堂課，期望大家可以更認識自己在愛情當中重視的東西，以及關係經營的方式，思考如何縮減理想和現實的差距。而不管未來是否進入愛情關係，都希望大家要先好好愛自己、照顧自己，不因為愛情而迷失自我。 (二)填寫課程回饋單。		分組討論 口語評量
--	--	--	-------------------------

(四) 教學心得：歷程紀錄及省思

教學心得：教學歷程記錄及省思（1000—5000 字）

教學歷程記錄

第一堂課「我眼中的愛情」

1. 一開始邀請學生說出一想到愛情會想到的三個東西，學生的回答天馬行空，多為同學之間私底下的話題，可以多問學生原因做更深入的了解，且其中的回答有影射班級同學的情形，所以當下可以立即回扣課堂規範。
2. 邀請學生貼上便利貼前先限定貼的範圍，並鼓勵學生任何位置都沒有對錯之分，依照心中想法表達即可，學生能較無從眾現象，但學生多將便利貼貼在中間位置，原因多為直覺性或是認為沒有經驗而不確定答案。
3. 學生挑選牌卡時反應熱烈，有少數學生表示沒有挑到想要的，此時會鼓勵學生可以著重在整個卡片給你的感受，或是卡片中的人事物，或可從沒有貼在窗戶上的牌卡中挑選。
4. 多數學生能針對所選卡片回答學習單的問題，有少數同學在挑選原因上表示自己是直覺性挑選，因此事後可在學習單上加上所選卡片和愛情的關係，可讓學生將卡片與愛情做更多連結，不單只是直覺性的選擇。
5. 原先是讓學生挑完卡片後完成學習單才進行分享，但在邀請學生分享時學生很安靜，可讓學生挑完牌卡立即分享，保持學生的熱度。

第二堂課「心之所向」

1. 學生進行愛情二選一時，對於選項很感興趣，詢問挑選原因也能說出自身在價值觀之間的選擇，少數同學會想跳脫二選一的框架，此時會再額外進行提問。
2. 邀請學生先將價值觀清單過目，提出不懂的部分，但該班學生當下都無提問，當下可立即挑選一至兩個價值觀反問學生。
3. 進行價值觀篩選，學生能跟著指令進行，事後提問過程中是否覺得很猶豫、困難，多數學生有舉手，此時可兩種學生都進行訪問，了解學生篩選過程的心境。
4. 調查價值觀分類時，學生會對於自己有選到「肢體接觸」感到害羞，不敢舉手，擔心同學的眼光，老師應更強調價值觀無對錯之分，了解自己重視的面向更重要。
5. 將價值觀轉換成日常生活中可觀察的標準，從該班學生收回的學習單可發現，少數同學仍寫的不夠具體，可在課堂舉例時，與學生有更多互動及提問，讓學生更了解思考方向。
6. 課程最後讓學生間有互相分享、了解同學間重視的價值觀之時間，並觀察彼此的具體標準是否有無異同，學生的反應熱烈，對於同學的回答很感興趣。

第三堂課「愛情開始的那一刻」

1. 尋找理想情人的活動中，出現學生會單純看人而非價值觀的現象，可再更強調最終目標是要找到彼此配對的價值觀都在前五名內，讓學生更有活動目標，減少看人的可能性。
2. 配對活動結束後邀請學生分享的環節，當下只邀請配對成功的同學，未來可讓不同情形的學生多回答當下選擇與對方猜拳的原因，並與愛情關係多做連結，更能引出學生對找情人時的想法及感受。
3. 邀請學生思考影響愛情發生的可能原因，當下問句不夠具體，學生沒有進行回應，未來可利用影音或圖文來介紹各因素，讓學生更能理解。
4. 原先在介紹各影響因素後，讓學生從各因素思考對自己來說易達成至困難的順序，再連結至思考自我成長行動。但學生的回答與原先預設不同，因此後續會刪掉此環節，將思考成長目標移至課程開始，接著以小組討論思考兩人在一起會受到哪些因素影響，連結影響因

素，讓學生更能理解愛情的開始是受到許多因素影響。

第四堂課「愛情的經營 1」

1. 當初在思考分組形式要以排為單位還是男女區分，最終希望學生看見在經營關係上，雙方彼此價值觀的異同，因此以男女區分進行分組，分組時也讓學生可以自己尋找組員，但該班同學較為被動，可以事前完成分組及座位安排，減少學生猶豫及移動的時間。
2. 學生對於現有的約會計畫感到有興趣，且討論熱烈。在分享環節時，就能發現班上男女生意見不同，當下進行追問，點出學生在意的地方。
3. 學生在設計約會行程時，對於最一開始的地點及活動都很猶豫，後續邀請學生先思考一個地區，學生較能針對該區域進行資料查找，後續多能順利繼續設計。有一組的組員都較無想法，下課前只寫了集合時間及地點，另一組則是近乎完成，組間進度差異大。

第五堂課「愛情的經營 2」

1. 於事前檢查各組進度，提醒各組設計原則及須補足的部分，並限制時間內完成到哪分享到哪，多數組別皆能設計完整。
2. 事前先將前一堂各組完成的進度先打在簡報上，其餘則在小組上台分享的同時打出行程，以利台下同學清楚內容。
3. 在小組分享時，有些同學會對該組設計有意見，此時會先讓該組別完成分享，再邀請其他學生進行回饋。後續可邀請學生對於設計進行投票、男女比例比較，讓學生可以對於行程有更多的思考，並看見價值觀差異。

第六堂課「面對愛情，那你呢？」

1. 先讓學生進行個人書寫，再進行小組分享，希望學生先有自己的思考，避免跟隨他人答案。也因各組拿到的情境不同，同學間容易在開始書寫前好奇其他同學的情境而私下交談，可再加強提醒。
2. 在進行小組分享時，學習單的設計希望學生將組內其他人的答案、自己想過也覺得不錯的想法及方法寫下，可進行比對，學生在進行分享時也發現每個人的處理方式並不相同，讓不同的意見有更多的交流。
3. 原先只讓各組上台口頭分享，並邀請其他組別的學生發表想法，但該班級較沉默，未來可將各組的答案寫在黑板上，再與其他同學針對回答進行討論，使學生更能明白同學分享內容，也能讓不是拿到該情境的學生也能進行思考。

反思

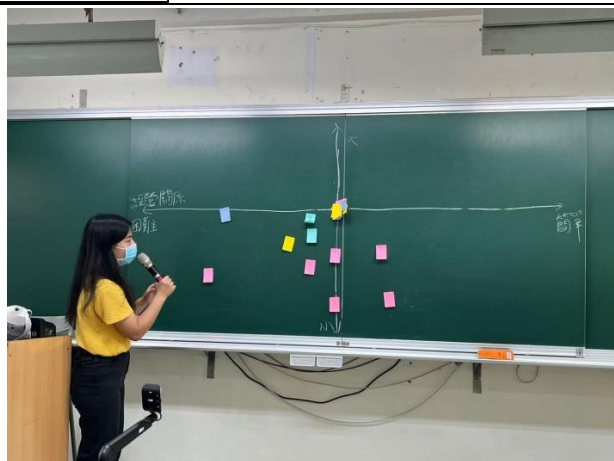
整個課程施行完畢，每當在與指導老師討論課程施行的效果時，老師總是提醒我「有溫度」這件事，對剛開始的我來說，很急著想把課程帶完，著重在課程流程的掌握，但老師點出的多是過程中與學生間的互動，比如說過程中對學生的提問、針對學生的回答進行更深度的追問、指導語的溫度，甚至是學生活動進行間的音樂撥放，製造溫馨的氛圍，都可以使整個課堂更抓住學生的心，更貼近學生的需要。我想情感教育課程更應如此，不僅課程設計的有趣性外，更應讓學生理解該主題對其的重要性、為何要學習該主題，讓學生能在課堂中感受到輔導課的溫度，藉此將所學留在心中，供未來在適當的時機發揮出來。

教學建議

1. 為了使課堂中讓學生感到安全，以更開放的態度討論課程問題，教師可更加強調課程規範，並對於學生的言行提高敏銳度，適時提醒學生恰當性，也能使學生覺察其言行，也是情感教育重要的一部份。
2. 第一堂課原先透過象限調查學生對愛情的想法，但與發展活動的目的相似性高，因此可將象限活動改成數線，探索學生認為自己對於愛情的準備度，並於最後一堂課進行再測，亦可作為評估學生學習的依據。
3. 可將第三堂課影響愛情的發生的因素做更多具體化的引導，利用影片或故事進行呈現，使學生更能理解影響愛情發生的可能原因，對於親密關係發展的歷程有更多的認識。
4. 此教案設計是針對於第一堂課該班收回的愛情疑惑調查進行後續的課程調整及修改，因此教師可針對授課班級的提問進行微調，更能符合學生需求。

(五) 上課歷程或學生學習照片 (至少 6 張) (可自行調整)

1. 上課歷程



第一堂課

邀請學生利用便利貼貼出自己對愛情的看法。



第一堂課

學生挑選能符合自己所認為愛情模樣之牌卡



第二堂課

調查學生所選的價值觀中在各分類的數量。



第三堂課

學生進行「尋找理想情人」活動。



第四堂課 透過小組討論設計一日約會計畫。	第五堂課 學生分享設計的小組約會行程，並將兩組拿到同一情境的結果做比較。
------------------------------------	--

2. 學生作品成果

我眼中的愛情學習單	
1. 描述你所選擇的卡牌。 一群人一起承擔責任和工作 2. 選擇這個卡牌代表愛情的原因。 愛情的結果就是一家人一起承擔責任。 3. 當愛情中出現這樣的模樣時，你的感受是…? 開心 4. 雙方有哪些行為可以達成/避免這樣的模樣? 大家都要付出一點點精力就能達成	1. 描述你所選擇的卡牌。 一個世界心被樹枝刺破，畫面感覺像是一個自己的世界裡，女孩也化為花瓣。 2. 選擇這個卡牌代表愛情的原因。 有時候愛情是傷了自己的利器，受過傷後會成為保護自己的武器，但這也會讓一段凡人的愛情是現實。而且這張牌也代表獨立，我希望我真正的愛情是不怕我心中的利器，讓他勇敢去愛的。 3. 當愛情中出現這樣的模樣時，你的感受是…? 我會覺得很痛，可能是頭痛、心痛，但一定會因為這段愛情而讓自己更獨立。 4. 雙方有哪些行為可以達成/避免這樣的模樣? 可以在乎一點細節，不要有爭執。
1. 描述你所選擇的卡牌。 有兩個人坐在樓梯的頂端，背對黑暗，面對光明，其中一個人撐著另一個人。 2. 選擇這個卡牌代表愛情的原因。 因為我覺得在愛情中，其中一個人心情低落、受到挫折的時候，另外一個去安慰他、陪伴他，不再讓他面臨黑暗是很不錯的。 3. 當愛情中出現這樣的模樣時，你的感受是…? 我會覺得很安心、心裡很溫暖。 4. 雙方有哪些行為可以達成/避免這樣的模樣? 願意花時間傾聽、陪伴對方。	1. 描述你所選擇的卡牌。 1. 樹上的最後一片葉子掉下來 2. 一個人跪在樹前，露出哀傷的表情 2. 選擇這個卡牌代表愛情的原因。 愛情在某天會有人離開且將會。對愛情最後不能留住它始終將逝去。 3. 當愛情中出現這樣的模樣時，你的感受是…? 方別是不避免的，只能讓它隨風而去。 4. 雙方有哪些行為可以達成/避免這樣的模樣? 互相尊重、陪伴、體諒。

心之所向學習單																																	
2. 在現實生活中，我的標準可能是... <table border="1"> <thead> <tr> <th>我重視的價值觀</th><th>具體描述</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>有責任感</td><td>雙方要把該處理的事完成而能一直在一起</td></tr> <tr> <td>專情</td><td>不會到處去做出不該做的事</td></tr> <tr> <td>能了解我、懂我</td><td>能理解我的部分缺點</td></tr> <tr> <td>和我相處時，他是快樂的</td><td>至少不會每天都過的很痛苦</td></tr> <tr> <td>興趣相投</td><td>能聊的話題較多</td></tr> </tbody> </table> 3. 成為更好的自己吧! <table border="1"> <thead> <tr> <th>成為更好的情人，我能做到的</th><th>具體行動</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>專情</td><td>慢慢來</td></tr> </tbody> </table>	我重視的價值觀	具體描述	有責任感	雙方要把該處理的事完成而能一直在一起	專情	不會到處去做出不該做的事	能了解我、懂我	能理解我的部分缺點	和我相處時，他是快樂的	至少不會每天都過的很痛苦	興趣相投	能聊的話題較多	成為更好的情人，我能做到的	具體行動	專情	慢慢來	2. 在現實生活中，我的標準可能是... <table border="1"> <thead> <tr> <th>我重視的價值觀</th><th>具體描述</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>有責任感</td><td>交代的事會做好。</td></tr> <tr> <td>專情</td><td>有了另一伴之後，不會想著其他異性。(男人思維)</td></tr> <tr> <td>接納我、包容我</td><td>即使知道我有許多缺點，也不會討厭我。</td></tr> <tr> <td>願意一起成長</td><td>能夠和對方一起變成熟，一起學習如何和對方相處。</td></tr> <tr> <td>能了解我、懂我</td><td>有時不用說太多，他就能知道我的想法、感受。</td></tr> </tbody> </table> 3. 成為更好的自己吧! <table border="1"> <thead> <tr> <th>成為更好的情人，我能做到的</th><th>具體行動</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>細心體貼</td><td>懂得觀察別人的需要又情緒。</td></tr> </tbody> </table> 4. 1. 願意付出 2. 自然成長 3. 外貌 4. 彼此契合	我重視的價值觀	具體描述	有責任感	交代的事會做好。	專情	有了另一伴之後，不會想著其他異性。(男人思維)	接納我、包容我	即使知道我有許多缺點，也不會討厭我。	願意一起成長	能夠和對方一起變成熟，一起學習如何和對方相處。	能了解我、懂我	有時不用說太多，他就能知道我的想法、感受。	成為更好的情人，我能做到的	具體行動	細心體貼	懂得觀察別人的需要又情緒。
我重視的價值觀	具體描述																																
有責任感	雙方要把該處理的事完成而能一直在一起																																
專情	不會到處去做出不該做的事																																
能了解我、懂我	能理解我的部分缺點																																
和我相處時，他是快樂的	至少不會每天都過的很痛苦																																
興趣相投	能聊的話題較多																																
成為更好的情人，我能做到的	具體行動																																
專情	慢慢來																																
我重視的價值觀	具體描述																																
有責任感	交代的事會做好。																																
專情	有了另一伴之後，不會想著其他異性。(男人思維)																																
接納我、包容我	即使知道我有許多缺點，也不會討厭我。																																
願意一起成長	能夠和對方一起變成熟，一起學習如何和對方相處。																																
能了解我、懂我	有時不用說太多，他就能知道我的想法、感受。																																
成為更好的情人，我能做到的	具體行動																																
細心體貼	懂得觀察別人的需要又情緒。																																

2. 在現實生活中，我的標準可能是...

我重視的價值觀	具體描述
細心體貼	關心我
專情	與女性保持距離
接納我，包容我	有做不來的自己不會罵我
願意給我空間	給我一點私人時間
身材好	有腹肌

3. 成為更好的自己！

成為更好的情人，我能做到的	具體行動
一起成長	在課業上的進步或是興趣

2. 在現實生活中，我的標準可能是...

我重視的價值觀	具體描述
真誠	有事就說不說謊
有責任感	講過的事要負責到不會半途而廢
興趣相投	都喜歡運動
細心體貼	會發現我不舒服時關心我
無不良嗜好	沒有觸碰到法律行為(吸毒)

3. 成為更好的自己！

成為更好的情人，我能做到的	具體行動
幽默	寫搞笑的

2. 在現實生活中，我的標準可能是...

我重視的價值觀	具體描述
溫和/順從	不會因為小事而生氣
有上进心	除了課業之外比上次好，認真讀書
接納我，包容我	自己把自己壓迫的習慣慢慢戒除
有錢/會賺錢	會賺錢
無不良嗜好	無不良嗜好

3. 成為更好的自己！

成為更好的情人，我能做到的	具體行動
接納他人	體諒他人

2. 在現實生活中，我的標準可能是...

我重視的價值觀	具體描述
專情	不會出軌(?)
接納我，包容我	不會因為習慣不同而吵架
願意給我空間	不會因為和其他女生談話而生氣
衛生習慣好	不會把家裡弄得很噁心
和我相處時，他是快樂的	不會因為和我相處而不開心

3. 成為更好的自己！

成為更好的情人，我能做到的	具體行動
願意給空間	不要管太多

第六堂課 情境討論單

你有一位認識一陣子的朋友，相處過後發現他的條件你很喜欢(外表、特質、能力)，和她相處也覺得很自在，覺得自己很喜欢他，你是否會向他表達你的心意？

我的回答：☒是/否

原因：他只有一次，所以可以隨時去做

可能的告白方式：先告訴他我喜欢他，看他對我有沒有好感，如果他不反感我就跟他玩，真心話大冒險，如果同意就跟他在一起，不要跟我開玩笑。(認真回答)

你的另一伴覺得你陪伴他的時間太少(兩人想要的東西不同)而經常吵架，這時你會如何怎麼做呢？(至少想出兩個方法)

右直左左

我的回答：

① 可以聊聊彼此都適合的方式

② 安排時間陪他

其他組員的方法：

多陪她一點 or 找其他人

你有一位認識一陣子的朋友，相處過後發現他的條件你很喜欢(外表、特質、能力)，和她相處也覺得很自在，覺得自己很喜欢他，你是否會向他表達你的心意？

我的回答：☒是/否

原因：還不确定對方的想法，說出來可能會尷尬...

可能的告白方式：詢問對方配在他心中的想法，聊聊天在表明(吧 I don't know 不知道)

你有一位認識一陣子的朋友，相處過後發現他的條件你很喜欢(外表、特質、能力)，和她相處也覺得很自在，覺得自己很喜欢他，你是否會向他表達你的心意？

我的回答：☒是/否

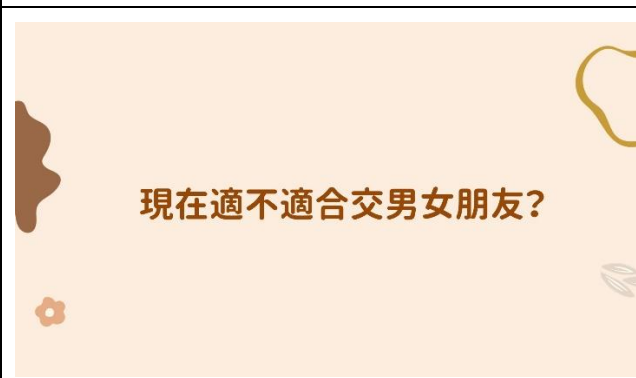
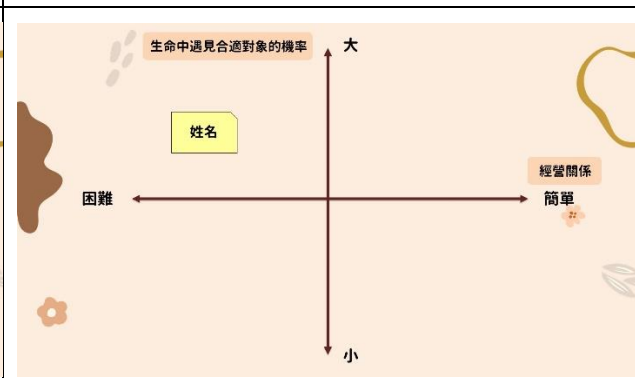
原因：想說出來

可能的告白方式：先問他問題，像他喜歡誰，再把他心意講出來

(六) 使用教材 (例如：ppt、學習單、或其它教學使用之教材內容一如歌詞、書籍、圖片、網站內容等，請盡量詳細列出。)

課程 ppt 呈現表格

第一堂課「我眼中的愛情」

 我眼中的愛情	 談論愛情經驗時... 注意事項 * 尊重 自己、他人的感受 不談論八卦 * 保密
 現在適不適合交男女朋友?	 生命中遇見合適對象的機率 姓名 困難 經營關係 簡單 大 小
 對於愛情,我的想像是... 挑一張牌卡! 能代表對你而言,你所認為的愛情模樣	 挑完牌卡後 想一想 * 選擇的牌卡 * 選擇的原因 * 你的感受 * 達成或避免的方式
 示範 * 選擇的牌卡 牌卡裡的人事物,如我看到... 我看到一群人為了同一個目標, 一起努力的互相支持與幫助	 示範 * 選擇的原因 我選這張牌卡的原因是我認為... * 你的感受 當愛情中出現互相支持時,讓我感到很安心,因為...

示範



達成或避免的方式

可以達成彼此互相支持的方法：

1. 彼此每週保留互相談心的時間，交流彼此的想法
2. 給對方保有自己的生活圈

第二堂課「心之所向」

心之所向



愛情二選一

品學兼優但個性木頭 活潑有趣但功課極差



愛情二選一

外貌普通但很貼心 顏質爆表但脾氣不好



愛情二選一

他比較喜歡我 我比較喜歡他



真誠	熱情/浪漫	疼我、寵我	欣賞我/ 以我為榮	衛生習慣好
有責任感	專情	願意一起成長	漂亮/帥氣	學識豐富/ 會讀書
細心體貼	有上進心	願意給我空間	有錢/ 會賺錢	會讚美/ 說甜話
敏感/ 心思細膩	願意讓我了解 他，願意分享 他的事情	會給我驚喜	興趣相近	有才華
幽默	接納我、 包容我	能了解我、 懂我	無不良嗜好	會撒娇
溫和/ 脾氣好	願意聽我說話	和我相處時， 他是快樂的	身材好/身高	給我很多的擁 抱、親吻

我期望對方具備的條件

✧ ✎ 藍筆圈出10個重視的

✧ ✎ 紅筆劃掉5個相對不重要的

真誠	熱情/浪漫	疼我、寵我	欣賞我/ 以我為榮	衛生習慣好
有責任感	專情	願意一起成長	漂亮/帥氣	學識豐富/ 會讀書
細心體貼	有上进心	願意給我空間	有錢/ 會賺錢	會逗笑/ 說幽默話
敏感/ 心思細膩	願意讓我了解他、願意分享他的事情	會給我驚喜	興趣相近	有才華
幽默	接納我、包容我	能了解我、懂我	無不良嗜好	會撒娇
溫和/ 脾氣好	願意聽我說話	和我相處時，他是快樂的	身材好/身高	給我很多的擁抱、調味

特質 態度 現實條件 能力 肢體接觸

我的標準

在現實生活中可能是...

* 可觀察到的

- * 細心體貼
→ 會注意到我心情不好，跑來關心我
- * 有上进心
→ 為了考進校排名前20，上課認真做筆記並檢視自己錯誤的地方
- * 身材好/身高
→ ???公分以上

第三堂課「愛情開始的那一刻」

愛情開始的那一刻

真誠	熱情/浪漫	疼我、寵我	欣賞我/ 以我為榮	衛生習慣好
有責任感	專情	願意一起成長	漂亮/帥氣	學識豐富/ 會讀書
細心體貼	有上进心	願意給我空間	有錢/ 會賺錢	會逗笑/ 說幽默話
敏感/ 心思細膩	願意讓我了解他、願意分享他的事情	會給我驚喜	興趣相近	有才華
幽默	接納我、包容我	能了解我、懂我	無不良嗜好	會撒娇
溫和/ 脾氣好	願意聽我說話	和我相處時，他是快樂的	身材好/身高	給我很多的擁抱、調味

特質 態度 現實條件 能力 肢體接觸

成為更好的我

✧ ✎ 螢光筆畫下目前所具備的

✧ ✎ 一個具體培養的行為

找到你的理想情人

1. 找到你重視的價值觀
2. 配對方式：**猜拳一次**
若平手則配對成功，若失敗則找下一位同學
3. 記錄自己猜拳次數
4. 目標：價值觀都是彼此的在前5個內

✱ 影響你決定是否和對方猜拳的原因

剛剛的過程... ✱ 過程中失敗或成功的感受

✱ 堅持? 妥協?

影響兩個人在一起的可能原因?

講桌

4 3 2 1

彼此契合(符合條件)

外貌

願意付出

自我成長

相似

影響愛情發生的因素

一個人是否吸引你

第四堂課「愛情的經營1」

愛情的經營

課程回顧

愛情想法及期待

愛情價值觀

愛情的發生

✧ 對於此行程的想法或感受

✧ 行程的優勢、缺點

分組討論

約會當日會先約12點左右去吃午餐，地點會選在附近的咖啡廳或輕食店，邊吃午餐邊聊天。

吃完飯後休息一下大概1點半就開始逛展，逛展中間找個適當的時機偷去買紀念品，逛到大概5點半左右去吃晚餐。

餐廳我會選日式料理店（因為我喜歡日式料理XD），吃飯途中可以聊聊剛剛逛展的心得。

吃完晚餐之後在附近散步聊天，或是有意願找個附近的桌遊店玩一下。

覺得時間差不多的時候拿出下午偷偷準備的紀念品送給對方，然後跟對方道別。

以上，打完之後才發現好像網路上隨處可見的約會攻略XD

我比較喜歡隨興一點的規劃，也不知道要詳細到甚麼程度，所以只排出了大概的行程，也有可能完全不照行程跑就是。

10:00 建議松江南京站集合，雙方認識短暫的自我介绍破冰後，步行約15分鐘，前往維多利亞公園。 10:10 參觀維多利亞公園。 公園地方才得見面，這不是很熟識，選擇一個比較公開的場所，可以一邊參觀，一邊進行交流。 預計參觀時間大約90分鐘。 步行約10-15分鐘，前往餐廳，途中會經過風廊一時的景觀看到，如果時間許可可以順道過去拍照打卡。 12:00 前往餐廳享用午餐，能與餐廳主要是提供晚餐料理，也有紅燒燉牛肉或者燉雞湯可供選擇。 如果對吃菜或下午茶點有興趣，也可以去附近的11 Patisserie或吃義大利麵。 14:00 步行約15分鐘，前往豐利公園，體驗與公園散步。 該公園是華人合作的客家社區，增添彼此交流的機會，合作關係的維繫加強雙方的關係，也能為後續行程增添話題。 預計遊玩時間大約90分鐘，然後前往前往新寧車站。 16:00 依照對方的興趣與個性，可以選擇前往華山公園，邊散步邊看風景，或者去三民公園或美侖公園散步，欣賞風景自己身為宅宅的一面，如果累了，也可以就近找好巴克或咖啡廳，吃下午茶休息一下。 18:00 晚餐餐廳享用晚餐，一餐大聚餐的行程，最後晚餐好容易一下自己，吃一頓豐盛的晚餐，體驗今天的成果，為美好的一天畫下漂亮的句點。	早起太累了所以睡到11到12點再出門 午餐： AGO AGO-寵物友善餐廳 地址：406台中市北屯區門路93號 想去找這間餐廳很久了，主要是因為可以跟狗狗互動，自己去過幾次哈哈，好像還是隻跟女生一起去比較適合，雖然本身沒在養狗但很喜歡狗。 (古往今來誰能與狗) 可以邊吃邊聊天，可能吃到兩點三點間。 吃完午餐，中廣園遊街或慈惠美散步，中國園有些店家挺好玩的，勁美的話節目偶爾會有一些活動舉辦，自己去覺得那邊走路挺舒服的，還可以去逛個誠品買個書，喜歡買一些話語的書來看。 晚餐： 信兵衛手作丼飯壽司 大馬路：代目 地址：401台中市東區大馬路59號 太棒了，真的好吃，很喜歡他們的丼飯，吃起來很爽。 平時唯一的運動是滑板，晚餐結束去運動，這新的一年滑板教練，晚餐後的活動有想看看電影或是去酒吧，但想說以第一次約會來說去這些地方好像不太ok哈哈，所以還是教約會對象玩個滑板好了。
行程： 14:00 - 16:00 手作體驗課 (調酒、咖啡、多肉盆栽) 16:00 - 16:15 車程 (Uber) 16:15 - 17:40 逛花街的下午茶點心店 17:40 - 18:00 步行 18:00 - 19:30 逛大稻埕碼頭市集，看夕陽 19:30 晚餐 *備註：晚餐吃火鍋絕對不會錯 活動細節： 14:00 - 16:00 手作體驗課 (調酒、咖啡、多肉盆栽) 調酒咖啡：適合喜歡喝酒或平常會喝点小酒的女生 多肉盆栽：適合喜歡文藝的女生 備註：自己親手多肉盆栽，因為比較不用算比例，適合不想煩瑣的，但如果是對方是比較外向的女生，或者想體驗自己就很喜歡教香氣咖啡，我還是為了能先給香氣咖啡SOP。 小心機： 1. 一定要看老師，她有需要幫忙給經驗！ 2. 就那天了解她的嗜好、興趣。 16:00 - 16:15 車程 (Uber) 16:15 - 17:40 逛花街的下午茶點心店 備註：如果沒話聊，就前往附近的小店，附近有多優秀的古董店、雜貨店。 17:40 - 18:00 步行 小心機：把充电宝的小組給拿出來，第一次約會她總是被卡住她的機會就來了，把這半邊的時間給出來XD。 18:00 - 19:30 逛大稻埕碼頭市集，看夕陽 備註：夕陽餘暉時間：18:22 小心機：可以選2樓，享受人比較少的夕陽，切記不能太早會黑。 19:30 晚餐 小心機： 1. 把小禮物送給她，說一下這的心意，然後開聊，低調是她的樣子。 2. 如果沒有需求，可以陪她回家 (但需要搭捷運)。 3. 如果還有時間，記得開個玩笑。	回首歷史一日遊 09:30 台北火車站集合 09:40 搭乘捷運至士林並步行走到士林官邸 (約0分鐘) 10:00 參觀士林官邸 (逗留約1小時) 11:00 步行至頤林國小 搭乘255區間車815小18至故宮 (約15-30分鐘) 11:30 故宮晶華午餐 (約2-3小時) 13:00或14:30 參觀故宮 (逗留約2-3小時) 16:30 步行至至善園 (逗留約1小時內) 17:00 步行至至善園 搭乘255區間車815小18公車至劍潭站至台北火車站 (約20-40分鐘) 18:00 台北火車站 解散
1. 小明和小琪是國中生，兩人剛開始交往不到一個月的時間，而這一次兩人第一次相約出去，對於該去哪裡約會而煩惱，需要大家的建議！ * 換你設計！ 2. 小明和小琪是國中生，兩人已交往半年的時間，而兩人相約周末出去，卻還是對於該去哪裡約會而煩惱，需要大家的建議！	* 時間：周末早上9.30到晚上8點 * 對象：國中生 * 注意事項：剛開始交往第一次約會 交往一陣子的約會 * 替此行程命名 換你設計！
* 行程名字 換你設計！ * 行程介紹 * 行程的重點特色	

第五堂課「愛情的經營2」

愛情的經營 Part 2

講桌

21	26	27	2	3
28	29	31	4	9
5	7	22	23	24
10	11	25	30	32

* 考量拿到的情境

設計提醒！ * 行程名字

* 行程的重點特色

第一次約會

時間	行程
9:30-10:00	目的地(兩人知道的國中)集合，坐到淡水(捷運)
10:30	小白宮
12:00	去吃文化阿給
12:30	搭船到漁人碼頭
17:00	逛附近街道及拍照+吃
17:30	海邊夕陽+拍照
18:00	吃晚餐
19:30	搭捷運回家

時間	行程
10:00	集合
10:30	吃早餐
11:00	松山文創園區
12:00	吃午餐
13:00	木柵動物園
16:00	貓空纜車
17:00	晚餐
19:00	看夜景
20:00	慢走不送

交往半年以上的約會

時間	行程
9:30	台北車站集合
9:35	搭捷運到國父紀念館+步行到松菸文創園區(約30~40分)
11:30	去西門町吃午餐(1hr30min)
	看電影
15:30	逛唐吉訶德
16:30	去貓咪咖啡廳(下午茶)(西門町)
18:00	吃晚餐(板車地下街)
19:00	去耶誕城(逛+看演唱會)
20:00	回家

時間	行程
10:30	集合去西門町
10:35	彩虹斑馬線(5min)
12:00	逛街+唐吉訶德
12:30-14:00	午餐
14:30	西門紅樓(逛街)
14:45	誠品(逛街)
15:40	電影
19:00	日式料理(晚餐)
20:30	告別

雙方的價值觀差異

相同的地方

相異的地方

負面影響？ 正面影響？

雙方想要的東西不同時，該怎麼辦？

第六堂課「面對愛情，那你呢？」

第一堂 * 愛情的看法、想像

第二堂 * 期待的理想情人

第三堂 * 影響愛情發生的可能原因

第四、五堂 * 交往後的關係經營

經營關係的原則

互相尊重

溝通、表達想法

保有自己的空間

情境練習

先根據情境回答問題

小組討論

上台分享

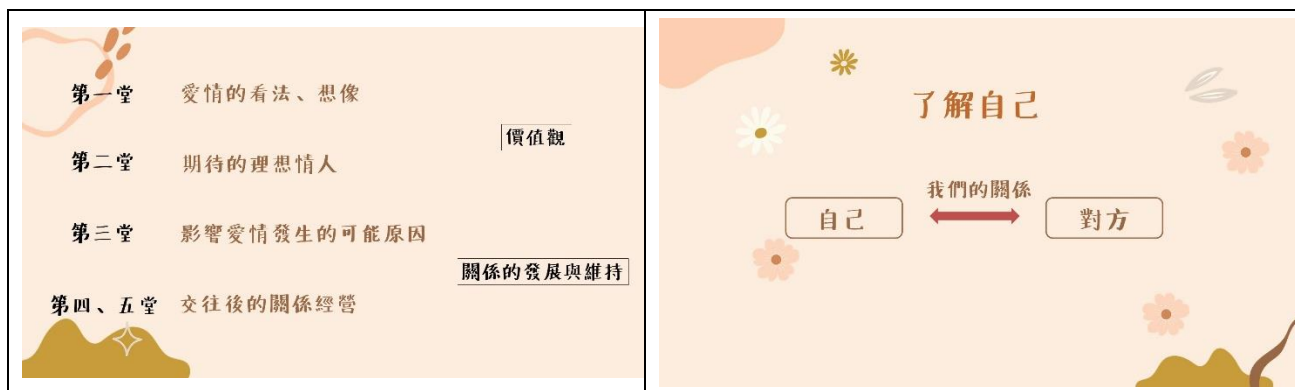
✧ 當有人向你告白，而平時你們也聊得很來，你是否會接受他的告白？你考慮的因素有哪些？

✧ 你有一位認識一陣子的朋友，相處過後發現他的條件你很喜歡(外表、特質、能力)；和她相處也覺得很自在，覺得自己很喜歡他，你是否會向他表達你的心意。原因是？告白可能的方式？

✧ 你的另一伴覺得你陪伴他的時間太少(兩人想要的東西不同)而經常吵架，這時你會如何怎麼做呢？

✧ 當你發現另一伴的缺點，且是你無法接受的生活習慣，你會怎麼做呢？

✧ 當另一伴想要看你的手機通訊軟體，你是否願意？你會如何回應他？



學習單

第一堂課「我眼中的愛情」學習單

我眼中的愛情



班級：

座號：

姓名：

1. 描述你所選擇的卡牌。
2. 選擇這個卡牌代表愛情的原因/與愛情的關聯。
3. 當愛情中出現這樣的模樣時，你的感受是…？
4. 雙方有哪些行為可以達成/避免這樣的模樣？

第二堂課「心之所向」學習單

心之所向

班級： 座號： 姓名：

1. 我所重視的價值觀

真誠	熱情/浪漫	疼我、寵我	欣賞我/ 以我為榮	衛生習慣好
有責任感	專情	願意一起成長	漂亮/帥氣	學識豐富/ 會讀書
細心體貼	有上進心	願意給我空間	有錢/ 會賺錢	會讚美/ 說甜甜話
敏感/ 心思細膩	願意讓我了解 他、願意分享 他的事情	會給我驚喜	興趣相近	有才華
幽默	接納我、 包容我	能了解我、 懂我	無不良嗜好	會撒嬌
溫和/ 脾氣好	願意聽我說話	和我相處時， 他是快樂的	身材好/身高	給我很多的擁 抱、觸碰

2. 在現實生活中，我的標準可能是...

我重視的價值觀	具體描述

3. 成為更好的自己吧！

成為更好的情人，我能做到的	具體行動

第四堂課 Facebook 粉專：直男行為研究社的「一日約會計畫」

約會當日會先約12點左右去吃午餐，地點會選在附近的咖啡廳或輕食店，邊吃午餐邊聊天。

吃完飯後休息一下大概1點半就開始逛展，逛展中間找個適當的時機偷偷去買紀念品，逛到大概5點半左右去吃晚餐。

餐廳我會選日式料理店（因為我喜歡日式料理XD），吃飯途中可以聊聊剛剛逛展的心得。

吃完晚餐之後在附近散散步聊天，或是看意願找個附近的桌遊店玩一下。

覺得時間差不多的時候拿出下午偷偷準備的紀念品送給對方，然後跟對方道別。

以上，打完之後才發現好像網路上隨處可見的約會攻略XD

我比較喜還隨興一點的規劃，也不知道要詳細到甚麼程度，所以只排出了大概的行程，也有可能完全不照行程跑就是。

10:00

捷運松江南京站集合。雙方經過短暫的自我介紹破冰後，步行約10分鐘，前往袖珍博物館。

10:10

參觀袖珍博物館。

考量雙方才剛見面，還不是很熟識，選擇一個比較公開的場所，可以一邊參觀一邊進行交流。

預計參觀時間大約90分鐘。

步行約10-15分鐘，前往餐廳。途中會經過風靡一時的歪腰郵筒，如果時間許可可以順道過去拍照打卡。

12:00

熊派餐廳享用午餐。熊派餐廳主要是提供排餐料理，也有紅酒燉牛肉或者咖哩飯可供選擇。

如果對方吃素或者不喜歡排餐料理，也可以改去附近的11 Pasta食義吃義大利麵。

14:00

步行約5分鐘，前往魔方貝斯，體驗密室逃脫遊戲。

透過需要雙人合作的密室逃脫遊戲，增進彼此交流的機會，合作闖關的經驗加深雙方的信賴，也能為後續行程增添話題。

預計遊戲時間大約60-90分鐘。搭乘捷運前往忠孝新生站。

16:00

依照對方的興趣與個性，可以選擇前往華山公園一邊散步一邊看展閒聊，或者逛三創生活園區與唐吉軼德，稍微展現自己身為宅宅的一面。如果逛累了，也可以就近找星巴克或者咖啡廳，吃下午茶休息一下。

18:00

貳樓餐廳享用晚餐。一整天緊湊的行程，最後應該好好犒賞一下自己，吃一頓豐盛的晚餐，聊聊今天的感想，為美好的一天畫下漂亮的句點。

早起太累了所以睡到11到12點間再出門

午餐：

NAGO NAGO-寵物友善餐廳

地址：406台中市北屯區同榮路93號

想去吃這間餐廳很久了，主要是因為可以跟狗狗互動，自己去感覺怪怪的哈哈，好像還是要跟女生一起去比較適合，雖然本身沒在養狗但很喜歡狗。

（吉娃娃請離開謝謝）

可以邊吃邊聊天，可能吃到兩點三點間。

吃完午餐，一中商圈逛街或是勤美散步，一中商圈有些店家挺好逛的，勤美的話假日偶爾會有一些活動舉辦，自己去覺得那邊走路挺舒服的，還可以去逛個誠品買個書，喜歡買一些酷酷的書來看。

晚餐：

信兵衛手作丼飯壽司 大勇町二代目

地址：401台中市東區大勇街59號

太扯了，真的好吃。很喜歡他們的丼飯，吃起來很爽。

平時唯一的運動是滑板，

晚餐結束去運動，當妳的一日滑板教練。

晚餐後的活動有想過看電影或是去酒吧，但想說以第一次約會來說去這些地方好像不太ok哈哈

所以還是教約會對象玩個滑板好了

行程：

14:00 - 16:00 手作體驗課（調酒蠟燭 or 多肉盆栽）

16:00 - 16:15 車程（Uber）

16:15 - 17:40 迪化街的文青咖啡店

17:40 - 18:00 步行

18:00 - 19:30 逛大稻埕碼頭市集，看夕陽

19:30 賦歸

*雨備：晚餐吃火鍋絕對不會錯

活動細節：

14:00 - 16:00 手作體驗課（調酒蠟燭 or 多肉盆栽）

調酒蠟燭：適合喜歡香氣蠟燭或平常會喝酒小酌的女生

多肉盆栽：適合文青女孩

備註：自己傾向多肉盆栽，因為比較不用算比例，適合不愛頭腦的我，但如果對方是比較外向的女生，或者知道她自己就很喜歡香氣蠟燭，我願意為了她先偷學香氣蠟燭SOP。

小心機：

1. 一定要有老師，如有需要幫忙緩和氣氛！

2. 從聊天了解她的嗜好、興趣。

16:00 - 16:15 車程（Uber）

16:15 - 17:40 迪化街的文青咖啡店

備註：如果沒話聊，就前往附近的小店，附近有多優秀的古著店、選物店。

17:40 - 18:00 步行

小心機：把充好電的小風扇拿出來，第一次撐傘感覺太尷尬，但下雨你的機會就來了，把濕半邊的肩膀露出來XD。

18:00 - 19:30 逛大稻埕碼頭市集，看夕陽

備註：夕陽標準時間：18:22

小心機：可以選2樓，享受人比較少的夕陽，切記不能太早，會熱死。

19:30 賦歸

小心機：

1. 把小禮物送給她，說一下送的心意，然後閉嘴，低調是最帥的樣子。

2. 如果有需求，可以陪她回家（但需要搭捷運）。

3. 如果會看星星，記得跟她分享。

背面

拿到的行程編號：

看到此行程的想法：

看到此行程的感受：

此行程的優缺點：

為此行程評分吧(1~5分)：

第四堂課小組一日約會計畫討論單

我這組的組員有：

我們這組設計的行程：

時間：周末9點半至20點 對象：國中生 剛交往的第一次約會

我們將此行程命名為：

上面行程的重點特色

- | | | | | |
|--------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|------------------------------------|------------------------------|
| ☐ 給對方驚喜 | ☐ 氣氛 | ☐ CP值高 | ☐ 有彼此交流的機會 | ☐ 奢華 |
| ☐ 知性 | ☐ 浪漫 | ☐ 簡單 | ☐ 製造兩人之間的話題 | ☐ 其他： |

我這組的組員有：

我們這組設計的行程：

時間：周末9點半至20點 對象：國中生 交往半年以上的約會

我們將此行程命名為：

上面行程的重點特色

- | | | | | |
|--------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|------------------------------------|------------------------------|
| ☐ 給對方驚喜 | ☐ 氣氛 | ☐ CP值高 | ☐ 有彼此交流的機會 | ☐ 奢華 |
| ☐ 知性 | ☐ 浪漫 | ☐ 簡單 | ☐ 製造兩人之間的話題 | ☐ 其他： |

第六節課情境討論單

班級： 座號： 姓名：

你的另一伴覺得你陪伴他的時間太少(兩人想要的東西不同)而經常吵架，這時你會如何怎麼做呢？(至少想出兩個方法)

我的回答：

其他組員的方法：

班級： 座號： 姓名：

你有一位認識一陣子的朋友，相處過後發現他的條件你很喜歡(外表、特質、能力)，和她相處也覺得很自在，覺得自己很喜歡他，你是否會向他表達你的心意？

我的回答：是/否

原因：

可能的告白方式：

班級： 座號： 姓名：

當有人向你告白，而平時你們也聊得很來，你是否會接受他的告白？你考慮的因素有哪些？

我的回答：接受/不接受

	考慮的因素
我的	
組員的	

班級： 座號： 姓名：

當另一伴想要看你的手機通訊軟體，你是否願意？你會如何回應他？

我的意願：是/否

回應方式：

班級： 座號： 姓名：

當你發現另一伴的缺點，是你無法接受的生活習慣，你會怎麼做呢？(至少想出兩個方法)

我的回答：

其他組員的方法：

（七）教材資源或其他參考資料（清單）

1. 關係卡卡
2. 愛情卡
3. 孫中興（2016）。學著，好好愛：台大超人氣「愛情社會學」精華，六堂愛的必修課，翻轉愛的迷思。台北市。三采文化。
4. [Facebook 粉專：直男行為研究社的「一日約會計畫」](#)