



負責的愛



安全的性



# 杏陵天地

Mercy Sexuality Quarterly

季刊雜誌 2024.06 第33卷第2期

## 【重要快訊】

「多元對話，尊重專業～建構本土化性教育」  
學術研討會

## 【談性空間】

學校性教育的國際發展史和台灣經驗

## 【海外性訊】

寂寞大使 (Loneliness Ambassador) —  
魏賽梅露絲博士 (Dr. Ruth Westheimer)



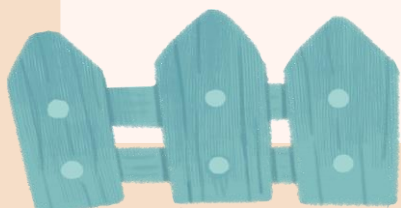
## 【性聞幕後】

與孩子談性說愛，  
家長永遠是第一線的教育者

全國唯一性教育專業刊物



HI!





季刊雜誌  
2024.6  
第33卷第2期

財團法人杏陵醫學基金會  
Mercy Memorial Foundation

創會董事長／吳東瀛  
董事長兼執行長／晏涵文

【杏陵天地雜誌編輯部】  
編輯顧問／毛萬儀・李蘭・沈美珍  
吳文琪・林蕙瑛・林怡伶  
高松景・馮嘉玉・熊醫芝  
鄭丞傑・鄭其嘉・龍芝寧  
(依姓名筆畫排序)

主編／晏涵文  
編輯／彭宣榕

【情感關係與性教育中心】  
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  
E-mail／mercymem@gmail.com  
官網／<http://www.sexedu.org.tw/>

## 目 錄

### ◆重要快訊

- 2 「多元對話，尊重專業～建構本土化性教育」  
學術研討會

### ◆談性空間

- 4 學校性教育的國際發展史  
和台灣經驗 / 晏涵文

### ◆海外性訊

- 11 寂寞大使—魏賽梅露絲博士 / 林蕙瑛

### ◆性間幕後

- 14 與孩子談性說愛，  
家長永遠是第一線的教育者 / 楊聰財

### ◆活動快訊

- 15 學校愛滋病防治「密室逃脫」種子師資培訓  
17 「愛情學」專業成長增能工作坊

### ◆教育最前線

- 19 病名為愛--全台第一套愛情病理學桌遊

### ◆捐贈資訊

- 20 捐贈芳名錄





## 重要快訊

### 台灣性教育學會 「多元對話，尊重專業～建構本土化性教育」 學術研討會

#### 一、緣起

台灣性教育學會和杏陵醫學基金會係專業的性教育機構，成立迄今三十多年，藉著標案協助教育部和衛生福利部推動學校性教育工作近二十年。培訓學校老師、護理師、心理輔導人員、社工師等，提升青少年性與生殖健康，如：減少青少年懷孕、減少愛滋病和其他性病、性侵害、性騷擾，建立青少年健康性觀念和性別情感關係等。

不過近三年來，標案被性別平等機構取代，且教育部性別平等教育季刊專文攻擊我們，說我們沒有跟上聯合國教科文組織(UNESCO)「國際性教育技術指導綱要」中的「全面性教育」。但實際上，我們做的就是全面性教育。

世界各國國情與文化有明顯差異，該指導綱要在前言說明中即明確指出其並非課程架構，各國政府可考量國家文化背景不同，有權自行發展適合國情的課程內涵，也不限定一定要使用「全面性教育」這個名稱。由此可知，性教育 ( Sexuality education ) 的實施特別強調「適齡」與「本土化」的需求，不宜直接全盤接收國外經驗。

台灣是全亞洲唯一有全面課時、課綱、教科書的地方，在性與生殖健康議題上，我們教導的就是幫助學生做延遲第一次性行為發生時間，減少性伴侶數、風險行為、降低性行為頻率、增加保險套使用，避孕也避病。從九年一貫到108課綱，我們教的、做的就是全面性教育。

有鑑於此，主辦單位台灣性教育學會今年將以「多元對話，尊重專業～建構本土化性教育」為學術研討會主題，規劃上午【焦點論壇】上午邀請晏涵文教授等專家學者對「本土化學校性教育」進行專業發聲，下午邀請合格的健康教育老師，就不同學習階段分享「適齡」、「本土」的校園性教育教學專業實踐成果，期望透過本次學術研討會暨工作坊交流能提供家長、教師與專家學者的對話平台，凝聚「適齡」與「本土化」性教育需求共識，尊重教育專業，提升教師教學效能，促進家長對孩子學校性教育學習內容的了解。

## 重要快訊

二、辦理日期及地點：113年6月29日（週六）9時至17時，於國立臺灣師範大學文學院大樓誠101教室舉辦。

三、報名方式與費用：報名網址：<https://reurl.cc/EjZVqn>



◆ 報名時間：即日起至113年6月20日（星期四），

預定參加人數200名，額滿為止。

◆ 本學術研討會一律採線上報名，本次研討會不開放視訊與會。

◆ 於6/24(一)前，以E-mail方式通知報名結果，若需要了解進一步的報名細節，請來電洽詢台灣性教育學會彭小姐（02-2933-5176）。

◆ 費用：活動免費，已繳交113年年費之會員敬備午餐。

備註：會議室內禁止飲食，請多多配合。另響應環保署規定，一律不提供紙杯，務請自備環保杯。

### 四、議程表：

| 時間             | 內容                                                                                    | 主持人         | 主講人                                                                             |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 08:30<br>09:00 | 報到                                                                                    |             |                                                                                 |
| 09:00<br>09:30 | 【開幕式】                                                                                 | 毛萬儀<br>理事長  | 貴賓致詞                                                                            |
| 09:30<br>10:30 | 【焦點論壇 I】<br>1.本土化的學校性教育-專業發聲                                                          | 毛萬儀<br>理事長  | 晏涵文名譽教授<br>(臺師大健康促進與衛生教育學系)                                                     |
| 10:30<br>10:50 |                                                                                       | 茶敘          |                                                                                 |
| 10:50<br>12:20 | 【焦點論壇 II】<br>2.「適齡」與「本土」全面性教育的家長觀點調查結果發表<br>3.教育部十二年國教課程手冊-有關全面性教育之補充說明<br>【Q&A】      | 毛萬儀<br>理事長  | 馮嘉玉助理教授<br>(台灣藝術大學傳播學院)<br>吳文琪副教授<br>(臺師大健康促進與衛生教育學系)<br>鄭其嘉副教授<br>(輔仁大學公共衛生學系) |
| 12:20<br>13:30 |                                                                                       | 午餐          |                                                                                 |
| 13:30<br>15:40 | 【實務座談】<br>校園性教育教學專業實踐<br>1.國小階段-愛滋關懷<br>2.國中階段-性行為抉擇<br>3.高中階段-電子寶實教我的事<br>【Q&A】30min | 高松景<br>常務監事 | 龍芝寧主任<br>(新北市積穗國中補校主任)<br>邱寵萱老師<br>(台北市石牌國中健康教育教師)<br>蔡秉兼老師<br>(桃園市壽山高中健康與護理教師) |
| 15:40<br>15:50 |                                                                                       | 休息          |                                                                                 |
| 15:50<br>16:50 | 【論文發表】                                                                                | 陸均玲理事       | 1.性教育學刊論文發表<br>2.公開論文徵稿                                                         |

## 談性空間

# 學校性教育的國際發展史 和台灣經驗

文／晏涵文

近幾年因著聯合國教科文組織(UNESCO)「國際性教育技術指導綱要」修訂出版(2018,2nd)，部分從事性別平等教育工作者認為我們臺灣學校做的性教育不是正確的國際模式，我想將過去對此議題相關的學、經歷做一回顧說明，有助於國人瞭解。

民國53年(1964)經過大學聯考進入臺灣師範大學教育學院衛生教育學系就讀，至今仍是亞洲唯一的健康行為科系，在教育領域中關心健康議題，也是衛生領域中有教育專長的學系。迄今正好六十週年，俗稱一甲子。師大畢業後進入當時省衛生處家庭計畫研究所工作，接觸「性與生殖健康」議題兩年，又有一年在臺北國民中學任健康教育老師經驗後，於1972年赴美留學，主修學校衛生、副修家庭研究(family study)，修習有性教育、人類性學、性與生殖健康等課程，博士論文係有關大學生性教育需求之研究。完成衛生教育博士學位後於1977年返回母校母系任教。

1960至1980年代，戰後美國社會

處於一解放的氛圍中，社會經歷性革命(sexual revolution)，許多傳統的性價值觀受到挑戰，性漸漸脫離以家庭與生殖的前提，強調個人的性愉悅。婚前、婚外性行為、一夜情(性)、離婚率、青少年懷孕率、性傳染病等的增加現象，受到高等教育相關專業的重視。因此，我在美求學期間(1972-1977)學習的是從傳統醫學性生理、病理為主的 sex education 轉變成 sexuality education，對性的面向更全面的性心理、社會、精神等的學習，且由負向觀(sex-negative)-恐嚇會意外懷孕、性病等轉向性的正面觀(sex-positive)，強調情感關係、性、愛、婚關聯的「家庭生活與性教育」。返臺任教後，在臺師大開設性教育大學、研究所課程，也經常從事大眾性的演講、報章雜誌撰文推廣，受到極大的回響。我在1980年代後，常赴美及世界各地參加性學、性教育等相關學術研討會並發表論文。這時美國學者常批評且否定美國的中小學性教育，我開始不太明瞭，之後讀到期刊文章才漸漸了解。

## 談性空間

1980年代後美國由共和黨的雷根、布希相繼執政十多年，加上天主教的影響，認為既教青少年不要有性行為(abstinence)，又同時教保險套等避孕/避病方法，是造成學生不易遵守的原因。主張不要教避孕/避病方法，則青少年延後發生性行為的效果會較大，且以聯邦政府行政命令要求，並對遵守的州補助，但仍有少許的州不願接受。

1991年美國主要的民間性教育團體 The Sexuality Information and Education Council of the United States, SIECUS，成立於1964年。召集專家學者研究編輯出版了《全面性教育指引》，編製的是以「一個性健康成年人的生活行為」為期望的行為結果來思考，反向擬具其性教育內涵該包括那些，形成性教育的概念架構。SIECUS也指出，此指引並非課程本身，因他們相信，地方的教育工作者才是最了解學生需要什麼，《指引》旨在提供一個架構幫助教育工作者創造新的教育方案，以及評價已存在的方案，可見本土化的重要。

在此同時，臺灣在民國78年8月杏陵醫學基金會成立「家庭生活與性教育」中心，創會的吳董事長東瀛為婦產科醫師，有鑑於未婚生子問題嚴重，聘請本人兼任執行長，積極籌備台灣性教育學會，於民80年5月成立，本人擔任首屆副理事長，且做大會專題演

講，題目為「健康、安全、快樂的性」。同時，我以臺師大教授身分申請國科會專題研究兩年(民79-81)，於1992年發表「幼稚園至國小六年級和國一至高三學生、家長及教師對實施性教育內容之需求研究」兩篇論文(衛生教育雜誌13期，P.1-17、18-36)。當時民生報以頭版頭條報導「本土化性教育概念綱領出爐」。本人也在1992-1994連續三年獲得國科會研究獎勵優等獎。此研究結論也對教育部1993年國小課綱、2000、2011年國民中小學九年一貫課綱、2006、2010年高中職課綱，以及2019年十二年國教108課綱、健康教育課程中的性教育課綱產生重大影響。由於本人1977年由英返國後爭取出「健康與體育」領域，且擔任課綱領域召集人，臺灣成為亞洲唯一有課綱、課時(小一至國三，每週一小時，高中兩學分)和教科書的國家，具體實現了生活課程之「連續不斷、循序漸進、統整合一」的目標。當然，學校性教育才得以全面實施。

2000年初，由於美國自1980年以來，蒐集了上百篇AO貞潔教育模式(Abstinence Only Until Marriage)，即不准教避孕方法的性教育教學計畫(見下頁表一)，和A+ (Abstinence Plus)也就是我學的 Comprehensive Sexuality Education，教性行為抉擇、期待延後發生性行為，也教避孕/避病方法的全面性教育模式(名稱可自訂，



# 談性空間

當時多數稱家庭生活與性教育)，學者進行了大數據的後設分析(meta analysis)，發現AO與A+兩種性教育模式，青少年學生發生初次性行為的資料分析，統計上沒有顯著差異，也就是不如共和黨執政的聯邦政府想像中以為不教避孕方法，學生發生性行為的比率會較低之預期結果，但有性行為的學生學過避孕/避病方法者較少懷孕和得到性病，學者評析證明了A+強於AO，而且AO抑制了弱勢族群的受教權，包含低收入家庭的學生、少數族群、女生、身心障礙者等，最易陷入青少年懷孕、性暴力的危險中，也最需要政府(學校)給予正確的性訊息及自我保護方法者。

表一、性教育模式

| 項目   | 貞潔教育模式<br>Abstinence Only<br>Until Marriage AO | 全面性教育模式<br>Comprehensive Sexuality<br>Education<br>Abstinence Plus A+ | 瑞典<br>安全性教育模式                                     |
|------|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| 基本原則 | 促進與保護自然家庭(一夫一妻)的存在穩定與繁榮。                       | 避免或延後婚前性行為，退而求其次避免懷孕、性病。                                              | 瑞典模式的終極價值是建立一個平等的社會。                              |
| 基本內涵 | 性是結婚夫婦的神聖禮物。一個男人和一個女人，在道德上和法律上相互委身、承諾、互相照顧。    | 性、愛、婚姻的教導，性行為抉擇，全人性教育。含避孕方法的教導。                                       | 性是一個愉悅的經驗，因此性經驗值得所有人平等地體驗與探索，但需要做好避免懷孕或罹患性病的防護措施。 |

另外，我在1996年8月以台灣性教育學會理事長身分擔任大會主席，籌辦了亞洲性學大會假臺北榮總舉行五天，邀請世界性學界知名講者主講，有五百多人來自亞洲各地參與，大眾媒體(報章、電視、廣播等)大量報導給予肯定。會後本人接任第四屆亞洲性

學會主席(在歷任各國主席中唯一非醫師身分者)。按預定行程赴英國倫敦大學教育學院，擔任訪問學者(visiting scholar)乙年。在英國期間有機會從修習電影科系的臺灣同學處看過一些瑞典影片，發現瑞典在1930、1940年代跟世界各國一樣在性觀念上保守，贊成和反對學校性教育家長和學者的意見經常通過媒體討論，後來經過長達十多年的辯論立法過程，終於在1956年立法從國小階段開始至中學應必修性教育，成為全世界之首，且被認為是成功案例，因為他們的青少年懷孕率、墮胎率、性病罹患率均低。

旅英期間，很慶幸的申請國科會的訪問計畫，獲得資助，由倫敦飛瑞典正式訪問當時瑞典性教育學會理事長，當時係由哥德堡大學心理系主任兼任。他特地空出一天時間陪伴，在上午訪談告一段落，出來用餐時，走出學校大門，他要我回頭看，因為校門口掛著三面旗子，中間是該校校旗，左邊是瑞典國旗，右邊則是我中華民國國旗(見下頁照片一)，他說很不容易找到，且不知道對不對。我感動到差點落淚，而且那一天正好是六月五日臺師大校慶日。五天訪問期間，參觀訪問中小學性教育教學外，也進行了許多討論交換意見。印象比較深刻就是參訪一所高中時，我分別訪問了幾位學生，有兩位女生非常自信地告訴我，他們不輕易跟其他人發生性行為，

## 談性空間

雖然學校沒有教導他們延後發生性行為，且正向的表達，性是愉悅的，不過他們也從小學習自尊、自愛、性別平等和情感關係。他們很自傲國民守法，在法定年齡前，自主的不發生性行為，過去是16歲現在提早到15歲。由於避孕方法教導確實且普遍，所以很少青少年懷孕和墮胎。不過我在訪問中特別問到理事長，瑞典的婚前性行為比率高、結婚率低、離婚率高，單親家庭多等現象，跟他們的教導是否有關？理事長的坦率回答也讓我印象深刻。他說：「很好的問題，我們從來沒有想過」。五天的相處、相談甚歡，還介紹北歐其他國家負責人認識，記得芬蘭性教育學會理事長當場邀請我去他國家訪問，但當時簽證和時間都不允許而作罷。

另外值得一提的是，我1977年返國任教，1979年第一次獲國科會補助赴以色列首都特拉維夫開第五屆世界性教育大會，認識了主講的美國普度大學(Purdue University)衛生教育系教授Dr. William Yarber，他的背景跟我很像，從事性教育、愛滋病防治教育的學者。後來台灣性教育學會成立之後，有兩次邀請他來臺演講，成為好友。第三次，他是應書商邀請來臺，因為他的大學用書，譯為中文「性的解析」出版。所以他在臺小有知名度。其實他就是SIECUS性教育指引的主導



照片一：1997年旅英期間，訪瑞典性教育學會理事長，係瑞典哥德堡大學心理系主任合影

者，且擔任過美國許多性教育和性學民間組織的負責人，如：SIECUS、AASECT(The American Association of Sexuality Educators, Counselors and Therapists)、SSSS(The Society for the Scientific Study of Sexuality)、金賽性學中心等。(見照片二)



照片二：台灣性教育學會2014年學術研討會邀請Dr. William Yarber(左二)來台主講，會中與鄭其嘉教授(左一)、晏涵文教授(右二)及高松景教授(右一)合影



## 談性空間

SIECUS指引的第三版2004出版，2009年聯合國教科文組織第一次出版了「國際性教育技術指導綱要」，參考了SIECUS的綱要，六點幾乎完全一樣，不過在2018年第二版時，將原第三點「文化、社會和法律」中的兩小點擴充成為共八點。(見表二)

表二、性教育概念比較表

| SIECUS,1991,2004 | UNESCO,2009 | UNESCO,2018   |
|------------------|-------------|---------------|
| 一、人類發展           | 一、關係        | 一、關係          |
| 二、關係             | 二、價值、態度與技巧  | 二、價值觀、權利、文化與性 |
| 三、個人技巧           | 三、文化、社會和法律  | 三、瞭解性別        |
| 四、性行為            | 四、人類發展      | 四、暴力與安全保障     |
| 五、性健康            | 五、性行為       | 五、健康與福祉技能     |
| 六、社會與文化          | 六、性與生殖健康    | 六、人體與發育       |
|                  |             | 七、性與性行為       |
|                  |             | 八、性與生殖健康      |

UNESCO，2018年的全面性教育(Comprehensive Sexuality Education, CES)中文版第12頁指出：「不同國家的政策和課程設置中可能使用不同的名稱來指代全面性教育，例如：預防教育、人際關係和性教育、家庭生活教育、愛滋病病毒教育、生活技能教育、健康生活方式和基本生命安全教育。無論使用什麼名稱，“全面”強調的是幫助學生發展性知識、技能和態度，享有積極的性和良好的性與生殖健康。」因為聯合國中國家眾多，且種族、宗教、文化等不同，性價值觀不一，但UNESCO希望各國能參考CSE，幫助國民享有積極、

正向的性和良好的性與生殖健康，特別在第13頁指出：「《綱要》不是課程體系，也不提供在國家層面實施全面性教育的詳細建議。實際上，這是一個基於各國最佳性教育實踐的架構(framework)，.....考慮到開展性教育的國家背景不同，各國政府有權決定本國教育課程的內容，《綱要》的使用是完全自願的。」、「更加關注健康促進中的社會性別視角和社會背景；更加強調了教育在降低負面的性健康後果，包含愛滋病病毒、性傳播感染、早孕和非意願懷孕，以及基於社會性別的暴力發生的可能性等方面所起到的保護作用」，所以應依社會脈絡與需求進行調整。

特別在第四章的全面性教育的證據基礎引言中，提及研究是由英國牛津大學證據介入中心(University of Oxford Centre for Evidence-Based Intervention)在2016年進行的。結論是：許多證據回顧都顯示了性教育的積極效果。效果如下：1.延遲第一次性交行為發生時間、2.降低性交行為發生頻率、3.減少性伴侶數量、4.減少風險行為、5.增加保險套的使用、6.增加避孕措施的使用。主要就是性教育能改善人們在性與生殖健康的態度和行為。

檢視我國自2001年九年一貫課綱到2019年十二年國教108課綱，教的就是「全面性教育」，以健康行為科學、學生中心教學方式教導青少年做決定

## 談性空間

的技巧，尤其是十二年國教宗旨強調全人發展的教育，強調素養導向教學和評量。今(2024)年初台灣性教育學會和家長團體國教盟合作，以CSE部分社會關注議題調查家長意見，也有一些本土重要發現，希望能不斷微調教學。又我國衛生單位的A(Abstinence)、B(Be faithful)、C(Condom)模式推廣愛滋病和其他性病防治，方向亦同。

我們跟瑞典模式不同的是，仍強調延後初次性行為的發生之重要，且是以行為科學方法教導學生做決定、協商等生活技能。反而目前公開指責我們這些專業機構，如臺師大健康促進與衛生教育學系、台灣性教育學會、杏陵基金會等沒有跟上國際腳步的教育部性別平等教育委員會，與目前接案的高師大性別平等教育所，是性別平等的專業，而非性教育專業，他們的學科專業是英文、社會、社工等，沒有弄清楚UNESCO的CSE模式和瑞典模式的不同，將其混為一談。強調瑞典的性愉悅時，也不了解自尊、自愛、關係的重要。

瑞典模式雖有他可取之處，但全世界除了北歐部分國家外，連西歐、北美等先進國家都不敢學他們，因為瑞典特殊之處，在地廣人稀、國家富有、國民平均所得高，加上人民信任政府，才能高稅收，甚至高達50%以上者。且教育普及，甚至國家負責全

民教育，和成為社會福利制度完善的國家。尤其是瑞典的全民性教育政策是經過長時間討論後有共識的立法，所以他們的許多社會現象，是其他國家無法去面對的。

我們雖然有很好的課綱、課時、教科書，但仍然因為健康教育不是考試科目，不受重視，學校缺乏合格老師，國中不到20%，國小老師養成教育中完全沒有健康教育，更不用說最難教的性教育。高中係原軍訓護理老師轉任，又因科目名稱在十二年國教要求統一時都未能改為正確的「健康教育」，聘用老師時考慮護理，而非健康行為科學專業。要想從事師資非專業補救工作時，教育部的長官因受到性別平等教育委員會非專業、且意識形態的誤導，並且沒有公開的評審標案，反而讓專業失去了發言權，非常可惜！希望執政者可以迅速導正，如果性別平等教育和性教育專業可以共同合作，則是全民之福！

即或不然，無法短時間循合法管道拿回性教育專業的話語權，社會輿論及家長、學校老師也應認清真相，讓專業得以發揮影響力，則青少年性與生殖健康才有一線希望。

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

# 談性空間

## 附錄：世界各國學校性教育課程年代發展史

1.**1930年代**，全球的性觀念普遍保守，瑞典也不列外，但瑞典經過**1940年代**，社會的討論、辯論釐清不同價值觀。

2.**1950年代**，1956年瑞典立法成為第一個將性教育列入學校必修課程的國家，且從小學教起，包括避孕(節育)、避病。

3.美國在二次大戰後開始探討，由誰(家長或老師)來教性教育較合適？直到**1960年代**後多數認為學校是最理想的性教育場所。1964年SIECUS成立。

4.(1)**1970年代**，美國各州有許多學校開始性教育實驗課程，各州教育單位制訂性教育指導原則。

(2)1972-1977年晏涵文在美求學完成碩、博學位，主修學校衛生，副修家庭研究，均修習有人類性學、學校性教育、健康教育教材教法等課程。美國將sex改為sexuality，前者較狹義的偏生理的性，而後者指全人和全面的性。又稱為A+，教導青少年性行為抉擇，延後發生性行為，且退而求其次，同時預防性的學習避孕/避病，即全面性教育(Comprehensive Sexuality Education, CSE)

5.**1980年代**，美國共和黨中央執政，加上天主教影響，中央政府不補助教避孕方法的地方政府之性教育計畫(1981-1989雷根，1989-1993布希)，理由是教導禁慾(abstinence)/延後發生性行為，又教導避孕似乎矛盾，所以主張不准學避孕/避病方法。又稱為AO(Abstinence Only Until Marriage)。

6.(1)**1990年代**，美國SIECUS發展出一完整的全人性教育概念(sexuality education concept)1991,2004(三版)，即全面性教育。

(2)台灣晏涵文等也做了本土化性教育概念綱領(K-12)(國科會計畫1990)，影響往後我國的課綱。

7.(1)**2000年代**，美國針對70年代的A+和80年代的AO百篇以上的介入性研究論文，進行後設分析(meta analysis)，發現兩者在發生性行為年齡上沒有顯著差異，但A+對預防懷孕和性病較AO好。

(2)臺灣2001年九年一貫課綱(小一至國三)後延伸至高中，做的就是全面性教育。

8.(1)**2010年代**，聯合國教科文組織(UNESCO,2009,2018)參考SIECUS出版國際性教育指引，建議各國發展全面性教育(CSE)。

(2)臺灣2019年十二年國教108課綱持續發展全面性教育。

9.瑞典模式教導自尊、自愛、性別平等，性是愉悅的，不強調延後發生性行為(合法發生性行為年齡15歲)。跟A+一樣教導避孕/病，且更徹底。因性教育普及率高、青少年懷孕率低、性病罹患率低等，被認為是世界性教育模範。不過瑞典也有婚前性行為比率高、結婚率低、離婚率高、單親家庭多等社會現象，但因國民平均所得高、稅收高，國家負擔全民教育，社會福利制度完善，世界其他國家不敢學瑞典安全性教育模式。跟UNESCO的全面性教育模式是不同的模式。

## 海外性訊

# 寂寞大使 (Loneliness Ambassador) — 魏賽梅露絲博士 (Dr. Ruth Westheimer)

文／林蕙瑛

紐約州州長(Gov. Kathy Hochul)於2023年11月10日宣佈，州政府指派著名的媒體寵兒與性治療師Dr. Ruth Westheimer為紐約州的寂寞大使 (Loneliness Ambassador)，這個前所未有的職稱，是要去協助服務不足的心理衛生需求。

「我們紐約州正努力的在對抗孤單寂寞的流行現象，來自露絲博士這位榮譽大使的幫助，正是符合醫生的囑咐。」荷秋 (Hochul) 州長陳述，「根據研究顯示，經歷孤獨的個體，有32%早逝的高風險，而我們正需要像露絲博士這樣的領袖，來幫忙提出討論心理衛生危機的重要因素。」

魏賽梅露絲博士，本來應該稱為Dr. Westheimer，但是她的名字，露絲(Ruth)太好叫了，所以媒體就用Dr. Ruth 來做節目上電視，有線電視無線電視，都有固定時段，再加上出版過37本有關性愛主題的書，在美國只要提到露絲博士，真是無人不知無人不曉。

現年95高齡的露絲博士，也是資深性治療師，曾是大屠殺的倖存者，最近剛自還算輕微的中風復原。在接受「目擊新聞附加時間」節目主播Bill Ritter訪問時，她表示精神很好，也很有進步。露絲博士，這位「樂壽族」（老人學的新名詞Super Ager）也在美國樂齡協會2023年11月的佈告欄雜誌(AARP Bulletin)的封面故事中，分享了她長壽的秘密武器，「對生命的熱愛與不停的講話」。她說，「我10歲大的時候，家裡忍痛犧牲團聚，把我送到瑞士，使我免於陷身大屠殺。待在瑞士一家孤兒院六年，好希望父母能夠逃出來，但是他們沒有。我之所以熱愛生命和我對於生活的態度，都是源自於早期歲月。同時我也做運動 而且我也運動我的嘴 我日夜都在說話，這樣可以使我的腦筋運轉。」

聽到這個任命時，歡欣的直呼「哈利路亞」！她說：「我深深感到榮幸！我答應州長會日以繼夜的協助紐約人不要感覺到那麼孤單。」今年





## 海外性訊

來露絲博士的首要工作不再是教育美國女性高潮或男性早發性射精，她最關心的議題是寂寞，她認為人們對性的了解已經很多了，現在她要教導人們如何建立可以維持長遠關係(relationship)的友誼。她是跟得上時代的，看好任何可以幫助人們與某人連結的社群媒體，使人得以免於寂寞，但初次約出來見面一定要小心，要有人陪同。至於寂寞大使的新角色，她堅信自己仍有力量與能力去幫忙，而且希望，覺得自己寂寞的人們，要對他們自己承認寂寞。一旦承認並接受自己的問題，他們就能開始談論，能夠協助提升他們孤獨寂寞的補救。

有一位外科醫生墨菲醫師(Vivek Murthy)於五月份宣稱，孤單寂寞(loneliness)是一種流行病，呼籲政府機構應該有所準備來促進市民心理健康的各層面。他還指出，新冠肺炎的肆虐更是惡化了原來就很令人擔心的情況。

他還說，「寂寞與疏離的流行，一直是未被正視的公共衛生危機，已經對個人與社會健康造成傷害了。人們日常生活的關係(relationship)就是療癒與健康的源頭——關係能幫助我們過更健康、更有實踐性，且更有生產力的生活。」

根據國家科學、工程與醫學研究院於2020年的一項研究，超過三分之一的45歲以上成年或老年人，都經歷到孤單寂寞；近乎四分之一的65歲或更年長的老年人，社交方面相當疏離。寂寞在研究中的定義是，不論一個人的社交接觸數量多寡，他還是有寂寞孤獨的感覺，意指社交孤離，即為社交連結之缺乏。

伊利諾大學醫學院神經心理學家與臨床精神師普利斯金教授(Neil H. Pliskin)也加上他的看法，即使統計顯示越來越多的年長者使用電子產品，但問題是，很多年長者，尤其有失智症者，他們缺乏設備與知識來使用電腦或智慧型手機，也就進一步地將他們與外面世界切斷。他認為科技挑戰的潛在孤寂影響，遠超過對於在社群媒體平台上如何互動的誤解。舉例而言，在新冠肺炎疫情時的心理治療，絕大部分都轉變成線上時段。可以即時尋求心理衛生支援本是一個正向的發展，但是一些年長的病人卻掙扎著去了解如何使用虛擬治療，因此失去了一個有效的支持與連結的方法。所以這就是老年人為什麼會從早到晚都坐在客廳盯著電視。懶得動的本性和缺乏互動，加上綿綿不斷的電視節目，其實對老年人的心理與認知方面都是有害的。





## 海外性訊

露絲博士的榮譽使命，正是點出荷秋州長最近對於老化與社會需求的強調。荷秋州長說州政府是致力於發展「年齡友善社區」來對抗社交孤離，而且正在進行草擬一個有關年齡老化的總體規劃，其中包括協助生理與心理健康的架構。

紐約州衛生部麥當勞部長 (Dr. James McDonald)如是說：「我們都知道，社交疏離與孤單寂寞對人的心理衛生是有害的，尤其缺乏人的連結，也會很嚴重的提升了失智、心臟病與中風的風險。」他又說，「我很興奮看到露絲博士，這位多年來我們在電視和廣播中從她身上學習很多的治療師，被州長任命為寂寞大使，來幫助人們應對這些負面情緒，且形成新的連結。」

露絲博士是全美國第一個獲得此頭銜的人，但並非是全世界第一個。2018年10月英國也任命了一位寂寞部長 (Minister of Loneliness)，提出一份報告，顯示超過九百萬的英國公民，有時候或者一直都有孤離感。政府提供基金做慈善，在地方社區中針對此問題給予協助。最近也發動社群媒體工具，專注在提供個人的協助，得以在社區間創造人際連結。2021年日本政府也跟進，成立了一個任務小組，詳細的研究孤寂(Loneliness)帶來的影響，並大力支持注重此議題的非營利性組織或機構。

(本文作者為杏陵醫學基金會董事、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)



編者註：本文中提及的露絲博士曾於1995年來台參訪過杏陵基金會，對本土性教育工作讚譽有加，與執行長晏涵文相談甚歡。

## 性聞幕後

# 與孩子談性說愛， 家長永遠是第一線的教育者

文／楊聰財

### 【新北逆倫性侵事件 專家：對孩子分齡提供正確性觀念】

新北市一對父母以「性教育」為由，竟讓年幼兒女和他們進行逆倫群交的性侵害犯行長達三年。

#### 【評論】

性教育是一輩子的事情，從小就要教導，根據孩子的年齡，提供適當正確的訊息，家長務必以身作則，表現尊重、負責任的態度，成為孩子的榜樣。

家長教導孩子正確性觀念，必須建立開放、誠實且沒有壓力的對話環境，孩子可以隨時提問和身體有關的問題，鼓勵孩子表達好奇心，並根據不同年齡，提供適當訊息與準確資訊。

三到五歲的幼兒，重點在於教導理解身體各部位，並提醒個人隱私、安全性及個人空間的概念，不能隨意讓人觸碰，強調人際間尊重、同意的重要性；

六到十一歲的性教育主題廣泛，包括性別身分認同、生殖器官功能及生命起源等，教導孩子面對逐漸進入青春期的生理變化，保護自己的身體；

到了十二至十八歲青春期，則要探討情感關係、性行為、性取向多樣性，以及避孕或性疾病預防，因為青春期是身心變化最激烈的階段，家長和學校都必須扮演教導正確性知識的重要角色。

家長應教導孩子尊重他人隱私或界線，促進性別平等，不論性別、性取向或身體特徵，每個人都應該被平等對待，同時培養孩子的自尊心，面對挑戰能做出正確、健康的決定，也懂得說「不」，對於他人的性騷擾須有警覺性，知道如何保護自己，鼓勵孩子遭受不當侵犯時，勇於告訴家長或可以信任的成年人，最重要的是家長務必以身作則，表現尊重、負責任的態度，建立健康的人際關係，成為孩子的模範。

（本文作者為台灣性教育學會常務理事、華人情感教育發展協會常務理事）



## 活動快訊

### 杏陵醫學基金會 學校愛滋病防治「密室逃脫」種子師資培訓

#### 一、緣起

台灣近年愛滋病感染者年齡有年輕化趨勢，強化年輕族群愛滋病防治教育，學校性教育實施的年齡層降至國小，從小紮根正確的性教育觀念是台灣愛滋防治性教育重要的一環。

相關研究亦顯示，國小高年級已能接受愛滋病防治教育相關課程。尤其國小曾教導有關愛滋病課程及曾看過或閱讀過愛滋病的相關訊息者，其學習效果顯著。及早提供正確愛滋病相關知識，有助於學生觀念的釐清，例如：和愛滋病感染者擁抱、共同上學、蚊子叮咬並不會被傳染愛滋病。非所有愛滋病感染者都是因性行為而傳染的，讓學生有機會和生活經驗做連結，消除社會對愛滋感染者的歧視與汙名。

本會於民國111年受永平扶輪社委託製作國小愛滋防治「密室逃脫」活動式課程，並於112年受疾病管制署委託辦理該課程之種子師資培訓，今年將持續推動，針對國小、國中學校衛生組長、護理師及健康教育老師等辦理增能研習，以提升教師教學能力，支持落實課堂性教育教學，藉由體驗學校性教育密室逃脫活動，認識青春期自我保健、網路交友與網路安全議題，建立學生正確愛滋認知、態度和正向關懷。

完成此次培訓者，將獲得密室逃脫活動手冊及數位化密室逃脫遊戲。

#### 二、指導/承辦單位

- (一)指導單位：衛生福利部疾病管制署
- (二)承辦單位：財團法人杏陵醫學基金會
- (三)協辦單位：臺中市立西苑高級中學、嘉義縣衛生局

#### 三、參加對象

轄下所屬之國小、國中公私立學校愛滋病防治教學相關教師（健教、輔導等）、衛生組長、教學校護及地方健教輔導團之種子教師等人員，並請健康促進性教育議題學校派員參加，人數以60名為原則。

## 活動快訊

### 四、場次說明：

(一)嘉義場次：113年7月4日（星期四）嘉義縣永在食品安全檢驗大樓

地址：嘉義縣太保市安仁里11鄰太保二路113號 三樓會議室

報名網址：<https://reurl.cc/Ze4Npg>

(二)台中場次：113年7月5日（星期五）臺中市立西苑高級中學

地址：臺中市西屯區西苑路268號 迎曦樓B1會議廳

報名網址：<https://reurl.cc/oR8KLv>

◆報名自即日起至113年6月28日(五)止。一律採「線上報名」方式進行；  
報名人數若超額本會將依報名順序及對象優先錄取，錄取名單將於113年  
7月1日(週一)公告於杏陵基金會網站，可自行前往查詢，本會亦會以E-  
mail另行通知，報名時請務必填寫正確EMAIL並逕行確認。如有任何問題，  
歡迎來電詢問，(02) 2933-3585 彭小姐。

五、完成培訓者，將獲得密室逃脫活動手冊及數位化密室逃脫遊戲。

六、本活動如遇天災、疫情等不可抗力之情形，將依指導單位指示延期辦理  
或其他修正方案。

七、本計畫經報衛生福利部疾病管制署核備後實施，修正時亦同。

### 八、議程表

| 時 間             | 主 題                                           | 主 講 人                 |
|-----------------|-----------------------------------------------|-----------------------|
| 08:40~<br>08:50 | 報 到                                           |                       |
| 08:50~<br>09:00 | 【始業式】開幕與歡迎                                    | 長官、主持人                |
| 09:00~<br>09:50 | 【專題講座(一)】愛知love<br>從108健體領域性教育課綱<br>談「愛滋防治教育」 | 臺師大學師資培育學院<br>高松景助理教授 |
| 09:50~<br>10:00 | 休 息                                           |                       |
| 10:00~<br>10:50 | 【專題講座(二)】青春go<br>青春保健，教什麼？如何教？                | 新北市積穗國中補校<br>龍芝寧主任    |
| 10:50~<br>11:00 | 休 息                                           |                       |
| 11:00~<br>11:50 | 【專題講座(三)】安全e起來<br>網路交友，教什麼？如何教？               | 新北市積穗國中補校<br>龍芝寧主任    |
| 11:50~<br>13:00 | 午 餐                                           |                       |

| 時 間             | 主 題                                                                | 主 講 人                                  |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| 13:00~<br>14:40 | 【性教育主題密室逃脫】<br>1.分組實際操作與體驗<br>2.分組討論<br>3.「e起go love」活動式課程教<br>學說明 | 高松景 助理教授<br>龍芝寧 主任<br>新北市海山高中<br>顏麗娟教師 |
| 14:40~<br>14:50 | 休 息                                                                |                                        |
| 14:50~<br>15:40 | 【性教育數位教學媒材設計】<br>1.國小- Holiyo密室逃脫遊戲<br>2.國中- Google表單自主學習          | 龍芝寧主任                                  |
| 15:40~<br>16:10 | 【綜合座談】<br>綜合座談與結業式<br>◎活動討論與回饋◎問卷評量                                | 杏陵醫學基金會<br>高松景助理教授                     |
| 16:10           | 賦 歸                                                                |                                        |





## 活動快訊

### 台灣性教育學會 性教育的最後一塊拼圖--- 「愛情學」專業成長增能工作坊

#### 一、緣起

相愛很難，我該怎麼辦？性教育是一種「愛的教育」，在教導健康的親密關係，任何的健康親密關係，都是在表達愛、關懷與善意，而且是一種長期穩定的關係。「愛情」是一種高度的心靈活動，是人性最後的奧秘，是一生最浪漫的修煉。妳/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「更完美的我」。因此，愛情活動可說是兩個生命的相互開發與人格完成的歷程。「婚姻」則是一輩子的承諾，「家庭」是由兩人因著愛而結合的最親密組織，不論是生理上合一的生育行為、心理上合一的彼此互屬，都與「全人的性」Sexuality有著密切的關係。

「愛情學」是一門探討愛情理論與實務的跨領域整合學問，面對年輕世代想追求獨特完美的自我，卻無能維持親密關係的「愛無能的世代」；我們需要解構愛情這個亙古的課題，拆解其背後的「愛情原理」，讓如何相愛變成是可以學習，不再是難事。

台灣性教育學會特別邀請臺灣師範大學師資培育學院的高松景助理教授開設「愛情學」工作坊，高教授曾任中學校長及台灣性教育學會理事長，長期關注當代人愛情婚姻與家庭議題；其倡導採取「全人性教育」跨領域的統整性主題式課程設計，來深入探究「愛情」這個人性最後奧秘，也是性教育需要完成的一張拼圖。目前這套課程在臺灣師範大學通識課堂經六年實踐，獲得學生熱烈迴響，並以研發相關的專書、活動設計及相關桌遊。高老師特別把原本32小時的愛情學課程，抽出最精華的6小時成為愛情學微型課程，並採取「PBL問題導向學習」、「體驗學習」及「桌遊」等多元教學策略，透過探究、對話、互動與實作的學習歷程中，成為教導「愛情學」的教學高手。

## 活動快訊

**二、參加對象：**台灣性教育學會會員、台灣性教育師，及對此議題有興趣的社會大眾，實體以40人為限。

**三、時間：**113年6月30日（星期日）9:30-16:30，共計6小時(中午休息1H)

**四、地點：**台師大誠大樓六樓會議室

**五、費用：**台灣性教育學會、華人情感教育協會會員1,200元，非會員1,500元。提供午餐。報名依繳費先後順序錄取，報名人數未達20位則取消開課，報名費用將全額退還。

**六、報名方式：**採網路報名，40人額滿或6月16日(日)截止報名。

報名網址：<https://reurl.cc/Ker8Ge>

**七、聯絡人：**台灣性教育學會 彭小姐，電話：02-2933-5176

**八、議程表：**

| 時間          | 主題                                                                                                                                                              | 主講人                                    |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| 09:00-09:30 | 報到                                                                                                                                                              |                                        |
| 09:30-12:30 | ☆愛情是怎麼發生的呢？愛情的「投射」與「收回投射」【《配對遊戲》體驗活動、《反思愛情》集體故事學習、《拼圖法》小組合作學習】                                                                                                  | 高松景 博士<br>臺師大師資培育學院助理教授<br>台灣性教育學會常務監事 |
| 12:30-13:30 | 午餐、休息                                                                                                                                                           |                                        |
| 13:30-16:30 | ☆情侶吵架怎麼辦？戀愛溝通態度與技巧【《情侶常為那些吵架》互動式遊戲、《牛馬橋愛情故事》心理測驗、《愛之語》桌遊】<br>☆為何總是愛上渣男渣女？愛情病理學【《令人討厭的松子一生》電影剖析、《愛情病理學》PBL、《病名為愛》桌遊】<br>☆婚姻是愛情的墳墓還是歸宿？愛情的承諾、創造與自性化【《Kiss情人》電影剖析】 |                                        |
| 16:30       | 賦歸                                                                                                                                                              |                                        |

## 教育最前線



# 病名為愛



## 全台第一套愛情病理學桌遊



精彩花絮

「病名為愛」是一款愛情學教育桌遊，係為了幫助社會大眾能夠學習認識「愛情上癮症」的相關知識。

健康的愛情關係是一種從「依戀」到「獨立」的成長歷程，讓彼此學會以真誠的態度來表達彼此的愛、關懷與善意，共同經營長期與穩定的親密關係。然而，當彼此的愛情關係就像毒品一樣，知道不好卻又離不開，且一再重蹈覆轍。從醫學的觀點而言，任何稱為「症」的都是一種「病態的症候」，是指正常的運作已出了問題，是需要醫治的。日本心理學者伊東明（2003）在把這種扭曲的愛稱為「愛情上癮症」。

愛情上癮症的原因是當事者把愛情當作一種「心理遊戲」，其根源則是來自於孩童時期，不安全依附關係，所寫下悲劇的愛情腳本。其解方則是先要能覺察這種病態的愛情關係，肯定自己目前已是一位獨立成熟，有能力去愛的人，重新改寫自己的人生劇本。

研發此愛情學桌遊的目的，是希望透過搶救故事中四位陷入愛情上癮症的情境式遊戲過程中，學習察覺分辨愛情學中的病態關係、內省自己與幫助他人。

☆每套售價1000元，欲購請洽杏陵醫學基金會02-2933-3585

## 捐贈芳名錄 (新台幣，依姓氏筆劃排序)

113/04-05      林蕙瑛女士 捐贈      1,240元整

113/04-05      高松景先生 捐贈      1,500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」，今年初改名為「情感關係與性教育」中心，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健康正向的情感關係，幸福美滿的家庭生活，進而使社會更安寧和諧，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

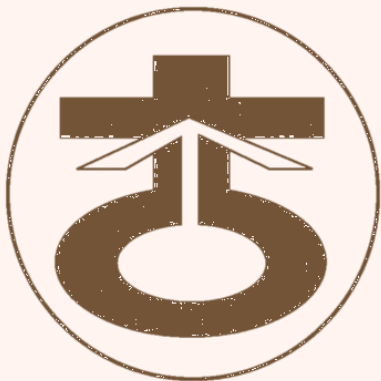
每筆小額捐款，我們都會開立捐款收據，可依綜合所得稅申報辦法列舉扣除。捐款後，請留下您的大名、電話及地址，謝謝您的鼓勵！

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**

