

# 你到底愛不愛我？

（青少年性行爲）



# 你到底愛不愛我？

——青少年性行為

桃園縣立南崁高級中學教師 / 羅珮勻

## 壹、目標宗旨

「老師啊，我們家的阿華最近好像在談戀愛，怎麼辦啊？」老師應該如何和學生「談」論「戀愛」這個話題呢？回想自己的中學六年，若是發生「戀愛」事件，當時的老師多半會和家長聯手起來「棒打鴛鴦」，想盡辦法拆散、制止，因為「學生不可以談戀愛！」常見的理由是：這會影響課業；這是不檢點的行為；青少年還不成熟，等長大一點再說…。結局是有人被狠狠的羞辱了；有人哭哭啼啼的被拆散了；有人陽奉陰違的將戀情轉為地下化；有人引發「羅密歐與茱麗葉效應」，聯手對抗師長而走上極端。於是青春年少初萌的愛苗成了許多人心底的一道傷痕。

而如今，當年的學生成為現在的老師後，常常可以聽到老師是這麼「告誡」或「輔導」談戀愛的學生：「老師是不反對你現在談戀愛啦，只要不影響功課就好。」「談戀愛又能兼顧功課的才有資格談戀愛，你是這樣的嗎？」  
「談戀愛沒關係，不要太早上床，會懷孕喔！

後果很糟的。你要想清楚。」「你父母知道嗎？如果父母不反對，老師也沒意見。」「你們不能先當朋友就好嗎？那麼快就定下來，以後遇到更好的怎麼辦？」「你們現在還不成熟，以後再談也不遲啊！」雖然語氣與手法較以前的老師看似開明，但本質上的思維是相同的，學生感受到的仍是，學業至上（所以只要我能兼顧成績，做什麼都可以囉？）；以懷孕為由的恐嚇（如果做好避孕措施，就可以放心發生性行為囉？）；不認為青少年有自主的能力（成年人就可以把戀愛「談」的比較好嗎？）。於是學生再度把溝通之門關上，只好從同儕、媒體、網路、小說中尋求學習的典範。偏偏這些管道卻呈現出許多不良的示範與似是而非的觀念，結果是我們看到青少年意外懷孕的比例節節升高，去藥局買RU486或事後丸的年齡層越來越低，各種情殺、爭風吃醋的社會案件層出不窮。

我認為問題的關鍵就在於，許多老師自己也不懂得如何「談戀愛」，因為小時候「大人」沒有教，甚至是避而不談，假裝問題不存在。「大人」們擔心，若是和青少年用正面的角度「談」戀愛，那不就是鼓勵孩子去嘗試？許多人就這麼跌跌撞撞的一路摸索過來，而當自己變成「大人」以後，也搞不清楚該如何跟青少年談「戀愛」！於是以前從師長那裡接收





到的話語，便不知不覺的從嘴巴溜出來。所以，教師想要與學生進行有效的溝通，必須先和自己對話並且誠實的面對。然後才能感同身受的切中青少年的心理，青少年才有可能與老師討論自己最真實的想法。

如果你從事性教育、家庭計畫資訊或是與性相關的宣導工作，你的立足點絕不可以是個旁觀者。你一定要面對事實，而不是光給一些教人如何行為舉止冠冕堂皇的說辭。性教育是個非常敏感、十分個人的題材，因為它牽涉到秘密，什麼事情可以談論，還有每個參與者個人的生命歷程。如果教師能夠引導出見解，如果他能夠尊重到每個人的樣貌，這樣的教育就有可能開啓新的理解之道。我們都因為認同教

師而學習。它根本上就是一個透過我們的感覺和人生經歷用心去了解的問題。

——Erik Centerwall，引自「複數的性」

本段影片所探討的重點是，不去談論青少年可不可以談戀愛，而是正視愛情關係裡所帶來的歡愉，肯定處在愛情關係的兩人會有肢體親近的衝動與渴望；不從「青少年不宜有婚前性行為」的角度出發，而是引導學生去瞭解，「談」戀愛的方法可以是很多元的，性行為絕對不是表達愛意的最好方法；鼓勵處於愛情關係中的青少年要能與對方開誠佈公的溝通彼此的看法，尤其是對於性行為的看法，更重要的是要學習互相尊重。

## 貳、影片劇情概要

女主角喵兒的男友阿華對她很好，可是就是始終沒吻她，喵兒心裏不安，懷疑男友並不愛她，所以去找姊姊聊天，姊姊是過來人，告知親密關係會帶來性衝動。

男主角阿華也很苦惱，因為珍惜這段感情不願因為衝動破壞關係，又不知如何對女友說出真實想法，實在不知該如何是好？只好找大

哥聊聊，聊天中帶出他在約會時的困窘…

一天，兩人相約某大學校園聊天，正覺得心煩不知如何開口時，這個大學的社團正在排戲，兩人駐足看他們演出，他們演出的主題是：「我想談戀愛！」，剛好呈現男女親密關係的四個不同程度。兩人看完會心一笑，當下決定好好經營這份感情…。



## 參、建議討論提綱及討論方式

### 一、建議討論提綱

- 1、聽到朋友談戀愛，你有什麼看法？同學之間會如何談論這樣的事情？
- 2、如果你開始談戀愛，你的父母或師長會有什麼反應？
- 3、要表達「愛情」有哪些方法？
- 4、你身邊有人發生過性行為嗎？
- 5、發生性行為對情人之間的意義為何？男生女生的看法有無不同？
- 6、「愛我，就要給我」你如何看待這個想法？
- 7、「貞操」是女性珍貴的寶貝，不可以隨便亂「給」！你如何看待這個說法？
- 8、哪些情境可能會引發性行為的發生？你是從哪裡知道這些訊息的？
- 9、你想／不想發生性行為？原因是什麼？
- 10、情人之間如何談論彼此對性行為的看法？
- 11、對方提出性行為的要求時怎麼辦？

### 二、討論方式

當老師與學生在課堂上開始討論有關愛情與性行為的話題時，大部分學生的心態是既期待又怕受傷害，期待的原因是，愛與性的話題正是學生最關心也最切身需要的；怕受傷害是因為，學生常常會先在心理預設「老師大概會說什麼」，一旦老師急於灌輸「正確」觀念，沒有在課堂上營造出自由與尊重的氣氛，只要讓學生感覺到——你們大人都是一樣的，都是那一套啦！嘴巴上說的很好聽，骨子裡還是要我們認同你們的那一套！總是認為我們不夠成熟——於是學生會關起心門，只會說出他們認為老師想聽的意見，不然就是根本懶得提出看法了。

現在的學生有太多管道可以接觸到「正確」的性教育觀念，如從官方網站、從課堂上、從各種衛教資訊、從圖書館等。可是他們還是大量的在進行不安全的性行為。老師們努力的目標是：不讓性傳染病在年輕人之間流通，以及要他們避免意外懷孕。當然，這是從事性教育的重要動機。但弔詭的是，成年人的這一番用意卻使性教育老是在談「問題」，結果年輕人只覺得那和自己是兩碼子事。年輕人對於只談會製造問題的性教育感到不舒服，感到被質疑，因為成年人的態度一直對青少年產生懷疑。我們需要正視問題產生對話進行思考。家庭的部分有的是真空或不良示範，多半是父母以自己的經驗展開對話，但是年輕人需要聽到更多的觀點與經驗。如果只依成年人的想法行事，性教育根本派不上用場。必須去接觸年輕人的內心經驗，事實是啟蒙教育最有利的基礎，討論價值觀的問題，有助於建立內在與外在現實之間的聯繫。事實與道德問題都會隨著孩子的成長而重新行程。進行課堂上討論的目標不是在建立行為與意見的一致準則，而是要將標準「個人化」。性和愛是十分隱私的，每個人都必須建立自己的規範，這樣才能處理現實世界裡的問題。藉由大量的案例參考與傾聽討論對話來建立。（Erik Centerwall, 2002）

學生是很敏感的，尤其是在討論性教育的話題，要想讓學生願意說出自己真實的看法，老師在引導討論此話題時在態度與心態方面要注意以下三個重點：



### （一）不要一直強調「婚前」性行為是「不對」的

當台下的學生有越來越多是父母當年「奉子成婚」所生下的，若老師言談間不斷強調，甚至是帶有批判的口吻，這會使某些孩子感到自己被貶抑，是被排拒在課程之外的。

並不是說那就不要提，站在性教育的立場，青少年過早的性行為當然會帶來許多問題，老師引導的重點是讓學生去思考如何經營兩人的親密關係，性行為並不是表達愛意的唯一方法，而不是一直強調因為青少年是處於「婚前」，所以不可以有性行為。「結婚」不應該是性行為的許可證。若是照著這個邏輯，那現今社會上越來越多的不婚族與晚婚族，他們就「不可以」發生性行為囉？在與青少年對談的過程中，問題的焦點是在要不要「選擇」發生性行為，而不是「婚前」與否。

### （二）不要流露出——你們是不成熟的，還年輕，沒有完全獨立——的態度

青少年正值叛逆的青春期的，一直期待週遭的大人把他們當「大人」對待，更是喜歡打倒「權威」。如果老師在談論此話題時，總是使用「你們還小」、「你們是不成熟的」、「你們是未成年的」的字眼或態度，學生感受到的是「因為我現在年齡小所以被質疑是否有做決定的能力」，「所以只要等我到了法定年齡我就可以為所欲為了」，「你們大人總是用你們認為對的那一套，想要強壓在我們身上」無形中，老師便把自己放在「權威」的位置，成為學生非常樂於打倒與反叛的對象。

為了避免落到青少年「為反對而反對」的

結果，老師應該尊重青少年是個有做決定能力的個體，他們所面臨的問題與壓力，是他們生活中非常真實的部分，並不是「大人」就可以解決的。況且「愛與性」的問題並不是年紀越大就可以處理的越好，年齡也不是成熟與否的絕對標準。讓學生覺得老師並不是一直在質疑他們，讓青少年覺得自己被當「大人」對待，才能做到尊重學生的「自尊」，真正有效的溝通之門才有可能開啟，老師認為「正確」的觀念才有可能成為學生做決定時的參考。

### （三）讓學生彼此傾聽是重要的

除非家庭教育發揮了良好的功能，青少年對於「愛與性」的價值觀型塑，多半來自媒體、網路、偶像劇、羅曼史小說與漫畫，而同儕之間的討論與分享更是深具影響力。如果同儕之間的討論與分享只是在私下流動，在這種互動過程中，很容易產生集體的錯誤觀念，像是從誇大性經驗到缺乏自信心。某人豐富的性經驗之類的流言，會讓人覺得別人一定知道的比自己多、會讓青少年誤以為好像大家都有性經驗，所以若自己沒有性經驗就是落伍的、是丟臉的。但這並非事實！

性教育課程很重要的一個價值在於，提供學生一個大團體的、比較正式的討論空間，老師營造出自由尊重的討論氣氛，讓學生安心的暢所欲言，讓青少年彼此傾聽，聽聽「同儕」的看法，然後進行批判與思考，進而成為做決定的準則。瑞典性教育大師Erik Centerwall認為，藉由和其他人討論性方面的問題，孩子可以比較自己和他人的規範，並創造出眾人普遍接受的新規範。表達個人意見能夠增強自尊，

同時，發現其他人有不同想法，也可以讓他們學習如何尊敬別人、善體人意。

老師在帶領此類的討論時，不妨讓學生圍坐成一圈，讓他們可以看到彼此，進行完引起動機與討論主題說明後，老師可以坐在學生群中，彷彿成為他們的一員。讓學生自由發言，不隨意批判，若是有非常偏激或誇大的言論出現，往往會有其他學生站起來表達不同看法，如果沒有，老師可以適當的丟出問題請該生回答，引導他檢視自己的言論。老師的工作是，注意特別沉默的孩子，讓每個人都有發言的機會；遏止不尊重的言論與惡意的攻擊或訕笑；

不要讓某種言論一面倒，丟出合適的問題，讓學生延伸不同面向的討論；如果老師要發表言論，請勿用「老師」的腳色，學生可以不認同老師的看法，老師也可以不認同學生的看法。讓對話是在受尊重的氛圍中自在流動，學生才有可能聽到彼此真實的想法。其實在台灣的社會裡，大多數的青少年還是有著理性的思考，願意認同社會規範，所以這樣的討論結果通常不至於荒腔走板。透過同儕的嘴巴，說出老師想傳達的「正確」觀念，比從老師嘴巴出來要有力道的多。這樣才有可能成為他們做決定的依據。

## 肆、引導重點及疑問處理

研究報告指出青少年想發生性行為的原因有：增加性經驗、增進雙方感情、享受快感、滿足好奇心、磨練技巧、有成熟感。

青少年會在以下情境下選擇發生性行為：

1. 當朋友慫恿我和男/女朋友發生性行為時。
2. 當我的男/女朋友妝扮很性感時。
3. 當我與男/女朋友處在浪漫的情境（燈光好、氣氛佳）下。
4. 當我的男/女朋友主動要求發生性行為。
5. 當我與男/女朋友兩人獨處一個房間時。
6. 當我察覺對方性慾望高漲時。
7. 當我的男/女朋友以暴力強迫方式要求發生性行為時。
8. 當我與男/女朋友受到色情媒介引起性慾望時。

希望青少年能在選擇發生性行為與否的問題上謹慎思考是本單元的目的，上述的研究結果指出問題的面貌，然而，真正促成青少年發生性行為的關鍵，卻是一個人對愛的認知以及心中需求有關，這必須從覺察社會文化的影響力出發，和學生進行對話與辯證。

我們的社會在性與愛方面，從傳統思維的極端保守，一下子到亂象叢生的大開放，社會大環境與學校教育產生了落差，使得性教育進行得格外艱辛。以下提供老師們幾個帶領學生討論相關話題的參考觀點。



## 一、談論歡愉

談論愛與性的話題時，目前的教科書與老師多半採取這樣的立場：呼籲學生盡量採取「團體約會」，不宜過早進入固定的兩人關係；提醒或暗示學生也許你正經歷的「愛情」其實是「迷戀」或只是「欣賞」，然後便著重在避孕、意外懷孕的代價以及性病的話題上。這些觀點都是學生需要知道的，可是很少老師正面的與學生談論愛與性的歡愉層面，或者討論、分享談戀愛的方法。性慾與對親密關係的渴望是人類這種動物的基本需求，是不可能避開的，如果避談這一部分是沒有辦法觸及學生的核心。

愛與性帶給人許多歡愉與痛苦，古今中外多少戲劇、文學、詩篇甚至科學與哲學都在探討，這些是青少年最感興趣也是最期待的，正面去談論愛與性的歡愉經驗，讓學生發表自身的經驗或對此的憧憬，去了解他們正經歷的痛苦。一對剛開始談戀愛的學生，通常困擾當事者的不是發生性行為與否，而是如何經營兩人的關係、如何維繫愛情、吵架了怎麼辦。如果教師在此時告訴他們：你們不宜現在談戀愛（可是我已經愛上了，愛情的喜悅讓我們無法分開）；你要釐清這是否是真愛（你不是我，你怎麼知道我對他的愛是什麼）；不要太早發生性行為（我又還沒想到這個，這不是我現在關心的，不過，或許這是個維繫愛情的方法）。尊重學生有談戀愛的權利，談論學生對愛情的憧憬，接納已經開始談戀愛的事實，這並不是放縱不理或任由發展，而是展開對話，他們需要的是實質的建議，而不是師長一直告訴他們，他們的戀愛會帶來的各種不好後果。

## 二、覺察流行文化的影響

翻翻青少年愛看的羅曼史小說、漫畫、偶像劇，看看媒體無孔不入的行銷，不難發現為什麼青少年初次性行為的年齡逐年下降，青少年意外懷孕的數字更是令人觸目驚心。

「浪漫愛情」在現今的社會被嚴重的商品化（the commodification of romance），在行銷的策略上把浪漫的愛情和特定的消費做連結，不停的灌輸大眾，如何營造浪漫或是贏得芳心的方法，比如：買昂貴華麗的商品（首飾珠寶、名牌服飾、手機、鮮花）、計劃一個屬於兩人的浪漫之旅（汽車旅館、飯店、溫泉之旅）、進行讓兩人感情升溫的活動（燭光晚餐、精油按摩、看電影）。特別是某些特別的日子（情人節、耶誕節、跨年夜），所有的媒體都在告訴人們該如何「製造」浪漫愛情，甚至透露出一個可怕的訊息——在這個特殊的日子，不發生性行為，是很不浪漫的！！這些無所不在的訊息與畫面，逐漸建構成為人們心中對「浪漫愛情」的認知，那就是「愛情」是必須用金錢或是性行為證明的。

然而發生性行為僅是愛情關係裡的一部分，不是「唯一」也不是「最重要」的更不是「一定要」的。愛情絕對不是發生性行為的許可證！許多人認為，因為我們是男女朋友了，所以我們就「可以」或者「應該」發生性行為。連有婚姻關係的夫妻，只要是在一方想要另一方不想要的情況下發生性行為，都是視為強暴的。更何況是情人關係！我們的流行文化卻不是這麼告訴大家的，於是情侶最好挑個好節日、好地點，然後快快發生性行為來證明彼此是情人。

青少年愛看也深受影響的偶像劇、漫畫、羅曼史小說，更是有著嚴重的性別意識問題，過度美化與包裝浪漫的情愛，甚至是把性行為當成愛情的保證。游美惠（2002）指出，當浪漫愛成為一種「虛假意識」（false consciousness），讓女人的腦中填滿虛幻不可能的夢想，讓女人固守愛情與傳統被動等待被追求與被呵護的角色，讓人們的慾望被導引與之配置特定的模式，這中間的「問題」就不容輕忽了：明明是性騷擾或性侵害的行為，也可以成為「愛」的見證、「幸福」的前兆！明明是失去女性自主、委屈求全，卻也可以是「蛻變化為彩蝶」！明明是沒採取任何避孕措施而導致的「非預期懷孕」，卻也可以在作者反墮胎的信念主導下變成皆大歡喜的「小爸爸小媽媽」浪漫喜劇！真實社會中的生活，並非總是如此美好。



現在的學生多半不喜歡閱讀有太多文字的書籍，羅曼史小說大概是青少年閱讀的課外書裡文字最多的！大街小巷可以看到的租書店裡，滿滿的都是這類的小說。根據出版編務工作者謝淑美（1994）對讀者的統計，羅曼史小說的閱讀人口以十五歲到三十五歲的女性佔大多數，基於對夢幻愛情的嚮往與對作者的崇拜，青少年更是這類小說的主力族群。隨便翻

翻幾本羅曼史小說，會發現裡面的性愛情節還真是不少。許多小說作者或出版商基於商業利益，為了讓小說更聳動可觀，往往會對男女主角的個性、身世背景和情慾互動的描寫加以誇大和簡化，因此在羅曼史小說中我們不難發現這類的圖像劃分：男生總是主動積極、強勢支配或是富侵略性，女生多半消極被動、聽話順從或脆弱無助；男人在性或情慾上屬於積極引導的一方，而且容易有性衝動，女人則往往缺乏性經驗，而且是等待被男性啟蒙。甚至是把約會強暴浪漫化，還告訴讀者女孩要透過愛與性才能變成女人！（鍾佩怡，2002）

年輕人是我們衡量性教育與文化影響力的最佳指標（Linda，1996），看看社會與媒體是如何形塑了人們對「愛情」的想像與認知！實在是「毒害」！學校教育努力傳達較為正確的訊息，但是難敵外界強大的拉力。要想希望青少年能在愛與性之間做出理智的判斷，在發生性行為之前三思而後行，必須先教導他們能夠擁有批判力與覺察力，這可以幫助一個人產生反思的能力，然後進行自主思考，才能夠看清楚這些其實是外表甜美的毒蘋果！





### 三、打破貞操的迷思

「貞操是女性重要的寶貝」、「寶貴的貞操要獻給真愛，不可以隨便給」、「女人的名譽可是重於生命的」。長久以來我們一直接收到這樣的概念，也有師長以「寶貴的第一次不要隨便給」為由，希望女學生延遲發生性行為。甚至還有團體到國小進行性教育然後鼓吹國小的學生簽下「守貞卡」，雖然近年來有些提倡者把男性的貞操也納入，用以表示性別平等（關於這部分顯然效果不佳）。

「獻」這個字眼呈現出男尊女卑的關係，弱者（女性）把自己最寶貴的東西「獻」給強者（男性），希望強者收到如此珍貴的禮物後能夠珍惜自己。既然「貞操」是如此珍貴，所以一旦「給」出去後，這個人就沒有價值，失去自尊了，更失去了對身體的自主權。用「貞操」來約束女性是非常不平等的，就算是以之為名來約束男性也是不對的。「第一次」不是愛情關係裡的籌碼，不管一個人的「第一次」是怎麼發生的，都不代表她／他從此就是更有價值或是更沒價值！在我們的文化裡，男性若有許多性經驗反而可以增加價值與魅力，是「風流倜儻」的；而女性若是性經驗豐富，那就是「北港香爐人人插」。

在「男人不壞，女人不愛」，可是男人只愛「好女人」，這個非常錯誤的雙重道德標準下，男學生的家長知道兒子談戀愛或是發生性行為會認為，幸好我們是男方，比較「不吃虧」；女學生的家長可是憂心忡忡或是暴跳如雷的痛斥女兒「不要臉」，日後這個女孩要不是變成性行為放浪的「浪蕩女」，就是變成極度自卑，因為心理有個聲音告訴她「你的身體

已經『髒』了」、「你是沒有價值的」、「不會有『好』男人再來靠近你了」。

女性的價值絕對不是建築在「貞操」之上，透過性教育的課程，我們應該清楚而堅決的告訴男女學生，如果女生的「第一次」是發生在被強暴，那是「身體的主權受到侵犯」，是要堅強坦然，毫不妥協的指控歹徒，而不是貞操被「奪走」，身體被「玷污」，所以不宜聲張只能躲在暗夜哭泣，然後藉由重建處女膜手術增加自己日後的「價值」；如果「第一次」是和心愛的男生兩情相悅的發生，那就是「一次歡愉的經驗」，並不是特別值得驕傲稱許，更不表示自己就從此就是「他的人」，不可以離開他；如果女生的「第一次」是和一個後來給自己帶來傷害的男孩發生，甚至造成懷孕或是感染性病，這是「一次痛苦的經歷」，我們必須坦承，「人生的經歷有時候是要用痛苦的方式獲得（瑞典中小學性教育手冊）」。

人生本來就是個人一連串嘗試摸索的過程，不舒服的經歷可以提供個人在下次做選擇時參考。不宜用道德來譴責，也不是「做錯」了什麼。這樣的女孩是有權力活得自信滿滿的。



#### 四、檢視女性在性愛關係裡的圖像

德國婦運健將愛麗斯·史瓦茲（Alice Schwarzer）提到，由於男人把女人分為「男人愛的女人」和「對男人造成麻煩的女人」，所以女人怕「對男人造成麻煩」，深怕「不被男人所愛」。對女人心理最大的威脅就是怕「不被愛」、「不受重視」，因此有許多女人為了求取愛，不計一切代價（楊佳羚，2001）。在台灣我們可以看到許多這樣的案例，這樣的心態在青春期的孩子身上尤其明顯。特別是缺乏自信、低自尊的女孩，甚至會以「能否擁有男性的愛」來證明自我的價值（楊佳羚，2004）。在這樣的性關係裡，青少年用性的互動來換取愛或取悅男人，完全無法感受到瑞典性教育推動者愛莉絲·奧特森·堅森（Elise Ottesen Jensen）所期許的「性關係都表達著親密、溫柔和歡愉」（劉毓秀，1998）。

在我們的文化裡，總是教導女性要文雅、有氣質、不可以大聲講話、要柔順、要聽話、要禁慾、要守貞、不可以太主動、不可以罵髒話，不鼓勵女性探索自己的身體，以免對「性」太感好奇，做出會讓自己「後悔」的事，加上子宮在女生身上，若是發生性行為吃虧的一定是女方。這些看似保護的作法，最終目的是，不要讓女孩變成「壞女人」，導致嫁不出去，「一生都毀了」！流行文化更是在一旁敲邊鼓，用盡各種手段鼓吹減肥、美白、整形，教導如何更添魅力的方法，才可以「牢牢抓住男人的心」！這是女性的集體焦慮，在青少年身上尤其明顯。在沒有自主思考能力的青少年心中，女性的價值被簡化成「貞操」、

「美貌與身材」、「有男人愛」。達不到標準的焦慮使得「自尊」越來越低。而已經擁有男人愛的青少年，雖然獲得同儕的羨慕，但當事者卻必須要努力「抓住」男朋友的心，加上男尊女卑的傳統觀念，一步步喪失女性的自主權，腦袋裡充滿「女人對男人完全的奉獻及服從才算是真愛」的錯誤觀念。經常有這類的案例，男女學生談戀愛，男友一生氣就打她，事後又懇求原諒；或是以「愛」為名，嚴格監控女生的交友、穿著。女生並不喜歡這樣的關係，也深感痛苦，問她，那你為何不離開他？總是得到一個令人心痛的回答：「爛情人好過沒情人！」這樣的心態在家暴案件中也是屢見不鮮。

「自尊」是青少年處理心理、情感和社會發展的關鍵因素（Linda，1996）。Rosenberg（1965）認為，自尊是個人的自我價值及對自我持續的尊重。Maslow用「自尊就像生命個體所需要的食物與空氣」的比喻來強調自尊的重要（Garner，1995），Young、Donnelly、Denny（2004）指出，加強自尊可以幫助青少年延後性行為發生時間，而且面對性行為能做出明智的決定。以目前中學校園的現況看來，加強青少年的平權觀念、重新塑造高自尊的女性形象、鼓勵女性探索自己的身體、喜愛自己的身體形象、能批判流行文化的影響、尋找自己的多元價值都是當務之急。

#### 五、檢視男性在性愛關係裡的圖像

我們的文化帶給男性一種集體焦慮：我夠不夠強？衡量的標準是收入、身高、能力、性能力。在性愛的互動過程裡，男性必須想辦法



證明自己是「男人」、是「強者」，於是用「性能力」來證明顯然是個重要的手段，所以當兩人交往一段時間，好像就應該趕快「更進一步」，以顯示自己的「正常」與「主動性」，再加上「女人總是欲迎還拒」的思維推波助瀾，許多男性霸王硬上弓，犯了約會強暴而不自覺，反倒認為是「征服」，是展現「男性魄力」！「女生就愛這套」！這是值得在同儕吹噓的「戰果」，在這種氛圍下，「處男」可就要開始焦慮了。於是，「處男」可能在表面上裝出自己也是有經驗的，瞎掰一些經驗來搪塞，但是這麼一來，其他的「處男」更加焦慮了，因為得到一個「只有我沒有」的假象；不然就是在場人士熱心的提供意見，指引各種「如何脫離處男生涯」的方法。如同貞操不該是女性唯一的價值，性能力當然也不是男性唯一的價值。這種迷思與焦慮是不利於經營健康美好的性愛關係。

女學生常常會報怨：「男生都很色。」社會文化也告訴我們，男性因為生理結構的關係，比女性容易受刺激而產生衝動，一旦衝動引發很難停止，男生總是用「下半身」思考。真是這樣嗎？且看下面的例子。

我在課堂上問學生：如果有一天，有個男生趁父母不在，邀請女伴回家並準備發生性行為。當兩人「嘿咻」到一半時，男生的父母突然回來了。請問這個男生會：①因為「箭在弦上，不可不發」，必須繼續下去；②立刻停下來，穿好衣服，從容地出去和父母打招呼。學生或許會開玩笑選①，但是一陣笑聲之後全部的人都很了解這個男生會怎麼做，並且也破除了「男『性』不可遏抑」的迷思（楊佳羚，

2004）。

「男性本色」是「不可」控制還是「不願意」控制？如果「性能力」是男人重要的價值，在這樣的文化裡怎麼會教導或要求男人學習控制呢？從許多動物行為與人體的研究顯示，沒錯，雄性動物的確比雌性動物容易引發性衝動，性衝動一旦引發，確實有著尋求抒解的渴望。常常可以看到這類的案例：男性告訴女友，「寶貝你太性感了，我忍不住了，一定要和你『來一下』。」或是「寶貝，我好可憐啊，忍好久了，好難受，拜託和我『來一下』吧。」男性以難忍的性衝動為名，希望女友以發生性行為的方式讓他獲得紓解。問題



是，要解決性衝動只有性行為一途嗎？並不是所有男生在看完A片興奮難耐之際，都會失去控制去強暴別人才能紓解，事實是，有許多方法可以自己「獨立」去解決性衝動，像是自慰、關掉電視、轉移注意力、沖冷水等。如果我們在性教育的過程中沒有澄清這個迷思，也沒有教導男性認識自己的身體，探索自己的身體，學習控制衝動，尋找各種可以讓自己身體放鬆紓解的方法。女生也會因為這樣的迷思，雙方都以為解決性衝動只有發生性行為一種方法，女生因為愛他、可憐他只好答應。

顯然在我們的文化裡，在愛與性的層面，要求女性學習控制、禁慾，卻給男性較大的自由空間，讓男性可以用「身體構造」與展現「男子氣概」為由，讓性行為合理化。

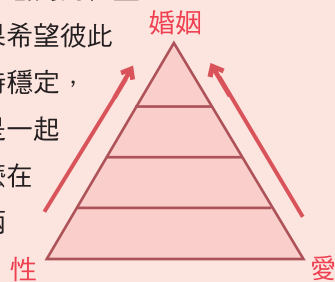
## 六、勇於啟齒，羞於嘗試

對於青少年談戀愛，師長們往往採取反對或是「冷處理」，使得青少年不但不知如何「談」戀愛，還往往變成「勇於嘗試，羞於啟齒」，晏涵文認為，我們應該鼓勵青少年「勇於啟齒，羞於嘗試」。

Sternberg(1988)提出愛情三角理論：Sternberg認為愛的三元素為親密(intimacy)、激情(passion)和承諾(commitment)。親密指彼此依附及親近的感覺，比較著重在心理；激情指雙方關係令人興奮及性激情的部分，屬於生理層次；承諾則指願意和對方相守的意願及決定。這三個基本元素有不同的特性：承諾的穩定度高，激情的穩定度低，但激情的效果強，而承諾和親密則較具長期的效果。

晏涵文做了更進一步的延伸，提出另一個三角形（如右下圖）。「愛」是指心理的親密，「性」是指身體的親密，「婚姻」則是承諾。三者之間的關係像是一個等腰三角形，「愛」與「性」是在底角的位置。

相愛的兩人，如果希望彼此能長久相守，維持穩定，最後走入婚姻或是一起生活的關係，那麼在「愛」與「性」兩方面必須以相等



的速度往上升，才能一起到達三角形的頂端。「有愛無性」或是「有性無愛」，都會使這個等腰三角形傾斜失衡。然而身體（性）的靠近是容易的，是原始本能；心理（愛）的靠近卻是需要時間，更需要學習。青少年若太早發生性行為，往後的「約會」多半是「身體的靠近」，忽略了心理的靠近與互動，是不利於學習經營一段穩定的關係。

我們必須提醒青少年，在真實情境中，除了戀愛以外，責任與承諾更是維繫一段關係的主要關鍵，戀愛終究是一種「感覺」，人的感覺是會隨著時間變化的，如果把關係建立在感覺上，一切順著感覺走，這是很冒險的。把身體靠近的速度放慢，學習控制衝動，多花時間藉由不斷的溝通，讓兩顆「心」靠近，這就是所謂「勇於啟齒，羞於嘗試」！

「戀愛」是人生重要的學分，戀愛中的男女透過彼此的相處，學習扮演能夠負責任、成熟的角色，這是一種社會化的學習。藉由良性的溝通才有可能達到「互相尊重」，兩人才能共同成長，享受歡愉，避開憾事。兩人開始交往後，應該儘早分享彼此對愛情的看法、對親密接觸的態度，討論性行為對彼此的意義。與對方共同訂立身體的親密界線：每個人對身體的親密界線程度都不一樣，可以從牽手、搭肩、吻頰、摟腰、擁抱、接吻、愛撫再到性行為，兩個人應該冷靜理智的討論自己可以接受的界線，並且承諾願意共同遵守。不管親密接觸到哪一種程度，只要其中一方有一絲猶豫或不願意，都要立刻喊停，另一方一定要尊重，「要」與「不要」是每個人都有的決定權，被



拒絕不是「不愛」，而是尊重，這個共識一定要在事前先建立好。

## 七、討論示愛的方法

親密感是兩人之間有真實的接觸，包括情緒上的交流、思想上的分享、肢體上的接觸，以及願意摘下面具坦承自己真正的需要。在接觸的過程中，彼此交換堅強的部分，也不怕呈現自己軟弱的一面，兩人的關係才有意義（鄭玉英，1994）。親密關係是「我們」一同成長，不是有我無你的大男（女）人主義，也不是有你無我的犧牲主義，更非各自發展，而是在共同經營彼此關係的同時，自己的生命也因之充實而豐富。

可以選擇一首情歌或是詩篇、影片，與學生談論愛情的苦甜，請學生分享表達「愛」的方法，焦點放在①情緒上如何交流；②思想上如何分享；③肢體上可以如何接觸。引導學生去注意到維繫愛情與表達愛意的方法可以是很多元的，大家經驗分享或一起創造，然後討論每種方法的優缺點。藉由這樣的對話，「性不是示愛的唯一方法」、「因為希望享受歡愉所以做決定的時候更要謹慎」、「要讓愛情長久需要溝通與尊重」，這樣的論述才能發揮有力的影響力。

## 八、對方提出性行為的要求時怎麼辦？

如果經過上述主題一系列的對話討論，青少年能夠發展出有覺察力的自主思考，可以提供以下建議，更期待青少年可以提供更有效果的方法。

### （一）如果你也願意……

請先和對方一起回答以下問題：

1. 兩人之間能否坦誠溝通？有沒有常常隱瞞對方？
2. 是因為想滿足好奇心？或者是解決性衝動？
3. 是否想藉此維繫雙方的感情？
4. 想藉此證明彼此的愛嗎？
5. 希望能藉此抓住對方的心？
6. 知道與未滿十六歲的青少年發生性行為是違反法律的嗎？
7. 知道即使是女方主動要求，只要是未滿十六歲，男方同樣要負法律責任？
8. 有無準備好有效的避孕方法？
9. 如果意外懷孕，知道該怎麼辦嗎？
10. 對對方的性經驗與性的健康情形知道多少？
11. 知道有許多性傳染病患者，外表上是看不出來的嗎？
12. 雙方的家人對發生性行為的看法是什麼？

如果這些問題兩個人都慎重思考過，你們也的確擁有選擇「要」的權利，你們可以大聲說「要」，這並不羞恥。只是發生性行為後，兩人可能要面臨愛情關係變質，意外懷孕，性病感染、觸犯法律的問題，這些問題可能導致「情路坎坷」，會讓人用比較痛苦的方式成長。

### （二）如果你不願意……

以下幾個原則可以把握：


1. 口語拒絕技巧（例如：明確地說出不要、不喜歡）
2. 非口語拒絕技巧（例如：臉部表情：將臉沉

下來、嘴角下沉，手勢：雙手交叉、推開對方，語調：以嚴肅、肯定的口吻—我是講真的)

3. 告訴對方，我愛你並不是代表事事要順從，發生性行為有可能破壞我們的愛。
4. 暫時離開。
5. 當A有性衝動時，跟B說：「我們來嘿咻好不好？」如果B說：「不」，無論B如何委婉，對A來說還是有被拒的感覺，若兩人的感情基礎不夠深厚，這麼私密的要求被拒的感覺，可能有害日後的關係發展。A可以主動提出更多的選擇給B，而不是讓B只有要與不要的選擇，像是：「我現在很想跟你嘿咻，如果你不想，那請你幫我手淫，或者請你暫時離開，我自己解決一下。」主動提供多種選項給B，不管B的選擇如何，A會有「給台階下」的感覺，會讓兩人的關係不至於太緊繃。另一方面，若A沒有提出替代方案，B當然也可以主動提出，兩人一起討論紓解衝動的替代方案。無論男女，產生性衝動與慾望都不可恥，然而學習「踩煞車」是每個人也是兩人共同的責任。只要願意，不管衝動多強烈，都是可以踩住煞車的。

## 九、結語

不必擔心「青少年知道太多就有恃無恐」，或是害怕「從正面角度談論愛與性的歡愉部分，會使學生躍躍欲試」；相反地，青少年知道的愈多，並且提供越多的思考層面，青少年感受到大人的「誠實」與「接納」，才會願意認真思考，態度反而會愈謹慎保守。關於這點，國內外的相關研究都得到了相同的結論。

既然青少年在乎尊嚴渴望自主，就讓他們明瞭：我是性的主人，不是它的奴隸。這便要導進自我控制的力量。自我控制並不等於壓抑，也不等於壓抑的反彈，而是能真正照自我的意願與理想去決定要不要發生這一次性行為。就算是客觀上我已經被允許這麼做，在主觀上我仍得問問我自己，總得我真喜歡的才做，明明感到厭煩不願意時就能夠不做；我真覺得應該時才做；做了會後悔不安的就不做。這才是自由，才有尊嚴（曾昭旭，1990）。 

## 伍、參考文獻

Erik Centerwall and Skolverket, 《可以真實感受的愛》(Love! You can really feel it, you know!), 劉慧君譯, 台北: 女書文化, 1998

Erik Centerwall, 《複數的性》(Sexualities), 何亞晴譯, 台北: 女書文化, 2002

晏涵文, 《生命與心理的結合—家庭生活與性教育》, 台北: 張老師文化, 1994。



晏涵文，《性、兩性關係與性教育》，台北：心理出版社，2004。

楊佳羚，《性別教育大補帖（上）：教師基礎觀念大挑戰》，台北：女書文化，2002。

鍾佩怡，《我把羅曼史變教材了》，台北：女書文化，2002。

曾昭旭，《把「性」還給「愛」。張老師月刊》，26-31，1990. 9. 1。

郭瑤芝，《性醫學與性知識》，台北：希代。

武靜蕙、高松景、白瑞聰、晏涵文、虞順光。《台北市高中（職）學生婚前性行為意向之研究～理性行動論之應用。台灣性學學刊》，V11，N2，1-24，2005。

柯澍馨、李榛平。《青少年自尊與懷孕風險關係之探索性研究。台灣性學學刊》，V10，N2，19-36，2004。

