

兩性關係

與

性別教育

理論與實務

白秀玲、柯淑敏◎著



心理出版社

兩性關係與 性別教育

理論與實務

白秀玲、柯淑敏◎著



國家圖書館出版品預行編目資料

兩性關係與性別教育：理論與實務／白秀玲、柯淑敏著．

-- 初版．-- 臺北市：心理，2006（民 95）

面；公分．--（通識教育系列；33022）

ISBN 978-957-702-955-3（平裝）

1. 兩性關係

2. 性別—教育

544.7

95018930

通識教育系列 33022

兩性關係與性別教育：理論與實務

作 者：白秀玲、柯淑敏

責任編輯：羅珮毓

執行編輯：陳文玲

總 編 輯：林敬堯

發 行 人：洪有義

出 版 者：心理出版社股份有限公司

地 址：台北市大安區和平東路一段 180 號 7 樓

電 話：(02) 23671490

傳 真：(02) 23671457

郵撥帳號：19293172 心理出版社股份有限公司

網 址：<http://www.psy.com.tw>

電子信箱：psychoco@ms15.hinet.net

駐美代表：Lisa Wu（Tel: 973 546-5845）

排 版 者：辰皓國際出版製作有限公司

印 刷 者：辰皓國際出版製作有限公司

初版一刷：2006 年 8 月

初版五刷：2010 年 3 月

I S B N：978-957-702-955-3

定 價：新台幣 450 元

■有著作權·侵害必究■

作者簡介 | (依姓氏筆劃排列)

白秀玲

學 歷：美國紐奧良州立大學諮商教育哲學博士

國立彰化師範大學輔導研究所碩士

國立彰化師範大學特殊教育學系學士

經 歷：曾獲臺北市 2006 年度推展家庭教育績效優良個人獎

國立彰化師範大學輔導學系副教授

美國 Chartres Pontchartrain 醫院心理衛生中心心理諮商員

美國天主教協和醫院心理諮商員

現 職：臺北市立教育大學師資培育中心副教授

臺北市立教育大學教育心理與諮商學系及特殊教育學系大學
部、碩士班任教

臺北市立教育大學心輔組（諮商中心）心理諮商師
（持諮商心理師證照）

柯淑敏

學 歷：輔仁大學應用心理學系學士

輔仁大學應用心理研究所碩士

現 任：清華大學兼任講師

新晴心理諮商所主持諮商心理師

工業技術研究院特約心理諮商顧問

桃園縣政府青少年輔導委員會委員

桃園縣政府家防中心特約諮商心理師

家扶基金會桃園中壢事務所特約諮商心理師

勵馨基金會桃園辦事處特約諮商心理師

中原大學、元智大學兼任諮商心理師

諮商資歷：十八年

執 照：首屆諮商心理師高考通過

專 長：兩性關係、生涯規劃、婚姻與家庭、諮商督導、個別心理諮
商、團體心理諮商、教學、演講、教育訓練

其他著作：兩性關係學（揚智）

生涯規劃（高職版，揚智）

序 |

近年，有關性別教育的法令，如 2004 年 6 月公布的性別平等教育法、2003 年 2 月公布的家庭教育法、2002 年 2 月公布的兩性工作平等法，相繼公布與實施；甚至 1997 年 1 月公布的性侵害犯罪防治法，也於 2005 年 2 月進一步作修訂，還有 1998 年 6 月公布的家庭暴力防治法。法令，通常又走在社會需求之後，可見台灣社會對於性別地位的實質平等，消除性別歧視，促進兩性的了解與體諒，厚植性別關係與保障權益的重視。

知識領航已經成為過去，在一個強調創意的時代，社會需要突破更多既有的限制與框架，性別平等教育就是一個突破限制與框架的積極行動。性別平等教育，是要積極地經由教育的過程，打破兩性角色的嚴密區隔，無論在幼兒教育、學齡教育、中學教育、高等教育及社會教育都是實施的場境。小從幼兒玩具的選擇、家事的分工、科系的選填、職業的能力興趣取向而非性別區隔等等，都是性別教育的相關主題，目的在從真實生活與思考討論釐清，破除兩性刻板印象及迷思，促進性別平權，適性發展，培養尊重多元價值。性別教育希望藉由教育管道，創造一個尊重多元、性別平權的社會氣氛，孕育更多創意人才。

本書秉持上述的理念，以大學及研究所學生為對象，兼顧兩性關係與性別教育的理論與實務，共分十一章。第一章，為兩性關係與性別教育作相關觀念的界定與討論。第二章，為性別之間最重要的關係之一——愛情，做心理學上的學理說明。第三章，藉著愛情關係做自我性別的覺察，做剛柔並濟的時代兩性。第四章，藉著愛情中的兩性相處過程與相關議題，體悟更多自我的性別特質與相處中隱藏的性別議題。第五章，以兩性溝通與衝突管理情況，學習更多性別間的相互尊重與溝通。第六章，對於兩性關係的分手，做心理學上的分析與解說，期待更多的理性解除分手的不適與危機。第七章，談兩性關係中的危機，培養更多對於危機的知識與應變能力。第八章，因應性別教育平等法中對於校園性別危機的性侵害與性騷擾，作深入的探討與建議。第九章，談網路交

Preface

友，對於網路交友的陷阱與注意要領深入分析與提醒。第十章，談婚姻關係的經營、衝突與解離，為多變的兩性關係做好預防教育。第十一章，談同性戀，呼應資訊時代的性別關係與同志權益應受尊重。每章還有一個特色，就是分別設計性別教育帶領活動，提供性別教育教學者的參考。另外，很重要的是，本書附錄 1：「九年一貫性別平等教育之目標與內涵」與「性別教育教案設計範例（18 堂課）」，提供小學、中學、高中職及大學之性別教育工作者設計性別教育課程的參考。附錄 2：「與兩性關係、性別教育相關法律一覽表」，除了表列兩性關係與性別教育相關法律之外，亦將重要的法令附錄於後，作為課堂討論的參考依據。

藉著本書的出版，期待能對台灣的兩性關係與性別教育工作提供一些參考，並對新世代在性別教育上有知、情、意的正面良性促發作用。雖著作過程中用心盡力，但漏誤或欠妥之處在所難免，尚祈學界先進、教育與輔導人士、讀者不吝賜教。

白秀玲、柯淑敏 謹識

hlp@tmue.edu.tw chu999@ms12.hinet.net

目錄 |

第一章 緒 論	1
第一節 從失落的一角看兩性關係與性別教育	2
第二節 兩性關係的重要性與範圍	5
第三節 心理學與兩性關係	6
第四節 從兩性關係到性別教育	13
本章重點	16
討論與分享	16
第二章 愛情心理學	17
第一節 愛情的定義	18
第二節 心理學家對愛情的研究	19
第三節 情感發展階段	23
第四節 愛情發展路徑	28
性別教育帶領活動 2-1：愛情是什麼？	34
性別教育帶領活動 2-2：愛情與喜歡量表	35
本章重點	36
討論與分享	36
第三章 愛情的自我探索	37
第一節 愛情迷思與認知	38
第二節 戀愛行進踏板	39
第三節 個人愛情類型	41
第四節 性別刻板印象與性別歧視	44
第五節 剛柔並濟的時代兩性	52
性別教育帶領活動 3-1：愛情價值觀大拍賣	54
本章重點	55
討論與分享	55

第四章 愛情歷程	57
第一節 交往的基本概念	58
第二節 愛情初期可能有的疑惑	65
第三節 暗戀與單戀	71
第四節 邀請與拒絕	75
第五節 約會	78
第六節 愛情的經營與持續	81
第七節 羅曼蒂克與浪漫	84
性別教育帶領活動 4-1：我害怕親密關係嗎？	90
性別教育帶領活動 4-2：我寂寞嗎？	90
本章重點	91
討論與分享	91
 第五章 兩性溝通與衝突管理	 93
第一節 性別的差異	94
第二節 友誼與愛情的性別差異	99
第三節 溝通的理論、原則與技巧	104
第四節 爭吵、衝突與面對	115
第五節 兩性溝通敏感度與溝通技巧練習	120
性別教育帶領活動 5-1：PAC 理論基本練習	128
性別教育帶領活動 5-2：愛情影片討論	129
性別教育帶領活動 5-3：問問自己是否與異性互動自在呢？	130
本章重點	131
討論與分享	131
 第六章 分手哲學	 133
第一節 從心理學分析分手	134
第二節 分手原因	137

第三節 分手高峰期與方式	141
第四節 分手的性別差異	144
第五節 分手的準備與注意事項	145
第六節 分手後的調適	150
第七節 分手經驗的學習與成長	153
性別教育帶領活動 6-1：分手是一種成長	156
本章重點	157
討論與分享	157

第七章 兩性危機與轉機	159
第一節 性生理、性心理與婚前性行為	160
第二節 第三者	165
第三節 愛情危機與愛情功課	170
第四節 性別平權	171
性別教育帶領活動 7-1：測一測你的性知識	177
性別教育帶領活動 7-2：劇情分析與問題討論	182
本章重點	184
討論與分享	184
案例討論	185

第八章 校園性別危機	187
第一節 校園性危機	188
第二節 約會強暴	191
第三節 性騷擾及其防治	198
第四節 性侵害及其防治	205
性別教育帶領活動 8-1：性騷擾遠離我	227
本章重點	228
討論與分享	228

第九章 網路交友與危機	229
第一節 網路交友與網路戀情	230
第二節 網路交友的陷阱與提醒	235
性別教育帶領活動 9-1：MSN——愛你又怕你	238
本章重點	239
討論與分享	239
 第十章 婚姻與經營	 241
第一節 婚姻樣態	242
第二節 選擇結婚與擇偶	247
第三節 婚姻衝突與婚姻經營	252
第四節 婚姻的分手	266
第五節 家庭暴力	274
性別教育帶領活動 10-1：鐵達尼號續集	281
性別教育帶領活動 10-2：婚姻中什麼最重要？	282
本章重點	283
討論與分享	283
 第十一章 同性戀	 285
第一節 同性戀情	286
第二節 同志的困擾與壓力	290
性別教育帶領活動 11-1：影片與問題討論	295
性別教育帶領活動 11-2：案例與問題討論	296
本章重點	297
討論與分享	297
 附錄 1-1 九年一貫性別平等教育之目標與內涵	 299

附錄 1-2 性別教育教案設計範例（18 堂課）	
——性別教育萬花筒	321
教案概念圖	322
技術篇	323
教學主題：了解自己	323
教學主題：彩虹橋	328
教學主題：戀愛物語	334
教學主題：關於愛……	339
教學主題：拒絕性騷擾	348
教學主題：防身之道	355
附錄 2 與兩性關係、性別教育相關法律一覽表	359
性別平等教育法（民國 93 年 6 月 23 日公布）	361
性別平等教育法施行細則（民國 94 年 6 月 13 日發布）	368
家庭暴力防治法（民國 87 年 6 月 24 日公布）	371
家庭暴力防治法施行細則（民國 88 年 6 月 22 日發布）	379
性侵害犯罪防治法（民國 94 年 2 月 5 日修正）	381
性騷擾防治法（民國 95 年 1 月 18 日修正）	387
性騷擾防治法施行細則（民國 95 年 1 月 25 日發布）	391
校園性侵害或性騷擾防治準則（民國 94 年 3 月 30 日發布）	392
性騷擾防治準則（民國 95 年 1 月 27 日發布）	398
兒童及少年保護通報及處理辦法（民國 94 年 3 月 28 日修正）	402
家庭教育法（民國 92 年 2 月 6 日公布）	404
參考文獻	407

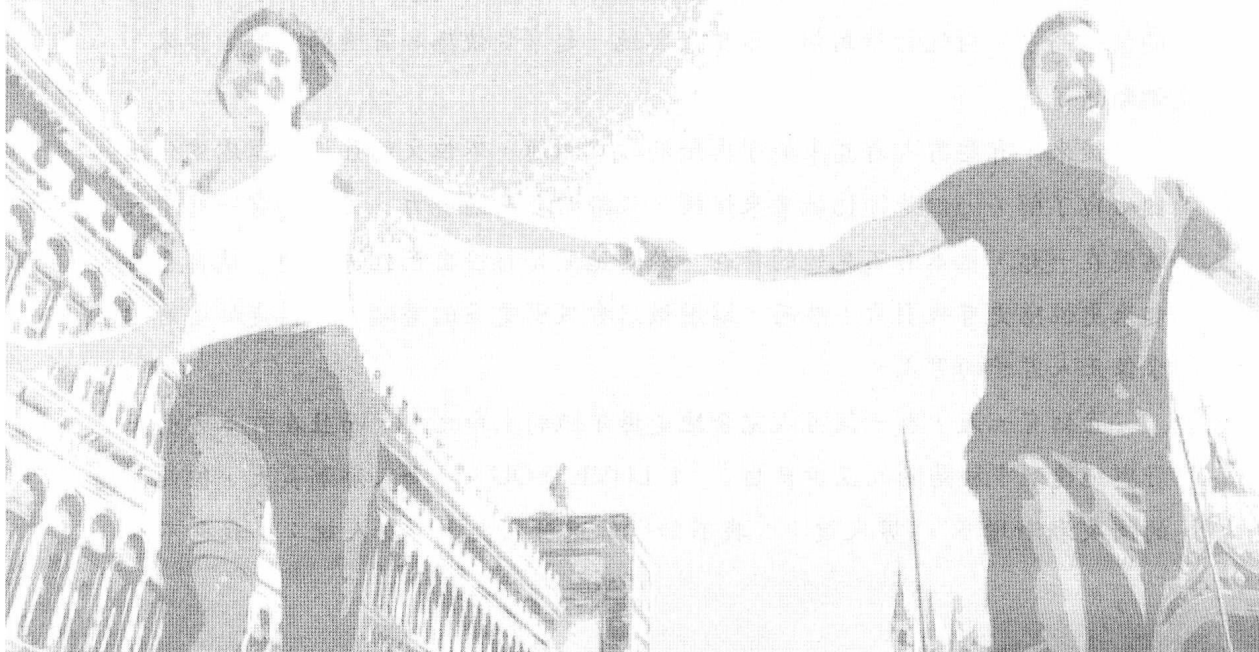
1

緒 論

兩性關係是男女雙方在生活世界中，經由彼此的互動和交互作用產生的價值觀念和行為型態。兩性關係建構的要素包括：(1)男女雙方。(2)生活世界。(3)交互作用。(4)價值觀念。簡單的說，男性和女性之間的互動關係稱之為「兩性關係」。從巨觀面而言，兩性關係是由性別角色分工和社會建構而來，從微觀面而言，兩性關係是由男女互動和個體選擇而來。

性別教育是自知道小孩性別之後，開始有意無意地按照個人對性別差異的觀念，或依循社會文化習俗的兩性觀點，對你的小孩所施予的教育方式。而由教育部九年一貫課程綱要所擬定的性別教育核心能力來看，此一綱要包含「兩性的自我了解」、「兩性的人我關係」、「兩性的自我突破」；而在課程的核心內涵上，則包括多元社會中兩性平等的意涵、性別角色的學習與突破、兩性的成長與發展、兩性的關係與互動，以及兩性權益等相關議題。

本章將介紹心理學家對兩性關係及性別教育的看法，兼顧理論與實務，以引導建立健康的兩性關係，朝向平衡兩性角色的目標學習與成長。





第一節 從失落的一角看兩性關係與性別教育

所謂的意義和真實並非經由個人摸索發現，它是集眾人之力創造出來的概念，其中溝通協調的旨趣，即在於調整人我關係並建構新的意義（Bruner, 1986）。這樣的話語也適用於兩性關係與性別教育。

我們先從改編《失落的一角》（*The Missing Piece Meets The Big O*）（Silverstein, 1981）一書中「失落的一角遇上大圓滿」介紹起：

一位單身的女子孤單地獨自坐著……，等待著某人來作伴，帶給她快樂，陪伴她到任何快樂的地方去。她父母幫她介紹一個看似老實忠厚的男人，但他卻又肥又禿頭，有一天，她遇到了一位好像與她登對的男人，但他太忙而無法和她一起去任何的地方。一些男人可以帶她到任何的地方到處去玩，但是他們愛說髒話，她和他們卻不適合。有一個男人非常喜歡她，但是自顧不暇不知道如何帶領著她走向旅途。另一個男人則是非常幼稚有戀母情結。後來有一個登對的男人帶著她到處遊山玩水，參加逍遙遊派對，並且把她娶回家中……，可是過了不久就把她留在家中、男人自己跑出去玩了。此時，一些到處拈花惹草的偷情高手，對她打情罵俏，希望能與她一起享受快感和冒險的刺激！後來，她離婚了。

後來，有些男人看起來似乎與她的心靈相通，不但文曲往返，還處處付出關心與了解……但是卻把她拿來炫耀，來證明自己的魅力。另外也有一些男人瞎混在一起，根本看不見她的存在。於是她開始打扮自己也去整型，使自己看起來更性感更有吸引力！然而，這麼做只會吸引更多的蒼蠅，卻嚇走那些看起來像正人君子的男人。

直到有一天，有一個男人完全地走進了她的生命之中，而且在許多方面正好與她速配！於是兩人互訴衷曲：「I LOVE YOU！」女人漸漸長大，彼此間的衝突漸漸增多。男人說：「我不知道妳還會長大！」女人說：「我也不知



道！」於是兩人就分手了……最後她獨自坐在那兒，希望能再遇上一位足夠成熟的男子。

直到有一天，一個男人經過了她身旁。女人問：「你需要我嗎？」男人說：「不要！」女人又問：「有什麼事是我可以與你一起去作的嗎？」男人說：「沒有。」……女人寂寞地問：「有沒有什麼地方是我可以滿足你的？」男人說：「可能吧！也許我是你生命中所欠缺的另一半，可是，我自己並不欠缺任何人啊！而且妳也不必要為我作些什麼。」女人說：「太糟糕了！我真的希望有適合的人能帶我到天涯海角，一起去旅行。」男人說：「雖然我不能和妳一起去，但是妳可以自己一個人去呀！」女人大叫：「大家不都是一起走的嗎？我一個人是不可能感到快樂的！只有寂寞、孤單、沒有自信、空虛、無助。我什麼都不懂，我不知道失去了男人，我還可以作什麼？」男人說：「那就把妳的心磨練一下吧！也許有一天妳會改變，而離開妳現在的環境，假如妳想要真正的快樂，總有一天妳會如此的。不管怎樣，我得走了，也許有機會的話，我們會見面的。」於是這個人離開了，她只是坐在那兒。

漸漸地，她想，也許可以嘗試自己一個人過日子，嘗試一些以前從沒做過的事。然而她的心依舊相當脆弱，心中對愛的渴望，她開始向前移動了，開始有了變化。她不斷的嘗試、失敗、再嘗試、又失敗。不過她這次並不放棄認真關心自己的身體與靈魂，而且也不再等待男人的疼愛與慰藉，她要好好愛自己！她正以失誤代替嚴重的失敗、以成功代替失誤，並且面對人生中的各種挑戰與困難。如今的她，正快樂地做著她想做的事，而不再只是期待著男人的寵愛，或許正如《唐吉軻德》的作者塞凡提斯所言：「人最難的是了解自己」。她了解自己「是一個有價值的女人」。有一天她在一場音樂會後，遇上了多年前萍水相逢的那個人。

最後，她與他結婚了，並且一起實現了兩個人心中的許多願望，也生了兩個小寶寶，兩個在溫暖與磨練中成長的小寶寶，而且長的圓滾滾的！

成熟的愛，有時需歷經許多學習和挫折的。



這一段故事，有起有浮，有悲傷難過，有失意落魄，有努力與勇氣，有自醒為與覺悟。留給我們的是一連串的問題：

☉「失落的一角」是怎樣看待自己的？

☉為什麼「失落的一角」找到合適的另一半時，才知道自己會長大？

☉最後「失落的一角」為什麼從一開始的等待著某人來作伴到會嘗試站起來行走？

☉「失落的一角」失落的那一半叫什麼名字？他們都到哪裡去了？該怎麼去找？

☉最後那男人「並不欠缺任何人」，為何仍會與「失落的一角」結婚？「失落的一角」最後結婚並一起實現兩個人心中的許多願望，和她以前想和男人共處的願望，有何差異？

☉「失落的一角」一定要這種結局才算圓滿嗎？

☉為什麼只有一個大圓滿？而不是很多個？

☉如果「失落的一角」最後又離婚了，兩位仍可能是好朋友嗎？

☉失落的一角在遇到大圓滿之前的過程中學習到什麼？

從這失落的一角，還有很多主題可去探討兩性關係。而兩性關係可以是深奧的也可以是值得學習成長的。在人們的世界裡，「失落的一角」和「缺角的圓」的關係，就像熟悉的故事，不斷地浮現。失落的一角從等待、尋覓、衝突、努力嘗試、問題解決、改變自我、與他人謀合等過程，就猶如兩性關係的過程。希望對失落一角的人們，都能藉由此書中對兩性關係與性別教育的介紹，學習在人生過程中遇到大圓滿，並不斷成長。



第二節 兩性關係的重要性與範圍

一、兩性關係與人生發展

兩性關係在人生發展上是很重要的課題，在現實的生活中，昏昏欲睡的課堂上來一段戀愛史分享或兩性間的話題，馬上提振精神；演藝人員有八卦緋聞，馬上提高曝光率；英國某王妃的戀情讓狗仔隊窮追猛打，造成香消玉殞的悲劇；處於成年早期的青年學子也常因不知如何應對隨著成長而逐漸要面對的兩性關係而瞎混亂碰，處理得一團糟，甚至用結束生命作為處理的方式，在在都顯示兩性關係牽動著生命的脈動；華人傳統文化對感情問題較為壓抑克制與保守，兩性關係及性別教育的相關知識需求更為殷切，從國內「張老師」、「生命線」、「家庭協談中心」的求助問題統計表上，感情問題一直在前三名，居高不下，顯示情感問題困擾的普遍性。最後，從學習的角度來看，在兩性接觸頻繁的現代社會中，結交異性朋友是一種學習，學習和異性相處，學習對性別角色的覺察，學習扮演適當的性別角色，學習經營和諧圓滿的兩性關係。兩性關係是一輩子的課題，有學習就有成長，有成長就看得見希望。

二、兩性關係的範圍

兩性關係的範圍主要包括兩性的交往與相處、婚姻關係與性別平權。主要內容分別敘述如下：

兩性的交往與相處：包括交友、約會、戀愛、擇偶、性別角色、性發展、性態度、性行為、性侵犯等課題。

婚姻關係：包括家庭角色、夫妻關係、親職準備、家庭計畫等課題。

性別平權：家務分工、資源分配與擁有、工作生涯發展等課題。