

負責的愛



安全的性

# 杏陵天地

Mercy Sexuality Quarterly

季刊雜誌 2021.09 第30卷第3期

【談性空間—家庭篇】

與孩子談性不尷尬！

【談性空間—學校篇】

增進親密關係的溝通技巧

【談性空間—諮商篇】

扭曲的性愛感情觀

【性聞幕後】

防疫大將的殞落

全國唯一性教育專業刊物





季刊雜誌  
2021.09  
第30卷第3期

財團法人杏陵醫學基  
Mercy Memorial Foundation

創會董事長／吳東瀛  
董事長／尋涵文  
執行長／高松景

【杏陵天地雜誌編輯部】  
編輯顧問／文榮光·毛萬儀·江漢聲  
李 蘭·林蕙瑛·洪有義  
馮嘉玉·鄭丞傑·鄭其嘉  
(依姓名筆畫排序)

主 編／高松景  
編 輯／彭宣榕  
廣告發行／郭亭儀

【家庭生活與性教育中心】  
主 任／鄭其嘉

發 行 所／財團法人杏陵醫學基金會  
會 址／台北市文山區景文街43號二樓  
電 話／(02)2933-3585  
傳 真／(02)2933-3600  
輔導專線／(02)2930-4090  
E-mail / mercmem@yahoo.com.tw  
官 網 / http://ww.sexedu.org.tw/

## 目 錄

### ◆ 談性空間

- 2 家庭篇 與孩子談性不尷尬！善用「傾聽式溝通」回答「我從哪裡來？」 / 張李明德

- 6 學校篇 為何對方總是不瞭解我？增進親密關係的溝通技巧 / 高松景

- 12 諮商篇 扭曲的性愛感情觀 / 林蕙瑛

### ◆ 性教育漫畫

- 15 洗衣服 / 吳素芳

### ◆ 性聞幕後

- 16 防疫大將的殞落 / 丁介陶

### ◆ 教育最前線

- 20 2021 台灣性教育學會三十週年學術研討會 / 鄭其嘉





## 談性空間—家庭篇

### 與孩子談性不尷尬！

#### 善用「傾聽式溝通」回答「我從哪裡來？」

文／張李明德

面對孩子提出「我從哪裡來？」的問題，如果父母避而不談，可能會有什麼樣的結果呢？電影《小孩不笨 2》就是一個很經典的案例。裡面的角色 Jerry(8 歲)與女同學在練習學校話劇時，休息時間躺在一旁睡覺，班上同學見狀，故意惡作劇讓他們手牽著手；排練時甚至故意推 Jerry 與女同學的頭，讓他們接吻。

事後這些愛搗蛋的同學告訴 Jerry：「電視劇裡面不是演男女生牽手、親親、躺在一起，就懷孕了嗎？所以恭喜你，你要當爸爸了哦！」得知了這個天大的消息，Jerry 緊張地到處向大人發問。

Jerry：「奶奶，Baby 是怎麼來的？」

奶奶：「垃圾桶撿的啦！」

外傭：「這種東西不用教，你長大就會了！」

Jerry：「媽媽，我是怎麼來的？」

媽媽：「長大後你就會知道了！」

Jerry：「老師，你是怎麼懷孕的？」

老師：「是爸爸的蟲與媽媽的蛋結合變成 baby，baby 就在媽媽的肚子裡慢慢長大。」

Jerry：「那蟲是怎樣進去的？」

老師：「這個.....明年學校就會教了！」

Jerry 到處詢問大人，卻沒有一個人願意認真回答他的疑惑。Jerry 擔心 baby 在肚子裡愈來愈大，這時剛好在路上聽到懷孕婦女說「吃鳳梨會掉小孩」，他就買了一堆鳳梨讓女同學吃。女同學因為一下子塞下太多鳳梨而肚子痛，在 Jerry 的陪同下到了醫院，最終才在醫生的問診與檢查下揭開了這場烏龍。此時，Jerry 心中 OS：「吃鳳梨讓孩子掉原來是沒有醫學根據的，如果爸爸媽媽能早點告訴我懷孕的真相，我想我就不會擺這個烏龍了。」

電影講求效果，會稍微誇張一點，但現實生活中也並非不可能發生。相信各位父母一定也都認同，當孩子提出疑問時，逃避並不是件好事，但是，跟孩子到底要談到多深？又該怎麼談呢？這應該是父母們心中最大的疑惑，我們今天就要來分享「如何跟孩子談性說愛」。



## 談性空間—家庭篇

在孩子成長的過程中，往往會有幾個必問的有關性的經典問題。晏涵文教授在《告訴他性是什麼》一書中，統整幼兒最常問到的與性有關的問題，可分為四類：

對自己的和別人的性器感到好奇：

- 為什麼我是男（女）生？
- 為什麼女生沒有小雞雞？
- 為什麼男生要站著小便？
- 為什麼爸爸（媽媽）的雞雞（奶奶）比我的大？

對寶寶的來源（生殖）感到好奇：

- 為什麼肚子裡會有寶寶？
- 小寶寶在肚子裡吃什麼？
- 小寶寶在肚子裡怎麼呼吸？
- 我會不會生孩子？
- 小寶寶從那裡生出來的？
- 小寶寶在肚子裡怎麼上廁所？
- 為什麼男生不會大肚子？
- 為什麼會有雙胞胎？

對結婚（大人的性行為）感到好奇：

- 爸爸和媽媽結婚時，我在那裡？
- 爸爸和媽媽為什麼要在床上做運動？
- 那兩隻狗在做什麼？（看到狗正在交媾）
- 爸爸的種子是怎麼進入媽媽的肚子裡呢？

一般性的問題：

- 衛生棉是做什麼用的呀？

- 為什麼會有肚臍？
- 為什麼我長的像爸爸（媽媽），而不像媽媽（爸爸）？

（以上內容引自《告訴他性是什麼》P.37 · P.38）

上述常見的問題就是第二類的「對寶寶的來源（生殖）感到好奇」。孩子常問：「我從哪裡來？」、「小孩是怎麼來的？」、「為什麼肚子裡面有寶寶？」、「我要怎麼生小孩？」

許多父母聽到這樣的問題都會緊張一下，覺得孩子怎麼會問這樣的問題？大人到底該回答多少？慌亂之下就會像《小孩不笨2》裡面的人一樣，開始胡亂回答或是避重就輕。

有些父母甚至會斥責、制止，不讓孩子發問：「小孩子問這些幹嘛？」、「問這什麼問題？」這樣的態度會讓孩子更加疑惑，覺得自己問問題是不對的，甚至隱約地感受到性是一個不能談論、羞恥、骯髒的事情，可能產生罪惡感。

不僅如此，當父母無法清楚、正確的跟孩子分享性知識時，性知識的資訊來源就會變成同儕、電視、網路媒體等，但是孩子對於「資訊是否正確」並沒有分辨的能力；當孩子從這些管道尋找解答時，往往得到的就是錯誤或是不完整的資訊。像是《小孩不笨2》中的Jerry 就因為同儕傳遞的錯誤懷孕資訊，讓他



## 談性空間—家庭篇

處在擔心、害怕、恐懼之中。這樣不正確的觀念也導致他做出不正確的行為（要女同學吃過量鳳梨），而後果也需要由父母出來解決。

因此，父母如何傳遞給孩子正確的性教育就是極為重要的。面對孩子提出這些疑問時，父母可以用輕鬆自在、坦白直接的方式，與孩子分享討論，也剛好進行機會教育。如果孩子在過程當中，能夠覺得被接納，能釐清疑惑，孩子就會信任父母，未來遇到問題時，也會願意向父母提出疑惑，父母才能在第一時間協助孩子。因此，如何成為一個「可談的父母」是很重要的。

阿德勒正向教養法中，相當強調親子之間「尊重」、「平等」與「接納」的態度，父母「尊重」孩子的好奇心，「平等」對待孩子，將孩子當作對等的對象，可以與孩子分享和討論，而不是上對下權威式命令的關係。當孩子提出疑問時，用「接納」的態度應對，父母可以告訴孩子「你會對這件事感到好奇很正常。」、「這個問題問得不錯！」

除了「尊重」、「平等」與「接納」的態度以外，父母應該如何回應孩子的提問呢？我建議父母運用「傾聽式溝通」與孩子談話，你可以記住「**停看聽**」的口訣。

**停**：先不急著回答孩子的問題，而是先了解孩子真正想問的是什麼？孩子為什麼會想要問這個問題？

**看**：看看周遭發生什麼事情，讓孩子有了這樣的疑問？可能是電視劇的內容、同儕傳遞的資訊，了解孩子從哪裡得到資訊，才能針對孩子得到的資訊進行討論。

**聽**：聽孩子的回答，讓孩子有充分講述自己想法的機會。

首先，你可以問孩子：「你這樣問是什麼意思？」來評估他想知道的是什麼。從孩子對這個問題的回答，父母可以知道他想問的是有關「出生」的事、「家鄉」的事，還是人類「起源」的事。

「小明說他是從媽媽肚子裡出來的，我也是嗎？」

「小庭說他是從台中來的，我也想知道我從哪裡來的？」

「我出生前在哪裡？我從哪裡來到這個世界？」

如此一來，你才知道該從哪個面向回答孩子的問題。

如果孩子是對出生的過程感到好奇，各位父母也不需要緊張與感到壓力，我們並不需要一開始就一口氣地回答完整的內容，因為講解得過度詳細，孩子也無法理解。

我們要依據孩子的發展給予「適齡」的解答，兩到三歲、四到五歲、六到七歲的孩子，想知道的東西都在不斷變化與擴展，你可以依照以下四個層次回答孩子：



## 談性空間—家庭篇

第一層次：對於年紀小的孩子，只要簡單回答：「你是從媽媽的肚子裡生出來的。」多數孩子聽完就會滿足了。

第二層次：如果他進一步追問「那為什麼肚子裡會有寶寶？」或者是過一陣子提出了這個疑問，你可以這樣回答：「所有媽媽的身體裡，都有個可以讓寶寶生長的特別場所，叫做子宮。在子宮裡待十個月之後，寶寶就會從媽媽的身體裡出來了。」

第三層次：如果孩子進一步追問「為什麼媽媽的子宮裡會有寶寶呢？」這時，父母就可以講解：「爸爸的精子跟媽媽的卵子結合之後，變成受精卵，逐漸長大之後就變成寶寶了。」

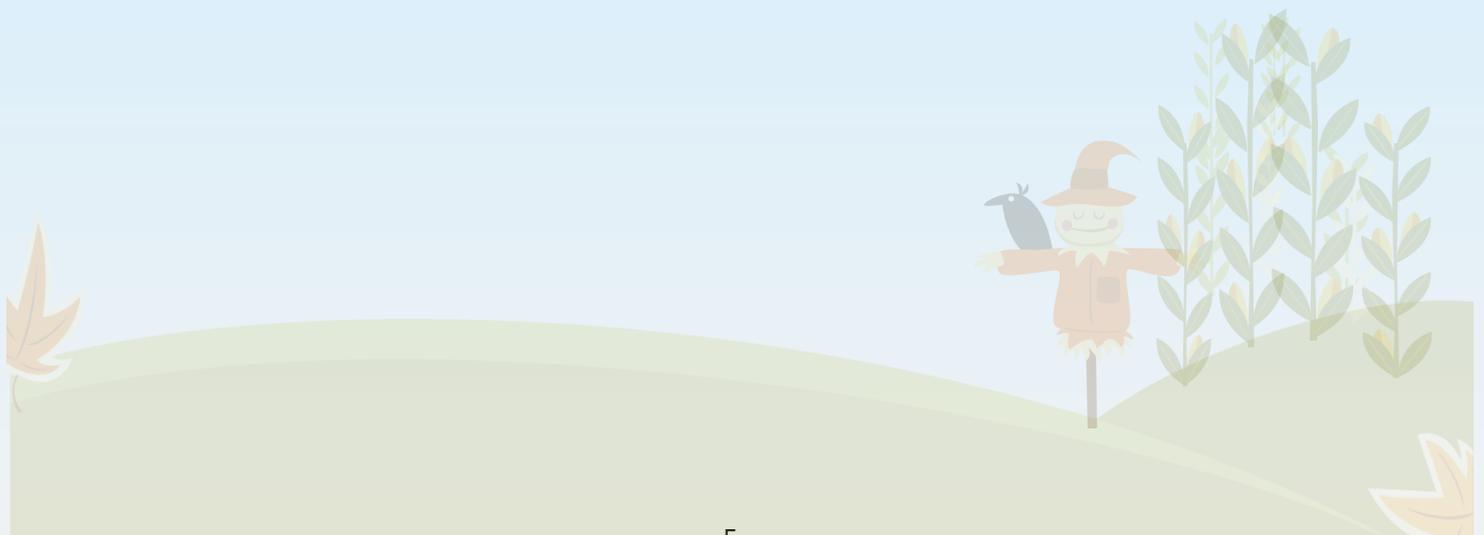
第四層次：如果孩子進一步追問「為什麼爸爸的精子跟卵子可以結合？是怎麼結合的？」爸媽也不用緊張，孩子並不是想詢問性

行為的細節，他感興趣的僅僅是「我是怎麼來到這個世界的？」你可以這麼回答：「相愛的大人會透過『做愛』來表達他們對對方的愛，這個時候爸爸的生殖器會碰到媽媽的生殖器，精子跟卵子就有機會結合囉！」這時候父母也可以進行機會教育，教導關於性別和性的基本知識，讓孩子懂得保護自己。

一般來說，十歲以下的孩子聽完以上四個層次的回答之後，便不會再繼續問下去了。

下期預告：如果孩子更大了，對異性開始感興趣、想交男女朋友，對親密關係感到好奇，這時父母該如何與孩子談論兩性交往與親密關係呢？敬請期待我們的文章！

（本文作者為杏陵基金會特約講師、自人生成長工作室正向教養教練）





## 談性空間—學校篇

### 為何對方總是不瞭解我？

### 增進親密關係的溝通技巧

文／高松景

#### 【故事】

智謙和羽庭從大學畢業後進入職場，同時進入某家公司上班，兩人開始談起戀愛。由於他們是同一所大學畢業，在工作時較有共同話題，再加上羽庭對公司的一些制度與人事有時會抱怨一下，智謙總是默默聽著，偶爾給些建議或是一起吐槽，很快拉近彼此的距離。有一次負責顧客投訴的羽庭遇到一位奧客，眼看著個性溫柔的羽庭都快被惹怒了！負責跑公司業務的智謙就挺身而出，順利處理打發了這名奧客，後來他們就順理成章的在一起了。

一開始交往時很甜蜜，兩人做啥都在一起。但慢慢地因工作關係，就沒有像剛交往時那般如膠似漆。智謙想趁年輕多打拼，全心投入工作，兩人相處的時間越來越少。羽庭一直忍到自己生日這天，心想著智謙應該會規劃一些浪漫的行程或餐廳吧！沒想到煎熬的等到晚上，智謙終於傳來訊息：「妳在家嗎？快下來，我有驚喜喔！」雖然又餓又難過，但羽庭還是立馬飛奔下樓，只見智謙拿出一條施華洛世奇水晶項鍊幫羽庭戴上，稱讚她美人

配項鍊更嫵媚成熟，又寒暄了幾句後竟說：

「那就這樣囉！我先回去加班了！生日快樂！」然後轉身騎車離開，智謙心想：「羽庭現在一定感動到快哭了吧，我這麼忙還專程來送禮物，我一定是最佳男友吧！」

這之後只要智謙一忙沒時間陪羽庭，就會試著買禮物補償她，以為她收到會很開心，但羽庭沒跟智謙說，她其實更希望他花時間陪她，跟她在一起，就算知道智謙在乎她才會買禮物送她，但這卻又讓她有種被敷衍的感覺，感覺智謙只是在打發她。終於，在一次智謙又因公司有位重要客戶急需他出面處理商品瑕疵問題，所以需臨時取消約會；並提出買衣服給她做為補償時，此時羽庭情緒大爆發了。在電話線上的智謙，雖然一再表示抱歉，但此時羽庭無法壓住內心不滿的抱怨情緒，便直接掛斷電話，心中卻是無味雜陳，吶喊著：「其實我不想要你送貴重禮物給我，我只是想要你多陪陪我！」。而在電話另一頭被掛斷電話的智謙，一臉茫然不知做錯何事，內心滿腹委屈與不解：「我這麼拚命工作！還不是希望為我們以後結婚，可以有較好的經濟基礎，妳為何總是不瞭解我呢？」



## 談性空間—學校篇

### 【解析】

#### 為何對方總是不瞭解我？正視彼此「愛的語言」之差異

有沒有曾經，你覺得你付出了許多，可是你的伴侶卻說：你怎麼都不愛我呢？就像故事中的智謙的處境一樣的內心吶喊著：羽庭妳為何總是不瞭解我呢？愛的本質就是溝通，此文將探討情侶溝通的三個技巧。

首要介紹的第一個溝通技巧是：正視彼此差異，用對方能接受的方式來愛對方。美國婚姻治療及諮商師約翰·葛瑞（John Gray，1992）累積三十多年，協助許多夫妻處理衝突的個案，發現：男女溝通方式有其根本上的差異，在《男人來自火星，女人來自金星》一書中：一般來說，男人碰到壓力時，比較喜歡一個人獨處，躲進一個空間讓自己慢慢沉澱減壓；女人碰到壓力時，通常喜歡找一個人談談，特別是她的女性朋友。男人是藉由事業的成就和他的能力來建立自尊心；女人更重視的是關係上的成功，有沒有愛的連結，這對女人而言是非常重要的事。如果不清楚這些男女性格上的基本差異，就很容易在親密關係中誤踩地雷，以致火上加油，衝突愈演愈烈。

戀愛中的每位情侶內心是「渴望被愛」並希望將你放在心目中居首位，但每位情侶渴

望被愛的方式，卻可能是不太一樣。而情侶間該如何滿足這項人性基本需求呢？美國著名婚姻治療師蓋瑞·巧門（Gary Chapman，1998）經多年的婚姻諮商經驗發現，許多衝突來是自夫妻「渴望被愛」的基本需求未被滿足。而其背後原因，有時並非彼此不相愛，而是雙方彷彿說不同的語言，用自己、而非對方習慣的方式來表達愛，導致衝突不斷。在他所寫的「愛的五種語言」（Language of Love）一書中，他歸納出以下五種表達愛的常見方式：

1. 肯定的語言（Words of Affirmation）：時常向對方表達讚賞及肯定。
2. 精心的時刻（Quality Time）：全心全意和對方一起做他喜歡的事。
3. 精心的禮物（Receiving Gifts）：常製造驚喜，花心思構想送對方適合且需要的禮物。
4. 服務的行動（Acts of Service）：展現具體行動為對方服務以表達愛意。
5. 身體的接觸（Physical Touch）：用牽手、擁抱等肢體接觸為感情增溫。

「愛」是需要理解與尊重，並用對方能接受的方式來愛對方。因社會文化與家庭背景不同，導致愛的需求與表達方式因人而異，當我們想透過上述五種「愛的語言」來增進彼此的親密關係時，得先理解另一半偏好何種「愛的語言」，否則可能你做了超多，對方卻感受



## 談性空間—學校篇

不到被愛。故事中，智謙和羽庭是同樣愛著對方，但卻因不了解彼此對愛的習慣表達方式之不同(也就是愛的語言之差異)造成衝突與誤解。羽庭較重視親密關係，期待的愛的語言是「精心時刻」；但智謙較專注自己的工作成就，傾向以「精心禮物」來表達愛意，而兩人沒有好好溝通，以致期待越多傷害越大。所以戀愛中的溝通非常重要，當然啦我們都是凡人，沒有神奇讀心術，與其在迷霧中摸索，不如設法釐清對方的「愛的語言」，例如：邀請情侶一起透過網路測試或一起玩桌遊來了解彼此的「愛的語言」，並走出自己習慣表達愛的方式，去擴展練習用對方所期待的「愛的語言」，來滿足雙方渴望被愛的需求，增進彼此的親密關係。

### 學習「一致性」溝通技巧 照亮彼此內在冰山

愛情的設計原理是希望開發彼此的生命，特別是個人內心深處的潛意識(包含個人成長過程壓抑所形成的個人潛意識及人類共有的集體潛意識)，往往是會在談戀愛進入親密關係交往的整合期時，能理解到要「收回投射」以化解「權力衝突期」，但一開始彼此關係會退回到「母嬰關係」，因此很容易會碰觸到彼此內心深處的冰山。這也正是愛情的設計原理：經由親密關係「浪漫期」潛意識對愛情對象的投射原理，經歷對「權力衝突期」的自我察覺能「收回投射」，停止對對方的控制

與壓迫，才能進入「整合期」，這才是真正的「談戀愛」，在有意識的情況下，抱著「相愛與好奇」的溝通態度，去認識對方(尋求與對方生命整合)，同時也更認識自己(尋求與自己生命整合)，也就是愛情的「整合原理」，那情侶應如何進行這種彼此生命的深層溝通呢？

美國家族治療的先驅薩提爾 (Virginia Satir, 1916-1988) 提出用「冰山理論」 (Iceberg Theory) 的隱喻來提醒我們，人類行為的內在經驗與外顯行為常因不一致，而引起種種親密關係的困境。人類對外在的人際互動方式(外在行為)就像我們看見冰山露在水平面以上的部分，但這些看得見的冰山其實只是整個冰山的八分之一，另外有八分之七是在水平面以下人類內心的感受、感受的感受、觀點、期待、渴望及自我。因此要瞭解一個人，不能單看他所表現出來的行為來決定，必須更深層的去瞭解他的內在冰山是什麼。薩提爾的冰山有七層，最外一層是我們可以看到的人際互動應對行為(例如：上述故事羽庭直接掛斷智謙電話)；往內一層是感受，例如：羽庭目前是很生氣；然後再下一層是感受的感受，例如：羽庭對於自己對智謙生氣，心中是有點感到內疚與罪惡感；第四層是觀點，例如：羽庭的想法是認為智謙不重視她，沒把她擺在心中最重要的位置；第五層是期待，例如：羽庭是期待智謙能拒



## 談性空間—學校篇

絕公司在下班時間臨時交辦的工作要求，準時跟他約會；第六層是渴望，例如：羽庭是渴望被愛；最後是自我。

薩提爾認為處理親密關係的衝突，不應只是單純解決表相的衝突行為，因為「問題本身不是問題，如何面對問題才是問題」；也就是重點不在迅速解決問題，而是要透過對對方更深層的連結，來表達愛與關懷，找到問題背後更大的冰山根源」。薩提爾提出學習以「一致性」的對話溝通模式，來擺脫人為了求生存與應對環境所發展出來「指責、討好、超理智、打岔」等四種習慣性「應對姿態」。這四種應對姿態之所以無法達成溝通的原因是，其目的並非讓彼此內心產生連結，而是為了「自保」。此外，一致性溝通不是一種策略，也不是要討好對方；而是希望在察覺與管理好自己的情緒，讓自己內在和諧寧靜下；能兼顧在乎自己，在乎情境，在乎他人，有效表達自己對情侶真誠的愛、關懷與善意，並協助情侶也能同時照亮他內在的冰山，因此其是一種有意識的選擇，也就是一種「修煉」。

情侶間互動如何善用一致性溝通來增進彼此深層的瞭解？個人經驗如下：首先是要「察覺自己慣性應對姿態」，分辨與家人、情人或在職場與人互動時，是否慣性使用「指責、討好、超理智、打岔」等四種無效的溝通「應對姿態」。接下來要以「好奇」的溝通態度，深入去探索你的情侶同時也更了解自己，

其具體步驟如下：

1. 先同理感受處理情緒，而不是要立刻想解決問題。例如，上述故事智謙應優先同理羽庭失望與憤怒的情緒感受，而不是提出「買衣服給她做為補償」的解決方案，也不是以「我這麼拚命工作！還不是希望為我們以後結婚，可以有較好的經濟基礎」的超理智應對姿態。

2. 表達渴望與對方產生連結。例如：智謙可採一致性溝通，表達對羽庭的愛、關懷與重視等內心真正的渴望。

整合這兩個步驟，其具體的對話參考如下：智謙可修正「超理智」應對姿態，表達內心真正的渴望：「羽庭我能理解妳目前內心的難過與生氣，也能瞭解你的委屈與失望（這是同理對方的感受），我要為我自己因工作而爽約所造成對妳的傷害，表達歉意，妳可以不原諒我，但我是愛妳的，很在意你的感受，是很想多陪妳跟妳再一起（這是一致性溝通，也就是表達自己內在冰山的渴望）。

3. 提問、傾聽與理解。當智謙可採一致性溝通，表達內心真正的渴望時，將可與羽庭內心產生連結（能同理對方的感受，是通往對方內在冰山的有效渠道。）「好奇」就是提問、傾聽與理解，此時智謙可採取「歷程性提問」進一步去探索羽庭內心過去是否曾遭受類似情感受傷的冰山。在上述智謙與羽庭這對情侶透過一致性溝通後，彼此願意更多的自我



## 談性空間—學校篇

揭露，更深層的理解對方：發現原來羽庭小時候看到媽媽與爸爸吵架，爸爸轉頭就開著車子離家數日後才回來，留下受傷又無助的媽媽與年幼的自己；因此當智謙因忙於工作而爽約的行為，勾起羽庭童年時父親與母親吵架就離家的負面經驗，所以深感被遺棄而產生憤怒的情緒（這也是為何羽庭會直接掛斷智謙電話，來表達其內心的憤怒）。同時也發現，智謙童年時母親與父親吵架就選擇沉默不語，因此面對羽庭的憤怒，讓智謙更加焦慮不知如何面對。

情侶透過一致性溝通的對話方式，可有助於探索與瞭解彼此內在冰山，讓彼此關係更加親密，這就是愛情的「整合原理」：先跟自己和好、去整合對方、也整合自己。一致性溝通看似簡單，但事實上並不容易，因為很多情況是情侶彼此並不清楚自己內心的冰山，或者雖已察覺自己慣性應對姿態，雖想採用一致性溝通；但卻不是以負責的態度表達，而是以控制者、受害者的方式表達。這是因為任何的「修煉」都需要在長期與穩定關係中，不斷去行動、反思與修正。當然「理念重於技巧」，當對愛情原理更清楚，則態度將會轉變，不會試圖去控制、改變或責備對方，而以真誠相愛的心和好奇傾聽對方，溝通技巧將會越來越精熟並適合彼此。

### 運用愛情創造性原理 尋求彼此可以接受的共識

愛情在整合期最終想達成的目標並不是情侶彼此整合成相同的人，或者是所有的行動都綁在一起，而是共享和諧的差異。他們可以各唱各的調，保有原本的主體性，不需要被迫配合對方的旋律，而是在相互接納中，彼此都可以放心說出對對方的期待，兩人的旋律是彼此相應，這個就是愛情的「創造性原理」。

那如何「共享和諧的差異」呢？首先要探討「人生大大小小的事，需透過理性或感性的處理做決定各佔多少？」就情侶間的愛情而言，是以「感性」為主，「理性」為輔。所以愛情在整合期需要培養面對彼此間「差異」的部分（可能是來自生活習慣、個性或價值觀等），除了上述兩項以「感性」為主溝通技巧外，在這裡也需要適時導入「理性」的溝通技巧，也就是先處理情緒，然後在處理事物的原則。德國哲學家哈伯瑪斯（Jürgen Habermas, 1929）提出「溝通理性」（Communicative rationality），提出一個「理想的對話情境」是雙方互為「主體」，而非將對方視為「客體」，因為真理不在「客體間」，而是在「主體間」。所以情侶間要透過理性的溝通達成彼此能接受的「共識」，首先是需要雙方在「平等」的基礎上，且在表達想法時可把握以下四個原則：



## 談性空間—學校篇

1.可理解性( comprehensibility )：即要能以對方所能理解語言及方式來溝通。

2.真實性( truth )：即所要陳述的事實確實為真。

3.適切性( rightness )：即說提出的共識建議是彼此能夠接受，也符合彼此雙方所遵守的法律及規範系統。

4.真誠性 ( truthfulness )：說話者能真誠地表露意向，毫不虛偽，以增進彼此的信任。

承上故事中的智謙可先運用「一致性」溝通技巧，接納彼此的情緒感受，並透過好奇的態度去探索與瞭解彼此內在冰山，讓對立走向合作。此時接下來，需要聚焦合作實際解決生活問題的彼差異點，例如：故事中的智謙被公司要求下班時間仍須要趕去處理客戶的問題，這是因為智謙是公司的業務部門，而羽庭則是公司的客服部門，兩者工作性質不同，

造成工作時間的差異（這是彼此生活的差異點）。此時可運用哈伯瑪斯的「溝通理性」，真理不在「客體間」，而是在「主體間」的觀點，也就是說如何處理智謙與羽庭工作時間的差異，不宜將「男主外、女主內」這個觀點來要求智謙與羽庭遵守；而應該由智謙與羽庭互為主體進行對話，這個溝通理性對話四個原則：可理解性、真實性、適切性及真誠性，創造出彼此都可以接受又可妥適處理這個差異點的共識解決方案，例如：羽庭願意尊重智謙因擔任公司業務工作會有下班，但因臨時有急需處理的客服需求，故需要加班但也；但智謙也不可天天加班，所以約定一星期加班次數，不能超過幾次，而且一星期一定要騰出時間陪伴羽庭。

（本文作者為本會執行長、臺灣師範大學師資培育學院助理教授）



## 談性空間—諮商篇

### 扭曲的性愛感情觀

文／林蕙瑛

#### 【學生的困擾問題】

朋友 A 君聲稱自己是 gay，平時言行舉止也從不讓人懷疑，交了很多女性閨密。前段時間與我一女性朋友 B 女發生性關係，我問 B 女為什麼跟他發生性關係，她說他倆約好一起旅行，想說他是 gay，就睡了一個房間不浪費錢，好姊妹嘛！結果晚上 A 君說他起反應了，第一次對女人產生衝動，想試試看女人。B 女當下虛榮心膨脹，覺得自己很有魅力，把 gay 都掰直了，於是就跟他做了。

但之後 A 君就不回她信息了，看朋友圈他依舊是 gay，跟別的閨蜜打麻將去了，B 女覺得有點喜歡上他了，想讓我找他問問何不回她信息。我問了 A 君，沒想到他很乾脆地承認了自己假裝成 gay，已經與十幾個閨蜜發生性關係，有時候與閨蜜發生性關係後，送人回去，人家老公還說「謝謝，這麼大晚上的，有你在我就放心了。」他勸我也是這個套路，我當然不會，只是不知道如何告知 B 女，是說實話，還是說 A 君根本對她沒意思？

#### 【問題解析】

自在一個大型演講的場合，大學生聽眾對於講題及內容「大學生的親密關係-談愛與性」，甚感興趣，在最後廿分鐘的發問時間內，有很多發問，經由手機軟體傳到主辦單位的電腦，再投射到銀幕上，非常多樣性，諸如「男友都不碰我，僅止於拉手，請問他是同性戀嗎？」「何謂精神出軌？」「女友是基督徒，不肯跟我做愛，我可是活生生的男人啊！」「愛

上虛擬世界的男友，他又不肯跟我見面，怎麼辦？」及「約炮可不可以？」等，反映出感情世界的複雜性，以及大學生對性愛觀的模糊。

此困擾問題是事後在電子郵件中收到的，主辦單位希望我能幫助這位迷惘的同學，而我也覺得有必要支持這位同學的感情價值觀，進而他可以去引導 B 女認清事實，覺察自己錯誤的性愛感情觀，避免賠了夫人又折兵，陪渣男睡了一個晚上，還念念不忘，以為可以發展感情關係。



## 談性空間—諮商篇

自簡短的詢問/分享案例中可以見到許多現代年輕人的性愛迷思：

1. 一般人都認為女生與 gay 相處是安全的，沒有「孤男寡女」的顧慮。

男同志的性別認同當然是男性，他的性導向是同性戀，戀愛的對象也自然是男性，但他們與女性的相處一向和睦，女性與之相處也沒有「性安全」的心理負擔，所以成為閨蜜者眾。

不過人畢竟有性慾與性衝動，不論同性或異性，基本上是要互相喜歡相愛，才会有親密關係，但有時孤男寡女夜晚相處，若一方有性慾，另一方也不回絕，即使沒有感情基礎，只要不互相討厭，且性慾高漲，衝動突破理智，肉體關係就可能發生了。

因此不論婚前婚後，不論是同性戀或異性戀的朋友們，還是小心為上，不要為了省錢而同睡一室，不到半夜誰也不知道有沒有事情發生，只是大學生的確經常為了省錢而同處一室過夜，這在異性戀男女中亦非少見。

2. Gay 會有性慾對女生起反應，是因為該女生太有魅力了。

B 女自我感覺良好，兩人同處一室，她以為 A 君的注意力都在她身上，感受到她的個人特質與性魅力，想說能把他自同性戀拉到異性戀，「人家既然如此對我著迷，還起了生理反應，我當然就不能辜負他的「情意」」，於是就配合行事。

其實如果 A 君是真 gay，他對女生是不會有興（性）趣的，B 女對於同性戀認識不清，都用異性戀的角度來思考來反應。而她本身對於男女朋友的人際界線，不夠清楚，就算 A 君生理起反應，也是他個人的事。他們只是好朋友，她當然有權拒絕，因此除了虛榮心外，B 女還有濃濃的好奇心，和 gay 友來個一夜情必定很精采很難忘的。

3. 先有性後有愛是潮流

雙方有好感，約會交往，相知相惜而戀愛火熱，乃至進入親密關係，循序漸進是自然的。然而年輕人喜歡刺激，對性好奇，且喜歡享受性愛，有些人可以性愛分開，如約炮，也有些人可以先有性而後有愛，就像好萊塢電影情節。兩人只見了幾次面就上床，最初的動機當然是性，做愛感覺舒服愉悅，有可能再約下一次，否則就再見了。雙方如果太專注於性愛動作，身體的親密超前，就會忽視個人的特質及情感面，不容易也不見得會很想進入穩定的戀愛關係。

那一夜 B 女必定很熱情地與被她「掰直」了的渣男做愛，她不知道渣男是騙女孩身體的炮房高手，感覺激盪歡愉，還以為兩人情投性合，也以為這個 gay A 君又沒交過女朋友，兩人有希望發展感情關係，所以就寫訊息求連繫，卻音訊全無，還拜託朋友探問。由性而愛，她這條情路是斷了！寫信的同學怕朋友受傷害，所以不敢說實話。



## 談性空間—諮商篇

該同學擔心 B 女因知道實情而受傷，寧可只說 A 君對她沒意思，他以為 B 女懂得感情是不能勉強的，會因此而死心。倘若有一天 B 女發現事情並非如此，必然會覺得該同學袒護假 gay 朋友而欺騙她，不僅會大受傷，也不會再信任這位同學朋友了。

A 君大言不慚地向詢問的同學吹噓自己的「豐功偉業」，聽的同學嚇了一大跳，怎麼會有這種人，想出這招來騙女生上床，他震驚之餘，就回到自己的價值觀，知道這樣做是不道德的，站在朋友的立場，他應該指責 A 君的不對，勸他做回真正的異性戀，用自己的誠心及魅力去與女孩正常交往。不論 A 君聽不聽得進去，自己說了該說的，就對得起自我良心，也對得起朋友了。

B 女是許多受害女性中的一位，還不知有多少女生被 A 君的演技欺騙而獻身，乃至相思而後訊息被拉黑。寫信的同學應向 B 女揭露假 gay 的真面目，一方面安慰 B 女不值得傷心，一夜情算是習得一課，交朋友及相處還是謹慎為上，不妨化悲憤為力量，出面向學校檢舉渣男，只要她登高一呼必有許多受害女性呼應，相關單位就必須處理，渣男會得到懲罰的。

### 4 為了性愛可以不擇手段

A 君的心態就是「只要我喜歡，有什麼不可以」，他並非是為了愛情不擇手段，只是為了嚐新鮮滿足私慾而想出這個爛招，糟蹋不

知情、單純女孩的身體，非常不道德。也曾被女生的男友追打過，卻不引以為戒，依然繼續行騙，且得意洋洋，向人吹噓。

A 君的性愛感情價值觀極度扭曲，他非但不尊重女性，把「閨蜜」當成洩慾的對象，以此為樂且樂此不疲，而且也不尊重同性戀者，假男同志偽裝 gay 特質，欺騙認識的男女朋友，沒有一點真誠之心。基本上就是以自我為中心，目中無人，有性無愛，稱為人渣不為過。除了法律上的懲戒外，他必須接受長期精神科的人格重建治療，針對人際關係與性愛感情觀加以輔導及訓練演練，同時也要注意他的性慾議題，最終目的就是希望他成為一個有正確人生觀與感情觀的年輕人，將其聰明才智發揮在人生的各種考驗上，以成為一個尊重自己尊重他人的有用人士。

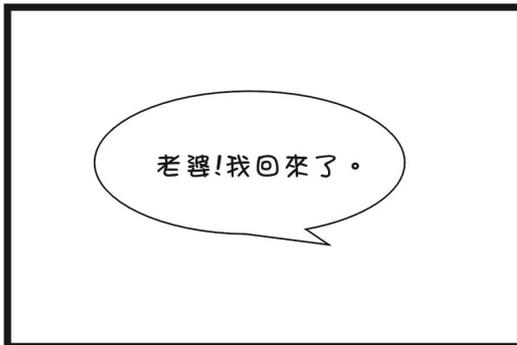
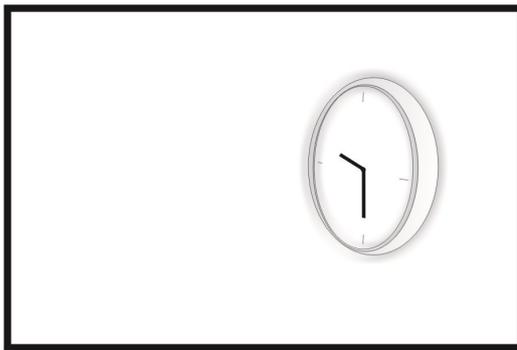
### 結語

現在社會風氣開放，網路上的訊息及直播影片呈現社會百態，年輕人覺得新鮮好玩，漸受影響，加上本來就從未建立正確的性愛感情觀，就很容易迷失在情慾中。本案例中的 A 君與 B 女，連寫信問的同學，也都需要再教育，以後才能走上順暢的感情之路。

（本文作者為東吳大學心理系兼任副教授、台灣婚姻與家庭輔導學會名譽理事長）



# 性教育漫畫





## 性聞幕後

### 防疫大將的殞落

文 / 丁介陶

紐約州長古莫辭職：民主黨小霸王與他的「自爆鹹豬手」

2021/08/11 轉角24小時



疫情初期以防疫鏡脫爆紅，後來卻因隱瞞政策過失死亡率，並遭紐約州檢察總長報告證實「長期職場性騷擾」的紐約州長古莫 ( Andrew Cuomo ) 10日透過直播宣布將「負責辭職」，不過在辭職聲明中，古莫給女兒們的話卻遭到美國主流媒體與自由派譴伐，痛斥「自己做錯事，幹嘛要拉無關的女兒們下水墊背」，更對於男性政治人物的性醜聞，總是要拉女性家屬出面站台的作法感到「極為噁心」。圖為古莫與女兒 ( 左一 )，以及秘書和幕僚。圖 / 美聯社

新聞來源：110/08/11-《聯合新聞網》「紐約州長古莫辭職：民主黨小霸王與他的『自爆鹹豬手』」(部份摘錄)

#### 【紐約州長古莫辭職】

自從新冠肺炎 2020 年在全球肆虐 造成無數人民死傷，為了這新型態的病毒，各國政府官員無不絞盡腦汁進行防堵，以能周全國民的生命。在這場人與病毒對抗的過程中，不少的防疫大將因為時勢造英雄而攫獲許多人的目光。其中的目光鎖定在美國紐約州州長

古莫(Andrew Mark Cuomo)，去年他因為膽敢挑戰總統川普的防疫政策因而聲名大噪，氣勢如日中天。

加上古莫州長應變迅速，每日召開的防疫記者會，條理分明指出當前的因應方針，給人民吃下了定心丸。因此外界看待古莫能有機會在三任州長屆滿之後，更上一層樓代表民主黨挑戰總統大位。然而，今年



## 性聞幕後

的古莫卻因長年的性騷擾醜聞曝光，跌落抗疫神壇。在總統拜登(Joe Biden)、眾議院院長裴洛西(Nancy Patricia Pelosi)都敦促古莫自請離職下，民主黨內同志也都紛紛表態不支持他繼續擔任州長一職。在眾人的目光下，這次古莫也擋不住沛然莫之能禦的民意反撲。

現年 63 歲的古莫，出身顯赫的政治世家，從政超過 30 年，他原本有機會超越其父馬里奧·古莫(Mario Matthew Cuomo)三任紐約州長的風采，無論是明年挑戰第四任紐約州長一職，亦或是更上一層樓，民主黨都視其為指標人物。只要古莫出馬，任何職務都有可能手到擒來，但因為性騷擾，卻也只能黯然下台，政治生命或許就得在這劃下不名譽的句點。不像首爾市長朴元淳以死阻絕性騷擾真相的調查，古莫之後必然得面對司法的詳細檢視與調查。

### 【是界線有異，還是騷擾？】

首爾市長朴元淳面對性騷擾的指控，以死結束了一生，因此無法得知其內在的想法。但古莫卻是堂而皇之地為自己辯解，說自己的一些熱情舉動，成了受害者口中的跨越界線。很顯然地，古莫仍舊顧左右而言他，沒有真正的道歉。古莫的明星主播弟弟克里斯(Christopher Charles Cuomo)，在去年上演

兄弟連線訪問秀後，一時傳為佳話。然而，克里斯今年面對自己兄長的性騷擾醜聞，卻彷彿置若罔聞，還參與了哥哥的對策會議，引人非議。

更甚者，古莫還拉出家人、女兒做為幌子，述說自己未曾對女性不尊重，這樣的辯解在紐約州總檢察長詹樂霞(Letitia James)出爐的調查報告書，反倒被重重打臉。鐵證如山的情況下，古莫即便有再多的辯解，也無法杜絕悠悠之口。許多的證詞都指向古莫有不當的身體接觸，甚至言詞輕薄，早就逾越該有的上司、部屬之間的份際。

古莫就算搬出那些冠冕堂皇的說詞，也難以避免州眾議院對他的彈劾，若是執意對抗恐怕也難以擋住政治的怒火。屆時若是因為彈劾而下台，古莫的政治處境恐怕會更加難堪。因此古莫的自請辭職，不僅是因為性騷擾而下台，更是因為連同黨內同志、民意的撻伐都已經是千夫所指，甚至防疫的光環也早已破功、褪色。隨著性騷擾醜聞爆出，古莫任內的防疫也被指出有漏洞，一場風暴恐怕還在醞釀中。

從古莫的推諉卸責看得出來，他想要轉移焦點，把他對人的和善舉動用以淡化性騷擾的行為，甚至歸因於世代間不同的看法，這也讓許多人無法理解與認同。即便是界線有異，尊重他人仍是不變的硬道理。



## 性聞幕後

日前美國大聯盟也活生生地上演了尊重他人界線的一課，剛從國民隊轉到道奇隊的王牌投手薛則(Max Scherzer)，在處女秀下場後，被素來熱情以待的總教練羅伯茲(Dave Roberts)拍拍屁股表示：「做得好！」但薛則

回以碎念，不需要總教練以這樣的方式來表示做得好。由薛則的反應來對照前述界線的說法，不要自認為個人的友善在他人眼中也是同樣的意涵。古莫自以為是的熱情舉動，對員工而言其實就是騷擾。



新聞來源：110/08/17-《聯合新聞網》「MLB/薛則屁股碰不得！道奇教頭遭自家王牌駁話伺候」(部份摘錄)

### 【再思職場性騷擾】

不論是在政治場域或棒球殿堂上，對於界線的看法都一樣。一個人看似熱情的舉動，但在另一個人的眼中就是不同，甚至可能是騷擾。因此，職場性騷擾是：本質為性，甚至

是在權力不對等下不受歡迎的口語與身體的行為。投手薛則因其名氣大，可以敢於說出不願被拍屁股的想法。然而許多被騷擾的人不見得能像薛則一樣有勇氣，敢於向自己的老闆說：「不！」因為說「不」很有可能下一刻，你的工作會不保，或者被職場霸凌等，這也就給了性騷擾持續發生的機會。



## 性聞幕後

因此，為官者、居高位者，更是一舉一動需要對界線的劃分要能更嚴謹的看待。不要以為自己是一人之下萬人之上，你的任何自認良善舉動，就需要雨露均霑。有句話說：「通往地獄之路充滿了善意」。你的善意是別人的地獄之路，更何況性騷擾者的善意是託詞與藉口。從 Me too 風潮所引發的性平運動，很顯然地對於政治人物，甚至是其他領域中的顯赫者還未留下刻骨銘心的經驗。很多居高位者將這些風潮、運動當做是看戲，不會發生在我身上，於是等到在自己身上發生時，又用老掉牙的說法來尋求脫身。

新上任的紐約州長侯可(Kathy Hochul) 矢言要改革官場文化，讓人民再度信任政府。看得出來這位首位紐約州女州長有旺盛的企圖心，想要改善古莫所留下的爛攤子。這得留給時間來檢驗，期待女州長帶來耳目一新的氣氛，建立性別友善的職場環境。

### 【性別友善的職場環境】

在台灣，政府每年都會在公部門、學校不停地實施性平宣導與工作坊，其中的考量就是如果只用法律來維繫性平恐遠遠不夠。性平的態度與精神必需深入職場文化、辦公室的場域裡，讓性別友善態度真正落實。當每個人都內化了這樣的態度，才有可能杜絕職場性騷擾。

因此建立完善的性別友善職場環境是需要全體的動員，上至領導者的帶頭，下至每位從業人員的投入。例如：在以男性為多的職場環境中，有時可能會難免開性別玩笑(黃腔)，這時就需要能顧及到其他少數的女性從業人員，以免流於口語或身體上的性騷擾。

當領導者帶頭做起，就會起上行下效的風氣，就好比道奇總教練羅伯茲不再以拍屁股做為嘉勉薛則的舉動後，其他球員看到也會深自警惕，舉起來的手也會放開不再拍下去。這就是領導者所需要承擔的責任，並將此風氣導入職場環境裡，才能將性別友善的文化、態度深植其中，進而達成正向的上行下效。這也正是新任紐約州長侯可的認知，改良官場文化，以尊重、友善對待每位員工，才能讓職員工作時無所害怕，因而能在自己的專業上發揮所長，無需擔心有權力者伸出那令人恐懼的鹹豬手！

(本文作者為杏陵基金會特約講師、宇宙光關輔中心特約輔導員暨講師)





## 教育最前線

# 恭賀

台灣性教育學會成立三十週年

吳東瀛創會董事長榮獲特別感謝獎

江漢聲校長、鄭丞傑院長榮獲性教育傑出貢獻獎

2021台灣性教育學會三十週年學術研討會

「Always Online?! 展望Z世代的性教育」

文／鄭其嘉

台灣性教育學會成立三十週年，於九月十八日在台灣師範大學文學院誠 101 會議室舉辦「Always Online?! 展望Z世代的性教育」學術研討會暨三十週年年會。現場並邀請衛生福利部陳時中部長、台師大宋曜廷副校長蒞臨。

台灣性教育學會會於 1991 年成立，包含

性教育、性諮商以及性治療三個領域之專家學者共同組成，多年來透過研討、專欄、出版、承接政府計畫、媒體、宣講、倡議等推動性教育。今年適逢三十週年，以展望現今年輕的網路世代「Z世代」性教育為題，見證台灣性教育的發展軌跡，並分享透過數位、網路與線上學習方式辦理學校、家庭與社會性教育。



## 教育最前線

### 一個憐憫的開端，一場無私的相遇，成就半甲子專業的使命

早期台灣社會對性避而不談，本身也是婦產科醫師的杏陵基金會創會董事長吳東瀛先生，看到許多青少年因懵懂而懷孕，造成許多社會與家庭悲劇，深覺社會對性教育的需要，乃力邀台灣性教育先驅晏涵汶教授於 1989 年成立「家庭生活與性教育中心」，在基金會許多專家的籌備下，仿照美國 AASECT（美國性教育、性諮商與性治療協會），於 1991 年催生了「中華民國性教育協會」，協會雖以「性教育」命名，但同時也包含了性諮商、性治療專業，並分三組推動。協會後更名兩次，於 2009 年更名為「台灣性教育學會」。

為了慶祝學會成立三十周年，特別頒發感謝狀給吳東瀛前董事長，並與杏陵基金會聯合頒發「性教育傑出貢獻獎」給學會的兩位名譽理事長，同時也是名醫的江漢聲教授以及鄭丞傑教授。本身也是名醫的衛生福利部陳時中部長將親臨致詞與頒獎。

江漢聲教授，曾任學會第三屆理事長，現任輔仁大學校長，是國內的泌尿科權威，非常關心男性性醫學，同時，特別著墨於透過文化面來了解性健康及性教育，受邀擔任性教育演講非常受到聽眾歡迎。鄭丞傑教授，曾任學會第五、六屆理事長，現任台北秀傳醫院執行

院長暨高雄醫學大學婦產科教授，係婦科名醫，造福許多婦女的性健康，同時，更是媒體名人，非常受到大眾歡迎。

### 大師對談，見證台灣性教育發展軌跡，展望 Z 世代性教育

「性」不僅是性生理：生殖系統，其影響之廣泛，更深植在「人性」之中！

我們深信，「性教育」是教導健康的人際與親密關係的教育，是一種「愛的教育」與「品格教育」。性教育也是發揚人性，支持美滿家庭生活，對自己的性行為負責任的教育。然而，現今網際科技發達，學者們往往發現，過去所深信的價值觀，來到了網路 Z 世代往往受到很大的挑戰。不只是因為年輕人比較具有挑戰權威的特徵，更是因為 Z 世代的年輕人從網路世界成長所持有的世界觀的不同。

Z 世代 (Generation Z) 一詞，也稱為網路世代或數位原生代，泛指在 1990 年末至 2010 年初這段時間出生的孩子，普遍是指在 1997-2012 年這段期間，目前正處於兒童至青年期。1990 年末，正是社會網際網路發達的開端，這意謂著，Z 世代打出生起就接觸網路世界，從網路獲取資訊，也透過網路互動以及處理各樣事務，是同時生活在虛擬與現實交互互動世界的「數位原生代」，與自真實互動認識世界的上一輩，不論在人格特質、價值觀以及行為特性上，都很不相同。Z 世代的年



## 教育最前線

輕人從網路就能獲取大量資訊，對權威更具挑戰之心；網路獲取的訊息多半是片段式的聚焦訊息，養成 Z 世代較為任務導向的行事風格；同時，網路即時通訊的特性，也使人較需要及時的滿足。

網路科技雖便捷，但也充滿危機，特別是，資訊爆量卻片段，人們很容易取得資訊，但這些資訊多未經統整，更可能是錯誤、偏頗、有害的，各種聲音紛呈，卻也真假難辨；同時，虛擬與真實、線上與線下世界交互作用，釐清之間的界線與因果並非易事，往往造成許多年輕孩子誤將虛擬世界帶進真實生活而引發許多悲劇。尤有甚者，年輕一代熱衷網路社群與網路交友，網路社群帶來龐大的同儕壓力與社群壓力，甚至引致危害。網路交友更充滿危機，網路交友滿足人們心中親密的需求，卻也給許多所謂的在線獵手 ( on-line predator ) 伺機而動的機會。

網路環境對 Z 世代在性教育帶來的新挑戰主要包括：一、網路色情：色情資訊常把違反倫理的生活型態正常化，對正處於性好奇與懵懂的青少年來說，容易誤導其產生似是而非的性觀念及交友態度，更容易誤將虛擬世界的情節帶進真實生活中，而引發悲劇。當青少年越早接觸色情資訊，越缺乏正向的性別角色態度，對性越容易持縱容態度，對性騷擾的接受度也越高。二、網路交友：網路交友滿足青少年尋覓同儕的渴望。但網路也同

時存在許多陷阱，例如，上傳個人資料、與陌生人聊天交往、尋找色情網頁等。根據杏陵基金會調查，國小、國中與高中等各階段，均有 2 成左右的學生曾與網友建立虛擬夫妻或男女朋友關係。伴隨網路邀約進行單獨見面，也衍生與網友發生性行為等需要重視的問題。

三、網路性騷擾與關係霸凌：網路的匿名性讓言論尺度大開，網友透過留言或影音圖片性騷擾或發動霸凌情事時有所聞，刻意忽略或默默隱忍其實都會造成更大的傷害，對被害青少年造成心理的創傷，甚至釀成悲劇。

學會特邀晏涵文教授以及鄭丞傑教授，從「迎接 Z 世代——台灣性教育的過去、現在、未來」娓娓道來台灣性教育發展歷程，並展望未來。晏涵文教授曾任學會第二屆理事長，現任杏陵基金會董事長，1977 年取得博士回國後，有感於台灣學校性教育欠缺，國小與國中「健康教育」生殖系統篇章不是跳過，就是學生自己看，對「性」無知造成許多社會悲劇，乃倡議學校必須要教性教育，並透過研究調查發表「本土化性教育概念綱領」，深深影響學校性教育課綱發展。晏教授表示，要培養孩子正確的性態度，並能在網路時代中保護自己，最重要的，還是透過正規的學校性教育。學校教育具有系統性，能有系統的建立學生的性知識與性價值觀，能從基礎建立孩子的正向態度，以及抵抗外在環境誘惑與危機的能力。因此，即便是網際網路發達的時代，



## 教育最前線

學校系統性的課室教學仍是最重要的！

### 數位時代性教育，Z 世代的啟示

如何與 Z 世代從「全人發展」的觀點談性教育的核心價值，即「愛的教育」與「品格教育」，是性教育所面臨到的大挑戰。唯有他們最熟悉的數位語言，成為與 Z 世代溝通的重要管道。而 Z 世代的父母一樣面臨與孩子談性的挑戰，如何與孩子溝通性議題？已是現代家長重要的終身學習！

下午的「實務座談」，聚焦在學校、家庭、傳播媒體、網路社群等性教育實務，邀請專家分享網路資訊融入健康教育教學、親職性教育線上學習、青少年性教育網站、社會性教育廣播節目以及親子溝通創新社群平台等實務經驗。

學會承接國民健康署的青少年性健康促進計畫，維運青少年網站「性福 e 學園」（現已併入健康九九「青少年好漾館」），其中有給青少年以及家長發問的園地「諮詢特派員」，學會分析三年中，發問人次達 1452 則，其中近九成是青少年發問。其中，最常被發問的議題就是「青春期的適應」這個部分（近三成），其中又以生殖器官以及自慰這兩個議題最常被青少年發問，青少年非常關係自己的生長發育，很擔心自己“不正常”是最大特徵。第二常被發問的議題是「生殖健康」這個部分（近兩成），特別是有關於避孕方式以及性行為與性反應等，有不少青少年會求助如

何避孕。另外，親密關係也是常被問的主題（近一成），情竇初開的青少年們，對於愛情充滿疑慮，需要專業諮詢人員協助解惑。此外，青少年發問的問題都相當露骨，如果不是訓練有素的回覆專家，可能會被這些露骨的問題所驚嚇。可見，青少年確實對性、對交友等，有非常多的疑問，而網路的匿名性以及回覆的專業性，確實可以協助青少年問出心底的疑問，並獲得解答。因此，網路世代需要透過網路給予專業的解答。

另外，杏陵基金會出版了一套親職性教育的手冊，透過線上學習的方式，讓家長學習如何與孩子談性，線上學習推出後，報名次次都是「秒殺」！可見，父母對於如何與青少年孩子談「性」是求知若渴。另外，透過最常用的 line 建立一個親子溝通的平台，讓親子可以在平台中依據不同的性教育主題及其中所設計的互動遊戲進行互動，是另外一個有效的家庭性教育方式。而最重要的是學校的性教育，學校透過融入資訊教育的方式，讓學生學習正確的網路使用行為並獲得正確性知識。此外，網路平台發達，透過網際網路開設性教育廣播節目，更是一個新趨勢。學會與網路電台合作，開設《談情說愛》廣播節目，邀請學有專精的專家學者暢談不同的性教育主題，每次開播，總是滿線，非常受到歡迎，也可見透過數位進行社會性教育的需求非常高。



## 教育最前線

適逢學會創會 30 年，特別規劃聚焦於 Z 世代性教育，為 X 世代及較年長的 Y 世代學校教師、家長增能。學會倡議全人發展之理念，個人生命能發展成健全並富有創造性的個體，與「性」有著密切關係！性教育從出生開始，終其一生，且是一個龐大廣泛的教育計劃，貫穿其中的哲學主軸是「愛的教育」及「品

格教育」，此與網路看到充滿腥羶色的語言及畫面、傳遞負面性價值觀及對性放縱自由，不啻是一股社會清流。

( 本文作者為台灣性教育學會理事長、輔仁大學公共衛生學系副教授兼系主任 )



頒發性教育感謝獎



頒發性教育傑出貢獻獎



大師對談



實務座談



## 杏陵天地

性教育、品格教育、生活教育

