

負責的愛



安全的性

杏陵天地

Mercy Sexuality Quarterly

季刊雜誌 2024.09 第33卷第3期

【談性空間】

香港學校性教育規定之反思

【海外性訊】

魏賽梅露絲博士紀事

【性聞幕後】

解決少子化，建構生育、婚姻、戀愛

環環相扣的人生藍圖

【教育最前線】

國中愛滋病防治「網住愛知不隨性~伊撒物語」

大地遊戲發表會

全國唯一性教育專業刊物



季刊雜誌
2024.9
第33卷第3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・熊賢芝
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 杏陵35週年慶

◆談性空間

3 香港學校性教育規定之反思

／晏涵文

◆海外性訊

6 魏賽梅露絲博士紀事

／林蕙瑛

◆性聞幕後

13 解決少子化，建構生育、婚姻、戀愛環環相扣的人生藍圖

／張文昌

◆教育最前線

15 國中愛滋病防治「網住愛知不隨性~伊撒物語」大地遊戲發表會

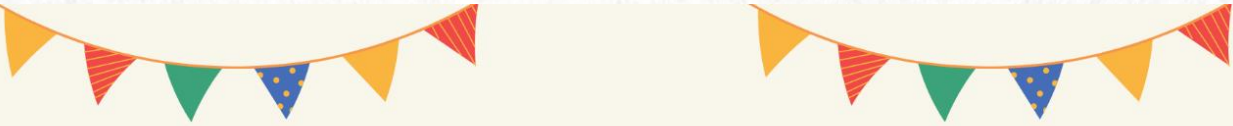
17 病名為愛-愛情學桌遊介紹

◆活動快訊

18 學校愛滋病防治「密室逃脫」種子師資培訓--臺東場

◆捐贈資訊

20 捐贈芳名錄



Happy Anniversary

歡慶杏陵基金會 35週年

杏陵醫學基金會自1989年八月成立「家庭生活與性教育」中心，2024年初更名為「情感關係與性教育」中心，迄今已有35年，特別感謝各位好友對我們的支持與鼓勵。

為慶祝這特別的日子，本會延續每五年出版特刊的傳統，今年也出版了35週年特刊，記載了這35年來，在創會董事長吳東瀛醫師與董事長晏涵文教授的帶領，以及諸多先進的專業協助、情義相挺下，於性教育領域上的耕耘與努力，尤其細數近五年一步一腳印、紮實的性教育工作，以茲回顧與展望，再加上長官及好友的祝福，更增添喜氣。

35週年特刊業已出刊，歡迎有興趣的朋友，可致電向基金會索取。(電話：02-29333585)





談性空間

香港學校性教育規定之反思

文／晏涵文

據報載，香港初中「公民、經濟與社會科」課程教材提及學生須學習「堅決拒絕婚前性行為」，並簽署承諾書訂親密界線及控制性衝動等內容，有議員認為不合時宜。（新聞連結：<https://udn.com/news/story/7332/8182797>）

香港教育局8月23日發布政策文章，否認香港性教育未能追上現代社會發展，強調社會雖對婚前性行為持不同意見，但對未成年的學生應該給予充分的保護，重申「應堅決拒絕婚前性行為」對能提高學生的自我保護意識起預防作用，以免犯下不可逆轉的過失。香港學校課程有關性教育的理念要培養學生成為有整全價值觀的人，讓學生將來在思想和條件成熟時，對性的課題做知情及負責任的決定，稱「鼓吹未有能力承擔後果的學生做出所謂知情決定，是不專業及不負責任。」在「合乎情理的親密關係」單元，提到情侶拍拖不一定要發生性行為才代表很愛對方，性必須基於承諾的愛，對親密行為應訂立界線，並承諾「會培養自律、自制和抵禦色情資訊的能力」。

這個爭議其實是存在世界各地的。不過世界各國有一共識，就是認為青少年懷孕（teenage pregnancy）對「性與生殖健康」不利，不僅因為他們學業未完成，經濟未獨立，而主要原因在小爸爸、小媽媽十幾歲時，情緒不穩定，不適合生育、養育、教育小小孩。因此各國均訂有法定發生性行為的年齡，約七成多都訂在16歲，少數訂在15或17歲。因此應教導國中（15歲）以下學生，了解原因且學習守法很重要。

而在現今自由、民主的社會環境下，學校不能僅規定學生行為，老師也無法將自認為正確的規範要求學生，如果教師上課時告訴學生，老師認為婚前性行為不好，替學生做決定，學生常選擇不聽課，沒有辦法實質地改變青少年的價值觀。故教師如何教就十分重要了，教導學生做決定的技巧，包括性行為抉擇、戴保險套抉擇，以及像吸菸抉擇等也很重要。這就必須要有足夠的課時，我們是全亞洲唯一有課時，從小學一年級，直到高中，每週一小時健康教育，並要有合格、專業的師資教導，我們是全亞洲唯一



談性空間



有健康教育專業合格師資，懂性健康，尤其是會健康行為科學，教做決定、協商、拒絕等生活技能的學系，且能分辨在不同年齡，如：國小、國中、高中，同樣的主題內容，如何適齡「連續不斷、循序漸進、統整合一」的教導。今（2024）年六月台灣性教育學會學術研討會上，臺北市立石牌國中健康教育教師邱寵萱，於會上分享有關戀愛及性行為抉擇等議題的教學示範與經驗，是教導學生做出知情決定良好的示範。

值得一提的是有關保險套的教導，不僅要教保險套的使用方法（此係健康技能），還應教導如果對方不想使用保險套時，如何有效溝通，說服對方必須使用（此係健康生活技能）。筆者曾對臺灣大專院校學生做性行為抽樣調查，有性行為經驗的學生中，偶爾及經常使用保險套者有七成左右，但每次都使用者僅三成左右，而避免愛滋及其他性病時，必須每次都正確使用才有效。

我們自民國90年九年一貫「健康教育」課綱起，到十二年國教108課綱，就是跟聯合國教科文組織的「全面性教育」做法一致。茲將美國共和黨主張的Abstinence Only Until Marriage

（簡稱AO，婚前禁慾、不准教避孕、不准墮胎），全面性教育（即美國的A⁺）以及瑞典較安全性行為的教育三種教育模式列表作一比較（見下頁表），幫助關心此一議題者釐清許多疑問，也更肯定我們的專業對青少年性健康的幫助。

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，強調自尊、自愛，且以健康行為科學、學生中心教學方式教導青少年做決定的技巧、退而求其次，學習各種避孕/避孕的方法。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。如多數性教育內容家長建議在12-15歲國中階段進行教學，如性行為風險管理與較安全性行為；懷孕過程與避孕方法使用、迷思澄清，了解不發生性行為是避免意外懷孕或感染性病最有效的方式等。又我國衛生單位仿照美國的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。

談性空間

表：性教育模式比較表

	貞潔AO Abstinence Only Until Marriage	全面性教育A+ Abstinence Plus Comprehensive Sexuality Education	瑞典 較安全性教育 safer sex education
A (Abstinence) 禁慾	規範 道德、信仰、法律 訂立親密界線 填「承諾書」 (港、初中)	教導性行為抉擇 延後發生性行為 法律規定16↓不合法 對自己的性行為作出明智的抉擇很重要 (聯7.2，12-15歲) 青少年性行為之法律規範與明智抉擇 (108課綱 國中，Db-IV-6)	法律規定15↓不合法 性是愉悅經驗 可探索
B (Be faithful) 忠誠	規範	自尊、自愛、性別平等	
C (Condom) 保險套	不准教	no condom no deal 沒保險就免談 每次性行為必戴保險套 避孕措施的有效率和獲取工具 (聯8.1，12-15歲) 避孕原理、方法及人工流產的認識 (108課綱 國中，Db-IV-4)	避孕/避病的 整全防護

(聯：聯合國教科文組織(UNESCO) 國際性教育技術指導綱要2018)

香港教育局之所以如此規定，相信也是基於促進青少年學生的性與生殖健康，可能也跟聯合國教科文組織推動的「全面性教育」之目的有關，如 1)延後發生性行為、2)減少青少年性行為發生的頻率、3)保險套的使用率增加等。又所以會遭到質疑、產生爭議的原因是，今天無法用規範，要求學生建立某種價值觀或行為，即使是對學生有利的。而必須使用的教育方

式是幫助學生自己做成對他們性健康有利的決定。那麼老師就必須學習健康行為科學專業，像我們臺師大健康促進與衛生教育學系所培養的。

(本文作者為本會董事長、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)



海外性訊

魏賽梅露絲博士 (Dr. Ruth Westheimer) 紀事 Psychologist Known for Frank, Funny Sex Advice

原作者／Elaine Woo
譯者／林蕙瑛

【前言】

本文原作者Elaine Woo，是在洛杉磯土生土長，自1983年就替洛杉磯時報寫文章，以公共教育為主，並幫忙編寫修正許多被指定的文章，是位很有創意的作家與編輯。後來她加入the dead beat，專門寫名人訃聞生平軼事，不論是地方性的，全國性的，或國際性的人物。

這篇魏賽梅博士的生平軼事，就是她收集了很多資料，在兩天之內趕出來的完整紀錄，由出生背景與成長經歷講起，描繪出魏賽梅博士的個性，她的艱辛奮鬥史及如何成功的歷程，對性教育的貢獻，還有對社會的啟發，再加上一部分她的感情生活。精密的思緒，精簡的文字，組織成魏賽梅博士精彩的人生。

本人身為台灣性教育學會的發起人之一及永久會員，一直是對台灣的性教育關注，也注入教學及諮商實務，讀過魏賽梅博士的著作，也在某次展覽見過台上的她，也敬佩她在八、九十歲的晚年，依然體力充沛，熱心勃勃地執著於自己的專業，2023年還被紐約市長推舉為寂寞大使（Ambassador of Loneliness），到處演講，幫助孤寂心靈的心理建設，促進心理健康。

譯者謹將這篇文章翻譯成中文，與杏陵天地的讀者分享，讓我們來了解露絲魏賽梅博士更多，也對她致最大的崇敬與哀悼。



海外性訊

魏賽梅露絲博士 (Dr. Ruth Westheimer)，猶太裔德國心理學家，二十幾年來，以她坦誠的、風趣的、溫暖的，對於性事的忠告，在收音機、電視及報章雜誌中啟發及娛樂了無數的聽眾與讀者。她於2024年7月12日逝世，享年96歲。

魏賽梅博士在1980年應邀主持紐約 WYNY-FM 星期天午夜一個15分鐘的收音機節目後，就成為媒體性格人「露絲博士」 (Dr. Ruth)。當談到像多重性高潮和三人同居的話題時，很快地就引起騷動，節目在1981年延長成一小時，一個晚上就吸引了4000通電話進來。

短短幾年之內她成為擁有廣大收音機聽眾的全國名人，從東岸紅到西岸，也上了有線電視節目。後來她寫了一個廣為歡迎的報紙專欄「請問露絲博士」 (Ask Dr. Ruth) 和超過24本書，包括給學齡前及幼稚園兒童看的圖書，直接了當的就問一些性的基本問題。

雖然她不是第一位媒體治療師，1970年代初期，已故心理學家 Toni Grant 在洛杉磯的廣播電台開啟了這個領域，而結婚三次的魏賽梅博士以專門提供性焦慮方面的忠告征服了這個領域。沒有什麼問題會嚇到這位四呎

七吋的女人，時代雜誌曾經稱她為「性的小好人」 (Munchkin of sex)，她眼睛不眨的，用她隨口而出的正確語言向美國的無線電界開火。聲音高而刺耳，濃厚的德國口音，溫和的態度，說話一直都是興高采烈的、輕快的、母性的，但又頑皮的。她讓緊張不安的節目審查員和窘迫的打電話聽眾都覺得自在。

Alison Gilbert 與魏賽梅博士以及 Pierre Lehu 合著了一本即將要出版的書，《The Joy of Connections, 100 Ways to Beat Loneliness And Live A Happier And More Meaningful Life》，她星期六向洛杉磯時報如是說，「我會記得露絲博士讓人們感覺到，我們都是獨一無二的重要，很要緊的，而且有歸屬。」

華盛頓郵報媒體評論家 Tom Shales 曾經一度誇張的問道：「一旦你跟露絲博士談論性，跟別人談論會比她更好更行嗎？」

一位西北大學的性治療師 Dr. Laura Bergman 出現在歐普拉電視台她自己的有線電視節目中，「就像向你喜歡的阿姨或者尊敬的成人尋求忠告一樣，她給的忠告將性與性喜好正常化，而使得很多人不覺得那麼寂寞與孤離。」

海外性訊

魏賽梅博士也有詆毀者，他們對她商業上的成功不屑一顧。她在1956年剛到美國的時候做過女僕，1小時75分錢的工資，到了1980年代，她名聲的高度使得她的書籍及演講費高漲，再加上她簽約成為許多產品的代言人，包括避孕用具及Dr. Pepper，收入已經到了五位數字。

她說她了解自己魅力四射的理由。「我不是以性的象徵出現，人們相信我是因為我不是隨便說說而已。」她在1982年告訴新聞週刊雜誌。

從她的早期生活根本看不出她有一天會成為打破禁忌的美國偶像。她1928年出生在德國的法蘭克福Siegel家族中。母親原來是家中女僕Irma，因懷孕而與家中少爺Julius結婚。

1938年11月9號，他們的世界整個被摧毀了。當反閃米族的暴民在德國與奧地利大暴動，使得數以千計的猶太家庭、猶太教堂、及商店全部化為灰燼。魏賽梅的父親一週後跟其他的猶太人一起被納粹權威逮捕了。

深信未來是黯淡的，魏賽梅的母親主動把她送去人文救難行動，後來稱為「難民兒童運動（Kindertransport）」，約有10,000個猶太小孩從這裡被送出德國、奧地利、波蘭和捷克斯洛伐克，抵達安全的地方，大多數都是家中倖存的成員。當時10

歲的魏賽梅，就在1939年1月5號最後一次見到她的家人，那個時候她正跟著100位法蘭克福的小孩登上火車到瑞士。

她來到美麗如畫的海燈村（Heiden）的一個猶太住宿學校，由於大屠殺而變成一個孤兒院。住在一個像牢房的房間裡，她不能夠得到正式教育，被迫花大部分的時間去照顧年幼小孩，並擔任女僕的工作。

本來是六個月的居留延長到六年，因為她和學校裡一位主任的關係越來越差。魏賽梅是當年從她父母藏在衣櫃裡的一本婚姻手冊中偷看到關於性與性事。在瑞士學校，她「教會其他女生有關月經之事」。1983年，她告訴紐約日報，「所以那位主任對我很頭痛，她叫我閉嘴。」

起初她收到家裡一些開心的信，但是1941年底就不再有信來了，後來魏賽梅才知道她的父母被送到波蘭羅茲（Łódź）的猶太貧民窟。她從未費心去找出她父母是如何死亡，但是相信他們是在奧斯威辛（Auschwitz）集中營裡消失的。

她將痛苦的回憶埋葬了幾十年，害怕「我會太傷心以致於沒有辦法做一些我必須要做的事。」1987年，她告訴紐約時報。雖然是天生愛交際的，

海外性訊

她很少向朋友說出她的感覺，這是在瑞士所形成的一個特質，在那裡她學到對人生應該要感恩而從來「不要抱怨。」

她很不情願去檢視自己深度的感覺，導致她在1980年代產生了作家障礙，當時她是在寫回憶錄。於是她向紐約市心理分析師求助。他幫助她回想少女時期的創傷事件，一部分也是去閱讀她在瑞士寫的日記，還有她塵封40年不敢再打開的家信。

結果在1987年出版的《一生的全部》(All in a Lifetime)一書中，她使用的是情感的摘要，沒有細述，然而一些書評家們指出，基於作者在心理治療的訓練，這本自傳是奇特的膚淺表面化。

1945年歐洲的聯盟解放之後，魏賽梅參加了青年猶太復國運動(the youth Zionist movement)，而且搬到巴勒斯坦。她加入為猶太家園重生而戰的地下軍隊組織哈加拿(the Haganah)，卻因她所任教的幼稚園被轟炸而受傷，雙腳受傷很嚴重。

她那幾年的日記中，魏賽梅表達出對未來的擔心。她寫著，「沒有人會要我的，因為我又矮又醜。」1950年她跟一個年輕的以色列軍人結婚了，第一個向她求婚的男人。他們搬到巴

黎，先生攻讀醫學，而她則在索邦大學(Sorbonne)獲得了一個心理學學位。五年後她的婚姻結束。

1956年她愛上了一個叫做Dan的英俊法國猶太人，跟他一起搬去紐約市。抵達後沒多久，她注意到報紙有一個獎學金的公告，專門給納粹迫害的受害者在紐約新學院的社會研究所(New School for Social Research)攻讀社會學。她贏得了這個獎學金，即使她只會講一點點英文，而且沒有高中文憑。

當她發現自己懷孕了，他們就結婚了，生了一個女兒Miriam。一個兒子Joel是在後來的婚姻中所生，她共有四個孫子女。

與Dan的婚姻在女兒出生一年後就離了。為了要養活自己跟女兒，魏賽梅在一家市場研究公司工作，晚上則去上課。她在1959年獲得碩士學位，然後在哥倫比亞大學的公共衛生所擔任研究助理。她在1970年獲得哥倫比亞大學的教育博士學位。

1960年代後期，她的專業興趣在於人類的性(human sexuality)，當時她是在哈林(Harlem)的家庭計劃診所工作，她的工作是訓練田野工作者去訪問婦女有關她們墮胎和避孕的



海外性訊

歷史。「這些人相當瘋狂，她們整天都在談性。」回想她對這個工作最初的反應，她在自傳中如此寫著。然而這種陌生感很快地就成為迷戀，魏賽梅決定她想要學習更多的性教育，而且開始在康乃爾大學醫學中心紐約醫院海倫凱普蘭博士 (Dr. Helen Singer Kaplan) 的指導下，開始研究人類的性。沒幾年魏賽梅就獲得康乃爾醫院的認證，成為一個性心理治療師。

1970年代她在布朗克斯 (Bronx) 的Lehman College教授好幾年的性諮商，過了不久，就因為預算的關係，她的教職被取消了。後來她在布魯克林學院 (Brooklyn College) 獲得了一個教職，但是因為某些她從來沒有公開討論過的理由，她被解雇了。她後來說，雖然被此種遭遇打擊，還是導致她之後的大好機會。

1980年她跟一群紐約的廣播要員談到更多性教育課程設立的需要。而這些人包括Betty Elam，WYNY-FM的社區事務經理，她邀請魏賽梅在電台星期天早晨的公共事務節目為特別來賓。Elam對她的表現印象深刻，以致於在1980年代後期，她提供每週\$25美元給魏賽梅來主持每星期天午夜的一個短節目。

「從性而言」 (Sexually Speaking) 立刻一炮而紅，而且很快地伸延到1小時，現場call in 的形式。兩年之內它變成紐約最高收聽率的收音機節目，每週大約有250,000聽眾。每次節目的結尾，魏賽梅都加上生氣勃勃的命令句，「要有好的性喔！」 (Have a good sex !)

1982年她在紐約市第五頻道的地方電視台展開處女秀，就叫做「露絲博士」 (Dr. Ruth)，是每天晨間call in的節目。它很快就成為眾多人打筆仗的目標，抗議這麼露骨的在電視上談性，所以這個節目就被停了14週。

1984年她同意上人生電視台 (Lifetime cable network) 另一個節目「好棒的性！聽聽露絲魏賽梅博士」 (Good Sex ! With Dr. Ruth Westheimer)，一星期播出六次。這個節目使得那個時候這個不怎麼樣的電視台，初次大放異彩，一個晚上就吸引了百萬觀眾。

沒多久魏賽梅的收音機節目就進入全國聯播。很快的，大學生們在宿舍裡面舉辦「露絲博士」派對，一邊聽著她的節目，而她也變成夜間談話秀的常客。先是拍攝錄影帶，教學遊戲教材，書籍，最後就是露絲博士的個人網站了。



海外性訊



魏賽梅博士提供忠告，具理性又無批判性，她相信，在自己臥室裡兩個互相同意的成年人，大部分任何非暴力的性活動，「我都不認為是問題。」（all right with me.）Call-in進來的有，無高潮的女性，早發性射精者和各種壓抑或戀物癖的人們。當一個call-in者問到女朋友送他一個充氣娃娃，希望能夠看到他跟充氣娃娃的親密行為，他該怎麼辦？她毫不遲疑的回答，「幫娃娃取個名字，跟她好好玩吧。」

一些保守的評論家試著給她冠上放蕩者的名聲，因為她並沒有對婚前性行為持反對態度，她接受同性戀，並慫恿安全的性習慣。她一逮到機會就推銷避孕，非常認真的忠告，她卻忽視了自己17歲的時候就有了第一次性交行為。

她把傳統的道德一點一點的注入她直爽的談話中。她認為通姦，集體的性，虐待主義，亂倫，對於青少年來說是太早了。她跟一個16歲的call-in者說：「急什麼？」

「你為什麼不就是玩玩，繼續擁抱、親熱、撫摸，然後再等幾年呢？」她公開承認的唯一懊悔，就是她的秀經常會吸引年齡層低到12歲的聽眾，她覺得她的節目對這些青少年是不恰當的。

在其他的收音機心理學家中，有些人批評她放太多注意力在性的機制上，太缺乏對情緒方面的注意。已故治療師布朗博士（Joy Browne），曾主持過一個舊金山電台節目，在1982年告訴新聞週刊，「將性和人文主義及性格分離出來，是個錯誤。」

在芝加哥經營自己的性治療診所，Berman認為魏賽梅對性如何發生及為何發生提出討論時，她都蠻表面化的，但是Berman也說到，「這也就是人們在那個時候所能夠處理的。」Berman特別讚揚魏賽梅在1980年代後期促進安全性教育，那個時候愛滋病剛開始流行。

魏賽梅的收音機與電視節目終止於1980年代後期，但是她繼續四處演講並大賣書籍，包括《Dr. Ruth Talks to Kids》、《Dr. Ruth's Encyclopedia of Sex》、《Sex for Dummies》和《The Value of Family》。她也在艾德菲（Adelphi）、耶魯和普林斯頓三所大學教課，同時也在曼哈頓開一家小診所執業。2003年時她成為一家女性網站的駐站性顧問。2013年「成為露絲博士」（Becoming Dr. Ruth）的戲劇在非百老匯戲劇界（Off Broadway）開演，而「請問露絲博士（Ask Dr. Ruth）」的紀錄片則於2019年在戲院首映。

海外性訊

魏賽梅也有懊悔之事。她曾犯了一個眾所週知的錯誤。1985年出版了一本給青少年的書，《First Love: A Young People's Guide to Sex Information》，書上錯誤的寫到，性愛最安全的時候就是排卵期的前一週和後一週（應該是說最不安全的時間）。宣稱是打字的錯誤，魏賽梅真心承認，「即使是像我這樣的響噹噹大人物也會犯錯的。」

儘管她很自在地討論臥房之事，她經常說她自己是「老古板和鐵齒，我相信愛情和婚姻。」

1961年，魏賽梅與曼弗瑞德魏賽梅先生（Manfred Westheimer）在滑雪時邂逅，他們的婚姻維持最久。一個像她這樣的猶太裔德國難民，她在

回憶錄中寫著，福瑞德（Fred）是「英俊聰明，但長得矮，」大概五呎五而已。她拋棄了身高六呎的男朋友，在相識九個月之後，嫁給了福瑞德，一個電訊工程師。

他們的婚姻持續了36年。福瑞德在1997年因中風去逝，享年70歲。魏賽梅在回憶中揭露她和福瑞德分房睡不是因為他們愛情有問題，而是因為他打呼。她寫道，「我不相信這種無稽之談，就是夫妻每一件事情都要一起做。當然這包括整個晚上都在同一張床上。」

（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）



"I'M NOT A PUT-ON" Ruth Westheimer, shown in 2019, began with a 15-minute radio show in New York in 1980 and within a few years was a national celebrity. (Jay L. Clendenin Los Angeles Times)



性聞幕後

解決少子化，建構生育、婚姻、戀愛 環環相扣的人生藍圖

文／張文昌

【連四年「生不如死」解決少子女化， 婚育教育刻不容緩】

內政部統計，近五年新生兒人數逐年降低，從2018年18萬1,601人、2019年17萬7,767人、2020年16萬5,249人、2021年15萬3,820人、2022年13萬8,986人，到2023年新生兒只剩13萬5,571人，相較於2023年全年死亡人數20萬5,368人，台灣已連續四年面臨「生不如死」困境。

【評論】

依衛福部調查報告，108年15-64歲婦女婚姻狀況有配偶或同居伴侶者占55.3%，未婚且無伴侶者占34.6%。相較於100年，未婚婦女比率增加2.2個百分點，有配偶或同居伴侶婦女則減少5.6個百分點。中研院社會所鄭雁馨副研究員，透過數據與生育指標指出，臺灣低生育率的關鍵並非來自「不生」，而是因為「不婚」。未婚人口持續上升，低生育率的背後，與東亞的家庭和婚育文化密切相關。

年輕族群不願踏入婚姻，社會變遷及觀念轉變是重要因素，當女性教

育程度及職涯發展機會提升，一方面自主性變高，結婚不再是必要選項，另一方面對擇偶的條件和對家庭生活期望升高，在寧缺勿濫的考量下，不自覺地就拖過了適婚年齡。有些人就算進入婚姻或找到固定伴侶，也常因為缺乏親密關係經營技巧、對婚姻生活不切實際的期待，因而中斷關係，陷入重複的輪迴，終至放棄尋找合適伴侶，成為被動單身與獨居者。

面對少子女化，政府不斷加碼，透過經濟誘因來鼓勵生育，明顯成效不彰。具體建議如下：

一、應由教育面著手，把「婚姻」「生育」納入規劃

依據中研院民族所研究員朱瑞玲與劉蓉果研究指出，不論男性與女性，「婚姻效能信念」都和家庭生活滿意度顯著相關，顯示對婚姻的信心、互動品質可說是影響家庭幸福的關鍵原因。當政府的生育政策只有採取撒幣的經濟誘因，反而可能帶來相對的功利主義，讓年輕世代缺乏對家庭、社會的「責任感」並強化「個人主義」





性聞幕後

的觀念。目前學校教育只強調知識學習，生養小孩是人生中很重大的決定，就如同對於升學、就業需要長期的準備與輔導，也需要在孩子教育成長過程把親密關係經營、生命傳承、生養子女、家庭教育當作人生重要資產與使命，進行系統性的規劃與學習。

二、應積極鼓勵男性投入家務及育兒

根據勞動部勞工保險局的統計，男性申請育嬰留停比例逐年攀升，109年至111年，比例依序為18.56%、19.99%、25.49%（2021年7月起，育嬰留停薪資津貼從六成增至八成），惟仍有成長空間。2016年「婦女婚育與就業調查」發現，臺灣婦女平均負擔近80%的家務，多數人白天在職場奔波，回家後，「第二輪班」才正要開始。已婚婦女平均每天要花上6.2個小時處理將近八成的家務。已婚男性則大約負擔22%的整體家務。研究顯示，更平等的家務分工，特別是分攤育兒工作，能提升高教育女性生第二胎的意願。

三、鼓勵生育應考量兒童權益與婦女健康

依據國內外對生育行為的分析研究，可知解決少子化問題不宜單只從經濟層面去思考，必須擴及社會與教育等層面。近年來，政府為提昇生育率無所不用其極，包括補助人工生殖、凍卵，甚而評估修法開放代理孕母與單身人工生殖，卻輕忽貿然開放對社會帶來的衝擊與負面影響。代理孕母涉及對弱勢婦女的剝削與子宮工具化，單身人工生殖則涉及違反兒童權利公約規定兒童知其父母並受父母照顧的權利。解決少子女化、鼓勵生育應找到問題根源，把情感教育、婚姻生育納入課程學習與生涯規劃，建構生育、婚姻、戀愛環環相扣的人生藍圖才是根本之道。

（本文作者為華人情感教育發展協會副理事長、台灣性教育學會理事）



國中愛滋病防治「網住愛知不隨性~ 伊撒物語」大地遊戲發表會



文／編輯部

台灣近年愛滋病感染者年輕化的趨勢，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。目前台灣愛滋病主要傳染途徑仍以性行為為主，國中已進入青春階段，生理和心理成熟度增加，對於愛滋的認識不應只停留在知識層面，延續到國中和高中，深入和生活經驗做連結，建立正向的性價值觀，進而反思社會對愛滋感染者的歧視與汙名。

有鑑於台灣愛滋病有年輕化的現象，愛滋防治最有效的方法是從教育

開始著手，最好能從小就開始教導學生預防愛滋病。永平扶輪社前社長、台北市永恆扶輪社創會會長王俐云女士於2021年起透過永平扶輪社委託本會，研發支持學校落實愛滋病防治教育所需教學資源，故製作了國小愛滋防治「愛知love!青春GO!安全E起來」密室逃脫活動，且受到廣大迴響，後續受疾病管制署的委託，針對國小、國中學校教師辦理種子師資增能研習，參加者二百五十多位，皆給予高度肯定。並已進行十五所國小入校推廣活動，利用學校教師進修時段培訓該校衛生組長、全校導師、學校護理師及健康教育老師等，累積共超過400位老師參與，配合健康教育課程中的性教育健康主題進行教學，已安排超過2500名國小高年級同學實際體驗愛滋防治密室逃脫闖關活動，且持續進行中，不但提高學生的學習興趣，也深化學生防治愛滋的素養。

教育最前線

今年王女士再次透過台北市永恆扶輪社委託本會，透過高松景教授帶領專業健康教育老師如：龍芝寧老師、顏麗娟老師及張育榮老師等專業團隊經過半年的研發，製作國中階段愛滋病防治「網住愛知不隨性~伊撒物語」大地遊戲活動，內容有三大主題，四大任務，一個倡議活動。主題分別為：愛滋防治與關懷、網路安全、拒絕性行為，讓學生於活動中將知識轉換為行動，表達出正向選擇，並且倡議正向預防愛滋價值。教師可配合健康教育課程，於活動前先行將相關知識於課堂授課完成，大地遊戲活動為教學評量方式。亦可於活動後，教師總結任務。不同於國小版，除了延伸國小學習過的概念，遊戲中關卡鼓勵學生對性行為價值表態。知識面除了愛滋傳染途徑外，還加入PEP/PrEP的概念，

和將關懷愛滋感染者的行為具體化，讓學生能有所學習。希冀透過遊戲學習的方式，讓學習更有趣，更有價值。

感謝桃園市會稽國中李文義校長及倪同娟主任等老師的協助下，於今年六月份進行該校進行試教與記者發表會，除了介紹這套大地遊戲的設計構想及進行方式，也安排該校九年級學生實際進行大地遊戲闖關活動，並於遊戲後進行關懷愛滋健康倡議活動，分享了他們參與愛滋病防治活動的經歷，激勵了更多人關注並參與到愛滋防治的議題中，也贈送即將畢業的九年級學生一份難忘的畢業禮物。期待明年我們能將密室逃脫推廣的成功經驗，延續至國中大地遊戲中，使更多師生能夠受益。



病名為愛

全臺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



活動快訊

學校愛滋病防治「密室逃脫」種子師資培訓—臺東場次

一、目的

- (一)培訓愛滋防治「密室逃脫」活動式課程種子師資，提升教師教學能力，支持落實課堂性教育教學
- (二)藉由體驗學校性教育密室逃脫活動，建立國小高年級正確愛滋認知、態度和正向關懷。
- (三)推廣學校性教育愛滋防治，建立大眾正確愛滋認知、態度和關懷。
- (四)透過認識青春期自我保健、網路交友與網路安全議題，建立國小高年級對愛滋防治正向態度。

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)合辦單位：臺東縣政府教育處
- (四)協辦單位：臺東縣東河鄉興隆國小

三、參與對象

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、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50名為原則。

四、辦理時間、地點：

113年9月20日（星期五）假國立臺灣史前文化博物館康樂本館（國際會議廳）

地址：臺東縣臺東市豐田里博物館路1號

五、報名方式：自即日起至113年9月15日(日)止。

一律採「線上報名」方式進行

(BeClass線上報名系統<https://reurl.cc/6dL8Vk> (大小寫請注意))；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9月16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。

六、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。

七、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。

八、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。

活動快訊

學校愛滋病防治「密室逃脫」種子師資培訓—臺東場次

九、議程表

時 間	主 題	主講人
08：40~08：50	報 到	
08：50~09：00	【始業式】開幕與歡迎	衛生福利部疾病管制署 長官 臺東縣興隆國小 林克銘校長 杏陵醫學基金會 臺灣師範大學師資培育學院 助理教授 高松景
09：00~9：50 (50)	【專題講座(一)】愛知love 從108健體領域性教育課綱 談「愛滋防治教育」	臺灣師範大學 師資培育學院助理教授 高松景
9：50~10：00	休 息	
10：00~10：50 (50)	【專題講座(二)】青春go 青春保健，教什麼？如何教？	新北市積穗國中補校主任 龍芝寧
10：50~11：00	休 息	
11：00~11：50 (50)	【專題講座(三)】安全e起來 網路交友，教什麼？如何教？	新北市積穗國中補校主任 龍芝寧
11：50~13：00	午 餐	
13：00~14：40 (100)	【性教育主題密室逃脫】 1. 分組實際操作與體驗 2. 分組討論 3. 「e起go love」活動式課程教學說明	臺灣師範大學 師資培育學院助理教授 高松景 新北市積穗國中補校主任 龍芝寧 新北市海山高中教師 顏麗娟
14：40~14：50	休 息	
14：50~15：40 (50)	【性教育數位教學媒材設計】 1.國小性教育- Holiyo密室逃脫遊戲 2.國中性教育- Google表單自主學習	新北市積穗國中補校主任 龍芝寧
15：40~16：10	【綜合座談】綜合座談與結業式 ◎活動討論與回饋 ◎問卷評量	杏陵醫學基金會 臺灣師範大學 師資培育學院助理教授 高松景
16：10	賦 歸	

捐贈芳名錄 (新台幣，依姓氏筆劃排序)

113/06-09	晏涵文先生 捐贈	35,000元整
113/06-09	林蕙瑛女士 捐贈	4,900元整
113/06-09	鄭其嘉女士 捐贈	10,000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」，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

