

111 年性別平等教育優良教學方案甄選活動教案設計

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		當「愛」不再是「礙」，幸福就在身邊		
實施年級		☐ 高中（年級：_____） ☐ 高職（年級：_____） ☒ 國中（年級：8） ☐ 國小（年級：_____）		
節數		節數 8（合計 360 分鐘）		
課程類型		☒ 議題融入式課程， 融入領域/科目： <u>健體領域健教科</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	健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用是當的策略，處理與解決體育與健康的問題。 健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動與健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。		
	學習表現	1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 2a-IV-2 自主思考健康問題所造成的威脅感與嚴重性 2b-IV-1 堅守健康的生活規範、態度與價值觀。 3a-IV-2 因應不同的生活情境進行調適並修正，持續表現健康技能。 3b-IV-1 熟悉各種自我調適技能。 3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。 3b-IV-4 因應不同的生活情境，善用各種生活技能，解決健康問題。		
	學習內容	Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。 Db-IV-5 身體自主權維護的立場表達與行動，以及交友約會安全策略。 Db-IV-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。		
性平教育議題	核心素養	性 A2 覺知生活中性別刻板、偏見與歧視，培養性別平等意識，提出促進性別平等的改善策略。 性 A3 維護自我與尊重他人身體自主權，善用各項資源，保障性別權益，增進性騷擾、性侵害與性霸凌的防治(制)能力。		

	學習主題	身體自主權的尊重與維護。 性騷擾、性侵害與性霸凌的防治。 科技、資訊與媒體的性別識讀。
	學習內涵	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。 性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 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. 覺察自我對欣賞、喜歡、愛的不同感受，並思考興趣、欣賞、喜歡、愛之間的關係。 2. 引導學生欣賞他人的優點，練習表達與讚美，並帶領學生欣賞自己的優點，增進對自我價值感。 3. 引導學生了解情感關係的發展中時間與相處是重要的要素。分析邀約和約會時應注意原則，並蒐集資料擬定合宜的約會行程。 4. 覺察並表達自我身體界線，尊重他人的身體自主權。 5. 認識身體界線與身體自主權之定義，覺察自我對身體接觸的界線。 6. 了解性騷擾、性侵害、約會強暴與灰色強暴之定義與影響。 7. 探究情感關係中可能會出現的衝突。 8. 利用生活技能以因應各種情感議題。 9. 辨識恐怖情人特質。 10. 學習避免發生分手暴力的策略。 11. 澄清自我對愛情的態度與價值觀 12. 了解分手時應具備的態度與觀點，透過合適管道尋求協助、抒發情緒
設計理念 (含動機)		少男少女的情感萌芽： 國中的少男少女們正情竇初開，對於愛情有許多的幻想與期待，青春期的他們渴望被愛，同時也在學習如何愛一個人。在面對情感關係的過程中，總有許多困惑以及說不出口的心事。 但情感教育在家庭中容易被忽視，父母們期望期望孩子滿十八歲的早晨起床時就得到天啓，了解所有關於性的正確知識。但成年才懂性知識，恐怕為時已晚。很多人因為小時候性知識不足，在不知情的狀況下被性騷擾，或是去性侵別人。 青春期的孩子們不懂何為愛情，如何談感情，也不知道如何開口詢問，所以從網路、電視、小說中認識戀愛這件事，造成孩子對於戀愛有過度夢幻浪漫的幻想，對於情感關係有錯誤理解的狀況。 所以，全人性教育不是一項「選擇」，而是一種「需求」。全人性教育談論的不只有性行為，而是情感關係教育。而性別平等議題是為了實踐「性的平等與民主」，讓關係中的雙方都可以更加理性、勇敢的表達想法。 在情境中學習全人性教育的核心素養： 全人性教育，不僅教育孩子們如何愛人，更重要的是要認識自己，並且愛自己，同時讓自己成為值得被愛的人。 故本課程希望以貼近學生的角度，從學生的生活開始討論關係的發展，帶領學生思考每個關係階段中可能會發生的問題，學習解決問題的技巧和態度，察覺和建立自己的愛情價值觀。並期待在課程結束後學生可以表達自己的情感，做出有效溝通。

	性教育中的性別平等： 如前面所說，性教育是情感教育，在關係互動中每個人都應該學會保護自己的身體，並且勇於表達自己的態度與想法，故本性教育課程中融入性別平等議題中身體自主權的尊重與維護、性騷擾、性侵害與性霸凌的防治兩個主題，同時結合議題中科技、資訊與媒體的性別識讀主題，帶領學生反思媒體中對於兩性互動的偏見與不合理。 Relationship： 每一個人都會有屬於自己的愛情故事，每個人面對愛情時的反應都不相同，每個人會遇到的情境也不盡相同。但可以確定的是，愛情就跟數學習題一樣，需要不停的練習，了解其中的道理才能夠泰然面對。 所以，本教案設計希望從朋友的歷程開始，隨著關係的進展，帶領學生認識每個階段可能會出現的問題，以及反思自己該如何成為一個懂得愛人，以及值得被愛的人。 同時，過程中將結合雙語教學，讓學生藉由中文和英文去了解每個詞彙背後的差異，以明確釐清自己的感受，同時也可以利用英文讓學生們可以找到另一種表達方式。 課程預期成果： 1. 覺察自我的愛情價值觀與心理感受，並理解和尊重每個人的價值觀與感受皆不同。 2. 能夠利用同理心去理解他人的想法、態度、行為，並且選擇合宜的表達方式表達自己的感受。 3. 能夠發展出在親密關係中，適合自己的溝通方式與自我調整方法。
教學對象與場域分析	實施對象為台北市北投區某國中的國二學生，該校對於生活教育管教甚嚴，學生之家庭背景多為高社經背景，但其中不乏家庭問題繁多以致於造成學生心理壓力大、易表現偏差行為。
學習評量方式與重點	L1 評量：利用高層次紙筆測驗，依據學習單的完成度，評量學生對於欣賞、喜歡與愛的覺察與認識程度。 L3 評量：利用小組合作學習法，讓學生一同規劃約會行程，並進行發表，評分重點為約會行程的完整度以及符合目標程度。 L6 評量：利用學習單評量使用我訊息表達能力。 L7 評量：利用學習單評量學生對危險情人特質行為之了解。 L8 評量：利用四格漫畫評量學生對於分手後可能的情況的認知。
使用教材(含媒體)	教師自製簡報與學習單
補充教材	無
參考資料	一、指定參考資料： 真善美教學資源分享網 1. 他都會道歉啊！——親密關係之暴力 2. 分手的藝術影片 二、其他參考資料： 3. 性別平等教育：教學資源手冊（2019）（心理出版社）。

4. [十二年國民基本教育課程綱要](#)
5. [十二年國民基本教育課程綱要 議題融入說明手冊](#)
6. 衛生福利部國民健康署 健康九九網站
 - [你是個好情人嗎？－如何建立穩定的情侶](#)
 - [邀約四撇步](#)
7. 自由時報
 - [跟騷法 6/1 上路！超有才女警畫萌圖 一次看懂 8 種態樣](#)
8. ETtoday 新聞雲
 - [資優班導師是狼！國二女遭性侵 「台中房思琪」忍 25 年控明星校長](#)
9. 鳴人堂：
 - [Ying／一場遲來的 Metoo：我所知道的「台中房思琪」資優班性侵事件](#)
10. 中視新聞
 - [竹縣首例！6 旬男跟蹤女 "跟騷法"開告誡單](#)
11. [10 Easy Ways to Improve Your Self Esteem](#)
12. YOUTUBE
 - [梁靜茹 feat. 曹格-PK](#)
 - [IKEA 約會的二三事 廣告影片 吵架篇](#)
 - [他都會道歉啊！－親密關係之暴力](#)
 - [這群人 TGOP | 如果你有這種朋友？\(失戀篇\)](#)
13. 影片：
 - 電影白雪新鮮人片段
 - 日劇花樣男子片段

(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
第一節課： What is this feeling?	1. 覺察自我對欣賞、喜歡、愛的不同感受。 2. 認識興趣、欣賞、喜歡、愛之間的關係。 3. 引導學生了解情感關係的發展中時間與相處是重要的要素。	1. 藉由 What is this feeling 學習單，讓學生判別欣賞、喜歡、愛三者間的不同。 2. 引導學生理解情感關係發展中需要大量的時間相處互動。 3. 引導學生思考愛情四大要素。	教學策略： 利用高層次紙筆測驗，引導學生覺察欣賞、喜歡與愛的不同。 教學評量： 學習單的完整度。
第二節課： Admire	1. 引導學生欣賞他人的優點，練習表達與讚美。 2. 帶領學生欣賞自己的優點，增進對自我價值感。	1. 藉由學生認識的 youtuber 以及自己的好朋友來引導學生去欣賞他人的特質。 2. 理解自我價值感和自尊在情感關係中的重要性，並練習欣賞自己的特質。	教學策略： 利用欣賞教學法，引導學生練習從自己的人際網絡找到另自己欣賞的特質
第三節課： Would you like to go out with me?	1. 分析邀約和約會時應注意原則，並蒐集資料擬定合宜的約會行程。	1. 介紹約會的各種類型，並帶領學生討論約會過程中應注意的事項。 2. 藉由影片討論邀約原則以及約會行程的規畫原則。 3. 結合資訊領域，讓學生利用平板進行小組討論，規劃約會行程。	教學策略： 利用小組合作學習法，讓學生一同規劃約會行程，並進行發表。 教學評量： 約會行程的完整度。
第四節課： May I...?	1. 了解性騷擾、性侵害之定義與影響。	1. 藉由活動讓學生覺察自我的身體界線，反思身體界線與身體自主權。 2. 藉由新聞事件討論性騷擾、性侵害的發生並不遙遠，反思當今天發生在我們身上時，我們應該勇敢表達並拒絕。	教學策略： 利用講述法，搭配真實案例，讓學生反思性騷擾性侵害的影響

第五節課： May I...?(續)	1. 了解性騷擾、性侵害與灰色強暴之定義與影響。	1. 藉由新聞事件討論性騷擾、性侵害對受害者的影響，以及相關輿論可能造成的傷害。 2. 認識灰色強暴，了解 only yes means yes。	教學策略： 利用講述法，搭配真實案例，讓學生思考灰色強暴的定義。
第六節課： Let' s talk	1. 探究情感關係中可能會出現的衝突。 2. 利用生活技能以因應各種情感議題。	1. 藉由歌曲來討論溝通中可能的想法，以及若溝通不良對雙方和情感關係的傷害。 2. 利用影片分析情感關係中的雙方可以如何改變自己的溝通方式，以達到有效溝通。 3. 依據不同情境	教學策略： 利用講述法以及學習單，讓學生練習使我訊息表達方式。 教學評量： 學習單完成度。
第七節課： Abusive partner	1. 帶領學生觀察分析危險情人特質。 2. 引導學生思考健康的愛與不健康關係中愛的元素的差異。	1. 引導學生思考危險情人並非由外表等即可判斷，而是需要時間相處認識才能夠發現。 2. 帶領學生討論危險情人的特質，並思考對健康情感關係的危害。 3. 討論在進入情感關係前我們可以做些什麼以避免不健康關係，以及若真的遇到了我們可以怎麼做。	教學策略： 利用小組討論，覺察自我愛情價值觀以及對愛情的期待。 評量方法： 學習單：觀察並分析紀錄危險情人之特質行為。
第八節課： Brake up	1. 了解分手時應具備的態度與觀點，透過合適管道尋求協助、抒發情緒	1. 帶領學生討論分手的意義。 2. 引導學生小組討論分手後可能會發生的情況。	教學策略： 利用價值澄清法以及小組討論法，引導學生思考分手的意義以及分手後的各種可能，和應對方法。 評量方法： 四格漫畫：學生對於分手後可能的情況的想像。

(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
第一節課 What is this feeling ?			
	【課前準備】 - 上課 ppt - What is this feeling 學習單 【課程內容】 一. 引起動機(10 分鐘) - 課程規則說明 - 為什麼要學愛情？ 說明愛人與被愛是人的基本需求，我們都望可以做這件事情，但這並不容易所以我們才需要學習。 - What is this feeling 學習單 (上半部) 活動目的：思考自己對情感關係各階段的定義與感受。 進行方式：請同學們按照目前對於欣賞、喜歡、愛的了解，以及學習單上的指示完成 What is this feeling 學習單。 小結：有時候我們不只是會愛一個人，我們可能也會愛我們家中的寵物，有時我的喜歡也不一定是針對愛情中的喜歡，我可以喜歡我最好的朋友，欣賞也不一定是因為我喜歡他我才欣賞他，有可能是他的表現特質讓我很佩服很贊同。每個人對於情感的定義還有想法都不一樣，既然如此到底什麼才是健康而且讓人覺得幸福的情感關係呢？	上課 ppt	學習單：記錄欣賞、喜歡與愛的異同。 A 等級： 完整寫出四者分別的定義，並畫出完整的圖表示。 B 等級： 大概寫出四者分別的定義，並畫出簡略的圖表示。 C 等級： 無法寫出四者的定義，並且無法畫出圖表示。

1. 覺 察 自 我 對 欣 賞、喜 歡、愛 的 不 同 感 受。 2. 引 導 學 生 理 解 情 感 關 係 發 展 中 需 要 大 量 的 時 間 相 處 互 動。	二. 發展活動(22 分鐘) 1. 感覺四部曲：興趣 Interest－欣賞 Admire－喜歡 Like－愛 Love 先藉由故事例子幫助學生思考不同情感間的差異。接著教師說明欣賞、喜歡、愛的不同與定義，並引導學生反思情感發展中，時間與相處認識是非常重要的因素。 • 例子 1：最近排球比賽，你看到別班有個同學打得還不錯(興趣) • 例子 2：小學同學不僅是一個很會運動的人，他還很會讀書，而且樂於教同學幫助同學，非常善良(欣賞) • 例子 3：跟朋友相處過程中，你覺得非常開心，回到家還會想著下次要起去哪裡玩，想要跟對方相處(喜歡) • 例子 4：和對方相處的過程中會願意做一些改變，只因為希望對方可以開心，還會為主動去關心對方、照顧對方(愛) 小結：從四個例子中我們可以發現隨著關係的遞進，我們看見的、感受到的越來越多，也越來越深層，同時我們也會為對方付出越來越多，關注關心他們的時間也越來越多。從興趣、欣賞、喜歡到愛，這過程中你們覺得這個過程中需要經歷什麼才有辦法發展下去？時間與認識是非常重要的，時間的磨合與深層的認識才會讓我們知道這個人到底適不適合我，以及我對這個人的情感到底是什麼，所以時間與相處是重要且不可少的部分。 2. What is real love? 統整目前上課的內容，並引導出愛包含著了解、關懷、尊重與責任。
---	---

	三. 統整活動 (13 分鐘) 1. What is this feeling 學習單 (下半部) 請學生統整今天學到的內容，並結合自己的想法與經驗，畫一幅圖畫表現這四者情感之間的關係。 並說明下課前要收回，下星期會抽選幾張畫得不錯的圖放進簡報中跟大家分享。		
第二節課 Admire			
1. 引導學生欣賞他人的優點，練習表達與讚美。	【課前準備】 - 上課 ppt - 欣賞大聲說學習單 - 我欣賞我自己學習單 【課程內容】 一. 引起動機(10 分鐘) - 分享上一周學生畫的興趣、欣賞、喜歡、愛的關係圖，並複習上一周上課內容 - 他們有什麼特質？ 詢問學生幾位有名 youtuber 的特色分別是什麼，並歸納出學生欣賞他們的特色是屬於外貌身材、言行舉止、興趣能力還是氣質個性 小結：你們看了很多 youtuber，都很了解他們的特質是什麼，那你有想過你的好朋友擁有什麼特質嗎？ 二. 發展活動(30 分鐘) - 我的好朋友特質 詢問學生自己的好朋友有什麼特質吸引自己，很喜歡他的這個優點，可以秀出特質表讓學生參考。同時詢問學生這個特質與自己是相似還是相反。 小結：吸引我們的特質一開始有可能	上課 ppt	教學策略： 利用欣賞教學法，引導學生練習從自己的人際網絡找到另自己欣賞的特質

2. 帶領學生欣賞自己的優點，增進對自我價值感。	是外表，或者只是因為時間或空間的接近性讓我們認識，但是能夠讓關係繼續維持下去，讓我們想繼續跟他當好朋友，必是他有什麼內在特質讓我們非常喜歡，這個特質可能和我們相似，也可能和我們相反互補，不管怎樣，對彼此欣賞的態度是情感可以繼續維持發展的重要關鍵之一。 2. 欣賞大聲說 小紙條 請學生在欣賞大聲說小紙條上寫下班上同學的特質，請幾位同學上台發表後，請大家把寫好的學習單送給對方，表達自己的欣賞。 小結：同學們寫給自己的紙條中有些特質我們自己已經知道的，有些則是我們沒有意識到，但卻被別人看見了。當然老師相信一定還有一些特質是別人沒有發現，所以欣賞同學們後，我們要來練習欣賞自己！ 3. 我欣賞我自己 小紙條 教師先說明欣賞自己是為了提升自己的自尊，讓自己練習去愛，欣賞自己然後愛自己，最後才能夠有足夠的自信與能力愛別人。 小紙條完成後請同學們自己交上來，說明老師不是為了打成績，而是為了要更認識大家的特質。 三. 統整活動(5 分鐘) 今天從同學們那裏收到的欣賞紙條請大家收好，有一天當我們遇到挫折難過時，不要忘記我們是有一個充滿優點值得被愛的人。		
---------------------------------	--	--	--

第三節課 Would you like to go out with me?

1. 分析邀約和約會時應注意原則，並蒐集資料擬定合宜的約會行程。	【課前準備】 1. 上課 ppt 2. 平板 (事先要填寫的約會評分表和約會計畫學習單匯入到平板) 3. 學生上課前先分組坐好 【課程內容】 一. 引起動機(5 分鐘) 1. 複習前兩堂課提到的愛的四要素以及情感關係的發展需要時間以及互動認識 二. 發展活動(37 分鐘) 1. How to know you? 教師介紹約會的類型分成團體活動、團體約會、單獨約會、固定對象，並說明約會過程中應注意的事項及約會的目的。 2. How to ask you? 藉由花樣男子影片引導學生思考邀約時應注意的事項即應遵守的原則 3. How about this date? 藉由白雪新鮮人影片讓學生使用平板，並小組討論為這個約會行程評分，並提醒學生設計約會計畫時應注意的原則。 4. Would you like to go out with me? 利用平板讓學生小組討論規劃約會行程。並說明評分標準以及約會計畫格式。 三. 統整活動(3 分鐘) 請學生將平板繳回，下一次上課時請每一組派一位同學上台來分享約會計畫。	上課 ppt 花樣男子邀約影片 白雪新鮮人邀約影片 邀約四撇步	教學策略： 利用小組合作學習法，讓學生一同規劃約會行程，並進行發表。 教學評量： 約會行程的完整度。 A 等級： 完整寫出邀約的方式、目的、內容和約會計畫、預算。 B 等級： 大概寫出邀約的方式、目的、內容和約會計畫、預算。 C 等級： 無法寫出邀約的方式、目的、內容和約會計畫、預算。
---	--	---	--

第四節課：May I...?

1. 認識身體界線與身體自主權之定義，覺察自我對身體接觸的界線。	【課前準備】 4. 上課 ppt 5. May I 學習單 【課程內容】 一. 引起動機(12 分鐘) 1. 請學生上台分享上一周的約會計畫，並發下約會計畫回饋單請學生填寫 二. 發展活動(31 分鐘) 1. May I 學習單 請學生在三分鐘內找同學們詢問能不能執行學習單上的動作，若可以才可執行，執行後需簽名。 活動目的：讓學生嘗試開口詢問，過程中覺察自己的身體界線會因對象以及位置而有所不同，若學生是不願意的接觸則表達拒絕。 小結：不舒服就是不舒服，們有權拒絕。 2. 不舒服就是不舒服，我們有權拒絕。 說明不舒服的感受是因為我們的身體界線被侵犯，而拒絕的權力則是我們的身體自主權。 介紹身體界線與身體自主權的定義。 小結：為了保護我們自己，我們要覺察自己的感受，同理我們也要尊重他人的意願，若有侵犯到或被侵犯到身體界線，我們都應該勇敢行使我們的身體自主權，堅定的進行溝通。 3. 性平三法&跟騷法 簡單說明性平三法，並播放新聞片段，介紹跟蹤騷擾防治法 4. #METOO 介紹#METOO 運動，說明性騷擾這件事	課程 PPT 跟騷法 6/1 上路！超有才女警畫萌圖一次看懂 8 種態樣 竹縣首例！6 旬男跟蹤女 "跟騷法" 開告誡單 資優班導師是狼！國二女遭性侵「台中房思琪」忍 25 年控明星校長 Ying／一場遲來的 Metoo：我所知道的「台中房思琪」資優班性侵事件	教學策略： 利用講述法，搭配真實案例，讓學生反思性騷擾性侵害的影響
---	--	---	--

2. 了解性騷擾、性侵害、約會強暴與灰色強暴之定義與影響。	情可能你我都有遇到但我們卻沒人說出口，有一天說出來才會發現這件事不只發生在你一個身上，那會不會你早一點點說，這個傷害人的人可以早一點被抓到，受害者可以少一點？ 5. 台中房思琪案 播放台中房思琪案的新聞片段，說明這是一場發生在台灣의 #METOO 運動和權勢性侵。 三. 統整活動(2 分鐘) 說明下一次上課將更深入的討論台中房思琪案的內容。		
第五節課：May I…?			
1. 了解性騷擾、性侵害、約會強暴與灰色強暴之定義與影響。	【課前準備】 1. 上課 ppt 【課程內容】 一. 引起動機(1 分鐘) 1. 複習上次上課內容 二. 發展活動(32 分鐘) 1. 延續上周台中房思琪案討論 帶領學生討論當事者琪琪在說出這些事情後，被網路上的留言攻擊，這些攻擊的內容合理嗎？另外，對琪琪而言，他內心的感受是什麼？ 這場性侵，是一場權勢性侵，什麼是權勢性侵？ 小結：我們要堅守自己的身體界線，表達我們的感受，保護我們自己的身體。 2. No means No? ONLY YES MEANS YES! 我們要尊重對方的感受，所以當對方說不那就是不，那如果今天對方沒辦法表達自己的意願呢？ 說明什麼是灰色強暴，並引到學生理	上課 ppt	教學策略： 利用講述法，搭配真實案例，讓學生反思性騷擾性侵害的影響

	解 Only YES means Yes 三. 統整活動(2 分鐘) 統整這兩次上課的內容，強調我們應覺察自我的感受，尊重他人的意願，若有任何不舒服的感受，我們都應該要堅定的與對方溝通和拒絕		
第六節課：Let' s talk			
1. 探究情感關係中可能會出現的衝突。 2. 利用生活技能以因應各種情感議題。	【課前準備】 1. 上課 ppt 2. Let' s talk 學習單 【課程內容】 一. 引起動機(15 分鐘) 1. 歌曲賞析 播放梁靜茹與曹格的 PK，並將歌詞給學生看，讓學生從歌詞前半部中分析男方的態度與女方的態度，並詢問學生他們自己在處理衝突時會怎麼做？。接著從歌詞後半部中引導學生反思溝通不良時，感情中的每一個人都會有受到傷害。 二. 發展活動(32 分鐘) 1. 怎麼溝才能通？ 利用梗圖以及人物生氣的照片讓學生理解溝通過程不只有說話內容會影響，表情和動作也會影響到溝通成效。並說明溝通過程中傳遞者與接收者應注意的事項。 2. IKEA 約會 播放 IKEA 約會廣告，並問學生男主角跟女主角表現出來的言行舉止讓你覺得他們各自對於買家具是什麼想法？並討論若男主角是傳遞者，可以怎麼說更好，若女主角是傳遞者，可以怎麼做更好？	上課 ppt 歌曲 pk IKEA 約會的二三事 廣告影片 吵架篇	學習單：使用我訊息溝通方式，練習表達感受與想法。 A 級： 可以完整寫出我訊息的內容，並且完整表達想法。 B 級： 完成部分我訊息的內容，並且能夠大概表達自己的想法。 C 級： 無法完成我訊息的內容，並且無法完整表達自己的想法。

	3. 你訊息，我訊息 介紹你訊息以及我訊息，並且利用剛剛的 IKEA 約會例子做解說 三. 統整活動(10 分鐘) 1. Let' s talk 發情境題讓學生練習如何使用我訊息，並選擇幾位同學發表。 小結：溝通從來就不是容易的事情，需要時間去練習實踐		
第七節課：Abusive partner			
1. 辨識恐怖情人特質。	【課前準備】 1. 上課 ppt 2. 不同顏色的紙和彩色筆 3. 學生先分組坐好 【課程內容】 一. 引起動機(5 分鐘) 1. 播放鬼滅之刃動漫中的角色人物，詢問同學哪個人物他們認為可能是危險情人？ 教師進一步回饋統整表示，危險情人大多時候很難從外表、學歷、性別等判斷，需要加以認識並且從中覺察其情緒行為表現。 二. 發展活動(30 分鐘) 1. 危險情人糾察隊 播放「他都會道歉啊！—— 親密關係之暴力」，接著請同學分析中危險情人有的人格特質或是行為。 教師統整回饋學生，危險情人常見的特質 ■佔有慾、控制慾強 Possessive, controlling ■情緒變化大 Mood changes ■性格不成熟 Immature personality	上課 ppt 他都會道歉啊！—— 親密關係之暴力	教學策略： 利用小組討論，覺察自我愛情價值觀以及對愛情的期待。 評量方法： 學習單：觀察並分析紀錄危險情人之特質行為。 A 等級： B 等級： C 等級：

	願意共同面對暴力問題，尋求專業協助解決之道，才是改變的開始。 • Safety：『安全』才是上策 面對暴力警訊，不要認為一在委曲求全就可保住愛情，自己的人身安全才是最重要的，保持冷靜，凡事多小心保護自己。 • Implement：要求對方『履行』改善行動 觀察對方是否真心承認行為失當，要求對方面對問題寫道歉信或進行相關協談諮商，接受情緒及憤怒管理課程，改善暴力與相處模式。如果對方沒改變誠意或拒絕負責，立刻採取隔離的保護措施，並設法安全分手。		
第八節課：Brake up			
1. 了解分手時應具備的態度與觀點，透過合適管道尋求協助、抒發情緒	【課前準備】 1. 上課 ppt 2. 分手的藝術學習單 【課程內容】 一. 引起動機(5 分鐘) 2. 詢問同學提分手，會覺得是好事還是壞事？ 3. 教師進一步詢問分手的意義 二. 發展活動(30 分鐘) 1. 分手的藝術 播放分手的藝術影片，並發下分手藝術學習單，請每組同學針對學習單上不同的分手形式，後續會發展什麼狀況，請完成四格漫畫。最後請每組同學上台報告，並且給予每組同學回饋。 小結：分手的形式可能對於雙方或是其中一方有影響，因此如何正確且安全分手是我們需要學習的。因此可以嘗試「擇、告、靜、淡、報」安全分手 5 步驟	上課 ppt 分手的藝術影片	四格漫畫：學生對於分手後可能的情況的想像。 A 級： 完整畫出四格漫畫，並且內容符合邏輯。 B 級： 大概畫出四格漫畫，內容大致符合邏輯。 C 級： 未完成四格漫畫，且內容不符合邏輯。

	2. 分手後的調適 1. 教師播放「這群人 TGOP 如果你有這種朋友? (失戀篇)」 2. 分手的感受如同過往所遭遇的難過或遺憾事件後的感受，因此該如何調適，可以循著三要二不。 • 要保持冷靜、從中反省 • 要紓解情緒、維持健康 • 要接受現實、學會遺忘 • 不責備自己、攻擊對方 • 不立即進入下一段感情 三. 統整活動(10 分鐘) 教師總結，其實談戀愛可能因為種種原因而走到分手，因此遇到分手需要嘗試轉換心境。每個人都有自我療傷、心理復原的能力，人生都難免會碰到生離死別，所以分手不是世界末日，有失敗才會有進步，有結束才會有開始；換個角度來看，只要用心處理分手的問題，將所學到的經驗做為進入下一段關係的準備。	<u>這 群 人 TGOP 如果你有這種朋友? (失戀篇)</u>	
--	---	--	--

(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)

在上平等性教育之情感關係這一個單元時候，心中浮出幾個擔憂，包含會不會使學生誤以為老師在教他們談戀愛又或是學生是否可能會無感這個單元，以及該如何拿些國中與高中在這一單元的差別，由於我們學校的學生相對單純保守，因此在教導這個單元上擔憂無法獲得共鳴，因此在設計本單元前請教學校資深的健康教育老師以及與我的夥伴湘穎老師一起進行單元的共備，讓整體的課程設計不僅貼切國中生的需求，也能夠融入多元的教學，達到教學的目標。

因應 2030 雙語國家政策，本單元在設計上，會在某些課程中融入雙語部分，例如，孩子能夠以英文表達對對方的欣賞或是以英文詢問同學是否能夠肢體碰觸，一開始很擔心孩子會很排斥說英文這件事，因此在一開始會邀請幾位同學先示範如何以英文欣賞對方或是詢問對方肢體碰觸的意願，然而實際活動中觀察到，孩子藉由遊戲與他人互動，對於說英文相對不排斥且很熱情表達，並且孩子下課時候，還能延續上課所學，繼續用英文與他人互動，因此在進行雙語融入的部分，得出以下結論，第一，可以用影片、遊戲、故事等方式將英文融入其中，讓孩子不會感到排斥；第二，要讓孩子願意開口說英文，可以多藉由私下與同儕的互動方式，當同學也開口說英文，說英文這件事就不再是奇怪、尷尬；第三，身為教師要以身作則，先示範給同學看，讓孩子熟習在英文環境當中。

其次，目前台北市積極在推生有平板，因此本課程中融入平板教育，本單元中有一堂讓孩子設計健康的約會行程中，使用平板和筆電讓孩子將約會行程打在 google 共編，孩子在這過程中，不僅可以嘗試以電子檔呈現自己作品以外，也可以欣賞他人作品，並且給予回饋，然而操作平板過程中，最大的問題是網路不穩的問題，除了期待學校能給予網路的改善外，給予老師機會省思當平板無法好好操作時候，教師可以如何因應，包含使用自身手機網路與同學分享以及採取紙本或是黑板呈現代替。但因為學生藉由操作平板的方式，不僅學生學習動機比以往還強烈，還發現很多學生會懂得找資料，讓整體的作業更加豐富。

第三，針對教學內容部分，本課程設計中，最大目標希望孩子在任何一段關係中，能學會尊重、關懷、責任、溝通、拒絕等，因此有很多屬於情意面的內涵，需要將他具體化呈現，是我們的一大挑戰，在過去的觀察學生學習反應，發現孩子對於這些抽象詞彙，會比較難去真正理解並執行，因此在本課程設計中，每一環節的活動嘗試將這些概念融入，而孩子在過程中會慢慢去修改與省思自己的人際關係，此外，本課程也大量以問題討論，激發孩子思考能力，發現藉由說真實故事或是影片方式，孩子會認真傾聽之外，也會主動提出問題，比如：性騷擾、跟騷議題等。因此讓我省思其實面對這個時代的孩子，他們有很多機會接觸不同資訊，然而沒有人協助整理，藉由老師的帶領討論，給予孩子一個正確的觀念以及道德培養，勝過我們害怕會給學生帶來甚麼負面影響。

教學建議

1. 第一堂課在教導學生欣賞、喜歡與愛的差別時候，讓學生先行思考這三個差別，多數同學對於欣賞比較有概念，但對於喜歡與愛會傾向是情侶之間，因此在教學上雖然嘗試協助學生去做個釐清了解，但後續可以再持續對於學生吸收而再進一步確認。
2. 國中生的情感關係的經驗較為兩極，一部分的學生可能是因為從小接觸的電視節目、社交媒體上的故事分享等等，對於愛情的理解和幻想較豐富，所以澄清情感的概念時，各種可能性都需要再仔細地想清楚，才能夠學生的疑惑；另一部分的學生對情感的發展沒有概念，對於愛情也較沒有興趣，所以在舉例教學上需要找更貼近生活，更符合各種不同學生的情感發展的例子，才能使他們對於人際關係互動更加理解。
3. 約會的部分若有較為具體的對象會讓學生可以更具體明確的規劃合宜的約會行程，不會漫

無目的不知道如何計畫，或是過於異想天開的規劃。

4. 性騷擾的課題其實很多學生都有不舒服的身體相關經驗，包含被家人觸碰、被陌生人碰撞、玩的時候被朋友碰到等等，但學生們不知道該如何表達，甚至不敢表達，所以在一開始談性騷擾，甚至是探討更深的情感關係時，建議先建立起學生的自信和並且鼓勵學生表達，同時教導學生該如何溝通與表達。

(五) 上課歷程或學生學習照片 (至少 6 張) (可自行調整)



說明：學生使用雙語正和他人表達自己的欣賞，學習表達正向感受同時建立他人自信。



說明：規劃約會行程後，邀請學生上台發表。



說明：講解約會的各種類型，並利用卡通故事的人物關係做介紹。



說明：請學生上台演練該如何開口邀約對方，思考該如何有禮貌且完整表達約會邀約。



說明：孩子透過平板設計約會行程，不僅刺激孩子學習動機，孩子也有機會欣賞他人作品。



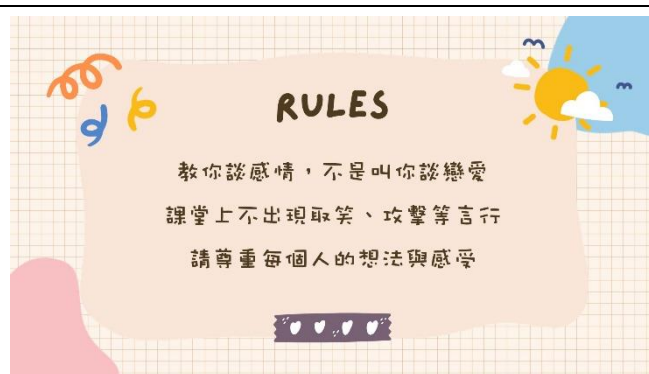
說明：孩子寫在他們心中情感關係應具備那些元素，並且試著將這些元素的重要程度排出順序。

(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。)

網路參考資料連結

1. [真善美教學資源分享網](#)
 - [他都會道歉啊！ — 親密關係之暴力](#)
 - [分手的藝術影片](#)
 - [性別平等教育：教學資源手冊](#) (2019) (心理出版社)。
2. [十二年國民基本教育課程綱要](#)
3. [十二年國民基本教育課程綱要 議題融入說明手冊](#)
4. 衛生福利部國民健康署 健康九九網站
 - [你是個好情人嗎？—如何建立穩定的情侶](#)
 - [邀約四撇步](#)
5. 自由時報
 - [跟騷法 6/1 上路！超有才女警畫萌圖 一次看懂 8 種態樣](#)
6. ETtoday 新聞雲
 - [資優班導師是狼！國二女遭性侵 「台中房思琪」忍 25 年控明星校長](#)
7. 鳴人堂：
 - [Ying／一場遲來的 Metoo：我所知道的「台中房思琪」資優班性侵事件](#)
8. 中視新聞
 - [竹縣首例！6 旬男跟蹤女 "跟騷法" 開告誡單](#)
 - [10 Easy Ways to Improve Your Self Esteem](#)
9. YOUTUBE
 - [梁靜茹 feat. 曹格-PK](#)
 - [IKEA 約會的二三事 廣告影片 吵架篇](#)
10. 影片：
 - 電影白雪新鮮人片段
 - 日劇花樣男子片段

L1 簡報



WHAT WE NEED TO KNOW ABOUT LOVE IS...

人有愛與
被愛的需求

是情感的
交流與分享

愛是需要
學習的

WHAT IS THIS FEELING?

在討論情感關係以前，我們要先來了解不同感受之間的差異，了解情感的發展。
請同學依照目前對於好感、喜歡、愛的了解，思考他們之間的差異以及你認為你對那些人分別抱持著欣賞、喜歡、愛的感受。

我對 _____ 有好感，因為 _____

我喜歡 _____，因為 _____

我愛 _____，因為 _____

THE STORY OF MINE

ADMIRE



開始注意對方
常常聊彼此的事情

LIKE



想多跟他相處
想讓自己變得更好，
好讓對方注意自己

LOVE



關心彼此、陪伴彼此
希望對方好

REAL LOVE IS ABOUT

KNOWLEDGE



了解

CARE



關懷

RESPECT



尊重

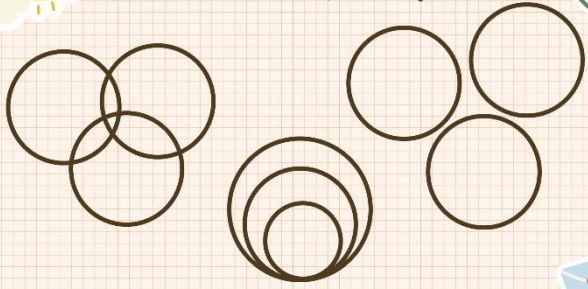
RESPONSIBILITY



責任

情感關係的發展需要有大量的相處
過程中需要去認識對方的不同面向

WHAT IS THIS FEELING?



L1 What is this feeling 學習單

班級 _____ 座號 _____ 姓名 _____

What is this feeling?

在討論情感關係以前，我們要先來了解不同感受之間的差異，了解情感的發展。
請同學依照目前對於好感、喜歡、愛的了解，思考他們之間的差異以及你認為你對那些人分別抱持著欣賞、喜歡、愛的感受。

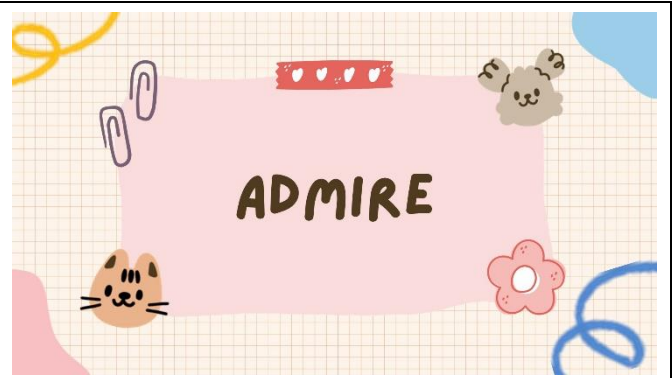
我對 _____ 有好感，因為 _____

我喜歡 _____，因為 _____

我愛 _____，因為 _____

請劃出你認為好感、喜歡、愛之間的關係圖

L2 簡報



DO YOU ADMIRE HIM/HER?

NOTES

- 外貌身材
- 言行舉止
- 興趣能力
- 氣質個性

ADMIRE

字 詞	欣賞	注 音	ㄊㄩㄣˊ ㄖㄨㄥˊ
釋 義	1. 享受美好的事物，領略其中的趣味。如：「欣賞美景。」晉·陶淵明《移居》詩二首之一：「奇文共欣賞，疑義相與析。」 2. 認同和滿意別人的能力、長處。如：「新進的同事工作認真，態度誠懇，能力又強，老闆很欣賞他。」		

欣賞就是願意敞開心胸看見別人的好

MY DREAM PAETNER

你的好朋友擁有甚麼吸引你的特質呢？

MY DREAM PAETNER

溫和	誠實	認真	穩重	正直	有毅力
熱情	有氣質	謙和	單純	負責	有領導力
真誠	獨立	健談	體貼	有自信	開朗
內向	活潑	文靜	樂觀	謹慎	勤勞
喜歡助人	謙虛	有創意	溫暖	感性	理性
善於觀察	有條理	臨危不亂	幽默	害羞	大方
善良	直接	善於溝通	可信任	配合度高	為他人著想

MY DREAM PAETNER

人與人之間的吸引是情感的起點
真正能夠維繫情感的是心理的支持
以及對彼此欣賞的眼光

欣賞大聲說

欣賞大聲說

欣賞大聲說!!!

嗨! _____ 我很欣賞你!

因為 _____

NOTES

一張寫座位前面的人

一張寫座位後面的人

兩張自由選擇

欣賞大聲說

1. 請離開你的座位找到你欣賞的人
2. 開頭請說「○○○我欣賞你」接著說出原因
3. 被欣賞的人請回應禮貌回應謝謝



我們來欣賞自己

LOW SELF-ESTEEM



適量的、足夠的

ADEQUATE SELF-ESTEEM



LOW SELF-ESTEEM



OTHERS HAVE IT BETTER

ADEQUATE SELF-ESTEEM



DON'T ENVY OTHERS. I HAVE MY OWN WAY

LOW SELF-ESTEEM



REJECT OF COMPLIMENTS

ADEQUATE SELF-ESTEEM



GRATEFUL FOR COMPLIMENTS

我欣賞我自己

我欣賞我自己!

我是_____，我覺得我很棒!

因為_____。

雖然我不擅長_____，

但沒有關係!我願意讓自己變得更好，我會嘗試去_____。

來讓自己變得更好，更喜歡自己!



appreciate yourself

欣賞自己是認識自己的好
面對困難
才會更有自信

我欣賞我自己

I APPRECIATE MYSELF

I am Steve.

I think I am great because 我很有耐心，而且善於聆聽。

Although I am not so good at 表達自己的想法, it's okay.

I am good at 整理學習，

and I can be better by 練習說話。



appreciate yourself

欣賞自己是認識自己的好
面對困難
才會更有自信

I ♥ ME

看見自己的好
成為自己喜歡的人

欣賞大聲說!!!

嗨! _____ 我很欣賞你!



因為 _____

欣賞大聲說!!!

嗨! _____ 我很欣賞你!



因為 _____

欣賞大聲說!!!

嗨! _____ 我很欣賞你!



因為 _____

欣賞大聲說!!!

嗨! _____ 我很欣賞你!



因為 _____

L2 我欣賞我自己學習單

我欣賞我自己!

我是 _____, 我覺得我很棒!

因為 _____。

雖然我不擅長 _____,

但沒有關係!我願意讓自己變得更好,

我會嘗試去 _____

_____ 來讓自己變

得更棒, 更喜歡自己!



WOULD YOU LIKE TO
GO OUT WITH ME?

情感關係的發展需要有大量的相處
過程中需要去認識對方的不同面向

REAL LOVE IS ABOUT

KNOWLEDGE

了解



CARE

關懷



RESPECT

尊重



RESPONSIBILITY

責任



When it comes to **date**,
what will you think of ?

團體活動



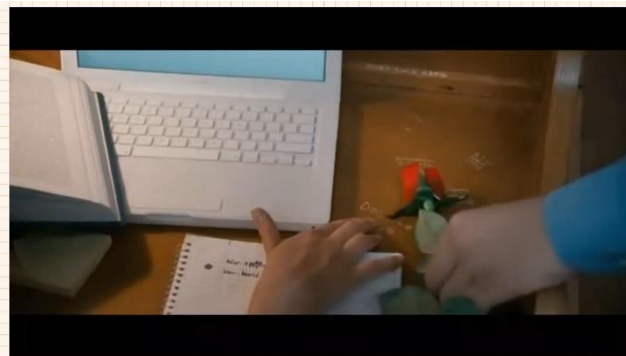
團體約會



單獨約會



什麼因素會影響你決定要不要去約會?



REMEMBER!!!

有誠意的邀請

符合關係程度

符合經濟能力

符合雙方喜好

健康且安全

讓家人放心

能夠展現自己與更認識對方



Dating Plan

Member :

Date Example

項目	分數 (1~10)	原因
時間安排適切度		
地點選擇適切度		
行程內容豐富度		
邀約方法適切度		
邀約內容適切度		



姓名：維尼

生日：3.15

喜歡的事物

- 1.彈吉他
- 2.打籃球
- 3.跳舞
- 4.學習新東西
- 5.跟朋友一起的感覺
- 6.喜歡動，不喜歡太靜
- 7.討論想法
- 8.悠哉的感覺

個性

其實滿有自己的想法，但是都不太會說出來
給人的感覺比較慵懶，但其實對自己的想要的東西會非常執著，努力想得到
同班同學，算是滿熟的朋友
想更了解對方

1.一直走路

- 2.太熱的地方
- 3.很趕的行程
- 4.沒睡飽的感覺
- 5.麵食
- 6.等待的感覺
- 7.不能好好聊天的地方



Plan your date

1.Date：維尼

2.Members：4人

3.Invite method：當面問

4.Invitation content：

欸我們段考完去淡水玩好不好？我還找了跳跳虎跟小豬一起

5.Date plan：

Time (24小時制)	Place	Content
11:00-12:00	石牌捷運站1號出口	11:00集合搭捷運去淡水
12:20-13:00	淡水老街	吃午餐 (如果沒想到吃甚麼可以吃兩碗)
13:00-14:30	一滴水紀念館	走過去，可以去休息拍照
14:30-16:30	淡水老街	逛有趣小店、買冰吃

6.Expence：500元



L3 約會行程表(ipad 記事本格式)

Plan your date

1.Date：

2.Members：

3.Invite method：

4.Invitation content：

5.Dating Plan：

Time (24小時制)	Place	Content

6.Expence：

THEIR DATING PLAN

MAY I ...?

MAY I ...?

- 請找同學用英文問他能否做學習單上的動作
- 如果對方同意即可執行，若不同意則需再找下一位同學
- 四個動作的人可以重複
- 限時3分鐘



身體界線 body boundary

身體自主權 bodily autonomy

不舒服就是不舒服，我們有權力拒絕
Uncomfortable means uncomfortable. We have the right to say No

身體界線
body boundary

個人可接受讓他人碰觸的部位，以及
被注視、談論、評斷的感受。

身體自主權
bodily autonomy

一個人對自己身心管理與主張
的權利與能力

覺察自我的感受
尊重他人的意願
友善有效的溝通

性平三法

性別平等教育法

性騷擾防治法

性別平等工作法



跟蹤騷擾防治法

NOTES

跟蹤行為是指以人員、車輛、工具、設備、電子通訊、網際網路或其他方法，對特定人進行跟蹤騷擾。

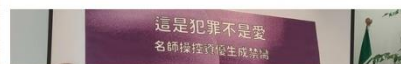
且有反覆持續、違反意願、性與性別有關、使被害人心生畏怖影響生活



台中房恩琪案

資優班導師是狼！國二女遭性侵 「台中房恩琪」忍25年控明星校長

台中一名女子A女今天出面指控，25年前就讀台中某知名國中資優班時，多次遭班上黃姓導師性侵，地點包括班級教室、保健室、校史室、電腦教室，甚至班遊的旅館、黃男車上，甚至要求不得分手，否則將進行報復，並指該名狼師已經成為台中某所國中校長，長大後她決定勇敢站出來，為自己平反，並依循性平法，向台中市教育局提出申訴。但性平調查期間狼師擔心影響退休，頻頻騷擾A女，讓A女相當崩潰，正式出面召開記者會，讓這名狼師多年前的惡行曝光。



STAND FIRM ON YOUR BODY BOUNDARY

堅守你的身體界線

NO MEANS NO

WHAT IF.....



GRAY RAPE

同樣也是發生在去年，美國史丹佛大學兩位研究生在一月的某個晚上騎腳踏車經過校園時，撞見一位男子在垃圾桶後面性侵一位完全沒有意識、半身赤裸的女性，這兩位研究生上前阻止，並且抓住當時想要逃跑的男子，報警等待警察到來。這位性侵犯者是當時史丹佛的游泳隊名將Brock Turner（事發之後他休學），而23歲的性侵犯倖存者Emily Doe（代稱，目前這位性侵犯倖存者還是保持匿名）不是大學生，當天晚上她陪妹妹參加校園內的一間兄弟會派對，在派對上喝醉了，被Brock Turner帶到外面性侵。

幾天前，Brock Turner的判決確定，Brock Turner本來要判處14年的徒刑，但法官Aaron Persky認為，這麼長的徒刑可能會對Brock Turner的人生造成「嚴重的影響」，加上法官還認為Brock Turner應該以後不會再對人造成危險，所以最後改判六個月坐牢，加上三年的緩刑。

ONLY YES MEANS YES

L6 簡報



你有堅持的事情
我也有我的個性
這次不讓你 call 我兄弟翻歌去
跟兩個人有關係
你卻一個人決定
情緒谷底 約好姊妹唱香檳
最恨別人對我不相信
我嚮往的親密是一起做決定
干涉太多是囚禁
溝通太少是疏離
愛有千百萬種定義

三天不聯絡 和解要被動
不談對錯 假裝沒冷戰過
想在愛裡當主key 要搶到麥克風
三天淚狂流 殘局你來收
雖然心疼 不能懶手低頭
心思拉扯中 PK 寂寞

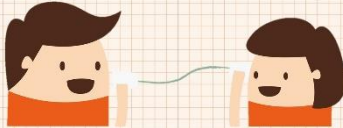


•傳遞者

清楚表達內容
用接收者可以理解接受的
語言和方法

•接收者

專心觀察，耐心傾聽
可以提問



QUESTIONS

1. 你認為男/女主角對於購買家具的態度分別是什麼？
怎麼看出來的，請舉出一件具體事項說明
2. 在爭執中，男/女主角分別出現哪些你認為不合適言語或行為？

Let's talk about 你訊息 X

你不是都沒差？那我選的都不要啊！反正你也沒差！
為什麼你都没差？到底是怕麻煩還是不想選？從頭到尾你到底選了什麼？

1. 發洩情緒，而非表達感受
2. 帶著指控、高人一等的態度，而非客觀陳述事實
3. 是心裡的小孩子受了傷在發脾氣

Let's talk about 我訊息

1. 描述客觀的情況，並表達自己的感受與需要
2. 對自己以及對方坦承地展現自己
3. 心裡的成人看到了問題、以平等的方式跟對方溝通



LET'S TALK

溝通從來就不是容易的事情
需要時間去練習實踐

有一天彥儒的爸媽大吵，這讓彥儒非常的難過，大謙看到彥儒的心情看起來很糟，決定要主動去關心他。

彥儒知道大謙是好心想關心他，但是他現在心情很不好，不想跟任何人說話，只想一個人靜一靜。

大謙和阿滴是好朋友，有天阿滴考試考糟了，大謙開玩笑說：「這那麼簡單你怎麼考這麼爛！」

雖然阿滴知道這是開玩笑的話，但是聽到還是覺得有點難過，他希望讓大謙知道他說的話傷害到了自己，希望對方以後可以不要再拿自己的成績開玩笑。

大謙跟彥儒是好朋友，有天上課時彥儒在全班面前說大謙的臉很方！平常他們兩個人私底下開這玩笑時，大謙都沒有生氣，但是他沒有想到彥儒竟然在全班面前這樣取笑他！

大謙覺得很生氣，同時也覺得很困擾不知道該怎麼跟彥儒說他的行為已經傷害到自己。

安妮亞跟貝琪兩人從小學就認識了，他們是非常要好的朋友，升上國中後兩人在同一個班，下課會一起玩一起去合作社，放學一起去上補習班。但升上了國二後，安妮亞交到新的朋友了，貝琪覺得安妮亞要被人搶走，對於安妮亞沒有每節下課都跟自己玩這件事情生氣。

安妮亞覺得雖然自己和貝琪關係很好，但她覺得好朋友不代表要無時無刻都黏在一起，兩人都應該要有一些自己的時間與空間。

阿滴非常認真地準備段考，但是考出來的成績不如預想中的好。回到家，爸爸媽媽看到阿滴的成績單非常生氣，質問阿滴是不是都在玩手機或是只顧著跟妹妹玩，沒有在念書。

阿滴很生氣，他覺得自己真的有努力準備，覺得爸媽的質問是對他的不信任。他希望可以讓爸媽知道自己真的有認真，也希望爸媽明白他們的懷疑讓他很受傷。

阿滴跟滴妹是親兄妹，有天阿滴因為在學校被老師罵，心情很不好，想一個人靜一靜。

滴妹看到哥哥回家，非常想和哥哥一起玩，但是阿滴心情真的太糟了，不想和妹妹一起玩，但又不想傷害到她的心。

你有堅持的事情
 我也有我的個性
 這次不讓妳 call 我兄弟飄歌去
 跟兩個人有關係
 你卻一個人決定
 情緒谷底 約好姊妹喝香檳
 最恨別人對我不相信
 我嚮往的親密是一起做決定
 干涉太多是囚禁
 溝通太少是疏離
 愛有千百萬種定義
 三天不聯絡 和解要被動
 不談對錯 假裝沒冷戰過
 想在愛裡當主 key 要搶到麥克風
 三天淚狂流 殘局你來收
 雖然心疼 不能攤手低頭
 心思拉扯中 PK 寂寞
 你有堅持的事情
 我也有我的個性
 這次不讓妳 call 我兄弟飄歌去
 跟兩個人有關係
 你卻一個人決定
 情緒谷底(情緒谷底) 約好姊妹喝香檳
 最恨別人對我不相信
 我嚮往的親密是一起做決定
 干涉太多是囚禁
 溝通太少是疏離
 愛有千百萬種定義
 三天不聯絡 和解要被動
 不談對錯 假裝沒冷戰過
 想在愛裡當主 key 要搶到麥克風
 三天淚狂流 殘局你來收
 雖然心疼 不能攤手低頭
 心思拉扯中 PK 寂寞
 三天不聯絡 和解要被動
 不談對錯 假裝沒冷戰過
 想在愛裡當主 key 要搶到麥克風
 三天淚狂流 殘局你來收
 雖然心疼 不能攤手低頭

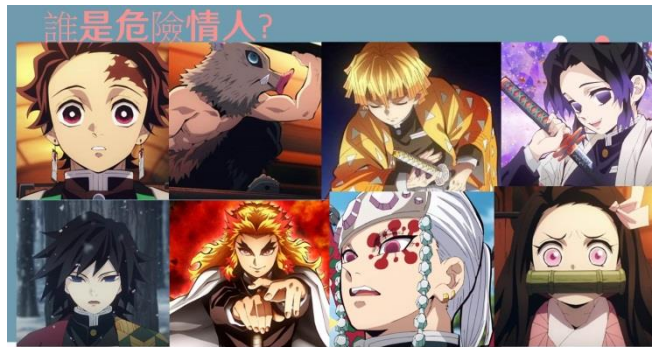
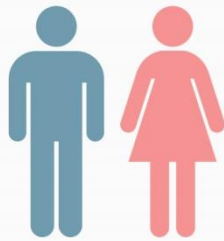
心思拉扯中 PK 寂寞
 三天不聯絡 和解要被動
 不談對錯 假裝沒冷戰過
 想在愛裡當主 key 要搶到麥克風
 三天淚狂流 殘局你來收
 雖然心疼 不能攤手低頭
 心思拉扯中 PK 寂寞

L7 簡報

2022健康教育

危險情人

an abusive partner



他是你的真命天子嗎?

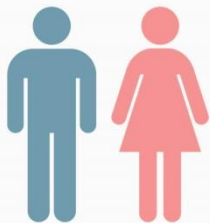
以及我們如何達成



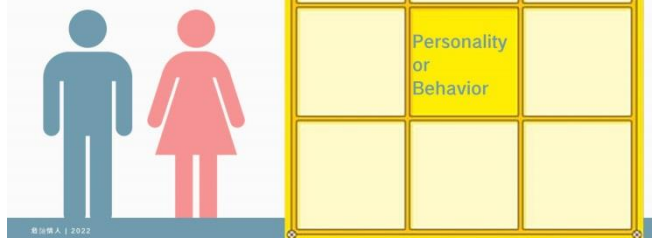
她是你的真命天女嗎?



what is an abusive partner(危險情人)?



影片討論



AN ABUSIVE PARTNER PERSONALITY

- | | | |
|----------|-------|-------|
| 佔有慾、控制慾強 | 缺乏同理心 | 容易衝動 |
| 情緒變化大 | 容易不安 | 不自信 |
| 性格不成熟 | 自我中心 | 對異性歧視 |

AN ABUSIVE PARTNER BEHAVIOR

- | | |
|---------------------------------------|-------------------------|
| 肢體暴力
physical abuse | 經濟暴力
Financial abuse |
| 情感與言語暴力
Emotional and verbal abuse | 跟蹤、監控
Stalk、monitor |
| 性暴力
Sexual abuse | 數位暴力
Digital abuse |

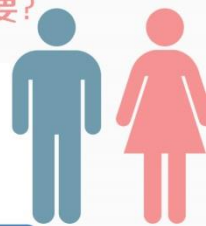
過度追求



影片討論-健康的關係應該要?

最重要

重要程度



繪圖輸入 | 2022

健康關係 不健康關係 暴力

Healthy

A healthy relationship means both you and your partner are:

- Communicating 溝通
- Respectful 尊重
- Trusting 信任
- Honest 誠實
- Equal 平等
- Enjoying personal time away from each other
- Making mutual choices
- Economic/financial partners

Unhealthy

You may be in an unhealthy relationship if your partner is:

- Not communicating
- Disrespectful
- Not trusting
- Dishonest
- Trying to take control
- Only spending time together
- Pressured into activities
- Unequal economically

Abusive

Abuse is occurring in a relationship when one partner is:

- Communicating in a hurtful or threatening way
- Mistreating 虐待
- Accusing the other of cheating when it's untrue
- Denying their actions are abusive 虛偽
- Controlling 控制
- Isolating their partner from others

what can I do when I meet an abusive partner?



交往前-停看聽



STOP

愛情使人容易盲目，建議停下腳步思考、為自己設定上限

LOOK

透過觀察其級生活圈來了解對方



LISTEN

與可信賴的人討論，免於獨自陷入危險關係中

繪圖人黃華102 | 2020

愛情反恐CSI守則

CSI-Consult 商談



專業人員、家人朋友



輔導老師



撥打112

愛情反恐CSI守則

CSI-Safety 安全

拜託！不要跟我分手！



- 保持冷靜、保護自己
- 注意對方的危險訊息與特質
- 安全的分手計畫：
 - ✓ 想好分手理由
 - ✓ 安排分手時間、地點
 - ✓ 告訴他人分手時間、地點
 - ✓ 請親友在附近等你

愛情反恐CSI守則

CSI-Implement 實行

不行！要分手
就一起死！

我…想分手。



- 冷靜溝通、確保自身安全
- 看對方有無改善的動力與實踐的行動



注意



- 分手後提高警覺、敏威力
- 變換出門時間及路線
- 向警察機構、家庭暴力防治中心或法院家庭暴力服務處協助聲請保護令



Remember that everyone deserves to have a healthy, loving, and respectful relationship—no matter what.

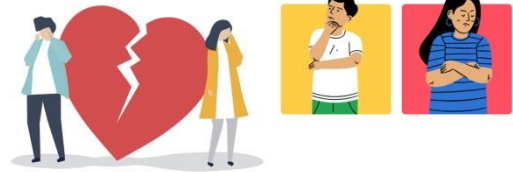
L8 簡報



Clover Pike High School

Ms. Keely's Class

How did you feel when you heard about the breakup?



更能認清關係、分手的意義

有了放手的勇氣

體會建立自我的重要

變得更堅強

懂得珍惜

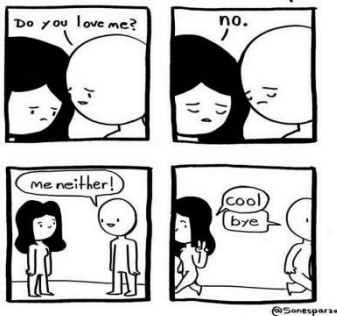
更清楚自己要的是什麼



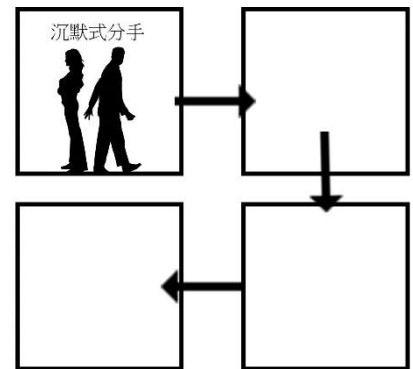
分手的藝術



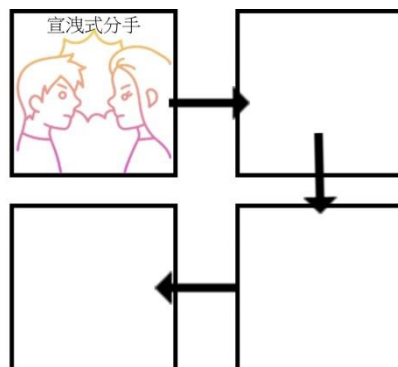
HOW TO: Break up



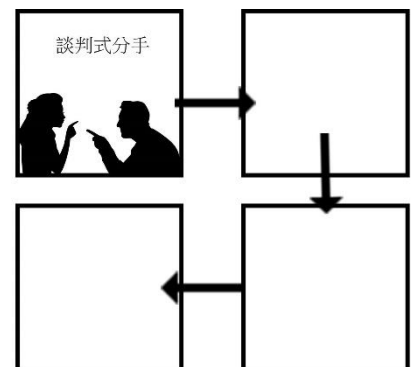
分手的藝術



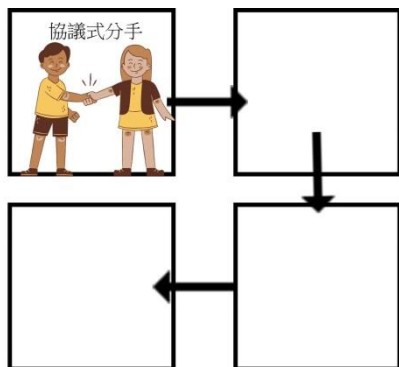
分手的藝術



分手的藝術



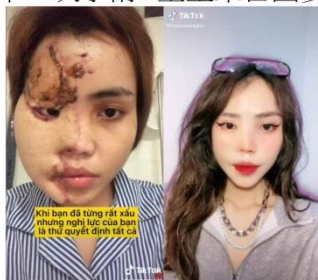
分手的藝術



短褲妹邊走邊哭哭！被分手身心受創 號召人馬砸毀前男友愛車

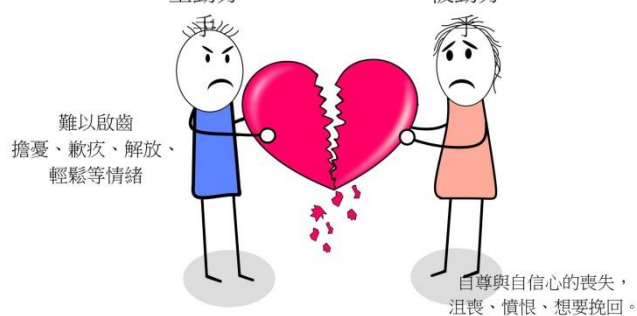


不爽被分手！正妹遭未婚夫潑酸「半臉全潰爛」 3年21次手術...重生來台圓夢

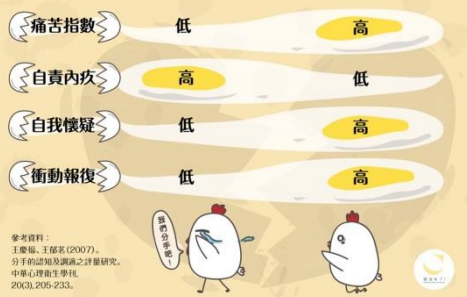


主動分

被動分



分手後差別!? 提分手者VS被分手者



安全提分五步驟

擇 | 告 | 靜 | 淡 | 報

擇—慎擇分手時間地點
告—告知友人必要陪同
靜—平靜提出避免激怒
淡—冷淡應對避免牽扯
報—持續騷擾向警報案

整理自衛編部「安全分手5招」 <http://ppt.cc/GiKi>

分手後如何調適?

如果你有這種朋友? (失戀篇)

出處: TQOP | 如果你有這種朋友? (失戀篇) | If you had this kind of friends? (Loveless Part)



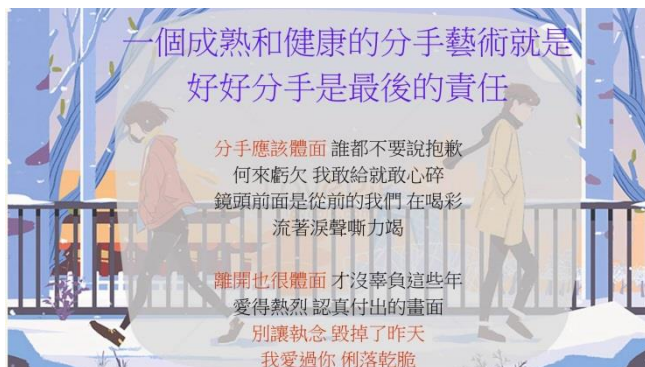
三要二不

要保持冷靜，從中反省
要紓解情緒、維持健康
要接受現實、學會遺忘
不責備自己、攻擊對方
不立即進入下一段關係

一個成熟和健康的分手藝術就是 好好分手是最後的責任

分手應該體面 誰都不要說抱歉
何來虧欠 我敢給就敢心碎
鏡頭前面是從前的我們 在喝彩
流著淚聲嘶力竭

離開也很體面 才沒辜負這些年
愛得熱烈 認真付出的畫面
別讓執念 毀掉了昨天
我愛過你 俐落乾脆



L6 Let's talk 學習單

班級 _____ 座號 _____ 姓名 _____

Let's Talk

有一天彥儒的爸媽大吵，這讓彥儒非常的難過，大謙看到彥儒的心情看起來很糟，決定要主動去關心他。

彥儒知道大謙是好心想關心他，但是他現在心情很不好，不想跟任何人說話，只想一個人靜一靜。

如果你是彥儒，請問你會怎麼跟大謙說？

客觀觀察

誠實感受

具體需要

班級 _____ 座號 _____ 姓名 _____

Let's Talk

大謙和阿滴是好朋友，有天阿滴考試考糟了，大謙開玩笑說：「這那麼簡單你怎麼考這麼爛！」

雖然阿滴知道這是開玩笑的話，但是聽到還是覺得有點難過，她希望讓大謙知道他說的話傷害到了自己，希望對方以後可以不要再拿自己的成績開玩笑。

如果你是阿滴，請問你會怎麼跟大謙說？

客觀觀察

誠實感受

具體需要

班級 _____ 座號 _____ 姓名 _____

Let's Talk

阿滴非常認真地準備段考，但是考出來的成績不如預想中的好。回到家，爸爸媽媽看到阿滴的成績單非常生氣，質問阿滴是不是都在玩手機或是只顧著跟妹妹玩，沒有在念書。

阿滴很生氣，他覺得自己真的有能力準備，覺得爸媽的質問是對他的不信任。他希望可以讓爸媽知道自己真的有認真，也希望爸媽明白他們的懷疑讓他很受傷。

如果你是阿滴，你會怎麼跟爸媽說？

客觀觀察

誠實感受

具體需要

班級 _____ 座號 _____ 姓名 _____

Let's Talk

安妮亞跟貝琪兩人從小學就認識了，他們是非常要好的朋友，升上國中後兩人在同一個班，下課會一起玩一起去合作社，放學一起去補習班。但升上了國二後，安妮亞交到新的朋友了，貝琪覺得安妮亞要被人搶走，對於安妮亞沒有每節下課都跟自己玩這件事情生氣。

安妮亞覺得雖然自己和貝琪關係很好，但她覺得好朋友不代表要無時無刻都黏在一起，兩個人都應該要有一些自己的時間與空間。

如果你是安妮亞，請問你會怎麼跟貝琪說？

客觀觀察

誠實感受

具體需要

班級 _____ 座號 _____ 姓名 _____

Let's Talk

大謙跟彥儒是好朋友，有天上課時彥儒在全班面前說大謙的臉很方！平常他們兩個人私底下開玩笑時，大謙都沒有生氣，但是他沒有想到彥儒竟然在全班面前這樣取笑他！

大謙覺得很生氣，同時也覺得很困擾不知道該怎麼跟彥儒說他的行為已經傷害到自己。

如果你是大謙，請問你會怎麼跟彥儒說？

客觀觀察

誠實感受

具體需要

班級 _____ 座號 _____ 姓名 _____

Let's Talk

阿滴跟滴妹是親兄妹，有天阿滴因為在學校被老師罵，心情很不好，想一個人靜一靜。

滴妹看到哥哥回家，非常想和哥哥一起玩，但是阿滴心情真的太糟了，不想和妹妹一起玩，但又不想傷害到她的心。

如果你是阿滴，請問你會怎麼跟滴妹說？

客觀觀察

誠實感受

具體需要

I Appreciate You

Class _____ number _____ name _____



I appreciate you,
Because _____



I appreciate you,
Because _____



I appreciate you,
Because _____



I appreciate you,
Because _____

Hey! I want to tell you

Class _____ number _____ name _____

一、分別挑選不同對象，寫下對他們的 appreciate, like or love



Hey! _____
I want to tell you that I appreciate you,
because _____



Hey! _____
I want to tell you that I like you,
because _____



Hey! _____
I want to tell you that I love you,
because _____

二、請以圖畫出 appreciate, like, love 三者之聯帶關係

Dating Planning

Class _____ teen number _____

Object	同學同學	
Members	☐ 單場的室 ☐ 團體的室	
Method	☐ 面對面談的 ☐ 電話談的 ☐ 通訊軟體談的 ☐ 書信談的	
Invitation Content		
Goal		
Time	Place	Content
Expense		

May I ...

Class _____ number _____ name _____

- 請找到同學(至少找一位異性)，並用英文問他能否由學習單上的動作
- 如果對方同意即可翻牌，若不同意則需再找下一位同學
- 30秒 5分鐘，並各數數翻牌數好

action	sign
I just want to wave. 揮手	
May I shake hands with you?	
May I touch your head?	
May I hug you?	

請記錄翻牌的感受和心情是什麼?

An abusive partner 糾察隊

class _____ group number _____

	Personal Traits & Behavior	

分手的藝術

班級 _____ 組員 _____

肢體式分手 	→		→		→	
重複式分手 	→		→		→	
語言式分手 	→		→		→	
肢體式分手 	→		→		→	

佐證資料：教學成果照片



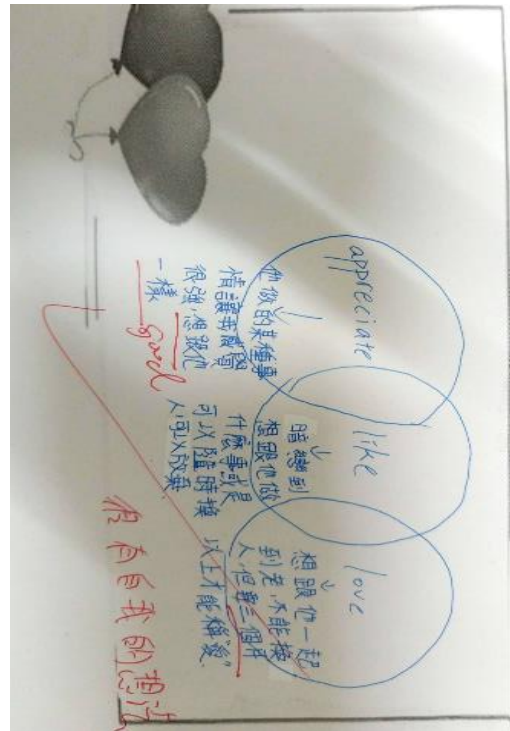
約客不可不知道的事

班組 104 座號 2 姓名 江軒宇

觀望的同學們，相信以似看完影片的停頓心中多少有些感慨，那就你認為和主角的整體體像觀數項進行打分，座號並寫越多表示和他們越相投但不錯，如果觀望覺得完全不相投可以不作答，並自願者填寫下你的改變電影又或是建議。

事項	評分	顏色/重點/建議
吸煙/地盤吸烟	★★★★★	因為每個地點都讓人 生厭感與反感
短髮編輯	★★★★☆	因為沒有特別別區畫的衣服 只是簡單的便服
餐廳環境	★★★★☆	餐廳很漂亮(但這好像 是他們家)
情感狀態	★★★★★	兩人情緒都很快樂
說話語吐	★★★★☆	因為他一直拉拉扯扯， 讓我覺得不舒服
特色雙方喜歡	★★★★★	兩人都非常喜歡這次 的行程而拉拉扯扯喜歡這次
場景/類型	★★★★☆	我覺得雙方都有結 構的治療的喜劇並且
特色閱讀能力	★★★★☆	感覺吃的東西就 是很普通沒有特別
能夠互相吸引 與表態趨向對方	★★★★☆	雙方一開始就都不 會去，而且很快就可以
其他	★★★★☆	我到就是
整體評分	1~10 分，我給 <u>7</u> 分	

現出紳士風度



學生針對約會影片，評估是否有遵守安全約會的準則。

學生藉由圓心圖區辨欣賞、喜歡與愛的關係程度，並嘗試寫出定義。

I Appreciate You

Class 813 number 10 name 陳思瀚

陳思瀚 I appreciate you.
 Because 人很好，成績可以，遊戲
又好，而且很樂觀，不容易生氣。

張庭菡 I appreciate you.
 Because 你可以同時兼及遊戲和成績，
遊戲好成績也好，真的快樂。

林誌軒 I appreciate you.
 Because 你成績很好，而且很穩定，不
會有太大的起伏。

陳卓勳 I appreciate you.
 Because 你轉校的第一堂，而你雖
然矮，但你跳得很高。

Dating Planning

Class 811 team member 0, 15, 20, 30

Object	組成同學	
Members	☐ 單體的愛 ☐ 團體的愛	
Method	☐ 面對面談話 ☐ 電話談話 ☐ 通訊軟體談話 ☐ 書信談話	
Invitation Content	兩位同學交為友，交為友又得到了愛，要交一個交兩個交三個！	
Goal	促進友誼	
Time	Place	Content
17:00	百勝樓連地	集合一起搭捷運
17:10~18:15	捷運上...	台北車站下車轉搭南港搭到板橋
18:15~18:25	前往復興公園路上	步行
18:25~19:25	百盛公司	吃晚餐
19:25~21:30	耶誕城	HAPPY 耶誕
21:30~22:40	去捷運站	步行
22:40~22:45	捷運上...	聊天
22:45	百勝樓連地	道別 (要告白就可以告白)
Expense	2000	

學生將對班上的同學觀察，寫下對他人的欣賞，並且以英文表達出來。

學生嘗試安排一個適合國中生的安全約會行程，並且向同學報告。

（七）教材資源或其他參考資料（清單）

1. [性別平等教育：教學資源手冊](#)（2019）（心理出版社）。
2. [十二年國民基本教育課程綱要](#)
3. [十二年國民基本教育課程綱要 議題融入說明手冊](#)
4. 衛生福利部國民健康署 健康九九網站
5. [你是個好情人嗎？－如何建立穩定的情侶](#)
6. [邀約四撇步](#)
7. 自由時報
8. [跟騷法 6/1 上路！超有才女警畫萌圖 一次看懂 8 種態樣](#)
9. ETtoday 新聞雲
10. [資優班導師是狼！國二女遭性侵 「台中房思琪」忍 25 年控明星校長](#)
11. 鳴人堂：
12. [Ying／一場遲來的 Metoo：我所知道的「台中房思琪」資優班性侵事件](#)
13. 中視新聞
14. [竹縣首例！6 旬男跟蹤女 "跟騷法" 開告誡單](#)
15. [10 Easy Ways to Improve Your Self Esteem](#)
16. YOUTUBE
17. [梁靜茹 feat. 曹格-PK](#)
18. [IKEA 約會的二三事 廣告影片 吵架篇](#)