

單元三

遇見愛情一 男生的情感表達

指導／國立臺灣師範大學 晏涵文教授

撰稿／臺北市立金華國中 黃蕙欣老師





指導／國立臺灣師範大學 晏涵文教授

撰稿／臺北市立金華國中 黃蕙欣老師

遇見愛情—— 男生的情感表達



壹、目標宗旨

男女間的兩情相悅，可以說是發自人性的最自然的感情。感情為生理層面的欲求，其實蘊涵人心最深層的理想與願望，然而，每個人的感情觀型塑自個人的家庭、文化、宗教與生活不同層面的經驗累積，男性與女性在文化氛圍之下，亦有為了符合社會期待所產生的一套感情模式。

幾年前，臺灣出現一系列以「新好男人」為訴求的房車廣告，塑造出一個樂於分擔家務、珍視家庭親密關係、勇於表達思維與情感的男性角色，廣受歡迎，也帶動社會對相關的兩性議題廣泛討論，這個廣告固然令未婚女性怦然心動，頻頻追問：如何找到這樣一個新好男人？一個能夠擁有細膩感情且體貼溫柔的男人？

每一個人在這個世界上都有屬於自己的一套生存之道，過慣了自以為的、想要的那套人生，卻忘了自己內心真正的渴望與聲音，只為了符合社會的期待或別人的掌聲。尤其在男孩的成長過程中，社會化的過程讓男孩學會要勇敢面對困難，要隱斂自我的情感，否則就不是大家眼中的「真男人」，也許是男生為了其他人的眼光，變的本末倒置，想要用很多外在「勇敢」去證明自己的美好。所以在男孩身上，愛情往往變成「征服」與「成就感」，就像在西方《浮世德》的故事中，浮世德將靈魂賣給了魔鬼，以交換權力的冠冕；而在現代社會中，男孩則把他的靈魂賣給了父權社會，以得到器重、正視與地位，情感面的學習在男孩的人生經驗中，變成不足道的一部分，

但是情感的學習對於每個人都是重要的，也是讓人生完整的重要關鍵，在本影片中希望透過男主角的生命經歷，讓學生了解愛的真理，放下傳統的包袱，學習去愛人，乃至於愛自己。



貳、影片劇情概要

一、劇情介紹：

剛考上大一的亞倫喜歡上同班的女孩欣怡，終於告白成功，開始交往…

但在兩人交往過程中，常常爭吵，欣怡總覺得亞倫好像沒有情緒、也不夠敏感，很多相處的細節都讓她感到受傷，不斷爭吵後欣怡希望暫時分開，彼此沉澱一下，想一想還要不要在一起…。



因為亞倫真的很喜歡欣怡，於是，他開始反省，並回想自己的成長過程。亞倫在成長過程中，常被要求「要勇敢」，所以漸漸習慣不流露情感，又因為忍受殘酷的惡作劇，只好以憤怒、羞辱與暴力的方式來掩飾情感、製造疏離。而在經歷了這種種掙扎與痛苦的「殘酷文化」之後，他似乎擁有被大家肯定的男子氣概，但實際上卻越來越壓抑熱情、敏感與溫暖的特質。經過徹底的反省，亞倫明白問題所在，願意重新開始找回自己被壓抑的那個部分，欣怡也能體諒他，兩人願意重新開始…。

二、人物介紹：

1. 亞倫：男，大三，看起來很有男子氣概，但內心其實是很溫柔的。
2. 欣怡：女，亞倫大一時追求的對象，開朗，很有親和力。
3. 父親：約42歲，亞倫國中時期常要求他要勇敢。
4. 同學數名：國中時與亞倫一起作弄女生。
5. 國小亞倫：2年級小男生。
6. 國中亞倫：國一男生。
7. 高中亞倫：高一男生，活力四射，覺得自己有男子氣概。



參、建議討論題綱及討論方式

一、教師請學生完成語句，以三個形容詞形容自己。

在我成長過程中，我感覺身旁的人希望我是一個「_____」的人

完成後請同學發表，教師協助學生寫在黑板上，並看看這些形容詞有沒有性別上的差異。

一個嬰孩出生前到呱呱落地，大家就對它的性別充滿期待；在兒童還沒有顯著性別意識之前，父母會運用許多的方法來使其子女社會化而符合性別角色，有些是明顯的，然而大部分都是難以捉摸而不明確的。其中相當重要的是父母本身對性別角色的態度，他們會依此來對待其子女以及作出回應，並且表現出讓子女模仿學習的角色行為。然而，生理的性別差異沒有優劣之分，但是除了父母信念以外，隱藏在性別背後的社會價值觀或文化因素，亦能影響兩性的社會角色、工作型態、行為規範，以及種種的人生期許。男性往往被要求具備「工具性」、「主動性」有關的特質，如能夠自我肯定、追求成就、獨立、勇敢、果決等；而女性則被要求具有「人際互動」、「情感表達」相關的特質，如順從、依賴、細心、敏感、富同情心等，傳統上，性別角色由「男主外，女主內」的原則來規劃，做為男女社會分工的依據，男人扮演「工具性角色」，而女人扮演「情感性角色」。

二、教師接著請學生思考，每一個人的成長過程，被灌輸與被教導的重點為何？

請班上男女生試著思考，自己從小到大，在成長過程中，被要求或是被教導的重點，是否有性別的差異？

- 1.當你受傷或面對挫折時，家人的態度或是動作為何？
- 2.當你與家人討論未來工作時，你的想法與他們的建議為何？
- 3.當你和同性別的朋友在一起玩時，你們玩的遊戲是哪些？
- 4.你的朋友與你探討喜歡的對象時，態度又是如何？

教師可以利用以上類似的問題，自行增刪讓學生透過生命經驗的覺察，由自己、家人、朋友等重要他人的相處經驗來分析，理解自己所有成長過程的經驗，也讓不同性別的同學，可以理解他們在成長過程中所受到的不同要求。



舉例而言：男孩子有時會玩阿魯巴遊戲，其實也是許多男生曾經經歷的男性儀式，臺灣校園裡建構的男子氣概包含強制傳統異性戀、厭惡女性以及同性戀恐懼症、以性作為男性本身及團體的認同、需要憑藉同性感情交流、男性間潛藏的競爭以及競爭而來的殘酷文化。這些男子氣概並藉由他律性彼此監督，確認每個男性都服從同樣的男子氣概建構。要藉著一次次的男性團體儀式凝聚、加強本身也提醒其他團體裡的男性，並在團體裡彼此監視。表示男性對本身追求男性氣概的不安或不確定，需要一次次的凝聚來安定或肯定自己，內化男性對男子氣概的追求，而其實許多男性是處在一個不安，害怕自己不符合男性氣概的迷思中。《解放男人——男性的自覺與成長》

三、教師接著播放影片，且透過引導學生，一同討論影片主角的成長背景，並進一步協助學生與生活經驗吻合。

（一）男性學生討論題目

1. 男主角被要求哪些必須符合男性形象的表現？請舉例
2. 男主角在這樣的角色下快樂嗎？
3. 這樣的男性角色對於得到真愛是阻礙還是助力？
4. 你的人生和男主角是否有相似之處？你如何看待這樣的狀況？
5. 你認為符合現代新男性的愛情觀嗎？

（二）女性學生討論題目

1. 男主角被要求哪些必須符合男性形象的表現？請舉例。
2. 男主角在這樣的角色下快樂嗎？

- 3.符合傳統期待下的男性角色，女性對於這樣的男性喜歡與否？為什麼？
- 4.這些外在的要求是否合理？為什麼？
- 5.你認為女生心目中的愛情新型男應該是什麼？

從歷史文化的角度來看，「男」這個字從「田」、從「力」，似乎男丁就是要在田裡賣力工作讓家庭溫飽，這是文化所賦予的男性角色。傳統以來，男孩常被期待比別人強、不能輸，壓抑情感、不能訴苦抱怨，另一方面獨子現象使得男孩被縱容得無法承擔壓力、不會處理感情問題。懂得如何表達感情，當他懂得愛、知道向自己的父母表達感情，日後對異性、妻子、兒女才比較會順暢表達愛，對其他人顯示關心，懂得同理他人、欣賞別人的優點，能接受自己犯錯，在這個講求團隊合作的時代，才較能避免盲目競爭，也較能容忍別人犯錯。

傳統上男性被設定從事「賺錢養家」的角色，必須在職場上出人頭地，因此男性往往沒有時間參與子女的成長，但是他們也渴望能夠享受與子女的互動。其實近來有關父職的研究成為近年來重要的研究題目之一，顯示社會越來越重視父親對育兒的參與，也有越來越多父親希望能參與育兒的角色。

由於經濟型態轉變，女性經濟獨立、婚姻型態丕變，男人需自理生活或與另一半合作經營生活，取代了過去只要依賴媽媽、太太處理，所以男孩有必要學做家事、基本生活技能，才會照顧自己。透過上述題目的討論，讓男生思考自己與影片中男主角的相似之處，並進行自我覺察，也讓女生思考文化影響下男性的辛苦，多一些價值重建的機會，並多一些不同性別的關照與體諒。

四、教師除了可以帶領學生觀看此單元影片之外，另外能夠鼓勵學生多閱讀相關的書籍文獻。

傳說古羅馬競技場上的戰士當他們不畏懼死亡而奮戰，涉及死亡邊緣時，他們會聽到一種戰鼓聲，而且凡是聽到戰鼓聲的戰士，將不為仇恨而戰、不再為勝負而戰，甚至不為自己而戰、有的只有寧死也不停止的鬥志，而這時他們將會得到超越這世上所有思想邏輯都無法解釋的終極力量，好像他們的生命奉獻給戰鬥神一樣，而這場祭奠古羅馬戰士稱為「伊芙利特之祭」，這是一場沒有死亡就無法結束的血祭。這樣的

思維也隱喻了在男性成長的過程中，也常常不知為何而戰，為誰而戰，只為了莫名的形象大包袱而努力。

另外，在男性成長過程中，在文化的教導下，常常會把性與愛混淆，將交往的對象當做成就感的來源，或是當作一種征戰後的勝利感，缺乏真正感情的學習，例如文化中傳遞男人在性活動中找的不僅是性的快樂，性另外還可以使他們感到征服和控制，許多男人喜歡耽溺在征服的興奮中，這使他們在征服成



功後很快便失去興趣，男人在成功地征服一個女人後會告訴其他男人他的豐功偉業，如果男人不對其他男人吹噓，多少會減少他們成功的樂趣。文化中過度強調男人有狩獵本能，但是太擅長於狩獵或樂於狩獵，卻忘了要怎麼經營愛情。因為畢竟人不同於野獸，獵物並不是用來廝殺或滿足生存，而是用來愛的。或是大多數男人早期的性經驗，使他們把女人當成是性的玩物，但不只是男人這麼看女人。廣告媒體大量利用女人的身體來促銷一切的產品和服務，也加深整個社會視女人為性的玩物，這些經驗對於一個男性在真正學習愛的過程中，是一個很大的阻礙。

目前坊間有許多有關男性成長與情感探索的相關書籍，例如「為自己出征」一書中，就以男性角度做為出發點，生活中許多男性就如同這位書中的武士一般，隨時隨地準備上馬比武、拯救受難公主的武士，男性穿上了層層包裹的沉重盔甲，有一天發現它竟然再也脫不下來了。但是武士為了認識真正的自我，為了學習如何愛自己，也學會如何愛別人，他帶著吱軋作響的盔甲，帶著久未好好進食的羸弱身軀，穿過三座古堡，克服面對獨處時的恐懼，接受真正的自己，更靠著自信擊退了「疑懼之龍」，而他由心深處真誠湧出的熱淚也完全融解了生鏽的盔甲。最後，武士不但重獲了自由的身體，更藉由全然自由的心靈體會到與宇宙融為一體的深刻感受。書中所呈現的重點就如同本單元影片中所希望呈現的重點一般，讓所有的男性學生可以覺察自己在成長過程中，所受的情感要求與壓抑，也讓女同學了解，加諸於男性身上情感面的壓力，是一個大環境的文化形塑，每一個人都可以正視這一個狀況，如同心靈探索一般，面對問題才能改變問題，也才能褪去男性角色上的層層盔甲。

的確，傳統性別角色的界限已受到社會變遷的衝擊，整個社會結構中的性別角色逐漸鬆動，「嫁雞隨雞，嫁狗隨狗」觀念的淡化、離婚率的升高、女性晚婚或不嫁比率的增加等問題，確使男女無所適從，父母親及教師等也應思考，到底我們應從什麼樣的角度在社會化的過程中重新建構起男女兩性的性別角色呢？社會中存在已久的男女不平等現象，遭受前所未有的嚴厲質疑與批判。於是乎，破除性別區隔和追求兩性均等的權益，已成為當今社會探討的重要課題。

但是，我們正處於轉型期的漩渦中，帶來社會成員心理的障礙和暈眩，該如何疏解，則有賴人類智慧，去思考與因應。畢竟，社會環境是男女共存共榮的天地，我們希望性別角色的內涵和要求能因社會變遷而調適，以營造兩性互敬互重的和諧社會。



肆、引導重點及疑問處理

一、傳統的男性感情觀

從以前到現代，男性的感情觀往往不脫離以下幾個觀點：

- (一) 近水樓臺先得月：男性常常主動對身邊喜歡的女性噓寒問暖，便可以製造出萌生愛意的機會。
- (二) 死纏爛打：在男性的世界中不能輕言放棄，因為男人被要求要有始有終，在男性感情的世界中示弱就是弱者的表現，在男性的感情字典中，愛情不是不能成功，而是不夠努力。
- (三) 光環效應：男性獨有的特性，在男性追求情感時，「力」是一個重要的先決條件，男性必須夠強悍，才能成為情感的保護者與供養者，從家世、學歷、能力、名聲、財力、勢力等，都是愛情的催化劑。
- (四) 男性有話不輕談：男人的情感表達往往是內斂的，常常是非口語的，缺乏情感描述力，傳統性別分工之下，造成男性拒絕學習感情，面對感情困境時，便以「盔甲」的方式出現，壓抑情緒保護自己情感面的脆弱。
- (五) 無能處理感情問題：缺乏情感自主性，長期情緒的壓抑，造成無法處理情感關係中的危機。

除此之外，我們還可以看到男孩的感情生活，其實還是可以發現男孩對於被愛與被尊重的渴望，但是傾向於用暴力來回應羞愧與憤怒，而不是用反應或溝通，在男孩世界中，男孩們必須製造勇敢的假象，防衛情感的流露，忍受殘酷的惡作劇，以憤怒、羞辱與暴力的方式來掩飾情感、製造疏離。而在經歷了這種種掙扎與痛苦的「殘酷文化」之後，男孩們贏得或是奪取的獎品，表面上一種帶有神聖光環的男子氣概，但實際上卻是驅使男孩遠離情感、熱情、敏感與溫暖特質的迷幻藥。《該隱的封印—揭開男孩世界的殘忍文化》



父權給了男孩們這麼一個權力的「糖果」，但是男孩們卻為了要持續保有這顆「糖果」，而不斷地在屈辱性與榮譽性的磨練儀式中徘徊，以致於最後這個異於己的人格不斷地膨脹，成為一個代代相傳的權威性格。在此，不僅女人受害，男人也喪失了一個身為「人」的真實本質。

雖然男性在傳統的氛圍中缺乏情感學習，但是以個體發展的角度來看，只要學會「自我成長」，是可以度過危機的。於是男人的「解放」不僅只是為了兩性的平權邁進，更是為了男人自身的情感、健康與認同著力，而也唯有當男人有敏銳的自覺可以去拒絕那頂父權的皇冠之時，男人的自我才能夠回歸本體，至此，男人才有自由去做為一個完整的個體、去選擇成為哪一種嚮往中的「人」。《解放男人—男性的自覺與成長》

二、傳統男女差異分類

一般人對於男性與女性有制式的想法，將這些想法羅列如下，這些性別要求與制約強烈限制我們在生活中的言行舉止，仔細閱讀並思考，真的是這樣嗎？

- (一) 親密關係的取得不同：男性靠解決及獲得解答取得兩人的親密關係，女性靠談論兩人之間的問題獲取親密關係。
- (二) 被鼓舞的方式不同：男性被需要時會受到鼓舞，而女性則是受珍愛時。

- (三) 親密或疏離：男性與人保持距離，渴望空間感、女性則是渴望親密感，更善於運用身體拉近與他人的距離。
- (四) 情緒表達：男性對情感較難啟齒；女性較能自由無礙的表達自己的情感。
- (五) 憤怒的處理：男性通常較直接表達憤怒或不滿，女性則是壓抑自我的情緒與感受。
- (六) 男女話題：男性圍繞著學業、運動、政治、車子、機械、音響、器具等話題；女性則多半繞著人打轉，對於人際間的話題非常有興趣。
- (七) 面對他人問題的態度：男性傾向提供建議，而不是接受意見；女性除了較喜歡提供建議，還寄予無限的同情，給予強烈的心理支持。
- (八) 改變對方：男性傾向接受女人原有的面貌，女性期望男人能為了自己有所改變。
- (九) 憂慮情緒的程度：男性以解決問題來面對事情，而非煩惱或憂慮；女性的憂慮程度較男性高。
- (十) 尋求他人的認同（他人認可你的意見或獲取他人同意才去做某事）：男性做自己高興做的事，女性則是從小被教導注意別人的意見，關照別人的感覺。
- (十一) 解讀話語的風格：男性容易從字面上解讀意義，女性通常尋求弦外之音。
- (十二) 說話風格：男性直接表達，女性小心翼翼，宛轉迂迴。
- (十三) 性與愛：男性傾向渴求性，女性的性需要更多的愛為基礎。
- (十四) 因應壓力的能力：男性容易把家庭壓力帶到辦公室，男性會因為壓力而退出家庭活動；女性紓解壓力並回復正常的速度比男性快。
- (十五) 傾聽的特質：男性比女性更容易打斷別人的談話，女性比男性更善於聆聽，且以點頭或微笑認知對方的言談。

如果以上是大家對於性別的既有期待，必然也會影響到每一個人在生活中的狀況，因為不符合文化的遊戲規則，便會被認為是不合適的，應該受到糾正，所以身為現代人，新男性與女性，對於傳統的性別角色制約，應該有自己的詮釋與跳脫，這一個過程需要批判的能力，以及自我覺察進而調整自我的能力。

你喜歡白馬王子的唯美俊秀或是黑暗騎士蝙蝠俠勁酷的剛毅果決、楚霸王的婦人之仁或是羅賓漢的正義形象？透過另外有一個實驗理解一般人對於男性形象的看法，美國新澤西州羅格斯大學學者進行研究，播映錄影帶給兩百多位受測者觀看，內容為一名男性與一名女性求職，想當電腦實驗室的經理人。其實兩位求職者都是演員，按相同的腳本，進行表演性質的面試；他們對自己的成就，都顯得一樣謙虛。受測者接下來針對男、女求職者的謙遜、討喜程度等項目進行評分，結果發現，儘管兩位求職者資格都勝任該工作，但男人受青睞的程度卻不如女人。這項研究成果發表於《男人與陽剛心理學》（Psychology of Men & Masculinity）期刊。學者們寫道，溫文這項特徵，會讓男人顯得不夠自信、沒有雄心、較為軟弱，受喜愛的程度就不如謙虛的女人。羅格斯大學教授羅德曼表示，研究成果發現，男人舉止謙虛時，會遭逢歧視，目前性別角色已出現變化，讓女人經濟上更為獨立，一樣沒能讓女性降低對男人陽剛的要求，但羅德曼也指出，長期要求男人維持陽剛形象，會給男人帶來壓力，有害健康，所以性別平等思維也應該與時俱進。

三、男性應該有的新愛情觀

伍佰在「鋼鐵男子」的歌詞中，其實道盡了現代男子在傳統煎熬與自我檢視的感情心聲：

擦去轉身離去之後 不爭氣的淚
燦爛笑容滲雜著汗水
我真的累 妳看不出我的傷悲
景色還是一樣的美



忘記昨日一切 其實還沒有準備
新的明天如何去面對
我需要安慰 讓悲傷的人不流淚
迎向太陽頭也不回

告訴我

像個鋼鐵般的男子
我會藏起我所有的心事
像座堅強的山 能抵擋風和雨
濃霧若散去 抬起頭遙望著天際
明天又是一片翠綠

像個鋼鐵般的男子
我會藏起我所有的心事
將我熱情的心 隨季節而冷卻
沒有盡頭 前方的路途還遙遠
就算感動也無所謂
一切都將成回憶 無法抹滅的過去
會隨著時間 慢慢地模糊的痕跡
就讓它去 或許有一天會想起
生命之中曾經戰勝自己

由歌詞中檢視一下傳統對於男性的要求，一般社會對男性的觀點是：獨立、感情內斂、競爭、輸贏、犧牲都成為男性的宿命，而很多人都只能向宿命低頭。具「剛剛好的」企圖心，對異性體貼理解，內心強健，身體健康，會說話但誠實，具風度、懂情趣，抑制力強又不具攻擊性，但以上敘述有很多地方是矛盾的。從古老男性為尊的社會，到女性主義興起，對男性的期待既是古老的身心俱強，又希望「強勢」受到控制與抑制，與其說平衡兩性關係，不如說是為了消弭女性時常感受的壓迫與威脅。但是現代社會中也有為生計打拼的媽媽與經常不在家的爸爸，教育出不知道如何成為「男人」的孩子。在傳統保守觀念依然希望男人強悍，足以保護家園；但新一代獨立自主的新思潮卻推崇斯文而不具氣勢的溫柔男子。兩極化的社會期望，與其說讓女人，也許也讓現代男性無所適從。



「這年頭做男生是什麼滋味？你覺得男子氣概受到尊敬與推崇嗎？」，現代已可以漸漸由男性的觀點反省男性在成長的過程中，接受了哪些男性文化的洗禮，包括男子氣概的養成、高競爭性、侵略性強，這些特質到了今日受到質疑，不僅女性發出批評之語，男性也感到非常疲倦因為為了應付這些社會的要求，提出抗議。到底新男人該是怎麼樣呢？去思考真正內在的自我到底是什麼，真的是那個好勇鬥狠的男人嗎？真的只能堅強而不能柔弱嗎？有的人對於男子氣概有新的定義：腹中有火、胸襟有情的男人，認為這樣的新男人即將與女人共造一個兩性和平共存的世界。因此，新時代的男人與女人應共同創造一個不以仇恨及征服為出發點的社會秩序。

也有人說大多數的男人不被鼓勵表達自己的情緒，不知道如何處理自己的悲傷，不懂得身體擁抱，不知如何與其他男人分享感情，無法表現自己的感覺，而且絕不在他人面前哭泣。必須堅強勇敢，否認會悲傷的存在，也使得大部分男人壓抑自己的感情，無法抒解。認為真正的男人會悲傷，也會受到驚嚇，更需要健康的宣洩管道。真正的勇氣需面對悲傷的存在，而非逃避，同時進行悲傷工程來挖掘出被壓抑的情感部分。真正的男子氣概可以表現悲傷，抒解自己的情緒壓力。會哭的男人不代表懦弱，反而透過悲傷止痛，證明自己處理感情的能力與可愛的一面。

四、男女生朋友交往應有更多的細膩關照

在男生的感情世界裡，過去男性是感情的霸主，可以主宰另一性的快樂與不快樂，但是隨著社會開放與發展，這樣的「感情獨裁」不再絕對，正因為過去「感情獨裁」寵壞了男性，所以男性需要學習擁有「成熟的感情觀」，沒辦法再以過去方式面對感情世界。反觀女性的感情世界，過去一直屈就於弱勢地位，隨著社會開放與發展，女性擁有越來越多的權力與自主，感情的態度也產生改變，未來感情世界裡，男女性的感情觀與態度將走向真正的性別平等，融入更多的「尊重」、「同理」將有助相互感情的培養與加溫。在變遷的男女性別角色中，互相應該多點包容和體諒，男性學習多一點的體貼與關懷，而女性也該多自我成長，學習多一點的主動與果斷。



在交往過程中也正是我們仔細觀察和體會的機會，有哪些是我們用現有的觀念來看待選擇對象，但是卻不一定正確的。單獨交往時的互動行為，常會有「不尊重」、「不真誠」行為，是由於我們對「互動」的錯誤觀念所致。這些觀念有許多是來自社會文化中所學得的一種「性別刻板印象」。這些對異性的「刻板印象」，往往是未經我們認真思索、查證，就在我們成長過程中從社會文化中學習。這些不正確的「性別刻板印象」，常會導致互動「不真誠」與「不尊重」對方。我們在兩性交往的過程中該怎麼做才是真正的表現尊重異性呢？下面幾個舉例可供參考：

- 1.當對方在說話時，目光專注傾聽，當自己說話時要誠懇、用心的陳述。
- 2.若男生要主動分擔女生手上重物，女生要誠懇表示感謝，並關心男生是否承擔得了這個服務。
- 3.出遊或是吃飯，在付費時應該是男女方都有均等的義務，且不應該是固定由某一方負擔，或是直接要求對方給予。
- 4.言語盡量不要傷人，多為對方立場考慮，不做過於武斷的判斷，能夠接受對方對事情不同於自己的看法，並能平心靜氣的討論。

5.任何時候都能尊重對方的選擇，當彼此的意見不同時，要能接受彼此間有不同的看法。

在多元的現代社會中，需要具備更富有彈性的性別角色特質，以適應瞬息多變的環境，因此刻板化的性別角色態度並不適用於現今社會，若囿於傳統的性別角色規範而限制自己的發展，無異是個人的損失以及社會的遺憾。長久以來，我們一直用「性別」來要求或期望個體表現刻板印象中的角色功能與行為，卻非站在「欣賞」和「尊重」個體的獨特性上，來協助其發展。今日每個人從一個新的，民主式的教導中成長，因此女性被鼓勵不斷勇敢自主，男性亦被鼓勵學習做一位「新好男人」。然而，所謂「性別平等」並非是爭奪「權利」與「義務」的平等，因為這樣必定會製造的對立與仇視；而是要爭取「立足點」的平等，以促使兩性和諧相處為前提，減少刻板印象的負面影響。其實每個人皆具備男、女兩種特質，應當根據情境有彈性的展現出不同的人格特質。男性可以不安，可以哭泣，可以表達情感；女性也可以果斷，可以主動，可以發揮理性。這種雙性化的特質，即為「剛柔並濟」的性別角色，而且工作的成就和感情的世界取得平衡者才是一個健康的人。總之，「尊重」就是能隨時考慮對方的感受，給予協助；並能尊重每個人有為自己選擇或作決定的權利。



伍、學習單

一、國中適用

先請個人完成後，再利用分組方式針對下列問題進行探討：

小杜國小時，使用什麼方式對待自己喜歡的女生呢？對方的反應又是如何？

小杜國中時，使用什麼方式向自己喜歡的女生表達愛慕呢？對方的反應又是如何？

小杜在高中時，是在什麼心態下與女生進行交往，你認為他的心態讓女生產生什麼感受？

在你的生活中，是否曾經看過這樣的「小杜」？或是你自己曾經就是「小杜」，請寫下你的經驗與感受。（請男生撰寫）

影片中欣怡與小杜進行多次的溝通，後來誤會冰釋，你認為當你遇到男性在情感表達上出現困境時，你會採取什麼方式因應，請分享你的作法？。（請女生撰寫）

二、高中或大學適用

先請個人完成後，再利用分組方式針對下列問題進行探討：

下列四個圖是小杜成長過程對於自己喜歡的女生表達好感的方式，請你分析小杜為什麼會有這樣的情感表達方式。



1. 國小時期逗弄女生

小杜的情感表達方式分析：



2. 國中時期一群人表達交留意願

小杜的情感表達方式分析：



3. 高中時期帶著女生與哥兒們炫耀

小杜的情感表達方式分析：



4. 大學時期向喜歡的女生以歌聲告白

小杜的情感表達方式分析：

綜和以上的狀況，請問你認為小杜的表達方式妥適嗎？如果是你，你會怎麼做？

你認為欣怡所列出自己所喜歡的男性特質，和你心中所想的相似嗎？請勾選出你所認同的特質，並寫下你的想法。

- 體貼
- 幽默
- 負責
- 願意溝通
- 不自我中心

我想補充的男性特質有：_____

我的想法是：_____



陸、參考文獻

王行（1998）。解放男人——男性的自覺與成長，臺北：探索文化。

羅伯·費雪（Robert Fisher）（1998）。為自己出征，方智。

Dan Kindlon & Michael Thompson，吳書榆譯（2000）。該隱的封印——揭開男孩世界的殘忍文化，臺北：商周出版社。

Robert Bly（1996）。鐵約翰——一本關於男性啟蒙的書，臺北：張老師。

林仁亭、丁興祥（2012）。男性情感初探——一位失婚男性的生命困局，應用心理研究，第56期，頁99-132。