

負責的愛



安全的性

杏陵天地

Mercy Sexuality Quarterly

季刊雜誌 2026.03 第35卷第1期

【談性空間—諮商篇】

性治療(Sex Therapy)和關係諮商 (Relationship Counseling)的聯姻關係

【好書推薦】

令人感動的生活課程——健康教育教學實踐

【性聞幕後】

上醫治未病：跨越意識形態，
以「三段預防」重構兒少性健康韌性

愛滋防線成功，心理防線潰敗：
性病年輕化數據背後的真正危機

全國唯一性教育專業刊物

恭賀

鄭其嘉教授，自今年三月一日起，兼任本會執行長，仍兼「情感關係與性教育中心」主任，帶領本會，開創新局！



季刊雜誌
2026.03
第35卷第1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／晏涵文
執行長／鄭其嘉

【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·陸玟玲·馮嘉玉
熊賢芝·鄭丞傑·龍芝寧
(依姓名筆畫排序)

主編／鄭其嘉
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／臺北市文山區景文街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

◆談性空間—諮商篇

- 性治療(Sex Therapy)和關係諮商
2 (Relationship Counseling)的聯姻關係
／林蕙瑛

◆好書推薦

- 4 回首來時路 心中充滿了感恩
／晏涵文
- 7 在日子裡數算
為下一代預備健康之路
／王翰陽

◆教育最前線

- 晏涵文教授八十慶生暨
11 「令人感動的生活課程～健康教育教學實踐」
新書發表會

◆性聞幕後

- 13 上醫治未病：跨越意識形態，以
「三段預防」重構兒少性健康韌性
／鄭其嘉
- 15 愛滋防線成功，心理防線潰敗：
性病年輕化數據背後的真正危機
／馮嘉玉

◆捐款訊息

- 18 捐贈芳名錄

談性空間—諮商篇

性治療(Sex Therapy)和關係諮商(Relationship Counseling)的聯姻關係

文／林蕙瑛

婚姻與家族治療是應用心理學的領域之一，諮商心理師自個人諮商優質而進入婚姻諮商，同時工作於兩位案主(夫妻/伴侶)之間，並兼顧三方的治療關係，不能顧此失彼，確保雙方都被尊重、接納與了解，從而幫助他們彼此看見問題所在，了解各自的責任，修正過去的無效互動行為模式，彼此調整，修復感情。

因已婚夫妻的感情會影響婚姻，核心家庭以及原生家庭，因此稱為「婚姻諮商 / 治療」(Marriage Counseling/therapy)，但時代在變，不論是同性戀或異系戀者，婚前戀愛多年，同居，或試婚者越來越多，伴侶相處，一定會有誤會或衝突，由小而大，由少變多，感情變質，但當局者迷，很想在挫折痛苦，甚至煎熬中突破，此時「婚姻諮商」就是最恰當的入口，而「伴侶諮商/治療」(Couple Therapy)其實是更適合有伴侶的族群。

然而，不論是已婚夫妻或未婚伴侶，他們的問題還是出在兩人「關係」

(relationship)中，何況人與人之間的人際親密/親近(Intimacy/Closeness，諸如家庭成員之間的關係，好友情義，同事情誼等等)也包含在「關係」的範圍之內，因此「關係諮商/治療」(Relationship Counseling/Therapy)在現今社會中才是名副其實。

「性治療」和「關係諮商」是各有獨特性的，但是通常會重疊在一起，旨在改善情緒與身體的連結。關係諮商專注於較廣泛的動力，諸如溝通、衝突解決與信任，而性治療則是一種專門的談話治療形式，特別的針對性功能、性親密擔心及影響一對伴侶性生活的心理障礙提出討論。

主要區別

專注：關係諮商針對每天的伴侶議題提出討論，諸如經濟、親子關係與一般的溝通。性治療則集中於親密，對於像不同調的性慾、性功能（例如勃起功能障礙，性交疼痛等）和創傷復原。

談性空間—諮商篇

訓練：關係諮商/治療師通常是諮商心理所或婚姻與家族治療所碩士考取心理師或婚姻與家族治療證照的專業助人者，性治療師則是持有證照的心理衛生專業人員，具有在人類的性與生殖生理學方面，額外專業學術與臨床培訓並獲得學分。

形式：關係諮商通常都需要雙方伴侶出現；性治療則可以與伴侶或個人進行諮商，對於影響親密的個人焦慮與過去創傷提出討論與處理。

實務工具：性治療通常包含家庭作業練習，例如感官專注（Sensate Focus, 一種非性的碰觸來重建舒適自在感），通常是在家裡私下練習。

兩種治療的整合

所以性治療和關係諮商都是針對親密議題，性功能障礙（包括缺乏性慾，激發或高潮困難，性交疼痛，勃起功能障礙，早發性洩精與性成癮）及溝通障礙，來改善個人或伴侶方面情緒與身體的連結。所以從事伴侶諮商（關係諮商）的婚姻諮商師(LMFT)因業務需要，通常都會再去進修性諮商的專業課程，取得執照後在關係諮商中做性諮商，也就得心應手了。同樣

的諮商心理師，也可以接受婚姻與家族治療和性諮商的培訓及實習，而進入關係諮商的專業實務，關注且處理案主們的性議題。

就方法而論，這些是專門的、短期的、目標導向的談話治療課程。不涉及治療師與案主之間的身體接觸。其關注領域，除了身體問題外，治療師還會關注情感親密、信任、溝通以及文化/宗教信仰對性活動的影響。另外治療師也會建議案主，在開始治療之前或同時，進行醫療檢查，以排除身體原因。

《心理學今日》洛杉磯目錄和洛杉磯Karen Stewart博士自她多年的執業經驗中表示，兩種治療結合的好處是，伴侶通常會體驗到性慾增加、關於性需求的溝通改善，而在某些情況下，情感親密感也會增強。

（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）

好書推薦

回首來時路 心中充滿了感恩

文／晏涵文



書名：令人感動的生活課程——
健康教育教學實踐

作者：晏涵文等

出版社：心理出版社

出版日期：2026年2月

回想起童年，幾乎都是美好回憶！小學時常有機會在作文時寫到，抗戰勝利的翌年(1946年)出生於陪都重慶(祖籍江西吉安)，三歲時隨父母和一歲的弟弟來臺，五歲時遷到到雲林縣虎尾鎮定居，雙親均在虎尾中學任教，父親教國文、母親教英文，記得小學時，父親常要求背一些古文，也常修改我的作文，並要求看報上的社論、短評，因此奠定了我後來寫《中國時報》「性、愛、婚姻」專欄的基礎。在南部鄉下小鎮度過十幾年的童年時光，歲月是平靜、愉快的！

虎尾中學初中畢業後考上臺中一中，此時父親也轉任臺中師專教授兼圖書館主

任，直至退休。母親則兼任不同高中訓導主任、教務主任，常調校，直至1968年考上第一屆國中校長儲備考試，她是錄取近兩百位校長中年紀最大的一位。歷任國中校長、虎尾女中校長，最後是在臺南女中校長任內退休，她是南京中央大學教育系畢業，不僅科班出身，且辦學認真負責，愛護老師和學生，重視學校環境整潔與美化，深受師生的愛戴，我亦深受父母親身教、言教的啟迪。

母親因錯失了出國進修學位的機會，一直希望我能替她完成這個心願，所以當我拿到碩士學位時，立刻打越洋電話告知這個喜訊，且繼續攻讀博士學位。學成後，

好書推薦

毅然決然返回母系任教。常有人問我，為何在臺灣即將與美國斷交的前夕返國服務，我想因我學的是行為科學，希望服務自己的同胞。

在臺師大衛教系任教34年(1977至2011)教過許多優秀的學生，畢業後在各國中任教「健康教育」，表現優異的所在多是。我一直有個心願，「健康教育」教的是生命(愛)、生活、價值觀、健康行為、習慣等，在日益多元的民主社會中，這門學科尤其重要。起心動念是希望能留下一些文字資料，讓所有不認識「健康教育」的人，未來會影響臺灣課程發展的人，以及所有從事「健康教育」教學的人，得以真正認識並重視此獨一無二，以行為科學為基礎的生活課程。由於2026年初即將滿八十歲，學生欲幫我祝壽，已婉拒多次，但轉念一想，若藉此機會促成多年來的願望，邀請數位優秀的老師們，將他們在校從事健康教育課程教學實踐經驗分享給大家，也是美事一樁！這七位學生中，就有四位跟著我至澳門進行入校工作，且在臺灣擔任健康與體育領域中央或地方團輔導員，有資深優良教師，近四十年教學經驗的健康教育老師，也有年輕優秀的老師，

但也擔任健康課程教學十多年了！經本人號召，都欣然加入，只是在他們忙碌的學校工作和家庭生活中，又增加了他們的壓力。

本書分為兩大部分：一為健康教育課程的開創、九年一貫課綱的爭取，合格師資養成教育、健康教育十大類別、現代健康教育教學之精神與理念、課程與我的經驗；二為健康教育十大類別的教學經驗，由七位衛教系畢業系友，分享在國中任教時，感動學生的教學實踐描述。

「連續不斷、循序漸進、統整合一」是生活教育課程的三大原則，因為生活是連續不斷的，生活教育也應循序漸進、由淺入深的教導，養成習慣，可惜我們高中課程還差一點時數，因此有些高中年齡才足夠成熟思辨的主題，沒有充分的教學時間來學習和對社會作倡導！

健康教育課程有十大類別，每一類別又有許多的主題，本書尊重教學者的創意選擇其中一部份議題，以連續單元的方式，將自身在學校教學實踐中感動學生、相對也感動老師的經驗記錄下來，希望同樣能觸動到各位讀者！另外也提供完整的教學模組可供健康教育老師參考之用。

好書推薦

本書能順利出版，要特別對策劃本次活動的臺灣師範大學高松景教授、輔仁大學鄭其嘉教授和台灣性教育學會馮嘉玉理事長，三位高足的大力玉成，及杏陵基金會的行政協助，一併致最大的謝意！同時也感恩老伴，臺灣大學李蘭名譽教授的一路扶持陪伴！

感謝心理出版社洪有義董事長的協助出版，他是我臺師大學生時代的多年好友；感謝關心莘莘學子的家長團體「國教行動聯盟」王瀚陽理事長在百忙之中賜序，我們這些年共同關心學生身心健康，尤其

是性健康，合作辦理活動多次。希望能喚起更多的家長響應，化感動為行動！也不要低估感恩的力量，深信「只有生命會感動生命，愛心會激勵更多的愛心！」盼望明天會更好！

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



感謝三位教師的大力玉成



新書發表會【作者合影】

好書推薦

在日子裡數算 為下一代預備健康之路

文／王瀚陽

「求祢指教我們怎樣數算自己的日子，好叫我們得著智慧的心。」

——〈詩篇〉九十篇12節

在邁入耄耋之年之際，照一般傳統，大可以辦一場熱鬧的壽宴，聚一聚老朋友、學生們，照片拍一拍，祝福說一說，做為一生的註腳。

但晏教授沒有這麼做。他選擇坐回書桌前，回顧、整理自己一輩子投注在健康教育裡的心血結晶，想清楚可以留下什麼，然後邀請一群正在教學現場貢獻心力的優秀學生——如今也都是中學教師——一同把課堂上的故事寫下來，集結成這一本《令人感動的生活課程——健康教育教學實踐》。這個畫面對我來說，就是「數算日子」最溫柔、也最有力的一種樣子。

我第一次接觸晏教授，很快就升起一種感覺：這個人，好像一本行走的健康教育教科書。

在座談會上聽他談九年一貫、談十

二年國教裡健康教育的課程發展；有時在討論中聽他分析行為科學的理論、如何對接到學校課程，你會發現，那不是臨時翻找資料的熟悉，而是已經消化成他的直覺與眼光。

更重要的是，這些觀念與原則沒有停在紙本裡。他把它們放進一門一門設計出來的課程教材裡，放進和老師們反覆討論時的提醒裡，也放進他對整個教育系統的期待裡。你很容易感覺到，他心裡其實一直在問一個問題：

孩子在健康教育這門課裡，到底可以真正學會什麼，帶著走一輩子？

這一生，晏教授確實也和不少掌握教育、衛生政策的人士往來。旁觀的人也許會說他「人脈很廣」，但是仔細聽他說話，你會聽見另一個重點：健康教育在課

好書推薦

綱裡能不能站得住？學校願不願意給這門課時間並正視？老師有沒有得到支持，會不會只是被丟到第一線自己孤軍奮戰？

他願意坐在權力的桌邊發言，卻不急著為自己爭位置。他關心的重點往往很單純：這整個制度裡，有沒有看見學生的需要？有沒有看見健康教育這門課的價值？

認識他的人也知道，信仰對他來說並不是「工作之外」的閒暇，而是貫穿他看待工作的方式。他常思考的，不只是「我能做到哪裡」，而是「上帝在這一代的教育裡，要我做什麼？」在這樣的想法底下，他可以站在前面，卻往往選擇退半步，讓年輕老師先上臺，讓別人先被看見。他自己，甘願在旁邊陪著、在背後托著。如果用信仰的話說，是《聖經》上所說「他必興旺，我必衰微」（〈約翰福音〉三章30節，意指為了成就使命的謙卑與自我犧牲）；如果用教育的話說，就是：用一生的專業，成全更多的同行者，而不是堆疊自己的光環。

這本書，就是在這樣的生命態度裡長出來的。

第一篇由晏教授親自執筆。他把臺

灣健康教育從幾乎沒有師資、課程零碎，一步步走到今天有明確學科定位、完整課程架構的歷程，梳理了一遍。當中有政策、有制度、有關鍵時間點，更多的是一位資深教育學者從歷史縱深角度，為整個領域打開的視野。

讀這一部分，你會慢慢明白：為什麼他總說健康教育不是「副科」，為什麼他堅持要有專業師資、完整脈絡，為什麼他願意花這麼多時間，去說明「健康」不只是沒有生病，而是身體、心理、關係、價值與生活方式的整體。

對很多還不太熟悉這門學科的讀者來說，這一部分像是一張地圖：讓人看見，健康教育其實是一門以行為科學為基礎、以生活世界為現場、以「完整的人」為目標的學問。

到了第二篇，畫面完全不同——筆，交到學生手上。這群作者有的是資深國中健康教育老師，有的在中央或地方輔導團服務，有些則是在班級裡摸索十幾年的中生代老師。他們當年在臺灣師範大學衛教系聽晏教授上課、受教育，現在則用自己的課堂經驗回應老師一生的堅持。

好書推薦

從「人生健健美」出發，帶著學生一路看過成長、發育、老化與死亡，思考生命的長度之外，如何拓寬生命的「寬度」；從「以愛為首，用健康打底」談性與情感，把性教育從尷尬、規範，變成學習尊重與愛人的一門課；在「以貌為引，用思辨打底」探討人與食物的課程裡，和孩子一起面對壓力與社群的凝視，練習對自己溫柔一點；在「安全教育與急救」、「藥物教育與物質濫用」裡，透過情境、角色扮演與實作，讓學生在風險來到之前，就有察覺、判斷與拒絕的能力；也在「健康心理」、「健康促進與疾病預防」、「消費者健康」、「健康環境」等主題中，一步一步把抽象的公共衛生、環境議題，拆解成生活裡做得到的小選擇、小行動。

如果只把這些篇章當成「十個教案」，其實有點可惜。比較貼近的說法是：這是十段老師和學生一起走過、訴說健康的生命故事。你可以想像晏教授在書桌前，一篇篇讀著這些稿子，看見當年課堂裡述說的理念，如今在不同學校以不同的樣貌綻放；看見每一位老師，用自己的語氣、自己的專長、自己的創意，將那顆種子再種進更多孩子的生命裡。

這些故事背後，其實都是晏教授的身影——但是他選擇不站在最前面，而是讓學生的名字排在篇首，讓第一線教師現場的聲音能被聽見。

這本書，對不同的讀者，或許會有不同的用法。

對健康教育老師來說，這本書是案頭的工作夥伴：當你在備課時思索著「這個單元還能怎麼教」，可以翻翻看本書中在同樣主題裡怎麼設計活動、怎麼提問、怎麼收尾；也可以對照第一篇的理念與歷程，重新確認自己站的位置——你不是在「補充一點健康常識」，而是在陪學生練習一輩子都用得到的能力。

對其他學科的老師、家長與教育現場的夥伴來說，這本書像一扇窗：當你從媒體上看見孩子的憂鬱、自傷、使用電子煙、網路成癮、身體焦慮、環境焦慮，也許會問：學校能做什麼？這本書，會給你一些真實而不誇張的畫面——那些看似普通的健康教育課，其實正在默默地陪著學生練習如何好好活下去，活得更健康、更幸福。

好書推薦

對有基督信仰的讀者來說，讀到最後，大概也會有一點點熟悉的感覺：原來在臺師大的一間辦公室裡，在臺灣一間又一間普通國中教室裡，有一位老師帶領著一群老師，一直在用自己的工作回應呼召。不是站在講臺上講見證，而是認真備每一門課，認真對待每一個孩子。

晏教授曾說過一句話，大意是：「只有生命會感動生命，愛心會激勵更多的愛心。」如果要替這本書做一個註腳，大概就是這句話。健康教育若只是名詞與考題，很難真的改變什麼；然而當老師願意用自己的生命陪學生走一段，願意在課堂上多聽一點、多問一句、多給一些練習的機會，那些看似不起眼的一堂課，往往在很多年以後，會成為學生做重要選擇時，心裡浮現的一句提醒、一個畫面。

我盼望的是：當你打開這本書，不只是「讀了一本書」，而是順便也問問自己——在我的位置上，我還可以為孩子的健康多做一點什麼？我願不願意，像晏涵文教授所做的那樣，將自己這一生所學、所信的，安安靜靜地留下給下一代？

如果因著這本書，有更多老師願意調整一個單元，有更多學校願意重新看待「健康教育」，有更多家長願意和孩子多談一點關於身體、情緒與選擇，那麼，這本書就已經達成它存在的意義與目的。

（本文作者為國教行動聯盟理事長）



感謝志同道合的夥伴，一路的支持與祝福

教育最前線

晏涵文教授八十慶生暨 「令人感動的生活課程～健康教育教學實踐」 新書發表會

今年二月是本會董事長晏涵文教授八十壽辰。八十載歲月，最珍貴的莫過於守護「健康教育」這門傳授生命、愛與生活，攸關價值觀與健康行為的生活課程。秉持著晏教授「只有生命會感動生命，而愛心會激勵更多的愛心！」的信念，凝聚成了一份特別的生日禮物—即「令人感動的生活課程～健康教育教學實踐」新書的誕生。

在晏教授的號召下，由他親筆記錄台灣「健康教育」課程的發展淵源與理念，並邀集龍芝寧、蕭雅娟、黃蕙欣、馮嘉玉、劉婉柔、邱寵萱、王君豪等七位優秀的教師，針對健康教育內容的十大類別，共同

完成了《令人感動的生活課程～健康教育教學實踐》一書。這本書除了是一本教學實務指南，更是晏老師一生推動健教課程最動人的「說帖」。字裡行間，記錄的是師生共學的感動，以及對台灣健康教育課程發展的誠摯呼籲。

藉由慶生之名，實則為「健康教育」的薪火傳承，邀請歷年來在健康教育教學路上並肩同行的夥伴，共同見證新書的誕生，在40多位學生的環繞中，度過一個充滿學術與溫情、使命傳承與經驗分享的時光。



若您對此書有興趣者
請參閱下頁訂購資訊



【以愛傳愛】

《令人感動的生活課程～健康教育教學實踐》

新書訂購資訊

當我們總是掛心孩子的學業，關心他們數學解開了幾道難題、英文背了多少單字的同時，我們可能因此忽略了他們生命最需要學習的一堂課～「健康教育」。「健康教育」從來都不應只是個「副科」，它不僅關乎生理的健康，更關乎心理的強健、社會的適應，乃至精神的完整，是構成「完整的人」不可或缺的基石，是未來「人生」打底的工程。

這本書紀實敘說著學生真實、有感、有意義的健康學習；有群人畢生投入、薪火傳承著健康教育課程發展與教學使命。懇切期盼支持這樣夠專業、有溫度的健康教育，讓「健康教育」課程種子在校園裡落地生根、茁壯。為我們的孩子裝備最「完整」的生命行囊，這，才是教育的本質，也是教育最動人的樣貌。



書名：令人感動的生活課程～健康教育教學實踐

作者：晏涵文、龍芝寧、劉婉柔、邱寵萱、黃蕙欣、蕭雅娟、王君豪、馮嘉玉

出版社：心理出版社

出版年：2026年2月

價格：每本自取150元，郵寄180元

訂購方式：請填寫表單

內容簡介：

<目錄頁>

推薦序～在日子裡數算，為下一代預備健康之路
序～回首來時路，心中充滿了感恩

- ★雖千萬人吾往矣，舞出生命的精彩
- ★類別 1～生長、發育、老化與死亡
- ★類別 2～個人衛生
- ★類別 3～性教育
- ★類別 4～人與食物
- ★類別 5～安全教育與急救
- ★類別 6～藥物教育與物質濫用
- ★類別 7～健康心理
- ★類別 8～健康促進與疾病預防
- ★類別 9～消費者健康
- ★類別 10～健康環境

附錄：晏涵文教授重要事蹟



王瀚陽
晏涵文

晏涵文
龍芝寧
劉婉柔
邱寵萱
黃蕙欣
蕭雅娟
王君豪
邱寵萱
蕭雅娟
馮嘉玉
黃蕙欣



性聞幕後

上醫治未病：跨越意識形態， 以「三段預防」重構兒少性健康韌性

文／鄭其嘉

【新聞事件】

[民團憂全面性教育手冊藏破口 教
部：將滾動修正](#)

[救孩子！教育部衛福部組「性教育
平台」 國教盟提5大建議](#)

教育部去年七月發布《中學全面性教育教學指引手冊》，公告各校參考。此手冊有許多問題，包括，作者多數不具性教育教學專業、推薦具性暗示或缺乏公信力的網路媒材、潛藏暴露個人性隱私風險、鼓勵情慾探索等，民團憂心這份指引入校後，會導致隱私外洩、性平爆量、性健康倒退。

政府為回應民團針對兒少性健康與性教育的憂心，由教育部與衛福部共同成立「青少年性教育（性健康及性病防治）聯繫平台」，定期召開跨部會會議，整合資源，強化教育與宣導。民團建議此平台應納入青少年參與，包括意見與諮詢服務，也須強化現有課程，透過情境式教學，提

升同意文化、風險辨識、拒絕與求助效能，進一步把平台「落地」成兒少友善的單一入口，提升對兒少的服務。

【評析】

這幾年，兒少性病快速攀升、青少年墮胎有許多黑數、兒少性剝削、數位性暴力嚴重、少子化加劇，年輕人卻對婚育裹足不前，離婚率攀升凸顯親密關係脆弱化，而不當試題與不當教材事件更顯示專業上出現破口……這些在在顯示，在網路與AI逐漸成為生活主流的時代，我們社會在性健康與情感關係上的韌性不足！

所有的性危害，都不是偶然而成，這些已是問題的下游，而所謂「上醫治未病」、「預防勝於治療」，上游的增能與預防，才是根本的解決之道！

我們欣見政府成立了「青少年性教育（性健康及性病防治）聯繫平台」，諸多的兒少性健康問題，確實非常需要一個跨部會的平台，作為溝通與問題解決的基礎，我們在此呼籲政府：

性聞幕後

一、強化溝通，任用專業：社會上針對問題有不同角度是好事，政府的角色，不能用意識形態排擠專業，乃是要負溝通、協調與整合之責！一個能看見差異、尊重差異的社會才是健康的。性教育與性別平等教育並不相等，若只聽一方，罔顧專業，將置兒少於更大的性危害中。

二、整合兒少性健康三段預防：期望政府所成立的平台，不只是跨部會整合，更應從公共衛生角度，整合兒少性健康一段、二段與三段預防，不論是性病、青少年未預期懷孕、數位性暴力、性侵害性騷擾等，都需要預防教育、諮商輔導以及治療處遇等領域的專家，將從不同角度所看到的問題，互相溝通，找出影響因素，共同協作解決問題。

三、第一段預防是重中之重：當問題衍生後，再多的治療或諮商，也難以回覆！然而，政府往往是在性危害發生後，增加經費用於後端的諮商與處置，忽略前端大部分兒少需要的預防教育！呼籲政府要將更多的資源用於第一段預防，才是對症下藥。

四、認識健康親密關係才是根本：不論是健康促進或是全面性教育的精神，都在於促進整體兒少性健康，為促進群體健康，則需要透過健康行為科學的方法，除了強化兒少風險評估、知情同意、問題解決與做決定以及拒絕危害的能力，更須讓學生認識何謂好的關係、尊重的關係，才能從根本解決問題。

五、從健康促進專業角度強化全面性教育：目前的學校健康促進，很不幸地，並沒有性健康促進專業團隊，各縣市政府無所適從，兒少性危害問題將更嚴重。呼籲政府從健康促進的角度，強化全面性教育，以遏止倒退中的兒少性健康，才能為社會儲備具韌性的下一代。

（本文作者為本會執行長兼中心主任、台灣性教育學會監事、輔仁大學公共衛生學系副教授）

性聞幕後

愛滋防線成功，心理防線潰敗： 性病年輕化數據背後的真正危機

文／馮嘉玉

【新聞事件】

[國內性病排行洗牌！梅毒連4年上升](#)
[「13至24歲」年輕族群增最多](#)

根據疾管署監測資料，顯示國內性病趨勢發生轉變。雖然愛滋通報數持續下降創新低，但梅毒卻連續4年升溫且明顯年輕化。在13至24歲族群中，梅毒通報數增幅達19%，其中女性感染者大幅激增52.2%；淋病在該年齡層的比例亦維持高位。專家分析可能與社群媒體普及、性觀念開放有關，呼籲應落實較安全性行為，並主動定期篩檢，以利及早診斷治療。

【評析】

我國長年對愛滋防治不遺餘力，也的確看到顯著成果，反映「藥物預防（PEP、PrEP）」與「治療即預防（TasP）」等政策的成功，然而梅毒與淋病的飆升卻正好赤裸裸地揭露了現今青少年面對性行為時，「心理防線」與「行為防線」的全面崩潰。當「性」變得輕量

化與工具化，當人們對疾病失去敬畏之心，發生性行為的衝動自然會輕易壓過風險評估的重量，而較安全性行為的防線也將被「保險套疲勞」所取代。

年輕族群，特別是女性感染者的大幅增加，背後可能隱藏更深刻的情感空洞問題。許多青少年性行為並非出於自主選擇，而是企圖以性換愛、緩解孤獨。對年輕女性來說，52.2%的性病感染增幅或許是因為在權力不對等的情感關係中，「性的讓步」是她們留住親密連結的最後籌碼，卻也讓她們暴露在極端的風險之中。而這樣的退讓只會讓天平更加傾斜，當渴求落空，青少年甚至會以「情慾自主」、「性愛分離」等名詞自我說服，以掩蓋內心的破碎與無助。此外，在醫療進步的今天，「恐懼訴求」已不再是唯一的教育手段，勿因恐懼造成非理性的污名更是宣導重點，但過度強調「生物性預防（事前與事後藥物使用）」的結果，是否讓青少年輕忽「行為性預防（全程正確使用保險套）」

性聞幕後

的必要性，這不僅會造成防疫盲區，也無視疾病感染對身心健康、生活安適造成的負面影響。畢竟從健康的角度來看，能夠不生病永遠是更好的選擇。

現今社會中，「性」的意義逐漸與情感深度剝離，「健康的親密關係」變得稀缺。我們承認保險套重要、藥物介入重要、篩檢也重要，但我們不能只停在這裡，我們必須再靠近源頭一點點，我們必須認真去跟孩子談「為什麼要珍惜身體」以及「親密關係中的責任」，才能真正建立起性病防治「心理」與「行為」的雙重防線。我們需要的，不只是安全的性，更是「健康的愛」。

關於這則新聞可延伸以下三個提問以供讀者做更深度的探討：

Q1：女性感染者增幅高達 52.2% 是一個非常驚人的數字。這背後是否反映出社交軟體的普及導致這種「以性換愛」的現象變嚴重？

A1：社交軟體確實是催化劑，但如果我們試圖解決性病年輕化的問題，就必須從公共衛生的『三段五級』概念來看。現在的防疫資源過多集中在第二級的保高風險行為特殊防護，還有後端的篩檢與治療，

但真正的第一級預防，應該是在風險發生前，就建立起對性的正確認知。如果我們不從源頭強化青少年的心理素質與自我價值感，那麼後端投入再多的醫療資源，就只能補一個永遠補不完的破網。

Q2：如果說過度強調「藥物預防（PrEP/PEP）」會讓青少年輕忽保險套使用的重要性，這是否代表政府目前的防疫宣導方向有誤？我們是否應該走向過去「恐懼訴求」的老路？

A2：學校性教育不需要也不應該走向恐懼訴求的老路，因為恐懼只會讓感染者更不敢就醫。性教育強調的是「價值教育」，要讓年輕人明白，保護自己不是因為怕病，是因為珍惜自己。目前教育現場將資源高度集中在「性別平等教育」，形成了一個概念的斷層，例如說性別平等教育談權力、尊重、多元，判斷要不要發生性行為就問自己兩件事：法律上的年齡界限、是否知情同意。但對於一位滿16歲具備性自主權的青少年，他只要知情同意就可以發生性行為，是否真的OK?! 在「知情同意」的外殼下，有很多青少年是為了填補寂寞、為了討好對方才發生性行為，這在法律上沒問題，但這其實可能是一種

性聞幕後

自我價值的棄守。如果孩子不覺得自己珍貴，那再多的性別平等教育或保險套、篩檢教學，對他來說都沒有意義。我們必須把「珍視自己」，包括珍視自己的身體和感情這塊拼圖補上，心理防線才補得起來。

Q3：許多年輕女性將「性的讓步」當作留住親密關係的籌碼，這是否在檢討受害者？難道感染增加不該怪罪那些不負責任、不願戴套的男性伴侶嗎？

A3：這絕對不是在檢討受害者，相反地，當一個孩子覺得必須用身體去換取愛時，這代表我們的社會、家庭、學校沒有給予她足夠的安全感。我們要檢討的是為什麼我們的孩子這麼孤單，而非檢討她們的選擇。這也正是「全人性教育」如此重

要的原因，因為人是一個不可分割的主體，性行為不只是器官的接觸，它背後連結著一個人的情感、自尊與心理健康。當我們試圖解決性病問題時，不能只把它當成醫學問題處理。如果我們不看見青少年內心的破碎、不談他們對愛的渴求，而只談怎麼戴套，那就是把人「工具化」了。唯有從全人的觀點出發，教導孩子珍視自己的主體性，他們才可能有勇氣在關係中拒絕不安全的性，這才是真正的保護。

（本文作者為台灣性教育學會理事長、國立台灣藝術大學兼任助理教授）

捐款訊息

114/12	郭宜庭 女士	50,000元整
114/12	鄭其嘉 女士	20,000元整
115/1-3	林蕙瑛 女士	1,310元整
115/1-3	高松景 先生	10,000元整
115/1-3	鄭其嘉 女士	5,000元整
115/1-3	龍芝寧 女士	5,000元整
115/1-3	馮嘉玉 女士	10,000元整

杏陵基金會自民國78年成立「家庭與性教育中心」，於2024年更名為「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、定期捐款，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