

CONTENTS

學生輔導季刊第102期 95年12月5日出版

- 編輯札記 ■柯今尉 2
傳薪傳心 ■柯慧貞 4

焦點話題

從學生輔導觀點
關心台灣性教育發展

- 8 「從學生輔導觀點關心台灣性教育發展——你(妳)知『性』不知『性』?」座談會 ■教育部訓育委員會
- 20 偷嚐禁果之刑事法律責任 ■王如玄
- 26 專業助人工作者面對學生性議題的自我準備與諮商概念 ■呂嘉惠
- 36 探索智障生性教育的方向——從最近兩性緋聞談起 ■杜正治
- 44 愛情重補修——「全人發展」的性教育理念與實務 ■高松景
- 54 “性”，值得嘗試的冒險？——從青少年的認同危機談青少年性教育 ■鄭其嘉

個案研究

- 64 離別是再見的開始——大學生分手的傷痛與復原 ■閔肖蔓
- 69 被窩裡的小秘密——談幼兒自慰的處理 ■毛萬儀
- 75 從故事中獲得力量 ■丁介陶

個案評論

- 80 真愛，是一種祝福 ■王瑞琪

輔導文摘

- 86 誰是壞朋友?! ■蘇益志
- 89 發揮語言魅力，避免體罰 ■吳淑芳
- 97 學生「A片迷思」的輔導 ■楊朝凱

- 102 讓家長參與開啟教育工程的里程碑 ■劉信雄
- 110 超越情緒的陷阱 ■藍乙琳

生命教育

- 116 為他，點一盞心燈——談全盲生在高中普通班的融合教育 ■劉淑芬
- 120 走過生死交關 重建生命意義——談校園自殺事件之失落與悲傷輔導 ■黃燕女
- 124 從「翻滾吧！男孩」看電影在生命教育教學中的角色與應用 ■李昱平

優良媒體分享

- 128 從存在心理分析看Irvin D. Yalom的《當尼采哭泣》 ■張玉薇

學生事務與輔導紀事

- 133 不要忽視在你身邊亟需救助之兒童及少年——教育人員全體推動兒童少年保護及高風險家庭通報機制
- 135 不只要教專業知能，更要教良好態度與品格
- 138 杜部長在教師節前夕祝全體教師「教師節快樂」並鼓勵教師共同燃起生命的光與熱創造生命的無限可能
- 140 教育部公佈學生網路行為調查結果並邀學者專家研擬預防與輔導策略
- 142 一個也不能少 中輟生輔導成效顯著——杜部長表揚有功學校團隊與民間團體
- 144 教育部針對學生網路不當使用所作之因應措施
- 146 教育部辦理「95年度大專校院校園性侵害或性騷擾事件調查專業人員進階培訓」

發行人：杜正勝
總編輯：柯慧貞
策劃：劉麗貞
輪期主編：晏涵文
執行編輯：柯今尉
助理編輯：王佑菁 劉淑芬
美術編輯：龔游琳
攝影：邱明煌

中華民國78年5月31日創刊
出版者：教育部
地址／台北市忠孝東路一段172號6樓
電話／02-3343-7832
傳真／02-3343-7834
印刷廠：京美印刷企業股份有限公司
地址／中和市立德街148巷50號4樓
電話／02-32344589

訂閱：
每期售價新台幣80元整
一年四期300元整（皆含郵資）
團體訂閱40至50本打85折
電話：02-23566054
劃撥帳號：18238676
教育部員工消費合作社
行政院新聞出版事業登記證
局版台誌第七四〇九號
中華郵政北臺字第3303號

本期季刊舉辦「從學生輔導觀點關心台灣性教育发展—你（妳）知性不知性」座談會，邀請專家學者及實務工作人員對談，探討國內各階段學校教育如何從學生輔導觀點推展性教育。與會人員表示，不只學生需要接受性教育，家長、教師也需要接受性教育，才能在學生遇到性方面的問題時，提供多方面的協助。正如本期「專業助人工作者面對學生性議題的自我準備與諮商概念」一文中所提及，輔導人員必須接受專業訓練、做好自我準備，才能在面對學生性議題諮商需求時，提供適切的服務。

隨著社會風氣開放，加上網際網路的發達，青少年很容易接觸與性相關的資訊，也更容易因性衝動而發生性行為。性，是個值得嘗試的冒險嗎？在「從青少年的認同危機談青少年性教育」一文中，談及青少年對身體的自主權，與社會價值、家庭價值及個人價值之關連，而非濫用性自主權。尤其即便是雙方合意之性行為，如果其中一方未滿16歲，就已經觸犯了刑法相關規定，在「偷嚐禁果之刑事法律責任」一文中，提供了法律規定之詳細說明。

而除了一般學生，特教學生的性教育也是目前關注的重點，在「探索智障生性教育的方向」一文中，提供相關教學方式與教材之方向，並強調智障生的性教育應著重性社會的內涵，特別是兩性的互動行為與相處態度上。

隨著時代的演進，性教育已不再侷限於生理方面，性心理、性安全、性健康、性別平等等新興議題，使性教育成為「全人的性」。正如「愛情重補修—全人發展的性教育理念與實務」一文中所述：性教育應以協助學生建立自尊與學習「愛與被愛」為核心價值，提供全人發展之教育！

傳

薪

傳

心

■ 柯慧貞（教育部訓育委員會常務委員）

過去我們在輔導或臨床上常處理到一些個案，因性知識不足或對自己性衝動過度或不當的壓抑，因而導致強迫性焦慮症或性功能障礙；然而，隨著時代的改變及社會風氣日漸開放，再加上電視、網路、書刊雜誌上各種氾濫的色情資訊充斥下，台灣青少年的性觀念和性態度已越來越開放。

新一代青年幾乎顛覆了上一代的傳統想法，覺得性行為只是現階段感情的一種交流方式，不代表承諾，也不是要結婚或不結婚的門檻，這樣的心態也導致不少青少年要面對偷嘗禁果的後果。於是新興的問題包括了青少年對自己及他人身體自主權的不尊重、不瞭解如何合理與合法的抒發與控制自己的性衝動、不考慮不安全性行為的後果等。

現在的性教育不僅是狹義的生理、生殖教育與衛生教育，更是如何培育健康的性態度，學習愛與被愛；並促進尊重與和諧親密關係的全人教育。本期季刊將從此全人觀點來討論台灣的性教育，期望能使讀者更瞭解近代性教育的意涵與內容。



關心台灣性教育發展



本期焦點
從學生輔導觀點
關心台灣性教育發展



從學生輔導觀點關心台灣性教育發展—— 你(妳)知「性」不知「性」?

座談會

一、討論題綱

- (一) 國內外性教育的發展現況
- (二) 國內各階段學校教育如何從學生輔導觀點推展性教育

二、與會人員

(一) 主持人：

晏涵文 102期輪期主編——國立師範大學衛生教育系教授

(二) 參與人員：

魏慧美 國立高雄師範大學教育系副教授

林文虎 臺北市家長成長協會理事長

陳採卿 臺北市立龍山國中輔導室主任

高松景 臺北市立大理高中學務處主任

杜憲昌 杏陵醫學基金學編輯

孫婉寬 教育部體育司科員

李佩瑾 教育部訓委會幹事

三、時間：95年8月3日(星期四)下午2時

四、地點：教育部第二辦公室3樓會議室

(台北市忠孝東路1段172號3樓)

五、紀錄：王佑菁 劉淑芳 學生輔導季刊助理編輯



晏涵文：關於我們今天的主題，最近報上報導的某名校學生可以作為一個例子，新聞中提到他們男女二人認識的時間並不長，是經由舞會認識，但在手機裡留言的稱呼則非常親密，可能是次文化，所以我們待會可以談談次文化中才剛交往就親密地稱呼對方，是否會讓雙方對彼此關係有所誤會，造成一些不必要的情緒。

今天我們談的題目是從輔導觀點看國內跟國外的性教育，其實輔導的東西不一定是談犯罪等負面的東西，我們更應關心次文化的部分，校園中兩性的互動，像高中學生分手殺人的案例中，我們更應該教導的是健康的邀約。在健康邀約的過程中，尤其是網路交友的部分，會讓雙方搞不清楚他們進展的程度，或用什麼標準來判斷二人交往與否，記得一位名主持人半年前就曾訪問上節目的學生如何知道彼此在交往。那因為中華文化是「愛你在心口難開」，所以通常兩性的接觸，當男生表達善意，女生就會覺得他不懷好意，所以兩性的關係非常奇怪，再加上網路交友這一層，更大大改變兩性相處的狀況。當接吻讓男生覺得他們在交往、和男生的身體接觸讓女生覺得彼此是男女朋友，此時唯一判斷彼此是否在一起的標準，不再是文字信件的來往，而是來自於個體的接觸，這是非常不合適的。教育工作者常常在檢討避免讓學生在婚前有性行為或親密關係，但卻無法改變我們的文化，教導學生如何用口語去表達心理上的親密關係便是現在重要的課題。國外在探討性教育時多由心理衛生、自尊等角度切入，另外我們剛剛所談到性別互動的關係也是很重要的。

魏慧美：我從碩士班就開始投入性教育的研究，至今已十幾年，但近幾年卻不見有進步，反有衰退的現象，究其原因是因為近幾年重點都放在性別平等的部分，當焦點過度投入於這個部分時，性教育反而相形被忽略。我到學校與師生現場互動時，很多老師都希望可以得到如何輔導學生認識性教育的問題，性的問題、感情問題在全國不分南北都有這樣的困擾。當性別平等的議題被過度關注時，性教育議題反而有停滯的狀況。其實教育現場的老師都很關心這方面的問題，像國中青少年時期對異性會產生很多的好奇，透過研究及現場的觀察，這種對異性的好奇其實從國小大概中年級就已開始，所以針對國小的中高年級就開始教導性教育的觀念，是目前必需推動的一件事。性教育目前的重點都是就特殊案例作討論，個人認為我們應針

對二部分作處理：第一部分是談一般的學生在受教過程中，應接受什麼樣的性教育知識；另一部分是針對特殊的，例如說已進入到兩性交往、身體關係、或有分手挫折的個案部分，應做為另一發展的主軸。我認為目前國內的性教育應朝這兩條路線走，一方面是**正規教育或一般孩子所需要的性教育知識基礎**，另一方面是**針對特殊案例需要做的輔導**，從這兩個主軸去做，才能讓沒有特殊案例的人也能有正確的性觀念或兩性交往的正確觀念。

國外的部分，加拿大在學校的健康教育課程中，就已有一套讓一般孩子學習性教育的課程，除了課程進行，在特殊個案的輔導部分，於校內便有專業的輔導人員在協助，跟我們這種由老師兼任的方式不大一樣。由於各國國情不同，所以我們也不可能奢求國內能有專業人員處理這個部分，不過至少加拿大那邊會做些區隔，比方說學生發生性行為時，會有人員教導如何避孕及使用保險套，萬一發生性行為後才發現未做任何保險措施，他們也有Plan B的計畫，亦即使用像RU486的藥物，另外學生在藥房時也可以跟藥師做諮詢，藥師在當下就可以問學生交往的狀況並給予建議，再販售藥物給學生，但那都只是簡單的醫療資訊，例如告訴他們藥物如何使用、何時使用，在心理的部分就有所不足，這是加拿大處理性教育的部分。當他們遇到懷孕的女生，會詢問是否要保留肚裡的孩子，若要墮胎則需要父母的同意書，並相當尊重當事人的決定；若決定要生下來則會詢問是否要自己養或送給領養機構等，提供相關表格讓當事人可選擇領養父母的類型，甚至欲領養的候選人，也必須拍攝錄影帶或與當事人做面對面的討論，再決定把孩子生下後交給誰來撫養。我國由於性別平等教育法(以下簡稱性平法)的通過，關於懷孕少女在學校應受保障的部分，在國內學校較不易推動，美國有安置學校，不只協助媽媽就學，也提供孩子安親班讓他們可以繼續就學，這是國外的處理方式，供國內做參考。

晏涵文：有關青少年懷孕的安置，在99期已有相關的討論，那性教育的部分，我想**老師的訓練**是最重要的。因為性別平等從民國86年左右開始推動，使得教師性教育的訓練完全停頓，性別平等的訓練多談論

兩性教育、女性主義等議題，反而忽略性教育的部分，但時間的變遷又造成性觀念的改變，一加一減下來結果就很難說。衛生署關心sexual health，像是懷孕、避孕、性病等，但其它親密人際關係則沒有討論，如果性別平等未談到這部分的話，就真的是在開倒車了。

陳採卿：我是在國中基層與學生直接接觸的，台北市在敦化國中有一個性別平等教育中心，這幾年學生性教育的確是在開倒車，但性平法其實也提供我們一個導引，只是當事件發生時，我們的考量點都在法律問題、責任問題，反而忽略了教育面。事實上學校在性教育這塊需要很大的協助，性教育如果沒有推動的話，當發生問題時、也就是學生在已懷孕的情況下才來找老師時，學校不知是否要通報、或是由誰來處理相關後續的問題，對學校來說這是不但棘手且能力不足的地方，所以不但老師要培育，專業輔導人員也要培育，導師更需相關知識。性平法推動後，家長關心的反而是發生問題後要如何處理，如果沒懷孕的話好像就不用關心，輔導老師也不知從何下手。我認為網路交友的確是結交異性的一個主要管道，但如何使網路交友一般化、正常化，教導孩子正確的做判斷及認知是很重要的，因為對異性的好奇確實是這個階段的正常現象，我們要教的是幫助孩子如何去正確認識、接受異性，如何正確使用網路交友做為聯繫的管道，如何正確認知對異性的好奇。近幾年開倒車的狀況產生後，如何提升老師的能力，以及做到讓親師生看法一致，使孩子有問題時能有一個諮詢的管道，並願意跟輔導室、老師、家長談，這是學校必須著力的地方，這是我近幾年所看到的狀況。

林文虎：這個議題大概不會有人完全陌生，因為不管為人父、為人母等等都會有相關經驗。我認為在把性教育融入課程教學相關議題倒是可以再加強的，比方說最近國立教育研究院在做學習成就評量資料庫的檢測，讓縣市政府有些壓力，另外又有基測的壓力，所以縣市政府就會做基本學科的檢測。那一般的檢測是初測，學校不會有傷害，因為不公布成績和排名；但縣市政府去做的普測要抽班級，且所有學校都要參加，雖然不公布但會讓各校校長知道彼此的成績，大家比較之下對各校造成的壓力，就會讓學校重視。透過每年都抽不特定的年級、班級的檢測方式讓數據講話，臺灣的文化對數據比較敏感，容易引起大眾的注意，讓性教育課程的議題不會被忽視，學校也有辦學壓力，因為檢測而重視相關活動。

另外我想從家長觀點來談性教育的問題，家長永遠是最需要接受性教育的，就像現在在推的品格教育，最需要學習品格教育的也是家長；第二群需要被加強的是老師。至於這些大人要如何教的問題，因為大人可以自己吸收相關的資訊，所以希望在相關刊物中可以從二方面提供性教育的資訊，首先是**性教育的發展史**，因為一般大人總覺得自己的性觀念是對的，未察覺到自己的思想已無法跟上時代潮流，若相關刊物能讓大人發現性教育的觀念發展已有轉變，或許能讓大人與孩子溝通時願意以較開放的態度面對；另一橫斷面，在於**性教育的不同層面**，如法律面、親師生之間的社交面、生理與心理的健康面、求助通路的資源面等，提供一個全方面的角度，讓家長在遇到孩子性方面的問題時，知道不是只能從單一角度來看，而是可以尋求多方面的資訊協助。所以當我們設計刊物時，要知道刊物閱讀的對象是大人而不是孩子。

晏涵文：其實就像我們的健康教育，是要在青春期還沒開始前就開始教性徵的觀念，那性教育當然也不是在發生性關係後才教。絕大多數的父母親是在威權教育體制中長大，所以不能接受孩子的看法，其實廣義的家長就是大人，就是所謂自以為可以去教別人的人，所以重點就是**民主社會的尊重**，尊重一個人在他的人際關係、親密關係中如何面對的態度，而且現代許多時候是要自己作決定，大人不可能永遠陪在孩子身邊，這些life skill都要去學習，十分重要。性平法的確有它的好處和壞處，它讓大家更重視法律面和責任面，卻忘了立法精神是著重在教育面，裡面有1/3提到的性騷擾、性侵的部分，為什麼會發生這種現象，是否因為缺乏對少數及弱勢的尊重，我們很少從教育面去探討這些問題。

性別平等教育在國小教的其實就是性教育，全世界都會因為青少年懷孕、墮胎、性別平等的問題重視性教育，因為性教育是一個comprehensive的東西，當然包含性別，台灣因為性平法的推動，政府經費多投入在性別平等的議題，但學校卻不能不重視性教育的問題，情感問題才是學生所關心，學校教育當然要teach us what we want to know。按照美國的性資訊及性教育委員會(Sexuality &

Information Education Council of the US)提出的六個向度，第一個就是**人類發展**，包括生殖器官、青春期、性別認同及性別取向、性心理的部分，性心理的部分十分值得關心，像是女生在小學開始生理期的話，會遮遮掩掩害怕讓人知道，又像是三點式泳裝在國外很盛行，在國內卻很少見，國內外對身體的感覺有很大的差距，國內對身體的感覺就是羞恥，這是human development的部分；第二部分是在**教關係**，很多校長以為性教育是在教與性有關的所有東西，像是性心理、文化等通通在內，但我要澄清的是性教育不屬於性別平等教育，因為無事不性別，所以文學、政治都有性別，但我們不教這些，我們教的是成長發育過程中性別角色的適應部分，才算性教育的部分，至於男女從政的比例不在我們探討的範圍，所以不一定說性別平等教育不屬於性教育，但性教育絕對不包含在性別教育之內，總歸來說，第二部分在教的關係是親密人際關係，包括夫妻關係、兄弟姊妹關係、親子關係、單獨邀約關係、團體邀約關係等；第三部分教的是**life skill**，被很多民主社會強調，因為它所教的溝通技巧、作決定的技巧、求助的技巧，可以用在藥物濫用也可用在性教育，這部分是老師比較缺乏的；第四部分是**性行為**，在談不同年齡層的**性行為**，包含自慰、兩性接觸的親密行為、性幻想等等，這部分國內教的很少，從九年一貫後才開始有介紹，台灣現在與過去不同的就是有正式課程，大部分人都以為性教育是要自行融入的六大議題之一，其實健康與體育中的性教育課程從國小一年級到今年要實施的高中課程，都有連續的、系統的介紹，甚至比我們要自行融入的性別課程還完整，只是多數老師都不知道；第五部分是**性健康 (sexual health)**，像性侵害、性騷擾、生殖器官的疾病等等；最後一部分是**跟性有關的社會、文化**，跟性有關的社會文化的方面首先是性慾文化，像娼妓，另一方面是性別角色，但我不願意說性別教育屬於性教育，就是因為它還有其它我們未提到的議題，除此之外的還有性與藝術、性與傳播、性與宗教等。

而且美國是從小一～小三、小三～小六、國中、高中共四階段，三年為一循環，作漸進的課程。我國過去仿照國外的課程，以及我在民國91～92年做的本土化性教育綱領國科會計畫，民生報也以頭條登出是本土化性教育概念出爐，之後因為我擔任健康體育的召集人，所以這些內容都進入



了相關的能力指標及補充說明，問題在於老師沒有接受相關的教育訓練，在職教師未有相關訓練，師培課程未有健康與體育的課程，過去是必修現在又改成選修，師資亦多為兼任，家長最應關心的是孩子的兩性關係、生涯發展，卻都沒有相關的專業師資，多數高中老師更表示國中生幾乎沒接觸到性教育課程，因為性教育課程多排在國三，國三的課重點都是基本課程，像韓國的孩子一天有十六小時都在念書，剩下八小時還包括吃飯跟休息時間，這些孩子的課程都是為考試而準備，那些不考的科目就被忽略，所以當高一的老師問學生有沒有上過性教育課程時，有一半以上的學生都沒上過，所以我們的確需要一份調查，讓數據說話，讓大眾知道我們學校的教育是怎麼辦的。其實不只健康與體育，像是綜合活動等非基本的課程，在國三只重升學的狀況下都被忽略，最明顯的是健康教育課的改變，從過去還有考20-30分到現在完全不考，相形之下就被學校所忽略。

高松景：針對今天的主題，我將從三個角度來談，第一是性的輔導，第二是知性不知性，第三個是從國際間性教育的發展來談。

首先，在三級輔導架構中，我認為政府應該將性教育輔導的資源放在初級的預防上，不要等到問題已經發生、對學生已經造成傷害了，才來處理，因此我想政府應該要把資源放在初級的預防上。接著「知性不知性」這個部分，先從這句話來看，我想句中的兩個“性”中文可能一樣，但是英文是不一樣的。事實上人類性學從1906年就開始成為一門專門的學問，到了1970年代的時候人類對於性這個名詞已經不用Sex這個字了，而是使用Sexuality，這個字的翻譯，電腦是翻成全人的性，字典是翻成與性有關的層面，那到1970年代人類性學已經成為專門的學問，人類對性學已經有相當廣泛的了解，可是一般民眾對性的了解還是相當狹隘，仍是侷限在傳統對性的認知，諸如：性行為……，因此藉著今天的機會，我們要建立正確的觀念，我們今天所談的性都是指全人的性，也就是與性有關的各個層面，自然涵蓋了性的生理、心理、社會各個層面，至於我比較關心的是心理、精神這個層面。

最後在性教育的發展上，國際間性教育的研究發展最主要有三個

面向，第一個面向是性教育努力的目標變成**性健康促進**，何謂性健康促進？這個概念是受到整個國際間對性健康促進這個積極概念的影響，最早性教育的探討確實是為了青少年懷孕、性病這些議題，所以當時在性教育的教學上確實給人的感覺是比較負面的，所以在1990年代大家想要倡導一種比較積極的性健康促進的概念，使性教育的目標不只是在預防少女懷孕或感染性病這些議題，而是回到本質面，把性教育的重點放在如何提升學生的自尊心，因為很多性的問題都是跟自尊心有關的，以及學習什麼是愛，這樣他才能學會怎麼去尊重別人，也能夠接受自己有性的衝動是很自然的現象，能夠在現實的考量下，了解自己的價值觀，以做出正確明智的決定，這一些就叫做生活的能力，而這些正確的價值觀和生活的能力也有助於他們能建立一個有意義的兩性關係，甚至日後能成功扮演好一個稱職父母的角色。

第二個面向是**全人發展**性教育推展的理念，這個理念首先要彰顯的是跟性有關的價值教學，跟性有關的價值教學在國際間所做過的研究，可以將它分成三個階段，最早對性教育的教學，是抱持一種沒有特定的價值觀，這個時候純粹就是只有提供性教育的資訊，譬如在你懷孕的時候提供你避孕的相關資訊，而不會提供給你一個固定的價值觀，如是否可以有性行為。那第二個階段是在1970年代，這個時候是造成了性的氾濫。那到了1980年代，是形成了一種對性的價值觀抱持價值中立，這個跟整個時代潮流有關，當時後現代社會的思潮蔓延，鼓勵多元價值，尊重人權，也鼓勵人有多元的選擇，而這個價值中立的價值觀卻變成價值相對論，也就是說當每個人的想法都被尊重時，卻形成沒有所謂的是非對錯，所以整個思潮到了1990年代，就從全人發展的觀點，強調性教育不應該沒有價值觀，也不應該持所謂的價值中立，而應該有所謂的核心價值，或叫做普世價值。我十分認同這種觀點，尤其對我們老師來講，在多元的社會裡，不是要老師沒有自己的對錯觀點，而是要勇於做選擇，選擇從人性的底層去思考性教育的核心價值，那性教育的核心價值就是**自尊跟愛**，也就是我們為什麼要去做性教育，首先就是要讓每個孩子都能肯定自己、更愛自己，那第二個就是學習如何去愛，因為愛別人之前要先愛自己，如果用一句話形容那即是一種愛的價值觀。

第三是強調生活技能的教導，在青少年的發展階段中這也是十分重



要，在青少年的階段中要強調哪些技能？就是兩性交往有關的生活技能。我想青少年十分關心的是他的情感的發展跟兩性教育，當他遇到有好感的異性，要如何跟對方保達？事實上這就是情感表達溝通的能力；以及當我們不想跟對方交往時，要如何拒絕？這就是一種拒絕的生活能力的技能。在青少年交往的過程中，他們常常不清楚彼此是屬於朋友還是情侶，這個從台北名校高中這個案例中就顯而易見可以看出，案例中男生認為他們已經是情侶，但是女生認為兩人僅是朋友，這樣一個不同的認知就是造成此案例中很大風波的原因之一；接下來還有協商分手的生活技能，當對方提出分手我要如何面對情感的挫敗，以及到最後如何面對自己對性的慾望以及對性的衝動，當自己的主人，這就是健康的自我管理，做一個情慾自主的高手，這就是與性有關，特別是在兩性交往的生活技能，事實上這種技能也就是一種能力，這種能力的培養之後，不僅是用在兩性，甚至是他們有了婚姻關係之後，在夫妻溝通等方面也是需要這些能力，包括其他廣泛的青少年健康議題都可以一併適用，所以我就提供這三個國際間與性教育發展有關的趨勢。

孫婉寬：首先先預報一下，青春達人已經改版印刷完成了，有興趣的學校單位可以跟我們接洽。接著就老師剛剛提到說關於學校健體老師的研習活動，就我所知，從今年開始我們已經沒有委辦費了，但是針對這樣的訓練活動，由於過去的成效不錯，如果就此中斷、停止舉辦，這是十分可惜的。有鑑於這個部分的重要，我們希望今年政府能夠以補助的方式，對學校健體老師進行調訓的動作，也希望相關學校單位都能踴躍參加，另外我們也有針對原住民老師舉行這樣的訓練。至於之後有關性教育的相關活動，在經費上我們都會盡量配合爭取，也希望有更多機會能夠和在場的相關專家們進行合作。

李佩瑾：聽完適才大家的討論，可能大家會著重在性別平等與性教育的比較，那因為我們季刊會比較著重在從學生輔導的觀點去看性教育，所以聽完大家的論述後，首先從學生輔導的觀點來看會發現性教育最大的問題，其實在於老師的專業術養無法跟上時代的潮流，以致無法有效去輔導學生性教育的問題。本季刊102期的主題剛好是性教

育，加上閱讀本刊物的主要對象剛好是各層級學校的老師，所以我在想或許我們可以藉著書面的方式，將性教育的各個相關議題納入本季刊，讓老師們透過閱讀這本季刊來彌補這份缺陷，而能讓老師們讀了這本季刊後，在面對性教育的各個議題上更具備能夠輔導學生的知能。其次，針對性平等教育與性教育這兩個議題的分水嶺，其實已有一段時間，而今年我們也有跟體育司協調，打算建立一個內部間的網絡連結，以增進各部門的密切合作。最後要澄清關於性別平等教育方面的推展，我們內部也在檢討為何性別平等教育走到最後好像著重在比較負面的地方，諸如：性騷擾、性侵害等，所以從明年開始我們的政策方向也會做一個改變，會從比較正面的觀點去輔導學生性別等的觀念，也就是說當有一個事件發生時，會從預防的觀點，而非滅火的觀點去處理。

魏慧美：剛才老師有提到針對性教育做一些調查，像特教每一年會做一個特教統計年報，會將特教的相關情形、經費分配等做一調查統計，不知道訓委會這裡是否能針對每個向度去做統計調查，以清楚每年的情形是否有改善或更糟，而非每年都僅是在提青少年的生育率千分之幾而已。

陳採卿：剛剛討論到學校輔導老師的問題，之前我們有請台北市教育局去調查學校專業輔導人力的調查，不知道訓委會是否可以針對台灣省的各級學校去做這樣的調查？

李佩瑾：這一點我可以加以說明，由於過去一直有同仁在反應學校輔導的專業人力不足，為了實際了解輔導專業人力到底是不足到什麼程度，訓委會在陳常委金燕的主導下，已有做過學校專業輔導人力的調查，我們每隔半年也一直有在做更新的動作。那調查出來的結果真的很不樂觀，所以第二步的調查動作我們請各級相關學校單位配合調查學校輔導老師的專業背景，包括他們的人名、畢業學校課系…等，就發現有類似森林系背景的人在擔任輔導老師，所以我們除了以發公文外，也有在正式的場合跟教育局還有中部辦公室的同仁公開宣導，請一定要聘請足夠的輔導人力，所以這方面我們一直有在進行督導，也盡量避免因為經費問題而造成專業人力的不足。那麼我們現在也有在推學生輔導法，目前已進入招標階段，期盼學生輔導法出來之後，使其他如心理師、社工師等專業人力都能投入學校輔導工作，以有助於解決學校輔導專業人力不足的問題。

魏慧美：林理事長剛剛提出家長也需要進行性教育的輔導，所以我建議學校可以為家長舉辦相關的講座，或者在新生入學手冊加入性教育的口袋書或宣導小書，將一些重要的觀念用簡單、易懂的文字整理成書面資料，使家長雖然沒有辦法來聽講座，卻也能藉此達到性教育輔導的效果。另外在學校的部分，我想是否有可能以**全面性的調訓**方式，讓所有教師加入培訓，而不致使部分老師，因為地域性問題或各縣市制度的差異，無法都能接收學生輔導的新訊息。其實學生發生問題，不見得都會直接去找輔導老師，可能會去找跟自己比較親近的老師，所以其實學校裡的每一個老師都需要有正確的輔導知識，全部的老師其實都需要參加學生輔導的培訓活動，不知道有沒有這樣的可能？

晏涵文：我們也希望能全面都調訓，但是關於學校老師的調訓我們的優先順序，一般是先以學校輔導、健體老師為優先，其次是導師，再來如果舉辦的是短時間的活動，我們會希望能邀請到校長或主任，在一天的時間內以會議的方式，安排像主題式的討論、演講。因為我們一直希望不論是教育部、衛生署也好，能夠安排一個三年期或五年期的計畫，這樣的計畫才能由點到線到面去進行。

陳採卿：關於老師的研習有幾個方向，首先我覺得今年台北市教育局有一個很好的作法，台北市現在規定新進教師要有五天的培訓，從外縣市轉任的教師要有一天的培訓，我覺得這是很好的一個點，我們不要說現任的教師全面都能有機會接受輔導的培訓，但是可以從新進教師的培訓做起。第二個可以著力的地方是每個學期教師備課的時間寒假要三天，暑假要五天，那這是一個很好的機會，可以好好利用每一個教師寒暑假備課的時間，讓每一個老師都要參加，也可以透過相關的單位舉辦輔導相關的課程，或者舉辦認證的活動，規定每個老師要檢測通過，這也許是一個可以著力的方向。

另外，剛剛教授提到要編制家長手冊，事實上這類的手冊很多，很多了以後效果就折扣，甚至資源回收掉。其實教育部有一個很好的東西，就是父母的手冊，現在教育部將這個手冊放在網路上，這是十分可惜的，好的東西應該要把它保留住，而不是一直換

新的東西，新的東西也應該要跟舊的東西做一個連結。

晏涵文：好的，最後我來做一個總結。首先我們一直在講性，不管是兩性的“性”，性別平等的“性”，當然也會造成學校方面對這些名詞的困擾。我看到英國他叫做性和人符天我們講性，如同高主任所講的，一般人會先入為主的以為是性行為之類的性，所以你要怎麼去解釋都不太容易讓其他人知道我們專業領域知道的性（Sexuality），是指**全人的性**。所以身為一個教育工作者他沒有真正去讀過這方面資料，要讓多數人了解都很難，其實現在是少部分的人知道性教育是指跟性有關的全部的東西。當然我們這一期刊物會更努力去做補強，只不過看的人，或者能真正去吸收、做比較的人可能還是有限。可是其實我們要知道性教育就是在教親密的人際關係，當然教心理衛生的自尊，甚至英國在教家庭價值，父母因為有性而結合，所以沒有哪個子女不是因為父母親的性而生，那他們怎麼樣在家庭裡面看到身教，看到親密的人際關係互動，這是很重要的。不過因為會生小孩的都可以做家長，不需要right sense，所以我們只能從學校的教育來**training trainer**，訓練教育工作者來訓練其他的人，這也是我們一直在努力的目標。

這些年以來社會的價值觀更多元，更多的資訊進入學習者的腦海中，幾乎是沒有選擇的進入，但是現在我們在性教育的推展上已經有成就也有正式的課程，一直以來沒有正式課程的國家，那怕說的天花亂墜，其實也只是在少數的班級中去實施而已，那麼現在我們有了正式的課程後，可以說所有的老師都要教，只是有些老師把輔導課挪去教其他的課程，或者輔導老師本身的專業知識不夠，這些都是我們比較憂心的。因此體育司、訓委會主要應該還是要把重點放在如何透過國教司去調訓輔導老師，讓學校能更了解性教育的意涵和內容。

今天102期很難得以「性教育」為主題，性別教育平等法公佈之後，大家都忽略了性教育，但是在多數的性別教育中不會去教親密的行為、價值觀念這些東西，這些都是需要事前就去關心，而不是等到懷孕、墮胎了才去關心，而這絕對跟訓委會的業務是息息相關的，為什麼？因為全世界的性教育都在做自尊、人際關係、家庭價值，所以回過頭來它可能不是性別教育，但是絕對是訓委會應該管的訓育性教育。最後，行政單位也應該要讓相關人員了解政策的走向，讓大家能一起同步並進，共同重視性別衛生教育。✿

偷嚐禁果之刑事法律責任

家長與學校應重視孩童的性教育，不要再讓「性」成為一個孩童認為是神秘、躍躍欲試而又無法承擔後果的事。

■王如玄 律師

緣起

曾經在社會版的頭版出現了這樣一則新聞，相信大家仍記憶猶新：就在小學畢業典禮的前夕，一對即將畢業的小情侶在依依不捨的情況下，決定將自己獻給對方，於是他們選擇了一個下午沒有人在教室的時刻，完成了這一件他們覺得很浪漫的事，沒想到在進行的當中，被一位巡堂的老師撞見了，老師驚訝之餘，馬上通知了家長。之後，學校對外表示相當的遺憾，而女方的父母也揚言要告這位小男孩，就這樣，這對小情侶躍上了社會版的頭條。

其實這樣的事件，並不是第一次發生，即使沒有經過媒體的披露，我們也可以從身旁的青少年口中得知，像這樣在四下無人的校園中互許終身的行為，已經被他們視為浪漫的代表。許多的家長氣急敗壞地責罵小孩，教育學家們也熱烈的討論其形成的原因，到底類似這樣的行為在法律上被如何評價？未成年人幾歲始有性行為同意能力？對未成年人為性行為的法律責任又如何？這是本文要向各位介紹的。

壹、何謂未成年人

一般所謂未成年人，指的是民法上未滿二十歲，不能獨立以自己意思為有效法律行為的人。不過，刑法上，是以十八歲以上者有完全刑事責任能力，十四歲以上十八歲未滿者得減輕其刑，未滿十四歲者則完全無刑事責任能力。

為什麼民事上以二十歲為成年？民國十八年民法總則制定時，立法理由上乃參考多數立法例及舊有習慣，認定滿二十歲為成年。而刑事上為什麼又

以十八歲以上者須負擔完全刑事責任能力？

明刑弼教，古有明訓，自來刑罰皆所以濟教育之窮，亦可見刑罰之設，以待成人，非可施諸童稚，因其精神未健，智識未周，惟養之教之，乃克望其有成，若不教而誅，則非徒無益，且有礙其身心之發育，流弊何可勝言。我國對於年幼者素有矜恤之例，唐律規定七歲、十歲及十五歲以下俱在宥減之列，歷代刑律均有類似規定，清末刑律原訂草案以十六歲為責任年齡，以未滿二十歲為減輕責任年齡，後以輿情認為過於寬縱，改責任年齡為十五歲，又經憲政編查館改為十二歲，而以未滿十六歲為減輕責任年齡，民國仍之，至十七年國府制訂刑法提高責任年齡，規定十三歲未滿者為絕對無責任能力人，十三歲以上十六歲未滿者為限制責任能力人，十六歲以上者始絕對負責，此我過去立法沿革。但刑罰之設，貴能收效，幼年人祇可為教育之主體，雖加以刑罰亦未足達預期之目的，且妙齡之人，血氣未定，性格靡常，投諸囹圄，易梁惡風，久之成習，則出獄之後，變本加厲，是監獄不啻一犯罪養成所，其效未著，其弊已生，過去社會制度對於不良少年無妥善教育方策，為救一時之急，不得不降低責任年齡，近世教育方法進步，對於少年犯多以教育補刑罰之不足，殊不應再蹈前轍，故現行刑法審察國情，斟酌各國立法先例，再度提高責任年齡為十四歲，規定「未滿十四歲人之行為不罰」，是為絕對無責任能力人，又「十四歲以上未滿十八歲人之行為，得減輕其刑」，蓋未滿十八歲人，其精神發育及智識程度雖較未滿十四歲人為高，或間有等於刑事成年人者，但涉世未深，究未可認為皆有常態意思決定能力，故須視其實際情形，以決定其應否減輕，是為限制責任能力人，至若十八歲以上之人，則認為已達刑事成年，而為完全責任能力人（見韓忠謨著刑法原理）。

未達責任年齡人之行為，刑法雖規定為不罰，但自廣義社會責任觀念言之，社會對其行為亦非可置諸不問，我國刑法第八十六條第一項規定「因未滿十四歲而不罰者，得令入感化教育處所，施以感化教育」，同條第二項規定「因未滿十八歲而減輕其刑者，得於刑之執行完畢或赦免後令入感化教育處所，施以感化教育……」，此等措施，皆屬保安處分之範圍。

限制責任能力人雖受刑罰之科處，但以其情形特殊，究不得與通常責任能力人同視，故近世各國刑法，對於此等犯罪人，多設特殊之處遇方法，如我國刑法規定，未滿十八歲人不得處死刑或無期徒刑，本刑為死刑或無期徒刑者減輕其刑（第六十三條），即本此旨趣。又明文各國對少年犯罪者，多特設少年法規，以規定少

年犯之裁判處遇等問題，以示保護，我國也有少年事件處理法規定，少年犯罪時少年法庭有先議權，不會直接交由檢察官偵辦。

貳、未成年人幾歲始有性行為同意能力？

刑法上對未成年人性行為同意能力保護到十六歲，對未滿十六歲者，縱使出於本人自願，亦不得對其為性行為，而且分為二級予以不同之保護。

對未滿十四歲之男女為性交者，處三年以上十年以上有期徒刑；對十四歲以上未滿十六歲之男女為性交者，處七年以下有期徒刑。

之所以如此規定的理由，乃因未滿十四歲之男女，其生理發育未臻成熟，智識未定，對性行為尚無同意能力，若與之性交，將嚴重妨害其性格成長，故法律規定可以處罰，以保護幼年人之福利。同理，幼年人之身體、智力係逐漸發育，非過此年齡，一夕之間即驟臻健全，在過渡時間，猶有酌加保護之必要，因此，刑法對於與十四歲以上未滿十六歲之男女為性行為，雖然非出於強制，甚至明明對方是出於自願仍列為犯罪形態而予以處罰。

參、對未成年人為性行為之法律責任

對未成年為性行為如是出於強暴、脅迫、恐嚇、催眠術或其他違反其意願之方法，或是利用心神喪失、精神耗弱、身心障礙或其他相類情形不能或不知抗拒而為之，或是利用因親屬、監護、教育、訓練、救濟、醫療、公務、業務或其他相類關係受自己監督、扶助、照護之權勢或機會而為之，當然成立刑法上妨害性自主罪，必須負擔刑事責任。

但如果是出於對方自願，或對方並未反對，那麼行為人的責任又如何呢？以下以年齡為分界點說明如下：

- 一、對未滿十四歲之男女為性交者，處三年以上十年以下有期徒刑。
- 二、對十四歲以上未滿十六歲之男女為性交者，處七年以下有期徒刑。
- 三、對十六歲以上未滿十八歲之男女為性交者，如出於對方自願，原則上不會構成刑事犯罪，但如有對價關係，則會涉及兒童及少年性交易防制條例所規範的「與兒少為性交易罪」，也就是十八歲以上之人與十六歲以上未滿十八歲之人為性交易者，處一年以下有期徒刑、拘役或新台幣十萬元以下罰金。



所謂對價，無論是以金錢或其他物質上的資助，均屬之。但對價關係，除雙方客觀上須有對價之交付外，尚須雙方間主觀上有以之為性交對價之認識，且雙方均具有為此合意之能力始可。

四、對十八歲以上二十歲未滿之男女為性交者，如經雙方同意，原則上也不會成立刑事犯罪，但必須注意刑法第二百四十條的和誘罪，屬妨害家庭罪的一種態樣。該條特別規定「和誘未滿二十歲之男

女，脫離家庭或其他有監督權之人者，處三年以下有期徒刑。意圖營利，或意圖使被誘人為猥褻之行為或性交，而犯之者，處六月以上五年以下有期徒刑，得併科一千元以下罰金。」換言之，意圖使未滿二十歲之人與自己為性行為，而引誘未滿二十歲之人脫離家庭或其父母，並置於自己實力支配之下，使其監護人之監督權因之陷於不能行使之狀態，即成立本罪。

肆、未成年人相互間為性行為之法律責任

未成年人間相互發生性行為，若有一方是出於強制、利用權勢或乘機而為之，當然成立刑法上妨害性自主罪，該方必須負擔刑事責任。

但如果是出於雙方自願或皆未反對，那麼雙方的法律責任又如何？

- 一、雙方皆為未滿十四歲者，雙方互為刑法第二百二十七條第一項之被害人，亦互為加害人，但因未滿十四歲者完全無刑事責任能力，所以雙方皆不受刑事訴追。
- 二、雙方皆為十四歲以上未滿十六歲者，雙方同為刑法第二百二十七條第三項之加害人及被害人，類此案件，雙方理應不會互告，所以原則上不會進入司法程序，但若果真提出告訴，屬告訴乃論案件，因雙方皆未滿十八歲，依少年事件處理法規定，少年法庭有先議權，少年法庭法官會以少年保護事件直接裁定訓誡、假日生活輔導等緩和方式處理，不至於移送地檢署以刑事案件對待。

三、一方為未滿十四歲，一方為十四歲以上未滿十六歲者，雙方雖皆為加害人及被害人，但十四歲以下完全無刑事責任能力，而十四歲以上未滿十六歲者有限制責任能力，應交由少年法庭處理。本案亦屬告訴乃論。

四、加害人為十六歲以上未滿十八歲，而被害人未滿十六歲者，因被害人未滿十六歲，加害人之行為構成犯罪，但因加害人為十八歲以下，依少年事件處理法，由少年法庭先行處理，原則上會以少年保護事件處理，不致起訴，若被起訴，仍可依刑法第二百二十七條之一規定，減輕或免除其刑。

五、加害人為十八歲以上，被害人未滿十六歲者，因被害人未滿十六歲，加害人已該當刑法第二百二十七條之犯罪。並且加害人為十八歲以上之人，已有完全之刑事責任能力，無特別予以保護的必要，須負完全之刑事責任。

伍、刑法對未成年間非暴力性行為法律修正之精神

十六歲以上未滿十八歲者對未滿十六歲者以和平等手段為性行為，民國八十八年修正刑法時，特別設了二個關卡，第一、屬告訴乃論之罪。其修法目的在於，像這樣非暴力的情況，雙方又都未成年，沒有必要一定要用刑事制裁的方式來解決，應讓被害人自行斟酌其具體情況，決定是否要對加害人提出告訴，國家不必逕行發動其刑罰權來追究加害人之責任。第二、法院得視情形減輕或免除被告刑責。如此一來，即使被害人或其父母仍執意要告而進入了司法程序，法官也必須斟酌具體個案，減輕或免除加害人之刑責。其實，當此類案件發生時，我們常常會發現，女方的家長總是怒氣沖沖的找男方家長理論，並且時常以「對男方提出告訴」為手段，要脅男方給付遮羞費（到底是遮誰的羞？又是什麼羞必須被遮？），甚至要求男方直接與女方結婚以示負責，因此本罪便成為女方家長最有利的籌碼。有些家長更存著報復的心理，執意使男方接受處罰。然而這樣做，真的對孩子好嗎？男方給付的遮羞費往往入了家長的口袋，而要求男方負起責任與女童結婚也是下下策，試想，讓兩個心智仍未臻健全的男孩、女孩，一下子扛起婚姻這個重擔，難道是明智之舉？這些都不是解決問題的最好方法，並且對受害的女童毫無幫

助，甚至會對她造成二次傷害。因此，新法如此修正之目的，是希望告訴權不要成為女方家長用來控制對方的手段，儘量不使這類案件進入司法程序，如此才能有效的讓雙方家長認清問題本質，而不是以訴訟為最終目的。

陸、重塑性行為法律規範之價值

在新法修正之後，許多家長質疑，法律怎麼愈修愈回去，反而保護壞人，不但受害的女童也有可能成為被告訴的對象，並且犯錯的男童還會得到減輕或免除其刑的待遇？事實上，的確有些男童的家長，在事發之後，還耀武揚威的表示：「要告大家一起來告」。如此看來，女孩子就該白白吃虧嗎？面對這樣的懷疑，我們必須澄清一個觀念——「女人不再永遠是性的受害者」。在社會一般觀念中，當一對男女發生性行為時，吃虧的一定是女方，其原因無非是「貞操」觀念使然，相信現在仍有人認為「貞操」是女性最重要的價值。也因為存著這樣的觀念，當有類似本案例發生時，女方的家長總是認為女孩的清白被對方沾污了，以後將一輩子抬不起頭來，更別說嫁人了，這時，當然要嚴厲的處罰男方，甚至要求給付遮羞費。然而，本罪所保護的法益，並不是「貞操」二字，而是性自主的權利與身體的健康，這也是為什麼這次的修法，將整個性侵害罪自妨害風化罪章中抽出，並將名稱改為「妨害性自主罪章」。

性侵害不再是一個妨害風化的罪名，它也不是一件被害人必須羞恥的事，而是一種侵害自由與身體之罪名，與「名節」、「清白」無關。而當我們建立這樣的觀念時，才能幫助破除「貞操」的迷思。雖然這樣的觀念還未被一般社會大眾接受，但若是我們還延續著過去扭曲女性價值的處理方式，將辜負這次修法之良法美意。

有了這樣的觀念後，再反觀緣起中所提案例的情況，若擺脫貞操的窠臼，男童與女童是沒有所謂誰佔便宜誰吃虧的，僅僅是一對小兒女不知世事的初嚐禁果罷了，難道真的要讓小男孩被抓去關嗎？其實像這樣的案例，刑事制裁實在是一個不負責的做法，這應該是家庭、學校甚至整個社會，要共同負擔的責任。家長與學校應重視孩童的性教育，不要再讓「性」成為一個孩童認為是神秘、躍躍欲試而又無法承擔後果的事。最重要的是，當此類案件發生時，家長與老師的態度，若是仍將它視為一種恥辱、家門不幸、敗壞校風，試想這樣的態度，會讓孩子受到多大的傷害，在他們的心中會烙下怎樣的陰影？我們該重視的應是它背後的成因、孩童內心的感受及將來的發展吧！



專業助人工作者面對學生性議題的自我準備與諮商概念

在處理性議題時諮商師必須具備以下的概念：

- 一、擁有知識，也勇於面對自己的無知；
- 二、開放的心胸、願用心聆聽、接受文化差異，允許當事人探索自己；
- 三、同時在心中保有三個相信：相信無論當事人有過什麼樣的經驗，他仍值得擁有良好的自尊；相信無論他有過什麼樣的經驗，他值得被愛與值得好的對待；相信他在學會面對自己之後、學會愛自己之後會為自己做最好的選擇。

■ 呂嘉惠 杏陵醫學基金會特約講師
杏陵性諮商治療中心 諮商心理師
華人心理治療研究發展基金會 諮商心理師

前言

性一直與生命共同存在，但，終於這是一個不能不去面對性的年代。即便你可以不受這個社會光怪陸離的性現象影響，即便你有能安定自己的性態度與性價值觀，但身旁與你相關的人在面對性解放洪流時的衝擊，也很可能波及到你：異性戀的父母必須面對性慾取向越趨自由（同性戀或雙性戀）的下一代；期待關係穩定的人必須面對伴侶情慾多樣表達（不同的性偏好）或情慾不專一（婚外性／婚外情）；而國、高中老師必須面對學生更無忌憚的性語言挑戰，或青春期的親密關係所引發的問題（婚前性行為／約會強暴／懷孕）；而大學老師除了面對上述事項之外，更要面對性別的多樣化表達（變性／異裝）或情慾自主的追求……等。當然上述的例子中，還不包括性騷擾、性侵害這個不分年齡與性別都會面對的問題和問題性行為這些令一般人不知該如何思考面對的議題。

這真的是一個不能不去面對性的年代。性的議題是這樣衝擊著我們，卻

鮮少有人幫助專業助人工作者做好準備。目前與性議題有關的專業訓練，如性侵害諮商或是中止懷孕諮商甚或異常性行為的解析..等，都只對焦在議題的處理，沒有人問即將要去提供服務的人：你準備好去面對性議題了嗎？對當事人來說，這些與性相關的事，不只是一個需要被處理的事件，更在他整體的性發展上佔有極重要的位置，而專業助人工作者又能夠為當事人在性的這一個部份提供什麼協助？在我受邀至各單位做性議題相關的個案研討或個別督導的經驗中，屢屢看到沒有準備好的助人工作者被當事人直接呈現的性議題所震撼、驚嚇而深受傷害，或被當事人的議題衝擊，而混亂了自己的性價值觀，以致無法中立、客觀，更不用提無條件接納了。而在我的諮商服務中，亦常有機會接到求助過程中因諮商師本身的限制而受到傷害的當事人。

因此，本文希望藉由喚起各位夥伴對面對性議題的興趣，同時分享我個人的經驗，提供願意在這條路上努力耕耘的夥伴們一個自我準備的方向。

壹、自我準備

請你試著找出你身旁有興趣的夥伴組成”性成長支持團體”，此團體不可少於兩個人，因為在整理性的過程中聽到別人的故事與觀念、態度的分享，有助於我們開啟視野，同時明白如何建立界線，學會尊重差異性。因此建議你和伙伴們形成讓每個參與者都感到安全的團體守則，一起進行下列建議的步驟。

第一步 開口談性

記得十年前在美國修性議題相關課程時，上課第一天，老師開宗明義的表示這學期課程目標是打開我們個人狹窄的性視野，讓我們有更人性化的性價值觀，希望能藉此減少因自我的限制而造成對當事人的傷害。但更重要的是，要用各式方法鍛鍊我們能開口談性不臉紅，同時聽到任何誇張離譜或具性刺激的當事人的經歷，都能臉不紅、氣不喘或沒有任何反應（如被驚嚇、緊張、警扭、噁心或性反應等）。這個部份對於要處理性議題的助人工作者來說，是最重要的第一步，因為即便你願意處理當事人的性議題，然而在討論的過程中，只要有臉紅反應，或是說話支支吾吾，口交說成口吃，當事人便明白你沒有準備好，他們為了不為難你，大概就不會再提到性相關議題

了，這是在督導過程中最常見到的被督導者的狀況。

你可以這樣做

- 一、與性支持團體的夥伴們，將所有的性字眼（俗名／學名／髒話）列出，大聲的輪流唸給對方聽三遍以上，至每一個性字眼都可自在說出，同時聽到這些字眼也沒有任何感覺為止。
- 二、共同閱讀與性有關的書籍，對書中的案例、故事、問題，分別表達自己的看法，同時閱讀專家的看法並予以分享。
- 三、一起挑選幾部不同種類的A片，看到沒有任何感覺、反應為止。

許多學生問我：那是說性諮商師都要是性冷感囉？並非如此，而是以減敏的方式，要鍛鍊助人工作者，使其非常清楚自己目前在進行事物的目的為何，而能熟練且自如的轉換大腦中的性開關：在自己的性場域，任何題材都可以是你 turn on 的工具；然而在工作中你會自動turn off腦中享受性刺激的開關。有這樣的鍛鍊後，至少諮商師能清楚觀察到自己的反轉移，讓自己在不自覺傷害到案主前，能先釐清自己的問題，因為沒有深刻的自省，不清楚的界線會使”諮商師與求助案主”產生權力不平等關係的結構，造成對案主的侵犯，輕則從詢問不需問的性相關問題，重則到身體的侵犯。

幾乎所有的與性相關的題目都與界線有關，因此界線清楚是諮商師在處理性議題時，第一個且最重要的的療效因子。

第二步 整理個人的性自我

我印象非常深刻，在諮商教育研究所兩年的訓練中，我們被要求以各種理論學派的思考架構整理分析自我。然而一直到我修了性議題的課程，教授要求我們填寫詳細性歷史問卷，同時要互相訪談寫分析報告，我才發現在沒有協助引導的情況下，過去無論以哪種心理諮商理論整理分析，都整理不到自我中性發展的這一塊，一直到把這塊清楚看清拼湊出來，在支持團體中分享出來，我才真實感覺到自己的每一部分都清楚的攤在自己眼前，而享受到對自我的完整掌握與完全的接納，因此我深深明白整理性自我的重要性。一個對自己的性自我不清楚、沒有完全接納的諮商師，很容易在諮商過程中產生反轉移。

然而許多人會跟我說：老師我還沒有性經驗或性經驗貧乏，所以沒什麼

好整理的。別忘了性與生命同在，你生命中的性資訊絕對豐富到超過你的想像，所以或許真相是我們從來沒有認真的看待自己在性上的各種經驗、性慾、感受與刺激吧！真的整理出來總會讓人非常意外，而在這過程中如果能與信任、沒有價值批判的夥伴分享，把自己的性發展歷程整個講出來，訴說的本身就已深具療效，在分享塵封已久的往事的過程中，讓自己也有機會重新審視看待它；或是就僅僅明白自己的不是孤獨的，有人也有類似的經歷與困惑的普同感，就能讓人得到安慰和釋放，然而更重要的是，一旦你經驗到自己能開放的接納自己，很多埋藏不見天日的感受或記憶，會慢慢浮現，讓你能更完整的學會無條件接納自己。

你可以這樣做

- 一、根據步驟一中，在陳述或聽字眼或A片觀賞的活動中，抓住那些讓你有不好感受的字句或鏡頭，允許自己更深度地去感覺內在更深的感覺，問自己這些感覺打哪來？它是否代表了你在性的某些經驗，或是形成你在性的某些信念與價值觀，它又怎樣影響你現在的性？
- 二、自由聯想。
- 三、以年齡為基準回溯所有你能回憶起與性相關的事件，並試著找出它對你的影響。
- 四、將二、三項的內容整理出一份你的性歷史自傳與你的夥伴分享。

在你整理完自己的性歷史後，請再仔細重新閱讀一次，以你現在擁有的成人智慧，思考過去經驗中對性的迷思或對自己或他人的評價是否合理，重新評估後，將目標放在如何從過去的經驗中學習的積極正向態度，別忘了，無論過去別人怎樣影響你、教育你，有智慧的你將懂得現在的你可以自己教育自己，正確的知識會讓人產生無窮的力量。

同時也請你注意在整理過程中所產生的各種感受：

- 一、如果你感到痛苦難耐，彷彿被迫面對塵封已久的過去，你可以：
 - 先給自己一段情緒可安全抒解的空間，同時請告訴自己：痛苦是因為我決定真實面對發生在自己身上的每一個經驗，我很勇敢，我做得很好。
 - 性的禁忌性與道德束縛所創造出來的迷思，很容易將人團團困住，走不出來，因此請你一定要尋求諮商師或督導的協助。勇於面對自己，是你面對助人工作最專業的表現。

二、如果你覺得有很多感受，但自己尚可承受慢慢整理，你可以：

重新閱讀一次你的性歷史自傳，你一定會發現還有許多可以補充的經驗，可隨時加上去。寫出來代表我們願看到，不否認它的存在，代表我們在學習接納它，能接納代表我們整合的更完整。

三、如果你覺得沒什麼特殊感覺，你可以：

很開心也很放鬆，因為這可能代表著你一直完整的接受每一部份自己，但也鼓勵你，仍舊對自己的性保持開放的心胸。允許感覺浮現，或許你會有意外的發現。

四、與你的夥伴們分享，能夠大聲的說出自己的性歷史絕對是一個很讚的經驗，代表你對自己最完整的接納。

第三步 漫長的價值觀澄清歷程

我永遠記得這個成長於同性戀是變態及禁忌話題文化中的我，在十年前的性議題課堂中，老師邀請了兩對同性戀伴侶課堂中現身說法。他／她們破除了我對零號壹號、T與婆的刻板化印象，與同性戀是變態的恐懼。我看到她／他們是如何滿意自己的生活與對於找到真我，且完全自我接納的平靜與滿足，讓我對同性戀是有問題、不正常、需要矯正的觀念完全改觀；更有甚者，教授安排過著快樂生活的變性慾者、有著美滿婚姻的異裝癖者，這些我們原以為不見容於社會，必過著悲慘人生的當事人，在心理諮商的協助下，過著充滿自信、自我肯定的人生。我深深的感到慶幸，在我正式從事諮商工作前，就有這樣的訓練與多元文化的思考觀點，避免因自己的限制與無知，無效的諮商不打緊，還傷害了我的當事人。而當我真正進入性諮商的領域後，感謝我的當事人們，讓我進入他們多樣而特殊的性世界，也願意與我分享他們獨特性世界的組成因素。越深入了解，我越發現許多的痛苦並非來自行為的本身，而是來自對性頗具批判性的社會文化潮流。舉例來說 一個文化觀點的侷限就會讓很多人無端蒙羞受傷。如1952年美國精神醫學的診斷手冊第一版（DSM -I）將同性戀列為社會病態人格中的性變態，1974年醫界將同性戀從性變態改為「性傾向偏差」；1980年DSM -III拿掉了同性戀是「性傾向偏差」的概念，認為除非在當事人本身無法接受自己是同性戀且想改變同性戀的狀態，才被歸為「自厭性同性戀」；而在1994年DSM -IV，去除了同

性戀的字眼；也就是說同性戀行為將不再是一種病症了。歷經了42年，美國精神醫學界終於接納了同性戀，先不論這個在全世界精神醫學界具權威性地位的診斷手冊對同性戀是病態的看法，是如何持續影響著這個世界；我們更該問的是，在1994年以前出生的同性戀要向誰索取精神賠償呢？因此從這個經驗中我們更要謹記在心：處理人的議題，權威，只是代表你瞭解很多人的狀況，但很多人並不代表每一個人、每一種人，價值觀只說明了你所處文化對事情的觀點，無論它是如何主流，也一定要明白並同時謹記在心它的侷限性。你的價值觀只幫助你瞭解你自己和與你類似的人，它無法幫助你了解與你不同的人。因此謙卑傾聽每一個人的差異性是助人工作的必要守則。無知創造恐懼、隔閡與批判，了解是消弭鴻溝唯一祕方。了解別人的方法只有一



在整理性的過程中聽到別人的故事與觀念、態度的分享，有助於我們開啟視野，同時明白如何建立界線，學會尊重差異性。

個，就是開放心胸、放下成見的傾聽，也就是無條件接納。

在性的議題上更需要如此。因為性的禁忌性，讓人少有討論的空間，稍為前衛的言論往往就會被冠上淫亂、傷風敗俗的批判，能有的討論也就多於正當性的辯論，而缺乏真實的了解。因此越接觸性議題，就越有機會接觸到價值觀的衝擊，而只有在面對衝突和痛苦時，才會引發我們去思考這些在成長歷程中，不知不覺刻在我們腦中的一些觀念，是如何在影響著我們。

你可以這樣做

首先你要了解這是一個漫長的歷程，它會在你願意接受不同價值觀衝擊後，緩慢的展開這段旅程，建議你多多閱讀所謂離經叛道者的文章或前衛的

電視節目，讓自己受到衝擊時，有機會聽聽別人的觀點，重新審視自己的價值觀。

另外你也可以瀏覽與性相關的特殊網站（如杏陵醫學基金會／勵馨基金會／終止童妓協會／中央大學性／別研究室／青少年的性權／跨性別／同志諮詢熱線／日日春……等），讓你更有機會認識多元不同的人是如何在看待性，然而這一切的努力不只讓你了解性，更重要的是，你將會成為一個生命更自由、更寬廣、更有彈性的人，在幫助別人之前，這一切成就的將是你自己。

第四步 諮商專業技能增進

在性的部分有許多特殊的諮商技巧得以學習，舉最常見的無效諮商為例，諮商師多半因無法區分問題性行為與性議題的不同，弄錯了處理的重點，使當事人的狀況無法改善，甚而因為被貼標籤的污名化造成更多困擾。

貳、問題性行為

問題性行為指的是當事人與性相關的行為，具有會傷害自己、傷害別人、違反法律行為的狀況，以學生常見的狀況為例，如公眾不適宜的性語言（例如：無論上課或下課喜歡藉機大聲說出一般人會感覺刺耳的性語言。）、性動作（公眾自慰或拉著同學模仿性交或愛撫動作）等；私下個人的狀況如偷窺、暴露、性上癮、自慰上癮等。

通常一般學生的問題性行為出現，師長們多以規勸禁止的方式處理。而會到諮商師手中的案例，多半是屢犯、規勸不聽、權威無法解決的問題行為。所以諮商師們請謹記在心，所有問題行為包括問題性行為只是一個”症狀”，說明當事人的內在出了問題，需要被了解、關心及有效的處理，當內在問題被處理好，內在真正健康了，表面的問題自然就消失了。基本上這是不變的定律，適用從生理到心理的任何問題。

因此，面對問題性行為，諮商師們有幾個基本的心態要準備好。

- 一、不要只把問題對焦在問題的本身，內在的根源才是最重要的。
- 二、處理內在根源的問題需要時間，因此切莫期待行為能有立即的改變。

以下提供簡單的問題性行為諮商架構供參考：

當事人在你面前呈現性困擾時，請將腦中有關此問題的資訊的那一頁翻出（如果翻不出來，代表你需要更多的知識來幫助你看待當事人的經驗，所以鼓勵你立刻找尋有經驗的督導，以處理自身知識不足的狀況，或是面對自己的限制，而為當事人做適宜的轉介）。

然後開始蒐集資訊以澄清此問題的重點，需要處理的是什麼？

你必須以這行為造成當事人的困擾是什麼？發生的頻率次數及發生多久了？……等相關問題來區分是正常性發展／冒險性嘗試／當事人因性資訊不足的過度擔心／是偶發性的或是已僵固的問題行為。

如問題行為為正常發展性，或冒險性的嘗試，你需要做的是提供正確性知識，減輕不必要的羞恥感和罪惡感；如為異常或已僵固的問題行為（行為已持續三到六個月以上），你需要做的是協助當事人深入了解體內這不能控制的慾望，希望藉著自覺而能夠協助當事人為自己找到能與此慾望和平共處且不會有傷害自己、別人、或違法行為的方法。

參、諮商概念

一、了解此行為的歷史

找出此行為所連結抒發的情緒，與所造成的困擾，以增加其對自己此行為的自覺與了解。學會健康的抒發自己的需要，並同時有掌控自己行為的能力。

- （一）第一次是在什麼時候發生的？主要想法的來源和第一次執行的狀況。
- （二）行為前後引發的感覺，及從這當中所滿足的是怎樣的需要與感受。找到當事人希望藉此行為滿足的需要，從而尋找也滿足此需要，但卻是以比較健康無副作用的方法。
- （三）當時當事人的基本狀況如：人際關係／家庭關係／親密關係／經濟狀況／學習狀況／性關係／自我概念……等
- （四）當事人自覺周期性的變化：多久會想做一次／什麼情況下會最想做／案主整體狀況在怎樣的狀況下會刺激其慾望增加。
- （五）每次發生的狀況。

二、當事人自我掌控與負責能力與動機的評估

用以評估諮商時間與進行的過程與當事人可能面臨的問題與狀況，協助當事人對自己復原的歷程更有掌握。

- (一) 當事人曾嘗試過的控制方法／成功與否／維持多久／從這個經驗中他發現自己的力量和脆弱之處。用以評估當事人的力量與弱點及採用的方式是否進一步更增強了問題行為且消滅了自尊與自信。
- (二) 此行為對當事人日常生活造成的影響，目前當事人對自己狀況的看法，藉此了解當事人對於改變的動機強弱。
- (三) 了解當事人目前的基本狀況。情勢是雪上加霜還是錦上添花。整合以上評估行為改變所需的時間。

三、討論如何可以在不犯法、不傷害別人、不傷害自己的情況下，找到行為紓解的方法，訂定可行契約。目標不在立刻禁止，而是在不犯法、不傷害別人下逐漸減少此行為，同時積極建立替代模式，與建立平衡健康的生活方式。

四、與當事人選定可行的階段性目標，選定諮商策略

以上簡單的架構，目的是協助剛入門處理性問題的諮商師，在面對當事人的性問題時，有一個可供思考的依據，同時明白性問題可以在當事人與你一起合作的情況下被處理。

肆、性議題

性議題指的是當事人與性相關的行為，也許不符合主流文化期待，但沒有傷害別人，沒有傷害自己，也沒有違反法律行為；是與主流文化不同的生命經驗或是價值觀的選擇。例如：性虐待與被虐待或多人性行為，在參與者都同意，並且有共同的遊戲規則下，是個人性探索嘗試或性偏好、性價值觀的選擇，是可討論的性議題，而不是性問題。然而在參與者不同意之下，強加在他人身心上的性虐待行為或多人性行為，就構成一個性問題，因為在參與者不同意之下，這行為不但傷害別人，也可能違反法律行為（性侵害、輪暴）。

性議題的處理重點不在導正，而在協助當事人澄清自己與建立為自己做決定的能力，而此能力的建立，立基在幫助當事人發現行為本身對自己的意義，行為的現實面與後果，並在人生中慢慢體悟真正能讓自己的內心平安快樂的到底是什麼，這可能是一個從青春叛逆期開始到四十歲（四十而不惑）的一個漫長的整體自我探索與追尋，性的冒險和探索行為只是其中的一部分而已。

因此在處理性議題時諮商師必須具備以下的概念：

- 一、擁有知識，也勇於面對自己的無知；
- 二、開放的心胸、願用心聆聽、接受文化差異，允許當事人探索自己；
- 三、同時在心中保有三個相信：相信無論當事人有過什麼樣的經驗，他仍值得擁有良好的自尊；相信無論他有過什麼樣的經驗，他值得被愛與值得好的對待；相信他在學會面對自己之後、學會愛自己之後會為自己做最好的選擇。

我們明白所有的經驗都只是幫助我們成熟、成長、發現自己、掌握自己、更能肯定自己的必經歷練，跌倒只是為了讓我們經驗、並看到自己有站起來的力量，如果你能從經驗中粹取出人生意義，那麼經驗就只是累積生命力量的元素而已。

閱讀至此，不知各位是否發現要處理性相關議題，不只是解析案主，更重要的是諮商師自己本身性自我的整合，與擁有寬廣的性視野，這樣諮商師以本身作為治療之工具就已深具療效。然而因文章字數限制，只能概要的予以說明，希望關心此議題的夥伴們以此作為一個開始，除了自我準備外，積極參與專業訓練（如：樹德科技大學性學研究所、杏陵醫學基金會每年度的性教育講師及性教育輔導專線義工培訓課程…等）與擅長性議題、性諮商的督導討論等，都能不斷增加處理面對性議題能力，同時持續不斷的關心台灣文化中性議題發展，不斷讓自己跟得上時代的腳步，假以時日，你會發現在這過程中幫助最大的是你自己，你會成為一個自由無框架的人。✿

探索智障生性教育的方向

——從最近兩性緋聞談起

今後的性教育之重點宜兼顧性生理、性社會及性安全。智能障礙學生的性教育更應著重於性社會的內涵，特別是兩性的互動行為與相處態度上，故特別強調行為的實踐及情意的養成。

■杜正治 國立台灣師範大學特殊教育學系教授

前言

性是生物的本色，也是生命的表徵；是個人生活的內涵，更是人格與情意的展現。人無法將性自生活層面抽離，而註定終生與性為伍。因此，兩性教育對個人及社會的衝擊既深且廣，理當受到應有的關注。近年來社會上各階層確實也開始重視這個議題，只是似乎努力的方向有了偏差，導致性為個人所造成的困擾，始終無法解決；對性為社會所造成的困境，更是束手無策。

邇來國內各級學校無不在積極從事性教育之教學與研究，另有法規條文的約束，也有來自學生家長的鞭策。只是我們教育的方向或教學的重點，似乎有些偏離主軸，常將性教育視為一門課程。學校在性教育的教學上相當認真，考試也不含糊，但是等到課程結束了，學生有了成績，卻從此與性教育課程道別，兩性的態度表現與互動方式，似乎沒太大的變化。

推究其實，所謂的「性教育」並不是指進行有關性知識方面的教育，而是透過科學的知識，以培養對性的健全態度，進而引導民眾在生理、心理及社會三方面獲得健全性生活的教育（晏涵文，1994）。性教育和公民教育一樣，在教育的過程中，認知層面只是前奏，實踐層面才是主題。換句話說，性教育應重視身體力行，而非停留在觀念的養成或性知識的灌輸。在實踐方面，兩性的互動，包括彼此接納、尊重、及諒解等，才是教育的重點。

壹、個案實例

最近有關兩性緋聞的個案報導，層出不窮，姑且不談其法律上的罪與罰問題，但就男女兩性互動態度與行為模式的好與壞而言，不與上述性教育的缺失有關。

個案一：大法官與女教授之緋聞案。此案雖已成羅生門，案情的真相恐永不得而知。然而猶記得案發之初，大法官逕自對媒體提出一番說帖，謂女方肚痛，一時找不到化妝間才上汽車旅館。之後，大法官去電女方欲與之溝通。沒想到女方全不認帳，全盤否認大法官的說辭。害得大法官，不僅在媒體之前無言以對，也無顏面對社會及國家，因而自動辭職，向國人謝罪。

個案二：有關北部兩所國立大學男女教授爆婚外情案，他們之間的男女關係是因何發生，以及如何發展等細節，我們不得而知；但最後為何會導致關係決裂甚至對簿公堂，其原因則是不言可喻。原來是當這不尋常的男女關係被女方丈夫在電子郵件中發現後，憤而控告男方，而男方則反咬女主角主動勾引，謂兩人並無上床。男方的說詞立刻引起女方不滿而供出兩人私情，甚至當庭畫出男方形器官長痣的特徵。最後女方因協議離婚，同意賠償丈夫五百萬元慰撫金，並讓出兩名子女監護權。

案例分析

- 一、大法官的專業修養、道德操守及社會地位，皆為大家所尊崇與敬畏，因而其一言一行皆能普獲社會的信任與接納。在個案一中令人不解的是，起初社會大眾還能尊重大法官的為人，也相信並接受他的說辭。然而，為何一夕之間，大法官落得身敗名裂，賠了夫人又丟官。原因無他，毫不尊重女方的感受及尊嚴之結果。更明確地說，主要是源於彼此間錯誤的互動行為、不良的溝通方式，以及男方缺乏基本的尊重、諒解及接納態度所致。
- 二、個案二的男女主角，原本是兩情相悅，一時糊塗，因互通款曲，而鑄下大錯。兩位皆為大學教授，為何女方最後整個豁出去了，不僅損及個人的名譽和職位，甚至賠上婚姻和家庭，也在所不惜？原因無他，只因男方的一句話一女方主動勾引他。這句話也許男生說起來輕鬆，女生聽起來不僅刺耳，更彷如當面被甩一記耳光，可謂莫大的羞辱與難堪。

貳、智障生性教育

在男女互動日益頻繁的今天，透過適當的性教育，可以充分發展尊重自己與尊

重他人的男女互動關係，並且實踐適切的兩性互動行為。

智能障礙者由於心智能力的低下，認知層次不易提升，然而在情境及技能上的學習，則未受嚴重的限制。因此更應著重在性社會行為的領域，特別是兩性互動的模式，以及彼此之接納與尊重等。此外尚需要認清，性教育的重點在於兩性互動，方法在於實踐 不能停留在認知層面，也許大家都知道人與人之間要互相尊重，但實際表現的行為，則是另一回事。智能障礙學生的認知能力缺陷及理解能力也不足，不必也無法強化此能力，而是重在身體力行。

一、教學方法

教學方法與策略上，配合行為導向教學的原則，較為適切的教學方法則非情境教學法與角色扮演法等莫屬，這些教學方法皆可滿足預期的教學目標。此時強調的是動作與技能的反覆教學，以達純熟的地步，而後遇到類似的場合，能不假思索即能表現適當的兩性互動行為。再來是教學者方面，過去我們總是強調教師導向教學法，包括直接教學法、診療教學法，以及工作分析教學法等。其次也重視教學情境的選擇，若能在自然情境中實施教學，省却學習後的類化作用，更能滿足智能障礙學生的需求。

(一) 情境教學法 (milieu teaching)，智能障礙者最大的困擾不在於學不會行為技巧，而在於分不清生活情境。因此，常見的不當情境行為包括在公共場所表現私密的行為，如觸弄他人的隱私部位、自我暴露，甚至表現自慰行為等。透過情境教學法，能有效地認清不同的生活情境。更重要的，學生能學會適當的情境行為，即在特定的情境中表現適切的行為 (Kaiser, Hancock, & Nietfeld, 2000)。

(二) 角色扮演法 (role playing)，其優點在於協助學習者扮演不同的人際角色，熟悉相關的角色行為 (Simmons, 2001)，練習兩性間的互動行為，不僅有助於培養正向的兩性態度，也能習得適切的兩性性行為。

二、教案實例與評析

(一) 教案實例

針對輕度智能障礙學生的性教育需求，黃富美 (2006) 設計了一篇教案，應用多種教學法，包括情境教學、示範與模仿、工作分

析，以及角色扮演法等。主要教學目標為習得對他人合適的碰觸行為。教案內容如下：

單元名稱	第四類接觸	障礙程度：EMR	人數：8人	
教材來源	家庭生活健康教育健康及衛生3第36頁		設計者：黃富美	
學生現況分析	1. 具有基本的口語能力 2. 能分辨身體部位 3. 能分辨人群 (家人、老師、同學……等)			
教學資源	1. 四類身體接觸的圖片 (握手、輕拍肩膀、擁抱、親吻) 2. 放影機及錄影帶 (含有街上人群來往、商店購物交易的影片段落)			
教學目標	單元目標	具體目標		
	一、認知目標	1.1能說出和普通他人，不進行身體上的接觸 2.1能說出同學、朋友合適的接觸方式為握手及輕拍肩膀 3.1能說出父母、家人合適的接觸方式為輕拍肩膀、抱一下 4.1能說出親吻和擁抱只能用於親密伴侶上		
	二、技能目標	5.1會握手 5.2會輕拍肩膀 5.3會抱一下		
教學目標	三、情意目標	6.1能樂於發言 6.2能參與討論		
	教學活動	教學資源	時間	備註
6.1	壹、引起動機 1. 老師提問：「請各位同學想一想平日和家人及同學相處時，有表現出哪些接觸行為？」學生自由回答。 2. 老師提示：今日上課主題要讓各位同學了解我們應該如何和我們周遭的人接觸才是合適的。		5分	
1.1 6.1	貳、發展活動 一、第一類接觸：與普通他人接觸 1. 播放街上人群來往、商店購物交易的影片段落 2. 問同學有無看到身體接觸部分並討論 3. 老師結論：強調對普通他人，不進行身體上的接觸才是合適的。 4. 學生輪流扮演普通他人，與同學互動。	放影機 錄影帶	6分	
2.1 5.1 5.2 6.2	二、第二類接觸：與同學朋友接觸 1. 展示四類身體接觸圖片，請同學討論四種接觸中哪些適合用於同學朋友間，並給予立即回饋。	四類身體接觸圖片	8分	



3.1 5.2 5.3 6.2	2. 同學相互練習同學朋友間合適的接觸—握手、輕拍肩膀 3. 老師強調：「同學朋友間合適的接觸是握手、輕拍肩膀。對普通他人，不進行身體上的接觸。」	四類身體接觸圖片	15分
4.1 6.2	三、第三類接觸：與父母家人接觸 1. 請同學角色扮演（1）父母安慰孩子時（2）家人互相鼓勵時的狀況 2. 和同學討論在父母家人相處時，適合用四類身體接觸中的哪些類？並同學相互練習之。 3. 老師強調：「父母、家人合適的接觸方式為輕拍肩膀、抱一下。」 4. 同學們扮演父母、家人角色，演練適宜的人際互動行為。	擁抱接吻的圖片	6分
	四、第四類接觸：與親密伴侶接觸 1. 展示擁抱接吻的圖片。 2. 請同學討論甚麼關係可以做這些動作，老師並立即給予回饋。 3. 老師說明這是私人性的行為，應在房間內或其他人看不到的地方進行較合適。 4. 老師強調：「親吻和擁抱只能用於親密伴侶上。父母、家人合適的接觸方式為輕拍肩膀、抱一下。同學朋友間合適的接觸是握手、輕拍肩膀。對普通他人，不進行身體上的接觸。」		5分
	參、總結活動 老師複習今日上課重點並強調對不同關係的人應有不同方式的身體接觸： 1. 親吻、擁抱—只有親密愛人才行 2. 抱一下、輕拍肩膀—父母、家人 3. 輕拍肩膀、握手—同學、朋友 4. 不碰觸—普通他人（不熟者）		

(二) 教案評析

1. 設計者能採用The Circles（同心圓教學模式），界定個人與他人之間的關係，進而依據關係的親疏遠近決定彼此的互動方式，有助培養適切的兩性社會行為。
2. 能以生動活潑的詞彙（如第四類接觸）冠上教學活動名稱，以吸引學習者的好奇與興趣。
3. 學生現況分析能針對與本單元有關的能力與先備技巧加以描述 如「能分辨身體部位」、「能區別家人、老師與同學等」。

4. 活動內容的陳述過於簡要，只說明活動主要內容，而無進行步驟或重要提示等。
5. 引起動機部份只是口頭問答，不易有效激起學生的學習興致。若採用較具動態的方式，如用兩個布偶娃娃對話，也許效果較佳。
6. 教學法部份未作具體而明確的解說，包括角色的選擇與分配，教師與學生角色的對調等。

參、教學材料

教學材料方面，研究發現不同的教材適合一般生的不同學習能力，或特教生的障礙類別或程度（杜正治，2000；例如一般生比較需要具有創意或啟發性的教學材料，相反的身障生可能需單純的提示策略或多重的感官涉入。因此視聽教材如教學VCD、電腦CAI，廣受學生的歡迎，教學成效也獲肯定。然而研究亦發現，即使是視聽教材，也需考慮障礙程度的差別，例如輕度障礙學生較能接受動畫影片的教學媒體，而中重度智能障礙學生則較喜歡真人扮演的視聽教材（蕭慧吟，2003）。其次，在性知識及性態度之教學成效上，亦有類似的發現，即輕度智能障礙學生在動畫影片的教學成效優於真人影片；相反的，中重度智障生較能從真人影片教材獲益。研究者推測可能的原因包括學習動機與內容廣度，動畫影片因其畫面生動活潑，較能引起學習者的注意，從而提高其學習動機。真人影片則較能真實地反應實際生活經驗，有助於提高其類化能力。

一、教材實例與評析I

(一) 教材實例：成長情事—兒童性教育

本教材係為編者均為同心圓出版社，適用對象主要為國中小普通班及啟智班學生。性質上，係一套性教育教學影帶，標榜為國內第一套卡通教學影帶，國語發音，中文字幕。內容上，共分為上下兩集，上集的內容為男孩、女孩、小種子、染色體以及青春期等；而下集則包括性本能、身體的探索、第一次接觸、冒險之旅、受孕以及嬰兒的誕生等。

(二) 教材評析：

1. 卡通人物活潑生動，對話淺顯易懂，由青少年卡通人物表述說青少年的身心狀態，也對成人提出屬於青少年階段常有的性相關問題。

2. 課前的引起動機，的確能引發青少年學生的學習性致，也能透過學生回答的內容決定其個別的起點行為，作為設計教案的依據。
3. 部份內容過於艱深，例如上集的染色體，對小學生而言的確太難，作者又無法用深入淺出的方式講解或舉例，因而學生的接受度有限。
4. 內容只作平鋪直述的說明與呈現，未對重點作複習，也未對整個教材進行歸納，對心智障礙者而言，結構不足，鬆散有餘。
5. 最不容忽視的特色，亦即與其他教材不同之處，在於課前先來個引起動機，係以問答方式進行，例如對一群小朋友提出一個問題：男女有何差別？接著是每一位學生回答問題，如甲生：男生頭髮短，女生頭髮長；或乙生：男生站著尿尿，女生坐著尿尿等。

二、教材實例與評析II

(一) 教學實例：青春快遞

本教材係國立教育資料館出版，適合身障班、啟智班學生。性質上，偏重於性社會發展，以真人扮演青少年階段啟智班學生的生活點滴，透過老師的穿針引線，以隨機教學方式，達到性教育的目的。內容上，主要的情節包含元芳生日快樂（兩性性生理）（兩性互動、（優點大轟炸）、士新喜歡元芳（第二性徵）、小姨的小貝比（懷孕）、保險真有一套（避孕），以及小天使的守護神（防範性騷擾）等等。

(二) 教材評析

1. 能藉智能障礙青少年演出相關情節，表現生動逼真，頗能引起障礙同儕的共鳴。所設計的情節相當活潑、逗趣及實用，有助於學習者將所學的內容融入日常生活中。
2. 每個教學單元係以生活中的重要情境為教材，配合具體的實例，加上附於單元後的動動腦時間，提供學習者針對日常問題直接反應的機會，以達到立即評量及加深印象的目的。
3. 採用隨機教學策略，在自然的生活情境中，穿插適當的教學活動。例如在慶祝生日的活動中，提及兩性發育上的差異，帶入男女性生理發展課程。若此，能將教材與生活緊密結合在一起，省卻了學習類化的困擾，增進了教學活動的實用價值。

結語

學校性教育的內涵主要包括性生理、性社會及性安全等。過去教育的方向偏重於性生理的認知，造成教學方法上強調知識的灌輸，考試也只限於紙筆測驗，致使性教育儼然成為另一門公民與道德。推究其實，性教育與公民道德課程有其共同點，即在教育的方向宜著重情意與技能而非認知領域，教學的方式宜強調情意的提升及行為的實踐而非知識的充實。基於此，今後的性教育之重點宜兼顧性生理、性社會及性安全。

智能障礙學生的性教育更應著重於性社會的內涵，特別是兩性的互動行為與相處態度上，故特別強調行為的實踐及情意的養成。因而在教學方法上則可優先選擇偏重於行為技巧的角色扮演法和情境教學法等。至於教學材料方面，則可配合他們的障礙程度及學習特性而採用不同類型的視聽教學媒體。✿



參考書目

- ◎杜正治（民89）。台灣地區國中及高職智能障礙學生性教育教學成效研究。*特殊教育研究學刊*，18，15-38。
- ◎晏涵文（民82）。加強學校愛滋衛生教育與行為改變。*教育資料文摘*，32（5），146-150。
- ◎黃富美（民95）。**第四類接觸**。國立台灣師範大學特殊教育學系「特殊教育教材與教法」課程設計，未出版。
- ◎蕭慧吟（民92）。**性教育視聽媒體教學對國中智能障礙學生學習成效之比較研究**。國立台灣師範大學特殊教育系碩士論文，未出版，台北市。
- ◎Simmons, S. (2001). Learning through role play. *Basic Skills*, 2, 22-26.
- ◎Kaiser, A. P., Hancock, T. B. & Nietfeld, J. P. (2000). The effects of parent-implemented enhanced milieu teaching on the social communication of children who have autism. *Early Education and Development*, 11 (4), 432-446.

愛情重補修

「全人發展」的性教育理念與實務

「全人發展」的性教育理念，主張性教育應回歸教育本質，以「全人的性」(sexuality)之觀點，並根據「人性發展」的性教育哲學觀，來提升學生的「自尊」，教導學生如何去「愛」，讓人性底層中追求並實踐價值意義的「向上提昇」力量能發展出來。

■高松景 臺北市立大理高中總務主任
臺灣性教育協會秘書長
臺北市立教育大學兼任助理教授

性教育不只是在教導性「知識」，更是在教導與「性」有關的價值觀念。面對後現代社會因過度強調自我意識與多元價值的表象意義，卻未能把握其本質真義，而導致「價值混淆」，性教育倡導從「全人發展」的觀點，主張性教育教師應勇於選擇能讓「人性」向上提昇，使人成為人的「核心價值」。

前言

性學大師奧地利精神科醫師佛洛伊德(S.Freud)曾說：「性」是每個人心靈深處的陰暗面，性教育先驅英國數學家、哲學家羅素(B.Russel)則說：良好的「性教育」就像一盞明燈，一燈殘照，則千年之暗俱除。學校是教育場所，面對E世代青少年的「性苦悶」、「性迷惑」及「性困擾」，在其尚未演變為「性問題」時，性苦悶的化解、性迷惑的釐清、性困擾的開解則顯得更為重要。性教育不僅是在教知識，而是在教導有關「性」的價值觀念；性教育並非性器官教育，也不是性行為教育，而是要教導親密的人際關係。

近十年來國內為因應青少年與「性」或「性別」相關問題，先後紛紛提

出了各式各樣的新興教育議題，例如：性侵害防治教育、兩性平等教育（後來改為「性別平等教育」）、兩性教育（後來也改為「性別平等教育」）、家庭暴力防治教育、生命教育、家庭教育、愛滋病防治教育、品格教育、性騷擾防治教育……等等，這些紛擾的教育新興名詞，讓基層的學校教育人員，相當困擾。事實上，這些教育議題有一個共同的特徵，那就是其本身並不是在教知識，而是在教導價值觀念。因此，如何建立起上述這些教育議題共同的「核心價值」，以有效「統整」這些教育議題，才是解決之道。

本文將從性教育的發展趨勢，性教育所持性價值觀的演變，主張應回歸教育本質，提出「全人發展」的性教育理念，倡導以「自尊」和「愛」為共同的「核心價值」。在實務的課程規劃上，是以學生為中心，來規劃能貼切青少年成長所需的生活議題為題材……「愛情重補修」；再根據不同年齡學生的身心發展特性，秉持「循序漸進、連續不斷、統整合一」的課程設計原則，以確保能將這些教育議題真正落實在青少年身上，適時發揮教育效果。

壹、性教育的意涵與發展趨勢

一、性教育的意涵

「性」一直是個「禁忌」，直到二十世紀初，才有學者以科學方法來研究人類的性，遂使「性學」(Sexology)成為一門新興的學問；「性學」是主張採用科學方法來探索有關「性」的事實與真相，但它無法告訴人們面對「性」時「你該怎麼做」。因為想對人們的性生活、健康與行為做出明確的決定，仍需要依據個人的價值觀與情境。因此，將「性學」研究的結果結合「教育學」(Pedagogy)應用在人身上則即為「性教育」(晏涵文，2004)。

「性教育」(Sex education)一辭，首先於1912年「國際衛生會議」(International Conference On Hygiene)中被提出，倡導將性教育納入青少年教育計畫之中。隨著人類性學的發展，到1970年以後則已普遍以sexuality education來取代原來的sex education。那是因為隨著性學對「性」(sex)的內涵有更多的瞭解，直到1970年人們已認識到人類的「性」不只是一個生物層面，也還有心理、社會、心靈等多個層面，於是決定新創sexuality一字來取代原來的sex，而sexuality可譯為「全人的性」(晏涵文，2004)。由於對「性」內涵的改變，也牽動對「性教育」的意涵有了新觀點。早期狹義的性教育是以生物學的觀點，認為性教育是要教導學生認識生殖現

象的過程，讓學生瞭解性病、未婚懷孕的後果，而心生恐懼，努力做好男孩、好女孩的教育。今則廣義的性教育（sexuality education）是以「全人的性」觀點，認為性教育不只是狹義的生殖、生理教育，而是一種從出生便開始，終其一生的「生活教育」；性教育也是一種發揚人性，支持美滿家庭生活，並對自己性行為負責任的教育，其內涵包括性的生理、心理、社會與精神／心靈（spirit）等全部跟「性」有關的層面，目的是要產生社會和道德所接受的態度和行為，學習如何成為一個男人或女人的教育，所以可稱之為「品格教育」或「人性教育」，也是一種「愛的教育」。由此可知，性別平等教育所關切的「性別歧視」、「突破性別刻板印象」等議題，也包含在全人的性教育。

二、性教育的發展趨勢

近三十年來國際間性教育的發展主要有以下三方面：一是「性健康促進」（sexual health promotion）的性教育目標，性教育不應把目標只放在避免青少年過早發生性行為及採取安全的性行為，還應強調以提昇「自尊」與學習「真愛」為基礎，去尊重自己和別人；有能力與異性做情感表達與溝通；能接受有性衝動是自然的事，且能在現實情況的考量下，依據自己所建立的正確性價值觀及性態度，以及學會擁有表現性健康行為所需的生活技巧，進而發展及維持有意義的兩性關係，將來成為好的父母；其二是「全人發展」（holistic development）的性教育理念，強調性教育在面對「多元價值」造成「價值混亂」的後現代社會環境下，仍要勇於選擇能讓「人性」向上提昇，讓人成為人的「核心價值」的性價值教學；其三是「生活技能」（life skills）的性教育取向，強調性教育要教導維護性價值觀所需的生活技能，例如：能面對適當兩性交往階段「做決定」、能對有好感的異性做情感表達「有效溝通」、能對來自媒體所灌輸性別刻板印象做「批判性思考」、能面對感情挫敗以「創造性思考」做自我調適、面對不想要的邀約能採取自我肯定的「拒絕技巧」、面對情慾能接納做好「自我健康管理」等生活技能，青少年學習這些生活技能後，也能應用在其它健康議題上。

貳、性教育所持「性價值觀」的演變

性教育不僅是在教導「知識」，而是在教導與「性」有關的價值觀念，

那性教育應持何種價值觀呢？美國性教育學者Morris（1994）

歸納性教育所持性價值觀的演變如下：

一、1970年主張「無價值」（Value Free）的性教育價值觀

認為「事實」與「價值」應該分開，主張性教育只需教導客觀的性知識即可，例如教導少女懷孕的後果及各種避孕的方法，而無需教導少女懷孕或青少年發生性行為是好是壞；此種性教育價值觀無法降低性行為的發生，也無法提高青少年的避孕行為，因為「知識」不等於「行為」。

二、1980年主張「價值中立」（value neutrality）的性教育價值觀

已開始重視性價值觀的重要，然而認為價值是相當個人和主觀的，主張老師不可把個人的價值觀灌輸給學生，要讓學生自己澄清其價值觀，且根據自己的價值觀「做決定」。此種性教育價值觀，後來遭批評其將導致價值的相對性，以及道德的敗壞。此批評導至後來1988年代強調「唯一價值」——「只教禁慾」（abstinence-only）性教育課程的發展。

三、1990年主張「核心價值」（underlying value）的性教育價值觀

有鑑於強調唯有禁慾的單一價值觀的性教育課程，易流於強迫與單一灌輸，無法發揮教育效果。且為避免「價值中立」所造成的「價值相對性」，再加上後現代社會過度強調自我意欲與多元價值的表象意義，卻未能把握其精髓真義，而導致「價值混淆」的迷失現象。1990年則開始主張依據 Kegan 的人類發展理論（Theory of Human Development），從「全人發展」觀點回到「人性」本質層面，強調在「價值多元」的後現代社會環境下，性教育仍要勇於選擇能讓「人性」向上提昇，讓人成為人的「核心價值」。

參、「全人發展」性教育理念

「全人發展」的性教育理念，是當前性教育發展的趨勢，其理念基礎是來自：回歸教育本質一把「人」教成「人」、「人性發展」的性教育哲學觀。指出性教育應以協助學生「建立自尊」與學習「愛與被愛」為「核心價值」。

一、教育的本質在教「人」成「人」

多年來，我們的教育總是偏重「智育」，以致教出了許多營養不均衡的孩子，甚至有些成了沒人性的「考試機器」，高IQ、低EQ，眼中沒有別人，只有自己。因為，現今學校所提供的教育，幾乎偏重各科「教學」，而且，又只偏重在所謂「國、英、數」等所謂「主科」的教學。每科教師都只在教導各學科的專業知識，例如：數學老師只教「數學知識」、英文老師只教「英文知識」。我們似乎已忘了，我們是在教「人」，而不應只是在教「知識」。因此，當前學校教育在「知識分工、專業化」的課程發展下，已形成「去人化」(de-humanization)的教育危機。有一則笑話是這麼說的：「學校教育的結果是：聯考考好的人是考試之後，才忘掉；聯考考不好的人則是考試之前，就忘掉；不過，別急，因為這兩者到最後結果是『通通忘掉』！」

在此我們應回歸教育本質，認真去思索教育的本質為何？德國哲學家康德認為：教育的本質在使「人」成為「人」。這句話中的前後兩個「人」字，其意涵是不一樣，第一個「人」字，其原文是「original person」亦指人剛生下來，未經教育教化的「自然人」，其特性是「不善不惡」；第二個「人」字，其原文是「person」亦指經教育教化的「文明人」。從數學的「絕對法則」推論，每個人既然都是「父母」所生，理應生下後是個「人」。然而事實上，其仍不算是個「文明人」，其較貼切的講法是其具有發展成為「人」的「潛能」。「教育」education其原在拉丁文的本意是「induce」（引導出來）的意思，也就是要把原來就潛藏在每個人內心中「人之所為人」的本質，也就是「人性」引導出來，把「人」教育成為「人」！而這樣一個具有「人性」的人，正是當前教育所努力的「全人」（holistic person）。從身心發展的階段來看，青少年對於「性」充滿好奇與學習興趣，實施以「人性發展」為基礎的性教育，是實現「全人發展」教育理想的適切課程。

二、「人性發展」的性教育哲學觀

性教育是要從教育的歷程中發揚「人性」（Human nature），教學者若要能教導學習者，則必須有一先決條件，即對學習者要加以瞭解。換言之，先要瞭解「人性是什麼？」，方能知道「他應追求什麼？」與「如何發展？」的問題。性教育的哲學觀主要是建立在哲學中「形上學」的「人性

論」，其所探討的「人之所以為人的本質」，對於「人性」是怎樣呢？其答案可能人殊言殊，有人認為人天生是善的，有些人則認為是惡的，另外有些人則以人性隨環境而變為善惡。有關這些人性的假設或概判，彼此互相對立，原因在於只由某一層次或角度加以觀察的結果，而未能把握真象。

對於這個問題，若能說明人與動物的區別，將會有助於我們對人性的瞭解。西方哲學家柏拉圖（Plato）認為：人是理性的動物；亞里士多德（Aristotle）則認為：人按其本性是一種社會的動物。東方的思想家孟子提問：人之異於禽獸者幾希？在在指出人與其它的動物是不一樣的，然而到底人與其它的動物有何不一樣呢？其不一樣的地方就在於人具有「人性」。自從達爾文（Darwin,1859）提出生物進化論（Theory of Evolutionism），指出「物種和變種一樣，是其他物種所傳下來的，而不是被分別創造出來的」，且生物演化的規則是從簡單到複雜，從低級到高級，不斷的變化與發展（李國秀，1991）。

人類學家根據達爾文的「物種起源」，將演化出來的人種稱為一智慧人（Homo Sapiens），其在血緣關係上與「靈長目」較親近，但唯獨人類的「大腦」特別發達（李樹青，1985）。因此，人之所以為人（人性），而異於其它動物，就在於人的大腦特別發達，而大腦的主要功能是：記憶、思考、反省與判斷；也因此只有人類會自問：「我活著有什麼意義與價值？」而成為萬物之靈。英國的哲學家兼社會學家斯賓賽（Herbert Spencer）則是把進化論用在哲學的宇宙論中（鄔昆如，1998），提出宇宙進化的四個階段：從物質到生命，由生命到意識，由意識到精神，而產生了精神，也就是產生了人類。因此，哲學宇宙論中的進化論關切的問題核心正是「人性」，並指出由「進化」的過程中，「人性」是要去追求並實踐價值意義，因而確立了人存在宇宙中的目的



地位（鄔昆如，1990）。

上述對人性的分析，提供性教育一些啟示：我們對於人性的認識，不必爭論人性善惡的問題，應著眼於引導兩性在社會中和諧發展。對人性之認識則可從人類由「進化」而來的觀點，肯定「人性」是要朝向「追求」並「實踐」價值意義的向上發展。

而由「進化論」推演出「人性」是要追求並實踐價值與意義，且「人性」與「天性」是不一樣的，教育的本質誠如德國哲學家所言：「教育的本質，在使人成為『人』」。性教育有了形上學的「體」做為理論基礎，獲知了「人」在宇宙中的地位之後，需要實用的價值哲學，把理論具體化，把原則以實際生活行動表現出來，具體地使自己生存在這個世界上，以發展人性，而這就是哲學中的「價值論」。

如何發展「人性」呢？承上所述，「人性」是要追求並實踐價值與意義，那人生的價值在哪裡呢？這可不是一門簡單的人生課程，許多人在追求價值的過程中尋錯了方向，導致價值混淆。Rokeach（1976）在其著作「人類價值的性質」中曾將價值觀區分為兩種類型，即「工具性價值」和「終極性價值」（楊冠政，1995）。社會上有許多人誤將「工具性價值」一名聲、財富、權力、地位、知識、被愛、美麗、健康，當成了自己的人生價值，日後才發現名利不長久、權位會變動，因而將自己陷入了「價值倒置、混淆」的痛苦境地。原因何在？他忘卻了是「自己」在追求價值，反而一味向外尋求，其實「自己」本身才是真正的價值。

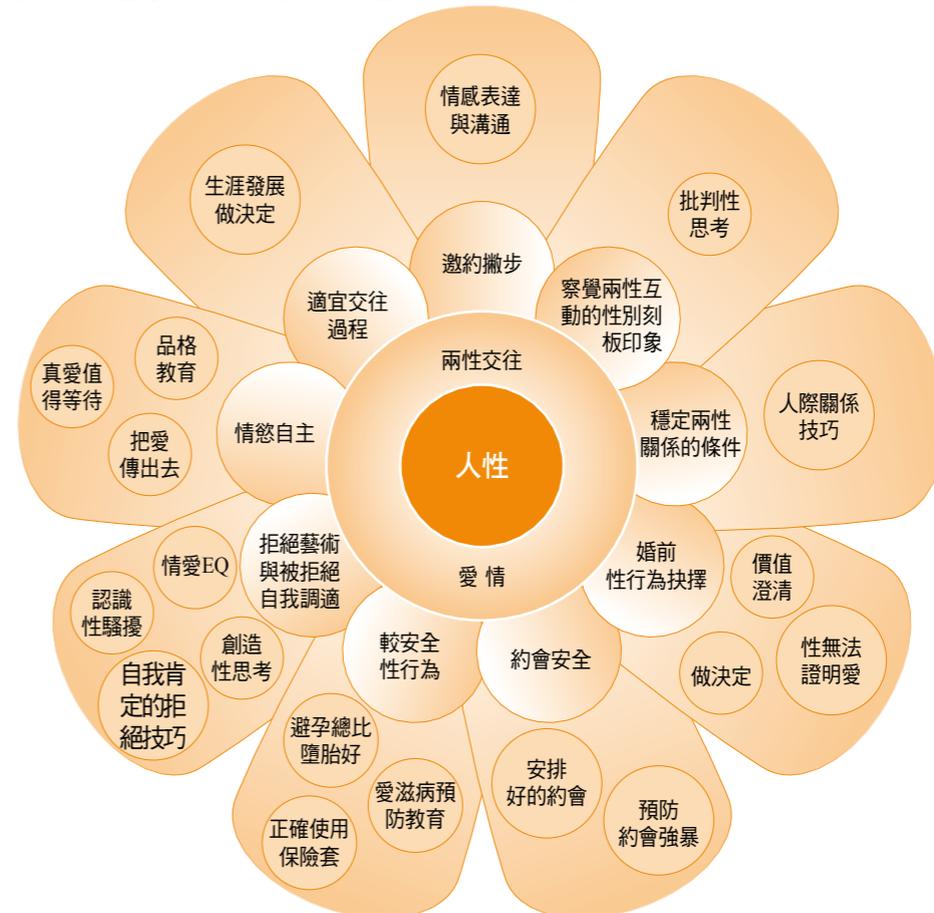
如果從哲學上的「價值論」來看，價值的本質應具有三大特質：第一是普遍性，它必須是普遍存在的；二是永恆性，必須不會隨著時間而改變；第三則是無限性，在「量」上它是源源不絕的，如此才是人生的「終極性價值」。而「自尊」與「愛」正是兩項值得人生一輩子去追求的終極性價值（曾昭旭，1980）。

由上述對價值的分析，提供性教育的啟示是：真正符合人性所要追求並實現的兩種終極性價值是「自尊」與「愛」；所謂的「自尊」是自我概念中自我評價的部份，是指能自己肯定自己存在的價值（King,1997），所謂的「愛」誠如當代心理學家佛洛姆（E.Fromm）所言愛有四個要素——關懷、責任、尊重及瞭解（孟祥森，1989）。

肆、「愛情重補修」全人發展性教育課程

如何將上述「全人發展」的性教育理念，落實為具體可行的課程教學呢？「愛情重補修」全人發展性教育課程，是根據「全人發展」的性教育理念，以培養學生能建立「自尊」與學習「愛」為課程設計的核心價值，以有效統整當前學校教育重要議題（如生命教育、性別平等教育、愛滋病防治教育、品格教育、家庭教育、性侵害及性騷擾防治教育……等），並學會擁有表現健康兩性交往及維護性健康行為所需的「生活技能」，進而發展及維持有意義的兩性關係。

教材內容是選定以高中職學生最感到興趣的「兩性交往」中感情議題為主軸，從情感及人格發展的角度（先從察覺與原生家庭父母親子關係的愛切入），來導引學生學習適當的情感表達與溝通能力，建立穩定的兩性關係，面對性行為做明智決定，學習拒絕的技巧與被拒絕時的自我調適，澄清自我的人生觀與愛情觀，建立真正的自我價值感與學會真愛，課程概念如圖一所示。



圖一、「愛情重補修」性教育課程概念圖

焦點 5 愛情重補修——「全人發展」的性教育理念與實務

教學活動的設計是採大單元，整個「愛情重補修」課程共涵括七個單元：《單元一、揭開『性』的神秘面紗——健康的性》、《單元二、第一次親密接觸——健康的兩性交往》、《單元三、真愛值得等待——婚前性行為的抉擇》、《單元四、愛要怎麼『做』——談較安全性行為》、《單元五、男女攻防戰——拒絕的藝術與身體自主權》、《單元六、在『愛』中成長——被拒絕的調適》、《單元七、性愛理想國——做個「情慾自主」高手》。

在教學教材選用上也相當活潑與生活化，如時下流行歌曲、電影、及學生的心情分享。在教學策略主要是採適合生活技能教學的互動式策略，強調師生互動、參與的教學策略，例如：小組討論、角色扮演、辯論法、小組合作學習、問題解決、講故事、遊戲法等多元教學方法。教學評量是採多元評量，例如檔案評量、上台報告、表演……等

個人在去年就以這套「愛情重補修」性教育課程，對所任教的高一學生實施，得到學生熱烈的回響，有位學生的心得回饋說：「這課程可能沒有學分、大學學測、指考也不會考，但這卻是人生中重要的七堂課。讓我對『性』的看法從可笑到尊敬，從無知到探討，從逃避這類問題到用正確態度去正視。」另有位學生也提到：「小組合作學習的精神、價值觀的建立是其它課程學不到的，以前很多人說：『學校教的東西，到社會上，什麼用都沒有。』現在我反而覺得學校教的東西，一輩子都很適用。」

伍、結語

「全人發展」的性教育理念，主張性教育應回歸教育本質，以「全人的性」(sexuality)之觀點，並根據「人性發展」的性教育哲學觀，來提升學生的「自尊」，教導學生如何去「愛」，讓人性底層中追求並實踐價值意義的「向上提昇」力量能發展出來。

面對當前學校教育偏重教導升學要考的「學科」，而各學科又只是流於教導各學科系統化的「知識」，造成「去人性化」的教育危機。急需找到能彌補學校教育缺乏「全人發展」的切入點，性教育是要發揚「人性」，「性」是青少年成長課題，是青少年最感興趣的課程內容，從孩子的成長需求，我們看到教師的「責任」。



參考資料

- ◎李樹青(1985)。人性與社會。台北：臺灣商務印書館。
- ◎李國秀(1991)。世界十大思想家——達爾文(110-130頁)。台北：書泉出版社。
- ◎高松景(2006)。以「生活技能」為主的高中生性教育介入研究。國立臺灣師範大學衛生教育研究所博士論文，未出版，台北市。
- ◎佛洛姆(1969)。愛的藝術。(孟祥森譯)。台北：志文出版社。
- ◎曾昭旭(1980)。酒色財氣不礙菩提路(35-55頁)。台北：漢光文化事業公司。
- ◎晏涵文(2004)。性、兩性關係與性教育。台北：心理出版社。
- ◎鄔昆如(1990)。哲學概論(1-7頁)。台北：五南圖書出版公司。
- ◎鄔昆如(1998)。西洋哲學史(542-543頁)。台北：正中書局。
- ◎Beitz,J.M.(1998).Sexual health promotion in adolescents and young adults: primary prevention strategies. *Holistic Nursing Practice*.v12 n2 p27.
- ◎King, K.A.(1997). self-concept and self-esteem: A clarification of terms. *Journal of School Health*, 67(2), 68-70.
- ◎SIECUS (Sex Information and Education Counciln of the U.S) , National Guidelines Task Force (1991) *Guidelines for comprehensive sexuality education: Kindergarten-12th grade*. SIECUS.
- ◎WHO (2003) .*Skills for health: Skills-based health education including life skills: an important component of a child-friend/health-promoting school*. WHO Information Series on School Health; Document 9.
- ◎高松景個人網站：「愛情重補修」全人發展性別平等教育教學資源網網址：<http://pic.tlsh.tp.edu.tw/~lovexoop>



“性”，值得嘗試的冒險？

從青少年的認同危機談青少年性教育

在傳統價值崩解，自主性抬頭的時代裡，應讓青少年對自身所處環境有更多的覺察，包括了解自身的性價值觀如何受到社會文化以及環境的影響，透過對社會價值、家庭價值以及個人價值的體認，以及對自己的性價值觀的澄清，「性自主」方能發揮正面影響。

■鄭其嘉 輔仁大學公共衛生學系暨研究所助理教授
美國德州大學奧斯汀校區教育心理／人類發展哲學博士

“我不知道……我只是感覺到被需要，被男友需要……這種被需要的感覺為我的人生找到意義。”——記不清是哪一年的哪一天，在美國的天空下，一位陷入一段“不可能”的戀情的友人，如是對我說。

「青少年的性健康」一直是各界所關心的議題，學者、政府單位以及家長團體為遏止因不安全或計畫外的性行為而導致的性病與未婚懷孕，每年投注許多的經費宣導並教導青少年性健康。然而，近年來的統計數字卻顯示，青少年的性行為愈來愈氾濫，其所衍生的問題也愈來愈複雜。

由於社會風氣逐漸開放，再加上網路發達，現在的青少年比以前有更多的機會接觸與性相關的資訊，也有更多的機會，不論是自願的、嘗試性質的、被迫的，或被挑起的，讓青少年得以嘗試性行為，社會同時對青少年的性行為也比過往表現出更寬的容許度。然而，根據學術研究結果、官方統計數字、以及新聞報導，則顯示出青少年的性行為往往游走在危險的邊緣，

除去沒有戴保險套之外，有些青少年以為性可以得到或維繫住一段脆弱的感情，有些青少年則用強迫的手段，滿足自己的性慾望與性好奇，有些事件甚至衍生出愛滋病、亂倫、情殺或仇殺等的悲劇。於是，我們不禁要問為什麼？是什麼原因使得青少年冒險嘗試不安全的性行為呢？難道青少年不知道不安全的或沒有計畫的性行為，會增加意外懷孕或感染性病的危險嗎？難道青少年不知道性並不等於愛嗎？

關心這些答案的學者專家們大概都會同意，大部分的青少年多知曉不安全或沒有計畫的性行為，具有一定程度的危險性並其可能衍生的負面後果。那麼，為什麼還有這麼多的青少年願意冒這個險呢？其實，沒有好處，沒有利益的事情，是很少人願意去從事的，所以，性行為對青少年而言，除了情慾感官的刺激之外，必定還有其他對自身是正面、有價值的意義！從發展心理學的角度觀之，青少年時期是個人尋找自我、尋找認同的重要時期，青少年透過與環境的互動，為自己的生命尋找定位。再者，青少年因為進入青春期，性荷爾蒙大量分泌，身體也開始有了變化，使得青少年對「性」的興趣陡然升高，並感到非常好奇。在這兩股力量的共同驅使下，「性」很自然的也就可能成為其認同（identity）探索與認同建構的一部份。青少年透過性行為，為自己的生命，以及自身生命所發出的疑問，找到了一部分的答案。性行為訴說一部分的自己，青少年在這裡找到了“我”！

依此論點，學者Martyn Denscombe（2001）曾呼籲，公共衛生界與教育界，應該重新調整其對性行為的看法，減少從“問題行為”（problematic behavior）的角度看待青少年的性，而要多從“自願性”（voluntaristic behavior）的角度來看待！以往，健康促進學者習於將「健康」與「危險」，非黑即白地一分為二，並視人為一個被動的個體，忽略了人在各樣的行為裡，均具有某種程度的主動選擇權，即便在一個看似“危險”的行為裡，也含有個體對其「自我」以及生活意義的建構（Crossley, 2001）。例如，青少年的抽菸行為很可能是其透過模仿成年人抽菸此一動作，來為自己找到通往“成年”的通道。

就青少年的性行為此一議題而言，健康促進界往往將青少年的性行為視作“有問題”且“待修正”（有些學者喜歡用“污名化”此一詞來挑戰這個現象，但是我個人在這個議題上，並不喜歡用這個強烈的主觀字眼，因為任

何立場均可能某程度地「污名化」另一個立場。到頭來，控訴污名化者，很容易也「污名化」了被控訴者的立場的行為，並且用各樣“外在的（external）”（例如：同儕壓力）以及“內在的（internal）”（例如：低自尊）因素來解釋不安全性行為的發生。誠然，這些因素有一定的預測效力，但是，卻無法解釋青少年從事性行為的動機（motivation）何在，也沒有辦法了解「性」（sexuality）在青少年的生命與生活中所扮演的角色與其對青少年所具有的意義。青少年並不純然因為同儕比較的壓力而去從事性行為，低自尊的青少年也不會自動發生性行為。青少年本身是個具有主動選擇行為能力的有機體，幾乎所有的行為均涉及青少年的「自我系統」（self-system）。「自我系統」牽涉到一個人定義自我的方式，個人會依循他/她定義自己的方式（或更白話的說，他認為自己是個怎樣的人），選擇自認為適當的行為模式。亦即，所有的行為，均含有某種程度的自我選擇！

所以，從自我認同（self identity）發展的角度觀之，性行為對青少年本身並沒有“問題”；相反的，「性」甚至是青少年“自我觀念”的一部分，透過它，青少年獲取對自己的看法，也找到自身在人際關係、在社會網絡中的位置。如果性教育不能體察這一點，不能了解性行為在青少年的生命中所扮演的角色，以及青少年對「性」的主觀經歷與價值觀，而一味單向地告訴青少年要拒絕性行為或將性教育與保險套教學畫上等號，這樣的教學就好比，面對一位希望轉組重考的考生，輔導老師卻不斷地告訴他如何在他目前所考取的學系裡拿高分一樣，這樣的教學，又如何能有效地引導青少年對其價值觀做澄清，並清楚地裝備他們，使其具有做決定以及問題解決的能力？

然而，探討青少年的發展時，必須置於其所處的社會脈絡（social context）中來檢視，同時，社會文化背景的差異（如：性別、社會經濟地位、年齡等），也會使青少年的經歷彼此間不全然相同，特別是性別間的差異，近年來受重視的性別研究就指出，男性與女性的生活世界及其經驗往往是很不相同的，不能拿單一性別的研究發現來概化另一性別的經驗。再者，在目前的台灣社會中，傳統固有的性別角色正不斷地受到挑戰並快速地鬆動，其中也包括了男女在「性」或「性行為」方面的互動方式。青少男與青少年處在這個解構的過程中，多少會受到影響。近年來有關青少年性行為的研究發現，除了第一次性行為的年齡層下降、交易性性行為增多之外，有關性別差

異方面的一個現象就是，青少年的婚前性行為在這十年間，相較於青少男，是不成比例地快速增加；而青少男上網援交人數也大量增加，並產生性取向的認同混淆，這樣混亂與混淆，是否也反映了現在的青少男與青少年，正身處在一個較過往更複雜、更不確定的社會環境裏？

有基於此，我將從檢視現在青少年所處的社會脈絡的特性出發，指出目前社會現象的複雜與不確定性如何與青少年的自我認同發展交互作用。同時，帶入“性別”因素，探討男、女青少年，如何經歷認同危機，以及性行為如何在其追尋自我的過程中扮演一個角色，並對青少年性教育做建議。

壹、我們身處社會的特徵

隨著工業與經濟的發展，以及國際交流的頻繁，加上講求效率的社會，使得人際互動快速而淺薄；同時又有各式各樣相互衝擊的價值觀與思潮，最後終致賴以維繫社會安定的傳統價值與行為模式開始鬆動，被檢視與顛覆，而懷疑論盛行，一切都可以公開質疑，人們也不再相信絕對的、獨一的權威，我們的社會漸漸進入了一個“不確定性”（uncertainty）升高的時代。

在被鬆動的傳統價值中，其中一個明顯的例子，即是女性的地位。傳統上認為女性隸屬於男人，並應具有三從四德的美德，這樣的觀點，已經不合時宜，且被視為是一種傷害人權、危害社會公平的思想。過往認為女性的「性」應為其男人所專屬，是「性」的被動者與提供者，並且漠視女性情慾的存在，限制女性為自己的「性」發聲的空間，這些思維，也已被挑戰，男、女雙方在「性」方面的關聯，共同經歷不斷的衝突與磨合，男性被要求視女性為一個含有「性」的獨立主體，女性也被要求珍視自己的主體價值，並能夠為自己發聲。

這個過程推進快速，男女雙方均須經歷未學習（unlearn）、學習與再學習。無庸置疑的，這個類似革命的學習過程伴隨著各樣的風暴與代價。其實，嚴格來說，其已超越“學習”的範圍，更明確的說，應說是一個“權力”（power）重新分配的過程。傳統的社會中，男人，相較於女人，乃是權力的擁有者與支配者，這樣的權力分配雖然不公，男女互動與社會現象卻具有相當的穩定性且可以預測。而權力被某種程度重新分配後的社會，不確定性大為升高，男女該如何互動？可以堅持到什麼程度？會發生什麼事？其實

是很難在開頭就可以預見的，也很難保證如何分配或何種分配方式會導致最佳的結果。即便如此，一個願意被鬆動、能接受並容許不確定性的人，有較佳的社會適應力，也較能為自己創造機會而勝出。

在諸多的不確定中，也包括了“認同”（identity）的不確定。現今社會人際互動快速、頻繁卻淺薄，人們在短暫的時間內經歷多個不同的身分轉換，並且必須依時空調整自己的角色與認同，例如：一個住院醫師在早上晨會時，可能只是個學習者，當與病人互動時卻必須是個專業權威，或者有時必須像諮商員具有同理心，但是當主治醫師前來探訪時，又必須謙虛地接受指導，然而他自己也必須在指導實習醫師時成為一個指導者，如果有機構邀約演講，他又必須在面對民眾時快速轉換另一種角色與特質（例如：變得很幽默）……等等，諸如此類，一天之中，數個不同角色不斷交互轉換。然而，在這不確定的變動中，愈能彈性調整自己的人，愈能適應這個社會。這種“變色龍”性格，與傳統強調一致與耿介的價值，可謂是背道而馳（Gergen, 1991）。同時，在這多重的身分中，似乎沒有任何一個身分可以絕對地定義自己，人們習於隨時轉換自己的認同，於是乎，人們漸漸地也就不確定哪一個才是真正的自己。

而青少年因為正在尋找自我，也就更樂意試驗與適應不同的身分。在青少年族群中盛行的網路交友以及線上遊戲網站，可謂是一個青少年得以試驗不同身分、不同自我的絕佳實驗場，許多的青少年似乎樂在其中。這些實驗性質的互動，當然也包括了性行為，不論是網路世界的虛擬性愛，或是與網友相約的一夜情或援助交際，在在可以見到這種變動的試驗特性，在這不斷變換的身分與認同中，青少年獲致與自己內在的某部分相契合的快感。但是，令人遺憾的是，部分的青少年在這些活動中學會欺騙，有些則遭受性侵害或對自身的性取向產生混淆。

伴隨著不確定性而來的，是個人自主性（autonomy）的加重強調。社會經濟的安定與繁榮，使得工業發展中社會所強調的主要價值，如客觀的外在成就與權位，漸漸不再這麼被看重，取而代之的，是後現代社會所強調的主觀經歷，如主觀福祉（subjective well-being）與自我實現（self-actualization）。同時，民主價值所強調的自由與平等，也反映在後現代社會中人們所追求的自我導向（self-directed）與自我表達（self-expression）裡。也就是

說，個人被允許為自己的生活型態做選擇，也必須負更多的責任。過往，青少年習於遵循父母設定好的獲至成功的“最佳路徑”，如用功讀書、接受高等教育、然後進入人人稱羨的高薪工作領域（例如：醫師、律師），或就女性而言，獲致穩定、可以照顧家庭的工作（例如：教師）。然而，現在的青少年，不再迷信有所謂的“最佳途徑”，而更重視“自我”的實現，他們可以反覆地推敲事件對自己的意義，考慮自己的主觀感受，以作為做決定與做選擇的基礎。關於評價，他們重視個人的感受，也多於他人的眼光。

也就是說，這是個重視個人的“自主性”的時代，人們所擁有或被認定賦予的權利內涵愈來愈多，也愈來愈精緻，其中包括「性」的自主權。過往，有關於「性」的自主權，雖然沒有明確的概念與論述，卻是操縱在男性手裡，現在則被清楚明確地討論，同時強調女性也有相等的「性」自主權。

綜合言之，隨著經濟的發展與國際的交流，重視多元觀點與自由平等，傳統階級社會固有價值受到撼動與挑戰（特別是性別角色關係），同時也將社會帶入一個高度不確定的氛圍裡。能夠彈性轉換角色並容許某程度的被解構的人，具有較佳的適應力。然而，不確定性以及強調個人的自主性（autonomy）的主觀價值卻也為青少年提供了探索與試驗自我的絕佳環境。

貳、青少年的發展與認同危機

相對於社會所呈現的不確定與升高的自主意識，青少年的心理發展恰好也面臨到這兩大課題。

隨著認知能力的增長與複雜化，以及社會角色的逐漸被賦予，青少年會經歷一段認同（identity）的探索期（Erikson, 1968），嘗試回答“我是誰”？“我要往哪裡去”？等等有關自己（self）以及未來的問題，來為自己找到一個定位。「認同」關乎著個人的隸屬感（belongingness），透過自我的探索與他人的認可，青少年找到了自己以及在社會人際網絡中的位置。例如：青少年覺得自己「喜歡畫畫」、或「是個愛搞笑的人」、或「很有吸引力」、或「喜歡跟朋友逛街」、或「我的班上同學喜歡我」……等等，均是青少年定義自己的方式。

傳統上，社會文化的結構性因素（structural factors），例如性別、年齡、社會經濟地位……等，對個人的認同發展具有決定性的影響。也就是

說，個人所屬的社會階級決定一個人的社會位置、社會角色及其角色行為。個人的認同是被決定的，而非自我的選擇。以性別（gender）為例。過去的社會要求男性負擔起養家活口的重責大任，女性則必須出嫁，並以丈夫與孩子為生活重心，這樣的安排，沒有太多的個人選擇，幾乎人人遵循著這條既定的路徑前進，少有例外。於是乎，男孩從青少年時期起，便開始學習思索並安排自己未來的工作與職業；女孩則花多點時間與精力在裝扮自己，以找到一位良夫。這樣的社會安排誠然單純，並有其特定的社會功能，可惜的是，女孩的潛力被犧牲與被埋沒，而男人則疲於汲取生活並接受社會無情的比較。

然而，在現代的社會裡，這些結構因素對青少年認同發展的影響，正在逐漸的削弱中，取而代之的，是個人的“自我選擇”，換句話說，是個人“選擇”去做什麼，而不是“被決定”去成為什麼。例如：「性」在過往多半強調在其「生殖」的功能面，男性與女性，在其生殖上所具有的功能，各就各位，至於個人對「性」不同於「生殖」功能的其他感覺，並不重要，也不會成為個人定義自我的方式。特別是對女性，如果女性對「性」有其他不同的感覺，甚至會被當時的社會認為是敗壞、破壞善良風俗的。所以，只有削弱了社會的結構因素對人們認同發展上的決定力量之後，有關於「性」的多元面向才開始被看見，「性」也逐漸被接受成為個體「自我觀念」的一部分。例如Vickbearg & Deabus（2005）等學者便曾分析出「性自我觀念」（sexual self-concept, 個人對自己的「性」的看法），包括數個面向：性的責任面、性的愉悅面以及負面的性等等。

所以，處在自我探索期的青少年，因為不了解自己以及別人如何看待自己，常常會對「性」感到煩惱，例如：許多青少年想要了解自己的吸引力如何，甚至是性能力如何，或性行為對自己的愛情與婚姻的重要性…等等。所以，女孩子花心思裝飾自己，其立即的目的不見得就是為了尋找丈夫，乃是為實驗並了解自己的吸引力何在。而媒體對女性吸引力的評斷標準，也深深影響女孩的身體自我觀念（或身體心像），有些女孩甚至併發了厭食症。

認同的達成，有一部分取決於青少年身邊重要他人的認可。一個人對自己的看法不會憑空發生，乃是要透過觀察身邊他人的反應與評價，來確認自己的感覺正不正確。所以青少年渴望獲得他人的認可與接納，以產生隸屬

感。然而，並不是所有的青少年或他們所有的探索行為，都能得到別人的贊同或者重視，因此，有一部分渴望獲得他人認可的青少年，或會以性行為中的親密來換取這份被認可、受重視的感覺。殊不知，這樣的短暫交歡，無法解決他個人的親密需求！現在的社會中，不再只有女性，男性也會以性來交換被愛的感覺。

期望更多的自主性（autonomy），為自己做決定，是青少年心理的另一個發展特徵。在兒童時期，兒童對於自己做決定並不那麼在意，也不那麼要求，父母也習於為孩子做大部分的決定。然而，進入青春期以後，由於自我



意識的提高與渴望成熟，教青少年有更多的自我決定（self determination）需求，青少年希望自己對自己的生活有更多的揮灑空間，因為自主性，是成熟與成年的代表。社會對「性行為」發生的正當性，往往設有特定的標準，例如：十八歲以上方被視作成年人，才被認為具有自主的行為能力。這種非黑及白的劃分法，隱約暗示青少年：「成年，代表性行為的合法化，代表即將進入一個充滿「性」神秘色彩的國度，於是乎，一部分的青少年將獲取性經驗，視作成熟與進入成年世界的一項指標。」這種觀念，仍不脫出實驗自我

的範疇。

現今的學校教育，總是強調性的「自主權」，教導青少年體認個體對「性行為」擁有絕對的獨立做決定的權利。其立意的顯著性在於防制性騷擾與性侵害，然而，在防制非意願性性行為的另一面，也意涵著青少年對自己「出於意願」的性行為也擁有絕對的「自我決定」的權利，在這看似絕對正當的論述的背後，卻忽略了其中所附帶的危險。「自主」本就是青少年所追求的，青少年本來就希望擁有更多的自主空間，因此，被賦予更多的自我決定空間，是青少年所渴求。過往傳統的社會，對「性」有諸多的限制與控制，包括正面的與負面的，例如：避免婚前性行為、男性要負起責任……等等，這些限制，雖然並不全都是合理或合乎人性，但對遏止性氾濫，也多少發揮了相當的作用。當這些限制與社會控制的機制均被挑戰，被顛覆除去之後，抬頭的性自主，容易使一部分自制力較差的青少年取得更多的正當性去嘗試各樣的性行為，其中不乏不安全或危險性較高的性行為，例如：上網援交、一夜情、集體性交……等，其中衍生的不良影響，包括性病、愛滋病、吸毒、拜金主義、生活迷亂、缺乏目標……等等，使他們的青春付出昂貴的代價，也教社會消耗更多的社會成本。因此，在傳統價值崩解，自主性抬頭的時代裡，應讓青少年對自身所處環境有更多的覺察，包括了解自身的性價值觀如何受到社會文化以及環境的影響，透過對社會價值、家庭價值以及個人價值的體認，以及對自己的性價值觀的澄清，「性自主」方能發揮正面影響。

結語

目前的社會，似乎與青少年的心理特徵與發展任務，具有相似的基調。傳統價值（特別是性別角色與性價值）的逐漸崩解，不確定性升高；追求民主的社會氛圍濃厚，強調自由與公平等因素的影響，使得個人自主的精神，凌駕了集體目標，成為個人追求的標的。性教育工作者，必須了解青少年所身處的社會脈絡，以及青少年的發展過程中，尋找自我與認同的需求，才能了解並接納青少年表面上看似“有問題”的性行為，事實上是解構中的社會特徵與青少年的發展任務交互作用的結果。青少年期盼了解自己，並且獲得他人的認可，在其交友活動或性活動中，實驗自己，逐漸認識自己並獲得歸

屬與認同，以為自己以及在社會網絡中找到一個位置，一個既可以發揮自主性，又有歸屬感的地方，「性」只是其建構完整自我的一個方法罷了。

然而在鬆動的社會結構中，社會制約與社會控制的力量逐漸消失，如果過度強調性自主，卻沒有同時引導青少年思考自己的性價值觀如何受到社會環境的影響，將使一部分的青少年濫用性自主權，進而使他們自己或社會付出昂貴的代價；或是有一錯誤的以性行為中短暫的親密接觸，來換取同伴的認同與接納。性教育工作者，必須真正地聽到青少年的聲音，了解「性」對青少年建構自我與認同的意義，引導他們觀察身處的環境特徵，思考社會以及自身性價值觀的形成過程與影響因素，並了解性與被認可之間的辯證關係，方能真正讓青少年具有做決定以及解決問題的能力。✿



參考資料

- ◎Crossley, M. L. (2001). Rethinking psychological approaches towards health promotion. *Psychology and Health*, 16, 161-177.
- ◎Denscombe, M. (2001). Uncertain identities and health-taking behavior: the case of young people and smoking in late modernity. *British Journal of Sociology*, 52(1), 157-177.
- ◎Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- ◎Gergen, J. K. (1991). *The Saturated Self*. USA: BasicBooks.
- ◎Shucksmith, J. (2004). A risk worth the takig: Sex and selfhood in adolescence. In E. Burtney. & M. Duffy (Eds.), *Young People and Sexual Health: Individual, Social, and Policy Contexts* (PP.5-13). NY: Palgrave MacMillan.
- ◎Vickberg, S. M. J. & Deaux, K. (2005). Measuring the dimensions of women's sexuality: The women's sexual self-concept scale. *Sex Roles*, 53, 361-369
- ◎中華民國內政部 (2006). <http://www.moi.gov.tw>
- ◎晏涵文、林燕卿、張利中 (1998)。青少年婚前性行為及其趨勢之探討。 *臺灣性學學刊*, 4 (2), 1-14。

離別是再見的開始

大學生分手的傷痛與復原

■ 閔肖蔓 中央大學諮商心理師

基本資料：

小真（化名），大學某學系二年級的女生，19歲（本個案已徵求當事人同意後改寫發表）

背景資料：

小真升上大學一年級時，透過新生訓練知道學校有諮商中心，當時她看到輔導老師在台上又唱又跳的介紹，還和同學嘲笑地說：「去求助諮商輔導中心的人應該是頭腦有問題吧！但是在大二遭遇到情變後，同學好友們的說詞與勸慰，卻無法讓小真內心舒緩，小真天天哭得很傷心，經由同學半推半拉，她開始前來諮商中心進行心理治療。

開始晤談期（第一次到第六次）： 信任建立與情緒宣洩

心理師主要工作：因為此個案為非志願前來求助，對諮商中心及心理師可能會有不信任感，心理師此時任務首先著重於建立兩人間的信任關係，讓個案大量發洩心中難受情緒，為下一個諮商階段鋪陳，此時心理師對個案的分手不宜有立場，並且避免

太快給個案建議或解釋（詮釋）。

小真雖然想找人談，但是對諮商中心及心理師總是怕怕的，她總覺得老師遙不可及，一定會勸她專心於課業，或者是再交一個男朋友，而且其實心裡也對同學逼她來諮商中心感到生氣，心裡面想著：「我知道妳們是好心，但是，是不是妳們聽煩了我的故事，才把我推到這邊來？」

沒想到第一次來晤談時就發現，諮商中心的環境和自己想像的差很多，談話很隱密，有個獨立的空間可以讓人一對一的放鬆談話，在談話前還要簽晤談合約，感覺起來很專業，諮商心理師和以前的老師及朋友也不太相同，話不太多，也不太給建議，



臉上也沒有不耐煩，只是簡單的問幾個問題，如：「我坐在這裡，看到妳的樣子，覺得妳好像很痛苦，妳要不要說說看什麼事情讓妳那麼痛苦？」

小真在第一次晤談時只是一直哭，一句話也不肯說，直到第二次晤談時，才發現心理師還是在坐同一個地方認真的看著她，認真地聽她說，於是內心大量的痛，大量的苦，如泉

水一樣不停的湧出……小真努力考上大學後，在一年級下學期，開始和大一屆的學長及同一個社團的小明（化名）談起戀愛，小明那時候很積極追求小真，常常接送她上下課，帶她去看夜景，看星星，寫著數不清的卡片及email，那時兩人形影不離，吃飯在一起，看書在一起，如果可以跨年級選修，兩人必在一起修課，分組必會在同一組，那時正是兩人熱戀的甜蜜期，讓許多同學都羨慕小真，有一段那麼美好的戀情。

到了小真大學二年級時，她還偷偷瞞著父母，從學校宿舍搬出去和小明同居，這時兩人的關係更緊密，小真覺得自己一輩子都是小明的老婆，而且小真很怕失去小明，所以開始干涉小明的社交及娛樂，凡是小明要和朋友聚會，小真蹺課都會跟去，一天到晚打手機問小明的行蹤，而且常常要他證明兩人之間的愛情，弄得小明很不耐煩。

到了小真二年級下學期，兩人常常吵架，小明於是和系上的另一個學妹，也是小真的同班同學小雲（化名）抱怨小真的黏與纏，兩人談著談著，日久生情，小明也受不了小真緊迫盯人，在小雲的鼓勵下，毅然決然

地和小真提出分手，並要求小真搬離外宿地方（房子為小明承租），小真無法接受兩人的愛已變質，不斷地發了許多封簡訊、email及電話，一下子在小明面前下跪，希望小明回到自己的身邊，兩人重修舊好，一下子喝酒發酒瘋大鬧自殺，幸虧同班同學輪流勸慰才沒有發生事情，可是小明躲得更遠，不肯和她相見，她終日以淚洗面，不明白自己做錯了什麼，為什麼小明變了心。

她怨，她恨，怨小明恨小明，為什麼可以像丟垃圾一樣，把兩人之間的愛與快樂時光就這樣輕易忘懷，她也恨小雲，小雲是小真的同班同學，應該有道義，不應該搶走自己的男朋友，她更怨全系的老師、學長姐及同學，沒有人替她主持公道，幫她指責小明是負心漢，然後幫她指責小雲是狐狸精，她最討厭聽到的幾句話，就是「想開一點」、「下一個男人會更好」、「離開心更寬」、「人生還很長」，她恨死這些話了，她只想要小明回到她身邊，讓兩人可以回到從前的日子。

心理師不評斷任何事情，只是柔軟地接著她的情緒，讓她想說什麼就說什麼，讓她的痛，讓她的苦，有個

宣洩的管道。

對戀情再思考時期（第七次到第十二次）

心理師主要工作：分手事件通常會讓個案會爆出大量的生氣與怨恨，這些情緒發完後，個案的心態通常會進入自怨自艾時期，這時心理師輔導的策略，在於鼓勵個案重新思考自己的戀情，出現了什麼問題才會變成現在分手的狀況，以及分手原因和自己的過去歷史的關連。

小真自從固定每週一次來諮商之後，因為在諮商過程中大量發洩情緒的關係，她覺得自己心情變得比較穩定，而且找朋友及同學訴苦的情況變少了。但不幸的是，小真還是有一些課程及活動會見到小明或小雲，對小真而言，這是件非常難受的事，眼看著小明現在和小雲兩人出雙入對，非常刺眼，小真不但常常打電話去破口大罵譴責兩人，而且在也諮商過程中，對心理師哭著罵他們兩人「可惡的壞男人賤女人……」不斷地罵…不斷地罵……。

不過，小真也開始思考，「我是不是很差勁很不好，才會讓小明選擇別的女人？而且還是我的同班同

學？」心理師不同意也不駁斥，只是要小真想想：「妳這樣的想法是從那裡來的呢？」

小真一開始無法聯想到自己身上，還是覺得那兩個狗男女是混蛋，後來卻在第十次的晤談時，突然想到自己的過去：在家排行老么，從小深受富商父親疼愛，母親個性嚴格冷酷，小真和母親反而不親近。但父親在小真國中時在大陸工作時開始有外遇，鬧得家中風風雨雨，母親一天到晚哀聲嘆氣，家庭氣氛冷淡到了極點，雖然後來外遇事件無疾而終，父母親終究沒有離婚，但兩人已貌合神離，全家人見面時冷冷淡淡，父親也不像以前小時候會對小真說說笑笑，這件事在小真心中留下了陰影，讓她覺得如果不把男人顧緊，男人絕對會變心。

所以她開始問自己也問心理師：「我的父親曾經背叛過我的母親，當時我很生氣父親的背叛，可是我也很生氣母親差勁不努力，不把父親看牢，才會讓父親外遇，我曾想，如果我是我的母親，我絕對會跑去大陸和父親在一起，顧得牢牢的，讓父親沒有外遇機會……。我明白了，所以我很怕失去小明，才會緊緊的看著他，

讓他受不了而離去。可是當時只要小明不在我身邊，我會感覺到莫名其妙的害怕與孤單，好像寂寞會把我吞食一樣，所以我一定要緊緊地抓住小明。」

心理師看著小真問道：「妳覺得妳母親的方式不好，才會讓妳父親外遇，那妳覺得，妳這種方式達到妳的目的嗎？解決妳的孤單了嗎？」

小真哀怨的回答，她覺得並沒有解決，反而讓她更難受更孤單，她覺得小明沒有像剛開始那麼愛她了，但自己硬要用蠻力才能把小明留在身邊，女人應該是被男人寵愛與疼惜的，是自己怎麼會把愛情搞成這樣悲哀？小真不禁覺得自己很下賤。

心理師也順水推舟問小真：「對呀，妳曾經發生了什麼事，讓妳變成這樣的一個女人，他和妳的相處已經讓妳有下賤的感覺，但妳還是拚命用蠻力留住他呢？」

小真回想起國中發生一些事情，因為小真外貌身材俱佳，但太過驕傲，雖然很多男生喜歡，但班上女生同學聯合排斥她，也導致男生同學一起排斥小真，曾經長達兩年的時間，她在班上一個好朋友都沒有，每天孤零零的獨自一人吃飯，上下學，升上

高中後，就讀女校，小真不想重覆以前的人際關係，開始學習謙虛，說話討好女同學，雖然別人沒有再欺負她，但她逐漸養成自卑低下沒有安全感的習慣。她很害怕被拋棄孤立無助的感覺。

心理師此時慢慢幫助小真重新檢視自己，她已不再是當年被排斥孤立無助、家有不幸變故的國中生，她可以不再用當年的舊方式觀念因應分手，因為那些方式及觀念雖然當年幫助她渡過難關，但現在卻讓她舉足無措。

哀悼及承認時期（第十三次至第十八次）

心理師主要工作：經過大量的反思之後，個案通常開始接受戀情分手的事實，這時心理師主要任務即為陪伴個案一起面對戀情分離及與諮商師結束談話的事實，並為沒有男友的新生活做準備。

經過將近三個月的晤談，不斷地回顧過去及發洩痛苦後，小真心情舒坦多了，她發現一個事實，每個人的一生中，一定會遇到一兩次重大的分手功課，因為真正深愛過，才會痛苦不堪，把男人看得緊或不緊都不能保證那個男人會永遠在自己身邊，她開

始對自己釋懷，也對母親當年對父親的行為釋懷。更重要的是，她下了一個決定：不要讓那種下賤孤單的感覺回來征服自己。她慢慢接受現實：小明也許不會回來自己身邊了。和心理師商量後，小真做了以下行動：

- 一、寫封email給小明，謝謝小明愛過自己，為兩人原先的戀情劃下休止符，之後斷絕兩人一切的email、手機簡訊、及MSN往來。
- 二、將兩人之間的信件簡訊物品做處理，不再讓自己有理由感傷。
- 三、將注意力放在新目標上：小真一直想要拿到某專業執照，也想減重五公斤，她開始努力用功唸書及健身節食。（半年後，小真如願考上執照，並且瘦了七公斤，比原本預期還要好。）

心理師評估認為小真已經走出情傷的陰霾，當初設定的諮商目標已達成，便開始與小真結案。✿

附註：過了一年小真再來找心理師晤談，因為小明回頭來找小真復合，小真覺得很難決定，因為小真已經有了新男朋友了，不知如何選擇，這又是另一個諮商過程了。

被窩裡的小秘密

談幼兒自慰的處理

■毛萬儀 經國管理暨健康學院幼保系講師

基本資料：5歲女幼童

背景資料：

我在學校開設「幼兒性教育」課程已經十多年了，學生因為實習或在園所任職，常會在課堂上提出曾經或者現在正在面對的案例進行討論。

印象比較深刻的是最近我在進修部幼保科的學生美華（化名）所提出的案例。她在這門課剛開始時便已明顯透露出他對這個個案的擔心與不安。她說，令她擔心的是她班上一個5歲的女孩婷婷（化名），不知道從什麼時候開始，就好像對生殖器官特別感到有興趣，常常會用手去玩弄撫摸，由於之前美華和搭檔帶班老師對於婷婷的行為都感到很不自在，一時之間實在不知道該如何處理，只好都裝作沒有看見，但是又非常擔心婷婷這樣的行為會持續下去，不知道該如何是好。後來在我們的「幼兒性教育」課程中，聽到我不斷強調幼兒階段會表現出許多性好奇行為是屬於自然普見的現象，成人不需過於緊張，而是要針對幼兒的好奇與需要進行處理，美華於是推測婷婷的表現或許只是幼兒的自然性好奇，心中著實安心了不少，心裡想著：「婷婷這樣的行為應該過一陣子就會好了」。

幾天之後，美華在陪伴孩子午睡時，發現婷婷趴著，被子蓋住整個身體，她順手幫婷婷調整被子的時候，卻被眼前的景象嚇壞了：婷婷雙腳夾著棉被，趴在地上，屁股扭來扭去摩擦著，嘴裡發著怪聲，頭上還因過於激烈而冒著汗。美華強忍著澎湃的情緒，詢問婷婷在做什麼，婷婷居然回答美華說：「這樣子小jj會很舒服」，美華聽到婷婷這麼說，感到相當震驚！面對眼前的婷婷，她頓時

猶豫了起來，雖然知道婷婷在這個階段會對自己的身體感到好奇，但是，婷婷的行為和反應根本就是在「自慰」了嘛！可是，婷婷還只是個5歲大的孩子，居然會自慰？！這到底是怎麼一回事？這還只是單純的性好奇嗎？她是從哪裡學會這樣做的？該讓婷婷繼續這樣下去嗎？現在到底該怎麼和婷婷說呢？美華覺得相當不安與困惑。



事件評估

即便婷婷「自慰」的舉動如此「驚人」，美華和她的搭檔老師如此擔心，我還是不斷提醒美華：「婷婷是個5歲大的幼兒，我們還是要以『幼兒』的狀態來分析和協助婷婷。」基本上來說，成人自慰的主要動機與目的，大多是為了舒緩性慾望的衝動，以及達到身體性生理作用的滿足。對於幼兒來說，在生理和心理層面，有關性生理慾望和衝動的機制

都尚未開始發展，因此，對一個未滿6歲的孩子來說，顯然地，自慰的動機與目的並非如同成人般，是因為有難以克制的性慾望，而是有此階段特有的其他特性。

我於是首先請美華確認：「婷婷真的是在自慰嗎？還是其實是大人的誤判？」。也就是說，在試圖解答「該如何停止孩子的自慰行為」的疑問之前，美華應該更冷靜的觀察和

確認婷婷「真的在自慰嗎」？根據我過去的處理經驗發現，有許多成人所提出的「幼兒自慰」情況，實際上是因為成人本身對「性」的過度緊張反應，誤判了孩子的行為。例如：曾有孩子因為內褲材質與尺寸不當，造成陰部不適，需要經常伸手調整內褲而被誤認為自慰。還有孩子身體清潔不徹底，造成陰部有發炎搔癢的情形，他因為不斷伸手抓搔而被認為自慰。成人的誤判不僅造成孩子情緒緊張，更錯失了協助孩子身體健康照護的重要契機，想要保護孩子的目的適得其反。因此，我向美華再三強調，要先去除自己對「性」的不安與尷尬，確認婷婷的狀況。

接著，我分析幼兒自慰常見的幾種可能狀況，並請美華評估婷婷的問題比較接近哪一種，以釐清：「婷婷自慰的原因是什麼？只是幼兒滿足對身體好奇的一種方式嗎？」從國內外文獻及我個人的觀察經驗，幼兒自慰行為的可能原因可以從幾個不同的角度來分析：首先，從幼兒發展的觀點來看，孩子大約在二歲半左右，因為大小便的生理控制能力已逐漸發展成熟而不再使用尿布，生殖器官於是顯露出來，開始成為幼兒進行身體探

索的重點之一。精神心理學家佛洛伊德稱3到6歲的孩子處於「性器期」，並主張此時期對生殖器官所產生的概念印象，將影響之後的心理發展。因此，從發展階段來看，幼兒基於對身體的好奇而撫弄生殖器官是有可能的。其次，從生理構造來看，生殖器官本身為黏膜構造，而且有大量的神經聚集於此，使得它成為身體刺激與愉悅感受的來源，如果對生殖器官進行撫弄、摩擦與刺激，將會為身體帶來一種特殊的愉悅感受。因此，從生理構造的角度來看，幼兒的自慰行為也有可能是基於對刺激生殖器官所帶來的特殊感覺，所進行的一種單純的享樂活動。再者，從心理因素來看，由於自慰為孩子帶來身體的愉悅，因此有可能被孩子保留而逐漸成為一種習慣；也有可能被幼兒當作紓解巨大心理壓力的方式，隨著心裡情緒壓力的存在而形成一種心理固著的作用。

為了釐清婷婷自慰的原因與動機，我於是請美華先確認婷婷的生殖器官是否有不適的情形，並請美華回想追溯婷婷開始出現撫弄生殖器官的時間，與園所及家長溝通當時是否有一些對婷婷造成心理壓力的事件。

輔導經過

我請美華先在徵得婷婷的同意後，為婷婷檢視內褲的材質、尺寸及清潔度是否適宜，再檢查婷婷的生殖器官是否有保持清潔，以及是否有紅疹破皮的情形。

美華隔天憂心忡忡的來找我，她聽從我的建議，在婷婷出現撫弄生殖器官動作時，順勢親切的詢問婷婷怎麼了？是不是生殖器官不舒服？婷婷表示生殖器官會癢，美華於是在徵得婷婷的同意後，到廁所為她檢視內褲及生殖器官。結果，赫然發現，婷婷的生殖器官發紅，有異味，內褲上也沾有一些分泌物。美華除了幫婷婷清潔生殖器官及更換備用內褲外，也教導上廁所擦拭及洗澡清潔生殖器官的方法，還提醒婷婷要好好保護照顧自己的身體。

我肯定美華的做法，並建議她必須和搭檔老師建立輔導婷婷的共識，也要與家長溝通，提醒家長注意婷婷生殖器官的狀況，並且最好能帶婷婷就醫。美華於是首先和她的搭檔老師討論婷婷的狀況，也規劃了接下來預計對婷婷進行的輔導策略，還向所長報告，也獲得所長的支持。接著，她打了電話給婷婷的爸爸媽媽，請他們

撥空到園所談談婷婷的問題。

電話是婷婷的爸爸接的，隔天中午，到園所來的卻是婷婷的奶奶。原來，婷婷的爸爸媽媽最近離婚了，婷婷的媽媽搬離了家，婷婷的爸爸忙著工作，只好請奶奶來照顧婷婷。奶奶聽到婷婷的狀況，眼淚忍不住掉下，說起婷婷的爸爸媽媽幾個月前爭吵不斷，婷婷的媽媽經常徹夜不歸，婷婷的爸爸則是一個人喝悶酒喝到爛醉，放著婷婷不管。她決心要好好照顧婷婷，不再讓孩子受苦。

美華這才回想起來，婷婷好像就是從爸爸媽媽吵架後開始出現撫弄生殖器官及自慰的行為。顯然，婷婷的自慰一方面是因為生活被疏於照顧，一方面是因為父母爭吵離婚對他造成心理壓力所導致。我於是建議美華除了肯定婷婷照顧自己身體的能力有進步外，也要持續注意婷婷的身體衛生，並且多給婷婷關愛，多傾聽，多同理，以重建婷婷的安全感和信任感。遇見婷婷撫弄生殖器官，只要提供多元學習刺激，自然平靜轉移她的注意力就可以；午睡的時候，則協助婷婷側睡或仰睡，並在一旁陪伴她至入睡，以淡化婷婷對自慰的過度關注。

輔導成效

美華、她的搭檔老師以及園所對於婷婷自慰行為的態度，從原來的排斥與不知所措，轉而對孩子包容與關心。她們不再視婷婷為一個對「性」過度好奇的、需要行為糾正的、「有問題」的怪小孩，而是一個「需要關愛」的小女孩。

經過美華和園所的共同努力，婷婷學會了身體衛生的生活自理能力，奶奶把婷婷照顧得很好，她的內褲每天更換且尺寸合宜，生殖器官也沒有發紅搔癢的情形了。婷婷和班上的其他孩子互動逐漸增加，在一旁發呆撫弄生殖器官的情形也減少許多。

當然，婷婷父母爭吵離婚對她心理造成的威脅與壓力可能還需要進一步的輔導處理，不是短時間就能化解，但是美華與園所老師對於婷婷都非常關心與疼愛，也不斷與婷婷的家人保持聯繫，相信婷婷一定可以越來越棒！

輔導心得

根據多年來透過上課及演講的案例分享討論，我發現幼兒的「自慰」行為困擾著許多父母和園所老師。由於孩子自慰的動作、表情與反應和青

少年及成人的表現非常相似，在大家一般的印象中，這似乎不應該發生在像婷婷這樣幼小的孩子身上。更何況，對於「自慰」行為本身來說，社會普遍對它的接受度也不高，總認為那是一種「不是很好」的行為，所以，當「自慰」發生在幼兒身上的時候，就難免要嚇壞一群成人了。

幾乎所有曾經發現幼兒自慰行為的父母和園所老師都會希望能儘快停止孩子這樣的行為，當然這是基於疼愛、關心孩子，不希望孩子行為偏差和受到傷害；然而，在思考該如何謹慎處理孩子的自慰行為前，「確認」和「釐清」仍是重要而不可忽視的重要措施。我們尤其需要先澄清的問題是：幼兒真的會自慰嗎？他們為什麼會自慰？他們自慰的動機和目的到底是什麼？針對上述案例與分析內容，我們可以了解，對幼兒來說，自慰的動機、目的、性質均有別於成人，不論幼兒自慰的情形為何，成人都不宜根據本身對性及自慰的觀感去面對與處理幼兒的自慰行為。

我所接觸過有關幼兒自慰的案例很多，但是自慰的情況與動機不盡相同，因為原因不同，處理的方式上也就有所不同。不論如何，成人首先都

應態度冷靜，詳細觀察孩子，提醒自己不要誤判孩子的行為表現，並且在孩子的了解與同意下，檢視孩子內褲的材質與尺寸是否恰當，並確認孩子生殖器官的清潔與健康狀況。至於在具體做法上，個人將就幼兒不同自慰的處理情形說明如下：

◎掌握孩子自慰的情境，針對需要提供協助

成人要掌握孩子大多在什麼情況下自慰，以及自慰的頻率如何。

一、單純的身體刺激樂趣

如果孩子自慰的頻率不高，且大多在無聊時和睡覺前會自慰，則可能只是單純的生殖器官撫弄樂趣，這種情況只要自然地轉移孩子參與他感到有興趣的活動，或者由成人陪伴孩子直到入睡（可以鼓勵孩子採側、仰躺姿勢及手抱娃娃），一段時間以後，大多都能夠被逐漸淡化及轉移。

二、對身體感到好奇

成人可以觀察孩子除了有自慰行為以外，是否也伴隨有其他的身體

探索行為，如，偷看別人上廁所及更換衣服、探索自己身體的其他部位、模仿異性上廁所的姿勢動作等，如果有，則孩子可能是對身體有著高度的好奇，成人可以藉此機會和孩子進行有關身體議題的討論，並引導孩子學習如何保護自己的身體、尊重別人的身體。

三、有巨大的心理壓力

如果孩子很明顯的有極高頻率的自慰，尤其在感受到緊張、焦慮、挫折，不自主自慰的情形更是明顯時，則需要進一步探討孩子的心理壓力來源，針對孩子的心理需要進行輔導與舒緩（一般常見的來源包括：初入園所適應不良、家中將有新生弟妹、生活有重大改變等）。

總而言之，不同的發展階段都各自有其發展特性，雖然同樣是「自慰」，對幼兒來說，在動機、目的、與本質上都不同於成人，不論如何，孩子都只是單純的表達其需要與想法，成人應該要先確認與瞭解孩子自慰的狀況，以針對孩子的不同需要提供協助，陪伴孩子一起成長。✿

從故事中獲得力量

■丁介陶 宇宙光關輔中心暨新竹市生命線員工協助服務中心特約輔導員

阿凱的失戀

阿凱（化名）是個16歲高一的大男孩，身高約有180公分，他是在母親半強迫下開始求助於心理輔導。事件緣起於某個晚上，母親做了宵夜給阿凱吃，才端進房門裏，驚見阿凱以小刀在自己的左手臂上劃下三條深深的血痕。於是，阿凱母親趕緊將兒子送往醫院急診室，包紮完之後返家休息。學校方面，母親也幫阿凱請了兩天假，讓其心情可以獲得調適。

事後，在母親的詢問下，才得知阿凱剛上高一時，偶然中結識了一位同齡女孩，與自己念同一學校，但分屬不同班級。交往數週之後，彼此均以「公」、「婆」戲稱對方，兩人的關係在同學眼中被視為男女朋友，非常要好。過了一個寒假，才開學沒多久，阿凱便發現女朋友已經移情別戀，兩個人的關係降至冰點。阿凱屢

次要求對方可以回心轉意，但卻是頻頻吃閉門羹。因此，阿凱心情非常鬱卒，在家裏又怕父母擔心，所以放學回來總喜歡把自己關在臥房內。除了吃飯、上廁所、喝水之外，阿凱很少踏入客廳與家人談話。

父母對於阿凱的行為，初時不以為意，還覺得阿凱可能想通了，要在課業上好好衝刺，並未特別去關懷阿凱的生活作息。一直到阿凱母親某晚做了宵夜，端進房內才知道一切事情的始末。父母對於阿凱為了愛情失戀，竟做出割手臂的舉動，都深深不以為然。在醫生的建議下，父母覺得阿凱有必要接受心理輔導，好渡過愛情的危機，避免相同事件再次出現。

兩次的會談

在父母陪同下的阿凱，第一次進行會談時，顯得有些靦腆，左手臂仍

有包紮的白紗布。在簡短寒暄過後，阿凱希望父母離開會談室，免得談話有壓力。因此，筆者邀請父母在會客室中稍坐，待會談快結束時再與父母進行回饋。

阿凱在會談時表示父母有些小題大作，當他以小刀割傷自己左手臂時，並不是意圖自尋短見，只是覺得心很痛，所以才在自己的身上留下三道血痕。阿凱絲毫不覺得身體疼痛，要不是母親發現，可能還會多割幾下，以便化去心中的疼痛。

言談間，筆者可以感受到小凱對於情感看得很重，甚至在失戀之後，仍深陷情感的創傷，難以跨越出來。藉由「時光旅行問話」，筆者探詢阿凱回到未來，是一位事業有成，年屆50歲的父親。當某一天晚上，想要與16歲的女兒談心，卻發現女兒割腕，身為父親的阿凱會如何面對？

阿凱聽完之後，沉默好一陣子，半晌沒有答話。正當筆者準備說話之際，阿凱說：「唉！或許我會跟我母親一樣，做當年同樣的事，送我女兒去醫院。」至此，阿凱的心門似乎有些打開，所以筆者邀阿凱簽署「好好照顧自己同意書」，在接受心理輔導這一段時間內，阿凱承諾願意吃得

好、睡得好、遠離危險物品，當心情低落時，會找知心的朋友聊聊，避免做出傻事。父母得知阿凱的心情有稍稍好轉，心情也放鬆不少，並允諾會每週帶阿凱來進行會談，以確保阿凱不再受失戀影響。

第二次會談時，阿凱的精神明顯比前一次來得好，只是在心情上仍有不快。阿凱表示希望這世上能有魔法或魔藥，一次消除他的痛苦，免受心理煎熬。筆者順勢問起阿凱是否看《哈利波特》小說，阿凱一聽眼睛亮了起來，並說他不只看《哈利波特》電影，連小說也都如數家珍。因此，筆者詢問阿凱，小說中的哈利，在追張秋時是否一帆風順？

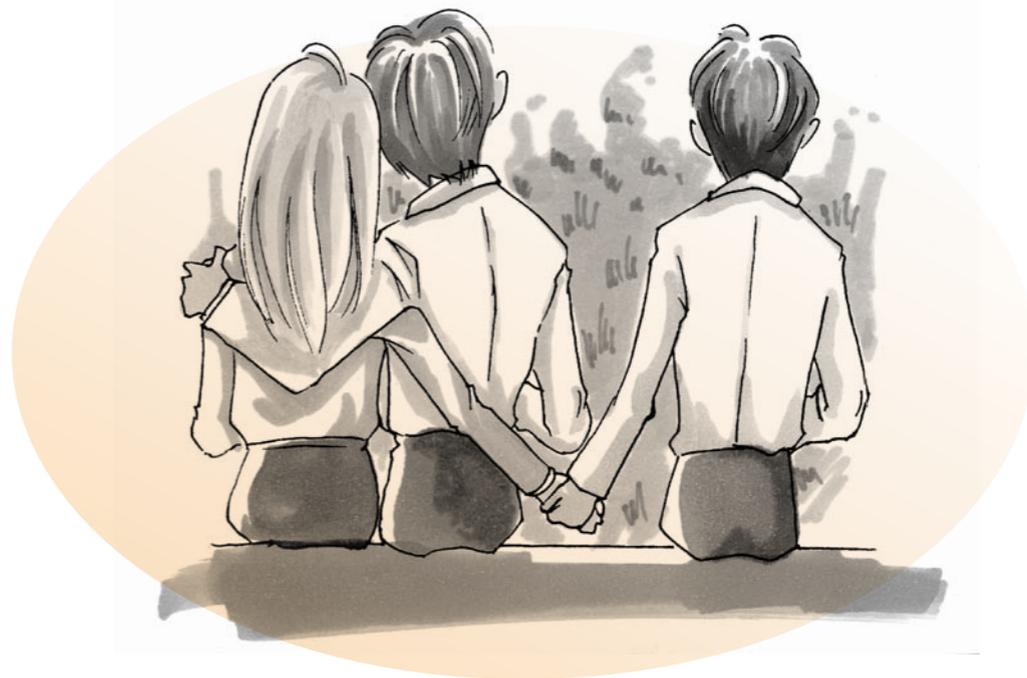
阿凱一聽，腦袋開始在思索哈利對張秋的追求過程中到底發生何事。在這一小時的會談中，阿凱與筆者有著輕鬆、愉快的對話。阿凱也憶起哈利希望霍格華茲學校可以教授愛情，這樣子哈利也就可以搞懂張秋腦子裏想的是什麼。在談話結束前，筆者邀阿凱回家後再看看《哈利波特V-鳳凰會的密令》中，哈利最後是如何擺脫愛情的挫折。阿凱應聲：「好！」這兩次的會談，筆者穩定住阿凱的情緒，同時藉由對方感興趣的話題，轉移阿

凱情傷的焦點。

阿凱的父母

阿凱的父母都是年近50歲的人，胼手胝足地創業，夫妻兩人一起經營，總算小有成就。由於家中僅有獨子阿凱，加上又是家中長孫，所以在物質生活上，父母會盡量滿足阿凱的需求。因此，阿凱從小就沒吃到什麼苦，父母都會安排得妥貼。

然而，阿凱的父親對於工作有股狂熱感，加上自己是老闆，對於公司的營運份外小心謹慎。以致於阿凱的父親常工作到晚上九點才返家，一整天的勞累讓其常癱坐在客廳的沙發上，看著電視打發餘下的夜晚時光。



因此，父親與阿凱的關係顯得生疏與冷淡。

反觀阿凱的母親，對孩子照顧無微不至，加上公司是與丈夫兩人一起合開，所以常準時下班回家為阿凱準備晚餐，母子間的關係算是非常親近。但阿凱從升上高中以來，與母親的互動也較過去來得少。當阿凱以刀割手臂時，母親一度相當自責，在聽到醫生建議後，也就積極說服阿凱接受心理輔導。

第三次與第四次會談

第三次會談時，阿凱帶來哈利擺脫情傷的答案：「她（張秋）和別人在一起或許會比較快樂！」阿凱自覺



心裏是舒暢不少，他原以為女友跟自己在一起很快樂，卻沒有料到過個寒假，過往的甜言蜜語俱都人間蒸發。當阿凱對照自己喜歡的哈利波特，彷彿也能感同身受，不禁為自己曾經做過的傻事感到不值。

筆者藉此機會自我分享個人在高中時的一段情事，阿凱聽完之後若有所思，並且問了一個問題：「是不是每個人都會在情感上跌跤？而跌跤後，心裏的傷要多久才能復原？」筆者的回答則是：「哈利波特花多少時間擺脫情傷？」

阿凱第四次踏進會談室時，很明顯地比第一次來時要快樂，他恢復與朋友打籃球的習慣。心情偶有沮喪時，阿凱借用哈利的台詞自我旁白：「她和別人在一起或許會比較快樂！」阿凱逐漸擺脫失戀的陰影，父母也對阿凱的轉變頗為欣慰。

在阿凱要結束會談時，筆者分享了一位英美知名詩人大衛·懷特（David Whyte）的故事。大衛·懷特有次與朋友登喜馬拉雅山時，他選擇了行程短但卻艱險的道路，他的同伴們則是選了條比較安全，且會多兩天行程的路。當大衛走到半路時，遇上一座橫跨峽谷的吊橋，卻也不禁心中感到

一些恐懼。因為此吊橋破敗不堪，橋的板條相疊在一起，發出啪啪的響聲，更顯得此橋非常不安全。大衛開始喃喃自語，心中欠缺過橋的勇氣，於是一個小時就如此耗掉。大衛決定返回原行程，與同伴們一起走安全的路。正當大衛往回走時，只見一位西藏老婦人滿臉皺紋，手上提著一籃牛糞向他迎面而來。在打過招呼之後，只見西藏老婦人很輕鬆地走過吊橋。

阿凱聽完這個故事，嘴角有一絲微笑，對筆者說：「你希望我把失戀當成是那座吊橋嗎？然後，學習西藏老婦人輕鬆地走過去！」筆者回饋給阿凱：「在每個人的心中都有一座險橋，當情緒面臨崩潰時，正是跨越險橋的絕佳機會！」阿凱咀嚼筆者所說的這句話，回答：「你說的故事很動人，謝謝，我想我會快樂地活下去，不再被失戀的陰影拖住我前進的腳步！」

說故事的力量

安奈特·西蒙斯（Annette Simmons）在《說故事的力量》一書中如此表示：「故事是創造信心的途徑。訴說一個有意義的故事就等於激勵你的聽眾——同事、上司、部屬、家

人，或一群陌生人——得到你已經獲得的結論，同時讓他們自己決定是否相信你的話，並照著你的話做。」在筆者面對阿凱時，秉持上述的原則與其互動，相信「故事」可以為阿凱帶來不一樣的人生。

這與後現代心理治療中的敘事療法有異曲同工之妙，藉由語言、故事、自我揭露搭起一座在筆者與阿凱之間心靈的橋。對話中去除了對阿凱的道德批判與權威者姿態，使其仍保有自我反思的空間，進而去探索哈利、筆者、大衛是如何解決橫互於前的危機。在這當中，有虛構的故事、筆者親身經驗、他人的故事，但唯一不變的是這些故事具有說服力，促成阿凱在面臨感情危機時，可以駐足停下思考，決定去轉移個人焦點，放下情傷的陰影。

精神科醫生羅伯·寇爾斯（Robert Coles）在《故事的呼喚》一書中寫下了「多一點故事，少一點理論」的感想，楊茂秀教授則是在該書專文推薦中，訂下如此標題：「說故事是一種送禮的行為。」說故事的力量可以穿透人心，在無形中營造改變的氛圍。因此，阿凱也從故事中獲得力量。

感情語言

除此之外，在筆者與阿凱的四次會談中，父母的堅持亦是其中關鍵。儘管父子關係疏離，母子關係亦不若往日親密，但在割傷手臂事件發生後，母親積極說服阿凱尋求協助，父親亦在每次會談時都出席。父母的出席看在阿凱眼裏，不啻是一種親情的支持與陪伴。

有時青少年男孩不太能表達出自己內心的情感，或許如《該隱的封印》一書所傳達的：「他們不擅於精巧的感情語言，也無法表達出情感的複雜性對他們所造成的威脅。」這也說明阿凱在面臨失戀時，是透過割手臂此一行為來化解心中痛苦，而非藉由口語訴說來表達自己內心的不堪、孤獨與寂寞。同樣地，對於父母的陪伴，阿凱也就不易表達其感激之意。

然而，藉由會談，阿凱也正逐漸改變此點。在第四次會談時，阿凱謝謝筆者的協助，同時也為其「感情語言」開了一扇窗。雖然這是阿凱人生的一小步，但卻不可避免地會為他的生活帶來嶄新一頁，阿凱也正在譜寫自己的人生故事！✿



真愛，是一種祝福

■王瑞琪 諮商心理師、國立台北教育大學心諮系兼任講師

我曾在多所大學開設「兩性關係」或「性教育」等課程，講到兩性交往這個部分時，我一定會談到分手的藝術。其中，我最喜歡說的兩句話就是：「沒學會分手的人，沒有資格談戀愛！」學生往往不解，沒有談過戀愛，就不可能有分手的經驗，又何來「學會」分手呢？這不是「雞生蛋，蛋生雞」的順序問題，這裡要談的是一種觀念。

不少人懷著對愛情的憧憬進入一段關係，沒有人希望原本甜美的感情變調；然而，人生不如意事十常八九，當感情無以為繼時，就大大的考驗了個人的情緒智商和心理成熟度。有些人會以「認命」的態度接受事實，有些人則傷痛欲絕，甚至產生傷害自己的念頭；最糟糕的就是，因

為覺得不甘心、沒面子而萌生恨意，進而生出傷害對方的想法與行為，這就是在我們的社會裡層出不窮的「分手暴力」了。

根據調查，我國每兩天至少發生一件分手暴力新聞，每週發生一件分手殺害致死案，至少每隔一週發生情感糾紛而自殺的事件；這些血淋淋的數字難道不是在告訴我們「談戀愛之前應該先學習健康的分手」嗎？

也許大家還沒忘記，當年清華大學的「王水」事件，兩女爭奪一男，引發了殺機，如今一死一被囚，男孩則不知所蹤。認識兇嫌的人必然無法想像，這樣一個尋常的大學女生怎麼有辦法做出這種不可思議的事？愛情的魔力真的如此不可抵擋嗎？每當社會上出現這類令人咋舌的情殺案，不

免要讓人對人性產生莫大的懷疑。

身為喜歡探討人性的諮商心理師兼性教育推廣者，我常常揣想：這些在情殺案中爆發極大能量的「兇手」們，他們在動手的那一刻，心裡到底想些什麼？他們在追求感情的過程中，沒有被滿足的是哪一個部分？又是為什麼，讓她（他）如此困在情網中、走不出來？有沒有可能，按照心理學上「認知療法」的原理原則，只要他（她）的念頭一轉，做法就會截然不同？譬如：分手時若發生爭執，假使能在舉起刀子的時候想到：「他不值得我這樣做，一份感情不值得我付出這麼多。放他去吧！……」事情會不會有轉機？

我曾細讀描繪雲南瀘沽湖母系社會的《無父無夫的國度》一書，最受感動的就是他們在兩性關係上的互相尊重。當任何一方沒有了愛意，另一方絕對不會死纏爛打，而會給予尊重。因此，瀘沽湖畔沒有情殺案，也沒有人因情自殺；換句話說，沒有人會因為在感情上孤注一擲而覺得損失慘重。雖說社會制度不同、風土人情有異，然而，這種尊重個人選擇的理性態度和民主風度，不就是我們最需要學習的嗎？

多年來我常與學生反覆討論：「在這種情況下，真的沒有別的選擇嗎？」也常強調兩性交往的「過程」比「結果」更為重要。若能學習成熟理性地處理分手，就算這段感情沒有結果，你自己也得到了成長，說不定收穫更多呢！也許你要說：「算了吧，真正傷心憤怒時，誰還能這麼理智？」是的，有些人的情緒控制能力確實不佳；然而，我深深以為，會讓一個人做出自傷傷人舉動的，最終還是他對感情的錯誤觀念。譬如：在很多情殺的案子裡，男人狠狠地教訓「變心」的女友，不就是把女人當成自己的附屬品、一旦失去就覺得沒面子不能忍受嗎？因此，我最反對媒體經常為情殺案下了「由愛生恨」的標題；會生「恨」的，根本不是「愛」，而是「佔有欲」呀！

我也聽過一些例子，是身為付出感情較多、用情較深的女性，覺得自己投入太多卻被辜負，很不甘心，非要討個「公道」不可；事實上，這是一個兩性平權的時代，無論這段感情是由誰先發動的，一旦兩人開始交往，就表示兩人都有相當的權利和義務，沒有「甲先追乙，所以甲一定要給乙一個交代」這種說法。女人若不

能堅持自己的身體和情慾由自己決定，又能奢談什麼兩性平權呢？我有理由相信，一個情感獨立、情慾自主的女人，不需要也不會因為「曾經跟他發生親密關係」而與此人糾纏不休；若覺得對方並不適合，早就可以明智地離開了！無論男女，倘若無法自主地從一樁品質不佳的關係中「走開」，那麼，她（他）應該尋求協助，盡快跟有能力助她（他）釐清關係的人進行討論。閔肖蔓心理師所撰寫的「大學生分手的傷痛與復原」正是最好的例子。

在閔肖蔓所整理的諮商報告中，我們可以很清楚地看到一名女大學生的成長。從最早的滿心怨懟，到中期的重新檢視自己，最後終於撥雲見日，學習善待自己；從諮商工作的角度來看，這真是一次有始有終、效果斐然的諮商。我相信應該有人會羨慕這位案主，能有諮商心理師全程陪伴，平安度過情緒最低潮的時期；在保險普遍未給付「心理諮商費用」的今天，十八次的會談其實是相當奢侈的呢！很可惜，許多學生不知道自己的校園裡就有這麼好的資源。

從閔肖蔓所形容的會談內容來看，在開始建立信任關係的初期，心

理師把重點擺在情緒的宣洩以及對案主的瞭解，一方面讓個案大量發洩心中痛苦，另一方面為下一個階段的諮商工作做準備。心理師在此採用的似乎是對案主無為而治的「當事人中心學派」，在我看來，這是很明智的策略，因為，在這個時候不管誰說什麼，案主大概都很難聽得進去。

第二個階段心理師的輔導策略在於鼓勵個案重新思考這段戀情的始末，分手的原因和自己過去歷史的關連。這裡可以看見心理師用上了「家族治療」的概念，試圖從案主的家族史中，去發掘案主在兩性關係中習慣扮演的角色、對自己的評價等，這是心理諮商工作在深入個人行為與人際關係（包括兩性關係）時一定要做的。每個人的兩性關係模式，其「原型」幾乎都來自家庭，當然需要深入探討。本來，碰觸到成長的記憶有時候是很痛的；然而，因為有前一段會談中建立的信任感，這樣的挖掘所造成的心理震撼便能控制在可預期的範圍內。

最後一個階段，心理師更積極地協助案主踏出去，為「沒有男友」的新生活做準備。這些重整生活的步驟是非常具體的，包括：向過去的戀



情告別（寫道別信給前男友、去除兩人過去的紀念品等）、規劃健康的新生活（減重、用功讀書、考執照），這些都是「愛自己」的具體表現。過去案主苦苦哀求男友留下來，到最後甚至連自己都看不起自己！事實上，你越是委曲求全，對方越可能視你為無物；當你都不愛惜自己的時候，又怎麼能指望別人來愛你呢？在這裡，我發現心理師似乎還用上了「行為學派」的方法，讓案主從具體的行動中，一步一步走出來。到這裡結束整個諮商，真是功德圓滿！

在本人與江漢聲醫師主編的《青春、解性、不留白》一書中，曾經探討了Sternberg（1988）所提出的「愛情三因論」，生理的激情、心理的親密和社會的許諾三個因素合一的愛，是人們普遍追求的理想境界。男女間擁有心靈親密的美、真誠許諾的善、率性激情的真，這是「真、善、美」兼具的完美愛情，也是「知、情、慾」兼具的理想情感。可惜，這種感情往往是可遇而不可求的。

2006年4月19日，聯合報有一篇文章「先別找情人，先愛隻貓」引起了我的注意，作者沈珮君是針對前些

日子所發生的「明星高中情殺案」有感而發。文中提到：「如果你真喜歡一個人，讓他／她做自己，讓他／她自由。」、「控制或占有，只會殺了愛情。」、「愛和被愛，自由，自在。」這些話多麼有意思！作者希望人們談戀愛時以「貓」為榜樣，是因為貓不像大多數的狗那樣會取悅人，牠只在牠高興的時候靠近你，你必須尊重牠，不能勉強牠來對你撒嬌。事實上，成熟的愛情觀的確是如此。你有追求對方的自由，但對方也有拒絕的自由；倘若對方喜歡別人，覺得跟別人在一起比較快樂，那麼，為什麼不祝福她（他）呢？你不是希望她（他）快樂嗎？

有一篇在網路流傳很廣的文章，叫做〈成熟的人談成熟的戀愛〉，其中也有許多討論分手的佳句。例如：「失戀了是最可怕的事嗎？不是。最可怕的是，沒有從失敗中得到教訓及成長。」、「如果已經試過在一起，而發現彼此不適合，那也應該慶幸；至少，已經有機會證實兩個人不適合當男女朋友了。」、「如果你是一個夠成熟的人，對於一個曾經愛過的人不會有恨。因為能愛上一個人也是一

件不簡單而美好的事情呀。」、「人要懂得珍惜擁有的，而不是去奢求已經消逝的感情會再回來。」……。

這篇文章可圈可點的地方很多，簡單說就是一份「感念」和「尊重」。試想，就算後來分手了，你不能否認過去兩人確實有過美好的時光，為了那段互相欣賞、互相照顧的日子，你也應該在分手時鄭重地向對方道謝，不是嗎？有一首國語歌曲叫做〈謝謝你曾經愛過我〉，我認為這是相當值得提倡的一種胸襟。

曾有學生問我，什麼才叫做「好的分手」？應該怎麼做才不會傷到對方？林蕙瑛（1995）在《性教育》一書中提到，Baxter（1984）把分手的方式分成十二種，其中有些方法（如：單方面分手、退縮逃避等）在我看來實在不是好方法。

我曾經在網路部落格看到過一篇文章，名叫〈之所以會這麼痛，很多時候是因為我們沒有選擇〉。作者曾維瑜提到，很多人是被動地「被告知」分手，而不是兩人坐下來商量要不要分手；「決定已經做了，但不是我們做的，是對方做的，甚至是其他第三方做的，我們只是，只是被告知

而已。」這種無可逆轉的情勢，最是教人心痛。

作者贊同「好聚好散」，但必須「是我們，是我和你，願意承認愛情終於結束了，我們惋惜，我們不捨，但終也一塊兒下定決心，要各自向前行。」她強調的是一種有選擇餘地的尊重，「只要有選擇，有什麼結局不能面對？只要是我們自己的決定，有什麼後果不能承擔？」我最欣賞的一段話是：「愛情是兩個人一起開始的，但是愛情卻很少能在兩個人同時而共同的認知下結束，這或許是分手總是令人措手不及而恆久痛楚的關鍵原因。」是的，兩人共同開啟的感情，當然應該由兩個人來共同劃上休止符，這樣，就算難過，也還難過得有道理，不會讓人覺得自己像個傻瓜一樣。

曾維瑜感嘆地說：「愛情不該是雙人舞嗎，怎麼會跳著跳著不成一支舞了？」我也常聽見學生因為無法面對分手的尷尬，竟然用手機的一則簡訊來分手，或委託第三者來傳話，這對「被告知」要分手的人，真是情何以堪！所以，假如真的要分手，請好好地道別吧！✿

誰是壞朋友?!

■蘇益志

高雄少年法院心理輔導員
高雄師範大學輔導與諮商研究所碩士班

從事觸法少年輔導工作數年之從久，三天兩頭不時地就要同少年家長談話。晤談裡，最常能聽到家長生氣、傷心的情緒及無奈的感受，而最頻繁的抱怨論調則是「我的孩子啊！小時候很乖、很聽話，學校的成績也不錯，怎麼知道上了國中之後就完全變了個樣！講不聽、罵不怕、管不動……一定是交了『壞朋友』，受到壞朋友的影響才會變壞……」。

我很能體會多數家長「望子女成龍鳳」、「恨鐵不成鋼」的心情；再者，許多家長都覺得，必須為了子女的觸法行為上法院，實在是件丟臉的事，且似乎也背負了「教子無方」的愧疚。多年來的實務經驗，讓我很少去質疑大部分家長教養子女

的用心和辛苦付出，只是我無法接受家長用「交到壞朋友」此等理由來作為逃避面對自身問題的藉口。當家長「壞朋友」的說辭一出，我的回覆必是「你說你的孩子是交到壞朋友變壞的，他也說他的孩子是交到壞朋友變壞的……大家的孩子都是因為交到壞朋友變壞的，那我覺得奇怪，到底『誰』是那個壞朋友？」

聽了我這樣的應答，家長通常都是沉默以對。的確，用的雖是輕鬆的提問口吻，但我不啻是在對家長們作一個「挑戰」。如果父母老把子女學壞歸因給同儕友伴，那請問要導引子女產生改變的方法是什麼呢？是限制孩子自由要其不能到外面去交朋友嗎？抑或是要孩子每交一個朋友就

帶回家來給父母審核、篩選呢？我相信，沒有一個家長會認為上述這種消極的圍堵方法可行。家長作「交到壞朋友」這樣的外在歸因，其實是一種讓自己比較好過的防衛機轉；也就是說，當父母把孩子變壞的原因歸諸給朋友，就等於找到一個下台階，可以不必為子女的非行負起「養子不教父之過」的責任，更說服自己不必面對



學不會負責的孩子內心是很苦悶的，因為他不容易肯定自己、相信自己是有能力、有價值的。

親子關係間的問題，甚至是衍生自夫妻關係失和對家庭所造成的衝擊。

如此帶有挑戰意味的對話，並非是要把少年觸法的成因完全歸咎於家長，而是欲撞擊家長們想當然爾地直線因果思路（交到壞朋友→孩子變壞了）。若家長總持這般解釋作為擋箭牌，不僅是在模糊問題焦點，對問題解決（子女行為的改善）亦無

絲毫幫助。人活著，只要開始能運用自由意志作出選擇，就很難規避後果和責任。青少年縱使不若成年人有較為周詳的理性思考和因應現實、解決問題之能力，但其心智與行為能力業已漸趨成熟，怎能不學著開始為自己的行為負責。況且，學不會負責的孩子內心是很苦悶的，因為他不容易肯定自己、相信自己是有能力、有價值的。當開創不出屬於自己的世界，個體唯有反其道而行地來宣洩自身的能量，往往藉由破壞、攻擊、甚或毀滅等方式來證明自己的存在。俗謂「愛

之適足以害之」，過度保護孩子，只是無形中在告訴孩子「你可以不必長大！」，甚至是表露出為人父母者不信任孩子有獨自面對世界的生活能力。

青少年階段在人生旅途上走到了確認「我是誰？」、「我要往哪兒去？」的十字路口。表面上看來，孩子急著想獨立、自主，不喜受權威管束，然而在面臨做生涯抉擇的關鍵時刻，由於仍懷疑自身是否有承擔未知的能力，故內心會陷入徬徨、焦慮、不知所措的感覺狀態，也因此情緒經常起伏不定，十分容易造成人際間的衝突困境。是以，搞怪、桀傲的外相下，青少年實則亟需父母的情感支持及行為引導。唯常令父母倍感困惑的是，究竟該跟青少年孩子保持一份什麼樣的情感關係呢？又或該如何拿捏自己與子女在心理距離上的遠近呢？

關於許多家長心中的困惑，我採借家族治療大師包文（M. Bowen）所提出之「自我分化」（differentiation of self）概念來回應。包文認為，「分化」是一個人一輩子最重要的發展課題，分化除了意味著個體的獨立自主，更重要的，是能在各種人際關係中保有真實的自我（an authentic

self-in-relation）。倘若父母一味期許孩子聽話依照自己的意思過日子，在孩子反彈時動不動便對其導之以理、動之以情、誘之以利，而不提供適當的發展空間讓孩子嘗試自己做決定並學習獨立應對外在情境，那孩子將很難從與父母的情感關係中分化出去。換句話說，孩子始終與父母綁在一塊兒，難以成為自己生命的主人。或許，孩子的體型長高了、長壯了，但內心深處依舊是個需依賴父母、無法為自我負責的小侏儒；父母的一番苦心與善意，卻反成孩子發展健全人格的阻力，豈不遺憾！

當孩子脫離童稚步入青少年期，身心各方面能力都在急速發展，父母應視孩子的成長步調，逐漸放寬外在的行為規範或限制，讓孩子學著管理自己。此時，親子間最佳的關係型態是，「有點黏又不會太黏」，意指，在成長之路上，子女能感受到父母的關心、支持與陪同，然這份情感連結卻非是要透過干預、控制子女來滿足父母自身的期待，而是基於肯定子女自能成就其獨特生命之尊重與信任。如是，孩子方能真正在擁有父母的護持為後盾下，昂首闊步、無所疑懼地走出自己的人生路。✿

發揮語言魅力， 避免體罰

吳淑芳

台北縣永和市頂溪國小校長
台北縣訓輔友善校園工作輔導員

遏止教師體罰除了記過外，還能做什麼？

電視、報章媒體再度突顯老師造成學生傷害的體罰事件，台北市政府教育局也明快決定採取記過處分，嚴禁體罰又再度成為關心的話題。教師有輔導管教學生的責任，嚴禁體罰是法令規定的，但老師冒著被家長責怪、行政處分，甚至與家長對簿公堂的風險，採取最下策去體罰學生，可能是老師對法令的不清楚，也可能是愛之深責之切，一時情緒失控的行為；但是，不管是基於何種理由，體罰學生就是不當的行為。

學校行政主管總會在教師早會耳提面命，但老師面對三十幾位來自不同家庭背景的學生，當社會、經濟、政治的因素，造成家庭照顧、養育功能失調時，總是衝擊著教育現場，也

挑戰著每個老師的專業素養和能力。老師的言行舉止影響著每個國家未來的主人翁，社會對老師的專業地位，因為期望高而失望大。目前在法令的規範下，進一步採取明確的記過處分方式希望遏止體罰，但除了透過處分外或許可重新思維，真正要幫助老師的是什麼？老師如何在管教時採取有效行為幫助學生，才能維護教師的專業尊嚴？我相信，當一位老師對教育充滿熱情時，班上仍會有層出不窮的問題存在，但看待問題的眼光角度不同，採取對應的態度、方式也就有所改變，而帶來建立良好「師生關係」的曙光。

壹、「忙」是教師班級經營無力感的來源

俗話說：「無力感使人腐敗，



懼怕使人平庸」，無力感是指對現況置之度外的抱怨。但身為老師的無力感是來自於對政府財政困難，無法增加教師編制，除了面對上課進度的壓力、行政上的要求、最使老師疲於奔命的是面對成長中的孩子，層出不窮的學生間乃至師生間的衝突。而當老師在忙亂中，很可能缺乏耐性，而誤用了體罰為特效藥，其實老師選擇此下下策，乃是來自於心中的懼怕，懼怕老師的權威被挑戰，懼怕不用高壓手段學生便不聽話，太多的懼怕而使自己遺忘了「愛的夠才能帶來改變的可能，而且這份愛是需要加上有效的方法」。

當老師「忙」碌時，便無法做好個人的情緒管理，而使自己在「茫然」中，忘了老師的專業態度與素養，乃是要順著孩子的本性去教育他，而一個能作好班級經營的專業老師，才能使自己在忙中有序。

貳、信念的改變， 是重燃教育熱誠的不二法門

俗話說：「思想決定態度，態度決定了行為，行為養成了習慣，習慣決定了性格，而性格造就個人命運。」當一位老師因為體罰學生而

遭受到記過或家長提出告訴的訴訟命運，要改變老師放掉把體罰當作特效藥，最根本之道仍得從教師信念的改變才能奏效。而信念的改變卻又是最難的，除非本身具有覺己的敏感度，並願意做正確的選擇。因此應讓自己反思，當初自己選擇並決定走上教職，心中對教育的堅持與信念是什麼，是否期許自己「教育無他，愛與榜樣而已」，希望教師扮演每個孩子生命中的貴人，在他們犯錯時，透過一個眼神、拍拍肩膀、一句安慰鼓勵的話，讓孩子有重新學習改過自新的機會。當然，每個老師對班級經營所堅持的理念，也是決定教師的領導風格，一位願意傾聽孩子聲音的教師，會和孩子一起制定班規，並協助孩子建立對自己的行為負責的機會。

參、掌握班級經營內涵， 營造吾汝師生關係

班級經營的內涵在於以信任為基石，營造吾、汝師生關係。當教師相信孩子有良善的本性，孩子也相信教師願意成為他們值得信賴的亦師亦友關係，師生之間即使有衝突產生，也能因為關係的建立，而能化解。曾經有一個五年級的班級小朋友，七八

個孩子下課衝到我辦公室要求撤換老師，仔細聆聽他們的聲音，原來教師一開始採取愛的教育，但因為發生學生挑釁老師的專業權威，而使教師改變以體罰及較嚴厲的態度來管教孩子，因為明顯管教上的不一致性，而使學生開始懷疑教師對他們的愛。經過我進教室觀察，發現五年級的孩子對班規的制定與遵行有困難，而使老師的專業權威受到挑戰。

當一位教師面對學生的挑釁，最重要要先穩住自己的情緒，因為忙亂中先安定自己的心，透過放鬆呼吸避免挑起情緒，先試著接住學生的感受，讓他們的內心需求被了解，加以正確有效的話語和學生溝通及互動，才能創造師生合作的氛圍。

同時也應省思「怎麼做，才是對學生有幫助？」畢竟教室的學習及友善氣氛，是需要師生共同營造的。

肆、兼重身教與言教的影響力， 創造雙贏機會

Verderber, Rudolph F. 和 Verderber, Kathleen S. (1995/1996) 指出，人能經由五種知覺管道與人進行溝通，文字和非語言訊息一樣重要。面部表情、姿勢和動作經由光波傳遞，一縷

芳香或一次有力的握手可能和所聽到的一樣重要。溝通技巧分為六大類：

- 一、非語言技巧：面部表情、音調和姿態的運用。
- 二、語言技巧：以觀察到的具體行為做描述而不評斷好壞或對錯，因為非評價性的的行為描述是人際間最好、最有助益溝通的回饋。
- 三、自我表達技巧：幫助你使別人更了解你。
- 四、傾聽和反應技巧：幫助你解釋他人的涵意，並接受所分享的涵意。
- 五、影響技巧：幫助你說服別人改變他們的態度或行為。
- 六、營造氣氛的技巧：創造一種正向的氣氛，使有效溝通較易達成。

而語言學者 Birdwhistle (1970) 也指出，與人溝通中非語言的影響力佔55%，語氣佔38%，言語只佔7%，可見身為老師，舉手投足之間都透露著影響力，應注意自己口語與肢體語言對學生的影響力。

教師的語言一般分成教學語言與教育語言兩大類。教學語言依教學過程，分成開場白、導入語、講述語、提問語、評價語五種。教育語言按教育學生的需要，分成激勵語、暗





示語、表揚語、批評語、交談語等五種，而教育語言和教學語言常是穿插使用，並深深影響著學生的心理健康。教師若能善用「激勵語」，在學生心田中撒播愛的種子，較能激發學生的學習動機和求知慾；而透過「暗示語」，在稱讚中暗示學生，使他們在和諧、融洽、輕鬆的氣氛中懂得應該怎麼做。如：「我看到第一排小朋友上課很專注，我相信全班都能做到」。學生最愛「表揚語」，表揚要根據學生的特點、個性，運用不同的表揚方式，力求取得最佳效果，「表揚語」不加上個人的評價，也就是沒有好壞，而是表揚學生的具體行為。如：「妳是如何做到的？可以把這個作品做的栩栩如生」。至於「交談語」隨時在教室發生，師生溝通時要用心傾聽，給予適度的互動，使學生願意信賴並傾訴內心話，勿過於嚴肅、刻板或命令的口吻。「批評語」最容易傷到孩子的自尊心，但一般教師常使用而習以為常，除非師生關係良好，並加上適當包裝與時機，學生才能願意聽從建議，否則，批評語仍應少用，避免破壞師生關係，將批評語換句話便能轉換為激勵語。如「今

天我看到你們很努力打掃，也都盡力了，但仍被導護老師糾正，你們一定很難過或覺得委屈。沒關係！我們一起來想想發生了什麼事？我們可以再怎樣分工，才能在有限的時間內將外掃區工作做好？」

筆者相信師生之間溝通的技巧是可以學習的，因為教師舉手投足間都透露著彼此的關係。因此，老師在傾聽和語言回應的技巧上要再加強，當師生之間起了衝突，老師要能站在專業的角色上，先忍住不說專心聆聽，然後掌握對話契機，同理孩子的需求，再做後續的建議與指導，如「老師謝謝你們願意讓我知道你們的想法和感受，或許我剛剛的處理可能讓你們很不舒服，我先向你們說抱歉，但我也希望你們了解，老師的責任是要幫助各位，同時也需要對家長負責任；我們是否可以一起想想怎麼做，可以讓班上上課秩序更好？」老師適當釋放善意，邀請孩子一起努力，會促動孩子合作的意願。因此，掌握語言和非語言的影響力，真誠的尊重每個孩子的差異性，才能創造雙贏的局面。

伍、從「覺己」到「覺他」， 練就教師管教上的有效行為

教師面對成長中的個體，每節上課都希望幫助學生有效學習，但如果缺乏「覺己」的敏銳度，便無法「覺他」，針對學生的問題行為作出適切的反應，而使學生的干擾行為，挑戰到教師的教學順暢和處理衝突的能力。因此，如何練就管教上的有效行為，分述如下：

一、行政提供支持策略，照顧好老師的心

預防勝於治療，與其等教師束手無策採取體罰，而遭記過處分，何不先思考如何提供支持、照顧老師的心。輔導處開辦的成長工作坊或教務處的聘請專家專題演講，教師們常是聽了就忘了，或者是擁有一時的感動，卻抵擋不住學生隨時的躁動，致使老師衝動而出手。筆者覺得照顧好老師的心，教師才有能量照顧好孩子的心，因此，各校輔導處必須營造一個歡迎教師隨時求救的空間，讓老師願意上門討論學生管教上的議題。而學務處也能擔任較嚴重個案的救援部隊，適當區隔即將引發衝突的師生情境，然而這樣的誠意展現，須透過不斷的邀請和述說，讓教師相信行政一

定是支援教學，讓老師有所支持。

二、提升教師「覺己」功夫，增進覺察的敏銳度

俗話說：「明心見性」，聖經上也說：「你要保守你的心勝過保守一切，因為一生的果效都是由心出發。」〔箴言四章二十三節〕。可見老師要照顧好自己的心，才能行有餘力觀照學生的心。因此，教師要了解自己對教師角色的期待，並給予合理的期待，將期待透過師生討論透明化。覺己的功夫可先聚焦在自己語言表達上，語言的表達常是不自覺的，經常性的脫口而出。但切記「說話浮躁的人如刀割人，智慧人的舌頭，卻為醫人的良藥」〔聖經箴言十二章十八節〕。因此，要覺察自己的表達語言的詞彙，最好的方法就是平常或上課時，用錄音機將自己所說的話錄下來。之後，再自行播放聆聽，去發現自己有那些口頭禪、不當的語言及說話聲調的轉變。當然，也可邀請學生幫忙提醒，哪些話讓學生覺得不舒服，而幫助老師修正。

三、練習正確回應，給學生溫暖和支持

教師面對學生教學，嘴巴是必要的工具，身教重於言教。說話人人會，但在適當的時機，說出正確話





語，需要多加練習成為自動化反應，將平常師生互動的狀況及正確回應示範如下：

(一) 讓學生學習做選擇和決定

1. 等你準備好後，你自己決定什麼時候回到位置上（上課時學生在教室跑來跑去，干擾課堂秩序時進行）。
2. 你現在在想什麼？你自己可以決定要不要說？（當被詢問的學生沉默不語時）。
3. 你的眼淚是？（停頓一下）你自己可決定要不要說？（看到學生難過哭泣時）。
4. 你怎麼讓她知道的？要不要說說看？（如果他不願意說，請耐心等待）。
5. 妳今天有沒有情緒不好？發生什麼事，要不要說說看？

(二) 同理對方需要，肯定學生的好

1. 你看起來有點難過，這麼努力一直達不到你要的。
2. 聽你這麼說，我就知道你是個不會亂來的孩子。
3. 妳有沒有發現，妳是媽媽的好幫手，需要協助照顧弟妹，真的不容易。

4. 聽你這樣講，我看到一個很努力的孩子，但你也知道該怎麼辦？

5. 妳一定不是故意的，我猜，有時妳也覺得沒人了解妳？

(三) 探詢行動策略，邀請學生一起努力

1. 聽你這麼說，我知道你數學需要協助，我們一起來看看怎麼幫忙？如果妳想要達到妳喜歡的成績，妳自己可做些什麼？
2. 妳回家做功課的方式可能須做調整，下次要不要換個方式並告訴老師？
3. 你有沒有發現你不知道如何加入同學玩球的行列，你需要老師怎麼幫你？
4. 你說同學都不喜歡你，要不要說說看，什麼事件讓你有這種感受？如果你希望同學喜歡你，我們一起來想想看可做些什麼改變？
5. 或許我們並沒有進一步了解妳真正需要的是什麼，妳可不可以試著用簡短的話，幫助我更明白？

(四) 面質與辯護，讓學生有辯解的機會

1. 同學說你老是罵人，妳要不要說說看什麼事讓你這麼生氣？（給澄清說明的機會）

2. 妳很想幫同學的忙，好像對方不遵守秩序時妳會出面制止他，但反而引起衝突，妳知道為什麼是這樣嗎？

3. 從妳口中知道你爸媽對你的表現不滿意，妳如何讓他們知道妳的困難？妳對自己的表現覺得如何？

4. 我不知道我有沒有說對，妳很希望班上同學都喜歡和你作朋友？我看到你很生氣的拉著同學的衣領，發生了什麼事？

當教師愈能同理學生的需要，了解他當下的情緒感受，便能以適當的話語回應學生，而避開衝突，而適當的反應包括覺察自己的口語及肢體語言，有時關愛的眼神、溫柔的拍肩，都能使學生覺得被了解而不再生氣或覺得委屈。當然，有時候，教師並不是因為情緒不佳而做出語言暴力的行為，而是整個大環境的相互影響下，不自覺脫口而出一些不適當的語言來，若能經常做檢討，常自問：「我正在說什麼？」，瞭解任何行為都是自己的選擇。「我所說的對我處理學

生管教行為上有幫助嗎？是否可以換個方式說？」，「除了這樣處理，我還能些什麼？以改善現況或彼此的關係？」透過每個當下，運用這樣的自我內言，可幫助自己隨時監控自己的語言表達適切性，當教師們能隨時自我省察、督導自己，覺己的功夫修練愈爐火純清，因為覺察力的提升，而能帶來修正與改變的可能。

四、強化「覺他功夫」作出適切反應

當老師覺己的敏感度夠，對於當下師生互動間發生的事都能了然於心，用何種話語回應，包括自我坦露或反應對方狀況，是否生氣…等等，因為有更多的明白，真心接納學生是成長的個體，「允許」學生犯錯，而使自己在處理師生衝突時，增加更多的彈性和可能。老師的覺他功夫是指能善用班級的團體動力，了解團體動力的運作模式，讓自己以更省力的方式，處理師生間的討論議題。班級是一個團體，老師可善用以下技巧：

(一) 自我揭露技巧：

身為老師可用「我訊息」表達老師在此時此刻作為一個人的感覺。如「你們上課這麼吵，老師根本無法上課，而且我覺得很挫折，因為你們都不專心聽

我說，而我也不知道怎麼幫你們。」「你們剛剛的表現，讓我覺得很生氣，我想我們都需要彼此冷靜想一想。」

(二) 團體執行的功能：

包括團體的領導者及時間的掌控安排。如「今天我們將花一節課的時間討論班規的內容與執行，不知道哪位同學可以幫忙計時？另外，是否邀請班長來主持討論，每個人都可以表達自己的想法，當別人在發表時，要安靜聆聽，也不可以嘲笑別人不成熟的想法。」

(三) 意義歸屬的技巧：

身為導師要具備隨時將學生討論或表達的內容作一統整、摘要或概念化，讓全班同學知道我們剛剛做了什麼。

(四) 支持反應的技巧：

當班上同學討論時，需要給

予同理和支持，感謝並鼓勵他們能充分表達想法，如有同學在團體中被攻擊或指責，鼓勵班上同學能適時伸出援手，避免團體有人成為眾矢之的。如「我們是否不要再逼問他了，我看他臉好紅、眼中也含著淚，一定很難過。」

結語——唯有愛加上方法才能使學生改變

俗語說：「良言一句三冬暖，惡語傷人六月寒」，教師應善用語言的魅力，說出智慧及造福學生的話語，讓學生從心理感受到老師的溫暖支持與接納。筆者相信「愛是改變和改善天地之心的力量，愛得夠便有方法處理師生之間的衝突」。老師處於忙碌的教學工作中，能以正確的信念掌握班級經營的內涵與方法，透過覺己及覺他功夫的修練，必能發揮言教與身教兼具的影響力，幫助學生成長。✦

參考書目

- ◎王淑俐（1995）。我可以教得更精采。台北；南宏圖書有限公司。
- ◎傅木龍（2004）。從輔導與管教談教師作為的迷思與突破。學生輔導雙月刊，93，8-37。
- ◎人際關係與溝通（曾端真&曾玲珉譯）（1996）。台北：揚智。（原著出版年：1995）

學生「A片迷思」的輔導

■楊朝凱

樹德科技大學人類性學研究所碩士班研究生

前言

林燕卿（1998）指出，近年來色情媒體逐漸有性暴力的傾向，這一點不論是在雜誌、唱片、電視及錄影帶等皆有日漸增加的趨勢，且有研究認為這些暴力性愛的描述可能會助長強暴的發生率，連續看五小時的暴力色情影片的人，比未看之前認為強暴較無所謂。由此可知，色情對人們的性態度和行為是有實際的影響。

A片是色情品的一種，對學生產生的負面影響當然不在話下。那學生為何會去看A片呢？首先Paul R. Abramson & Steven D. Pinkerton（2000）提出性樂的概念，他說道，非生殖的性行為已很普遍，追求快樂無疑是性行為最被廣為接受的理論。而人類學家Desmond Morris（2005）

更進一步指出，當一般人被問到「什麼時候、什麼因素感到快樂」時，大部分的人都會提到銷魂的性經驗或其他肉體上的快樂。感官之樂，尤其性愛，乃是人類獲得莫大快樂的一種來源。藉由上述來判斷，A片內容既非以生殖繁衍為目的，若不能帶來快樂，人們又怎會想去接觸？乃因性是人類深層慾望之一，視聽感官能夠帶來慾望的解放，使人感到快樂，而看A片正是一種形式表現。

A片會引發某些人的性驅力，透過性幻想與劇情結合，得到樂趣。但A片並非具有教育意義，反過來說，內容其實帶有許多的錯誤理念，大人不見得都能夠正確判斷，更何況是尚未完成九年一貫教育的莘莘學子。這些問題在後續探討如下：



壹、何謂A片？

筆者透過Google進行檢索，發現網路上對A片的定義如下：A=ADULT，A片係指成人電影。泛指以色情內容為主的影視片。而在維基百科中，色情電影有兩種定義：（一）一般電影，但內容含有色情或性愛的成份。（二）純粹只為了激發觀眾對性愛慾望的影視作品或者片段。前者在電影中亦有所見，優秀者甚至可奪得不少電影大獎，通常這些電影都是以人生對性愛的追求的描述，或論述人性在性愛中的沉淪等；後者純粹是讓觀眾得到發洩，沒有實質上的情節內容，隨著錄影帶及影碟的普及，這些電影現在都以這種供個人觀賞的形式來發行。本研究主要討論的則是後者帶來的迷思。

貳、常見的A片迷思有哪些？

A片迷思對學生有何影響？

王瑞琪（2004）指出，絕大多數的A片都有著誇張的情節，物化或醜化兩性的角色，以及充斥錯誤的性知識。她更進一步舉例，一九九二年出版的《金賽性學報告》中文版中說，當男性陰莖進入女性陰道後，四分之一的男性在兩分鐘之內就射精了；可

是A片中的男主角動輒幾十分鐘，甚至有半小時的，大玩剪接遊戲，明顯地誤導觀眾。而那些「見面不到三十秒就可以坦裨相見」，以及「把女性當作洩慾工具」的劇情，對兩性關係的傷害更是難以估計。

的確，色情品是基於商業目的，為引發購買慾作考量。筆者發現A片內容常有偏離事實或非法律、道德容忍的情節，比如像亂倫、強暴、公共場合的猥褻等。另外是過於強調特定部位，比如生殖器、胸部、腳、臉上表情等。也有物化女性的傾向。誠如卡絲琳·巴瑞（1996）在《基進言論：收復女性主義》中提到的，色情作品將女性視為性，而且是一個物品，可以向女性購買性，女性為性結婚，為性約會，為性所用，也為性所控制（顧燕翎、鄭至慧，1999）。傳達錯誤的性知識也是A片的一大缺點，以異性戀的角度來舉例，比如男性的陰莖要大、要持久性，女生才會性福；女性性交必定會叫床；性行為要一起達到高潮才是好的性愛；除了陰道性交之外，口交、肛交也總能帶給女性莫大的快樂等錯誤迷思。

綜觀上述，發現A片很容易讓學生深植錯誤的態度和觀念，實有進行



輔導之必要。

參、如何對學生的A片迷思進行輔導？

本研究建議藉由理情治療的觀點對學生進行輔導。理情治療（REBT）為認知行為治療中的一門分支。而所謂認知行為治療係結合Beck認知治療、Ellis理情治療、Meichenbaum自我指導和Bandura社會學習論四種理論（周焯智、文榮光，2006）。

這些理論有一些共同特性，分別為：

一、強調當事人和治療者之間的合作。

二、基本假設：精神壓力主要來自於認知功能障礙。

三、把治療焦點放在挑戰認知，來促成情感和行為的改變。

四、屬於有時間限制的短期諮商，針對特定問題來作教育性的處理（Arnkoff & Glass, 1992; Dobson & Block, 1988; Weishaar, 1993）。

回到理情治療的層面，Gerald Corey認為我們的情緒主要來自於我們的信念、評價、解釋，以及我們對生活情境的反應。透過治療過程，當事人學到一些技術來找到，並駁斥那些從「自我灌輸」（self-indoctrination）過程所形成的非理性信念（引自余振民，2006）。基於此種前提，理情治療對於改變學生對A片中的錯誤認知是相當有用的。

Gerald Corey提出人格的A-B-C理



論是理情治療的核心。A代表事實、事件、一個人的行為或態度。C是情緒和行為的結果，或一個人的反應；此反應可能是健康的或不健康的。A（促發事件）並未導致C（情緒的結果），而是B，它是一個人對A的信念；是它導致了情緒的反應C。A、B、C分別代表的是英文Activating events、Belief、Emotional and Behavioral Consequence（余振民，2006）。

以A片迷思中的男性陰莖大小為例。如果男學生受到A片中的影響，以為陰莖要愈大愈好，比較之下，覺得自己的尺寸太小，進而感到沮喪、悶悶不樂，我們可以以理情治療的觀點介入輔導。套用人格的A-B-C理論，可以清楚發現看A片是促發的事件，而學生則基於感覺自己生殖器的尺寸小，會讓往後在性生活無法獲得快樂的信念下，產生了沮喪、悶悶不樂、人際疏離等情緒和行為結果。在此，藉由Ellis人格的A-B-C理論的觀點來分析，B（學生對生殖器大小的信念）才是導致C（沮喪結果）的主因，而不在於A（看A片）（Ellis, 1998, 1999; Ellis & Dryden, 1997）。

由此可知，介入改變學生的信念認知是很重要的。以學校輔導者而

言，首先引導學生去發現他們所擁有許多非理性的信念，可以透過性教育、性/別教育的方式澄清A片中的錯誤現象，挑戰學生原本未曾懷疑的信念。接著鼓勵學生去看清，自己是由於先前抱著不合邏輯和事實根據的思考，才會導致情緒和行為上的困擾和行為偏差；然後協助學生修正思考和放棄非理性的信念，以避免落入自責或偏差的惡性循環；最後鼓勵學生發展出屬於自己理性的生活模式，如此可避免落入A片迷思成為受害者。

結語

筆者認為所謂迷思，乃在於不瞭解、濛濛懂懂的誤解，而對事件有錯誤解讀和反應源自於信念上的非理性認知。理情治療的人格A-B-C理論，可以使輔導者幫助學生釐清他們原有的偏差觀念，透過教育的方式改變其信念，得以回歸到兩性互重、健康、快樂的生活。當學生培養出正確的信念認知，A片等色情品縱然在社會充斥著，或多或少以不正當的方式涉入到校園及私人生活，但學生已能理性判斷，無論A片存在於否，學生都能夠免受其害。✿



參考文獻

- ◎林燕卿（民87）。校園兩性關係。台北：幼獅。
- ◎王瑞琪（2004）。家庭性教育。載於江漢聲、晏涵文（主編）：性教育（446-447頁）。台北：杏陵。
- ◎顧燕翎、鄭至慧（主編）（1999）。女性主義經典：十八世紀歐洲啟蒙，二十世紀本土反思。台北：女書文化。
- ◎周煌智、文榮光（主編）（2006）。性侵害犯罪防治學——理論與臨床實務應用。台北：五南。
- ◎美麗性世界（吳國卿譯）（2000）。台北：經典傳訊。
- ◎快樂這回事：人類學家的發現（楊淑智譯）（2005）。台北：天下遠見。
- ◎諮商與心理治療：理論與實務（余振民等譯）（2006）。台北：雙葉書郎。
- ◎認知治療法概論（黎士鳴等譯）（2003）。台北：弘智文化。
- ◎Google（無日期）。A片的定義。2006.5.28，取自：http://www.google.com.tw/search?hl=zh-TW&lr=&defl=zh-TW&q=define:A%E7%89%87&sa=X&oi=glossary_definition&ct=title
- ◎維基百科（無日期）。色情電影。2006.5.28，取自：<http://zh.wikipedia.org/wiki/A%E7%89%87>

讓家長參與開啟教育工程的里程碑

■劉信雄 苗栗縣通霄鎮城中國民小學校長

前言

家長參與教育事務是台灣目前國民教育政策的一項重要基礎工程，它所代表的意義不僅在於經濟與人力資源的提供，也是期望學校與家長在互動的過程中，真正瞭解學校教育的進行與教育政策的內涵，並且結合社區資源，豐富課程與教學的推動。近年來，因應教育的改革發展，家長參與學校教育相關事務已是必然的趨勢，校園民主化更是一股不可逆向的潮流，「權力分享、擴大參與」也將是未來國民教育學校行政發展的主流之一。

壹、家長參與的重要性

家長參與教育制度化的形成，

不僅是教育法令及家長參與教育實施的指導原則，也提供了我國未來家長與學校教育的互動方向，將使現階段國民教育的結構與體制有所改變，它所影響的層面可以說相當廣泛而且深遠。隨著「教師法」、「教育基本法」、「國民教育法」頒佈實施以來，家長參與學校校務及教育活動的理念已普遍受到重視；家長應該而且有權利參與子女教育過程的體認與呼聲，已漸漸被越來越多的人所接受（行政院教育改革審議委員會，1996；吳永裕，1995；張茂源，2001）。因此，現在從國內專家學者對家長參與的重要性說明如下（丁金松，2001；葉榮福，2002；國民教育法規選輯，2004；教育部，2005）：

一、與國際潮流同步接軌

世界許多先進國家早已制定相關法令，鼓勵家長積極參與孩子的受教過程，父母越積極的參與學校教育，表示父母越關心孩子的教育，也越能和學校建立良好的互動關係。

二、回應並補充教育基本法的規定

除世界各國都有相關立法規定外，我國在教育基本法、國民教育法與行政院教改會諮議報告書中，均期盼對家長教育權給予更多的重視與具體落實。教育基本法中更規定「教育權主體為人民」，將家長教育權的行使，家長與教育機構和學校的良性互動關係中運用立法程序來提升帶動家長參與的意願，這是對教育基本法具體落實及貫徹的積極回應。

三、符合家長殷切期盼

近年來教育改革浪潮衝擊，適逢人口生育率普遍降低且素養明顯提升的同時，家長已漸漸對教育事務產生參與感。家長參與教育事務是貫徹法律所明定家長教育選擇權及參與權，行使權利與義務，並進而引進家長與家長會的人力資源運用，來符合學校與家長的殷切期望，藉以達成父母師

長學生共贏的局面。

四、教育成敗是學校與父母共同責任

過去父母的觀念總認為只要將孩子送到學校就是盡到父母的責任，孩子的教育是學校老師的事與父母無關。如今，家長參與教育的趨勢已經確立了父母參與學校教育的地位，同時也宣示為了孩子受教的權益，父母有其無可推諉的責任（教育基本法第二條）。因此，父母不能將教育孩子的成敗責任全部推給學校，父母本身也應該與之共同擔負起該負的責任。

五、提供學校行政的支援展現教育權利保護

家長參與學校教育事務的目的是「保障學生學習權與受教權之最佳利益」與「促進教育進步發展及專業成長」為根本，其中包含著：學生學習權、家長教育選擇權、教師專業自主權均應一一兼顧。它的目的在於提供學校行政的支援，因此，為了落實教育基本法第2條、第3條及第8條能具體實現，對學生學習權或受教權，有周全的保護；對家長教育選擇權與教育事務參與權，也具有相當完善的制度性保障。

六、結合家長教育資源豐富學校教育

由於近年來我國國民的教育水準普遍提高，家長的學經歷都相當多元豐富，所以鼓勵家長參與學校事務，相對地就是擴大學校的教育資源。如果有越多的家長參與學校教育，不但可以促進學校與家庭之間的互動外，也可以讓家長對學校進行的教育事務有更多的瞭解，進而發揮協助者的角色，來充實學校人力支援的不足。

貳、家長參與實施的困境

過去學校教育的推展是以校長、教師與其他行政人員的傳統權力來支配，家長鮮少參與校務的決定。如今，在民主開放多元社會中「家長參與」(parent participation)已無法避免，希望透過家長的投入使子女教育學習與發展有更大的成效；然而，家長參與除了可以提供支援及資源外，也可能因為個人參與態度的差異能力與時間的限制、親師間溝通不良的誤解、介入程度的干擾或其他衝突因素，而造成家長參與的困擾。以下歸納國內外學者(吳清山，1996；利百芳，2004；周憐嫻，1996；洪福財，2001；侯世昌，2001；顏國樑，2002；Comer & Haynes,1991)，對

參與學校教育的實施過程中可能發生的困境說明如下：

一、教育人員的角色觀念有待調整

學校家長會的設置法制化後，對國民教育階段中小學來說是一種重大的變革，對學校教育人員的影響相當大，在認知上也有待調整。

在學校行政方面，校長是學校行政決策的領導者，學校的組織結構具有積極的領導與影響力，來滿足家長更多參與的需求。但是，校長權力的分享，如果不樂意接受或參考家長的意見時，勢必造成家長參與學校教育的嚴重障礙。因此，學校行政人員必須重新調整自己的角色，由權力的支配者轉變為權力的分享者；此時，校長、教師必須體會到當前教育革新認知是透過與家長共同營造優質的「夥伴角色」為基礎，而且更應積極主動鼓勵家長參與學校事務，以建立親師生共同的教育股份有限公司。

二、參與權力與責任的模糊不清

學校家長會的設置，家長可實質參與學校事務的決定，為家長參與的時代往前跨一步。在民主法治的社會，權力與責任是一體兩面，家長能

參與學校事務的決定，是一種權力，也是一種責任的承擔。雖然如此，以往總是將家長定位在參與而不干預、支持而不把持的角度上考量，但真正涉及學校事務的決策則仍是由學校決定，家長並無實質參與校務的舉動，因此，家長對參與權力與應盡的責任模糊不清。

三、教師專業自主權和家長教育權的衝突對立

隨著時代潮流的發展，教師與父母都希望學生接受更好的教育品質及促進孩子學習成效為目標，但是有時兩者會因理念、認知或意識型態的差異，而在某些議題上有不同的意見，此時就會出現家長教育權與教師專業權力的衝突對立，此外，若家長對教師之教學不了解，卻大肆批評或對教學內容加以干預，不但會打擊學校和教師在學生及社會的地位，更會造成教師士氣的低落。因此，哪些議題要尊重家長的教育權？哪些議題要尊重教師的專業自主權？以上問題值得我們深思。

四、家長權利的擴張、特權與派系介入造成困擾

家長參與教育事務法制化後，家長對學校教育權利的擴張將無法避免，尤其部分家長藉著對學校捐獻或人力支援等意圖不良，要求學校給予特別待遇或特權；有些家長因政治色彩濃厚形成不同派系鬥爭，將參與教育的權利視為排除異己，或為自己孩子爭權利的工具，甚至不惜犧牲多數學生之權益，造成學校行政運作上的困擾。

五、家長提出「異議權」與教師「教學專業」相違背

家長權力越來越大，是否衝擊國民教育階段教師教學專業自主權？然而，家長對學校教師提出教學異議，對教師教學專業產生質疑，也讓教師認為沒有修過教育學分的家長怎麼可以干涉教師該怎麼教學？今後教師怎麼教，還得經過家長同意，如此家長提出的異議權與教師法授權教師擁有的教學專業是否相違背？以上二方觀點差異的分析，值得有關單位、教師與家長團體再行深入研究。

六、資訊的公開侵犯人權或隱私值得商榷

學校教育事務的推動，已不再

是關起門來辦教育，對家長參與校務的認知與了解，為了能夠達成理性決策、共同監督的目的，有必要在教學歷程中適度的將學校資訊透明化與公開化，讓關心教育的家長與社會大眾，隨時可以了解學校教育規劃的方針與運用的動向。但是，在教育部初擬完成「國民教育階段家長參與教育事務辦法」草案辦法中規定，學校應以分發文件登報上網或公告等方式主動提供家長學校相關業務組織及教職人員學經歷資料、全校家長姓名、電話給學校家長會；家長並得請求了解與獲得其子女教育有關資訊，主管教育機關、學校或教師應善盡提供及告知義務……。在現代資訊公開的同時，對學校與班級教師應「主動」提供教師、家長個人基本資料，在這方面的資訊公開，是否違反了個人隱私行為，同時是否侵犯人權問題，若嚴重洩漏出去作為商業用途，更可能產生不必要的糾紛與法律責任，是值得我們商榷的問題。

參、家長參與的因應策略

家長參與教育事務邁向法制化是現代教育的趨勢，其改革與發展，更具有指標的作用（林明地，1998）。

在家長參與學校教育發展過程中，保障學生之受教權，家長與教師必須協同合作，參與子女的學習過程，並且以教育事業的「合夥人」身份，來參與學校教育創造學校家庭雙贏的局面（張茂源，2005）。然而，家長被賦予參與校務的法制化後，對學校的行政運作與教學，將產生不少的變革與衝擊，以下提出幾點採行的因應策略以來作為改進的參考（王木榮，2000；利百芳，2004；林天佑，1997；林明地，1999；林春貴，2004；侯世昌，2001；張茂源，2005；顏國樑，2002）：

一、訂定明確合宜家長參與教育事務法，鼓勵家長正面參與學校事務的權力與義務

家長參與學校事務、親師合作關係的建立是現代學校教育的趨勢之一，教育主管機關與學校在制定家長參與的相關法規時，應該明確規定家長參與的權利與義務，使家長參與的過程中能依法行政，不致茫然不知所措及行為越矩。因此，教育工作夥伴們，更應以正確的態度、正面積極的方式來面對家長參與學校教育的議題。

二、運用大眾傳播媒體宣導家長參與積極正向具體事實

當前資訊公開的時代潮流，教育行政機關與學校應該充分運用行政資源，辦理家長參與學校事務的觀摩會或研習活動，透過大眾傳播媒體宣傳，讓家長與教師了解家長參與學校事務的正確性做法，減少家長與教師間可能產生衝突的危機處理，並縮短彼此之間的距離，進而凝聚「夥伴關係」的共識，共同為學校教育奉獻。

三、健全各級家長會組織結構與擴大家長參與正常運作

一個健全的組織結構與有效的運作，乃是產生較高組織績效的必要條件。因此，建立一個健全的家長會組織與有效能的運作程序，確有其必要性；在家長參與組織結構方面，應建立明確的任務與權責，並加強各級家長會組織成員對學校各項事務的認知與了解；在運作程序方面，應提供各項資源，如學校校刊、親職文宣、學生傳達、親師活動等資訊，學校都應主動公開投入使其順利運作，為共同教育目標攜手努力，擴大家長積極參與校務來創造三贏的局面。

四、接納家長參與各種教育事務，屏除專家霸權的心態，共謀學校校務發展

學生家長及其家長會組織團體與教師應共同合作，以學生最佳利益為目的，促進學生適性發展是家長參與教育的首要目的，學校教育施行之成效非僅恃學童學習，仍須依賴家庭及家長密切配合。因此，家長的參與層次如果一直處於被動、消極的態度面對，將無法有效展現學校活力成長。教師不應該漠視家長參與所帶來的影響，更應積極鼓勵家長參與學校行政教學事務，親師間共同攜手合作，創造學校未來願景發展，才是維護學生學習權益與家長參與權的第一步。

五、建立學生申訴制度保障學生學習權益

為建立良好的學生申訴制度，家長認為學生在校期間學習權益受損，學校教學或行政處理不當或對學校的建議處理不滿意時，得向學生申訴評議委員會提出申訴、再申訴，其組織的建立有必要邀集學校行政代表、教師代表、家長會代表、專家學者及社會公正人士等，來共同組成學生申訴評議委員會，建立周全的學生申訴制



度，以確保學生權益。

六、訂頒親職教育「家長日」，落實

家長參與功能

不管是在有效能的學校、成功的學校或好學校的研究中，積極有意義的家長參與常被列為重要的特徵之一。從相關研究發現，家長的參與意願低落或不願意參加，最主要的原因是沒時間、學校舉辦活動無法配合作息等。因此，政府應依據家長參與法來立法訂定「家長日」(Parent day)參觀活動，且給予可支薪假期一日以鼓勵政府機關或民間企業團體能彈性上下班時間，讓家長有多些親子相聚的機會以及參與更多學校校務和家長會的活動。

七、認清家長在學校教育的定位，避

免非教育外力干預校務

在專業分工相互合作的時代中，家長應認同學校教師的專業權與行政權，家長參與校務應揚棄過去捐錢獻金者的角色，改以正面積極參與和支援的角色與學校互動；家長代表應體認參與是「責任的承擔而非權力的掌

握」、參與是「適度而非過度干預」的基本原則。

八、塑造參與合作的教育新氣象

家長加入學校教育的新組織，與學校行政和教師會將共同影響學校未來願景的成效，大家應以「保障學生學習權與受教權之最佳利益」與「促進教育進步發展及專業成長」為共同努力的目標，並各自發揮本身組織的功能，以溝通、協調、親師合作的方式，型塑學校教育的新願景。

結語

推動一個新的制度發展，它的過程必然是艱辛的。家長參與教育事務的相關法令制度之規範，有賴全體教育夥伴(學校行政、教師團體和家長會組織)，立於「互尊、互信」的基礎上共同努力，以理性的態度進行溝通，放棄一己之見，才能發展學校成為一個良好的學習環境。我們誠摯地期待，家長參與教育事務的立法，能真正為國民教育發展帶來希望的火花，這才是開啟教育工程的里程碑。✿

參考文獻

- ◎丁金松(2001)。家長參與之角色與功能的探究。研習資訊，18(1)，45-52。
- ◎王木榮(2000)。開創家長參與學校教育的新紀元。國教輔導，39(5)，40-45。
- ◎行政院教育改革審議委員會(1996)。教育改革總諮議報告書。台北：作者。
- ◎利百芳(2004)。家長參與學校事務之個案研究—以桃園縣一所國小為例。中原大學教育研究所碩士論文，未出版，桃園縣。
- ◎吳清山(1996)。共創學校與家長會雙贏局面。北縣教育，13，15-19。
- ◎吳永裕(1995)。家長參與的捷徑：班級家長義工。師友，377期，78-81。
- ◎林明地(1998)。家長參與學校活動與校務：台灣省公私立國民中小學校長的看法分析。輯於國立暨南國際大學教育政策論壇，1(2)，23-58。
- ◎林明地(1999)。家長參與學校教育的研究與實際：對教育改革的啟示。教育研究資訊，7(2)，61-79。
- ◎林春貴(2004)。國中家長教師對家長參與學校事務與組織氣氛、行政決定關係知覺之研究。國立台灣師範大學教育研究所碩士論文，未出版，台北市。
- ◎林天佑(1997)。學校家長關係。初等教育學刊，5期，141-160。
- ◎周懷嫻(1996)。家長會與學校的對話關係。北縣教育，13，20-24。
- ◎洪福財(1996)。如何強化家長會功能。教育資料文摘，216，148-172。
- ◎侯世昌(2001)。國民小學家長教育期望、參與學校教育與學校效能之研究。國立臺灣師範大學教育研究所博士論文，未出版，台北市。
- ◎教育部(2004)。國民教育法規選輯。台北：教育部。
- ◎教育部(2005)。預告「國民教育階段家長參與教育事務辦法」草案條文及總說明。(行政院公報資訊網)
- ◎郭明科(1997)。國民小學家長參與學校教育之理論與實際研究。國立台南師範學院國民教育研究所碩士論文，未出版。
- ◎張茂源(2001)。從家長參與談親師合作的推展。教師之友，42(2)，58-63。
- ◎張茂源(2005)。評析教育基本法有關家長教育選擇權之理論與實務。研習資訊，22(2)，82-87。
- ◎葉榮福(2002)。綜合宗教教育資源協助國民小學晨光活動即課後輔導。2006年2月7日。取自：http://rc.se.fju.edu.tw/new_page_134.htm
- ◎顏國樑(2002)。教育法規。高雄：麗文文化。
- ◎Comer,J.P.,&Haynes,N.M.(1991).Parent involvement in schools: an Ecological approach. *TheElementarySchool Journal*,91(3),271-277

超越情緒的陷阱

■藍乙琳 屏東市崇蘭國民小學訓育組長

壹、前言

電視新聞中報導著一則教師不當管教、體罰學生的新聞，身為教師的我，不禁張大著眼睛、豎起耳朵，仔細的看著新聞的報導。學生不服管教，老師一時情緒失控，拿起手中的教鞭，狠狠的在學生的身上抽幾鞭，宣洩心中「恨鐵不成鋼」的情緒，卻引起學生家長的不滿，家中的心肝寶貝，在學校怎麼被老師處罰的滿身是傷呢？因此到學校與師問罪，而縱然老師心中有千百個為學生好的理由，但是學生身上的傷痕卻是無法自圓其說的事實，於是電視上往往就出現老師流淚自責的請求家長及學生原諒的畫面，然後學校教評會做出記過的處分，以平息家長的眾怒。上述這一切

的事端皆起因於教師陷入了情緒的陷阱，以致惹禍上身，做出傷害學生的事件。由此可知身為教師工作者，情緒管理是個相當重要的課題。

貳、認識情緒

相信大家都有過抓癢的經驗，身上某個部位癢的時候，如果能狠狠地抓它一下，一定很過癮，一定相當痛快，但事後所留下的一條一條「傷痕累累」的痕跡，卻要去承受它所帶來的刺痛！發洩情緒亦是如此，當情緒失控時，大發脾氣、短暫的發瘋後，事後帶來的可能是無法彌補的傷害，引來的困擾更不是我們能夠評估、想像的。就如同使勁的抓完癢後，

身上留下不可磨滅的傷痕，身上痛得要命，也後悔不已！因此藉由了解情緒，才能知己知彼，掌握自我的情緒。

一、情緒的定義

Plutchick (1984) 認為情緒是對刺激的一種複雜而連續的反應，包括認知的評估、主觀的感受、自律神經的喚起及激發行動，而此行為是由引發複雜且連續過程之刺激所造成的結果（引自顏淑惠，2000）。國內學者張春興（1995）認為情緒是個體受到刺激所產生的一種身心激動狀態；其引起的生理變化及行為反應，並不易為個體本身所控制，故對個體生活極具影響作用。

上述可知，「情緒」是由內在及外在的刺激所引發的一種激動狀態，此種狀態由生理、心理、認知及行為等反應交互作用而成。

二、情緒管理的意涵

Dryden and Gordon (1996) 認為情緒管理即辨別不切實的想法和要求，找出心緒紛擾的根源，進而抗拒與駁斥它們，並以更積極的感受和行為取而代之（引自何灣嵐譯，1996）。國內學者張春興（1994）認為情緒調適係指個體對情緒變化時的

自我控制能力，能在情緒表達時適度運用理性。顏淑惠（2000）將「情緒管理」定義為個人能正確地覺察自己與他人的情緒狀態、能適度地運用理性表達情緒及能在認知及行為上調適負面情緒，使自己與他人身心臻於和諧狀態的能力。

參、情緒「管理」的重要性

情緒、行為、認知三者之間有著互相牽動的關係，情緒若適應不良必然會影響其他兩者，導致個人的身心狀態失去和諧，干擾個人生活。適當的情緒管理對我們日常生活有著非常大的影響力，其重要性分述於以下三點。

一、良好的情緒能維持身心健康

情緒可激發個體的生理反應，如腎上腺素分泌、交感神經的作用，使個人充滿活力，隨時準備行動。如果出現的是負向情緒，則內分泌同樣會受影響，嚴重的話，會分泌不正常而形成疾病。醫學界對此已有研究證實，研究人員發現腦部與免疫系統中最活躍的化學傳導物質，正好是情緒中樞中數量最多的一種物質，情緒確實直接影響到人體免疫系統；至於現代人飽受困擾的「壓力」，則會促使

體內釋放某種賀爾蒙，這些賀爾蒙也會影響免疫力，如果長期面臨強大壓力，則可能會減弱免疫系統的能力。

因此，若能具備情緒管理能力，適當地覺察、表達與疏導情緒，則能解除情緒困擾，擁有健全的身心狀態。

二、優良的情緒能增進個人各方面的表現

一個人的情緒，若長期處於適應不良的狀況，沒有抒發的管道，便可能引發不適應的行為表現，如工作或學業表現。如果接二連三在各方面表現上遭受挫折，在這惡性循環的環境下，極容易使個人喪失自信心，懷疑自我價值，行為變得畏縮或退卻，出現倦怠感。

因此具有情緒管理的能力，便能建立正確的自我概念，採取對自己負責的行為模式，產生較佳的彈性和適應力，增進個人在各方面的表現。

三、適當的情緒能影響人際關係

情緒可以是人與人相處間的潤滑劑，但也可以是破壞人際的致命殺手，如同「水能載舟，亦能覆舟」的道理一般。個人若無法放鬆或轉換情緒時，而將困擾、煩悶等負向情緒轉移到周圍的人，一方面可能會影響人

際間的互動品質；一方面個人可能被情緒牽著鼻子走，理智完全被淹沒，不幸則出現暴力或是虐待的狀況。情緒之於人際關係一如環環相扣，個人的情緒連帶會影響整體關係。

肆、擁有一個成熟的情緒

成熟的情緒是成熟人格的必要條件。特質論的人格心理學家愛森克（H. J. Eysenck）提出人格三個基本層面，包含內向型－外向型，情緒穩定－不穩定，以及現實型－空想型，其中第二個層面情緒穩定－不穩定雖然沒有絕對好壞的評鑑標準，但是情緒不穩定便可視為不適應，而情緒適應者則具有情緒穩定、對自己有信心，不常感緊張、焦慮，也不會對現實情境做出不當的情緒反應的狀態，此可視為成熟情緒的特徵。張春興（1989）在界定一個成熟的情緒為：情緒表達不再帶有幼稚的、衝動的特徵；在言行舉止上表達情意時，均能臻於社會規範的地步。Ringness, Klausmeier & Singer (1959) 提出情緒成熟的指標有下列六項：一、發展出某些技巧以應付挫折情境；二、能重新解釋自己與情緒的關係，接納自己與情緒的關係，才不會一直自我防

衛；三、能避免挫折並安排替代的目標，以獲得情緒滿足；四、能找出方法紓解不愉快；五、能認清楚各種適應機轉的功能，包括幻想、退化、反抗、投射、合理化、補償，避免成為錯誤的習慣，以致防衛過度，造成情緒困擾；六、能尋求專家的協助（引自王淑俐，1995）。

伍、如何超越情緒的陷阱

情緒所引起的反應是一種很複雜的身心反應（柯永河，1997），而且情緒也是屬於一種自發性的反應，我們的情緒不斷在變換，所以要用理智去控制它的發生很難，我們能做且該做的就是當情緒來臨時，去觀照並覺察我們到底處在什麼情緒，進一步分化、了解造成情緒的原因。

綜合專家學者提出之情緒管理的方法、情緒成熟的指標與特徵，研究者將情緒管理的策略歸納為二個面向：

一、心理層面的管理

（一）察言觀色、認識自我

在情緒管理上，「知己知彼」是相當重要的。辨別自己與他人情緒的特色及負面情緒對身心的影響，面對自己或他人的情

緒問題時，能以理性、樂觀的方向進行認知的分析，及適時、適度的調整轉換，以改變負面情緒的產生。

（二）建立積極、正向的人生觀

人生的快樂，不是因為擁有得多，而是因為計較得少！許多人老是看不見那人生美好的一面、自己所擁有的一切，如同放在冷凍庫中，幾乎忘了它的存在；反之，老是看到人生缺陷的那一面，自己所缺乏的那一部份，而在這種情境之下，情緒便老是處於低潮、陷入谷底。

所以我們要建立一種積極、正向的人生觀，不管痛苦或快樂，人生的高峰或低潮，那只是人生的一件事，不是生命的全部。常做正面的思考，看到人生的光明面，有時可藉助宗教信仰，把內心的感受傾訴出來，釐清不必要的憂慮，使心靈有所慰藉。如此您的情緒便會處於正向的反應，較不會有情緒失控的現象產生。

二、生理層面的管理

利用生理調適的方法及策略，使身心兩方面同時達到鬆弛的效果，也

可使心理處於一個平靜的境界，以幫助情緒緩和、穩定。

(一) 轉移焦點

避免負面情緒繼續惡化，適時的轉移注意力非常有助於改變情緒（引自張美惠，1996），如出去走一走、做家事、拼圖、看電視電影、聽音樂或從事打球、跑步等運動等，可以避免情緒和思緒繼續惡化。從事這些活動，不僅可以讓憤怒的情緒獲得冷卻，劇烈的運動也和深呼吸、肌肉放鬆等方式有類似的效果，可以使身體從憤怒的高度警戒狀態，回復到低度警戒狀態。

(二) 找人傾訴

柯永河（1997）認為在情緒不穩定的時候，找家人、朋友或諮商專業人談一談，具有緩和、撫慰、穩定情緒的作用。適時地把困難或問題說出來是紓解情緒最好的方式，如果有人在旁傾聽，其效果會更好（曹中璋，1997）。

(三) 身心鬆弛法

「身心鬆弛法」是利用生理和心理彼此交互影響，使生理和心理兩方面同時達到鬆弛的效

果。此方法可分為三類：

1.由身體至心理的放鬆方法

當我們在生理上能夠處於一個完全放鬆的狀態，亦即肌肉鬆弛、呼吸均勻而緩慢等狀態，心理或精神就會自然達到放鬆。此類方法是先以身體或生理各部位的鬆弛，作為練習的目標，在達到這個目標的同時，我們的注意力便會集中，而達到心理鬆弛的效果，具體的方法包括「基本調節呼吸法」與「肌肉放鬆訓練」等。

2.由心理至身體的放鬆方法

當我們的精神處於緊張的狀態，便會引發一組相對應的生理反應，反之，如果我們的精神處於鬆弛的狀態，身體也會產生鬆弛的現象。所以這個鬆弛法，就是把達到心理鬆弛作為目標，透過練習的過程，讓身體產生放鬆的效果。這類方法包括「自律鬆弛法」及「意象鬆弛法」等。

3.身心連鎖的放鬆方法

這種方法是利用人的意念力，來指示身體做出鬆弛的反應，如「意念調節體溫法」，練習時是以生理的狀態作為目標，

不過卻是透過心理的意念來達成此目標。透過上述這些身心鬆弛法，可以幫助我們緩和、穩定情緒，也可以進一步幫助我們將注意力集中於情緒的覺察和分化。

除了以上的方法外，還可利用深呼吸、肌肉放鬆運動、瑜珈、慢跑、游泳、韻律操等方式來調整情緒。

結語

人因為有了七情六慾，生命才顯得多采多姿，有著情緒的起起伏伏，感覺才會有了喜、怒、哀、樂。所以

情緒有時豐富我們的人生，給我們生活添上亮麗的光明面，但有時也會塗上灰色、陰鬱的黑暗面。然而人的情緒千奇百怪、各式各樣，其間又有無數的混合變化，個中差別更是因人而異。想想看，我們的情緒是何其豐富，應付這諸多的情緒變化，需要的不只是多少能耐的問題，重要的是具備深度的涵養與對自我的調適，這就是一門不容忽略的情緒管理的學問，就此讓我們認識情緒、控制情緒，進而超越情緒的陷阱，距離成功也就向前邁進了一大步。✿

參考資料

- ◎王淑俐（1995）。青少年情緒的問題、研究與對策。台北市：合記。
- ◎情緒的管理：如何增進你的EQ（何灣嵐譯）（1996）。台北市：聯經。
- ◎柯永河（1997）。教師的情緒管理。學生輔導雙月刊，51，40-51。
- ◎曹中璋（1997）。情緒的認識與掌控。學生輔導雙月刊，51，26-39。
- ◎張春興（1989）。張氏心理學辭典。台北市：東華。
- ◎張春興（1994）。教育心理學。台北市：東華。
- ◎張春興（1995）。現代心理學。台北市：東華。
- ◎顏淑惠（2000）。國民小學教師情緒管理與教師效能之研究。台北市立師範學院國民教育研究所，未出版，台北。
- ◎高曼（1996）。EQ。（張美惠譯）。台北市：時報。
- ◎Plutchik, R. (1984). A general psychoevolutionary theory. In K. Scherer, & P. Ekman (Eds.), *Approaches to emotion* (pp.197-219). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

為他，點一盞心燈

談全盲生在高中普通班的融合教育

■劉淑芬 台北縣立三重高中輔導主任

壹、初始接觸

六月時，學校得知開學後即將有一位學生，依「身心障礙學生12年就學安置——視覺障礙類學生甄試入學」管道，至本校高中部就讀。因此與往常一樣，懷著平常心，準備此位學生入學到來。然從特教組長幾次接獲該生家長來電，從電話中家長的殷殷期盼、關懷備至……，我驚覺到此生非一般輕、中度身心障礙學生，而是一位重度視障——全盲學生。

對本校成立至今，從未有全盲學生入學高中部的經驗，所以任何狀況均可謂是「第一次接觸」，也因此，所有的問題幾乎紛至沓來。如在硬體設施設備方面：學校的無障礙空間規劃完備嗎？該生上課空間該如何妥適安排？教學特殊輔具闕如？……教學師資方面：導師如何處理該班班級經營問題？各任課教師的教學專業所造成的衝擊為何？活動課程該如何進行？教科書如何轉換點字書以適合其閱讀？評量試卷又該如何轉換運用？同儕相處問題？……此些問題再再浮現出腦海。因此與校長商討後，立即召開各處室工作協調會，除了解該生的目前狀況外，也讓各處室就本身職責範圍，思考可服務的內涵及問題困難所在，事先做好應有的準備與補救。

除即刻與小和原就讀國中學校聯絡，瞭解其先前的學習情形外，也向鄰近高中已有經驗的學校請教該如何加強與注意的輔導重點，更欣喜原視障巡迴輔導員願意繼續提供該生巡迴輔導的服務。此時真心體會出特教輔導網絡建立與相互支持的必要性與重要性。

貳、融合教育的思維——愛他，就是給他嘗試學習的機會

初見到小和是在高一新生訓練的會場，看起來帥帥的，但笑起來有點靦腆的他，似乎還蠻能接受高中新鮮人生活，也能漸漸融入班上同學的團隊學習。只是，擔心的是，未來高中三年，小和能勇敢的面對所有的挑戰嗎？學校能滿足其學習需求嗎？

小和每天自己上下學，從上下公車、進出學校、班級上下課，均不假手他人。從他熟練的自理午餐、日常生活瑣碎的事務中，我發現我們大人似乎為他多慮了，因為他除了「眼疾」外，和一般人幾乎沒有什麼兩樣！尤其難能可貴的是，他那好學的精神與樂觀的學習態度。

此時，也領悟出「融合教育」的意涵，即重視普通教育與特殊教育合作與融合，不再採取獨自分離的二元系統，尤其強調在單一的教育系統中，能傳遞教育服務給所有學生，並致力於在普通教育環境中進行特殊教育服務（蘇玉雪，2005）。因此如何發展出師生們能互相支持合作的教育環境，促使所有的學生，包括特殊學生均能樂於學習、成功的學習，將是融合教育的重要精隨所在。

參、對普通班的衝擊——如何讓所有學生都成功

暑假時，學校先召開小和的銜接會議，除本校各處室單位主管、相關組長、該生導師及家長參與外，另邀請前國中特教組長與視障巡迴輔導員一起參加，瞭解該生先前的學習狀況、能力，及討論小和在高中未來的學習策略及建議，並用心思考融合教育在本校高中普通班施行的可行性。

一、重新檢視硬體設施及設備的妥適性

自校門口至教室，從教室到專科教室、遊戲場、體育場、活動場所，均重新檢視及規劃無障礙設施的需求。其中包括導盲磚的再鋪設、電梯使用方便與否、增設擴音聲效卡、使用教室桌椅櫃的增置等。因為唯有硬體設施的規劃完備適性，才能夠提供該生較貼心的教學服務。融合教育非常重視引導學生發展主動的學習精神，因此在學習空間環境的規劃上，講求保持彈性多元，形塑同儕能合作學習、共同參與的學習環境。

二、建立支持網絡，增設該生特殊輔具

透過視障巡迴輔導員的提醒及該生母親的說明，學校較清楚知道從

何種資源管道申請並提供何種學習輔具，能對該生學習途徑有較實質的幫助。於是立刻著手申請盲用特殊輔具、特殊生助理員服務及視障巡迴輔導員的定期服務，尤其教科書、補充教材與評量試卷的轉換點字書、卷…等，此些均是希望協助小和能在普通高中順利就學。

三、成立教學資源小組，提供專業諮詢服務

瞭解本校教學上的瓶頸，於是結合全校有關師資，包括特教資源班教師群、高中輔導老師、認輔教師，成立教學資源團隊，除經常相互交流教學經驗外，也能就近提供導師與各任課教師在教學上的諮詢服務。或許是第一次的初始經驗，老師們也樂意學習配合教學及討論相關問題，因此，周延的安排設計與對教師們的支持鼓勵，是我們最在意的事。

四、多元適性課程，發展學生學習優勢

吳淑美（2002）認為，如何調整傳統的教學方法，以因應不同學生的需求，是融合教育成功的要素。若實施以一般學生為主的教學模式，應引導特殊學生能主動與同學產生互動關係，讓所有學生均能共同參與學習

活動，將更容易發展該生的社會溝通技巧。因此實施彈性化、統整化的課程與活動，及運用同儕指導的策略，能增進同儕間彼此的互動與瞭解。其中，活動本位教學（Activity-Based instruction）、多層次教學（multi-instruction）和合作學習（cooperative learning）是達成融合教育目標的有效策略（蘇玉雪，2005）。

針對不同程度的學生因材施教，並能兼顧教學現場上更大的個別差異現象，是教師在實施融合教育教學上最大的挑戰。所以教師的「教學策略」運用，是融合教育成功與否的關鍵所在。在融合教育實施的過程中，強調教師面對問題時的解決技能（problem-solving skill）及能與其他教師共同合作的能力。所以鼓勵教師採用彈性的教學方法，並能定期提出教學上所碰觸的問題，使用對談、討論方式，集思廣益研擬適宜的教學策略，以營造「合作」與「共同參與」的教室學習氛圍。

五、關愛共融，是友善校園的基石

藉由融合教育的同儕相處，能適度培養同學間相互刺激、互相同理、試圖理解對方的夥伴關係，除了能幫助身障學生充分的發展潛能外，更有

助於學校建立體諒、關愛、互助、合作、同理、溫馨的友善校園文化。

在該班導師的引導規劃下，各科小老師和自願協助同學於是產生，而小和也樂意為班上同學盡一份心力，班上同學的同儕互動，似乎比其他班多了一份體貼與細膩。從中領悟出加強教師、學生和家長能接納與關懷有特殊教育需求的學生，此種機會教育的實施，將更能培育學生心懷助人的心、感恩的情，及形塑有情、有愛、有人味兒的溫情世界。

肆、以平常心看待融合教育的實施

融合教育已是世界潮流，隨著融合教育理念的逐漸推展，普通班教

師將愈來愈有機會接觸到特殊學生，因此，調整心態，且儘早瞭解融合教育的意涵與充實相關專業知能，將是教師面對融合教育教學成功的不二法門。而行政單位也應多辦理相關特教研習，鼓勵教師充實相關專業知能。

所以，學校需要思考先容納特殊學生至普通班接受教育學習的可行性；規劃足夠且適宜的教學支援與環境；並強調與教師及家長合作訂定該生的個別化教育計劃（IEP）。從IEP可能包含的其他相關服務中，適時提供機會引導學生主動學習、求知，以達成所預期的學習目標；如此才能成就讓普通班學生與特殊學生均蒙其利的終極教育目標。✿

參考書目

- ◎林貴美（2001）。融合教育政策與實際。融合教育論文集，11-36頁。國立台北師院特殊教育中心。
- ◎吳淑美（2003）。融合班教師具備之教學理念及調整教學能力之研究（編號：NSC90-2413-H-134-006）。
- ◎吳淑美（2003）。融合班常用的教學策略。新竹師院國教世紀，207，57-70。
- ◎吳淑美（1992）。發展遲緩幼兒在回歸主流教育環境下社會互動社會地位及發展能力之研究。彰化師範大學特教學報，7，45-83。
- ◎吳麗娟（1987）。國民中小學師生對視覺障礙學生接納態度之研究。國立台灣師範大學教育研究所碩士論文，未出版，台北。
- ◎蘇雪玉（2005）。從統合教育到融合教育。
<http://blog.syinlu.org.tw/mt-tb.cgi/659>。

走過生死交關 重建生命意義

談校園自殺事件之失落與悲傷輔導

■黃燕女 高雄師範大學生命教育研究所碩士生

緣起

國內自殺問題日益惡化，各年齡層的自殺人數節節攀升，教育部統計2005年學生自殺事件，平均每四天就有一個孩子自殺，學生面對朝暮相處的親人或好友，一句再見也沒有就從此消失，沒有機會與死者道別，記憶斷裂，因而沒有機會完成分離，順利繼續過自己的人生。死亡如此無預警地逼近生命的猛烈衝擊，需要有人傾聽、陪伴，才能健康順利地走過生死交關。此類創傷性的失落與悲傷，亟待校方有效迅速地介入輔導，是現今生命教育聚焦於積極探尋生命意義，預防自殺外，另一不可疏視的課題。因為此一創傷性的死亡及其所帶來的失落與悲傷，若沒有妥善的處理，可能會造成長期且深層心理障礙，形成擴散性負面影響，阻礙健全人生觀及價值觀的建立。因此，學校面臨日益頻繁的創傷性失落與悲傷，須有完善準備及資源，在第一時間作出最有利、最有效的處理及輔導。

壹、學校如何做好準備因應自殺事件

自殺事件直接引發創傷性失落、複雜性哀悼及創傷性壓力，孩子可能產生各種不同反應來處理這些情緒，學校和他們須學習因應情緒麻木、罪惡感、憤怒及對未來的恐懼等行為；另一方面在失落的經驗之後，幫助他們重建生活意義。學生的高自殺率，使學校因應此一創傷事件的課程已迫

切需要，協助學生應付自殺失落、哀悼最有效的方法就是——在自殺事件發生之際，立即提供有效支援。如學校能為可能發生的自殺創傷性失落做好準備，在危機時期，學校的方案能在第一時間立即運作、發揮功能，可減輕失落與創傷的痛苦。以下提出具體作法，供學校因應自殺事件之參考：

一、整合父母、教育工作者和社區資源人力

由上列人力資源組成委員會，以建立危機反應系統。每個學校成立危機反應系統十分重要，學校和社區的關鍵人物均被認定為系統的一部分。一個清楚的指揮系統一旦建立，教職員生的角色安排妥當，則學校社區人員都能明白可資利用的支持系統，以及獲取這些支持最迅速的捷徑。

二、所有教職員接受訓練，以便協助學生應付自殺事件的失落

這個任務不可能交一或二人去執行，即使最有能力的人，也無法很快同時協助眾多學生的需要。況且並非任何人都能提供協助給受影響的學生，也並非所有教育工作者在自殺事件中，自我已能面對修通。

三、提供專業發展資訊

主動提供專業發展資訊給有興

趣的教職員，以及父母和社區團體代表，即第一點所謂的危機系統委員會。

四、營造一個開放溝通的環境

自殺事件引發失落之後，所有相關的人際間持續支持溝通。就算是善意的沈默，亦會使人產生孤立感，進而造成傷害。失落之後的溝通可是痛苦的，但在一個支持的環境下，容許情緒與恐懼表現和外化會協助復原。

貳、學校輔導自殺倖存者之要領

對於有意協助學生適應自殺創傷性失落的教職員，須遵循一基本指導要點，下列各項可視為輔導要領之起點：

一、開放學生與老師會面的時間

在自殺事件創傷性失落後，優先考慮學生的需求，而非一成不變的時間表。

二、傾聽

注意學生說的話，除非他說，否則切勿急著提供可能的答案。

三、鼓勵學生指出並列出所有討論的課題內容

包括仍在處理的最近失落及過去失落，不要限制任何內容，眾多的事項可讓學生知道，能夠應付如此多的

過去的失落，顯示及肯定他們擁有很多力量。

四、允許學生建立優先順序

詢問學生最想要處理什麼，從這裡開始，學生可以清楚指認他對每一事件所賦予的意義。

五、了解學生如何看待自殺事件

如果學生相信失落產生空虛，又該如何填補？如果將空虛視為敵人，學生有什麼可使用的資源去對抗？它是否也提供了某些益處？

六、協助學生分辨實際的失落與預期的失落

學生是否關心過去和現在失落的影響？或更關心未來失落的可能性？

七、強調學生有權利讓他人知道他的感覺

如果學生需要談論失落，希望他

人能夠從旁協助，可明白說出他的需求。

八、一次以一個議題為限

這可以避免同時處理許多事件而產生力不從心的情況；如此，亦可減少從一個主題太快移至另一個主題而產生的困惑。

九、切記學校的功能乃在教育全人

每個學生都背負個人歷史的包袱，這些個人事件可能對學習有重大影響。自殺事件引發的創傷性失落都和這些事件互動連結，不可能被孤立處理。在創傷性失落之後，生命可能像一個支離破碎的拼圖，沒有任何兩片可以結合，而有些部分已從此失去。老師和家長可共同協力提供這些生命拼圖片，由學生為之尋找意義，

並成為他未來的圖像。

十、學校與家庭間保持規律的溝通管道

處理自殺死亡事件，家庭與學校須協力合作。讓孩子清楚看到他們生命中重要的成人，如何應付創傷性失落。如果從家庭與學校接受到不同的訊息，會使孩子的失落與復原變得複雜。

十一、支持性的努力必須適合學生的年齡和發展階段及學校情境

對於國小孩子，可於活動時，允許孩子坐在成人身旁，或分派工作協助老師，小孩可能因和老師一同工作而有親近的感受。國高中孩子卻可能希望，他們所進行的與失落相關的溝通和接觸，被隱密地保留。若環境許可，學校可設置一個抒發情緒的安全處，如「火山室」或「吶喊室」等，讓學生尖叫、哭泣或怒喊時，亦可以塑膠棒球棍去打地板、牆或椅子等。在輔導員的引導下，安全無顧慮地抒發壓抑的情緒。

依學生的發展階段及特質，在家中或學校隱密處，讓學生錄音或寫信給自殺者，也是一種有效的方式。引導學生毫無禁忌地表達內心的感受，並於諮商一段時間後，適時將錄音帶或信件內容與其一起討論，可達深入瞭解與輔導之效。

面對自殺事件創傷性失落，切勿只聚焦在創傷歷史，或透過學生喪失功能的眼光來看待；有效的處理策略須將有問題的看法、感受及行為放到他們的人際與環境背景網絡中。

結語

突發、未預期的自殺事件，引發錯綜複雜的情緒反應與壓力，如何填補斷裂的記憶、完成未竟之事、經歷失落與重建意義，除了特殊的因應策略、整合組織人力資源及具體協助要領外，無條件的愛、支持與鼓勵仍是其中須灌注的最佳「藥方」。

參考書目

◎李開敏主編（民91）。K.J.Doka著。與悲傷共渡。台北：心理。



從「翻滾吧！男孩」看電影在生命教育教學中的角色與應用

■ 李昱平 高雄縣中山工商輔導教師

前言

生命教育不是一項教育運動，也不是一句教育口號，而是一種生活的課程(吳武雄，無日期)。生命教育的教學是隨機的，科際整合的，是將日常生活中的每一個機緣，適當地融入日常教學活動中，以實施隨機教學。黃光雄(1988)指出透過欣賞教學、參觀訪問、角色扮演、體驗的方式容易比較容易達到生命教育教學的效果；而透過討論、探究與價值澄清，也較容易讓孩子得到正確的觀念和啟發，因此經過完整課程設計的電影式生命教育教學是能引發學生情意的學習與成長之一種途徑。

電影「翻滾吧！男孩」從一張老照片開始，那是導演的哥哥小時候和其他體操隊小朋友的合照。時光回到現在，導演的哥哥成為國小的體操教練，幾位來自不同家庭，有著截然不同個性與脾氣的小男孩，下課後直奔體操訓練場，他們唯一的共同點就是不打電動、不去麥當勞。在訓練的過程中，教練的要求雖然嚴苛，但小男孩內心卻有一支撐的信念，那就是「再苦也要練下去、哭完繼續練下去、生完氣繼續練下去、摔倒爬起來再繼續練下去、再痛也要練下去…」，終於獲得當年度金馬獎最佳紀錄片獎，最後，電影結束在同張照片和幾則當年得獎的報導剪報，導演的哥哥口中陳述著「這小孩現在在健身房啊、他們幾個在師大、這位在賣那個欸…烤雞，啊這個…坐了牢…」。看完影片後，內心中不斷翻騰一個想

法：「時間沒有表情地滔滔翻了過去，時間也從來沒有要為任何人負責，畢竟生命是自己不停的選擇與被選擇，但假如時間重頭來過呢？照片中的人會選擇相同的生活嗎？當小時候單純的堅持遇到生活現實的洪流時，又該如何堅持？我的學生也會因為小朋友單純的堅持而受感動嗎？我的學生看完這部影片後，也會跟我有一樣的想法嗎？」

生命教育應該落實在每一刻的教學活動或生活輔導之間，從「做」、「體驗」中學習，以直接的實例或經驗，引導學生生活學習，也間接陶冶學生情意發展，讓生命的本質潛移默化於學生心底。

壹、電影可以在生命教育中教導學生什麼？

一、彰顯人性中的真善美

生命教育要教些什麼？不論從哪個面向切入談生命教育，我們發現最終都是在教導生命最核心的價值觀，就是真、善、美(樊明德，2004)。真是純真，以不迴避的態度忠實地反映人生；善是能以積極樂觀的態度面對人性之惡，勇於超越；美則是具有實踐於日常生活中的審美與欣賞的能力。心理學家榮格(C. Jung)認為

人性是善、惡並存，當我們選擇電影當做生命教育教材時，也必須謹慎小心地選取影片的內容、題材，不能太矯情地一味表現人性太單純的良善，以至於脫離現實；更不能過於嘲諷人生，放大人性之惡，誤導學生。因此一部同時描述善惡對立，充滿劇情張力的影片，可以使學生在引導下反省，發掘善的可貴，並啟發我們就算在重重困難中，仍然須堅守人性的純真與善良，這類可以參考的影片有《蒼蠅王》、《辛德勒的名單》等。

二、養成學生開放的態度

對於未知的事物，人們總習慣地以自己已有的經驗或背景來看待，然而透過電影鏡頭的帶領，我們看見從未曾經驗過的世界，也透過電影打破了對某些事物的刻版印象。因此，透過電影的引導，不僅可以學習不預設立場，在某種程度上能夠超越本位主義與偏見，從不同的角度看問題，更能學著放下身段，謙虛的從他人的角度看生命，這類可以參考的影片有紀錄片《極端寶島》、《中國新娘在台灣》等。

三、實踐人道關懷與社會責任

生命教育既是培養對生命做深層的碰觸，就該深刻體悟：人與自己、人與人、人與環境、人與自然、人

與宇宙各種關係。除了認識自己之外，更要了解別人，體悟物我關係和諧之重要，並付諸行動關懷別人才能衍生出「生命的智慧」。這一類的電影很多，例如《一隻鳥仔哮啾啾》、《地久天長》、《德雷莎修女》等。

貳、以電影從事生命教育教學的優點

電影對我們感官知覺的刺激，常會造成我們心靈上巨大的震撼，縱使看完電影之後許久，仍然會對它印象深刻。這是因為電影具有影像、聲音、動作和劇情等四個特徵，它們所結合而成的強大力量，遠遠地超過純文字的影響，使觀眾不必身歷其境也能有所啟發。因此，以電影從事生命教育教學，具有以下的優點（樊明德，2004）：

- 一、電影的取材豐富、主題多元：電影產業的發達，各種不同類型或主題的電影，精心策劃、製作後，大略都能完整的刻畫人生，因此各科在教學或詮釋各種生命現象時，較能找到可以搭配的電影。
- 二、電影是普遍的大眾嗜好：由於科技發達，電影光碟已能大量生產而物美價廉，一般大眾也普遍能

接受電影的傳播方式。

- 三、電影可以寓教於樂，少說教：電影本身就具有強大的魅力，可以吸引觀 的注意力，比傳統的教學趣味、活潑，比較不易引起學生抗拒。

- 四、電影教學具實用性：電影很容易融入教室的教學情境，操控容易，可以停格、倒退、慢動作、攜帶也方便。

參、電影在教學上的運用

一部完整電影的播放，少則需90分鐘多則兩小時，而在中等學校的教育情境中，看完一部完整影片，再加上影片觀賞前的引導及觀賞後的討論，可能就得花上4節課的時間，為了兼顧教學的目標以及教育的效果，在進行電影教學前需針對課程主題篩選影片，並剪接影片中具有啟發性與教育性的片段，使影片全長在30-45分鐘之間。另為避免影片因刪減劇情而造成學生無法連貫，可運用剪接軟體中「文字說明」之功能，將刪減部分加以簡單描述。可以運用的剪接軟體有「繪聲繪影」、「威力導演」、「media studio pro7.0」。

透過電影的劇情固然可以碰觸到生命的核心價值真善美，但有時則

必須要配合啟發式教學討論電影中的情節，或藉由角色扮演、學習單來激起學生更大的火花。電影式的課程教學可以考慮下列四種模式進行（馮珍芝，無日期）：

- 一、教師導引→影片觀賞→影片回顧→問題討論。
- 二、主題討論→影片印證→師生對話→教師總結。
- 三、提出問題→影片觀賞→預測結局→結局評論。
- 四、影片觀賞→回顧片段→評估抉擇→主題討論。

肆、以電影進行生命教育教學時應注意事項

- 一、不要讓學生在無人引導或指導下觀看影片。
- 二、注意視聽設備效果。
- 三、尊重智慧財產權，購買公播版。

- 四、注意影片的保存。

- 五、鼓勵學生和家人觀看全片。

結語

影片的學習就是一種觀察學習（observational learning），藉著觀察學習，一個人可以學會如何游泳，如何駕駛汽車，醫科的學生可以學會如何動手術，而不必浪費時間和精力盲目摸索。透過示範作用，個人便能學到許多複雜的行為（廖克玲，1982）。電影號稱『八大藝術』，它融合了詩歌、音樂、文學、攝影、美術、建築、雕塑、舞蹈等藝術的內涵，電影不僅能反映真實的生活，也是文化的一部分，電影的影響力幾乎是無遠弗屆的。因此如果能夠善用適當的電影題材，加上教師的引導，並配合腦力激盪的討論，就能使學生感受、感動。✿

參考資料

- ◎生命教育影片教學。馮珍芝（無日期）。2005年11月30日，取自：
[http://www.tmes.tcc.edu.tw/tm04/%BB%B2%BE%C9%B3B/A5%CD%A9R%B1%D0%A8/%BCv%A4%F9%B1%D0%BE%C7%20\(%B6%BE\).htm](http://www.tmes.tcc.edu.tw/tm04/%BB%B2%BE%C9%B3B/A5%CD%A9R%B1%D0%A8/%BCv%A4%F9%B1%D0%BE%C7%20(%B6%BE).htm)
- ◎推展生命教育回歸教育本質。吳武雄（無日期）。2005年11月30日，取自：
<http://life-edu.ccu.edu.tw:8000/data/plan/091/H51100-0000028/>
- ◎黃光雄(1988)。教學原理。台北：師大書苑。
- ◎廖克玲(1982)。社會學習論巨匠——班度拉。台北：允晨。
- ◎樊明德(2004)。以電影開啟生命智慧。台北：學富。



從存在心理分析看Irvin D. Yalom的《當尼采哭泣》

從存在心理分析看 Irvin D. Yalom的 《當尼采哭泣》



■張玉薇
嘉義大學輔導諮商所研究生
弘光科大諮商輔導中心實習生

本書為美國存在心理治療大師Irvin D. Yalom所創作的心理探索類小說，透過其巧妙的安排十九世紀末的兩位大師，存在主義大師尼采和醫學大師布雷爾的邂逅，來刻畫人存在心理掙扎的微觀面及鉅觀面，擦亮自由與責任、孤獨與關係、希望與生命熱情殆盡、懷抱生命目標與頓失生命意義、生存與死亡、勇氣與恐懼…等矛盾得失的生命火花，讓人有機會一窺人必經的生命之道，從而更清晰生命的樣貌。

本書以「當尼采哭泣」為書名，帶領讀者進入存在的無邊與邊界處境之中，連存在主義大師尼采也哭了，是否在暗喻著人對存在這一回事，裡頭是蘊含眼淚的苦鹹滋味的，而哭究竟為何，則很值得遁入其中去一探究竟，究竟是生命的悲或喜讓人哭泣，還是有著太複雜的糾結而落淚，實在令人好奇，這也是當初我買下本書背後的強大動機。

聚光燈打在布雷爾身上，整個故事的進展，隨著其生命往前亦步亦趨的推移，一個個擁有獨特生命的人進入他的生命，與之交會，在這種種不同的孤獨與關係的處境裡，生命的存在樣態於

從存在心理分析看Irvin D. Yalom的《當尼采哭泣》



是有機會一一被彰顯…。

莎樂美走入布雷爾的生命並帶入另一個生命—尼采，在他正處於對貝莎強烈迷戀的困擾主題時，布雷爾的生命加入了新的主題，他會和這個被刻意安排的孤清生命，擦出什麼樣的危機或轉機，著實令人好奇。兩個各自掙扎、困頓的生命，被搬上舞台，而其他生命則成為間接牽動著的背景。

一開始布雷爾似乎也有意藉由治療這個棘手的個案來做為獲致某種生命成就感的手段，畢竟，在醫病權力關係裡，還是會讓人有緊控生命權的力量感。然而後來兩人的醫病關係有了一百八十度的重大轉變，布雷爾放棄「以病人為師」，跳脫治療者角色的後設運作機制，而是將真實的自我放在「病人」這樣的位置上，而那個位置也真是現在與他本身的生命最為一致的位置，那是他，不再逃避而是全然面對，最後竟也在這樣的角色之中，起了療效，讓受苦感愈漸淡薄並退回到背景。苦，不再是生命的主要醬料，真實生命裡會有的紛雜滋味，有機會再公平地被咀嚼和體會，這其中彷彿在傳達著一個道理「真誠的面對生命，生命才會回以真誠。」

某個層面來看，本書的結局看似是布雷爾透過與尼采的談話治療中，得到救贖，然而不也是他自己找到生命的出口，畢竟，生命是一連串不停的選擇，所有的選擇其實都是他自己所做出的，這不知是否也是作者所想暗喻的存在議題之一？如果到最後，布雷爾是等待著他人來改變生命，放棄了為自己作出選擇的自主時，也自然會淪落到無依恃的黑暗恐懼之中。因而最後的劇情安排布雷爾在與尼采的多次會談後，主動接受了佛洛伊德的催眠，以致於有了後來的骨牌效應，自是一個十分吸引人的力量，如果人什麼也沒做，而改變產生了，則這個存在便失去了價值和意義了，只有當人擔負了指導生命的責任，在困頓中沒有被摧毀，而是藉由自己生命的掙扎，吃力的再找到一條生路，忍其艱



從存在心理分析看Irvin D. Yalom的《當尼采哭泣》

難，而後終能有機會承其輕易，那才是人在自己生命中成長的證明，這樣的經歷，總是會帶給他人一種生存下去的力量，因為那代表著，只要有努力就有改變的可能，每個人都是有希望的。

這小說裡，沒有神話和奇蹟，也沒有天使和小精靈，而是一幕幕寫實的生命紀實，於是讀來讓人有走入死胡同裡的糾結感，同時也有著遁入柳暗花明又一村的驚喜中，這樣多的人性掙扎，也讓人拼湊了更完整的存在心理圖像。沒有布雷爾生命經驗的被剖析和檢證，則尼采的真理也不過只是一些搔不到癢處的言詞罷了，經驗是會創造意義的，意義不能沒有經驗做基底。

這或許是尼采所獨見的真理之所以無法治療自己的原因之一，太多的理性、知性，如果不能與自己生命經驗做互為主體，大概也只是兩條平行線，無法有新詮釋的可能性，直到後來他打開了積壓的情感，讓理性暫放一旁，讓自己的生命故事有機會成為主題，被自己看見、敘說、解釋，也才有其他的因素可以滲入，新的詮釋和意義在此有了產生的可能性，生命才會是流通的。我想到自己，曾一味的想在被困住的貧瘠生命經驗中獨自尋找生命的意義時，生命始終有種擺脫不了的蹣跚難行之感。

另一方面來說，尼采這般冷酷的角色，似乎也在訴說著：「這就是存在的本質」，存在本來就是冷酷無情的，在故事裡，他盡忠職守的扮演一個存在真理的傳遞者，一再一再的苛刻冷漠的回應布雷爾，裡頭沒有人性的柔情和同理，確實幾次讓布雷爾在心中暗自孤寂的啜泣，卻也深遂的浮現出生命的存在要不到答案的窘境，人無法對死亡、自由、孤獨和無意義這個“討人厭”的終極處境做有效的抗議，似乎還是只能聽到那獨自吶喊後的回音，就如同尼采在書中說的：「如果沒有人聆聽，當然就只能吶喊！」看清了不會有拯救者的出現，人才有機會回頭依靠自己的力量去面對，而人最終也還是要依靠自己的力量，去找到面對生命危難的方法。

從存在心理分析看Irvin D. Yalom的《當尼采哭泣》



關係，可謂為本書的重要焦點，如果故事沒有安排不同的交錯關係在裡頭，那麼多的人性掙扎也就無法被看到，以每個故事中的人物為主，畫出他的人際關係網時，都可以看到每個人不同的生命掙扎深度和樣貌。就本書的主角布雷爾其交錯的人際關係網有：妻子、兒女、尼采、貝莎、莎樂美、伊娃等；尼采有：莎樂美、保羅李、布雷爾、其妹等；莎樂美有：尼采、保羅李、布雷爾等，每個不同的關係交錯，會有不同的存在主題浮現，似乎關係愈複雜、衝突、糾結...，會突顯的存在議題就愈多。與人的連結、依附關係，是生命的必修學分，分數的及格與否，往往還是脫離不了會再回過頭來影響自我的。

存在的議題，包含：死亡、自由、孤獨、無意義等，在主角布雷爾生命中都有著極自然的穿插和引發存在性效果，重要的是，這些主題都不是一個個概念，而是不同生命經驗後的過程和結果，大都是在發展中慢慢被發現的，所以說存在是有著無邊和邊界兩個面向的。

在本書裡頭，心理治療與存在主義是兩種對比的勢力，或許是存在主義的無所不包，讓人有種難以掌握的感覺，也覺得存在是很多很多的生命難題組成，是生命基礎的一門學問，而心理治療所處理的，則較是技術層面的，因而在本書中與存在主義相較則有相形見絀之感，處理還是大多停留在表象可見的現象上。

本書主要是以布雷爾的經驗及其思路為主，去發展故事情節。討論存在的議題是普遍的，然而整本書看來，主要還是只看到一個人的人性掙扎的過程，裡頭會有主角個人的生命經驗所可能產生的存在議題探討的限制，如：故事中安排布雷爾是一位年齡為四十歲的醫生，有著既定的成長和家庭背景，那麼所看到的也就是那個人物所經驗到的存在性掙扎的樣子。倘若本書是以尼采的經驗及其思路為主，也許能看到更多這位真理帶領者的存在心理掙扎，應該也會很精采吧，只是那可能是更為高難度的



從存在心理分析看Irvin D. Yalom的《當尼采哭泣》

挑戰，也可能反而不容易切近一般人的生命經驗。如果能同時以更多人為主角，有更多的經驗和思路被清楚的呈現，相信存在的心理掙扎會更加多樣和豐富，也可以避免過於年輕的生命因為未曾經歷相同的經驗和處境，而產生不易了解那份掙扎和糾結的限制。

所以說本書是緊扣著「人存在終會面臨和遭逢的處境及其內心掙扎而來」，讀這本小說的先修是“生命經驗”，帶著自己活過的生命經驗，進入小說的世界，再來會創造另一個不同的世界，而生命經驗也會因此更加豐富和開闊，所以每個不同的人讀，自有不同的體會和發現，而在不同的年齡階段閱讀，也是會有同樣的效果產生的。✿



不要忽視在你身邊亟需救助之兒童及少年 教育人員全體推動兒童少年保護及高風險家庭通報機制

日期：95.09.03（日）
發稿單位：訓委會
承辦人：呂賴艷
聯絡電話：(02) 3343-7819
e-mail：alyssa@mail.moe.gov.tw

為預防近來兒虐、攜子自殺新聞事件及本於關懷兒少之意旨，本部積極配合及推動內政部訂定之相關方案及法令，並於94年5月函訂「各級學校及幼稚園通報兒童及少年保護與家庭暴力及性侵害事件注意事項及處理流程」，請學校知悉兒童及少年有兒童及少年福利法規所須通報之情形，應於法定時限24小時內，立即向主管機關進行通報，以立即救助需幫助之兒少，本部亦加強113保護專線之宣導及運用；今年度更責請各地方政府頒訂各縣市之教育人員就兒童及少年保護、家庭暴力及性侵害事件之通報調查處理及獎懲規定，以落實教育人員責任通報之責任。並積極研擬相關輔導措施及建立評核指標，將議題融入教學課程內涵並評估成效等；於今年底預計開辦縣市政府承辦人之「目睹家庭暴力兒童少年輔導實務工作坊」，俾使具備相關專業知能協助學校辦理目睹暴力兒童少年之輔導工作，使地方政府到學校乃至社區，均能有知能協助關懷兒少。

有關高風險家庭方案，本部督請縣市政府之教育及社政單位就高風險家庭之學生輔導及家庭處遇密切配合，除督責所屬學校積極篩選、通報並逕列入督學視導項目暨相關研習辦理外，更加强宣導以落實分工機制。另外各縣市政府亦持續以工作坊或個案研討進行輔導技巧與操作演練等，持續追蹤及關懷經轉介後返回原校學生之處遇。



近來，本部獲悉1兒少保護相關案件，僅有第一線的教育人員默默積極的處理，尋遍社政、精神醫療及警政相關資源，卻因學生家庭不回應及不配合，造成事件延宕1年餘無法有所進展。本部獲悉後，高度肯定第一線教育人員的努力，另為掌握時效，即行電洽嘉義市教育局兒少保業務承辦人陳榮哲先生，就近提供協助，雖非屬該承辦人職責，但其基於保護兒少安全之熱忱，協處積極，立即會同該地鄉政、社政、警政及學校單位前往即時救助。此次，由中央到地方所屬之教育人員，連結各項資源整合及含跨部會的合作，全體動員投入救助亟需救助之學生。

惟兒虐、兒少保護及高風險家庭仍是亟需關懷及協助之對象，也是全體關注之議題，尚須政府及全體人民共同需要去努力，以預防不當事件之發生。本部透過「校園安全及災害事件即時通報系統」迅速知道很多案例並立即協處外，也知曉第一線尚有許多默默付出的教師、退休人員、社工、鄰里及各地方政府，均非常重視此議題且努力耕耘。此次案例更加證明了教育人員及各單位全體動員及重視，本於關懷兒少之意旨，期待透過每件默默耕耘的案例，把愛傳給社區，使得在黑暗不被關注的兒少保護案件能即早獲得社會網絡的支持及協助。✿



不只要教專業知能，更要教良好態度與品格

日期：95.9.7（五）
發稿單位：訓育委員會
單位聯絡人：張立安
電話：33437804
e-mail:a5622@mail.moe.gov.tw

有關社會各界關注品格教育之推動與執行，教育部說明如下：

為推動學校品德教育，教育部已於93年12月函頒「品德教育促進方案」，請各縣市及各校融合學校正式課程、非正式課程以及校園文化，推展品德教育校園文化；教育部也在95年第2次全國教育局長會議中，再度籲請各縣市持續透過師生共同參與，研訂與實踐品德教育核心價值；而各縣市推動品德教育之實際辦理情形，也將納入教育部年終統合視導，列為績效考評及經費獎補助之依據。

品德教育如何實施呢？過去一年多來，教育部已請各縣市依「品德教育促進方案」研擬具體執行計畫，列入縣市施政主軸之行動方案，以落實推動學校品德教育；並請各縣市視區域特性，透過「由下而上」之歷程凝聚共識，選擇、轉化合於時宜之品德核心價值，制定中心德目與行為準則，做為各校實施品德教育之依據。以高雄市為例，高雄市政府教育局依據該市特色與現代國民最需要的道德價值，訂定7項教育目標與行為準則，包括友善、負責、孝順、感恩、尊重、合作、寬恕等教育目標；其中「尊重」目標的行為準則包括不要辱罵或嘲笑別人、別人講話要仔細聆聽；「負責」目標的行為準則包括答應做的事就要做到、要對自己的作為負責，不要找藉口或怪罪別人等。而台中市則透過建構學校新世紀品格及道



德教育內涵，協助學生建立自己的價值系統，發展其道德判斷能力，並付諸實行，以成為一個對自己、家庭、社會、國家負責的人。

教師如何教品德呢？在國中小部分，教育部建議學校將中心德目與行為準則納入相關學習領域、彈性學習節數中實施，並納入課程計畫妥善規劃，其實施方法有三：

- 一、融入學習領域之實施：以綜合活動學習領域為主，使學生透過實踐、體驗與省思，建構內化的意義；而在語文、社會、健康與體育等學習領域中亦可適度融入閱讀活動、主題討論、體育教學等教學活動中，引導學生思辨、澄清、接納，進而願意實踐。如台北市信義區光復國小在綜合活動學習領域中，設計「禮儀小偵探」、「變身禮儀天使」及「禮儀大贏家」等課程，藉由彬彬有禮的行為體驗，進一步學習到禮儀的本質-尊重與關懷。
- 二、彈性學習節數之實施：學生朝會、週會、班會、班級輔導、選修課程及全校性或全年級性活動等，可系統思考、整體規劃，透過楷模表揚、模範生選拔、班級公約、童軍活動、服務學習、體育競賽、日常打掃等多元活潑方式實施，引導學生觀摩、體驗學習。如台南市南寧高中將童軍教育的特色（小隊制度、榮譽制度、徽章制度）推展於生活教育中，培養學生良好習慣、充實生活知能、積極服務、日行一善、樂於助人等優良品德。
- 三、晨光活動、導師時間及日常生活教育之實施：導師可妥善規劃運用每日晨光活動、導師時間，並以生活周遭案例進行機會教育，引導學生討論中心德目及行為準則，視需要採取實際模擬演練方式進行，提供機會鼓勵學生從「做中學習」在日常生活與人際互動中實踐良好品德行為。以台北市文山區萬興國小為例，學校邀請從事靜思語教學多年經驗的老師及愛心志工，於晨光時間推動靜思語教學，其中心德目包括孝順、禮節、仁愛、合作、守法、精勤、感恩、勇敢、信實、負



責、有恆等。

此外，教育部自94年起持續補助縣市政府成立所人權法治及品德教育資源中心學校，鼓勵教師自編品德教育相關課程、教材及教案共120件；另辦理15場品德教育融入式教材教法示範教學及觀摩活動，並結合民間及社區資源辦理181場親師生品德教育座談會及5場學生品格教育體驗營。

在高中職部分，除辦理品德教育研習會，加強推展高中職之品德教育，增進教育人員相關知能外，並辦理品德教育融入式課程教學研討會。在大專校院部分，教育部也補助了靜宜大學等17大專校院辦理品德教育計畫，透過各項活動培養學生良好的品格。如成功大學便遴選品性優異同學成立MQ天使，藉由天使團的力量發揮同儕的影響力，推動全校師生感恩惜福之心，並在宿舍中進行整潔與美化活動，為管理員媽媽辦母親節晚會，回家為媽媽洗腳等；又如靜宜大學進行「網路票選靜宜校園十大不當行為」、「讓我們一起來許願」及「勵志還願」等活動，來喚醒校園去除十大不當行為與培養良好行為。

教育部近期內也將邀集學者專家、第一線實際教學的教師及具執行經驗之教育行政人員等，共同檢討與修訂過去各校實施品德教育的策略與方法；並進一步建立品德教育資源網，提供各校參考；另將透過調查與訪談，瞭解不同層級學生應增加之良好品德與行為，以及應減少之不良品德與行為，並研發評鑑指標，加強品德教育實施成效之評估與獎勵，以及精進方向之研討，以提升品德教育的成效。

杜部長在不同會議中一再強調能力=（知識+技能）^{態度}，他指出，除了卓越的專業知能教學外，卓越的品格與態度更是新世紀教育的重點；教育部將持續推動友善校園、關懷弱勢，以塑造積極樂觀、適性揚才，對事與物、對人與社會、對環境有正確態度，且品格良好的好公民。✿



杜部長在教師節前夕祝全體教師「教師節快樂」 並鼓勵教師共同燃起生命的光與熱 創造生命的無限可能

日期：95.09.27
發稿單位：訓育委員會
單位聯絡人：洪麗芬
電話：3343-7822
E-mail:leefeng@mail.moe.gov.tw

在教師節前夕杜部長祝全體教師教師節快樂，並表揚輔導中輟生有功學校團隊及民間團體，也希望讓社會大眾更加瞭解有一群默默耕耘的有心人，努力為中輟生付出，藉著關愛與有效的輔導，燃起生命的光與熱，創造生命的無限可能。杜部長在典禮中表示一方面希望能藉由表揚，感謝這群用心的伙伴，努力耕耘與付出，不計收穫，但終於帶給孩子成長的新契機；另一方面，杜部長也表示看到一個個中輟學生的故事，深深感受到許多孩子的中輟逆境，責任不完全在孩子，家庭與環境的不利占了重要因素；因此，勉勵學校有責來照顧這些家庭環境不利的弱勢小孩，開創他們生命的新希望。

在這次感恩的典禮中，杜部長送給受輔學生代表一張勉勵的卡片，卡片中勉勵學生已藉由努力與永不放棄的精神，克服挫折，走過人生難關，爾後，更能面對人生各種不同的挑戰，創造生命的無限可能性！

這次出席的學生代表，李同學因家庭因素，常要照顧家中弟弟，因而曾長達五年輟學。小學時期因各界資源的協助，順利的在花蓮縣中華民國小學就學；後經由學校的鼓勵與幫助及班導師的協助，順利升上國中，小學的班導師林清雄老師，在其升入國中後仍然自掏腰包供應其課外補習費用，鼓勵他努力求學，目前李同學已進入國立花蓮高中就讀，李同學在



台上表示「讀書真好」讓與會的人都感動不已。林清雄老師的教師大愛，創造了李生再度就學機會，燃起尋找人生美夢的希望。李生也因感於自己受到許多幫助，興起助人心願，每個月都到精舍去，協助行動不便的老人家；上國中後，參與淨灘、捐血，將可用物資轉送孤兒院或低收入戶。

另外，原就讀基隆市碇內國中楊同學，原本也對學校的課程不感興趣，斷斷續續上學，因為老師鼓勵返回學校就學，輔導組的王美惠老師藉由發掘楊同學對電腦的興趣，請他到輔導處幫忙，讓他對學校及技藝班課程產生興趣，甚至在三年級即將畢業之際搬家後，每天4、5點就要起床，搭第一班公車上學，放學回家後都已7、8點，每天來回超過4小時的車程，仍然堅持完成國中學業，就如他所言「現在的夢想以技藝生的身分來升學，將來以半工半讀的方式來讀完高職甚至大學。想對老師們說的話只有謝謝。因為你們的幫助與耐心，讓我不再繼續的中輟下去，也因為你們，把我的生活矯正了回來，讓我能有更好的人生。」

還有一位連同學，也是在老師及教育替代役男的鼓勵及鍥而不捨的追蹤下返校就學，在今年6月順利畢業，目前於高工讀夜校餐飲科，白天當修車學徒，展現上進心，當時擔任役男目前服務於台南縣佳興國中的邱俊榮老師說，想讓他一起出席本次頒獎典禮，讓他一起感受到中輟生是備受關懷，只要一點點改變，人生的道路就會有不同。

本次典禮中代表分享的輔導學生經驗的花蓮縣中華民國小學、澎湖縣馬公國民中學、基隆市碇內國民中學等團隊，均強調這是一個團隊努力的結果，馬公國中許元老師說「孩子，並不是你不好，而是我們尚未找到合適的方式對待你」。所有與會人員均認為每一位學生均有他的故事，不論是學校教育人員、輔導人員或民間單位均應針對學每位學生不同的背景，思索應如何透過組織運作及結合社會資源花，提供中輟復學生適性教育，並建立中輟學生協尋及輔導復學資源（支援）網絡，推動多元型態中介安置教育措施；以協助中輟或有中輟之虞的學生，重回學校學習與受教。✿



教育部公布學生網路行為調查結果 並邀學者專家研擬預防與輔導策略

日期：95.09.30（六）
發稿單位：電子計算中心、訓委會
承辦人：李長樹、呂賴麗
聯絡電話：(02) 3343-7826
e-mail：alyssa@mail.moe.gov.tw

知識經濟時代，網路使用與資訊管理的能力是重要的核心知能。然而一些國內外個案報告已逐漸指出一些學生因網路的不當使用引起安全、身體、心理與行為上的問題。為了瞭解大學生的網路使用行為的現況與其影響，教育部電子計算機中心補助國立成功大學行為醫學研究所柯慧貞教授進行「大學校院學生網路使用型態及其對學習與身心之影響」之研究，以做為施政之參考。此研究由全國大學生中，依不同區域別、學制別及性別進行抽樣，共取樣5,133人，進行調查；實際上共有3,887人完成問卷填寫(回收率75.73%)。

經過統計分析後，發現目前大學生平均每週使用網路的時間為22.45小時，但用在與學習或學業有關的時間是6.89小時；而用在非學習或學業相關的時間卻高達15.56小時。此外，大學生網路使用時間上，男生較女生為高，男生平均每週使用網路的時間為26.65小時，用在與學習或學業有關的時間是7.88小時，而用在非學習或學業相關的時間是18.77小時；女生平均每週使用網路的時間為18.41小時，用在與學習或學業有關的時間是5.92小時，而用在非學習或學業相關的時間是12.49小時。

另外，男生上網玩些什麼呢？男生較常使用的網路類型排行榜前四名分別為下載軟體或檔案傳輸、MSN或ICQ、各類網路連線遊戲及BBS；而女生上網玩些什麼呢？女生較常使用的網路類型排行榜前四名則分別為MSN或ICQ、搜尋資訊、電子郵件及閱讀文章或新聞或雜誌。



在不同學院方面，發現理工學院的大學生在平均每週使用網路的時間(平均每週為27.30小時)與用在非學習或學業相關的時間(平均每週為20.01小時)均是最高；而住學校宿舍者(平均每週為25.53小時)也較非住學校宿舍者(平均每週為20.69小時)使用網路的時間高。

網路使用與學生的學習表現關係如何？大學生使用網路的類型，可區分為娛樂型、社交型及資訊型；所謂的娛樂型是個人玩網路遊戲的使用時間多於搜尋資訊和MSN，而社交型是個人使用MSN的時間多於搜尋資訊與網路遊戲，資訊型是個人使用搜尋資訊的時間多於網路遊戲和MSN。在學業成績表現方面，資訊型使用的時間愈高，則學業成績表現會愈高；但是對娛樂型與社交型而言，則使用的時間愈高，學業成績表現卻愈差，並且成績滿意度也愈不滿意。

網路使用時間與身心症狀的關係如何？結果指出隨著網路使用時間愈多，不管是娛樂型、社交型及資訊型均出現較高的身心症狀嚴重度、症狀總數及症狀困擾度。

過去，教育部電子計算機中心針對網路不當使用業推動之工作已配合行政院「貫徹保護智慧財產權行動計畫」加強校園網路管理、開闢電腦保護智慧財產權教學課程及宣導、培育中小學智慧財產權種子教師、遏止校園非法影印等。另外，為防止學生受到不當資訊之影響，也推動網路不當資訊過濾，完成「IE-BLOCKER個人版色情防堵程式」，並成立台灣學術網路資訊使用管理小組，採用技術面限制管理方式避免學生透過校園網路接觸到不當資訊。而為了提昇師生之資訊素養，也執行「資訊素養與倫理之教學推廣計畫」。另外，學生軍訓處為了預防學生受騙，亦加強反詐騙之諮詢與宣導，也強化軍訓人員研習及生活輔導工作研習，以確實強化所屬軍訓人員處理學生網路犯罪及預防學生被害知能。

網路沈迷或上癮是新興行為問題，迄今，國內外皆尚未建立完善的預防與輔導計畫；但為了能周延研擬預防學生網路沉迷之教育政策，教育部訓育委員會研擬三級預防因應策略；並於9月25日也已邀請各相關部會、學者專家及民間團體進行專家諮詢會議，廣徵意見，以修訂草案。未來將推動與落實政策、推動積極預防性教育與輔導策略，減少學生因為不當網路使用而造成之不良適應。✿



一個也不能少 中輟生輔導成效顯著

杜部長表揚有功學校團隊與民間團體

日期：95.09.27
發稿單位：訓育委員會
單位聯絡人：洪麗芬
電話：3343-7822
E-mail:leefeng@mail.moe.gov.tw

教育部推動預防中輟之關懷輔導計畫，實施成效顯著。以今年度而言，自95年3月至8月全國中輟學生在各界共同努力下已由3,540人，持續穩定下降至2,705人。94學年中輟學生7,453人中，已有5,668人復學，復學率為76.05%，達到近3年最高的復學率。

教育部的中輟關懷計畫，涵括三級預防，從掌握中輟原因並減少危險因子；早期發現有中輟之虞學生，並及時介入輔導；以及強化中輟生通報及協尋，並協助復學輔導與安置等。未來並加強高關懷群之早期辨識，學校確實落實連續3天上網中輟通報，並將時輟時學或缺課累計7天以上學生列為高關懷個案，安排認輔教師予以輔導；督導學校及地方政府、教育部每月均製作國中小學生中輟比率及中輟學生人數消長圖表，確實掌握所屬中輟生人數，並列管與督導15名以上輟學生或中輟比率偏高學校，並及時協助解決其困難。

每個中輟生都有他不同的故事，輔導中輟學生順利返校就學是無法單靠一個人的力量達成的，而是團隊努力的結果。在溫馨感恩的9月，教育部特訂於9月27日中午12時20分假五樓大禮堂舉行「輔導中輟生有功學校團隊及民間團體表揚典禮」，對輔導中輟學生有功的輔導人員與教師表達敬意；也希望讓社會大眾更加瞭解教育人員、民間單位默默耕耘的辛苦付



出，並多給他們一些掌聲，鼓勵他們繼續努力。

本次接受表揚的計有臺北縣三和國民中學等64所學校及財團法人天主教善牧社會福利基金會宜蘭善牧學園等5個民間團體，透過他們的努力，用心傾聽孩子的心聲，讓孩子們感受到關愛與鼓勵，而重新努力向學，創造了改變孩子們的契機。

本次表揚典禮中也邀請勇敢克服挫折、積極面對自己未來的受輔學生代表至會場表達對老師的感謝，並接受杜部長勉勵；杜部長將送給每位學生寫上部長鼓勵的話的卡片。另將由花蓮縣中華國民小學、澎湖縣馬公國民中學、基隆市碇內國民中學等團隊，分享在輔導學生的過程中，如何透過組織運作及結合社會資源，提供中輟復學生適性教育，並建立中輟學生協尋及輔導復學資源（支援）網絡，推動多元型態中介安置教育措施；以協助中輟或有中輟之虞的學生，重回學校學習與受教，希望藉由經驗的傳承與分享，能激發更多人對教育的熱誠與奉獻。

正如同本次表揚典禮的主題「燃起生命的光與熱 創造生命的無限可能」，對中輟生的關懷永不嫌多，不僅是教育人員，社會大眾也都應抱持著「一個也不能少」的教育理念，關懷身邊的每一個孩子，陪伴他們走過人生的難關，協助他們面對人生各種不同的挑戰，迎向轉彎後的美好！✿



教育部針對學生網路不當使用所作之因應措施

2006.09.28 (四)

發稿單位: 電子計算中心、訓委會

承辦人: 李長樹、呂賴齡

聯絡電話: (02) 3343-7826

e-mail: alyssa@mail.moe.gov.tw

知識經濟時代，網路使用與資訊管理的能力是重要的核心知能。然而一些個案報告已逐漸指出一些學生因網路的不當使用引起安全、身體、心理與行為上的問題。為了瞭解大學生的網路使用行為的現況與其影響，教育部電子計算機中心補助國立成功大學行為醫學研究所柯慧貞教授進行「大學校院學生網路使用型態及其對學習與身心之影響」之研究，以做為施政之參考。此研究由全國大學生中，依不同區域別、學制別及性別進行抽樣，共取樣5,133人，進行調查；實際上共有3,887人完成問卷填寫(回收率75.73%)。

經過統計分析後，發現目前大學生平均每週使用網路的時間為22.45小時，但用在與學習或學業有關的時間是6.89小時；而用在非學習或學業相關的時間卻高達15.56小時。此外，大學生網路使用時間上，男生較女生為高，男生平均每週使用網路的時間為26.65小時，用在與學習或學業有關的時間是7.88小時，而用在非學習或學業相關的時間是18.77小時；女生平均每週使用網路的時間為18.41小時，用在與學習或學業有關的時間是5.92小時，而用在非學習或學業相關的時間是12.49小時。

另外，男生上網玩些什麼呢？男生較常使用的網路類型排行榜前四名分別為下載軟體或檔案傳輸、MSN或ICQ、各類網路連線遊戲及BBS；而女生上網玩些什麼呢？女生較常使用的網路類型排行榜前四名則分別為MSN或ICQ、搜尋資



訊、電子郵件及閱讀文章或新聞或雜誌。

在不同學院方面，發現理工學院的大學生在平均每週使用網路的時間(平均每週為27.30小時)與用在非學習或學業相關的時間(平均每週為20.01小時)均是最高；而住學校宿舍者(平均每週為25.53小時)也較非住學校宿舍者(平均每週為20.69小時)使用網路的時間高。

網路使用與學生的學習表現關係如何？大學生使用網路的類型，可區分為娛樂型、社交型及資訊型；所謂的娛樂型是個人玩網路遊戲的使用時間多於搜尋資訊和MSN，而社交型是個人使用MSN的時間多於搜尋資訊與網路遊戲，資訊型是個人使用搜尋資訊的時間多於網路遊戲和MSN。在學業成績表現方面，資訊型使用的時間愈高，則學業成績表現會愈高，但是娛樂型與社交型使用的時間愈高，學業成績表現卻愈差，並且成績滿意度也愈不滿意。

網路使用時間與身心症狀的關係如何？結果指出隨著網路使用時間愈多，不管是娛樂型、社交型及資訊型均出現較高的身心症狀嚴重度、症狀總數及症狀困擾度。

過去，教育部電子計算機中心針對網路不當使用業推動之工作已配合行政院「貫徹保護智慧財產權行動計畫」加強校園網路管理、開關電腦保護智慧財產權教學課程及宣導、培育中小學智慧財產權種子教師、遏止校園非法影印等。另外，為防止學生受到不當資訊之影響，也推動網路不當資訊過濾，完成「IE-BLOCKER個人版色情防堵程式」，並成立台灣學術網路資訊使用管理小組，採用技術面限制管理方式避免學生透過校園網路接觸到不當資訊。而為了提昇師生之資訊素養，也執行「資訊素養與倫理之教學推廣計畫」。另外，學生軍訓處為了預防學生受騙，亦加強反詐騙之諮詢與宣導，也強化軍訓人員研習及生活輔導工作研習，以確實強化所屬軍訓人員處理學生網路犯罪及預防學生被害知能。

未來，為了能周延研擬預防學生網路不當使用之教育政策，教育部訓育委員會於9月25日也已邀請各相關部會、學者專家及民間團體進行專家諮詢會議，研擬三級預防因應策略。希望未來能夠落實政策、推動積極預防性教育與輔導策略，減少學生因為不當網路使用而造成之不良適應。✿



教育部辦理 「95年度大專校院校園性侵害或 性騷擾事件調查專業人員進階培訓」

日期：95.09.19
發稿單位：訓育委員會
單位聯絡人：柯今尉
電話：33437827
E-mail: ker826@mail.moe.gov.tw

依性別平等教育法及校園性侵害或性騷擾防治準則相關規定，中央或地方教育主管機關應定期培訓校園性侵害或性騷擾調查專業人員，教育部在92年至94年間，陸續培訓145名調查專業人員，並列入教育部調查人才庫，供各級學校延聘參考。

本（95）年教育部續辦調查專業人員培訓，分別於6月28日至30日及7月18日至20日分別辦理中南區及北區初階培訓，合計完成培訓185人。針對本年度及以前年度曾完成初階培訓人員，教育部於9月21日至23日將辦理進階培訓，預計培訓100人，課程著重於實際案例研討，內容包括「校園性侵害及性騷擾基本概念及相關法規案例研討」、「校園性侵害及性騷擾危機處理與媒體公關案例研討」、「校園性侵害及性騷擾處理程序及行政協調案例研討」、「校園性侵害及性騷擾懲處追蹤與行政救濟案例研討」、「校園性侵害及性騷擾調查人員心理調適」及「校園性侵害或性騷擾調查知能案例研討」，合計研習21小時。

本次進階培訓因課程內容豐富，且各校對相關人才之需求日增，學校薦送參訓人數達120人，遠超過原預定人數，教育部為擴大培訓成效，特追加預算使所有報名人員均能參訓。

為確保學員研習效果，教育部規定所有學員每堂課均需簽到，且上課10分鐘後不得簽到，全程到課學員始發給研習證書。而取得研習證書之學員，將納入教育部調查人才庫，未來將成為協助各校調查校園性侵害或性騷擾事件的生力軍。✿

歡迎讀者依主題投稿相關文章，關於投稿注意事項請參閱封底裡〈給讀者與作者的一封信〉

為了方便讀者投稿及瞭解季刊動向，在此列出103-104期的主題：

103期：下課後（學生課後的生活 休閒等項目）

104期：兒童青少年心理疾病

98-04-43-04		郵政劃儲金存款單		元 拾 拾 元	
1 8 2 3 8 6 7 3		儲金存款		元 拾 拾 元	
收 款 帳 號		撥 儲 金 存 款		元 拾 拾 元	
通訊欄 (限與本次存款有關事項)		收 款 戶 名		郵政劃儲金存款收據	
訂閱教育部學生輔導季刊雜誌 (訂閱一年四期費用新台幣300元整，單期費用 新台幣80元整)		教育 部 員 工 消 費 合 作 社		◎寄款人請注意背面說明 ◎本收據由電腦印錄請勿填寫	
我是 <input type="checkbox"/> 新訂戶 <input type="checkbox"/> 舊訂戶，電腦編號		寄 款 人 <input type="checkbox"/> 他人存款 <input type="checkbox"/> 本戶存款		收 款 帳 號 戶 名	
訂閱期數：從第 期 至 第 期		姓 名		收 款 帳 號 戶 名	
訂戶姓名： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女		地 址		存 款 金 額	
電 話：(公) (宅)		電 話		電 腦 印 錄	
地 址：		經 辦 局 收 款 戳		電 腦 印 錄	
發票抬頭：		經 辦 局 收 款 戳		電 腦 印 錄	
發票地址：		經 辦 局 收 款 戳		電 腦 印 錄	
統一編號：		經 辦 局 收 款 戳		電 腦 印 錄	
注意：本刊每期皆會寄送給各級學校校長室、輔導 室及圖書館，本劃撥單提供個人訂戶專用，謝謝。		經 辦 局 收 款 戳		電 腦 印 錄	



親愛的《學生輔導季刊》讀者及作者們：

大家好！

《學生輔導雙月刊》自七十八年五月三十一日以「學生輔導通訊」期刊之名創刊，復自八十四年七月出刊之第三十九期起，為利社會各界之資源作有效利用與整合，原「學生輔導雙月刊」自94年3月出版之96期開始，更名為「學生輔導季刊」，並由2個月出刊乙次，修正為3個月出刊乙次。

為使大家對本刊物的性質有更多的掌握，同時方便讀者投稿，故藉此篇幅列出本年度的主題與架構內容，提供有心的作者進一步的參考，亦請各位多多指教。

- 一、本年度主題如下：101期《中輟生輔導》；102期《性教育》；103期《下課後(學生課後的生活、休閒等項目)》。
- 二、學生輔導季刊架構內容：重視實務與實務的應用，並以「友善校園」為主要架構，其中融入生命、人權、性別、中輟等各項主題，並加強學生輔導之部分。每期有一個特定的主題，由「焦點話題」與「個案研究」兩個部分圍繞在此特定的主題討論之。「焦點話題」將從多元角度來探討，包括醫學、法律、警政、社會、社工、心理、輔導、教育、文化等，以達到多元面向探討的目的。「個案研究與評析」則配合主題分為兩個部分，從輔導實務工作的角度來撰寫案例與進行評論與分析，由諮商、輔導、臨床心理、社工、學校輔導教師等有輔導實務工作經驗者來提供案例與經驗分享。
- 三、本季刊亦開放讀者投稿，包括「讀者投稿」及「好書介紹」兩個部分，讀者可針對當年度該期主題進行相關議題之探討或該主題有關之好書推薦。
- 四、本季刊主要閱眾為教育、訓輔相關人員，特別是基層教師，因此來稿文字請力求親切平易，盡量避免厚重生澀；長而嚴謹之相關論文研究，最好以改寫方式呈現。
- 五、**本期刊自101期起，停止發行光碟，並將電子檔置於本部訓委會網站。**刊載的所有內容，包括文字、照片、影像、錄音、插圖等素材，均受中華民國著作權法及國際著作權法律的保障。本主題光碟內及網站中所提供的內容、文字、圖表、插圖、照片等均由教育部訓育委員會學生輔導季刊取得合法使用權，必須遵守著作權法的規定。非經本刊編輯部正式書面授權同意，不得將全部或部份內容下載或複製，或以任何形式變更、轉載、再製、散佈、出版、展示或傳播。
- 六、**投稿作者於引用資料時，請正確引註，並遵守學術倫理，嚴禁整段、逐字、觀念、片段句子等方式抄襲，以尊重原作者的著作權。**
- 七、**投稿請以APA格式撰寫。**
- 八、來稿請以電子檔的形式，寄到E-mail: student@ms71.url.com.tw，並附真實姓名、身份證字號、通訊地址及戶籍地址（包括區鄰里）、聯絡電話（辦公室或家中）、E-mail，俾便刊出後奉酬。

如對本聲明有所疑問，或任何意見，請連絡student@ms71.url.com.tw。
以上，敬請參考指教。再次感謝大家，並請繼續給我們支持和鼓勵！

敬祝大家 平安快樂！

學生輔導季刊編輯群 敬上

親愛的讀者：

本刊每期皆免費贈閱各縣市圖書館，各級學校校長室、學務室、輔導室及圖書館（室）請善加推廣；另附上劃撥單提供個人或社會團體訂閱使用，謝謝。

若您有任何問題，可以下列方式與我們連絡！

電話：02-33437832

傳真：02-33437834

E-Mail：student@ms71.url.com.tw

網址：http://www.edu.tw/disp1

地址：100台北市忠孝東路一段172號6樓 教育部訓委會—學生輔導季刊收

學生輔導季刊編輯群 敬上

劃撥存款收據收執聯注意事項

- 一、本收據請妥為保管，以便日後查考。
- 二、如欲查詢存款入帳詳情時，請檢附本收據及已填妥之查詢函向任一郵局辦理。
- 三、本收據各項金額、數字係機器印製，如非機器列印或經塗改或無收款郵局收訖章者無效。

請寄款人注意

- 一、帳號、戶名及寄款人姓名地址各欄請詳細填明，以免誤寄；抵付票據之存款，務請於交換前一天存入。
- 二、每筆存款至少須在新臺幣十五元以上，且限填至元位為止。
- 三、倘金額塗改時請更換存款單重新填寫。
- 四、本存款單不得黏貼或附寄任何文件。
- 五、本存款金額業經電腦登帳後，不得申請撤回。
- 六、本存款單備供電腦影像處理，請以正楷工整書寫並請勿摺疊。帳戶如需自印存款單，各欄文字及規格必須與本單完全相符；如有不符，各局應婉請寄款人更換郵局印製之存款單填寫，以利處理。
- 七、本存款單帳號與金額欄請以阿拉伯數字書寫。

交易代號：0501、0502現金存款 0503票據存款 2212劃撥票據託收

本聯由儲匯處存查600000張(100張) 94.1.210×110mm (80⁹mm²模) 查保管五年(拾大)