

# 強化自尊概念 實踐兩性平等

台北市育達商職 陳曉悌、盧秀娥、莊靜慧、林曉薇／佳作

## 摘要

為避免兩性相處之際，因缺乏相互尊重之傷害事件頻現，並滿足高中職學生之學習需求，達到兩性關係能平等建構於倫理道德與人性尊嚴，在相互尊重中自由適性發展，營造兩性和諧共享社會之教育目的。本教學活動設計在於促進學生了解自尊概念，學習以應用倫理學原則與人互動。首先經由體驗活動促使同學感受自己和他人之無形疆域與互動時可能發生狀況，引發學生學習動機。進而以講授法配合影片播放輔助，說明平等、自尊、倫理四大原則與缺乏相互尊重之婚前性行為可能產生之負面影響。再依據學習單進行分組討論與心得報告。最後教師依據事件關係人、尊重自己、尊重他人及採行方法優缺點等角度統整同學小組分組報告，以協助學習應用倫理之四大原則行為於兩性互動情境中。

關鍵字：自尊、應用倫理、兩性平等

## 壹、課程設計

單元名稱：強化自尊概念實踐兩性平等	適用對象：高職三年級
所屬選修科目：軍訓護理	時數：2節課

### (一) 設計理念

時間兩性相處之際，因缺乏對不同價值觀之尊重行為，造成諸多社會傷害事件（賴，2004）。再加上高中職學生認為與兩性互動相關之議題為主要學習需求之一（黃，2004）。因此為滿足學生之學習需求，進而達到兩性關係能平等建立於倫理道德與人性尊嚴，在相互尊重中自由適性發展，跳脫社會刻板印象，發展個人潛能，營造兩性和諧共享社會之目的（張，2004；Klein, 1985）。本教學活動設計在於促進學生了解自尊概念，學習以應用倫理學原則與人互動。

### (二) 教學目標：

1. 學生與人溝通過程中，能提供彼此平等表達意見的機會。
2. 學生與人溝通過程中，能傾聽與自己不同的各種意見。
3. 學生能說出如何在兩性互動過程中，尊重自己與他人。

- 4.學生於與人互動情境中，呈現考量應用倫理學四大原則之態度。
- 5.學生能考量應用倫理學之四大原則行爲於生活情境中。

(三) 教學內容概述：

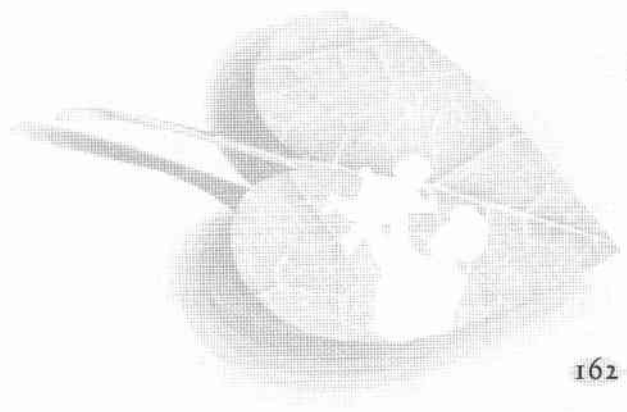
- 1.經由體驗活動促使同學感受自己和他人之無形疆域以及互動時可能發生的情形，以引發學生學習動機。
- 2.以手提電腦及單槍投影機輔助，配合投影片、實例講解與播放影片檔輔助，說明平等、自尊概念及倫理四大原則。並促使學生明瞭婚前性行爲可能產生之負面影響。
- 3.將學生分組，每人一張「在親情與愛情之間」與「兩個女人的世界」的故事（如附件一、二）與學習單，進行分組討論與心得分享。
- 4.教師依據事件關係人、尊重自己、尊重他人及採行方法優缺點等角度，統整同學小組分組報告，並根據倫理原則採行因應方法。

(四) 教學準備

- 1.老師：閱讀與兩性平等教育、自尊概念、應用倫理學等相關參考資料，並製作教學投影片。
- 2.學生：分組（約6~8人一組，平均每班6組，一故事3組）。

(五) 輔助教具：

- 1.筆記型電腦
- 2.單槍投影機
- 3.游泳圈2個
- 4.學習單





貳、教學活動

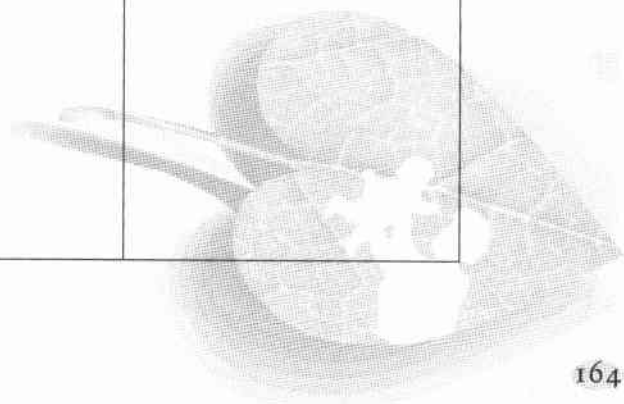
教學流程	時間	附註
<p>第一節課</p> <p>老師說明每個人都希望自己快樂、覺得自己很棒、受同學喜歡且又能交到很多好友。那麼我們在與人相處時就要先應學會聽自己心裡的声音、適時表達自己的看法、瞭解對方之價值觀，尊重彼此與成長環境的影響，學習用合宜的方法處理事情。這麼說好像很抽象，我們先來做個小實驗：</p>	5 分鐘	高自尊內容向度（吳，2002；劉 2000）
<p>一、參與體驗活動引發學習動機</p> <p>1. 請同學各自穿上游泳圈，置身於彼此無法完全貼近之受限空間大小範圍約半分鐘。</p> <p>2. 以游泳圈代表不同個體之身、心、社會與文化狀況，統整學生感受自己及他人之無形疆域互動時，可能發生的情形。引導瞭解在與人相處時，為何需要尊重自己與她人及環境。</p>	5 分鐘	<p>1. 找自願同學，並根據教室可用空間調整距離，避免碰撞造成意外事件。</p> <p>2. 2~3 個游泳圈。</p>
<p>二、以講授法配合 power point 與影片檔案輔助，說明平等、自尊概念與倫理四大原則，並了解發生婚前性行為前之個人準備。</p> <p>1. 平等：維護人性基本尊嚴、謀求建立公平、良性的社會對待。與朋友相處時需注意彼此處於公平的立足點上發展潛能，社會機</p>	15 分鐘	以手提電腦及單槍投影機輔助播放投影片。

會均等，平等互助原則下，共同建立和諧的多元社會，不因生理、心理、社會、文化上之性別因素而受到限制（李，2003）。需考量其中差異，鼓勵弱勢一方表達，落實實質平等。

2. 自尊：是指個體對於自己能力與價值的信念與信心，個體對自我積極或消極的態度(Ho, Lempers, & Clark-Lempers, 1995)，或珍視自己與尊重他人的程度(文，1992; Podesta, 1990)。另有學者認為自尊是快樂、面對自己心中昨日的孩童、對身體的尊重與發現自我。也是擺脫心中「沒有男人，女人就好像只算半個人的感覺」(羅，1992)。

(1).當一個人低自尊時，也容易造成其他人的困擾，如：同理心匱乏（無法瞭解別人的感受）。當一個人自尊程度高時，不僅不會折磨自己與別人，還能肯定自我，覺得自己很棒（吳，2002；劉 2000；羅，1992）。

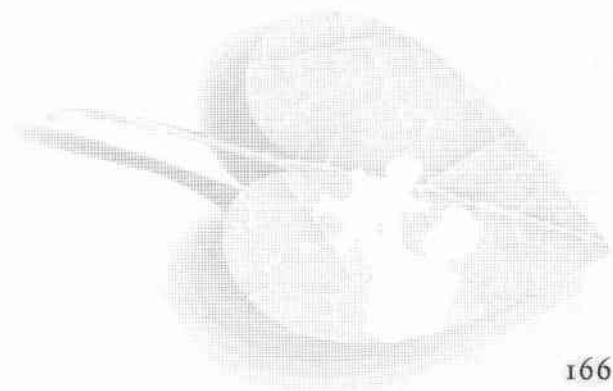
(2).提升自尊：可經由尊重自己與尊重他人兩方面著手。在尊重自己方面需先瞭解自己與對方在身體、心理、家庭、生活中差異，進而接受兩性在體力、面對事件的價值觀、成長環境之不同。養成不屈就自己或強迫他人心態，並察覺他人不得命令自





<p>己、做違反自我的情事。在尊重別人方面，可學習接受其價值觀、原生家庭....對他（她）的影響，嘗試體會與接受和自己不一樣的想法與作法，並練習在別人說話時能專心傾聽，提供彼此平等表達意見的機會。</p>		
<p>3. 應用倫理學四大原則-可作為自己與人相處時的行事準則（孫，2004；戴與李，2000）：</p> <p>(1) 尊重自主原則：是指尊重當事人對自己的價值選擇，承認該個體擁有基於個人價值信念而持有之看法、做出選擇並採取行動的權利。</p> <p>(2) 不傷害原則：是指不造成任何人的身體與心靈受到傷害（不殺人、不帶來痛苦、不使人失能、不冒犯他人、不剝奪他人生命中之價值）。</p> <p>(3) 行善原則：是指對任何人直接或間接地履行仁慈良善的行為，驅動自己造福他人的力量（註：對方所得到的好處會大於自己所引發的壞處）。</p> <p>(4) 正義原則（公平）：以公平合理的處事態度來面對任何人。</p>	<p>15 分鐘</p>	
<p>4. 播放關於婚前性行為之影片檔，引導同學應用自尊概念於兩性互動與婚前性行為之</p>	<p>10 分鐘</p>	<p>以手提電腦及單槍投影機輔助播放投影片。</p>

<p>情境。影片主軸包含兩性面對婚前性行為致懷孕時之不同反應，與青少年未婚懷孕心情分享。進而促使學生了解發生性行為時之考量：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1).是否尊重自己與對方的想法與感受。</li> <li>(2).明瞭婚前性行為可能發生負面影響的程度。</li> <li>(3).考量自己能承擔行為後的程度。</li> <li>(4).盡量採行避免負面影響的方法。</li> </ol>		
<p>第二節課：</p> <p>一、教師重述上一堂課教學重點</p> <p>二、教師提供情境故事「在親情與愛情之間」與「兩個女人的世界」(附件一、二)，依據學習單分組討論與報告。</p> <p>三、結語</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師統整同學小組分組報告，依據事件關係人、如何尊重自己、如何尊重他人及採行方法優缺點等角度切入。</li> <li>2. 並與學生討論如何採行因應方法以減輕事件之負面影響。</li> </ol>	<p>10 分鐘</p> <p>分組討論</p> <p>報告 30 分鐘</p> <p>10 分鐘</p>	





## 參、評量方式

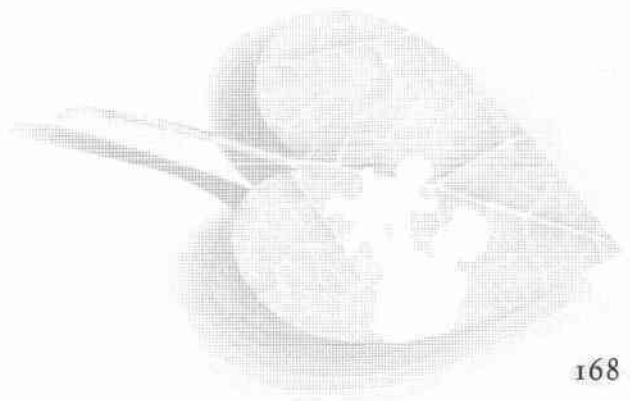
- 1.依學生課堂參與小組討論情形。
- 2.依小組討論結果評量。

## 肆、參考資料

- 文林（譯）（1992）。自信自尊--信心就是力量。（原作者：C. Palladino）台北：麥田出版社。
- 吳怡欣（1999）。青少年自我尊重模式之驗證。國立台灣師範大學教育心裡與輔導研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 李孝悌（2003）。從生理差異與性別角色論性別平等審查。私立輔仁大學法律學系研究所碩士論文，未出版，台北縣。
- 孫效智（2004）。道德判斷方法論與應用倫理學基本原則。2004年9月8日，取自：  
<http://210.60.194.100/life2000/indexhome1.asp>。
- 張珏（2004）。性教育/兩性教育/性別教育/兩性平等教育。兩性平等教育季刊，7，17-23。
- 黃明娟（2001）。高中職學生兩性平等教育需求評估與教學方案成效之研究。國立高雄師範大學教育學系研究所博士論文，未出版，高雄市。
- 劉樹斐（2000）。自尊的多面向對大學生憂鬱與攻擊行為的影響。國立政治大學心理學系碩士論文，未出版，台北市。
- 賴淑禎（2004年10月1日）。認為感情被糟蹋-少男亂刀砍死少女。中廣新聞網。2004年10月5日，取自：<http://tw.news.yahoo.com/041001/4/113q6.html>
- 戴正德與李明濱（2000）。醫學倫理導論。台北：教育部。
- 羅勒（譯）（1992）。內在革命--一本關於自尊的書（原作者：葛羅莉亞 史坦能）。台北：正中書局。
- Ho, C. S., Lempers, J. D., & Clark-Lempers, D. S. (1995). Effects of economic hardship on adolescent self-esteem: A family mediation model. *Adolescence*, 30(117), 117-130.

Klein, S. S. (1985). Handbook for achieving sex equality through education. Baltimore: Johns Hopkins University Press.

Podesta, C. (1990). Self-esteem and the six-second secret. Newbury, CA: Sage.







## 伍、附件一

### 在親情與愛情之間

陳曉悌

暑假過去了，許多準備繼續升學的國中畢業生隨著志願與考試情形，選擇不同的學校進入高中職的階段。心心也是其中的一位女生，班上有將近1/3的同學跟她很像，自從爸爸媽媽離婚後，便跟著爸爸或媽媽或是阿公阿媽住。心心跟媽媽一起住，每天放學就像以前念國中的時候一樣，先去小阿姨家吃晚飯等媽媽下班，再跟媽媽一起回家。最近可能因為暑假去補習班的時候認識一個男生--阿強，離心心家很近、又同校，所以她們兩人每天上下學都約在捷運站碰面一起走。

心心覺得阿強很照顧她，每次下課的時候阿強都會去班上找她，有得時候還會買早餐給她吃，感覺很快樂。這學期兩個人又正好分到同一班，但是因為她們兩人心中只有彼此，與班上同學好似生活在不同國度，甚少互動，更別提聊天或是一起玩。班上的同學雖然想跟心心講話，然只見她時時跟阿強黏在一起，甚至會坐在阿強身上，連上體育課都跑在一起，讓人看了就不想跟她講話，話不投機的機會也越來越多，而逐漸與他倆疏遠。

不僅如此，這段時間因為心心每天都到近九、十點後才回家。回家後也不幫狗狗小黃洗澡，一直講著電話，也讓媽媽覺得與心心越來越疏遠。再加上老師跟媽媽說，最近心心常常遲到，上課時很容易打瞌睡，媽媽就更擔心了。媽媽覺得可能是阿強把心心帶壞了，他怕心心被欺負、被騙，因此每當心心講電話時，總是很不高興，希望女兒不要老是聊天，應該多看看書。心心跟媽媽又常常為了阿強的事而爭執，而他似乎永遠不懂媽媽反對的理由。心心不喜歡媽媽一直碎碎念，更別提要自己看書。她心想自己只是用手機講一下下話。當他告訴阿強時，阿強說「你媽媽怎麼這麼小氣啊！真是的 ..」，也就更覺得自己有靠山，不理會媽媽說的。就算媽媽告訴她原因，她還是一意孤行，於是媽媽氣得不想理她，娘倆就這麼冷戰。

阿強最近常為了心心偶而跟別的男生講話而吵架，找老師談這件事情，老師跟阿強說，我們來學校除了要唸書，還會認識很多同學。希望能找到對自己有好影響、有正面幫助的朋友。心心有很多地方需要你的協助，你作她的朋友，要幫她（他）變得越來越棒，幫她不要跟媽媽吵架，讓心心媽媽覺得她越來越乖。慢慢的，心心媽媽也會覺得你很好，這才是真正的好男人該做的事。阿強點點頭，不言一語。然則有一天有同學看到阿強打心心，跑去跟老師說，老師仔細一看，心心身上有多處瘀青，原來在心心與阿強同班的這段時間裡，阿強常常為了一些事情會打心心，之後兩人冷戰一段時間後又在一起。

## 伍、附件二

## 不同的女人，不同的世界

陳曉悌

## 個案一：小如的故事

天空中夾雜著炙熱難耐的空氣，小如孤零零地走向一間收費較低且不需要大人簽字就可以做墮胎手術的婦產科診所。她躺在手術台上，在忐忑不安、害怕又難過的情緒中，想起了自己認識宏的點點滴滴……。

和宏是在網路上認識的朋友，剛認識時兩個人相約在聊天室。見面幾次，小如覺得宏長得很帥、每次出去都有私家車坐不用擠捷運，心想真好一定要好好把握。有一天宏提出性要求時，小如因怕失去宏，再加上自己想試試看的情緒，便答應宏的要求。他們倆偶而才見一次面，見面時他話不多，只是想和小如做愛！做愛時小如要求宏帶保險套，宏總是說會不舒服，他告訴小如說：「你愛我就體貼我一下嘛，沒關係啦，我會很小心，我們不會那麼倒楣的啦…」，於是小如也就不堅持了。有一天，小如發現自己懷孕，告訴了宏。自此之後，她發現每次打電話給宏時，不是找不到宏，就是他說很忙，更不要提見面。小如覺得自己失去了快樂，茫茫然不知所措，吃不下也睡不好。她很想回到以前的純真歡笑，想離開他，卻又不甘心一切付出訴諸流水。

好熱的天，對著手術室天花板的眼睛一直不停地訴說著，眼淚很熱，要出去吹吹風透透氣。

## 個案二：純純的故事

純純是個平凡且又認真的上班族，想找一個疼自己的男人談場轟轟烈烈的愛情，擁有一段和諧且相愛的婚姻生活。在生活情境中不論是面對工作還是科技新貴小白，她總是真實的面對自己心中的聲音。即使在跟小白通電話談一些上班的八卦與情緒，心裡也覺得很自在，從不擔心小白會嫌棄自己工作卑微薪水低。

有一天，兩人相約上陽明山竹子湖看夜景，就在車內這個私密的空間裡，小白想與純純重溫車床族回憶。正值兩人激情廝磨之際，純純驚覺小白竟然沒有帶套子就想做愛做的事。瞬間純純溫度下降，推開小白，跟他說：「我知道你愛我，可是我也希望你要疼我，疼我的身體，疼我的心，而不是只有滿足到你想做的的身體。我沒有吃避孕藥，你也沒有帶保險套，如果懷孕了，我會覺得很難過的，說不定我爸爸會打我的，甚至掃地出門，傷了他們的心。我是個教徒，我可能也不能拿小孩，這對我來說我做不到的，我想我們兩個人還沒辦法去面對那樣的問題」。原本心中滿是埋怨的小白，聽完純純這麼說之後他說，對不起，我想我瞭解你的感受，是我太衝動了，走我們到士林去吃東西，好嗎？



陸、學習單一

單元活動--在親情與愛情之間 小組討論學習單

班級：            組別：            小組成員：

座號						
姓名						

討論題目

- 1.在「親情與愛情」故事情境中有關的人有哪些？
- 2.如果我是心心，如何做到尊重自己？
- 3.如果我是心心，我如何做到尊重媽媽與同學？
- 4.如果我是阿強，我如何做到尊重心心與同學？
- 5.根據處理事物的原則來考量，上述提出的辦法各有什麼優缺點？
- 6.我上完這次單元後的感覺與想法是.....？

## 陸、學習單二

## 單元活動兩個女人的世界 小組討論學習單

班級： 組別： 小組成員：

座號						
姓名						

## 討論題目

- 1.在「兩個女人的世界」兩個故事情境中有關的人各有哪些？
- 2.我覺得小如與純純，在尊重自己方面有什麼不同？
- 3.我覺得小如與純純，她們兩個人在與男友發生性關係時或是之後，想法或是態度有什麼不同？
- 4.我覺得宏對小如感情態度為何?這樣是否尊重小如呢？為什麼？
- 5.根據處理事情的原則來考量，有哪些方案可以避免情境中的負面感受呢？
- 6.我上完這次單元後的感覺與想法是.....？

