

負責的愛



安全的性

杏陵天地

Mercy Sexuality Quarterly

季刊雜誌 2022.09 第31卷第3期

【談性空間—家庭篇】

營造家庭成為與孩子談情說愛的好所在

【談性空間—學校篇】

為何要結婚？愛情的自性化原理

【海外性訊】

銀髮族福音-較佳性生活

【好書推薦】

當同志遇見耶穌

全國唯一性教育專業刊物

恭賀

本會林昭庚董事 榮膺中央研究院新科院士



恭喜本會董事林昭庚教授，
榮膺第33屆中央研究院生
命科學組新科院士。

林昭庚教授為台灣首位中醫
博士，擔任中國醫藥大學中
醫系講座教授，當選中醫藥
學界第一位中央研究院院士，
對中醫的科學發展和影響是
一極大的突破！杏陵醫學基
金會與有榮焉，在此表達最
誠摯的敬意和祝福！

林昭庚 台灣首位中醫博士 鄉下窮困仔變中西醫結合權威

（記者楊綿傑、林惠琴／綜合報導）中國醫藥大學中醫系講座教授林昭庚獲選中研院生命科學組新科院士。從一個鄉下窮困仔變成將中醫與現代科技及西醫結合的權威，他昨坦言，從來沒想過自己會當選院士，將持續耕耘針灸研究領域。

林昭庚出身彰化縣秀水鄉，他回憶，高中時父親離世，家中生活困苦、半工半讀。他在中國醫藥大學是醫學系雙主修中醫系，後捨棄當時最夯的外科、婦產科等，轉投入相對弱勢的中醫，並在針灸領域深耕。林是台灣首位中醫博士，如今更成首位獲得院士殊榮的中醫藥學者。

主編中西醫病名對照大辭典 獲國際肯定

林昭庚利用現代科技首創全球通用的針灸安全深度，將中、西醫結合，參與美國哈佛大學針灸教科書撰寫，亦出版全世界首套針灸實驗學，主編的中西醫病名對照大辭典，受到聯合國教科文組織肯定；還曾糾正世界衛生組織（WHO）公布的標準穴位圖。

林昭庚說，很感謝大家對此領域的重視，未來將致力發展針灸成為更具有科學性、實證性的學問。



季刊雜誌
2022.09
第31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／晏涵文

執 行 長／高松景

【杏陵天地雜誌編輯部】

編輯顧問／毛萬儀・李 蘭・沈美珍

林蕙瑛・馮嘉玉・熊賢芝

鄭丞傑・鄭其嘉・龍芝寧

（依姓名筆畫排序）

主 編／高松景

編 輯／彭宣榕

【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
2樓

電 話／(02)2933-3585

傳 真／(02)2933-3600

輔導專線／(02)2930-4090

E-mail／mercmem@gmail.com

官 網／<http://www.sexedu.org.tw/>

目 錄

◆ 談性空間

2 家庭篇 營造家庭成為與孩子談情說愛的好所在 / 毛萬儀

6 學校篇 為何要結婚？愛情的自性化原理 / 高松景

◆ 海外性訊

13 銀髮族福音-較佳性生活 / 林蕙瑛

◆ 好書推薦

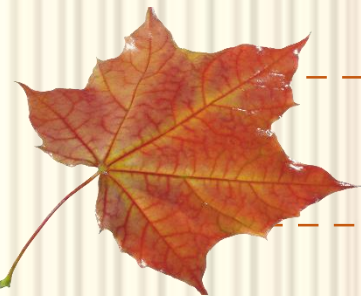
16 當同志遇見耶穌 / 晏涵文

◆ 教育最前線

17 愛知love! 青春go! 安全e起來~
愛滋防治密室逃脫

◆ 捐贈資訊

19 捐贈芳名錄



談性空間—家庭篇

營造家庭成為與孩子談情說愛的好所在

文／毛萬儀

【情境】

美娟和威志很快的將要擁有他們的第一個孩子，他們相當注意有關孩子教養的資訊，也相當用心準備要為他們的孩子扮演好爸爸、媽媽的角色。最近，他們聽到一個有關性教育的資訊，提到「性教育要從一出生即開始」。對於這項資訊，美娟和威志感到相當困惑，他們回想自己的成長過程中，根本從未接受過所謂的「性教育」，他們不能明瞭「性教育」到底是甚麼？怎麼會從一出生就開始？為什麼不等到青春期前後再開始呢？為什麼不等上學以後再由學校老師來教呢？何況那麼小的孩子到底要教導他什麼呢？又能教他甚麼呢？

【解析】

一、從小就知「性」的孩子更健康

許多人認為，性教育是因應青少年性生理發展，以及解決當前社會上青少年婚前行為、懷孕墮胎、感染性病等「性問題」的教育。不僅簡化了人類「性」的範疇，也忽略了人類性發展的延續性，所呈現的將僅是性教育的「部分」意義，並不足以因應「全人」以及性的「整體學習」的需求。人類相較於其他物種，對於「性」的感受、理解和規範都超越了「物種繁衍」而更形多元與複

雜，因此，性教育必須要是一個廣泛與積極的教育計畫，其目的不能僅止於約束和規範「不負責任的性」以及「不健康的親密關係」，而要在於發揚人性、支持美滿家庭以及對「性」的行為負責任。

我們必須體認到，「性」對個體生命、生活、發展與健康上的重要性：人類的「性」並非從青春期才突然出現，而是從出生前便已開始發展，並且在不同階段，對「性」存有著不同的學習任務與需求，學習順利與否，都將對個體生理、心理、社會關係的健康產生影響。換言之，性教育不應從人的生命、生活與生命中抽離，也不應從連續的成長歷程中切割，更不能忽略培養性態度與對性議題處理能力的關鍵性。

因此，性教育需持「健康促進」及「親密關係」觀點，其教育內涵係以「促進性健康」為目標，以「人的整體」為對象，關照從出生直到終老的「性發展」，了解不同發展階段個體如何以不同的方式體驗以及學習「性」，並協助個體【「↑」—思考、分析、判斷、做決定】，與【「生」—愛、尊重、隱私、負責任】，二大核心能力與態度，貫穿所有相關學習議題，最終使得人性得以發揚。



談性空間—家庭篇

二、家庭與兒童性教育是為重要根基

性教育要紮根，便要與家庭生活結合，從落實家庭性教育做起。由於兒童階段是人整體「性發展」的根基，而且個體在家庭中出生、生活與成長，自然而然從家庭環境以及家人互動關係中探索發現、感受體驗「性」，這些學習的經驗歷程都對往後的階段產生影響。此外，家庭係因為「愛」、「親密」與「責任」而結合，與性教育的核心價值相同，因此性教育必須與家庭生活結合，並且從家庭開始。從另一方面來看，不論父母是否樂意，孩子在踏入學校之前就已經從父母身上接受了影響深遠的性教育，舉凡父母親自身的性態度與價值觀、對性別角色的看法與期待、自己與伴侶平日的行為表現及對性生活的感受等，都會影響、決定子女是否能對自己的性別發展出喜悅接納、自信自重的態度。因此父母雙方越早重視性教育越理想，如此便能夠以「愛」作為基礎，擔任子女可以信賴的性教育來源。除此之外，現今社會中充斥著複雜的，甚至具傷害性的性資訊，父母更是有責任做為其子女正確性知識、性態度的基本來源，以免子女在成長的過程中，以不當的方式獲得錯誤的訊息與觀念，而提高未來發生性偏差行為的機率，當孩子懂得越多時，反而會更慎選自己的行為。

三、家庭實踐性教育的準備與原則

「家庭」既然是最初、最紮根以及最重要的性教育場域，不論是從積極面的健全人格培養或是從消極面的避免受到性問題的伤害來看，父母為子女進行性教育可說是不能以及不需要推卸的責任。而且目前也已經有

許多研究證實，性態度受到家庭的影響最為深遠，顯示，不論家中成人是否有意願，孩子都從其身上學習，都將成為個體最初的性教育教導者，因此，家中成人為落實家庭性教育進行準備仍是最為有利的做法。因此，如何透過家庭與兒童性教育的落實，讓個體從出生便能夠在性知識、性態度、分析與處理能力上有正向的發展，並且從家庭生活中學習發揚「愛」、「尊重」與「負責任」等人性美好的一面，並將之運用在與性有關的議題中，妥善解決面對的問題，都是家庭與兒童教育的重要議題。

然而，許多家長因為在成長過程中並未從家庭以及學校接受過性教育，對於能否適切扮演孩子性教育者的角色存有疑慮與擔心，因而希望由學校及老師負起性教育的責任；有的父母懷疑對幼齡孩子進行性教育的必要性，認為孩子大了自然就會知道，也擔心性教育會引發孩子對性過度的好奇而產生性行為問題；有的父母雖然有為孩子進行性教育的意願，但是對於技巧能力不具信心，希望能有具體作法技巧上的資訊。

（一）家庭實踐性教育的準備

針對家長對實踐家庭性教育的疑慮，建議家長可以進行以下準備：

1.對「性」抱持正向與健康的態度

成人對「性」的正向態度是進行家庭性教育時最根本的條件，因為它會影響成人在面對孩子有關「性」的生活議題時，能否自在坦然。當成人以「健康」以及「全人發展」的角度看待「性」，將更能體會自己角色對孩子健康「性發展」的重要性，願意破除

談性空間—家庭篇

過去傳統社會對「性」以及「性教育」的迷思，為孩子承擔以及扮演更積極的性教育者角色。

2. 建立親子之間親密正向的互動溝通關係

「性」的議題對個體來說是貼近與重要的，因此，當親子之間的互動關係親密正向，親子雙方都採主動瞭解、關懷的心態，而且彼此維持一個開放的溝通方式時，在溝通與「性」有關的議題時也就自在容易多了。有許多研究發現也支持，當親子互動溝通關係越正向，孩子越有意願向父母提出對「性」的疑問與看法，對「性」的態度也就越正向。

3. 了解孩子的發展與性教育需求

不同年齡層孩子從生活中體驗和探索「性」的特質以及方式不同，學習內容需求亦各有異，成人如果能夠了解不同年齡孩子該以何種方式教導哪些內容，將大大提高進行性教育時的自信度。

4. 熟悉資源，掌握機會教育

由於「性」在孩子生命、生活、發展中是一項重要的議題，孩子隨時都有可能以各種方式及途徑進行體驗，不會因為成人的逃避而消失。因此，成人如果能夠事前熟悉掌握國內現有的性教育相關資源，並且因應孩子的發展需要準備適當的輔助材料，相信一定能提高覺察並掌握為孩子進行性教育的機會。

(二) 家庭實踐性教育的重要原則

父母處理子女性問題時，「如何教」比「教什麼」重要。一般而言，父母進行家庭性教育有以下之重要基本原則：

1. 著重身教

父母往往是子女「模仿」、「批判」、「比較」的對象，因此，良好的身教也是子女性教育成敗的關鍵。父母應以自身的態度來向子女證明「性」是美好的，而不是骯髒污穢的。

2. 把握隨機教育的機會

孩子在生活、成長的過程中，隨時會吸收新的資訊產生新的問題或對原有問題產生新的想法，因此父母需與子女共同成長，對孩子自然而然的性發展，及隨時可能出現的性好奇行為預先做好準備與調適，隨時補充知識、觀念，以滿足孩子隨時隨地的需要。

3. 做好事前準備及善用相關資源

多數父母限於自身過去並未從家庭和學校中獲得充足的性知識，因此總是覺得心虛而怯於開口教導。如果父母較早警覺自己的性知識不足，可在對子女進行性教育之前先因應孩子的需要，準備一些基本、正確的性知識資訊或適合孩子閱讀的相關讀物，以備孩子出其不意的提出疑問時，可以正確回答。

4. 正確回答孩子的疑問不欺騙孩子

對於無法回答的問題，父母也毋須害怕退縮，最應避免的是對孩子提供不實的答案以逃避自己的困窘。父母向孩子表示願意藉助書籍、機構、專家等相關資源尋找答案的誠意，會比瞎掰搪塞更能獲得孩子的信任。而當父母之間，甚至與學校之間對「性」有關問題的觀點不盡相同時，最好能事前先行溝通、取得一致性的回答，以免讓孩子感到混淆，不知所從，甚至懷疑父母回答問題的誠意。

談性空間—家庭篇

5.先要澄清孩子的真正的問題與需要

當孩子提出性的疑問與探索時，其背後的動機與需求可能不盡相同，其所需要的答案與協助便會不同，父母處理的方式當然也要隨之有所不同。因此，父母不要先入為主的立刻進行處理，而應先當一個好聽眾，傾聽孩子的問題，從孩子傳遞出來的訊息中了解孩子的真正動機，如此才能提供孩子真正需要的答案與協助。

6.使用適合子女年齡能夠理解的內容及正確的名稱說明事實

父母應針對孩子提出問題的內容與動機，尊重子女觸及這些問題內容的成熟度與準備度，使用適合孩子發展理解的水準，簡單、直接又坦然的回答他。父母不需要一次給予過多及過於複雜的資訊，以免反而給孩子過當的刺激。在回答的過程中，鼓勵父母可以自然使用正確名詞，因為父母越是坦然使用正確名稱，越會讓孩子自然地獲得正確知識，且對這些身體部位產生曖昧、無法自然正視的態度；如果仍感一時難以啟齒，可以轉換說法（如：稱「陰莖」為「尿尿的地方」）或是與孩子約定稱呼命名（如：稱「陰部」為「小妞妞」）。

7.傳遞「尊重」與「隱私」的觀念

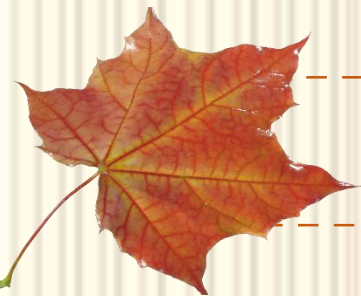
「尊重」與「隱私」是性教育中的重要觀念，孩子在滿足對性的好奇過程中，如果有侵犯他人意願與隱私的問題，父母在滿足子女性好奇之餘，也需引導孩子察覺其舉動對別人造成的干擾，並學習尊重對方的感受。

性教育不僅具有消極因應青少年「性問題」的目的，更是一項廣泛積極、促進個人「性健康」的教育計畫，關注每個人從出生開始在性知識、性態度、處理分析性議題能力等的學習，並以「愛」、「尊重」、「負責任」作為核心以為貫穿。幼兒階段的性教育是相當重要的根基，家庭更是最初以及最重要的性教育場域，因此，父母如果能夠積極預備扮演性教育角色，積極落實家庭與幼兒性教育，對於以「發揚人性」以及「促進健康」的「全人」性教育，將有相當大的助益。

不論是從積極面的健全人格培養或是從消極面的避免受到錯誤資訊的傷害來看，家庭性教育的落實可說是相當重要的一環，而家中的愛及溫暖的氣息也正是培養子女對性的認知、態度及行為最好的場所。在孩子的成長過程中。許多學者均一致認為，家庭溝通是協助家庭成員瞭解及解決家庭問題的最基本方式，與孩子討論性的關鍵不在孩子的意願，而是在於父母的態度，只有建立親子間討論「性」議題時的正向氣氛，才能使得子女覺得在與父母分享對性的探索發現是安全的。家庭生活中所有自然發生的生活事件都可以是與子女隨機溝通的教材內容，父母可以把握機會，利用自然的對話情境與時機，適時、自然、以平常心藉由家庭溝通傳達性知識、性價值觀，及性態度。身為父母的千萬不要以受限於「專業知識不夠」的擔心，而讓自己先放棄了享受親子互動的好機會。

（本文作者為台灣性教育學會理事長、經國管理暨健康學院幼兒保育系副教授）

【結語】



談性空間—學校篇

為何要結婚？愛情的自性化原理

文／高松景

【故事】

結婚是愛情的「歸宿」，還是愛情的「墳墓」呢？進森與佳芬這對在大學時期的情侶，經歷十年的愛情長跑。理工背景的進森其顯性人格特質是「分析型」，重視「邏輯思考與客觀判斷」，行事果斷幹練；而人文背景的佳芬的顯性人格特質則是「感覺型」，具有「細膩的人際敏感度與直覺的感受」，待人體貼溫順。彼此的影子人格吸引成為戀人，深入交往後，了解彼此互補的個性，以及職涯與人生價值觀是相互欣賞，認為婚姻是一種保障，所以選擇進入婚姻。目前進森的事業已是小有成就，擔任一家科技公司某部門的副總，佳芬在國中擔任老師，有著一份穩定的工作，一對子女都很優秀就讀國立大學，是大家羨慕擁有美滿婚姻家庭的人生勝利組。但當彼此在步入中年，漸漸發現，很多以前還可以容忍、沒有察覺到的問題，現在卻一一浮現，越看越討厭對方、越來越無法容忍……陷入一種想要改變卻無能為力的無力感，開始質疑為何要結婚，甚至萌生離婚的念頭。

回憶兩人結婚時度蜜月的浪漫，就像當初剛認識熱戀時的甜蜜，進森也同意佳芬婚前的期望「不要跟公婆住」，度蜜月回來兩人搬離與父母同住的家，兩人一起在外租房

子，展開屬於小倆口的新婚生活。後來佳芬接連生兩個孩子，為了全心照顧孩子，請了三年的育嬰假，佳芬也因需要照顧兩個幼兒，擔心半夜孩子會吵到進森，而與進森分房睡，因而兩人的性生活起了一些衝突。對於過年要回誰的家有了衝突，進森認為依習俗，佳芬應該跟他回婆家；但佳芬認為在兩性平等的時代，這是不合理的習俗，已婚的女兒有權決定回他自己父母家。等孩子開始上學後，對於孩子的不同教養觀念，以及進森在高度競爭的科技業擔任研發工作，經常需要加班，無法陪伴參與孩子的成長，夫妻不時會因此有爭執。身為家中長子的進森，獲得母親悉心照顧，他對母親的依戀也較深，並努力打拼事業做弟妹的榜樣。而身為家中么女的佳芬，是父母唯一的掌上明珠，從小受到父母公主般無微不至的呵護。長大後的佳芬期待找到一位像她父母一樣懂她、愛她的伴侶，她相信如果另一半真正愛她，「我有甚麼需要，不用開口，他應該知道；因為如果還要我講出來，就代表他不是真正愛我」。因此，面對彼此婚姻生活無法化解的差異，兩人也有了默契，選擇不把內心的真心話說出來，以避免更大的衝突，這樣表面上相安無事，也過了二十年。

談性空間—學校篇

直到這次，因進森的父親過世，母親單獨一人需要人照顧，家中剛好孩子讀大學住在學校宿舍，有多餘的空房，進森希望能接自己的母親來同住，他可以就近照顧。進森擔心佳芬會不同意，特別找一個佳芬看起來情緒不錯的時間點，跟他討論。進森用他在職場習慣的表達方式說：「他是家中長子，有責任負起照顧母親的責任，所以希望把母親接過來一起住。」進森這個決定，似乎踩到佳芬內心的情緒地雷，驚見佳芬情緒暴怒地抱怨與不滿的說：「我為這個家做牛做馬，為什麼你都沒有關心我內在的感受呢？這次我決定做自己，如果你接你母親住到我們家住，那我自己一個人就搬出去！」這次的衝突後，進森好像一位不小心犯錯受挨罵的小孩，無法理解當初佳芬不就是欣賞他能理性思考又負責任的特質嗎？此刻，步入中年的進森生活頓失動力，對工作與家庭頓失熱情，甚至思考提早退休及離婚……。

【解析】

為何要結婚呢？

婚姻是「保障」還是「束縛」？

筆者在台師大「愛情學」通識課堂上，讓學生進行一場「是否要結婚」的辯論賽。支持要結婚的一方所持的觀點是：結婚可獲得法律的「保障」，可以有伴一起分擔家務、生活開銷，一起養育兒女，患難與共，疾病相扶持。主張不結婚的一方所持的觀點是：結婚反而是一種「束縛」，而且認為主張結婚的好處，同居也都可以一樣獲得，而且同居可獲得更單純幸福。因為在華人社會裡，婚姻是兩個家族的事，牽扯太多複雜不必要的人際關係，和一大堆的法律責任，反而讓

彼此的愛情變質。因此主張：不結婚，自由較大，責任較小。不甘示弱主張要結婚的正方也立即提出質疑：所以你們並不想對彼此的關係負責？主張不要結婚的反方也立即澄清：錯，我們想對彼此負責，但不想被法律拘束。正方：那若一方出軌怎麼辦？小孩怎麼辦？反方：這些問題在婚姻中一樣會發生，況且現在通姦已除罪，頂多只有民事賠償。正方：民事賠償總比什麼保障都沒有來得好啊！反方：但婚姻無法保障愛情，反而限縮個人發展和自由。

北宋蘇軾有一次登臨廬山，在飽覽美景之後有感而發寫下「橫看成嶺側成峰，遠近高低各不同。不識廬山真面目，只緣身在此山中」的千古名詩。充分說明由於立場的不同，造成對同樣一件事物的觀點可以是完全相反；所以贊成要結婚者，看到結婚是一種「保障」，反之不婚者看到結婚反而是一種「束縛」。事實上，婚姻是人類社會為解決「交配權」、「財產繼承權」及「繁殖下一代」所發展而形成的一種社會制度；不同社會文化的婚姻制度不同（如：一夫一妻、一夫多妻、走婚制……等），再者，任何一種社會制度本身都不可能是完美，也無法適合每一個人的需求。因此，如果只從婚姻制度本身的優缺點，去探究人為何要結婚這個問題，恐怕是很難獲得真相。其因就如蘇軾這首詩後面所指出的問題所在——「不識廬山真面目，只緣身在此山中」。因此，想探究人為何要結婚，我們必須跳出對婚姻制度優缺點的比較，而應從以「愛情」本身為主體來探究人。

談性空間—學校篇

人類的婚姻制度是如何形成的呢？後來又是如何發展為以「愛情」為基礎的婚姻呢？大家想像一下，在好幾百萬年前人類由猿進化成人初期（三分像人，七分似猿），在性關係上是沒有任何的禁忌，是一種自然的性行為，這時還沒有婚姻制度，跟動物一樣是一種「雜交」。後來因發現近親繁殖的問題，以及人類開始用火及石器，生產需要技術，年長者比年幼技術強，開始有長幼觀念，所以禁止父母輩與子女輩的性關係，是一種「血緣婚」（此為第一階段的婚姻制度）。後來也禁止了兄妹之間的亂交，只允許不同部落的人有性行為，這種婚姻狀態稱之為「族外群婚」（此為第二階段的婚姻制度）。然因為群婚仍無法有效避免近親給後代帶來的不良影響，所以，後來又發展到「在一個階段時間裡只有一個相對固定的性關係對象」，稱為「對偶婚」（此為第三階段的婚姻制度）。對偶婚的優點是可以知道孩子的爸爸是誰，但仍無法有效避免近親繁殖。直到大約在6500多年前，相傳中國古代的伏羲氏，給每個部落一個姓氏，並制定婚嫁制度，才讓文明社會得以有效發展。而後來婚姻制度發展到第四階段就是「一夫一妻制」，即禁止同時多偶，只能是一對一的固定配對。

沒有愛情的婚姻是不道德，婚姻制度雖然使得人類高度社會化，並發展出高度文明，但當時的婚姻卻是一種為社會安定發展所需，由父母決定的「安排婚姻、包辦婚姻」。這樣的婚姻關係是無關乎愛情，一切以個人生存需求、穩定的婚姻為考量；因此也與社會階級、經濟安穩及政治權宜的考慮，息息相

關。隨著社會發展與民主思潮，1903年瑞典的女性思想家愛倫凱出版《戀愛與結婚》，反思傳統「包辦婚姻」並無法增進人們的幸福，反而對個人是一種壓迫；因此強調戀愛與婚姻的緊密連結，倡導「戀愛的自由」才是穩定婚姻關係，以及生育繁殖的基礎。自由戀愛結婚的解放思潮從歐洲傳到東亞，在近代中國「新文化運動（1915年）知識分子開始倡導「自由戀愛」，其中最具有代表的是徐志摩，徐對愛情與婚姻的觀點是：「戀愛和婚姻是人生唯一的要緊事，這戀愛是大事情，是難事情，是關生死超生死的事情，戀愛是生命的中心與精華；戀愛的成功是生命的成功，戀愛的失敗，是生命的失敗，這是不容疑義的。」

因此，人為何要結婚呢？結婚只要幾分鐘，但經營婚姻卻是需要用一辈子的時間；我們不應為結婚而結婚，也不希望是被迫進入婚姻，而應是基於願意在婚姻生活中去實踐彼此的愛情，以協助彼此心靈的進化，完成生命的自性化。

愛情源於潛意識卻在意識裡被完成

愛情的自性化原理

為何愛情的實踐必須要進入婚姻呢？這是一個無法用科學來獲得圓滿說明的議題，只能回歸生命本身來獲得理解，例如：蝴蝶的一生必須經過卵→幼蟲→蛹→成蟲四個階段的成長，才算完成一生。生物學家只能透過觀察研究，去了解蝴蝶蛻變是會經歷怎樣的過程等細節知識，但卻無法回答：「為何蝴蝶的一生必須經歷這四個階段的蛻變」。

談性空間—學校篇

愛情本質上是一個生命課題，所以徐志摩說：「愛情是整個生命最重要的大事情，戀愛的成功是生命的成功，戀愛的失敗，是生命的失敗。」人為何要活著，活著有何價值意義呢？這是每個人遲早會對自己生命的提問，並用這一生去實踐給出自己滿意的答案。當代分析心理學家榮格（Jung）認為人活著是為了完成生命的「自性化」（individuation）；而所謂的自性化，是指「一個人最終要成為他自己，成為一種整合、不可分割、獨一無二、無可取代的存在」。而且在榮格的觀念中，愛情與婚姻的本質就是一種「修煉」，透過經歷層層關卡完成生命的「自性化」。一開始讀到榮格的這觀點，個人是有點訝異，完成生命的自性化，怎麼可能是愛情婚姻，而不是成就對人類做出貢獻等大事呢？後來再細讀榮格的論點，以及個人經歷工作、事業、愛情、婚姻家庭，已到中年也將進入老年之時，回顧整理這一生的經歷，去定義自己過往生命的價值，好像愈來愈能理解榮格的觀點。此外，自性化是指一個人最終要成為「他自己」，而這裡的自己，是指哪一個層次的自己呢？台大哲學系傅佩榮教授指出：當每個人自我反思，自我有三個層次：一是外在形象，由別人眼光所見的自我綜合而成，二是內在的主觀認定，這種認定會受到別人的影響，是「自以為是」的成分，三是心靈深處的自我，這個自我與別人有相通的能力，甚至與宇宙萬物都可以產生共鳴。個人認為：自性化所要成為的自己，是指第三層次心靈深處的自我。

「愛情」是一個生命吸引另一個生命，一個生命想透過相愛去開發彼此的生命、融

為一體，完成生命的「圓滿合一」。相愛的兩人到底要從愛情獲得什麼呢？事實上，你的另一半就是你的「潛意識」，愛情是一種「完整之我」的自我追尋過程，愛情不是要找一個「完美的人」，而是要用「完美的眼光」找到一個「不完美的人」，他願意跟你攜手一輩子，讓你發現「完整的我」。要如何走通愛情這條路，協助彼此發現「完整的我」呢？這就是愛情的自性化原理。當愛情進入婚姻後，大多人會期待彼此從此過著「幸福」的日子；但事實上，進入婚姻的親密關係與談戀愛時一樣，都須再度經歷「浪漫期、權力衝突期、整合期、承諾期、共同創造期」等五個親密關係發展歷程。故事中的進森與佳芬在剛結婚時「浪漫期」的甜蜜，兩人搬離父母家，共築新家庭對未來充滿憧憬，洋溢著愛情的幸福。但隨著小孩的出生及工作的忙碌，彼此對教養小孩、性生活及婚姻家庭生活期待的差異，不斷產生爭執，此時婚姻進入「權力衝突期」，但因彼此不把內心真心話說出來溝通，對愛情的滿意度逐漸下降。最後因進森希望接母親來住的事件，引爆佳芬的情緒地雷，釀成更大的衝突，頓時彼此對婚姻會帶來幸福的期待完全幻滅。

愛情源於潛意識卻在意識裡被完成。進森與佳芬如何面對婚姻生活衝突所帶來的痛苦，順利通過衝突期的試煉呢？可行的辦法是要了解並遵循「愛情的自性化原理」。也就是，此時進森與佳芬雙方若能體悟到，愛情的發生是一種「投射」，你愛上的是對方身上另一個自己（也就是自己心靈深處被壓抑的影子人格）；這時候彼此要能真正做到「放下」要求對方成為自己完美另一半的

談性空間—學校篇

幻想（也就是愛情的「收回投射原理」），區分被投射的理想情人的意象以及實際伴侶是不同，不要把問題歸因於另一半你看不慣的習慣與個性，而要把注意力回頭專注在自己「顯性」與「隱性」人格的整合，覺察被自己壓抑的影子人格；透過真誠溝通與對話，理解與接納彼此的差異；並將彼此的差異轉成創造的挑戰，不是要去爭執或分辨誰對誰錯，而是學習「真誠的交心」，重新整合到我們自己的整體人格當中。

愛情與婚姻的本質是一種「修煉」，是須要經歷層層關卡的試煉（因為自性化的發生是須要經歷痛苦的意識喚醒），才能完成人格統整與心靈發展的生命「自性化」歷程（就如同蝴蝶必須經歷四階段蛻變，最後才能破繭而出，成為美麗的蝴蝶，完成其生命的歷程）。而這整個過程，一開始的啟動是透過「潛意識」的投射，但最後須透過「意識」的覺醒與學習，來照亮被你壓抑到潛意識的影子人格，完成整合意識與潛意識的人格統整與心靈發展的自性化歷程（也就是自己「顯性」與「隱性」人格的整合）。

愛情是一場自性化的冒險旅程

實現愛情才能體驗到真正的愛與幸福

神話學大師坎伯（Joseph Campbell）在其相關著作提到：「自性化」的歷程就如同一個「英雄的旅程」，是一個心靈等待被開啟的歷程。英雄是有千百種面貌，不只是前往森林去屠龍或去外太空拯救人類這些「向外」的冒險旅程，也可以是與人建立親密關係的一場「內省之旅」。因此，英雄不只存在故事中，你我也都能夠完成屬於我們

自己的歷險，成為自己人生故事的英雄。其中，透過愛情與婚姻來完成生命的自性化，可說是人們普遍會受到心靈深處集體潛意識中對愛情的「召喚」--想開發彼此的生命，跟另一個生命融合為一體。其首先需要雙方都願意打開心靈深處塵封已久的另一個自己，這是一項冒險旅程，其可能兩個結果--自我毀滅或重生。例如：可能對方生命因曾受到創傷或心理自我防衛等因素，無法真誠打開，導致無法融合為一體所造成的「自我毀滅」，當然若能完成融合為一體則是彼此生命的「重生」。個人撰寫這本書的用意，是希望把愛情自性化的設計原理拆解清楚，相信當更多人能理解愛情自性化的設計原理，願意去聆聽內在「自性」的聲音，將會更清楚如何經營愛情與婚姻，以提高愛情自性化冒險旅程的成功機率，獲得真正的愛與幸福。

愛情的終極目標是完成個人生命的「自性化」，而所有的「英雄的旅程」都會經歷「啟程→啟蒙→回歸」等三階段的心靈之旅，過程中，會遭受種種的困難與考驗，都讓英雄生不如死，甚至打消繼續前進的念頭。然而，總在快要放棄的時刻，神奇的人事物出現，帶領著英雄繼續度過難關。愛情自性化冒險旅程一開始的「啟程」階段，是受到彼此內在「阿尼瑪」與「阿尼姆斯」的召喚，「脫離」對父母的依戀（揮別戀母情結、戀父情結），離開安全的舒適圈，選擇跟另一個生命去談戀愛，展開愛情的冒險之旅。愛情與婚姻是不可能一帆風順、毫無危機的，這時愛情冒險旅程很自然會進入「啟蒙」階段。在啟蒙階段中須經歷層層關卡的試煉，

談性空間—學校篇

就如故事中的進森與佳芬這對在大學時期的情侶，已經歷十年的情侶關係的磨合與考驗，彼此個性互補（進森是「分析型」、佳芬是「感覺型」），價值觀相似，理應是適配的一對。但當從情侶關係進入夫妻關係後，接連面對難度更高更複雜的進階關卡（如故事中的婆媳問題、家庭與工作的難以兼顧、性生活的不協調與孩子的教養觀念的差異……），這些都是在談戀愛時未遇過的情境問題。而當婚姻面臨更多的衝突、不滿與失落時，甚至開始質疑在面對婚姻生活中的衝突，一再退讓是否值得呢？特別是在目前社會倡導人們要跳脫婚姻的牢籠，選擇做自己的外在價值催化下，更讓原本以忍讓來期待婚姻幸福美滿的人產生更大的信念衝突。榮格說：如果沒有痛苦，就沒有意識的產生。就愛情自性化的設計原理而言，婚姻危機的發生是讓我們有機會去反思對愛情與親密關係的迷思；再者，愛情自性化的原理是要活出自己的獨特性，因此婚姻危機的化解是不能依循別人走過的路。此外，此時即使有朋友或婚姻諮商人員專業適時提供協助與指引，終究仍必須要靠自己去體驗與覺悟，至為關鍵的是需要我們有勇氣面對內心對愛情的恐懼感與陰暗面。

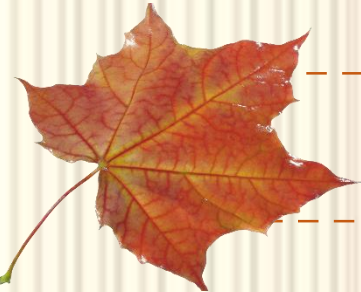
我們要從愛情獲得什麼呢？「自性化」是愛情的終極目標，「愛」是愛情的主體，「婚姻」是愛的人間結構。我們最終是否能完成愛情冒險旅程呢？踏上英雄旅程的回歸之路呢？

跨越回歸之路的門檻是：當我們面對婚姻危機時，我們是否能安靜下來聆聽「自性」的聲音，

勇敢真誠地面對內心對愛情的恐懼感與陰暗面。誠如神話學大師坎伯的名言：「你最不敢踏足的洞穴中，就藏著你所尋找的寶藏。」只要勇敢面對心中陰影，我們都是「英雄」！愛情的恐懼感與陰暗面主要以下兩個觀點：「我不值得被愛」與「我不夠好」，而這兩個觀點會一直糾纏影響我們彼此真誠的相愛（例如：你覺得自己是「我不值得被愛」的人，因恐懼對方不愛或拋棄我，你就會在親密關係中用討好的方式，無法有效溝通，時間久了，就會覺得委屈自己；而累積委屈後，會心生不滿感到不公平，而形成更多防衛機制與執著的愛。）而人之所以普遍會有這兩個觀點，是來自於內心愛的匱乏感（渴望被愛），若進一步剖析人內心渴望被愛又是來自哪裡呢？答案是來自心靈深處生命的本質，也就是「自性」（Self）。

「自性」就是真正的我。根據科學宇宙的起源「大霹靂」的觀點，我們都是138億年前

來自「奇點」這個高能量爆炸後逐漸從物質然後意識等進化而來，因此，理論上所有人都是相通的，都是來自相同的創造源頭。我們原本都是完整的個體（也就是「自性」），但出生之後經社會化，我們的性格在表現程度上卻有顯隱之分（顯性人格與隱性人格），這也形成情侶間兩個生命之相互吸引，其最終目的就是跟對方學習，來開發彼此的生命，恢復生命的完整。依據榮格的影子人格理論，愛情最終目的就是要完成「阿尼瑪」與「阿尼姆斯」的整合（也就是自己「顯性」與「隱性」人格的整合）。



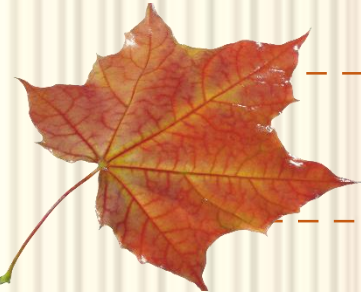
談性空間—學校篇

而所謂的「阿尼瑪」與「阿尼姆斯」的整合的原理是：情侶間相互吸引展開愛情冒險之旅，是來自於彼此內在「阿尼瑪」與「阿尼姆斯」的投射；「阿尼瑪」是男人心中的女性原型（也就是男人的隱性人格），「阿尼瑪」必須要透過投射，才能將內在女性原型具體化；反之「阿尼姆斯」是女人心中的男性原型（也就是女人的隱性人格），「阿尼姆斯」必須要透過投射，才能將內在男性原型具體化。情侶間的愛情之發動就是來自於彼此「阿尼瑪」與「阿尼姆斯」的投射，而投射本身的意涵是代表你本來就有（也就是自性），只是不明顯不具體（是一種匱乏，所以展開所謂的愛情追求）。愛情的發生一開始的浪漫愛就是來自於內心「阿尼瑪」與「阿尼姆斯」的投射，這種投射的功能就像「鏡子」，可以透過了解你的愛人來了解另一個隱藏在你內心中的自己。因此，成熟的愛不是依賴，也不是要求對方成為你理想情人；而是以好奇的態度去探索認識你的愛人（這個活活潑潑具體的生命），接納對方的所謂優缺點，進而「回歸」自己心靈深處

「顯性」與「隱性」人格的整合，也就是「阿尼瑪」與「阿尼姆斯」的整合，恢復人的完整性（也就是找到「真正的自己」/自性），這整個歷程就是「自性化」。此時，你的內心就不再有匱乏感，生命處在具有「愛」的能量，就可以勇敢的化解「我不值得被愛」與「我不夠好」的恐懼感與陰暗面。

最後，愛情進入婚姻關係的真正意義是：承諾自己將走入心靈人格成長的道路上，並支持伴侶共同追求心靈人格的成長。也就是，透過彼此在婚姻與家庭生活長期穩定關係中，去實踐彼此的愛，成為一個成熟完整的人。當你能覺醒不是因為害怕缺乏愛而去緊抓住伴侶，要對方來填滿你；而開始體會要真正愛自己，做一位獨立成熟有愛人的能力的人，你便能有「真實的自尊」，真正的自我價值感。自由地依照自己的真實來生活，並自由主動無私去愛對方，協助你的伴侶實現他的夢想和目標。

（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）



海外性訊

銀髮族福音-較佳性生活

文／林蕙瑛

世界人口老化的情況越來越嚴重，美國與台灣皆然。當然老人的福祉也越來越被重視，健康保養，生活起居，甚至長照。美國因為比較重視人權而性是人身心的一部分，也是生活的一部分，所以很多大學的心理健康中心或全國大型生活方式的社會調查，以及美國樂陵協會的關注，50歲以後人們的性生活受到極度的關切，「性沒有過期日」的口號和文章都是來鼓舞樂齡男女的身體健康與性健康。上網路一查，很多文章出自大學教授、性治療師，甚至全國性的研究，都是在保證半百以上的男女可以享受美好的性生活，而且利多於弊。

最近有一位專門寫性健康的名人作家，Robin Westen，也是「陰道知識大全」(The Complete A to Z for your V)的合著者，大力提倡70歲以後的性生活，在美國樂陵協會月刊舉證出一些研究結果，並教導年長者如何振興他們的性生活。

她疾呼：「70幾歲的人可以有性生活嗎？當然可以！如果你認為性是專屬於年輕人的，那你就錯了。研究顯示，現在20幾歲的人的性比以前少一點，所以真正的銀髮族是有可能像千禧年代一樣，性生活活潑，或者更多。」

密西根大學與美國樂齡協會合作的調查發現，大多數的銀髮族並沒有離開性的場域，將近75%的65歲至85歲之間的人們有浪漫的伴侶，而其中54%的性仍活躍。因此對於銀髮族而言，並無「正常」數量的性，比較重要的就是兩位伴侶樂於享受性生活。男性與女性老化速度不同，而且有些研究指出他們的性興趣減低的程度也不一樣。再加上情緒與身體的議題，雙方伴侶想要燕好時，有可能並不在相同的波長上。

然而益處是遠超過我們對親密、愉悅和連結的渴望。醫學研究顯示，性可以提升我們的免疫系統、改善自尊、減低憂鬱與焦慮、紓解疼痛、促進睡眠、降低壓力，也增加心臟健康。在一項研究中，每週至少行房兩次的男性是較比他們性生活不活潑的同儕，減少50%死於心臟疾病的可能性。另外一個好處是，做愛要比躺在床上看連續劇燃燒掉更多的卡路里。

不僅有關晚年性事主題的許多科學證據確鑿，美國性治療診所並不乏銀髮族的案主光顧，市面上亦有許多有助益的產品與藥品。因此銀髮族不妨採取以下步驟來振興性生活：



海外性訊

1、情緒方面的連結

研究指出，女性較男性有兩倍的可能性，在長期關係中失去對性的熱誠。問題並不一定在於降低的動情激素；它有可能是情感親近的缺乏。在這種情況下，要試著多聆聽、多讚美，並顯示出更多的溫柔仁厚。個別諮商，伴侶和/或性治療亦有助益。

2、正視陰道乾澀

這個問題影響一半以上更年期後的女性，而且越老就越乾澀。大約有90%的女性經歷乾澀，長期默默的忍受。行房之前或之中，不妨嘗試藥房藥架上的補救良方，諸如水溶性的潤滑劑（K-Y Jelly 和 Astroglide），油性的潤滑液（橄欖油，椰子油和嬰兒油）以及隨處可以買到的潤膚乳。每週使用幾次，即使沒有燕好。

3、加強前戲

伊麗莎白卡維樂醫師（Elizabeth Kavalier, MD），紐約全投泌尿照護中心（Total Urology Care of New York）泌尿科及泌尿婦科醫師說道，「無論乾澀的程度如何，每一個女性都需要在性交前先有足夠的前戲。」另外一個須知：鼓勵女性先到達高潮，這樣性交插入時她就會較溼潤。

4、不要因為勃起功能不良而氣餒

70幾歲男性中有接近70%的人都會經歷性功能障礙。而治療的黃金標準就是醫生開處方箋。安全有效的選擇性包括威爾鋼（持續4到6小時），樂威壯（4小時），犀利士（長到18小時），以及史登長（持續6小

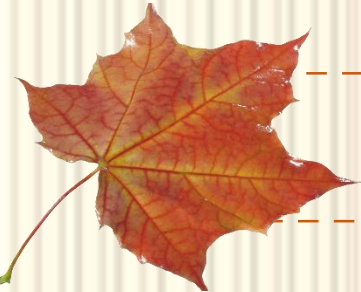
時）。對於無法仰賴藥丸的少數男性而言，其他的選擇包括是用自我注射到陰莖的藥物。真空幫浦將其吸硬也是一種辦法。現在有一種新的治療方法，充足血小板血漿治療（platelet-rich plasma (PRP) therapy），可以使神經再生並改善血液循環。

5、不可忽視其他的狀況

任何影響整體健康的問題是會干擾到性愉悅。「心臟血管方面的議題，諸如高血壓，糖尿病，是會負面的影響到血液流通」，是很不利於性激發。紐約婦產科醫師艾莉莎杜威克（Alyssa Dweck, M.D.），『陰道知識大全』（The Complete A to Z for your V）一書的另一位作者，如是說。憂鬱和焦慮也會降低行房的慾望和能力。也就是說治療這些狀況的藥物影響到性慾和性反應。一定要跟醫生談到副作用，有可能的話，最好是更換藥物，或者是調整劑量或服用時間之間隔。

6、重新考慮使用動情激素

如果女性在更年期症狀開始時就使用荷爾蒙替代治療（HRT）超過20年，她可能要放棄或者改變治療方法。荷爾蒙替代治療能夠治療潮紅和陰道乾澀，但是當我們越來越老時，風險會超過好處。有一些研究將荷爾蒙替代治療與高風險的心臟疾病，中風，血栓及失智連結。一個較安全的選擇是，也許可以將動情激素直接的送到陰道。有一個選擇就是 Estring，由醫生或者個人自己插入陰道內，每三個月要替換一次，專治潮紅和陰道乾澀。最常見到的方式是乳霜和藥丸，



海外性訊

或將藥片放入陰道中。但是得過乳癌，或癌症復發，經常發生血栓，或有中風史的女性，這種HRT治療方法是不被推薦的。

7、考慮雷射

有一種治療稱為碎片的雷射治療（fractional laser therapy），不需要有動情激素，就能能夠用來降低陰道乾澀。根據卡維樂醫師的解釋，它是這樣的：雷射在陰道壁內製造微小的表面灼傷。當這個區域痊癒時，就可以導致較新鮮的膠原蛋白發展且增加血液供給，使得這個區域更有彈性及反應。她警告陰道回春重建手術的影響，因為這是一個整形程序：「它會降低這個區域的敏感度，而且會較難達到高潮，或者在某些案例中，性交是一直都會疼痛。」

8、面對小便失禁的議題

65到80歲的女性，有51%說她們有尿失禁——在性行為中常見的事情。主要的原因就是，性的刺激加壓於膀胱與輸尿管。如果能預先想到，那就要少喝飲料或有咖啡因的食物，例如咖啡或巧克力；咖啡因會刺激膀胱，有如利尿劑（酸性水果和果汁也是利尿劑）。割除攝護腺的男性也會在行房時經歷尿失禁。這種狀況可以有許多種的手術及非手術方式來治療。另外，也有藥物可以降低尿頻。

9、拒絕睪丸酮

2020年底美國內科醫師學院主張，睪丸酮替代法不應該再用來治療延遲的性慾（睪丸酮會有嚴重的副作用，包括增加攝護腺不正常的風險）。科羅拉多州丹佛是的泌尿科醫師大衛蘇柏（David Sobel, M.D.）提供的三項簡易的替代方式：「睡眠，降低壓力，和——最重要的一運動。」與愛侶一起運動則更佳。根據2021年一項調查，71%的跑步者說，與伴侶一起跑步，在性生活裡面扮演一個健康的角色。

10、克服風濕疼痛

大部分人在晚年後得到風濕的機會是越來越高，60到70歲的人們有33%的機率，而80歲以上則有43.7%的機率。風濕會限制人們做愛的能力。此外，有同理心的伴侶可能會抗拒做愛，為了要避免產生對方的不適。當然也有一個選擇，就是要求伴侶盡量去體驗更舒適的姿勢。也可以選擇自己覺得最佳狀態的時間行房（類風濕性關節炎的疼痛通常是在早上較為劇烈），這是風濕基金會的忠告。做愛前洗一個溫水澡，不論是自己或兩個人一起，可以幫助放鬆關節。如果疼痛很嚴重，可以試著在行事前吃止痛藥，或者請求醫生開藥方。

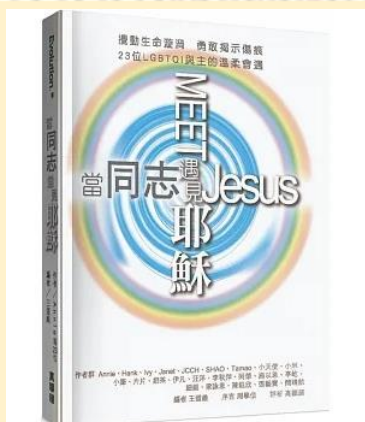
（本文作者為東吳大學心理系兼任副教授、台灣婚姻與家庭輔導學會名譽理事長）



好書推薦

當同志遇見耶穌

推薦者／晏涵文



書名：當同志遇見耶穌

作者：Annie等23位

編者：王道維

出版社：真哪噠

出版日期：2022年9月

「深信只有生命會感動生命，愛心會激勵更多的愛心」，這裡有23篇在我們周遭發生的生命故事，值得大家去閱讀。我從事性學、性教育的研究和教學工作，一向關心、想了解，並尊重性少數。而基督信仰讓我們認識「神就是愛」，「神愛世人」，盼望我們「彼此相愛」，並傳福音給萬民聽！社會運動化解不了衝突，爭取到了各種權力，也避免不了分裂，得不到尊重。在神的愛裡是不分異同和你我的。

耶穌道成肉身、降世為人，祂來是為了召罪人，我們因信稱義，得救且重生，生命被改變，身心靈成長，藉聖靈引導朝得勝生活邁進！今天有許多事我們或許還不能明白，但我知誰掌管明天！教會不應對「性」避而不談，應對信徒解釋清楚神對性親密的計畫是什麼，教會應該把性重新歸於神。

（本文作者為台師大健康促進與衛生教育學系名譽教授、杏陵基金會董事長、台灣性教育學會名譽理事長）



教育最前線

愛知love! 青春go! 安全e起來~

愛滋防治密室逃脫

文／編輯部

全世界第一例愛滋病例於1981被診斷出來，迄今2020年全球有3700萬人被感染，而國內於1984年出現第一例愛滋病案例迄今共有4.2萬人被感染，且被感染者逐年有年輕化的趨勢。因此，透過學校實施校園愛滋防治教育是被國際視為重要的防治策略，且更應將愛滋防治教育規劃在校園性教育這項健康促進學校工作來整合落實。

性教育是一種「愛的教育」，其係在教導健康的親密關係；任何健康親密關係都在表達愛、關懷及善意，且是一種長期而穩定關係；因此性教育是一種「品格教育」，更是一種「生命教育」。性教育的推動需要學校、家庭及社會等三方面共同攜手合作。有鑑於此，國內永平扶輪社與和平扶輪社、太平扶輪社、承平扶輪社及智群扶輪社，共同捐助，委託國內推動性教育的專業民間團體杏陵醫學基金會（以下簡稱本會），成立專業團隊，共同研發愛滋防治「密室逃脫」教學資源遊戲，希望透過密室逃脫遊戲化的方式，有效引發學生學習動機，將課堂所學習到的愛滋病防治相關知識，運用在完成密室逃脫的解題任務，加上完成密室逃脫解題任務後，老師的引導反思，更深化學生防治愛滋的素養。

經過半年的研發，完成針對國小高年級學童的愛滋防治密室逃脫遊戲，總共設計「三道關卡、九項解題任務」，並於今年度6月27日，在桃園縣山頂國小舉行發表會，現場除了介紹這套密室逃脫遊戲的設計構想及進行方式，也安排了五年級學童實際進行密室逃脫闖關活動，並示範教師於遊戲後如何引導學童反思。

活動進行中，學生對此套密室逃脫活動，抱有高度的興趣，紛紛磨拳擦掌，藉由課堂上所學的知識，運用提示等工具，希望能以最快的速度解鎖過關，贏得分組勝利。遊戲中頗具特色的有以下三項：「有愛無礙」是讓學童戴特製偏光眼鏡觀看偏光屏幕才可獲得密碼，是要提醒學童去除對愛滋感染者的偏見，進而接納和關懷；「友誼橋樑」是讓學童握著碰觸電橋機關，覺察要拒絕不受歡迎的行為；「神秘網友箱」是讓學童伸手觸摸箱內物品（箱內放置史萊姆、假仙人掌、軟毛布、橡皮筋等），以隱喻提醒網路交友隱藏的危險。藉由這些設計活動，讓學生認識青春自我保健、網路交友與網路安全議題，建立國小高年級生對愛滋防治正向態度與關懷。

教育最前線

葉丙成教授說過「教育的遊戲化將會是改變世界教育的一個方式」。孩子是天生的玩家，密室逃脫遊戲結合情境化、探索活動、沉浸式體驗等教育的方式，可有效引發學生學習動機，將課堂所學習到的愛滋病防治相關知識，運用在完成密室逃脫的解題任務，加上完成任務後，老師的引導反思，更深化

學生防治愛滋的素養。希望能透過寓教於樂的方式，化解對愛滋病的偏見與歧視，加強對愛滋病防治的概念，可提供學校教師教學之參考，為教師和校方教學之另一種選擇。

（若學校有密室逃脫教學需求者，可與本會聯繫，謝謝！）



捐贈芳名錄（新台幣）

111/7-8	何文雀女士	捐贈	5,000元整
111/7-8	蔡清雯女士	捐贈	5,000元整
111/7-8	鄭 威女士	捐贈	5,000元整
111/7-8	晏涵文先生	捐贈	30,000元整
111/7-8	龍芝寧女士	捐贈	10,000元整
111/7-8	高松景先生	捐贈	8,000元整

～誠摯感謝～

杏陵基金會自民國78年成立「家庭與性教育中心」至今，胼手胝足在性教育領域耕耘三十多年，希望能幫助每一個人建立幸福美滿的家庭生活，進而使兩性社會更安寧和諧，以人人擁有健康、安全、快樂的性為本會努力的目標。當前社會網路色情資訊氾濫、親密關係暴力頻傳，顯示出性價值觀混淆，學校雖有健康教育課，但缺乏專業教師；且面對後現代社會多元價值，更需要培育更多具有與社會公開對話的專業能力師資，來捍衛並傳遞善的種子。然而社會風氣的改變，使得近年來，本會在業務推廣上出現了困境，為能使我們的工作及理念持續運作及推廣，需要大家實質上的鼓勵與支持。

如果您認同我們的理念，歡迎小額捐款，您熱心的捐助、購買書籍、或是一句愛的鼓勵，都將化成我們力量的泉源！

捐款帳號：

銀行：華泰銀行、新店分行（102） 郵局：郵政劃撥（700）

戶名：財團法人杏陵醫學基金會 戶名：財團法人杏陵醫學基金會

帳號：2603-00000-5080 帳號：15833091

每筆小額捐款，我們都會開立捐款收據，可依綜合所得稅申報辦法列舉扣除。捐款後，請留下您的大名、電話及地址，謝謝您的鼓勵！

TEL：02-2933-3585 FAX:02-2933-3600

EMAIL：mercymem@gmail.com

財團法人杏陵醫學基金會 敬啟



杏陵天地

性教育、品格教育、生活教育