

LOVE iS...



輔導教師 黃曉薇

Not worrying about a thing when  
I'm with you

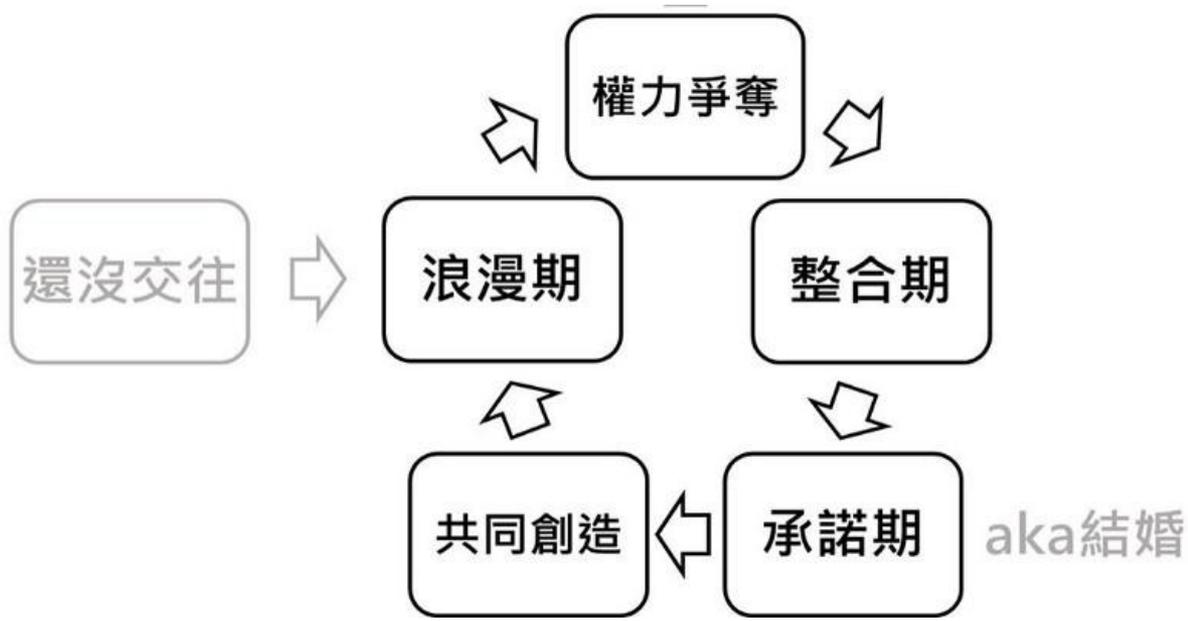
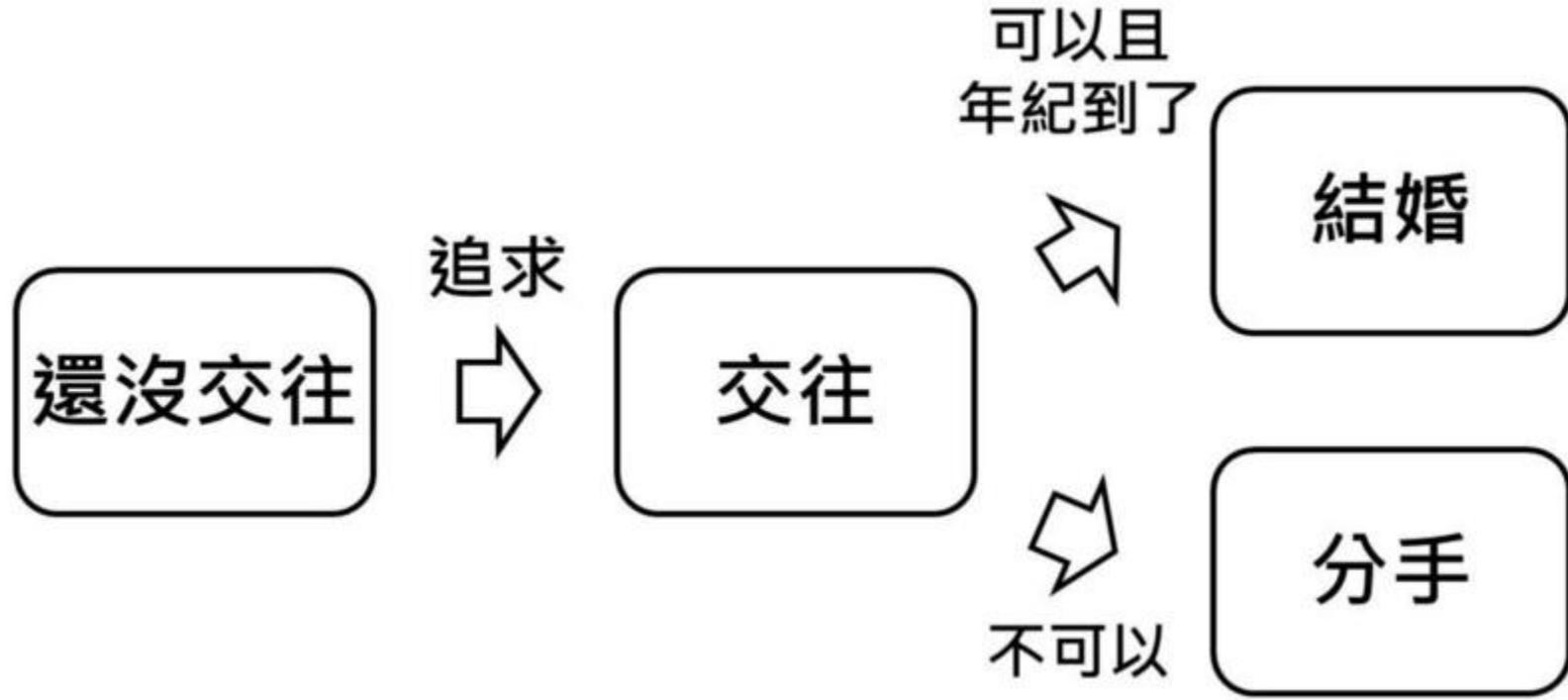
覺得小學生可以談戀愛的請舉手。

什麼叫做談戀愛？

你覺得幾歲比較適合談戀愛？



問世間情是何物，直教生死相許



你想戀愛，我們懂



# 你想戀愛，我們懂

對異性的**好奇心**

對異性關係的**想像**  
(媒體、偶像劇)

**吸引力**

被同學送做堆

只是**交朋友**

渴望同學(同性、  
異性)的**肯定與  
認同**

覺得**孤單**

渴望**愛**

渴望被父母之外的人**呵護**著

沒辦法從父母那裏  
得到的**關心**

消除日常生活  
中的**壓力**等各式  
各樣的理由

喜歡跟愛，一樣嗎？

喜歡=欣賞

愛=喜歡+責任+犧牲

有人問上帝～

喜歡與愛有什麼區別？



八耐舞子

上帝指了指一個孩子

只見他站在花前  
被花的美麗迷醉  
不由的伸出手把花摘下來  
上帝說，這就是喜歡！



接著，上帝指了指另一個男孩

只見他滿頭大汗的在給花澆水  
又擔心花被烈日曬著  
自己站在花前擋光  
上帝說，這就是愛！



喜歡是為了得到 愛卻是付出。

# 我是否學會了，先好好愛自己、保護自己

## 我怎麼對待我自己？

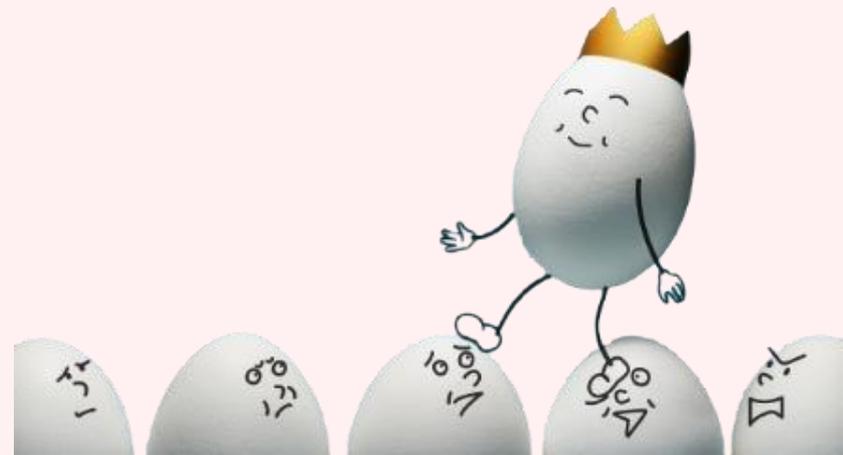
（不是只有我一直照顧對方，我是否也有照顧到自己？我是否認為自己希望與需要的東西也很重要？）



# 我是否學會了同理、接納

## 我對待他很好嗎？

（當他跟我有不同觀點時，我是否不會去批評他，而且通常能夠接受他不同的想法？）



我學會了溫和而堅定的表達自己的想法，  
而不被他的情緒所綁架嗎？

他對待我的方式讓我感到滿足嗎？

（如果我覺得不喜歡，要拒絕的時候，  
我是否不會害怕他因此生氣？他是否不  
會批評有不同意見的我，而是接受這樣  
的我？）



他也如我一般，學會了愛人愛己嗎？

他對待自己的方式讓我感到舒服嗎？

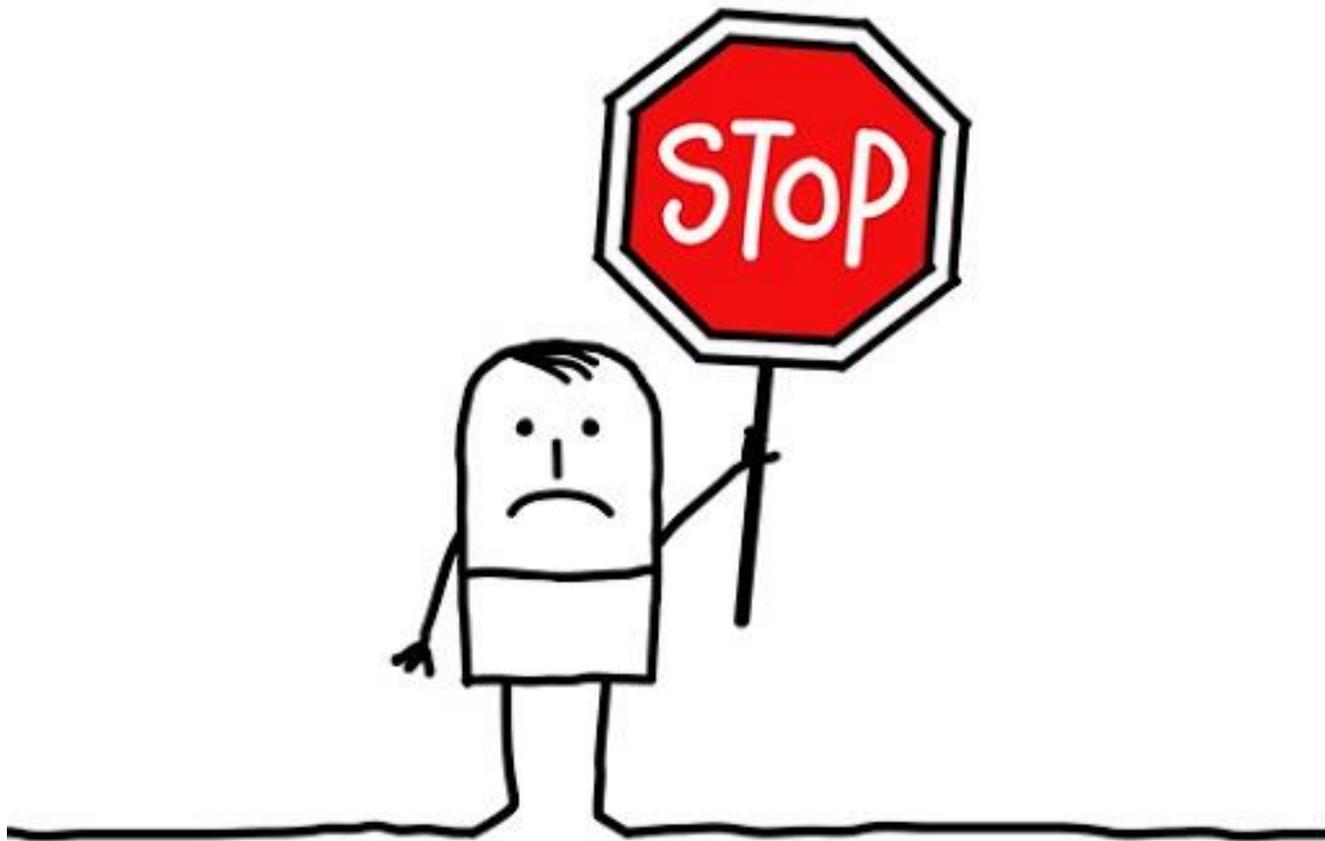
（我心情不好的時候，他是否不會覺得都是自己的錯，是否不會不斷地責怪自己？）

天阿，  
可是老師，  
你想得太複雜。

我覺得我們都準備好了！



想一想，  
當進到兩人世界時，會有哪些考驗？



友誼中，也同樣有著這些考驗



# 同學的謠言與玩笑



# 嫉妒

看到我的好友/男女好友跟別人很好的時候，我好生氣、嫉妒。

但這一份失望，似乎藏著【在乎】。



吃  
醋  
中



考驗二



得失心 / 控制 / 嫉妒 / 挫折

考驗三

我們從小到大都在追求控制感，操控人生。

習慣了「我想要，我努力，就可以得到」的生命公式。

甚至「不用太努力，我就可以得到關注」

「當他獲取的是『關係』，容易出現『我對你付出那麼多、這麼喜歡你，你怎麼可以不喜歡我』的想法，不能接受對方是獨立的個體，」

很多的人，無法接受自己被拒絕，挫折忍受力相對很低。這種價值觀，來自幼時父母的關注和控制。



• 2014/9/22

- 畢業於台大土木系及研究所的高材生張彥文（時29歲），求學時是個會玩又會念書的聰明資優學生，就讀台大期間，因帶領團隊參加校內電玩比賽奪冠，因此被封為「台大宅王」和「大師」，是學校裡的風雲人物，台大畢業後，張男順利進入全球知名的安侯建業會計師事務所任職，堪稱是人生勝利組，不料卻因過不了情關，犯下殺人重罪。
- 張男不滿同居女友提出分手，趁機對女友性侵並拍裸照威脅複合，但女友去意堅決。在女友搬離同居處後，張彥文埋伏在女友住處附近，待女友出門上班，持刀當街砍殺女友。



考驗四



按鈴提告。

小學課本的逆襲。

## 考驗五

這些你不以為意的小動作，其實已經

讓你漸漸地走在觸法的邊緣…

1. 男生對女生掀裙子或摸胸部、屁股等其他身體隱私處（如腋下、跨下、大腿內側等）之觸摸。
2. 男（女）生一直追問女（男）同學說：「你可不可以當我女（男）朋友？」
3. 男生去女生廁所偷看女同學上廁所。
4. 男生與女生用line傳訊息聊天時說：「好想抱著妳喔！」
5. 男生與女生用line視訊聊天時，男生突然赤裸上半身或者只穿內褲。
6. 對男同學說：「你真的很娘娘腔耶」或者對女同學說：「你真的很男人婆耶」
7. 男生在樓梯偷看女同學裙底風光。或者傳送清涼照片給同學。
8. 男生與女生聊天時摸對方的臉、背。

# 校園性騷擾之定義

- 有關校園性騷擾之定義，依**性別平等教育法第2條**規定：
- 「**性騷擾**：指符合下列情形之一，且未達性侵害之程度者：
  1. 以**明示**或**暗示**之方式，從事不受歡迎且具有性意味或性別歧視之**言詞**或**行為**，致影響他人之人格尊嚴、學習、或工作之機會或表現者。
  2. 以性或性別有關之行為，作為自己或他人獲得、喪失或減損其學習或工作有關權益之條件者。」
- 性騷擾不問行為是**明示**或**暗示**，也不問行為學生是用**說**的還是用**做**的都算，只要行為學生的「言」、「行」使同學感到「**不受歡迎**」且行為學生的言行有涉及「**性意味**」或「**性別歧視**」，就有可能構成校園性騷擾。

- 校園性侵害性騷擾或性霸凌防治準則（下稱防治準則）第8條規定：

- 「教職員工生應尊重他人與自己之性或身體之自主，避免不受歡迎之追求行為，並不得以強制或暴力手段處理與性或性別有關之衝突。」

- 所以，男學生追求女學生，仍然應該注意對方感受，如果男學生死纏爛打，於受追求的女學生已經明確表示拒絕後，仍經常不斷公開表達愛意、大量寄發追求訊息，大量向女學生友人探詢女學生行蹤或隱私等，以上行為都有可能構成違反防治準則第8條。

# 校園性別事件處理流程

## 受理

- 申請人（被害人、家長）/檢舉人（知悉者）向學務處提出申訴
- 通知監護人（家內性侵事件例外）、校長

## 通報

- 24小時通報衛福部關懷E起來、校安系統

## 移交

- 3日內移交性別平等教育委員會；7日內移送有管轄權學校受理
- 20日內以書面通知原申請人/檢舉人是否受理

## 調查

- 性平會調查或另組3~5人調查小組進行調查
- 撰寫調查報告

## 處置

- 性騷擾情節輕微者應命加害人接受心理輔導，或施以性平教育、道歉等

## 申復

- 接獲調查報告書後，20日內以書面向學校提出，以一次為限；30日內提出救濟
- 學校三十日內作成附理由之決定，以書面通知申復人申復結果

# 懲處

- 校園性侵害、性騷擾或性霸凌事件經學校或主管機關調查屬實後，應依相關法律或法規規定自行或將加害人移送其他權責機關懲處。
1. 經被害人或其法定代理人之同意，向被害人道歉。
  2. 接受八小時之性別平等教育相關課程。
  3. 其他符合教育目的之措施。

# 相處的界線

✓	喜歡	談情說愛
✓	做朋友	當男女朋友
✓	做夥伴	當情侶
✓	聊天	常打電話
✓	聊天	過度騷擾
✓	暖心問候	肢體接觸

# 界線

許育榮



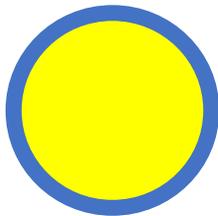
# 身體界線



一般人可以碰



絕對不能碰



有人可以碰，但不想被某些人碰

## 敏感區

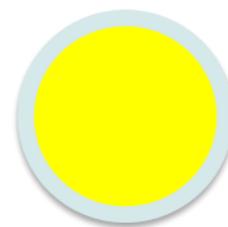
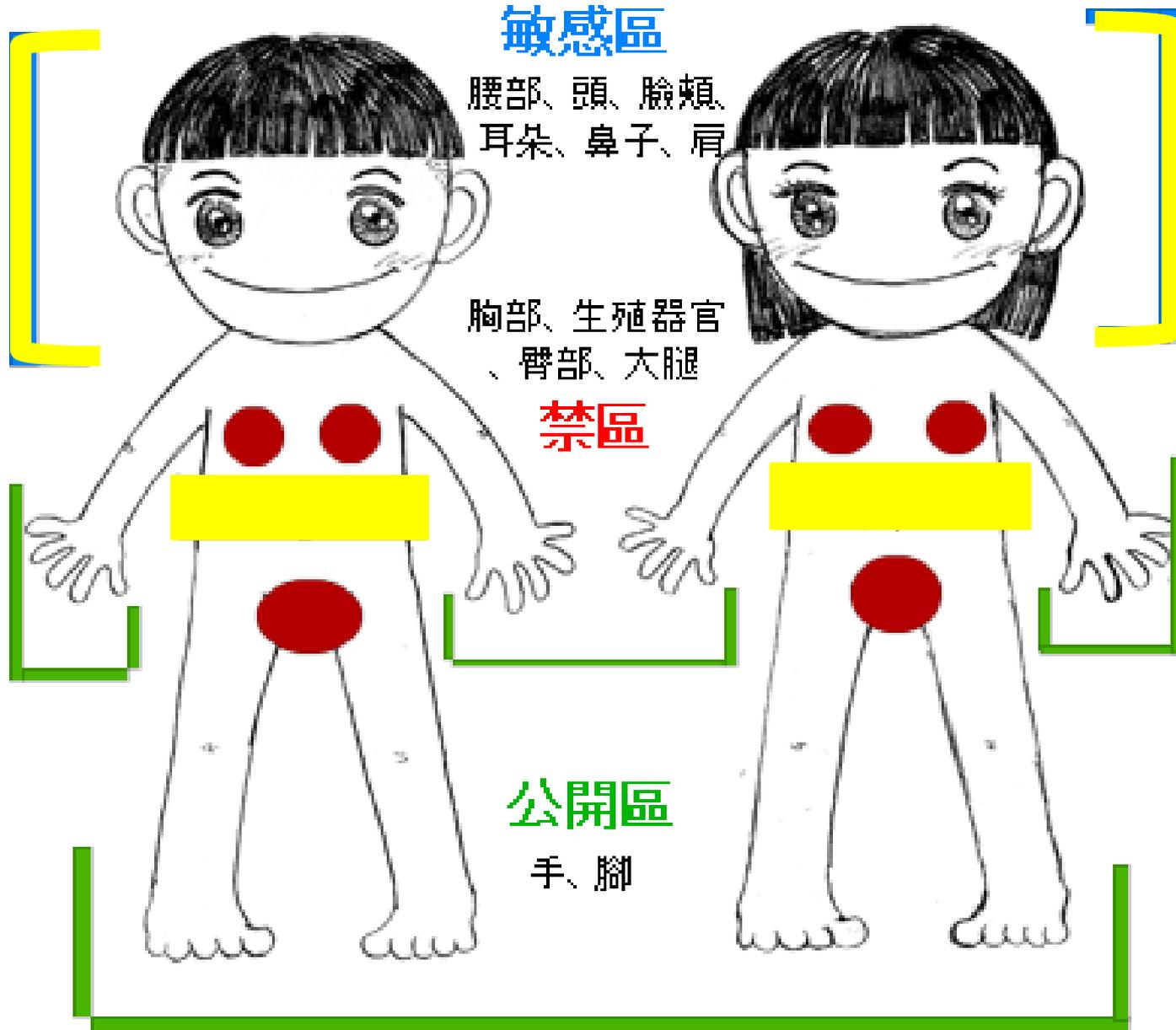
腰部、頭、臉頰、  
耳朵、鼻子、肩

胸部、生殖器官、  
臀部、大腿

## 禁區

## 公開區

手、腳



# 如果我想分手，他真的會如願讓我走嗎？

## 又或者，對方想分手，我要怎麼割捨？

### 提分手的人

前：該走還是該留的掙扎。

中：當壞人的罪惡感。

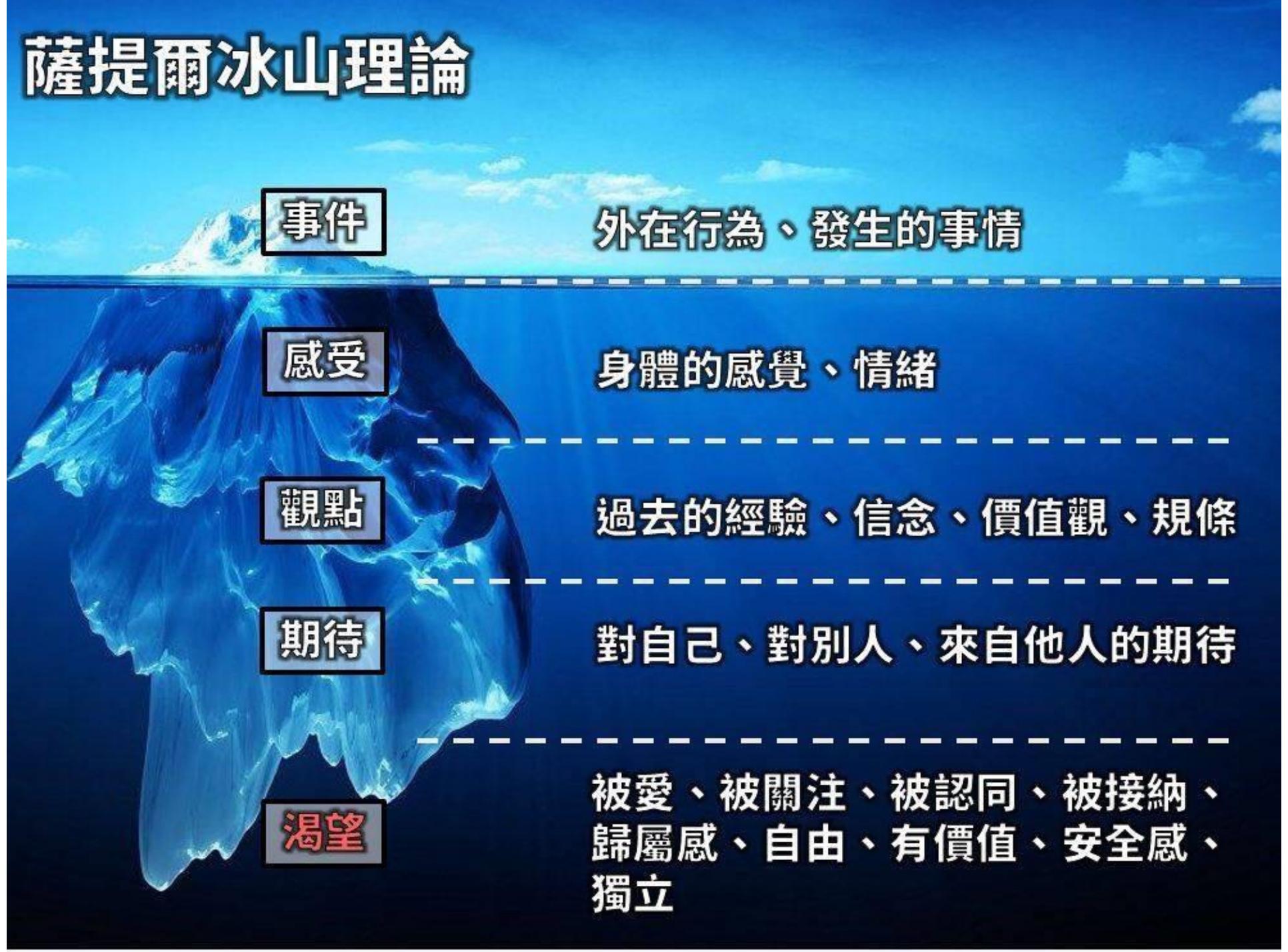
後：分開以後的分合反覆。



### 被分手的人

被分手的時候，內心便會產生挫敗感，這種挫敗感會帶給他們一股強烈的信念：我應該是有問題的，一定是我哪個環節做錯了什麼。你會因此掉進了「挽回」的陷阱裡，一直想著要彌補自己的過失。你會以對方給你的反饋來衡量自己行為的對和錯。

# 薩提爾冰山理論

The diagram illustrates Satir's Iceberg Theory of human experience. It features a large iceberg floating in a blue ocean under a blue sky with clouds. The top of the iceberg, which is above the water line, represents the visible part of our experience. The much larger part of the iceberg, which is submerged below the water line, represents the hidden, internal part of our experience. The water line is marked with a dashed white line. The iceberg is divided into five horizontal layers, each with a label in a grey box on the left and a corresponding description on the right. The layers are: 1. 事件 (Events) - 外在行為、發生的事情 (External behavior, things that happen). 2. 感受 (Feelings) - 身體的感覺、情緒 (Physical sensations, emotions). 3. 觀點 (Beliefs) - 過去的經驗、信念、價值觀、規條 (Past experiences, beliefs, values, rules). 4. 期待 (Expectations) - 對自己、對別人、來自他人的期待 (Expectations for oneself, others, and from others). 5. 渴望 (Wishes) - 被愛、被關注、被認同、被接納、歸屬感、自由、有價值、安全感、獨立 (Wishes for love, attention, recognition, acceptance, belonging, freedom, value, safety, and independence).

事件

外在行為、發生的事情

感受

身體的感覺、情緒

觀點

過去的經驗、信念、價值觀、規條

期待

對自己、對別人、來自他人的期待

渴望

被愛、被關注、被認同、被接納、  
歸屬感、自由、有價值、安全感、  
獨立

會失落、難過，甚至嫉妒

這些感覺很真實，因為很在乎。

但無論如何，

最重要課題是，

我知道我是個有價值的人。

我也學著同樣尊重和我不同的人。

面對情感，請謹慎，也守好界線。

善待別人，但也愛護自己。



先好好地學會愛自己，  
自重、自覺、自愛  
欣賞他人



相信未來一定能迎來更成熟的愛情