

附件四 113 年性別平等教育優良教學方案甄選活動

教案設計格式 (12 年國教組)

(一) 教案理念、教學目標及評量

收件編號：

(此欄由主辦單位填寫)

主題名稱		「練」愛那些事	
實施年級		☐ 高中 (年級：____) ☐ 高職 (年級：____) ☒ 國中 (年級： <u>八年級</u>) ☐ 國小 (年級：____)	
節數		節數 <u>8</u> (合計 <u>360</u> 分鐘)	
課程類型		☒ 議題融入式課程， 融入領域/科目： <u>性別平等教育議題</u> ☐ 議題主題式課程 ☐ 議題特色課程	實施時間 ☒ 校訂必修 ☐ 選修 ☐ 彈性學習課程/時間
對應之 總綱核心素養		☒ A1 身心素質與自我精進 ☒ A2 系統思考與解決問題 ☒ A3 規劃執行與創新應變 ☒ B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養 ☐ C1 道德實踐與公民意識 ☐ C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解	
領域/ 課程 目標	核心素養	綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。 綜-J-A2 釐清學習目標，探究多元的思考與學習方法，養成自主學習的能力，運用適當的策略，解決生活議題。 綜-J-B1 尊重、包容與欣賞他人，適切表達自己的意見與感受，運用同理心及合宜的溝通技巧，促進良好的人際互動。	
	學習表現	1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。 1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 1d-IV-1 覺察個人的心理困擾與影響因素，運用適當策略或資源，促進心理健康。	
	學習內容	輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。	

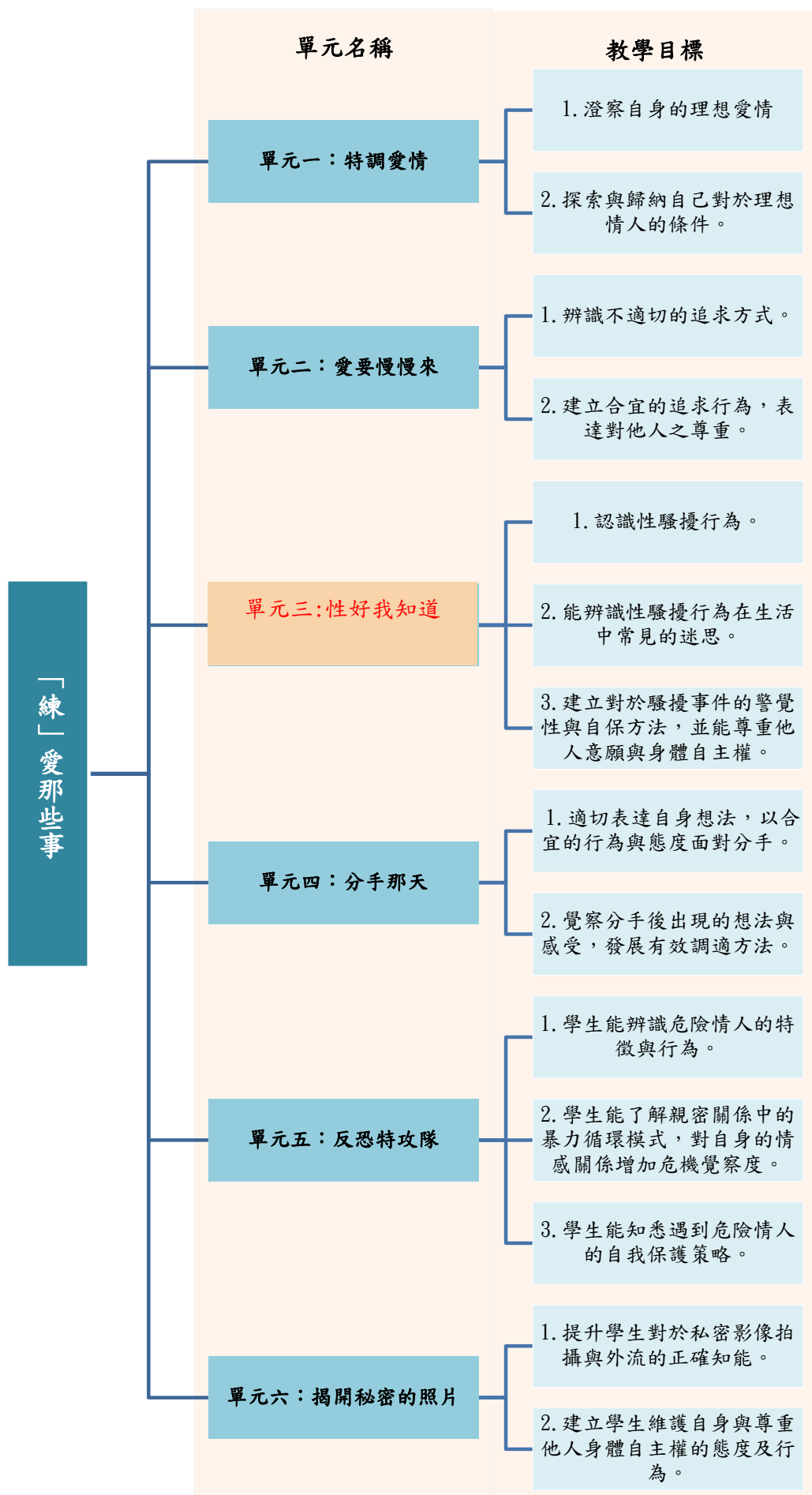
		家 Db-IV-3 合宜的交友行為與態度，及親密關係的發展歷程。	
性平教育議題	核心素養	性 A3 維護自我與尊重他人身體自主權，善用各項資源，保障性別權益，增進性騷擾、性侵害與性霸凌的防治（制）能力。 性 B1 了解語言、文字等符號的性別意涵，分析符號與溝通中的性別權力關係。	
	學習主題	語言、文字與符號的性別意涵分析。 性騷擾、性侵害與性霸凌的防治	
	學習內涵	性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。 性 J6 探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。	
生命教育議題	核心素養	（一）培養探索生命根本課題的知能。 （二）提升價值思辨的能力與情意。 （三）增進知行合一的修養。增進道德發展知能。	
	學習主題	（一）人學探索。 （二）價值思辨。	
	學習內涵	生 J2 探討完整的人的各個面向，包括身體與心理、理性與感性、自由與命定、境遇與嚮往，理解人的主體能動性，培養適切的自我觀。 生 J5 覺察生活中的各種迷思，在生活作息、健康促進、飲食運動、休閒娛樂、人我關係等課題上進行價值思辨，尋求解決之道。	
品德教育議題	核心素養	（一）增進道德發展知能。 （二）了解品德核心價值與道德議題。 （三）養成知善、樂善與行善的品德素養。	
	學習主題	（一）品德核心價值 （二）品德發展層面 （三）品德實踐能力與行動	
	學習內涵	品 EJU7 欣賞感恩 品 J1 溝通合作與和諧人際關係。 品 J7 同理分享與多元接納。 品 J8 理性溝通與問題解決。	
學習目標		1. 學生覺察自身對於理想愛情的想像。 2. 學生建立合宜的追求行為，表達性別互動中對他人之尊重。 3. 學生辨識性騷擾行為與迷思，尊重他人身體自主權，並學習有效的自保策略。 4. 以適切方式表達分手意願，發展有效溝通策略。 5. 覺察關係失落的感受，建立正向調適行動。 6. 學生能了解親密關係中的暴力循環模式，對於親密關係增加危機覺察。 7. 學生能指出恐怖情人的危險特徵。	

	8. 學生能表達遇到危險情人的自我保護策略。 9. 學生覺察私密影像外流的風險與相關影響。 10. 學生建立私密照外流的求助方法。
設計理念 (含動機)	(一) 根據作者的授課經驗，每提到有關親密關係與性相關的課程，學生們總是會興致勃勃激烈討論。在親密議題上，國中生有著許多誤解與期待，期望透過此次課程，建立起親密關係中的正確知能，達到學校輔導工作中的發展性輔導。經由一系列使學生對自身愛情價值觀有更多探討，並且在課堂上激盪思考。引導學生在關係中，從告白前到分手，當中的人際互動與界限該如何拿捏，如何用正向的態度面對關係中的各項議題，培養學生愛己及愛人的良善之心。 (二) 課程以一系列脈絡相輔相成，課程從親密關係的開始前到結束後，逐步與學生一同建構出理想健康的愛情圖像。課程引導學生從覺察自身對愛情的期待、建立正向追求的行為，並且辨識關係中不適當的接觸與互動形式、學習尊重他人也保護自己的原則。學生學習到適切的分手方式，建構自己面對失落關係後的複雜情緒，找尋正向的紓解方式。課程也融入性別平等教育議題，相關之知能包含「性騷擾的辨識與應對」、「危險情人的危機保護」、「私密照的防範與外流因應」。 (三) 課程以多種教材與媒體交錯使用，期待能用不同創作形式的教學方法帶給學生更多的學習體驗。除了影音教學，課堂中也加入平板學習，使學生透過前瞻設備，在學習上突破一般課堂限制，增加更多師生、生生的互動性。 (四) 期望學生透過系列課程，釐清健康愛情的模樣，在情感關係中，形成任何決定前，都必須先確定行為是以尊重與同理為本。在愛情裡，也提倡學生需要先懂得愛自己，要懂得辨識危險與適當抽離，當自己懂得好好關照自己時，才能有愛人的勇氣。 (五) 課堂設計許多討論與思辯的活動，愛情本就是個學不完的習題，教師授課難免有所缺漏。因此期望學生透過思辯與表達，透過同儕與師生間的腦力激盪，一同在愛情路上用對的方式成長。 (六) 提供學生一些真實案例進行案例分析討論，加入角色扮演與正反辯論、拍攝性別平等宣傳影片、製作性平四格漫畫等，增加學生產出與應用，實施做中學。以下附上我後續認為教案可以在加深加廣的實行方向。
學生背景與 教學場域分析	(一) 學生為居仁國中二年級學生。 (二) 學生在一年級時進行過友誼與人際互動之課程。升上二年級後，學生對於情感關係有許多的好奇與關心，因此衍生系列課程。

學習評量	評量方式包含課堂參與、小組討論、態度評量、口語評量、學習作業評量、價值思辯與平板討論版之使用。 (一) 能澄清自己對愛情的觀點，覺察自己偏好的愛情風格。 (二) 學生表達自身對於愛情的需求，並理解愛情是雙向、平等與相互尊重。 (三) 學生能建立正向的追求行為，並且以有效的策略拒絕不喜歡的追求。 (四) 學生能辨識性騷擾行為，澄清相關迷思，並運用合宜態度拒絕他人。 (五) 學生能表達於不同分手方式的觀點。 (六) 學生能應用三明治表達策略，建立適切的分手方式。 (七) 學生能建立關係失落的調適方式，培養面對愛情的健康態度與行為。 (八) 學生能分析恐怖情人的行為樣態，建立危機覺察，並尋求有效策略保護自己。 (九) 學生能建立面對他人要求私密照的自保策略與求助方法。 (十) 學生能發展對於私密照外流者的正向關懷策略。
學習材料	單元一「特調愛情」： (1) 「特調愛情」學習單，可參考(七)其他教材。 單元二「愛要慢慢來」： 1. 「愛要慢慢來」學習單，可參考(七)其他教材。 2. 教學影片：太超過了！過度追求 單元三「『性』好我知道」： 1. 性騷擾線上 padlet 討論版，可參考(七)其他教材。 2. 教學影片：同學說我性騷擾, 怎麼辦?! 單元四「分手那天」： 1. 教學影片：專題 好好說分手 3 (0:00~1:22) 2. 教學影片：悲傷五階段 3. 「分手三明治」線上 padlet 討論版，可參考(七)其他教材。 4. 「分手 ok 蹦」學習單，可參考(七)其他教材。 單元五「反恐特攻隊」： 1. 「揮別恐怖情人」學習單，可參考(七)其他教材 2. 教學影片：暴力循環 3. 教學影片：揮別恐怖情人創意短片 4. 教學影片：恐怖情人在身邊?醫生:漸進式分手自保 單元六「揭開祕密的照片」： 1. 「青春網練模擬器」線上 padlet 討論版，可參考(七)其他教材。 2. 教學影片：高中那年，我的私密照外流之後．．． 3. 教學影片：親友的私密照被外流時，你可以對他說…… 4. 教學網站：青春網練模擬器
延伸學習資源	1. 怎樣才算擁有一份完美的愛情？淺談愛情三元論 2. 面對恐怖情人，該如何自我保護？ 3. 【衛教文章】如何避免成為「恐怖情人」 4. 練愛手冊

	5. 網路自拍 擦不掉的印記
參考資料	一、指定使用資料：真善美教學資源分享網 1. 主題教案：愛不愛的藝術 2. 主題教案：愛情大學 3. 主題教案：性不性由你決定（身體自主權教育影片） 4. 主題教案：解開 LOVE 的密碼-面對分手的調適 5. 兒少性剝削防制短片「噓！不要告訴別人！」 二、其他參考資料： 6. f b 粉專【輔導課哪有這麼涼】一愛的手搖杯，由我來調配！ 7. 怎樣才算擁有一份完美的愛情？淺談愛情三元論 8. 什麼是過度追求？ 9. 千德爾 L8 飛微星 10. 10 大超爛分手方式 11. 關於〈分手後失落歷程〉的七件小事 12. 整裝心情·再出發—談分手後的調適 13. 青春發言人 第 27 集 14. 我想分手了 15. 讓孩子願意聽進去的超強「三明治說話術」，先肯定，再建議！ 16. 《學著，好好分》：分手了，怎麼做才能走出悲傷？ 17. 真善美教學資源分享網 18. 只要「我覺得不舒服」就等於「性騷擾」？專家用 4 個要素判定 19. 性騷擾防懶人包 20. 只要讓人不舒服就成立性騷擾？快速了解性騷擾定義！ 21. 恐怖情人的 10 個徵兆 22. 面對恐怖情人，該如何自我保護？ 23. 暴力循環模式 24. 什麼是「家庭暴力」？ 25. 有惡魔在身邊嗎？關於恐怖情人的心理與行為特徵 26. 高雄情殺命案 27. 【衛教文章】如何避免成為「恐怖情人」 28. 網路自拍 擦不掉的印記 29. 偷拍他人裸照、傳到群族LINE的刑責 30. 兒少自拍裸照 31. 性私密影像的法律議題 32. 私密影像遭外流，居然無法強制下架？ 33. 練愛手冊 34. 照片不只是照片 小心！不要成為犯罪者或受害

(二) 課程安排架構概述



課程安排架構			
單元名稱/ 節數 (時間)	學習指標/ 學習目標	教學重點 (活動概述)	教學策略/學習評量
單元一：特調愛情(改編自fb粉專【輔導課哪有這麼涼】一愛的手搖杯，由我來調配！)(45分鐘)	1. 覺察自身對於理想愛情的想像。 2. 探索自己對於理想愛情的價值觀，歸納自己對於理想情人的條件。	1. 引導學生分享自認為的完美愛情是哪種飲品。 2. 學生個別說出自己一想到愛情會想到什麼？每人不可重複。 3. 介紹愛情三元論，說明各個愛情元素組合的愛情樣態。 4. 學生以飲料調製活動，覺察自己對於愛情的期待分別在親密、激情、承諾等項目占比多少，寫下調配原因。	1. 課堂參與 2. 紙本評量 3. 口語評量 4. 提問教學 5. 價值澄清 6. 個人覺察
單元二：愛要慢慢來(45分鐘)	1. 覺察過度追求的行為，辨識不適切的追求方式。 2. 建立合宜的追求行為，表達性別互動中對他人之尊重。	1. 學生覺察各式追求方式的合適性。 2. 透過《太超過了！過度追求》影片欣賞，引導學生建立正向追求行為，能有效表達與拒絕感情。 3. 建立學生在親密關係中保護自身的相關策略。	1. 課堂參與 2. 紙本評量 3. 口語評量 4. 提問教學 5. 價值澄清 6. 個人覺察
單元三：「性」好我知道(45分鐘)	1. 認識性騷擾行為。 2. 能辨識性騷擾行為在生活中常見的迷思。 3. 建立對於騷擾事件的警覺性與自保方法，並能尊重他人意願與身體自主權。	1. 學生分享自身對於性騷擾的認識。 2. 引導學生思考性騷擾中的相關迷思，包含性別、關係遠近、主觀認知不同造成的差異。 3. 說明性騷擾的法規定義。 4. 透過教學影片《同學說我性騷擾，怎麼辦?!》引導學生思考面對他人非故意之行為，但自己感到不舒服時，該用何種態度回應，建立有效的自保策略。 5. 提醒學生追求他人應當維持適當的人際界線，並留意相關法律責任。	1. 課堂參與 2. 平板留言評量 3. 口語評量 4. 提問教學 5. 價值澄清 6. 個人覺察
單元四：分手那天(90分鐘)	1. 適切表達自身想法，以合宜的行為與態度面對分手。 2. 覺察分手後出現的想法與感受，發展有效調適方法。	1. 學生分享對於不同分手方式的觀點，澄清自身對於分手的想法。 2. 學生練習以三明治表達法，以尊重與不批評的態度談分手。 3. 學生分主動分手與被動分手者的感受與想法。 4. 澄清學生對於分手後的相關迷思，建立專屬自己的調適計畫。	1. 課堂參與 2. 平板留言評量 3. 口語評量 4. 提問教學 5. 價值澄清 6. 個人覺察

單元五：反恐特攻隊（45 分鐘）	1. 學生能辨識危險情人的特徵與行為。 2. 學生能了解親密關係中的暴力循環模式，對自身的情感關係增加危機覺察度。 3. 學生能知悉遇到危險情人的自我保護策略。	1. 透過觀賞《揮別危險情人》，學生透過 ORID 討論法，建立面對恐怖情人特徵的敏感度。 2. 觀賞《暴力循環》影片，學生反思受害者為何離不開恐怖情人，透過批判反思，重構出正確的應對原則。 3. 播放《恐怖情人在身邊？醫生：漸進式分手自保》，學生發想適合的自保方法。 4. 學生覺察自身在愛情中的想法與感受，辨識自己是否有不合理的信念，學習關係失落的調適策略。	1. 課堂參與 2. 紙本評量 3. 口語評量 4. 提問教學 5. 價值澄清 6. 個人覺察
單元六：揭開秘密的照片（90 分鐘）	1. 提升學生對於私密影像拍攝與外流的正確知能。 2. 建立學生維護自身與尊重他人身體自主權的態度及行為。	1. 學生表達對於私密照的定義。 2. 學生體驗「青春網練模擬器」。 3. 學生根據體驗內容，澄清私密照外流的風險、原因與影響。 4. 師生討論私密照外流的求助管道，學生分享面對他人要求傳送私密影響的回應方式。 5. 教師說明要求她人拍攝私密影向的法律責任，提醒學生尊重自己也尊重他人。	1. 課堂參與 2. 平板留言評量 3. 紙本評量 4. 口語評量 5. 提問教學 6. 價值澄清 7. 個人覺察

(三) 教案內容

學習指標/ 重點	教學活動 (含時間)	教學資源	評量方式 與重點
1a-IV-1 探索自我與家庭發展的過程，覺察並分析影響個人成長因素及調適方法。 輔 Aa-IV-1 自我探索的方法、經驗與態度。	單元一：特調愛情(改編自 f b 粉專【輔導】課哪有这么涼】—愛的手搖杯，由我來調配！) (45 分鐘) 一、引起動機 (一)藉由生活化的提問切入，引導學生進一步思考自身理想愛情的樣貌。(8 分鐘) 【指導語】 在今日課程開始前，老師想問大家一杯完美的手搖飲要有些什麼呢？如果你的完美愛情是一杯手搖，那你覺得會是簡報上（白開水、全糖珍奶、檸檬紅茶、黑咖啡）的哪一杯呢？為什麼？ 二、發展活動 (一)引導學生思考理想愛情的元素，激發學生的愛情價值觀探索。(10 分鐘) 【指導語】 當你想到愛情時，你第一個想到的是什麼？待會老師會照座號點人，請每個人都要說，後面說的不能跟前面的人說到重複的東西。現在我要請一位字跡工整的同學幫我將等會同學書的元素寫在黑板。 (二)教師介紹愛情三元論，將學生提出的理想愛情元素做統整歸納。(15 分鐘) 1. 教師介紹愛情三元論： 【指導語】 老師看見大家寫出了許多完美愛情的元素，其實愛情裡要有哪些東西，是有心理學家做過研究的，他叫做史登伯格，他提出完美愛情中總共由三個元素組成，分別是激情、親密、承諾組成。 激情是一種有浪漫感、外表吸引力、激動興奮、強烈的吸引力，想要多認識對方、多與對方接觸、與對方有身體的親密接觸、性……等。 (教師拿紅色的粉筆，將黑板上相似激情概念的元素圈選出來。) 親密是心靈上的契合，包含喜歡、親近、關心、信任、相知相惜、貼心信賴、有安全感。 (教師拿黃色的粉筆，將黑板上相似親密概念的元素圈選出來) 承諾表示愛一個人並願意經營愛的關係，決定與對方長相廝守，為彼此的關係負責、一起面對未來、願意犧牲奉獻。(教師拿藍色的粉	自編簡報，可參考(六)使用教材	課堂參與 口語評量 課堂參與 口語評量

	筆，將黑板上相似承諾概念的元素圈選出來) 2. 統整學生對愛情的觀點： 【指導語】 現在來看看我們班哪個部分寫的最多吧！這也代表我們班在愛情中比較容易想到的面向。 3. 教師介紹愛情三角論中的各項排列組合： 【指導語】 接著我們來討論看看，這三個愛情元素可以形成哪些排列組合吧！只有親密/承諾/激情的愛情…，有承諾與親密的愛情是…。 (三) 學生澄清自己在激情、親密、承諾向度下的偏好，透過調配自己的愛情手搖杯之活動，更深入覺察自身對理想愛情的觀點。 (10 分鐘) 【指導語】 認識了愛情三元論之後，你認同他提出愛情中只要這三個東西的想法嗎？或是一定要這些元素嗎？如果是你，哪些東西可以多一點，哪些東西可以少一點呢？ 現在請大家完成自己的愛情手搖杯，學習單上請畫出若你的完美愛情是一杯飲料，那會有哪些東西呢？再請寫出激情、親密、承諾的比例，以及加入你認為愛情中還需要的東西。在每一個調配比例後，請寫下你的調配理由。 三、綜整活動 (一) 教師統整今日課程。(2分鐘) 【指導語】 每個人喜歡的愛情特調都有所不同，當我們要與另外一個人喝一同杯飲料，我們也要先確認對方喜歡的特調是什麼對吧？也要確認對方有哪些東西是不喝的，愛情也是一樣。戀愛需要兩個人有共識，雙方都要喜歡這杯飲料才可以好好享受。就算愛情一開始都是兩人滿意的狀態，但如果沒有妥善經營，維持喜歡的溫度或甜度，原本好喝的飲料也可能因此變質，無法飲用。	「愛情特調」學習單，可參考(七)其他教材 成果請參考 (五) 上課歷程或學生學習照片	紙筆評量
--	--	---	-------------

1b-IV-2 運用問題 解決策略， 處理生活 議題，進而 克服生活 逆境。 輔 Db-IV-1 生活議題 的問題解 決、危機因 應與克服 困境的方法。 性 J5 辨識性騷 擾、性侵害 與性霸凌	的，當你一股腦地追求，很可能會構成對對方的騷擾行為。 三、綜整活動（5分鐘） （一）教師統整今日學習重點，再次強調追求行為必須以尊重他人的前提下進行，維持適當的人我界線，並且能使用適切的拒絕方式來拒絕告白，最後預告下周課程主題。 【指導語】 剛剛大家都有提出好好拒絕的方式，但如果你今天已經明確拒絕，對方還是死纏爛打，請問你還可以做些甚麼來保護自己呢？ 請你告訴你信任的老師或人，讓更多資源來守護你。如果他有一些曾經騷擾你的訊息或者信件，不要因為害怕就封鎖，一定要先截圖或者螢幕錄影存證。對方寄送的物品也務必要保存，包裝袋都可能會有對方的個人資料，這些都有助於之後的調查。下一節我們會來認識哪些行為除了讓人不舒服，還可能會觸犯法律，常見的有像性騷擾語跟蹤騷擾，你會學習到如何辨識出這些NG行為並且保護自己也保護他人。 單元三：「性」好我知道（45 分鐘） 一、引起動機（6分鐘） （一）教師確認學生關於性騷擾的認識程度。 【指導語】 今天我們會透過平板來進行今天的課程，請大家先準備好自己的設備。大家有聽過性騷擾吧！我想問大家，甚麼叫做性騷擾？請你將你的答案打在平板上，記得先留下座號。 二、發展活動 （一）教師引導學生澄清對性騷擾可能有的迷思，學生將想法打在平板上，學生可互相交流意見，教師統整學生想法。（10 分鐘） 【指導語】 1. 迷思一：簡報有幾個情境，男生跟女生都做了一些行為，比如過馬路時為了安全，男生扶	自編簡報，可參考(六)使用教材 線上 padlet 討論版，可參考(七)其他教材。 成果請參考(五)上課歷程或學生學習照片	平板留言評量 課堂參與 口語評量 平板留言評量 課堂參與
--	--	--	--

的樣態，運用資源解決問題。 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。	住了女生的腰，另外一邊是女生扶住了男生，你認為哪邊是性騷擾，為什麼？ 2. 迷思二：性騷擾比較容易發生在熟人還是陌生人間呢？為什麼你會這樣想？ 3. 迷思三：你覺得被觸碰手的這個位置（圖例在教學簡報），算是性騷擾嗎？為什麼？ （二）教師說明性騷擾的定義。（10 分鐘） 【指導語】 大家對性騷擾都有一些概念，但好像還是有點難定義明確的性騷擾是甚麼對吧！根據性騷擾防治法，性騷擾定義為任何不被歡迎的、性或性別相關的行為，這些行為可能使人感到不舒服、受到冒犯或侮辱，甚至可能干擾到個人的正常生活及損害其人格尊嚴。這不僅包括物理上的接觸，也涵蓋了言語上的騷擾，如不恰當的黃色笑話或評論，這也不限於男生對女生，女生對男生，同性之間也可能發生性騷擾喔。老師列出了一些都有可能構成性騷擾的行為，讓我們來認識一下： (1) 故意碰觸、撫摸對方身體，毛手毛腳。 (2) 趁機親吻、擁抱對方 (3) 傳有關色情圖片或文字 (4) 傳自己的裸照，暴露私密處 (5) 偷窺，偷拍 (6) 跟蹤，尾隨，不受歡迎的追求行為 (7) 開別人性別氣質或性傾向的玩笑 (8) 羞辱、貶抑、敵意騷擾的言詞或態度。 如果性騷擾事件成立，依據性騷擾防治法第 25 條規定，意圖性騷擾，乘人不及抗拒而為親吻、擁抱或觸摸其臀部、胸部或其他身體隱私處之行為者，處二年以下有期徒刑、拘役或併科新臺幣十萬元以下罰金；利用第二條第二項之權勢或機會而犯之者，加重其刑至二分之一。 （三）引導學生覺察性騷擾行為的敏感度，避免自己在無意間做出不適當行為，也了解當被性騷擾時可以如何自我保護。（18 分鐘） 1. 播放教學影片《同學說我性騷擾，怎麼辦?!》： 【指導語】 在跟同學相處時，我們常常會因為認識久了就比較敢開玩笑，有更多身體上的接觸，但你以為的沒什麼，對他人來說可能是一種非常不舒服甚至噁心的行為。性騷擾是主觀認定的，同樣一種行為發生在不同人身上也會有不同	教學影片《同學說我性騷擾，怎麼辦?!》（可直接點擊連結）	
---	--	---	--

2a-IV-2 培養親密關係的表達與處理知能。 輔 Dd-IV-2 合宜的性別互動與態度的培養。	的感受。因此大家要特別留意言語與肢體上要保持尊重他人。 2 學生寫下面對性騷擾事件的處理策略： 【指導語】 影片中的小臻在被小源碰觸後反應激烈，大喊他是性騷擾是色狼，但小源沒那個意思，小臻直接地標籤化，可能會對小源的人際交友上產生很大的挫折，小源變得不敢和他人交朋友了。但你是小臻，你遇到這種好像模糊不確定的情況時，對方用錯和你變親近的方式，你會怎麼回應這個狀況呢？讓我們來選擇行動輪盤，來一起拯救小源吧！選擇完行動按鈕後，請寫下你實際上會做些甚麼？ 3. 學生投票教師總結性騷擾事件的自保方式： 【指導語】 請大家進行投票，投其他輪盤下同學的回答，如果你是選「拒絕」，你就不能再投這個項目底下的做法囉！ 4. 教師總結性騷擾事件的自保方式： 【指導語】 老師最後也提醒大家，如果對方的行為很明顯就是騷擾行為，有幾個原則請大家記住。第一明確表達自己的拒絕，避免對方得寸進尺。第二請引起旁人的注意，大聲喝止對方停止。第三是尋求幫助，找爸媽，找老師，找警察。第四是蒐集證據，如果他是傳騷擾簡訊，圖片，請記得不要因為害怕就封鎖，一定要先截圖，錄影存證。 三、綜整活動 （一）教師再次提醒尊重他人與自我保護的重要。（1分鐘） 單元四：分手那天（90 分鐘） 第一節：分手表達 一、引起動機 （一）播放《專題 好好說分手 3》（0：00～1：22）引起學生對分手議題的覺察，了解好好分手的重要。 【指導語】 明明相愛的兩人，走到分手這一步為何就變了調？到底要用哪種方式來分手，要怎麼說出口並且說得好，讓對方可以比較好接受，進而保護自己是很值得討論的議題。而當我們被分手了，可以怎麼調適自己的心情，照顧自己也避免傷害別人？這就是我們這兩週的課程，這	平板留言評量 課堂參與 自編簡報，可參考（六）使用教材 教學影片《專題 好好說分手 3》（可直接點擊連結）	
--	---	--	--

性 J6 探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題。	周我們會先來談如何好好說分手，下周會進入分手的情緒調適。 (二) 引導學生表達自己最不能接受的分手方式，並說明選擇理由，澄清學生對於分手方式的感受與觀點。(10 分鐘) 【指導語】 在感情中，除了練習追求與告白，分手也是需要多加學習的一門課程。老師這邊列出了一些分手方式，想問大家當今天你要分手，你最不能接受哪三種，請投票，待會老師會隨機抽問大家為什麼認為這些方式讓你不可接受。分手方式投票有： 1. 人間蒸發 2. 傳訊息說分手 3. 請別人傳達 4. 說狠話 5. 聯絡突然變少 6. 直接封鎖自己 這上面的分手方式，老師認為都缺少了「雙向溝通」，在一起是兩人的事情，分開時當然也需要兩人的共識，當我們今天一廂情願的決定分手，或者用一些不太 o k 的方式，可能會讓對方激起憤怒而做出衝動行徑，就像許多社會新聞的分手暴力一樣。好好處理分手，是善待對方，也是在保護自己。 二、發展活動 (一) 教師說明分手的表達原則，以三明治表達為主軸，建立學生以「真誠」、「尊重」與「不批判」之原則來談分手。(5 分鐘) 【指導語】 在談分手時，有一些表達的方式是我們可以去依循的，老師今天要介紹一個有效的表達方式「三明治表達法」，有人可以說說為什麼要叫做三明治溝通嗎？就像三明治有三層一樣，我們在談分手時，如果可以掌握這三個原則來表達，會使我們說出的話順耳很多，讓對方不要一聽到要分手就爆炸，增加彼此雙向溝通，達成共識的機會。 三明治的上層吐司代表「肯定、感謝、收穫」，中間的料代表你的「分手理由，兩人無法繼續走下去的原因」，下層吐司代表「祝福與再感謝」。每一個部分都需要你精心搭配，才能讓這份分手三明治被對方好好地吃掉與消化。 老師來舉一個例子，讓大家知道該如何組裝	線上 padlet 討論版可參考 (七) 其他教材。 成果請參考 (五) 上課歷程或學生學習照片	口語評量 平板留言評量 課堂參與
---	---	--	---------------------------------

	一份分手三明治！第一步放上吐司，也就是「感謝、肯定與收穫」，說出你感謝對方的話語，真誠的謝謝他與你共度的美好時光。 再來讓對方知道他在這段感情中對你帶來哪些收穫與學習，肯定他在感情中做得好的部分。第二步放配料，也就是分手理由，每個人的分手理由不盡相同，但有一些原則，像是「真誠」、「尊重」與「不批判」。把你想分手的原因和擔心說清楚，像是你擔心繼續交往會有甚麼後果之類的。避免糊弄對方，說「不適合」這個理由，你也要說出哪裡不適合才是比較好的做法。來到最後一步，繼續放上吐司不過下層的土司是代表「祝福與再感謝」，這裡你可以表達你對於彼此未來生活的祝福，並且再次感謝對方陪伴。在這部分，你也可以向對方說出你的期待，你希望分手後彼此還能和平相處等。 在給出自己的分手三明治後，記得要確認對方的反應，讓對方也有表達的機會，我們需要傾聽對方對於分手的想法，彼此協調，是要真的分開，或者暫時分開，兩人彼此調整後重新嘗試繼續交往。不管哪一種，原則就如同老師前面提到的「真誠」、「尊重」與「不批判」。 （二）學生練習分手三明治的溝通策略，以正向態度發展有效表達。（29 分鐘） 1. 學生書寫分手三明治： 【指導語】 聽完了老師的說明，現在我們來做個練習。請大家在閱讀完老師提供的情境後，以三明治表達，寫下你會怎麼與對方說分手，也就是寫下你要談分手的講稿。請根據老師簡報上的書寫步驟列點寫出你的分手三明治，記得要先打你的姓名與座號，在平板上留言。有任何問題都可以舉手提問。 2. 學生閱讀同學的分手三明治，投下自己認為寫得不錯的同學投票： 【指導語】 現在要請大家閱讀同學寫的內容，投下你覺得不錯的內容，每個人不限票數，我們最後會來看看同學選出最不錯的內容，有哪些值得我們學習的部分。 3. 學生進行角色扮演，練習分手對話： 【指導語】 接下來，老師想要請同學上台來實際演出你們寫下的分手對話，你可以找一位同學一起上台，有自願上台嗎？	口語評量 平板留言評量 課堂參與 成果請參考 （五）上課歷程或學生學習照片	
--	--	---	--

	三、綜整活動。(1分鐘) 【指導語】 可以看見，除了寫好一封分手信外，講出來也是一件不容易的事情，我們的語氣、表情、動作等都可能影響兩人對分手的感受，希望大家可以帶著我們今攤珍貴有用的方法，去迎接未來的每一段戀情，好好地結束一段關係。 在分手後，主動分手與被動分手都會出現許多思緒與感受，你可能會憤怒、沮喪等，這些都是正常的現象，你不需要刻意壓抑這些情緒，適當地讓他們釋放出來才能有減壓的機會。不過當這些感受跟著我們太久，可能就會影響日常生活運作，你可能會吃不下睡不好，甚至對所有事物都無法提起興趣，也無法專注課業等。所以下週我們就會來討論，在面對分手失戀，我們會出現的感受與想法，我們可以做哪些事情，讓自己有力量面對分手的傷痛，接納自己分手的事實，重新建立愛人愛己的能力。 第二節：分手調適 一、引起動機 (一)透過圖示引導學生表達對於關係失落會出現的感受，比較主動分手與被動分手雙方的感受異同，學生理解到分手雙方面對關係失落都是不好受的。(10分鐘) 【指導語】 分手是一段關係的失去，是一種失落的經驗。大家去想一想，如果當你今天分手了，你會有什麼感受出現呢？這個活動為小組進行，討論單有兩格，左邊是提分手的人，右邊是被分手的人，請依據簡報上的圖示，寫下你他們分別會有什麼感受，可以有重複的沒關係！如果你覺得很難想像分手的感覺，你可以從失去一段關係的經驗發想，像是與朋友、家人或者寵物都可以，提分手就代表是主動斷掉關係者，被分手就是被動斷掉關係者。寫完之後我會請小組發表。 二、發展活動 (一)學生澄清「分手後多久才能走出來？」、「分手後多久才可以找下一個人交往？」，教師說明分手後的悲傷歷程。(12分鐘) 1. 大家認為分手後需要多久才能走出來呢？ 【指導語】	自編簡報，可參考(六)使用教材 「分手感受異同」小組討論單可參考(七)其他教材。 成果請參考(五)上課歷程或學生學習照片	口語評量 紙本評量 課堂參與 口語評量 課堂參與
--	---	---	--

其實這題沒有一定的答案，根據每個人對一段感情的投入程度，花費的心力，要癒合的時間並不一樣，有些人需要較長的復原期，需要更多支持系統來幫助自己，但也有些人可以回復的較快速。我們不需要去強迫自己一定要快點振作，就像受傷要結痂癒合都是需要時間的，我們應該要做的是學習如何接住自己的負面感受，可以找那些資源來支持自己的痛苦。

2. 播放《悲傷五階段》影片，說明悲傷個階段的行為特徵。

3. 失戀後多久才可以找下一個人交往？

【指導語】

在分手後，就如同一開始大家寫出的許多感受一樣，你的心情可能會是很複雜的狀態，在還沒整理好心情交往，就像骨折還沒好就急著想要上場跑步，一來跑不快，二來還可能再摔跤。愛情也是，分手後，你可能因為憤怒、不甘心或想證明自己，因此盡快找下一個對象，在還沒整理好心情就交往，新的戀情只會讓自己的情緒更加混亂，因而無法全心全意再談另一戀情。長期下來，是非常不尊重新戀情的另一方，最後可能導致另一個感情衝突，實在得不償失。老師分手後要交往大概要間隔半年，讓自己身心裡都有所恢復後再交往，多觀察多相處，就如同我們前幾週強調的，愛要慢慢來。

（二） 說明分手的調適原則。（10 分鐘）

1. 允許自己悲傷：

【指導語】

分手後你可以大哭一場，或者透過一些活動抒發自己的悲傷，不用刻意隱藏自己的情緒，但老師要提醒大家在發洩時，也要注意自己與他人的人身安全，如果有出現傷害自己或者他人的徵兆，記得一定要向外求助。

2. 找人傾訴：

【指導語】

你可以去找你信任的朋友、同學、老師還有家長聊聊你的心情，或者去問一些有經驗的學長姐，他們當初是如何密對分手的。

3. 寫下自己的優點：

【指導語】

許多人會在剛分手的時候經歷「我是不是不夠好」的自我懷疑，特別是「被分手者」特別容易陷入這樣的心情中。透過寫下自己的優點，和朋友、老師討論你的心情，回顧你在感情中的努力，了解即使你夠好，感情事也不見

教學影片 [《悲傷五階段》](#)
(可直接點擊連結)

	得都是自己能掌控的。分開與你的自我價值無關，而是兩人不適合，不愛了、走不下去了。 4. 找回生活重心： 【指導語】 從兩個人變回一個人，就像天平上少了一邊的重量，會突然覺得世界失去平衡，這時候你要制定你的調適計畫，有意識地去做一些事情來面對不舒服的感覺， (三)學生製作分手 ok 蹦，依照短中長期說明分手具體調適計畫，最後全班進行抽籤分享自身 ok 蹦內容。(12 分鐘) 【指導語】 分手之後，我們可能會因各種情緒想法而無法好好生活，影響了我們日常的作息。這時候調適跟釋放就是重要的。分手就像心理受傷，如果貼上 ok 蹦就可以使自己可以復原得更好，心情能好過一點。 請你依照短中長期目標，在 ok 蹦上列出分手後你會做哪些事情來調適，重新回歸日常。短期指分手後的第一個禮拜，目標是情緒的調適。中期為三個月，目標是找資源與肯定自我。長期為一年，目標是找回生活重心。每個階段請你寫下至少二個具體行為，比如分手的第一個禮拜我會每天跑個 1 公里、大哭發洩。中期我會去旅行，認識新朋友。長期去學之前沒機會學到的才藝，或學習外語。 三、綜整活動 (一)教師回顧今日課堂，預告下週課程。(1 分鐘) 【指導語】 這兩週我們從如何好好說分手，到今天討論了分手後的調適策略。愛情是一門永遠修不完的學分，每個人遇到的情況也不盡相同，在這幾週的課堂所學有限，但老師要提醒大家在感情中的原則就是尊重，尊重他人之外，也要好好尊重自己，愛人之前也要先好好愛自己。 單元五：反恐特攻隊（一節課） 一、引起動機 (一)透過恐怖情人新聞，引起學生對於恐怖情人的特徵與行為之覺察。(6 分鐘) 【指導語】 大家有聽過恐怖情人嗎？一聽到恐怖情人，你會想到甚麼？ 二、發展活動	「分手 ok 蹦」學習單可參考（七）其他教材。 成果請參考（五）上課歷程或學生學習照片	口語評量 紙本評量 課堂參與
--	---	---	-------------------------------

1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法 J12 省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動	(一)以《揮別危險情人》影片欣賞，透過 ORID 焦點討論法進行問題討論，引導學生由感情的雙方思考彼此的需求，判斷不適合的互動，提升危險關係的覺察。(25 分鐘) 【指導語】 1. O 事實：家華對小晴做了哪些事？請寫下具體行為 2. R 感受反應：如果你是小晴，會有哪些想法與感受？ 3. I 詮釋：你認為家華愛小晴嗎？原因是？ D 決定：小晴為何要一再原諒對方？ (二)教師說明暴力循環模式，引導學生解構親密關係中被施暴者複雜的心理狀態，嘗試建構出保護自我的有效策略(7 分鐘) 1.教師提問與播放新聞影片《暴力循環》： 【指導語】 我們來看這則新聞，恐怖情人有這麼多的恐怖行為有跡可循，但為什麼有些人就是離不開恐怖情人的魔爪呢？這到底出了什麼事？ 2.教師說明暴力循環模式： 【指導語】 暴力循環由美國學者沃克(walker, 1979：56-70)訪談遭受婚姻暴力受害者發現，暴力循環分為三個階段：緊張期、爆炸期（嚴重暴力事件）、蜜月期（平靜、道歉）。這三階段的心理動力有助於我們瞭解受害者為什麼會有罪惡及羞恥感、如何掉進習得的無助感、以及她們無法離開的原因。因此要停止、預防暴力，應從認識暴力循環開始。我們常見的情侶關係，也可以用暴力循環模式來探討。 暴力行為也不只是身體上的暴力，言語上的謾罵、吼叫、侮辱、諷刺、恫嚇、威脅傷害被害人或其親人；心理虐待：如竊聽、跟蹤、監視、冷漠、鄙視、羞辱、不實指控、試圖操縱被害人等足以引起被害人精神痛苦的不當行為都算是暴力行為的一種，以下列出暴力循環模式各項意涵： (1) 緊張期：此時的暴力事件可能比較輕微，被害人會想盡辦法讓對方冷靜，如安撫、順從、或迴避。她選擇接受對方的虐待，並非真的認同自己該受此對待，而是他認為如此才能避免對方生氣、發火。總想忍一忍就沒事了，當對方生氣時，她會反省自己哪裡沒做好，不知不覺要求自己為對方的虐待行為負起責任。 (2) 爆炸期：施暴者太憤怒而無法自我控制，	自編簡報，可參考(六)使用教材 教學影片《揮別危險情人》 (可直接點擊連結) 「揮別恐怖情人」學習單可參考(七)其他教材 成果請參考 (五)上課歷程或學生學習照片 教學影片《暴力循環》(可直接點擊連結)	口語評量 課堂參與 課堂參與 紙本評量
---	--	--	---

	他的目的在教訓對方，常要到他覺得對方已得到教訓才停下來，而此時對方所受的傷通常也很嚴重了。 (3) 蜜月期：施暴者也覺得自己做的太過火，因此他會示好、請求原諒、保證不再犯，他會顯得十分有悔意，被害人要到了這個階段才完整地經歷整個受害過程。施暴者此時會表現得像個犯錯的小男孩似的，不但希望被害者原諒，認為以後會控制自己，他不會再動手了。而為了表示誠意，他會做些不一樣的事，如戒酒、不和別的女人約會、..等 被害者面對現實，承認自己控制不了對方的行為，尤其經歷了憤怒與恐懼，他定要改變自己的生活，說服自己不應該再受到虐待。然而，隨著對方的道歉及愛意攻勢(如送花、糖果、卡片、禮物)，加上親戚、朋友、及長輩的勸說(如沒有她/他就完了、沒有父親孩子怎麼辦)。 (三) 教師引導學生建立自我保護的技巧，並提醒學生當自己出現恐怖情人的徵兆，自己可以尋求何種幫助。(6分鐘) 【指導語】 恐怖情人就像不定時炸彈，我們在面對這樣的狀況，除了要會辨識炸彈的樣子，小心避免，也要學會當我們真的遇到爆炸，有哪些保護措施可以讓自己受到最低的傷害。所以在交往前，我們必須多加觀察，避免再還不熟悉對方就匆促交往。不過當我們真的交往後才發覺對方的不適當行為，我們還是有可以保護自己的方式的！讓我們來看一則新聞，聽聽專家怎麼建議吧！ 1. 播放《恐怖情人在身邊?醫生:漸進式分手自保》。 2. 教師統整遇見恐怖情人的應對之策： 【指導語】 (1) 尋求幫助： 不要獨自應對恐怖情人的行為。尋求幫助是很重要的，可以聯繫家人、朋友、律師、心理諮詢師、員警等等。學校的輔導老師，導師，任課老師都是很好的資源！ (2) 堅定地表達你的立場： 直接、明確地表達他們行為不受歡迎，並且讓他們知道你希望他們停止這種行為。 (3) 逐漸拉開距離： 盡可能保持與恐怖情人的距離。如果你知道他們會在某個地方出現，儘量避免在那個地方出	教學影片《恐怖情人在身邊?醫生:漸進式分手自保》 (可直接點擊連結)	
--	--	---	--

現，或者在那個地方採取相應的措施，例如與朋友一起前往。

(4) 收集證據：

如果你需要報警或尋求法律說明，收集證據非常重要。這可以包括保存任何有關他們行為的資訊、截屏或保存他們給你的短信或社交媒體消息等等。

(5) 調整你的社交媒體隱私設置：如果你認為恐怖情人通過社交媒體追蹤你，可以調整你的隱私設置，限制誰可以看到你的貼文和資訊。

(6) 聲請保護令

根據現行家庭暴力防治法第 63-1 條規定，只要被害人年滿 16 歲，遭受現有或曾有親密關係的未同居伴侶，施以身體或精神上不法侵害情事，即可聲請保護令。保護令可至所在地之派出所，請警方協助聲請或至自己之住居所、加害人住居所及暴力發生地之法院聲請。

3. 教師說明自己該如何避免成為恐怖情人：

【指導語】

就像我們方才討論建議男生的方式，當我們自己在感情中異常的執著與控制、常懷疑對方、覺得對方不愛你了，這時你一定會感到憤怒、焦慮生氣。這種壓力情境，我們可以採用**三步驟，停、想、修**。**第一步**，停下來深呼吸五到十次，你可以轉移注意力先去聽音樂、運動，讓自己高漲的情緒緩和下來，**第二步**，想，想想為什麼自己這麼生氣，你生氣而做出的行為對關係有何影響，你這些行為對你遇到的困難有幫助嗎？**第三步**，修，你可以怎麼調整無效的做法，有哪些資源是你可以尋求的？

三、綜整活動（1分鐘）

【指導語】

遠離恐怖情人的第一招，其實就是在交往前先好好觀察。在交往前，給自己多留一點觀察和認識對方的時間。若真的遇到恐怖情人時，也請記得課程提到的處理原則，請一定要和老師或家人說明你遇到的狀況，讓我們引進更多資源來幫助自己，千萬不要一個人硬撐。在追求別人之前，也要常常反省自己，是不是做得太過火，讓人有壓力。愛情是一門修不完的學分，但一定要記得，愛的本質是尊重與真誠。下周我們會來談談今天有提到的私密照片，結合網路交友，讓大家知道如何好好地保護自己，也好好地尊重別人。

1b-IV-2 運用問題解決策略，處理生活議題，進而克服生活逆境。 輔 Db-IV-1 生活議題的問題解決、危機因應與克服困境的方法。 性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。	單元六：揭開秘密的照片（二節課） 第一節：青春網練模擬器 一、引起動機 （一）教師引導學生對表達對私密照的認識。（6分鐘） 【指導語】 - 大家喜歡自拍嗎？你曾經上傳過哪種自拍照到社交軟體或網路平台？ - 甚麼樣的照片叫做私密照？ （生殖器、內衣、猥褻動作、走光、性行為…） 二、發展活動 （一）學生操作青春網練模擬器網站體驗。（13分鐘） 【指導語】 老師想讓大家體驗一個遊戲，透過活動，我們來認識私密照拍攝可能的風險與應對之策。在遊戲中，你會化身為女主角進行活動，每一步選擇都會影響著結局，老師待會也會有問題和大家討論，請大家要用心體驗。 （二）請學生回答以下問題，教師進行統整。（20分鐘） - 為什麼主角會願意給出去自己的私密影像？ 「私密」影像為什麼會外流呢？ - 私密照外流對當事人的影響？ - 私密照外流的求助管道？ （1）教師補充資源：「性影像處理中心」、「iWIN」 - 遇到對方要求傳送私密照或視訊裸聊，你會怎麼應對？ （三）教師說明要求未成年他人拍攝分自願私密照以及持有私密照的法律責任，提醒學生保護自己也尊重他人。（5分鐘） 【指導語】 雖然有法律規範下架私密影像，但如果今天資料已經外流的國外網站，要下架全世界的照片是很困難的。在網路或與他人上分享影像時，但如果涉及私密照片或影片，就要很小心，因為你一旦上傳網路，被對方下載在轉傳給他人，是幾乎不可能完全在網路上	自編簡報，可參考（六）使用教材 教學網站：青春網練模擬器（可直接點擊連結） 線上 padlet 討論版可參考（七）其他教材 線上 padlet 討論版討論教學成果請參考（五）上課歷程或學生學習照片	口語評量 課堂參與 課堂參與 平板留言評量
--	---	--	---

刪除掉你的照片的，你的私密照就會一直流傳在世界各地，你走在路上，永遠不知道這些人是不是曾經看過你的私密影像。

三、綜整活動（1分鐘）

【指導語】

所以在傳送照片和影片時，請要三思，就算是男女朋友之間互傳也需秉持一樣的謹慎度，要思考你傳送的照片是否屬涉及私密照的形式，例如裸照或者親密行為照片，保護自己，也尊重他人！

第二節：私密照外流之後…

一、引起動機（1分鐘）

【指導語】

上週我們對私密照有了很多的討論與認識，今天我們會透過一位私密照外流當事人的分享，來理解他從拍攝到求助中間的掙扎與痛苦，請你要用心欣賞，他為什麼這麼熱衷於網路世界，為何願意給出自己私密的影像，他又是怎麼向外請求支援的，這都是待會我們要一起討論的重點。

二、發展活動

（一）播放教學影片《高中那年，我的私密照外流之後．．．》與《親友的私密照被外流時，你可以對他說……》學生根據影片內容進行討論，並小組上台報告討論成果。（27分鐘）

1. 每組發下一張問題紙條，題目皆不相同，邀請學生進行議題討論，並上台報告結果。提問內容如下：

- （1）網路交友的優缺點？請各舉三項。
- （2）使用社群軟體時，可以如何避免自己的個人資訊（年齡、學校等）及影像洩漏？請提出三個具體做法。
- （3）私密照外流，對當事人會造成哪影響（請撰寫三項具體影響）
- （4）當今天有人傳給你同學的私密照，你會如何應對？（請撰寫三項具體作法）
- （5）如果身邊的親友發生私密照外流，你會如何陪伴與支持他？（請撰寫三項具體作法）

自編簡報，可參考（六）使用教材

教學影片 [《高中那年，我的私密照外流之後．．．》](#)
（可直接點擊連結）

口語評量
課堂參與

	三、綜整活動 (一)教師總結兩週關於私密照的課程，提醒學生在網路上的自我保護。(1 分鐘) 【指導語】 這兩週們討論了好多有關私密照的問題，請大家一定要記得口訣:不拍、不傳、不留、要求助。保護自己的同時，若發現自己或者身邊有人出現私密照外流，請你第一時間告訴師長，透過警察及師長的協助，盡早把網路私密照下架，減少更多流傳，降低受害者的心理壓力。我們今天也討論了有關交友軟體的風險評估與要注意的地方，網路交友可以是我們一種擴充人際的方式，但因為網路交友具有匿名性，即時互動，我們可能會因此陷入網路交友的威脅當中，因此，傳任何訊息及影像前，都要三思而後行，在自由背後，也要謹記你所擔負的責任。	教學影片《親友的私密照被外流時，你可以對他說……》(可直接點擊連結) 「私密照外流之後」學習單可參考(七)其他教材 成果請參考(五)上課歷程或學生	
--	--	--	--

(四) 教學心得：歷程紀錄及省思

教學心得：教學歷程記錄及省思（1000—5000 字）

用健康的方式建立親密關係，是我在這八堂課想要告訴學生的核心概念。學習愛人前，要先了解自己對愛情的價值觀和期待，依此有了第一堂愛情特調的課程。在釐清自我愛情觀後，就會面對到在追求時的各種疑問，如何用正向的追求方式達表達自己的愛意，便發展出第二堂課程—愛要慢慢來。透過影片賞析，引導學生思考合宜的追求界線，也討論如何拒絕不喜歡的追求，式著說明可以明哲保身的方式。而在追求交往的過程，若沒有拿捏好分寸，即使是兩情相悅的伴侶，也可能會面臨到性騷擾的事件。透過性騷擾定義和相關社會事件的認識，讓學生透過情境討論，了解到表達情感的正向方法，以及正向溝通的策略，此為第三堂課程的教學目標。在反思教案可以更精進處時，我稍微做了一些課堂次序上的調換。原本第四堂的分手會先改為危險情人，第五、六為私密照的討論，第七、八則是分手，先從親密關係中會遇到的議題，例如交往前的表達、拒絕策略、性騷擾、跟蹤騷擾、危險情人、私密照的拍攝與外流，最後在談到感情要結束會遇到的分手議題，這樣的脈絡似乎會比較順暢，貫穿整體課程，我希望讓學生可以知道用正向溝通也是可以很好的表達出自己的心意，並且學習在被拒絕而失落可以調適的方法。

在反思教案可以更精進處時，我稍微做了一些課堂次序上的調換。原本第四堂的分手會先改為危險情人，第五、六為私密照的討論，第七、八則是分手，先從親密關係中會遇到的議題，例如交往前的表達、拒絕策略、性騷擾、跟蹤騷擾、危險情人、私密照的拍攝與外流，最後在談到感情要結束會遇到的分手議題，這樣的脈絡似乎會比較順暢，貫穿整體課程，我希望讓學生可以知道用正向溝通也是可以很好的表達出自己的心意，並且學習在被拒絕而失落可以調適的方法。在撰寫每一堂課程時，我可以先將各堂課最核心想讓學生知道的知識、技能或態度標示出來，在教學過程中便可以依循這一核心，教學者的教學便會減少會失焦，學生也可以更明瞭教師的教學意圖和學習內容。

透過這次的教案設計，在蒐集各式教材的過程，我也在不斷擴充自己的知識廣度與深度，當我能夠統整越多的資訊，更瞭解各式議題，我才能用更寬廣的視角去進行教學。在教育上，我既是教學者，亦是學習者。在和學生互動教學的過程中，他們不斷激起我許多認知思考，我對事情觀點也會有不同的理解與發現。在精進教學的路上，學生真的是我很好的養分，透過他們的回饋與表現，我才能得知自己做得好，可以繼續保持之處，也能發現需要調整及改進之處。當一份教案形成後，真正定型其實都是在教案實際於課堂運作後。因為在每次實行教案後，都會發現原先的教學內容、教學流程、教學策略、評量方式等都有需要調整的地方，因為一份教案可以在不同班實驗，在不斷試錯的過程中，一份完整的教案才會形成。這段歷程要感謝所有參與課堂的學生，還有我的指導老師的指教與關懷，一份教案的背後，集結了教案設計者、參與人員等力量，我對此十分感謝與感動，也希望自己能繼續保持學習與向上的態度，繼續將自己推向更大的視角與觀點去看待教育這件事情。

單元一「愛情特調」：

1. 教師詢問學生一想到愛情會想到什麼？透過學生彼此的分享，可以看出學生對於愛情的想像及觀點，學生在探索自我想法後，也能經由聽見別人的分享，去擴大自己對愛情的視野。正因為每個人對愛情的想法都不盡相同，從許多有意思的回答中，除了學生同儕間的觀點激發，我也因此更能貼近學生的觀點，在往後設計教案時，就有了施力點，可以根據學生中心去發展課程，更貼近他們的生活經驗。
2. 學生寫下自己對於激情、親密、承諾的重視程度，學生進行親密關係中的自我覺察，在進入關係前，如果能先了解自己的需求，對於關係的建立與維持都是比較好的，因為當自己好好重視自己，方能有力量去愛人。

單元二「愛要慢慢來」：

1. 透過提問，學生表達對於過度追求的定義及觀點，請學生回想生活中是否曾經遇過，或自己做過的。
2. 學生觀看教學影片，觀察與分析影片中人物追求方式的合適性，並且能辨識出有效且尊重他人的追求策略。透過校園追求的劇情，貼近學生真實生活，學生在觀賞後的反應也十分熱絡。學生透過影片形成替代學習，透過學習單書寫統整適當追求的方法。

單元三「『性』好我知道」：

1. 詢問學生對於性騷擾的定義，使學生練習思考並且從他人的回答中，建構出性騷擾判定的原則為何。
2. 師生澄清有關性騷擾的各式議題，學生能對性騷擾有更深及更廣的認識。
3. 學生透過影片反思當今天自己遇到同學的性騷擾，同學並不是故意騷擾，只是用錯方式建立關係的情況下，身為被騷擾者可以用那些方式，明確說出自己的需求，且不馬上給他人冠上性騷擾的名號。學生透過看見他人的策略分享，學習尊重他人與有效的溝通方式。

單元四「分手那天」：

1. 教師以社會議題引起學生重視好好分手的重要性。
2. 請學生表達自己最不能接受的分手方式，並且說明不能接受的理由，透過澄清價值觀的過程，學生能統整出 NG 分手缺乏了愛情中的雙向溝通。
3. 教師說明分手表達策略「三明治表達法」，引導學生透過尊重、真誠、不批判的態度來談分手，學生也透過情境故事，書寫下自己的分手表達。
4. 學生分享關係失落可能會有的感受與影響，教師正常化這些情緒與想法，引導學生思考分手後的迷思。
5. 教師說明分手後的調適方向，學生透過「分手 ok 蹦」，建立屬於自己的調適計畫，教師也提醒學生可以在往出現關係失落的感受時，運用這份調適計畫。

單元五「反恐特攻隊」：

1. 學生分享對於恐怖情人的定義，引起學生對於危險情人的敏感度，並經由師生補充與澄清，建成出危機判斷的原則。
2. 學生觀賞恐怖情人短片後分析，恐怖情人與被害者雙方的感受與影響，透過旁觀者的觀察，了解到雙方在情感中的困難與需要協助之處。
3. 教師說明遇到恐怖情人學生可以求助的方法，也說明如果發現自己是恐怖情人可以如何學習調適自己的身心，學生在這樣兩方面的來回思考下，可以建立自保策略也學習以尊重待人。

單元六「揭開祕密的照片」：

1. 學生發表對於私密照的認識，確認學生的先備知識，教師補充私密照的定義範圍，使學生對此有所認識與覺察。
2. 學生體驗「青春網練模擬器」，透過體驗遊戲貼近生活世界的設定，引導學生思考私密照外流的風險與對生活的影響，並發想私密照外流的求助方法，教師也補充私密照外流的求助資源。
3. 學生透過影片賞析，分析青少年會給出私密照的原因，嘗試反思若自己發生私密照外流，會如何幫助自己走出這一難關。
4. 學習以善意與瞭解面對給出私密照的親友，以關懷代替指責，學生發想有效正向的策略幫助其能面對私密照外流的影響。

提供學生完整課程架構：

在課堂前提供學生這學期課程的統整性摘要，內容說明：這學期會和大家討論如何用健康的方式建立親密關係，我們會先從釐清自己的愛情價值觀展開，接著會帶大家認識如何用正向的方式接近心儀的對象，在追求時有哪些事情是需要留意的，包含合理的追求與身體界線。再來會談到兩方交往的過程中，你可能需要知道一些危險的辨識和應對之策，例如恐怖情人的特徵，如何在這樣的關係中保護自己，也避免自己成為傷害他人的對象，還有一個在交往過程中，你可能會遇到對方一起拍照留系影像紀錄，但拍攝內容的界線也是十分值得討論的，有可能我們會陷入私密照外流的風險中。老師想透過以上課程，帶大家了解如何用正向和正確的方式去戀愛，愛情裡的互動是需要練習的，希望大家都可以在這幾堂課中獲得一些啟發和收穫。

單元一「愛情特調」：

學生在創作愛情特調比想像中的花更多時間，可預留多一些時間使學生消化愛情三元論，也可以開放讓學生互相分享彼此的愛情特調，了解個體差異的多樣性。

單元二「愛要慢慢來」：

在放教學影片前，教師先提醒學生待會會問的問題，讓學生在觀賞影片時可以抓重點，待會回答問題也比較有方向，教師提問時，也可給學生多一些互相討論的機會。

單元三「『性』好我知道」：

為了達到性騷擾課程的加深加廣，未來我希望提供學生一些真實案例進行案例分析討論，加入角色扮演與正反辯論、拍攝性別平等宣傳影片、製作性平四格漫畫等，增加學生產出與應用，實施做中學。以下附上我後續認為教案可以在加深加廣的實行方向：

一、進行社會性騷擾的事件討論反思：提供一件社會性騷擾或者有關性別平等爭議的事件，比如網紅性騷事件。

1. 問題引導：

- (1) 這個案例中有什麼樣的性騷擾行為？
- (2) 受害者可能的感受是什麼？
- (3) 如果你是受害者，應該如何應對？
- (4) 如果你是目擊者，應該怎麼做？

二、設計反性騷擾海報或宣傳活動：學生分組設計一個反性騷擾或性平相關的宣傳影片，或者海報，並在班級或者校園性平週時展示。

三、情境劇與角色扮演：將學生分為小組，每組選擇一個性騷擾的情境（如言語騷擾、網路騷擾、肢體騷擾等）進行角色扮演，透過模擬真實情境，讓學生體會與表達受害者和目擊者的心理感受，了解不同行為對受害者的影響。也令學生從正反兩面討論，澄清出不同情境下的最佳反應，學習如何正確應對性騷擾事件，增進判斷知能。

單元四「分手調適」：

最後分手課程加入分手劇場的實際練習，讓學生可以將寫好的分手表達與據實際透過角色扮演展現出來。在演出結束後，與學生討論各組表達內容的優點與可以修正之處，並且點出語氣、表情、態度等訊息都會對讓分手表達本身出現不同的結果。此一角色扮演在課堂最後可以做為是一個具體的實作評量，讓學生有將學習應用的機會，教師依此去進行成績評定，依據學生的表達語句是否符合我訊息，課堂所學的三明治溝通法，語氣是否溫和堅定，身體是否有面向對方等評定標準去做學習評量。

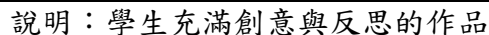
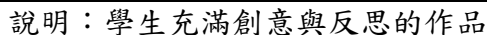
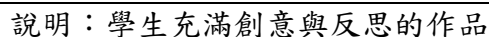
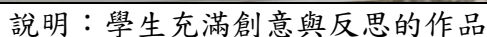
單元五「反恐特攻隊」：

教師在學生說出恐怖情人的定義後，可以簡單統正恐怖情人的樣態即可，否則會讓教學時間拖延太久。

單元六「揭開祕密的照片」：

因為不確定班上是否已經有私密照外流經驗的學生，教師在課堂可以避免過度陳述私密照外流的不應該，可以聚焦在私密照外流的影響與感受，引導學生發展同理心，私密照課程的重點是預防，而非指責與說教。

單元一：特調愛情





說明：學生認識愛情三元論



說明：學生認真地參與課堂

單元二：愛要慢慢來



說明：學生選擇能接受的追求方式



說明：學生書寫學習單

愛要慢慢來

1. 哪些行為屬於過度追求？
過度的追求：一直傳訊息給對方、騷擾對方、一直向小夥伴炫耀對方。

2. 如何知道對方不喜歡自己？
從對方對我的行為和言語去判斷對方不喜歡我。可以創造一些機會去靠近對方。

3. 哪些行為是合適的追求？
要看對方在喜歡的程度，有些人有可能不喜歡太激烈的表達，所以還不知道對方的接受程度，就不要太過度的追求。

4. 我可以怎麼拒絕不想要的告白與追求？
可以堅定的跟對方講，表達你的感受，後續不會有太多的事要處理。

95

愛要慢慢來

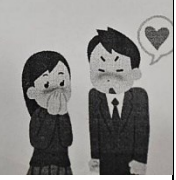
1. 哪些行為屬於過度追求？
偷拍跟蹤、不允許對方靠近異性、一直傳給對方紙條、一直給對方禮物。

2. 如何知道對方不喜歡自己？
製造機會和對方接近試探對方對你有沒有好感，如果沒有也不要強求要尊重對方。

3. 哪些行為是合適的追求？
和很多女生一起去聚會然後找機會靠近對方，慢慢來不要太急，控制自己的情感。

4. 我可以怎麼拒絕不想要的告白與追求？
委婉的，不要用討厭的口氣和對方說，堅定表達自己的感受。

95

愛要慢慢來 1. 哪些行為屬於過度追求? <u>一直傳訊息還偷拍，還沒確定關係之前，就想要限制對方的交友，甚至還跟蹤對方。</u> 2. 如何知道對方不喜歡自己? <u>看相處之間對方和自己的互動如何？然後看對方的反應，如果他連理都不理甚至還遠離你，那就不要在繼續了。</u> 3. 哪些行為是合適的追求? <u>先慢慢聊天然後看對方有沒有做出一些拒絕或是不喜歡的表示，如果沒有的話可以再慢慢表明自己的意思。</u> 4. 我可以怎麼拒絕不想要的告白與追求: <u>委婉且堅定的表明自己不喜歡他，鼓勵他可以喜歡或欣賞更多人。</u> 95 	愛要慢慢來 1. 哪些行為屬於過度追求? <u>偷拍，傳過多訊息，都是過度追求的行爲，明明已經表示不喜歡這樣的行爲，卻還保持聯繫，說不要就是要。</u> 2. 如何知道對方不喜歡自己? <u>可以直接問對方，或是從朋友做起，在過程中有一些行為表現的比較親密有對方會不會反感。</u> 3. 哪些行為是合適的追求? <u>每天聊天但是像朋友一樣的方式，對方比較不會讓對方反感，常久之後就有可能產生感情。</u> 4. 我可以怎麼拒絕不想要的告白與追求: <u>可以找對方當面拒絕，把自己的想法和感受告訴他，直接明確的把話說清楚對方才會死的明白，但是要委婉的表</u> 95 
說明：學生學習單成果	

單元三：「性」好我知道

	
說明：學生利用線上網站 padlet	說明：學生欣賞教學影片

21 讓別人覺得不舒服的言論或肢體接觸 10 讓別人感到被騷擾且不舒服的行為 3 讓人感到不適 18：做出一些關於觸摸、言語、跟蹤，然後讓對方感到不適 16 做出行動讓人感到不舒服	2.哪邊是性騷擾？ 請投票，可以留言你選擇的理由 <table border="1"> <tr> <td>左</td> <td>4.5%</td> </tr> <tr> <td>右</td> <td>16.1%</td> </tr> <tr> <td>兩邊都是</td> <td>30.4%</td> </tr> <tr> <td>兩邊都不是</td> <td>49.1%</td> </tr> </table> 3.「性騷擾只會發生在陌生人或不熟的人之間」這句話對嗎？ 投出你的選擇 <table border="1"> <tr> <td>是</td> <td>21.9%</td> </tr> <tr> <td>否</td> <td>78.1%</td> </tr> </table>	左	4.5%	右	16.1%	兩邊都是	30.4%	兩邊都不是	49.1%	是	21.9%	否	78.1%
左	4.5%												
右	16.1%												
兩邊都是	30.4%												
兩邊都不是	49.1%												
是	21.9%												
否	78.1%												
說明：學生在 padlet 網站回答「什麼是性騷擾？」	說明：學生進行線上投票												
5：直接向小源講這樣的行為會讓他人不舒服並可能影響他的人際關係 25 跟他說他的行為讓我不舒服如果他沒有惡意的話可以建議換個互動方式	7 小源，我感到非常的不舒服我希望你下次不要再碰到我了 17 告訴小源自己不喜歡被觸碰👊這樣的行為讓自己感到不舒服🗣️冷靜溝通🗣️並且告訴小源之後別再做同樣的事👊 18 和小源說： 小源你這樣會讓人不舒服，雖然你只是想和別人交好，但你的距離感有點太超過。												
說明：學生回答會如何應對性騷擾事件	說明：學生回答會如何應對性騷擾事件												

單元四：分手那天



說明：介紹分手表達三明治

👍 23 謝謝你陪我的那些時光，謝謝你陪我約會，為我搜集考題，告訴我許多考試秘訣，讓我在考試時能拿到好成績，也謝謝你給了我努力追求夢想的動力。

第二層：最近我知道你很忙，可是你對我的關心，真的減少很多，讓我無時無刻都感到很沒有安全感，所以我覺得我們還是分手吧。

第三層：謝謝你給我的快樂時光，相信你在分手後可以一直努力下去，成為更好的自己，你會交到比我更好的女朋友，希望分手後我們還能當朋友，再見。

說明：學生的三明治表達成果

👍 15 1.第一層：很感謝你在這期間給了我這麼多，你也讓我學到了很多

2.第二層：只是到了高中，我們兩個分開到不同的學校我們能相遇的時間也變得越來越少，並且我加入籃球隊大部分時間都在練球沒辦法和你聊天，很抱歉

3.第三層：謝謝你之前陪我看電影、做卡片給我、做蛋糕給我，希望你再之後能過著更好的生活，感謝你這2年的陪伴，掰掰👋

說明：學生的三明治表達成果



說明：分手情境的角色扮演



說明：分手情境的角色扮演

單元五：反恐特攻隊



說明：學生回答何謂恐怖情人

說明：學生認真書寫學習單中

揮別恐怖情人

事實	R感受與反應
打她推她打她巴掌暴力 不聽她跟任何男生講話有怒 現定她一定要接電話 影響生活	很傷心,覺得之前對我很好,可 是現在動不動就懷疑我,打 她,我會想要跟她分手。
D決定	解釋
小晴覺得他會慢慢變好 所以才會一次又一次的原諒 他,以及容忍他。	94+1 她 不愛,愛就要尊重她,並 且給他自由,讓她跟別 在一起可以感到快樂。

揮別恐怖情人

事實	R感受與反應
而她的行為 一點都不尊重我的自由,這就她的證據。 暴力:控制不住自己,有時會動手打人。	傷心、後悔、痛苦、生氣
D決定	解釋
因為她的行為太過暴力,所以我選擇他 一點機會,讓她離開。	愛,因為他一直在愛我,但我們兩人關係,已經破裂 了,他還是別不放手。 94

說明：學生利用 ORID 討論法書寫學習單

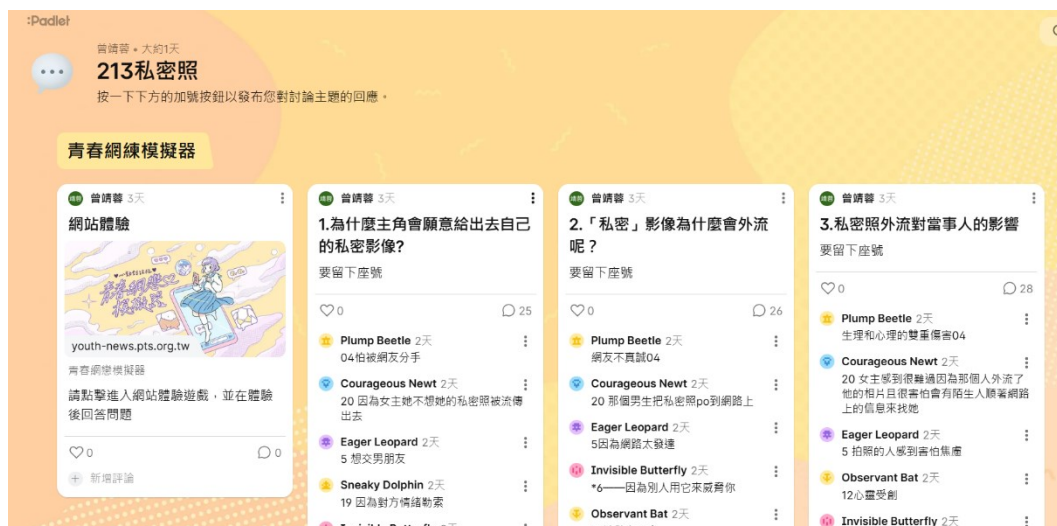
說明：學生利用 ORID 討論法書寫學習單

單元六：揭開祕密的照片



說明：學生體驗「青春網戀模擬器」

說明：教師介紹私密照外流的求助管道



說明：學生利用線上 padlet 平台答題



說明：學生利用線上 padlet 平台答題



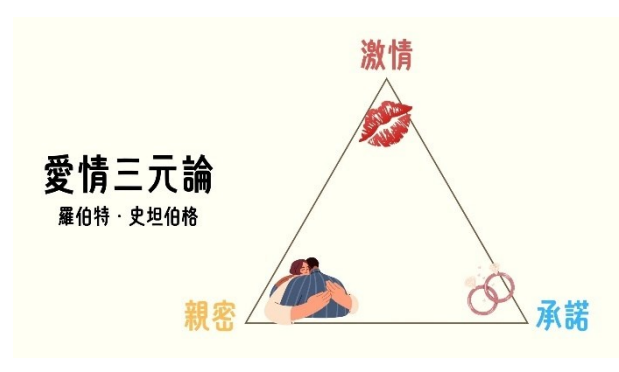
《高中那年，我的私密照外流之後．．．》問題討論



《高中那年，我的私密照外流之後．．．》討論分享

(六) 使用教材 (簡報)

單元一：愛情特調

 特調愛情 專屬你的最佳飲品	你的完美愛情是哪杯呢？ 
當你想到愛情時， 你第一個想到的是甚麼？ 	愛情三元論 羅伯特·史坦伯格 
激情  浪漫感、外表吸引力、激動興奮、強烈的吸引力、多與對方接觸、與對方有身體的親密接觸、性.....等。	親密  是心靈上的契合，包含喜歡、親近、關心、信任、相知相惜、貼心信賴、有安全感。
承諾  願意經營愛的關係，決定與對方長相廝守，為彼此的關係負責、一起面對未來、願意犧牲奉獻。	只有親密=喜歡式愛情 • 通常存在於朋友或熟人之間的關係 • 帶有溫暖的情感，也會認為對方和自己有很多相似的特質等 

只有激情=迷戀式愛情

- 一見鍾情、初戀，或是青春期的戀愛
- 如果關係遲遲停在激情，沒有往下發展親密和承諾，就不容易繼續走下去。



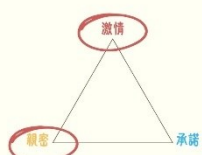
只有承諾=空洞式愛情

- 老夫老妻
- 只剩下身分證背後的配偶欄



激情+親密=浪漫式愛情

- 雙方處於對未來還沒有規劃的狀態



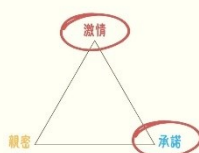
承諾+親密=友伴式愛情

- 「柏拉圖式戀愛」
- 親密朋友、家人一般的存在

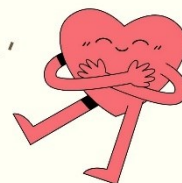


承諾+激情=癡情式愛情

- 閃婚、一見鍾情，或是瘋狂追愛



兩個人對愛情期望的三角形越一致，
兩人的感情就越幸福。



特調愛情

調出我的完美愛情

座號： 座號： 姓名：



飲料名稱：

項目	含量	我會這樣調配是因為...
激情		
承諾		
親密		
其它：		

愛是平等，是尊重，是同理，是關心



單元二：愛要慢慢來

愛要慢慢來

適當追求，尊重所愛



你喜歡這樣的追求方式嗎？

1. 每天傳100則訊息。
2. 每天製造「巧遇」。
3. 常常攬我的肩膀，跟我有肢體接觸。
4. 每節下課都會來找我，放學也會在校門口等我。
5. 常常送我禮物。
6. 在ig 公開po文說我好可愛，想跟我交往。

1. 哪些行為屬於過度追求？

2. 如何知道對方不喜歡自己？

3. 哪些行為是合適的追求？

4. 我可以怎麼拒絕不想要的告白與追求？

尊重與真誠同樣重要



我都拒絕了，但還是遇到死纏爛打怎麼辦？



向外求助



留下證據



單元三：「性」好我知道

「性」好我知道

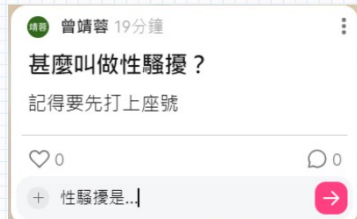


BY 張蓉

回答原則

1. 請張貼課堂有關的言論
2. 請留下文字就好
3. 可以搜尋資料，但不全部照抄
4. 一個人留一則言論就好
5. 方法要具體可行、正向
6. 任何留言前都要留座號
7. 請依據老師指令再進行操作

性騷擾是甚麼阿?



對妳/你來說 這是性騷擾嗎



哪邊是性騷擾?

在IG貼出露乳溝/胸肌的照片，異性朋友留言「好大」、「好雄偉」。



「性騷擾只會發生在陌生人或不熟的人之間」

這句話對嗎?

碰這裡算性騷擾嗎?



那碰哪裡才是性騷擾?

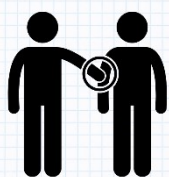


性騷擾防治法

騷擾定義為任何**不被歡迎**的、性或性別相關的行為，這些行為可能使人感到**不舒服**、受到**冒犯或侮辱**，甚至可能干擾到個人的正常生活及損害其人格尊嚴。



物理接觸



言語騷擾



(1) 故意碰觸、撫摸對方身體，毛手毛腳

(2) 趁機親吻、擁抱對方

(3) 傳有開色情圖片或文字

(4) 偷自己的裸照，暴露私密處



(5) 偷窺，偷拍



(6) 跟蹤，尾隨，不受欢迎的追求行為



(7) 開別人性別氣質或性傾向的玩笑



(8) 羞辱、貶抑、敵意騷擾的言詞或態度。

拯救小源大作戰



行動按鈕

1. 拒絕

2. 說出來

3. 求助

4. 做約定

5. 冷靜

6. 離開

1. 拒絕

+

留下你的座號



說明你的具體作法

投票時間

拒絕

說出來

求助

做約定

冷靜

離開

最大原則

尊重

小心貼標籤



自保方式



- 1 明確表達自己的拒絕，避免對方得寸進尺。
- 2 引起旁人的注意，大聲喝止對方停止
- 3 尋求幫助，找爸媽，找老師，找警察。
- 4 蒐集證據

跟蹤騷擾防制法



跟蹤騷擾防制法

對特定人反覆或持續為違反其意願且與性^或性別有關之下列行為之一，使之心生畏怖，足以影響其日常生活或社會活動：



1.監視觀察



3.寄送物品



2.尾隨接近



4.不當追求



5.妨害名譽



7.歧視貶抑



6.通訊騷擾



8.冒用個資

性騷

- 1.偷窺，偷拍
- 2.跟蹤，尾隨，不受歡迎的追求行為
- 3.傳自己的裸照，暴露私密處
- 4.傳有關色情圖片或文字
- 5.開別人性別氣質或性傾向的玩笑
- 6.羞辱、貶抑、敵意騷擾的言詞或態度。
- 7.故意碰觸、撫摸對方身體，毛手毛腳
- 8.趁機親吻、擁抱對方

跟騷

- 1.監視觀察
- 2.尾隨接近
- 3.通訊騷擾
- 4.歧視貶抑
- 4.不當追求
- 6.妨害名譽
- 7.寄送物品
- 8.冒用個資



跟騷行為四特性

「持續性高」、「危險性高」、
「恐懼性高」、「傷害性高」



最大原則

尊重

小心貼標籤



單元四：分手那天

第一節 課簡報



平板操作原則

- 1 留下座號與姓名
- 2 依據老師指令再進行操作
- 3 張貼課堂有關的言論
- 4 留下文字就好
- 5 表達需具體、正向
- 6 可以搜尋資料，但不全部照抄



你最不能接受哪三種分手方式？

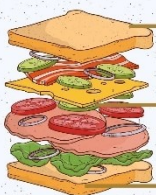


1. 人間蒸發
2. 傳訊息說分手
3. 請別人傳達
4. 說狠話
5. 聯絡突然變少
6. 直接封鎖自己

你最不能接受哪三種分手方式？



三明治表達法



上層 「肯定、感謝、收穫」

中層 「分手理由，兩人無法繼續走下去的原因」

下層 「祝福與再感謝」

上層 「肯定、感謝、收穫」

1. 說出你感謝對方的話語，謝謝共度的美好時光。
2. 說出你從對方身上發現的學習與收穫。
3. 肯定他在感情中做得好的部分。

上層 「肯定、感謝、收穫」

很開心可以跟你度過這麼多個日子，有你在身邊的每一天，我真的很開心也很幸運。

在這段感情中，我看見你越來越懂得照顧別人，做事也細心了好多。

謝謝你常常逗我笑，給我依靠，我也從你身上學到了好多，像是你的毅力和外向。

中層 「分手理由，兩人無法繼續走下去的原因」

每個人的分手理由不盡相同，但原則是「真誠」、「尊重」與「不批判」。

中層 「分手理由，兩人無法繼續走下去的原因」

但我發現我們越來越多爭吵跟衝突，每次爭執後的冷戰讓我非常痛苦，我們彼此都不願讓步，似乎這已經成為我們之間走下去很大的阻礙，我認為分手對我們或許是比較好的選擇。

下層 「祝福與再感謝」

1. 表達你對於彼此未來生活的祝福
2. 再次感謝對方陪伴。
3. 向對方說出你的期待(你希望分手後彼此還能和平相處等)。



情感故事

阿俊和小雪是一對交往二年的情侶，他們常常一起約會、看電影。每天通兩小時的電話也不覺得累。小雪會在阿俊生日時做手繪蛋糕和手工卡片給阿俊。在阿俊不開心的時，給他鼓勵與支持。在小雪要考高中之際，阿俊也會為她蒐集考題，為她搜尋許多考試秘訣。阿俊還常鼓勵小雪勇敢在她的夢裡飛翔。

兩人都在甜蜜與相互扶持中走過兩年光陰。隨著兩人輟學畢業，就讀了不同的高中，兩人之間的情感也出現變化。何俊因參加籃球校隊，關心小雷的文藝變少許多，假日也沒辦法陪小雷釣魚。小雷開始變得精神恍惚，時不時就會打電話確認何俊的行蹤。

兩人的爭吵也越來越多。阿俊認為小雪是控制狂，小雪認為阿俊無法給她充分的安全感，兩人在爭吵中也漸漸累積冷暴力壓力，彼此誰也不讓性，每次的爭執與冷暴力過後，兩人都是筋疲力盡，他們想苦，或許調皮與開玩笑是好的選擇。

1 如果你是阿俊，請你運用三明治表達法，寫下你會如何和小雪談分手

2 如果你是小雪，請你運用三明治表達法，寫下你會如何和阿俊談分手。



每一層分享30字以上



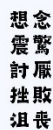
投票時間

**選擇你可以接受的分手三明治，
投下愛心(不限票數)**



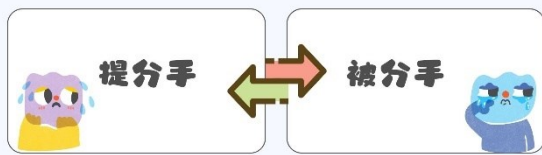
第二節 課簡報

分手了，怎麼辦？



認虛惡惑結恨
否空罪困糾怨

有什麼差異？



失戀多久才能走出來？

失戀的哀傷歷程



1.否認 → 2.憤怒 → 3.討價還價 → 4.沮喪 → 5.接納



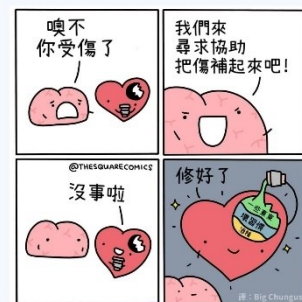
分手後多久才可以找下一個人交往？



先學會擁抱自己吧！



分手調適



1.允許自己悲傷



2.找人傾訴

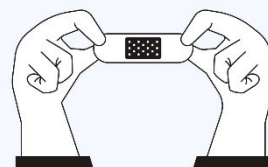


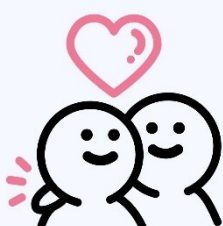
3.寫下自己的優點



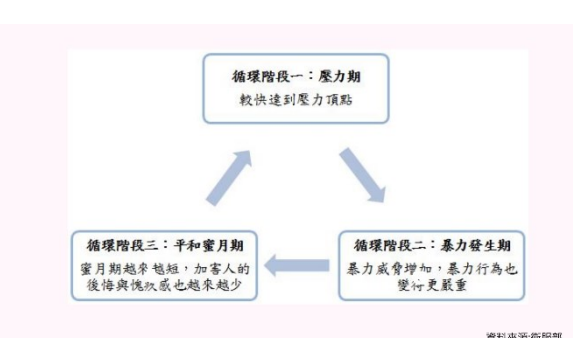
4.找回生活重心

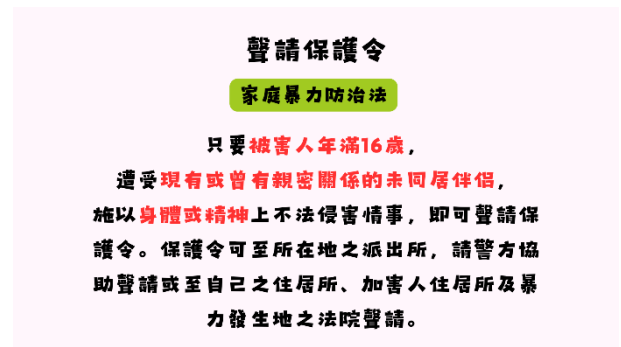
分手OK蹦



短期(一星期) 情緒調適 1. 每天跑1公里 2. 大哭發洩 3. 買一個娃娃狂揍	中期(三個月) 找資源、肯定自己 1. 找有經驗的學長姐聊天，看他們怎麼度過分手低潮 2. 認識新朋友	長期(一年) 找生活重心 1. 準備中高級英檢 2. 學吉他	願大家在愛情中都能好好被對待 也能好好待人 
--	---	--	--

單元五：反恐特攻隊

 反恐特攻隊 Let's Start	 一想到恐怖情人， 你想到？				
 恐怖情人的行為只 限於身體暴力嗎？	 監視和追蹤 騷擾和侮辱 威脅和恐嚇 財務控制 暴力攻擊				
<table border="1"> <tr> <td data-bbox="295 1400 478 1534"> O事實 家華對小晴做了哪些事？ 請寫下具體行為 </td> <td data-bbox="486 1400 670 1534"> R感受與反應 如果你是小晴，會有哪些 想法與感受？ </td> </tr> <tr> <td data-bbox="295 1545 478 1680"> D決定 小晴為何要一再原諒對方？ </td> <td data-bbox="486 1545 670 1680"> I詮釋 你認為家華愛小晴嗎？ 原因是？ </td> </tr> </table>	O事實 家華對小晴做了哪些事？ 請寫下具體行為	R感受與反應 如果你是小晴，會有哪些 想法與感受？	D決定 小晴為何要一再原諒對方？	I詮釋 你認為家華愛小晴嗎？ 原因是？	 循環階段一：壓力期 較快速到壓力頂點 循環階段二：暴力發生期 暴力威脅增加，暴力行為也 變得更嚴重 循環階段三：平和蜜月期 蜜月期越來越短，加害人的 後悔與愧疚感也越來越少 資料來源：衛服部
O事實 家華對小晴做了哪些事？ 請寫下具體行為	R感受與反應 如果你是小晴，會有哪些 想法與感受？				
D決定 小晴為何要一再原諒對方？	I詮釋 你認為家華愛小晴嗎？ 原因是？				



單元六：揭開秘密的照片

第一節 課簡報





揭開秘密的照片

請 答







1. 讀張貼課堂有關的言論
2. 讀留下文字就好
3. 可以搜尋資料，但不全部照抄
4. 一個人留一則言論就好
5. 方法要具體可行、正向
6. 任何留言前都要留座號
7. 請依據老師指令再進行操作







調查一下

1. 你喜歡自拍嗎？
2. 你會上傳哪種類型的照片或影片到社交軟體或網路平台？









青春網戀模擬器

網站體驗



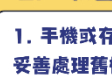
youth-news.pts.org.tw

青春網戀模擬器

按點擊進入網站體驗遊戲，並在體驗後回答問題







曾請答 45分鐘

1. 為什麼主角會願意給出去自己的私密影像？

請要留下座號

♡ 0 ○ 0

新增評論

曾請答 39分鐘

2. 「私密」影像為什麼會外流呢？

請要留下座號

♡ 0 ○ 0

新增評論

曾請答 41分鐘

3. 私密照外流對當事人的影響

請要留下座號

♡ 0 ○ 0

新增評論

曾請答 38分鐘

4. 私密照外流有哪些求助管道？(加分題)

請要留下座號

♡ 0 ○ 0

新增評論

1. 為什麼主角會願意給出去自己的私密影像？
2. 「私密」影像為什麼會外流呢？



2. 「私密」影像為什麼會外流呢？

1. 手機或存放檔案之載具遺失、送修，或是更換新機未妥善處理舊機中的影像檔案，影像因而外流。
2. 從自己的電腦、手機，藉由網路上傳至社群網站，或以電子郵件等方式傳送至他人的電腦，後由他人下載或散播等等。
3. 電腦被他人刻意入侵，導致檔案被截取。

1. 為什麼主角會願意給出去自己的私密影像？
2. 「私密」影像為什麼會外流呢？
3. 私密照外流對當事人的影響



4. 私密照外流有哪些求助管道？

警局報案：揭發犯罪行為

拿到證據後，請撥打 110 向警察報案。如果事關未成年的兒童、青少年或婦女，也可以找各縣市的警察局婦幼隊進行立案

18 歲以上的成人：私 ME

熱線諮詢與服務

• 服務專線：(02)-6605-7373
• 服務時間：9:00-22:00 (全年無休)
• 「Gender 愛平等協力」新書或 Instagram 粉絲專頁。

性影像處理中心

無論你是否為當事人，
我們都提供二大申訴管道，陪你踏上勇敢之路！

線上申訴

• 提供 24 小時線上收案服務。
• 確認符合受理原則後，依案件所需通知相關平台業者自律移除相關內容，並通知被害人處理結果。

18 歲以上的成人：私 ME

性影像處理中心

關於我們 | 中心服務 | 服務管道 | 應對私 ME | 線上申訴 | 友善夥伴

【立即線上私 ME】

未經同意意圖散布性私密影像申訴表單

被害人姓名 (必填)

聯絡電話 (必填)

Email (必填)

年齡 (必填)

影像被拍攝年齡 (必填)

性影像犯罪態樣 (必填)

影像是否已被散布 (必填)

被害人是否持有可能被散布的影像檔案 (必填)

18 歲以上的成人：私 ME

性影像處理中心

關於我們 | 中心服務 | 服務管道 | 應對私 ME | 線上申訴 | 友善夥伴

1

簡易法令諮詢
了解被害人案件狀況，提供和剛法律顧問的初步說明，使被害人了解後續可選擇的管道與模式。

2

證據保留教學
教導被害人如何保留重要證據，避免證據滅失。

3

報警流程教學
教導被害人至止障站進行報案，並提供被害人報案要點，避免被害人因資訊不足而無法報警。

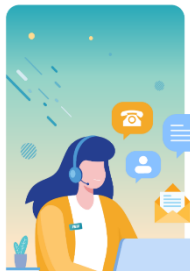
4

下架移除機制
依據被害人提供之影像散布平台網址，協助被害人與平台業者溝通移除下架。

5

後續諮詢轉介
依據被害人需求，提供法律諮詢或心理輔導等專業單位之案件轉介服務。

未滿 18 歲的兒童、青少年：IWIN



諮詢專線

02-2577-5118

服務時間

週一至週五
9:00-12:00, 13:00-18:00
國定假日及例假日除外

社群帳號

Facebook | Instagram | Line

未滿 18 歲的兒童、青少年：IWIN

iWIN 網路內容防護機構
Institute of Watch Internet Network

申訴五步驟



申訴步驟

1. 發現問題

2. E-mail 諮詢或親臨

3. 資料輸入

4. 諮詢中談話單

5. 完成申訴

申訴注意事項：

未滿 18 歲的兒童、青少年：IWIN

iWIN 網路內容防護機構
Institute of Watch Internet Network

我/要/申/訴

關於我們
消息中心
我的申訴
宣傳專區
防詐專區
友善連結
常見 Q & A
聯絡我們

威脅他人傳送私密影像， 有哪些法律責任？



法規名稱：中華民國刑法

法規類別：行政 > 法務部 > 檢察目

※如已配合行政院組織改造，公告變更名稱或停止辦理業務之法規條文，請詳見沿革

第 315-1 條

有下列行為之一者，處三年以下有期徒刑、拘役或三十萬元以下罰金：

- 一、無故利用工具或設備窺視、竊聽他人非公開之活動、言論、談話或身體隱私部位者。
- 二、無故以錄音、照相、錄影或電磁紀錄他人非公開之活動、言論、談話或身體隱私部位者。

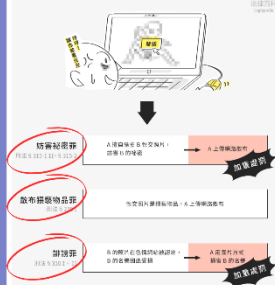


轉傳／留存他人的私密照(非自己拍攝)， 會有哪些問題？

法源名稱：兒童及少年性剝削防制條例 10
生效狀態：修正法條部分含刪除文尚未生效，應俟生效日期，未定
1. 一百一十二年二月十五日修正之第 22 條修正施行日期由行政院定之。
2. 一百一十三年六月七日修正之第 3、8、8-1、47 條施行日期由行政院定之。
法源類別：行政 > 衛生福利部 > 保護處防害
查詢詳情請參閱防制條例，公共衛生資訊或中華法律網條文，隨時更新

- 第 39 條
- 1 無正當理由交付對價而持有兒童或少年之性影像，處一年以上七年以下有期徒刑，得併科新臺幣十萬元以上一百萬元以下罰金。
 - 2 無正當理由持有兒童或少年之性影像，處三年以下有期徒刑，得併科新臺幣八萬元以上六十萬元以下罰金。
 - 3 無正當理由持有兒童或少年與性相關而客觀上足以引起性慾或羞恥之圖畫、語音或其他物品，第一次被查獲者，處新臺幣一萬元以上十萬元以下罰金，並得令其接受二小時以上十小時以下之輔導教育，其附著物、圖畫及物品不同屬於持有人與否，沒入之。
 - 4 無正當理由持有兒童或少年與性相關而客觀上足以引起性慾或羞恥之圖畫、語音或其他物品第二次以上被查獲者，處新臺幣二萬元以上二十萬元以下罰金。
 - 5 查獲之第一項、第二項及第四項之附著物、圖畫及物品，不問屬於犯行為人與否，沒收之。

在網路上散布他人裸照，可能構成什麼犯罪？



換你想看看

曾靖蓉 11分鐘

遇到對方要求傳送私密照或視
訊裸聊，你會怎麼應對？
請留下座號

0 0

新增評論

留下回憶並非壞事，
但界線的拿捏要懂得



不拍、不傳、要求助



第二節簡報



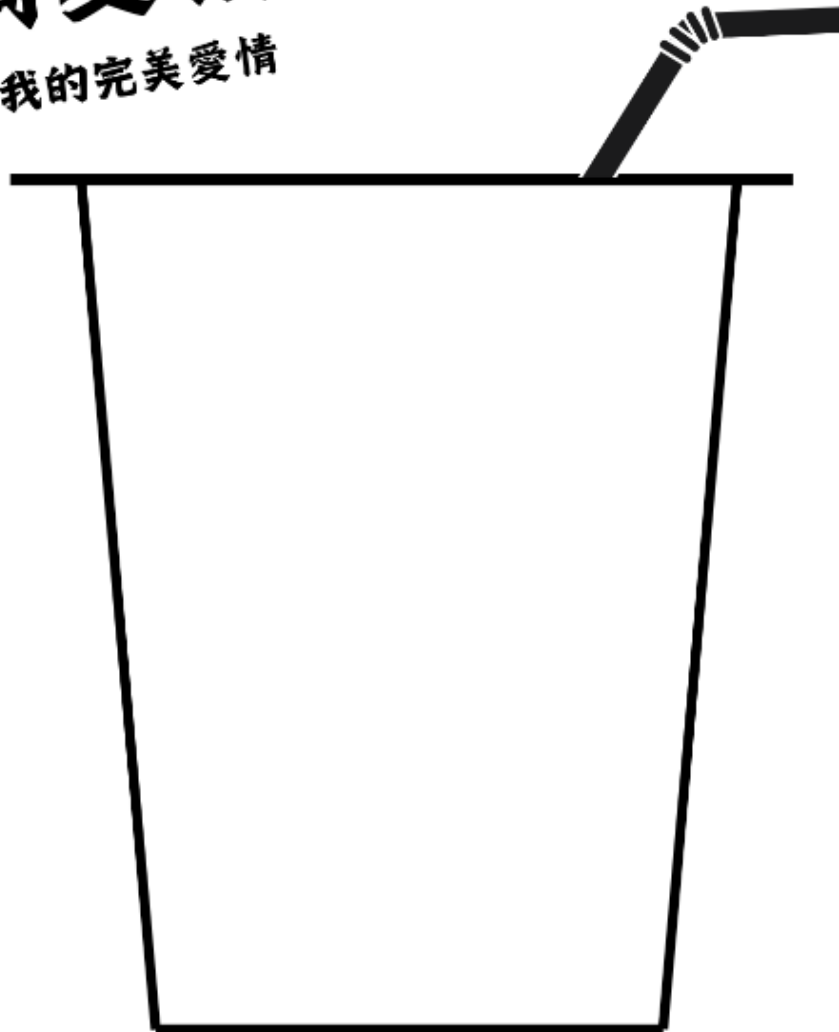
(七) 教材資源或其他參考資料 (清單)

單元一：「特調愛情」學習單

特調愛情

調出我的完美愛情

班級： 座號： 姓名：



飲料名稱：

項目	含量	我會這樣調配是因為...
激情		
承諾		
親密		
其它：		

愛要慢慢來

班級： 座號： 姓名：

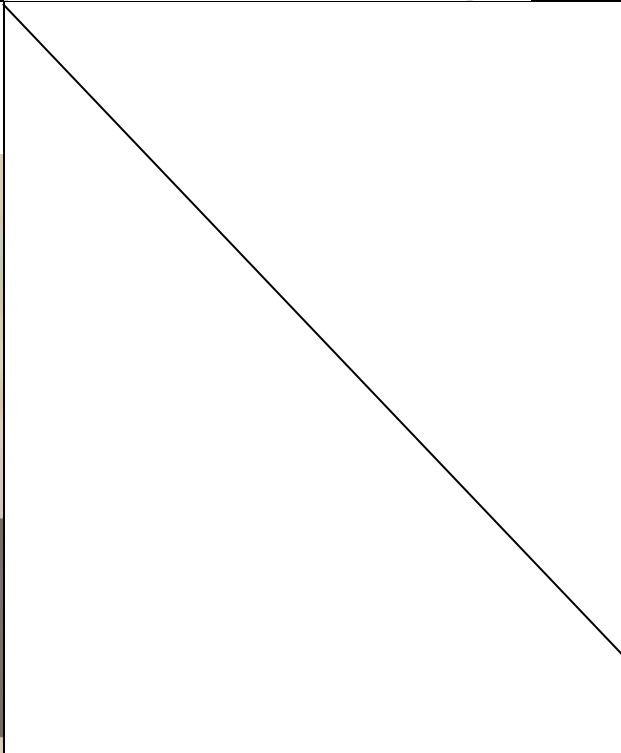
1. 哪些行為屬於過度追求？

2. 如何知道對方不喜歡自己？

3. 哪些行為是合適的追求？

4. 我可以怎麼拒絕不想要的告白與追求？



	2. 哪邊是性騷擾？ 請投票，可以留言你選擇的理由 ☐ 左 ☐ 右 ☐ 兩邊都是 ☐ 兩邊都不是 0 票 • 顯示結果
3. 「性騷擾只會發生在陌生人或不熟的人之間」這句話對嗎？ 投出你的選擇 ☐ 是 ☐ 否 0 票 • 顯示結果 0 likes • 0 comments + 新增評論	



單元四：「分手那天」Padlet 留言板（第一節）



情境故事

阿俊和小雪是一對交往二年的情侶，他們常常一起約會，看電影，每天講兩小時的電話也不覺得累。小雪會在阿俊生日時親手做蛋糕和手工卡片給阿俊，在阿俊不開心時，給他鼓勵和支持。在小雪要考高中之際，阿俊也會為她蒐集考題，為她搜尋許多考試祕訣，阿俊時常鼓勵小雪勇敢往她的夢想前進。

兩人在甜蜜與相互扶持中走過兩年光陰。隨著兩人國中畢業，就讀了不同的高中，兩人之間的情感也出現變化。阿俊因為加入籃球校隊，關心小雪的次數變少許多，假日也沒辦法和小雪約會。小雪開始變得疑神疑鬼，時不時就會打電話確認阿俊的行蹤。

兩人的爭吵也越來越多，阿俊認為小雪是控制狂，小雪認為阿俊辦法給她充分的安全感，兩人在爭吵中也漸漸習慣冷暴力對方，彼此誰也不讓誰。每次的爭執與冷暴力過後，兩人都覺得精疲力盡，他們想著，或許轉身離開是最好的選擇。

填答 曾靖蓉 5天

40號

- 1.第一層（肯定、感謝、收穫）：
- 2.第二層（分手理由，兩人無法繼續走下去的原因）：
- 3.第三層(祝福與再感謝)：

♡ 0

💬 0

+ 新增評論

分手三明治結構

單元四：「分手感受異同」小組討論單（第二節）

分手感受異同	
組別: 組員:	
主動分手者	被動分手者

單元四：「分手 ok 蹦」學習單（第二節）

分手ok蹦

班級： 座號： 姓名：

寫下你在短、中、長期的調適計畫，每個ok蹦至少寫下二個具體的做法！

短期(一星期)	中期(三個月)	長期(一年)
情緒調適	找資源、肯定自己	找生活重心

單元五：「反恐特攻隊」學習單

揮別恐怖情人 班級： 座號： 姓名：	
O事實	R感受與反應
D決定	I詮釋

單元六：「揭開秘密的照片」Padlet 留言板（第一節）

213私密照
按一下下方的加號按鈕以發布您對討論主題的回應。

青春網練模擬器

曾靖蓉 4天

網站體驗



曾靖蓉 4天

1.為什麼主角會願意給出去自己的私密影像？

要留下座號

曾靖蓉 4天

2.「私密」影像為什麼會外流呢？

要留下座號

曾靖蓉 4天

3.私密照外流對當事人的影響

要留下座號

0 28

曾靖蓉 4天

4.私密照外流有哪些求助管道？

要留下座號

0 25

曾靖蓉 4天

5.遇到對方要求傳送私密照或視訊裸聊，你會怎麼應對？

請留下座號

0 21

